

P
S
I
K
O
L
O
G
I
A

Itziar ETXEBERRIA OSKARIZ

GURASOEN ARTEKO
BEREIZKETAGATIK HAUR
BATENGAN SORTUTAKO
ANTSIETATEAREN
AURREAN, GELAN ESQU-
HARTZEKO PROPOSAMENA

GAP 2013

upna
Universidad
Pública de Navarra
Nafarroako
Unibertsitate Publikoa

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Giza eta Gizarte Zientzien Fakultatea

Lehen Hezkuntzako Irakasleen Gradua

Lehen Hezkuntzako Irakasleen Gradua
Grado en Maestro en Educación Primaria

Gradu Bukaerako Lana
Trabajo Fin de Grado

**GURASOEN ARTEKO BEREIZKETAGATIK HAUR
BATENGAN SORTUTAKO ANTSIETATEAREN
AURREAN GELAN ESKU-HARTZEKO
PROPOSAMENA**

Itziar ETXEBERRIA OSKARIZ

GIZA ETA GIZARTE ZIENTZIEN FAKULTATEA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

NAFARROAKO UNIBERTSITATE PUBLIKOA
UNIVERSIDAD PÚBLICA DE NAVARRA

Ikaslea / Estudiante

Itziar ETXEBERRIA OSKARIZ

Izenburua / Título

Gurasoen arteko bereizketagatik haur batengan sortutako antsietatearen aurrean,
gelan esku-hartzeko proposamena

Gradua / Grado

Lehen Hezkuntzako Irakasleen Gradua / Grado en Maestro en Educación Primaria

Ikastegia / Centro

Giza eta Gizarte Zientzien Fakultatea / Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Zuzendaria / Directora

Sonia ESARTE ESEVERRI

Saila / Departamento

Psicologia eta Pedagogia Saila / Departamento de Psicología y Pedagogia

Ikasturte akademikoa / Curso académico

2012/2013

Seihilekoa /Semestre

Udaberrikoa / Primavera

Hitzaurrea*

2007ko urriaren 29ko 1393/2007 Errege Dekretua, 2010eko 861/2010 Errege Dekretuak aldatuak, Gradu ikasketa ofizialei buruzko bere III. kapitulu hau ezartzen du: “ikasketa horien bukaeran, ikasleek Gradu Amaierako Lan bat egin eta defendatu behar dute [...] Gradu Amaierako Lanak 6 eta 30 kreditu artean edukiko ditu, ikasketa planaren amaieran egin behar da, eta tituluarekin lotutako gaitasunak eskuratu eta ebaluatu behar ditu”.

Nafarroako Unibertsitate Publikoaren Haur Hezkuntzako Irakaslearen Graduak, ANECAk egiaztatutako tituluaren txostenaren arabera, 12 ECTSko edukia dauka. Abenduaren 27ko ECI/3857/2007 Aginduak, Haur Hezkuntzako irakasle lanetan aritzeko gaitzen duten unibertsitateko titulu ofizialak egiaztatzeko baldintzak ezartzen dituenak arautzen du titulu hau; era subsidiarioan, Unibertsitatearen Gobernu Kontseiluak, 2013ko martxoaren 12ko bileran onetsitako Gradu Amaierako Lanen arautegia aplikatzen da.

ECI/3857/2007 Aginduaren arabera, Haur Hezkuntzako Irakaslearen ikasketa-plan guztiak hiru modulutan egituratzen dira: lehena, oinarrizko prestakuntzaz arduratzen da, eduki sozio-psiko-pedagogikoak garatzeko; bigarrena, didaktikoa eta diziplinakoa da, eta diziplinen didaktika biltzen du; azkenik, Practicum daukagu, zeinean graduko ikasleek eskola praktikan lortu behar dituzten gaitasunak deskribatzen baitira. Azken modulu honetan dago Gradu Amaierako Lana, irakaskuntza guztien bidez lortutako gaitasun guztiak islatu behar dituenak. Azkenik, ECI/3857/2007 Aginduak ez duenez zehazten gradua lortzeko beharrezkoak diren 240 ECTSak nola banatu behar diren, unibertsitateek ahalmena daukate kreditu kopuru bat zehazteko, aukerako irakasgaiak ezarriz, gehienetan.

* Eskerrik beroenak lan honen garapenean lagundu didan Sonia Esarte-ri (NUP-eko irakaslea, Psikologia eta Pedagogia saila). Baita gelako esku-hartzea bideratzeko proposamenean ekarpenak egin didizkidan Amaier Ikastolako orientatzaileari ere.

Beraz, ECI/3857/2007 Agindua betez, beharrezkoa da ikasleak, Gradu Amaierako Lanean, erakus dezan gaitasunak dituela hiru moduluetan, hots, oinarrizko prestakuntzan, didaktikan eta diziplinan, eta Practicumean, horiek eskatzen baitira Haur Hezkuntzako Irakasle aritzeko gaitzen duten unibertsitateko titulu ofizial guztietan.

Lan honetan, *oinarrizko prestakuntzako moduluak* bidea eman digu hiru arlo hauetan sakontzeko: norberaren ikaskuntza eta garapenean, hezkuntza prozesu eta testuinguruetan eta gizartea, familia eta eskolan. Gure estatuan hezkuntza sisteman izandako eboluzio historikoa garatzen da. Bertan, 6-12 urteko haurren ikaskuntza prozesuen nolakotasuna ulertzeko aukera izan dugu. Haurraren garapen pertsonala ezagutzeko eta sortzen diren disfuntzioak ezagutzeko beharrezkoak diren gaitasunak lotu baititugu; ikaskuntzan sortzen diren zailtasunei aurre egiteko proposamenak ezagutzearekin batera. Horretarako, proiektu eta jarduera berritzaileak ezagutu ditugu, baloreetan oinarritutako hezkuntzan oinarrituz, herritar aktibo eta demokratiko bat hezteko helburuarekin. Proiektu honetan, modulu hauek garapena egitea ahalbidetu duten aurrekari historiko zein marko teorikoan islatzen dira; baita proposatutako esku-hartzean ere. Izan ere, haurraren ongizatea helburu izanik, irakasleentzako iradokizun berritzaileak ageri baitira.

Didaktika eta diziplinako moduluak esparrua ematen dio lantzen diren irakasgai bakoitzaren (matematika, ingurmen zientzia, hizkutzak, hezkuntza artistikoa eta gorputz hezkuntza) printzipio orokorrak ezagutzeko. Lan honetan, didaktika eta diziplinako modulu hau, azken atalan islatzen da. Izan ere, irakasleak antsietate kasu baten aurrean esku-hartzea bideratzeko beharrezkoa baitu zein diren ikasleak irakasgai bakoitzean lortu beharreko gaitasunak eta printzipioak.

Halaber, *Practicum moduluak*, eskola praktikek eta Gradu Amaierako Proiektua barne izanik, bidea eman digu ezagutza praktikoa bat eskuratzeko. Hau da, errealitate baten aurrean irakaslearen eginkizun eta elkarrekintzak zein diren ezagutzeko aukera eman

digu. Proiektu honetan, haurrengan sortzen den ondoezari erantzuteko irakasleak ezagutu eta garatu behar dituen estrategietan erakusten da modulu hau.

Azkenik, *aukerako moduluak* esparrua ematen dio haurraren ezintasunak ezagutzearieta honi erantzuteko aurrera eraman daitezkeen estrategiak erabilerari. Hori horrela, Pedagogia Teraupeutikoa aipamenean ikasitakoak anitz lagundu du lan hau aurrera eramatearako orduan, horretan oinarritzen baita lanaren funtsa.

Beste alde batetik, ECI/3857/2007 Aginduak ezartzen du, Gradua amaitzerako, ikasleek gaztelaniazko C1 maila eskuratuta behar dutela. Horregatik, hizkuntza gaitasun hau erakusteko, hizkuntza honetan idatziko dira “Introducción” eta “Conclusión” atalak baita hurrengo atalean aipatzen den laburpen derrigorrezkoa ere.

Laburpena

Gaur egun pil-pilean dagoen gaia lantzen du idazki honek: gurasoen arteko bereizketak haurraren duen eragina. Banatuak dituzten gurasoen haurrak trastorno bat jasateko erraztasun handiagoa erakusten dute, haurra bizi-egoera berri baten aurrean aurkitzen baita. Horrek egunerokotasunean haurraren ez ohikoak diren jokabideak erakustea eragiten dio; izan ere, haurraren garapen psikoebolutiboan oztopoak sortzen baitira. Hori dela eta, idazki honetan egoera honen aurrean irakasleak gelan esku-hartzeko zenbait iradokizun definitzen dira. Baina, horretarako, antsietate patologia bat zer den jakin beharrean gaude, gurasoen arteko bereizketa arazoan jatorria izanik. Modu honetan, haurrek egoera berriaren aurrean izaten dituzten ondorioak ezagutuko ditugu eta haurraren ongizatea helburu izanik, gelan esku-hartzeko proposamenak zehaztuko dira.

Hitz gakoak: Gurasoen arteko bereizketa, haurra, antsietate krisia, esku-hartzea, eskola.

Resumen

Este proyecto trata un tema actual: las consecuencias que el divorcio tiene en la educación de los niños. Es más probable que los niños/niñas cuyos padres se divorcian sufran un trastorno de ansiedad. La razón de esto es que estos niños se enfrentan a una nueva situación que los lleva a comportarse de una manera inusual; en un grado tal que dificulta su desarrollo psicoevolutivo. Por consiguiente, se incluyen algunas estrategias con el fin de ayudar al profesor en hacer frente a estos casos en clase. Sin embargo, se parte de la definición de la ansiedad patológica, provocada por el divorcio de los padres. De esta manera, se conocen los efectos que provoca la nueva situación en los niños para poder intervenir en él, siendo nuestro principal objetivo el bienestar del niño/niña.

Palabras clave: el divorcio, niño/niña, trastorno de ansiedad, intervención, aula.

Abstract

The topic of this project is a controversial one: the consequences that divorce has in children. It is more likely that children whose parents get divorced suffer a disorder. The reason for this is that these children have to face a new situation which brings them to behave in an unusual way, to such a degree that it hinders their psychoevolutive development. Some strategies are included in order to help the teacher to cope with these cases in class. However, firstly we need to know what pathological anxiety provoked by parental divorce is. This way, we will learn about the effects that the new situation provokes on children. Strategies to answer to these effects will be set, being our main objective the children's welfare.

Keywords: Family, divorce, child, anxiety, answer, school.

Aurkibidea

Introducción	1
1. Haur psikopatologiaren testuinguru historikoa	3
1.1 Haur psikopatologia kontzeptuaren oinarria	5
2. Haurraren garapen psikologiko normala eta patologikoa	5
2.1. Garapen psikologiko normala	6
2.2. Garapen psikologiko normala eta patologiarekin arteko trantsizioa. Diagnostikorako irizpideak	8
3. Antzietate trastornoak haurretan	11
3.1. Definizioa	11
3.2. Sintomak	12
3.3. Antzietate motak	14
4. Gurasoen arteko banaketatik sortutako antzietatea	17
4.1. Gurasoen arteko bereizketa errealitate sozial gisa	17
4.2. Haurrak gurasoen arteko bereizketaren aurrean. Antzietate krisia.	18
4.3. Gurasoen arteko banaketatik haurrek izan ohi dituzten erreakzioak	20
4.4. Antzietate krisia ematearen eragina duten babes eta arrisku faktoreak	23
4.5. Haurra eta eskola	25
4.6. Ebaluazio irizpideak	26
4.7. Haurtzaroko antzietatearen terapeutika	29
4.7.1. Tratamendu psikologikoa	30
4.8. Esku-hartze proposamena	32
4.8.1. Eskolaren esku-hartzea	32
4.8.2. Ikaslea egoera berrita egokitzen laguntzeko iradokizunak	36
4.8.3. Kasu baten azterketa	41
Conclusiones	49
Hiztegia	53
Erreferentziak	55
Eranskinak	59
Eranskina I	59
Eranskina II	60

Introducción

La transición del divorcio afecta en el desarrollo de los niños/as, pero no siempre supone problemas graves e irreparables. Woolfolk (2006) afirma que con el tiempo un 75 a 80 por ciento de los niños pequeños de familias divorciadas se adaptan y se ajustan razonablemente bien a la nueva situación familiar. Aun y todo, aunque generalmente recuperan sus anteriores niveles de adaptación y equilibrio, los niños viven consecuencias negativas. Cuando esto sucede es frecuente que los indicadores de desajuste en el menor sean detectados en la escuela. Castells (2004), afirma que dos terceras partes del alumnado cuyos padres se divorcian, muestran cambios en el ámbito escolar; más de la mitad muestra un alto nivel de ansiedad y uno de cada cinco muestra tristeza y deterioro en la relación con los compañeros.

También pueden vivir con mayor fuerza las fantasías de reconciliación o de abandono. Algunos niños sienten mucha angustia cuando se separan del padre con el que más conviven, por ello, pueden desear quedarse cerca y no asistir al colegio o utilizar quejas de dolores e incluso vomitar para quedarse en casa. Suelen concentrar todos sus pensamientos en la situación familiar y en los posibles medios para mejorarla. Esto provoca dificultades de concentración que pueden ir acompañadas de atención dispersa, imaginación más pobre y razonamiento ralentizado. En otras ocasiones, puede ser que el niño se refugie en el trabajo escolar.

Las habilidades del profesor para detectar conductas relacionadas con posibles dificultades de adaptación al divorcio y para comunicarse con los padres adecuadamente resultan fundamentales; puesto que el desarrollo infantil se ve favorecido cuando se establecen múltiples, positivas y variadas interrelaciones entre los distintos microsistemas del niño/a (Musitu, 2004). La cooperación entre microsistemas familiar-escolar y el fortalecimiento del equipo parental son las estrategias que realmente ayudan a los menores a superar una situación de divorcio.

La comunicación entre padres/madres y profesores en la etapa del divorcio, no siempre es fácil. Muchos padres no informan a los profesores del divorcio o se alejan de la escuela. Otros padres y madres por el contrario, cuando la familia tiene problemas, tienden a utilizar la escuela como lugar para compartir la crisis y depositan en los

profesores/as una considerable responsabilidad que puede exceder su capacidad para responder a los angustiados padres.

La información que nos aportan los estudios realizados en cuanto a la relación de los profesores con los padres cuando se han detectado en la escuela cambios de conducta en los niños a raíz del divorcio, se centra en las dificultades y obstáculos para la comunicación. Carecemos de información sobre propuestas para vencer dichas dificultades y para entablar una comunicación que ayude a los niños a adaptarse al divorcio. Dar consejos, asesorar y decirles a los padres cómo deben organizar su vida familiar, sería un error de parte del profesor/a.

Partiendo de las consideraciones expuestas, decidí centrar el proyecto en la propuesta de intervención en el aula con un caso de ansiedad por separación entre los padres.

1. HAUR PSIKOPATOLOGIAREN TESTUINGURU HISTORIKOA

Haur psikopatologiaren ikerketa zientifikoak XX.mendearen hasieran hasi baziren ere, badira honen garapenean ekarpenak egin zituzten zenbait aurrekari ere; haur psikopatologiaren sortzearen eta garapenaren eragileak izan direnak.

Haur psikologia bigarren mailako ezagutza alor gisa aurkeztua izan da; helduen psikopatologiaren itzal moduan. Hala ere, antzina haurraren jokabidearen inguruan egindako zenbait ikerketek (jokabide anormala, desbideratua, arraroa, etab) buru gaixotasunaren erreferentzia batzuk adierazten dituzte; honi aurre egiteko moduak garaia eta tokiaren arabera desberdinak izanik.

Aspektu hauek ikusirik, beharrezkoa da haur psikopatologiaren historia aztertzea, diszipina honen garapena berria dela errateko. Aurrerago ikusiko dugun bezala, XX.mendera arte izandako haur kontzeptua izan da arrazoi nagusiena. Izan ere, garai honen aurretik haurra ez zen ezagutua, helduen antzeko jokabideak espero ziren honengandik, eskubiderik gabekoa zen eta egindako eta izandako guztia haurraren gurasoen eraginpean zegoen.

Haur psikopatologiaren oinarri historikoak planteatzeko, aurrekari historikoetara joko dugu. *Aintzinako kulturetan* ezintasun fisiko zein psikikoak naturaz gaindiko arrazoiek estaltzen zituzten. Ezintasun mentalak, sistema magiko eta erlijiosoetara lotzen ziren, arrazoiak kasuan kasu izanik; erritualen omisioa, errate baterako. (Bernstein eta Nietzel, 1980). Denboran aurrera, giza arrazoiak pisu gehiago hartu zuen eta kausa-ondorio harremana zabaltzen joan zen zientzia munduan. Hori dela eta, ezintasun mentalaren ideia eta kontzeptuan eboluzio bat eman zen, gerora esanguratsuak izan direnak. Guzti honek, haur kontzeptuaren gaurko izaerari bide ematen dio, haurrak berezko ingurua duela baieztatuz (Illick, 1974). Ordura arte haur psikopatologia helduenaren gisan tratatzen bazen ere, XIX.mendean lehen aldiz plateatzen da haur psikopatologia helduenaren desberdina dela. Orduan hasi ziren haurraren garuna aztertzen eta modu horretan, *hezkuntza berezia* definitu zen lehenengo aldiz, Itard eta Seguin-en eskutik (Ollendich eta Hersen, 1986).

Aurrekari anitz izan baditu ere, haur psikopatologia XX.mendean zehaztu zen, beraz.

Mende honetako hasierako urteak, benetan emankorrak izan ziren; epe laburrean berrikuntza eta ekarpen anitz izan baitziren:

- 1905ean Alfred Binet-ek “adin mentalaren kontzeptua” sortu zuen proba psikologiko objetiboetan oinarrituz. Urte berean, Sigmund Freud-ek haur sexualitatearen inguruko bere teoriak argitaratu zituen.
- 1906.urtean De Sanctis-ek lehenengo “haur psikosia” deskribatu zuen.
- 1907an Pavlov-ek baldintzatutako erreflexuetan lehenengo behaketak egiten hasi zen, eta Guthrie-ek “*Los trastornos nerviosos funcionales en la niñez*” argitaratu zuen.
- 1908an S. Freud-ek “*El análisis de la fobia de un niño*” liburua argitaratu zuen.
- 1909.urtean Meyer-ek beharketarako eta haurreren laguntza psikologikorako lehenengo klinika sortu zuen. Urte berdinean, Healy-k Instituto Pikopatikoa sortu zuen gazte gaizkileei zuzendua eta Beer-ek haurren osasun mentala sortu zuen modu teoriko eta instituzional batez. Horrekin batera, Heller-ek haur erotasuna deskribatu zuen.

XX.mendearen 2. eta 3. hamarkadetan, haur orientaziorako zentruen kopuruak handitu zen, baita defizientzia mentala tratatzeko zentruen kopurua ere. Honekin batera, arazo edota ezintasun psikologikoaren diagnostikorako teknika eta tresnak sortu ziren.

XX.mendeko 40. hamarkadan psikoanalisiak izandako aurrerapenarekin, haur psikopatologiak garapen esanguratsua izan zuen. Arazo psikologikoen azalpen sistematikoagoak egiten hasi ziren; eta honekin batera, hauek tratatzeko esku-hartze psikologikoaren ekarpena izan zen.

1960.urteetik aurrera, haurraren esparru soziala erreparatzen hasi ziren eta ordura arte zegoen esparru psikobiologikoari lotu zitzaion. Modu honetan, haur psikopatologiaren dimentsio bio-psiko-soziala garatzen da. Horrekin batera, haur psikofarmakologia sortzen da, mailakatutako asistentzia, prebentzioa, etab.

Gaur egun haur psikopatologia honela ulertzen da: haur psikopatologiaren garapenaren hazkuntza geldiezinga; inoiz izan den hazkuntza azkarreneko espezialitate medikoa izanik. Familiek atentzio espezializatu gehiago eskatzen dute eta gizartea

kontzientziatuago dago. Izan ere, gero eta ikasle eta irakasle gehiago baitaude esparru honetan interesa dutenak.

1.1. Haur psikopatologia kontzeptuaren oinarria

Haur psikopatologia kontzeptuaren oinarria poliki poliki sortzen eta garatzen joan da. Pedagogia, neurologia, psikiatria, psikologia ebolutiboa, psikoanalisi eta giza psikologia izan dira garapen honen oinarriak; azkenean, eredu integratzaile bat lortu den arte: bio-psiko-soziala. Bertan, aspektu biologikoak, psikologikoak eta sozialak kontuan hartzen dira diagnostikoa eta tratamendua bideratu eta burutzerakoan.

Haur psikopatologian arazo edota ezintasun desberdinak agertu daitezke kasu bakoitzaren ezintasun gradu edo mailaren arabera: sintomak eta sindromeak; gaixotasunak eta trastornoak, egoera psikiko kronikoak eta disfuntzioak, berteen artean. Hala ere, haur psikopatologiaz mintzatzeko, forma kliniko guztiek honako baldintzak izan behar dituzte (Rodríguez, J. 2000):

- Sintomak modu *jarraian* manifestatu behar dira, eta hauek testuinguru desberdinetan agertzea ezinbertzekoa da.
- Arazo bakarrak kausa anitz izan ditzazkela onartzen du: *kokasualitatea*.
- Onartzen du, sintoma berdina ez dela berdin manifestatzen adin guztietan; *kronomenpekotasuna* ematen da.
- *Gizartearen antolakuntzak* arazoaren garapenean eragina duela aitortzen du.
- *Komorbilidadea* eman daitekeela onartzen du; hau da, sintomek erraztasun handia dute, bertze sintoma batzuekin aldi berean agertzeko.
- Patroi psikologiko orokorrak existitu arren, arazo bakoitza *indibidualki* aztertu behar da; kontuan izanik haur bakoitza bakarra eta berezia dela.

2. HAURRAREN GARAPEN PSIKOLOGIKO NORMALA ETA PATOLOGIKOA

Psikopatologia bere horretan ezin da ulertu baldin eta haurraren garapen psikologikoa ezagutzen ez badugu. Bi garapenak – garapen normala eta garapen patologikoa – hain daude elkar lotuak; non, batzuetan zaila izaten den bi garapenen arteko mugak zehaztea. Joskera psikikoa sentimendu, ezagutza, hizkuntzaren aberastasun eta

komunikazioaren lorpenetan lortzen da; gutxinaka gutxinaka egonkortasuna eta egokitzapen handiagoa lortuz. Lorpen hauek, pausoz-pausokako aldaketen emaitza dira; batzuetan azkarragoak eta bertze batzuetan motelagoak izanik. Baina beti ere, heldutasunerantz-ko bultzada mailakatuak emanez (Backwin, H. eta Backwin, R. 1974).

Haurrak heldutasunerako egin beharreko bidea ez da erraza, ezta laburra ere. Helburu desberdinak lortzen ditu; baina lorpen horietako batzuk bertze batzuk baino konplexuagoak dira. Momentuan sortzen diren oztopoak eta zailtasunak gainditu behar ditu haurrak; eta ez kanpo faktoreak eragindakoak bakarrik, baita norberak dituen ezintasunengatik ere. Ikertua dago, haurren %15ak laguntza berezia jasoko duela arazo psikopatologikoak pairatzeagatik; haurren %30ak, berriz, eskola porrota jasango du (Rodríguez, J. 2000).

Garapen patologikoaren maiztasuna, intentsitatea eta iraupena kasuan kasu desberdinak izango diren arren, oinarria garapen psikologiko normalean egongo da. Izan ere, garapen psikologiko normalean emandako oztopoen isla baitira garapen patologikoak; beraz, garapen patologikoa beti garapen normalean sustraitzen da. Hori dela eta, azaldu dezagun zer nolako ezaugarriak dituen garapen psikologiko normalak.

2.1. Garapen psikologiko normala

Garapen psikologiko normala, haurra bere ingurunera egokitzeko eta moldatzeko bereganatu beharreko lorpenek defintzen dute. Horretarako, haurrak, etapa bakoitzean zehazten diren helburuak modu egokian gainditu behar ditu. Garapen honek, ondoren pertsona izango denaren bilakabidea zehazten baitu. Bide horretan, zenbait funtzio desberdindu daitezke, lau eremu handitan taldekatu daitezkeenak: garapen fisikoa eta motorea, garapen kognitiboa, garapen afektiboa eta garapen soziala. Ondorengo lerroetan, eremu bakoitzean eskuratu beharreko lorpenak aztertuko ditugu (Buendía, J. 1996):

Garapen fisikoa eta motorea

Haurra gaitasun fisiko zehatzekin jaiotzen da; baina hilabeteak pasatu ahala, garunaren heldutzeari esker, mundua esploratzeko gaitasuna eta beharra izanen du.

Lehenengo haurtzaroan (1-5 urte bitartean) psikomotrizitate finaren (behatzen mugimendua, adibidez) zein konplexuaren (objetuak eskuekin manipulatu) garapena ematen da. Autonomia pertsonala ahalbidetzen duten jokabideak ere eskuratzen ditu haurrak: esfinterren kontrola, bakarrik jatea, bakarrik janztea, errate baterako. Bere irudiaren kontzientzia hartzen du eta gorputzaren eskuin edo ezker aldea nagusitzen da.

Bigarren haurtzaroan (6-11 urte bitartean), gaitasun perzeptiboak fintzen dira eta koordinazio psikomotorea nabarmenki hobetzen da.

Nerabezaroan (12-18 urte bitartean): aldaketa fisikoak nagusitzen dira eta hauek, helduaren itxura ematen diote haurrari.

Garapen kognitiboa

Jai berritan, ingurunearekiko lehenengo egokitzapenak izaten dira, perzepzioaren eta erantzun motoreen eskutik, batez ere. Ahoarekin lehenengo soinuak egiten ditu eta pixkanaka-pixkanaka hitzak eta esaldiak sortzen ditu.

Lehen haurtzaroan, prozesu sinbolikoak agertzen dira, jokuetan, gehien bat. Hizkuntzan eta komunikazioan aurrerapen handia ematen da. Pertsona askea bezala ikusten du bere burua eta egiten dituen ekintzek bertzeengan eragina dutela ohartzen da.

Bigarren haurtzaroan, ariketa konkretuak egiten dituzte, umearen arrazomamendua bat-bateko esperientziatik urruntzen baita. Lengoia guztiz kontrolatzen dute eta komunikazioa nabarmenki hobetzen da. Egozentrismoak behera egiten du eta kooperatibismoak berriz, gora jotzen du.

Nerabezaroan, operazio formalak guztiz egiteko gaitasuna dute eta pentsamendu abstraktoa agertzen da. Oroimena eta perzepzioa maila gorenera ailegatzen da.

Garapen afektiboa

Haur jaioberriak, mundu afektiboa, batez ere atxikimenduzko irudiekin bizitzen du. Atxikimendua agertzen da eta aldi berean, ezezagunekiko beldurra. Bi urtekin poza eta tristurazko emozioak agertzen dira.

Lehen haurtzaroan, afektibitatearen garapenak jarraitzen du, eta oposizionistak diren jarrerak azaltzen dira haurraren (ezetz erratea). Desobedientzia ere agertzen da. Bere sexuarekin identifikatzen hasten da, eta plazerra lortzen du sexu-organoen bidez. Lotsa agertzen da.

Bigarren haurtzaroan, lagunaren arteko erlazioek garrantzia hartzen dute. Maitasuna eman eta jasotzeko beharra esperimentatzen du.

Nerabezaroan, heldze sexualarekin batera afektuak eta sentimenduak gailentzen dira; afektuak, gehien bat adin berekoekin izaten dituztelarik.

Garapen soziala

Haur jaio berriek erlazioak, batez ere atxikimenduzko irudiekin izaten dituzte. Hirugarren hilabetean irribarre soziala agertzen da; hau da, pertsona baten agerpena arrazoi izanik, haurrak adierazitako irribarre agertzen da. Hiru hilabete bete aurretik ere, haurrak irribarre agertzen du; baina arrazoi ezezagunak izaten dira horren eragileak.

Lehen haurtzaroan, sozializazio estrukturuari ematen zaio hasmenta. Garai honetan, familiak hartzen du garrantzi handiena.

Bigarren haurtzaroan, lagunekin erregela sozialak esperimentatu eta ikasten dituzte, bertzeen iritziak gehiago kontutan hartuz.

Neraberazoan, etxetik kanpoko aktibitateak egitea nahiago dituzte. Erreferentzia taldeek garrantzi eta eragin handia hartzen dute. Gatazkak ongi bideratuak ez badaude arazoak sortzen dira.

2.2. Jokabide normala eta patologikoaren arteko transizioa. Diagnostikorako irizpideak.

Aurreko puntuan aipatu bezala, zaila izaten da garapen normala eta patologikoaren arteko muga zein den zehaztea.

Hala ere, badira bereiztasun hori egitea ahalbidetzen duten zenbait irizpide (Rodríguez, J. 2000):

- 1.FAMILIA da arazoa detektatzen duen lehenengoa; batzuei hasieran onartzea asko kostatzen zaien arren.
2. LARRITASUNA ezberdina izan daiteke. Kontutan hartu behar da agerpenaren intentsitatea, sintomen forma eta kopurua, maiztasuna, sortzen den desorganizazioa...
3. SAKONTASUNA. Ezintasunaren maila edota gradu altuek eraginkortasun altuagoa erakutsi ohi dute.
4. HISTORIA EBOLUTIBOA. Sintomak noiztik agertzen diren eta hauek heziketan, familian, eskolan eta ikasketetan dituzten ondorioak zer nolakoak diren.
5. DIAGNOSTIKOA EGITEA AHALBIDETZEN DUTEN IRIZPIDEAK. Normala eta anormala desberdintzea dute helburu (DSM-IV-TR eta CIE-10)
6. NORMALTASUN kontzeptua. Funtzionaltasunarekin erlazionatua dago eta heziketa eta garapen prozesuan jarraipenaren nolakotasuna aztertzen da.

Diagnostikoa egiteko irizpideak

Diagnostikoa egitea ahalbidetzen duten irizpideak gogora ekarriz, DSM-IV-TR eta CIE 10 aipatu dira, gaur egun erabilgarritasun handiena baitute. Baina, klasifikazio sistemetat mintzatzen garenean, kontuan izan behar dugu, ez dagoela berezkoa den sistema hoberenik. Izan ere, bata edo bertzearen erabilgarritasuna, sistemaren egokitasunaren arabera, erabiltzailearen jakintza mailaren zein beharren arabera baita; hala ere, amankomunak dituzten helburu batzuk dituzte (ikus taula 1).

DSM-IV-TR (“Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos Mentales de la Sociedad Americana de Psiquiatría”) Estatu Batuetan sortutako sistema bat da; non, kategoria diagnostikoen deskripzio argiak ematea eta diagnostikoa, komunikazioa eta ikerketak ahalbidetzea helburu duen. DSM-IV-TR sistema kategoriala da, hierarkikoa. Edizio desberdinak egon diren arren (1883an argitaratu zen lehenengoa), gaur egun DSM-IV-TR da abian dagoena; nahiz eta DSM-V argitaratzear dagoen. Batetik bertzerako aldaketa nagusia, zehaztasunean dago; trastornoen azpikategoria espezifikoagoak aurkezten saiatzen direlarik (Wicks-Nelson eta Israel, 1997).

CIE-10 aipaturiko bertze klasifikazio sistema bat da, ezintasun mentalez gain, gainerako gaixotasun eta egoera patologikoak begiesten dituena. Honetan ere, edizio desberdinak

izan dira; lehenengoa 1992.urtean argitaratu zen, eta gaur egun indarrean dagoena 10. edizioa da. DSM-IV-ak ez bezala, honetan hiru taldeetan sailkatzen dira haur eta nerabeen trastornoak. Bakoitzaren deskripzioa egiten du, diagnostiko diferentziala azaltzen du eta baita diagnostikoa egiterako orduan kontuan izan beharreko sintomak ere (Domènech eta Ezpeleta, 1995).

Azalduriko bi klasifikazio sistema hauek behaketak laburbiltzeko, ordenatzeko eta baita esku-hartzeko irizpideak orientatzeko baliogarriak diren arren, kategoria gehiagoren beharra somatzen dute adituek, komorbiditatea (sintoma bat baino gehiago agertzen baitira aldi berean) dela eta. Gainera, kontuan izan behar dugu, haur eta sortzen den kasu bakoitza bakarra eta berezia dela; hori dela eta, maila indibidualean landu behar dira, modu partikularrean tratatuz. Hori dela eta, sistema hauek aurrerapauso handiak suposatu badituzte ere, muga eta oztopoak ere erakusten dituzte.

Bi klasifikazio sistema hauek diagnostikoa egitea ahalbidetzen duten arren, ez da diagnostikoa egiteko prozesua bertan gelditzen; diagnostikorako irizpideek emaniko informazioaren tratamendua egin behar baita. Bortz etapa nagusi bereizten dira diagnostikoa egiteko prozesuan (Bernstein, D. eta Nietzel, M. 1982):

1go fasea: - Behaketa.

- Arazoaren identifikazioa.

- Aurrera eramango den prozesuaren planifikazioa.

2.fasea: - Informazio bilaketa.

3.fasea: - Informazioaren tratatzea.

- Eraitzen integrazioa.

4.fasea: - Diagnostikorako hipotesiak.

5.fasea: - Eraitzen azalratzea.

- Txostenaren idazkia sortzea.

Taula 1

Haur psiokopatologiako diagnostikoa egiteko helburuak

(Rodríguez, J. 2000:63)

1. Behaketa laburbildu eta ordenatzea.
2. Profesionalen arteko komunikazioa ahalbidetzea.
3. Klinikarako zein ikerketarako datu baliagarriak ematea.
4. Esku-hartzea bideratzea.
5. Ikerketa epidemiologiko eta etiologikoetan baliagarriak izatea.

3. ANTSIETATE TRASTORNOA HAURRETAN

3.1. Definizioa

Antsieta eta beldurra, adin guztietan eta baita arraza eta leku guztietan ematen den sentimendu unibertsala da. Modu askotan manifestatu daiteke; horietako batzuk normalak dira eta bertze batzuk berriz, patologikoak. Batzuetan modu izkutuan azaltzen da subjektuaren baitan, bertze batzuetan aldiz, modu deigarri eta nabarmenean agertzen da.

Antsieta eta beldur kontzeptuak haur psikopatologian estuki lotuak ageri direnez, bi kontzeptu horien arteko bereizketa egiten hasiko gara: *beldurra*, benetakoa zein fikziozkoa, barne zein kanpo mehatxu bakar eta zehatz baten aurrean sortzen den emozioa da; beraz, beldurra eragiten duten estimuluei estuki lotua dago. Haurretan, beldurrak paper garrantzitsua hartzen du, ohikoa baita estimulu konkretu batzuen aurrean beldurra izatea (predisposizio innatoa duten estimuluak). Beldurrak, adaptatiboak dira zenbait kasuetan; aldiz, beldurraren emozio eskasegiak zein gehiegikeriak (fobiak), beldurra desadaptatiboa izatea egiten du. *Antsieta*, berriz, adaptazio mekanismo bat bezala ulertzen da; hau da, ezezaguna eta ez-ziurra den etorkizuneko alerta egoera baten aurrean norberak sortzen duen beldurraren ideia da.

Modu honetan, antsietatea objeturik/arrazoirik gabeko beldur gisa definitzen da (Barlow eta Chorpita, 1996; Goleman, 1996).

Antsietatea zer den definitu dugula, antsiete normalaren eta patologikoaren arteko desberdintzea egin beharra da. Izan ere, badira egoera zehatz batzuk pertsona orok antsietatea jasateko aukera ematen dutenak; hala nola, aitona-amonaren heriotza, anai-arreba baten jaiotza, irakasle aldaketa, etab. Aldiz, egoera hauen aurrean sorturiko antsietatea modu bortitz eta iraunkor batean agertzen denean, patologiko bezala kontsideratzen da. Horrelako kasuetan, antsietate trastornoari buruz mintzatzen gara (Ollendick eta Hersen, 1968).

3.2. Sintomak

Haurrengan sortutako antsietatea modu anitzetara agertu daiteke. Orokorrean, hiru eremu nagusitan nabarmentzen dira ezaugarri horiek: maila fisiologikoan, maila konduktualean eta maila kognitiboan.

Taula 2
Haurrengan sortutako antsietatearen sintomak
(Egokitua; Barrios eta Hartman, 1988 in Mash eta Terdal, 1988; Ortigosa eta Méndez 1997)

Maila konduktuala	Maila fisiologikoa	Maila kognitiboa
Ukapena	Maiztasun kardiakoa	Beldurraren pentsamendua
Beharrezkoak ez diren mugimenduak: besoak, eskuak eta hankak.	Larruazaleko arazoak	Mounstroen pentsamendua
Ezpainak hozkatzea	Esku zolan izerdia	Min hartzearen pentsamendua
Ahots dardara	Ahuldadea	Mounstroen irudiak
Llanto	Tensio muskularra	Animali basatien irudiak
Hankak arrastaka ibiltzea	Larruazalaren tenperatura	Arriskuaren pentsamendua
Ohiukatzea	Arnasestuak	Balorazio ezaren pentsamendua

Atzalak jatea	Dardarak	Pentsamendu autokritikoak
Behatz lodia ahoan sartzea	Arnas gabezia	Ezgaitasun pentsamendua
Jarrera zurruna	Goragalea	Baliogabetasun pentsamendua
Begi itxiak mantentzea	Pultsoaren intentsitatea	Min fisikoaren pentsamendua
Kontaktu bisuala ekiditea	Buruko mina	Min fisikoaren irudiak
Ahots totela	Sabeleko ondoeza	
Helduenganako haserrea	Sabeleko mina	
Ezpainaren dardara	Pixa egitea	
Tik-ak	Oka egitea	
Ilea etengabe ukitzea	Dardarak	
Hitzeko zein agresioa fisikoa		

Aurreko taulan ikusita, maila fisiologikoan sintoma hauek haurraren sistema eta organo guztietan eragiten dutela ikusten da eta horietako anitz arnas zein digestio aparatuari lotuak daude: goragalea, sabeleko mina, zorabioak, arnas-estuak, etab. Ezaugarri hauek, kexa somatikoekin lotzen dira eta horiek antsietate egoera baten adierazpen garbiak dira.

Maila konduktualari begira, haurraren eguneroko jokabidean agertzen diren egoerak nabarmentzen dira; maiztasun eta intentsitate gutxiagoaz edota gehiegikeriaz: beldurra, lotsa, ezinegona, hitz motela, agresibitatea eta erru sentimenduak dira nagusitzen diren jokabideak, bertzeen artean.

Maila kognitiboan, berriz, ez-ohikoak, irrealak eta izaera negatiboko pentsamendu eta irudi arraroak izaten dituzte. Maiz, haurrak bere burua muturreko egoeretan jartzen du, bere burua estutuz eta arazo guztien parte-hartzaile erruduna izanik.

3.3. Antsietate motak

Antsietatearen sintomak anitz direla ikusita, antsietate trastornoa modu anitzetan manifestatu daitekeela erran daiteke. Atal honetan, haurren eskolatzean ohikoenak diren antsietate trastornoak azalduko ditugu, bakoitzaren deskribapen eta gelan hautemate erraza duten sintomak azpimarratuz. Hemen azaltzen den sailkatzeko irizpidea, beraz, haurren eskolatzearekin lotuak dauden antsietate motetan oinarritzen da; baina badira sailkapena egiteko ikuspuntu zein irizpide desberdinak ere: normaltasun irizpidearen arabera (normala/patologikoa), iraunkortasunaren arabera (iragankorra/kronikoa), diagnostiko irizpideetan zehaztutako kategorien arabera (CIE-10 eta DSM-IV-TR), etab.

Sailkapena modu batean zein bertzean egiten bada ere, antsietate trastornoak ez dituzte elkarren arteko muga eta diagnostiko garbirik. Izan ere, haurrak pairatzen dituen sintomen arabera, modu konbinatuan agertu baitaitezke, antsietate mota bat bertze antsietate mota baten eragile izanik. Hona hemen zenbait antsietate mota desberdin (Bragado, Carrasco, Sanchez eta Bersabé, 1996):

Banaketagatik sortutako antsietatea

Haurraren inguru hurbileko pertsona, animala zein objektu batekiko banaketa ematean zein atzematean, haurraren sortzen den gehiegizko ondorezak definitzen du. Haurraren eredu garrantzitsu eta esanguratsuen galtzearen zein mina hartzearen aukeraren aurrean sortzen den gehiegizko preokupazioa da. Hori horrela, haurra gizartetik aldentzen saiatzen da eta galtzeko beldurra den horretara soilik atxikitzen da; gainerako guztia bigarren plano batean utziz.

Banaketa emango denaren beldurratik, haurrak ez du eskolara zein bertze lekuetara joan nahi izaten, etxean bakarrik egotearen gehiegizko beldurra agertzen da, ezezagunak diren lekuetan ezin dira atxikimenduzko irudirik gabe egon, banatzeko beldur den horrekin egon ezean lo egiteko zailtasunak izaten dituzte, banaketarekin zerikusia duten amets gaizko errepikatuak agertzen dira, sintoma eta min fisikoen maiztasun handia erakusten dute (banaketa eman behar denean), etab. Hau da, banaketa ematea ekiditen duten egoera guztiak planteatzen dituzte eta ordura arte

haurrak agertzen ez zituen beldurrak aurkezten dira. Egoera hauek maiz agertzen dira haurra eskolatzen deneko lehengo urtean; non haurra gurasoengandik bereizten den.

Banaketagatik sortutako antsietate patologiko baten aurrean egoteko, aipatu berri diren sintomak gutxienez lau aste jarraitetan agertu behar dira; haurraren ondoeza esanguratsua sortarazten duen arte.

Fobia eskolarra

Hasiera batean, banaketagatik sortutako antsietatearen ondorio gisa ezagutzen zen. Aldiz, gaur egun ezaugarri bereizgarriak dituela erraten da. Haurrak eskolara joateari uko egiten dio, eskolara joateak antsietatearen sintomak agerrarazten baitizkio: arnas-estuak, goragaleak, gosearen galera, tristezia, etab. Ukapen honen arrazoiak desberdinak izan daitezke; batzuei eskolako zenbait alorretan sortutako beldurrak eragiten die, bertze batzuei beldur sozialak, porrotak, zigorrak, etab. Horietako beldur batzuk, errealak dira, haurrak egoera konkretu batean izandako esperientzia txarra izateagatik. Bertze beldur batzuk, berriz, irrealak dira; hau da, beldurra sortzeko arrazoirik ez izan arren, haurrak beldurra agertzen du. Hala nola, azterketak ez gaituzte beldurra, ikaskideen aurrean hitz egiteko beldurra eta lotsa, aldageletan jantziz aldatzeko lotsa... Hori dela eta, eskolara ez joateko haurrak eskolara joan aurretiko ekintzetan (janztean, gosaltzean; errate baterako) ondoeza sentitzen du.

Fobia eskolarraz gain, badira haurrak gehiegizko beldurrak izaten dituen gainerako egoera batzuk ere; zenbait animaliren aurrean, odolari, ijekzioei, zauriei, fenomeno atmosferikoei,... baita zenbait egoera konkretuei ere: hegazkinean bidaiatzeari, igogailuan sartzeari, zubien gainetik zein azpitik pasatzeari, etab.

Antsietate orokorraren (generalizatuaren) trastornoa

Haurrak bere inguruarengan sortzen duen gehiegizkoa, irreal eta orokorra den kezka batek sorrarazten duen antsietatea da, sei hilabeteren iraupenean patologia bezala kontsideratzen dena. Gehiegizko kezka hau, haurrak jasan ez dituen eta agian jasango ez dituen egoeretan definitzen da. Hau da, ez dago antsietatea bultzatzen duen estimulu espezifikorik. Haurregan sortzen den antsietate hau ikasketekin eta giza

harremanekin lotzen da (ez gainditzeko beldurra, lagun edo familiako kideak galtzeko beldurra), baina baita zenbait gaixotasunei, heriotzari, etorkizuneko bizitzari, etab.

Hiru talde orokorretan sailkatu daitezke sintomak:

- Bizitzaren aspektu anitzekiko gehiegizko kezka eta beldurra; azteketak, egoera berriak, oporrak, iraganean gertatutako arazo baten pentsamenduak.
- Norberaren gaitasunekiko eta onarpen sozialarekiko gehiegizko kezka; norberaren autoebaluazioa egitea.
- Antsietatearen sintoma psikofisiologikoak; urduritasuna, fatiga, tentsio muskularra, kontzentratzeko zailtasunak.

Antsietate generalizatua pairatzen duten haurrak “haur heldu” bezala jokatzen du; haurraren adin kronologikoari ez dagokion moduan jokatuz.

Trastorno obsesibo-konpulsioa

Haurraren egunerokotasunean denbora galera esanguratsua eragiten duten obsesio eta konpulsioen agerpenean datza; haurrari oztopoak eta ondoeza sorrarazten diotenak.

Obsesioak subjektuak egunerokotasunean dituen ideia, pentsamendu, inpultso edota irudi iraunkor eta errepikakorrek dira, eta honako izaera izan ohi dute: kontaminanteak dira, dudak dira, ordenarekin erlazionatuak daude, agresibitatea eragiten duten inpultsoak dira, fantasia sexualak dira. Hasiera batean, haurra obsesio hauek nahigabekoak, esangurarik gabekoak eta aldi berean, desatseginak direla ohartzen da bere pentsamenduaren produktu diren arren (ez kanpotik ezarri eta behartutakoak). Hori dela eta, subjektuarengan sortzen diren ideia, pentsamendu, inpultso edota irudi horiek ezabatzeko eta gain hartzeko helburuarekin, bertze pentsamendu edota ekintza batzuk aurrera eramanten dira: konpulsioak.

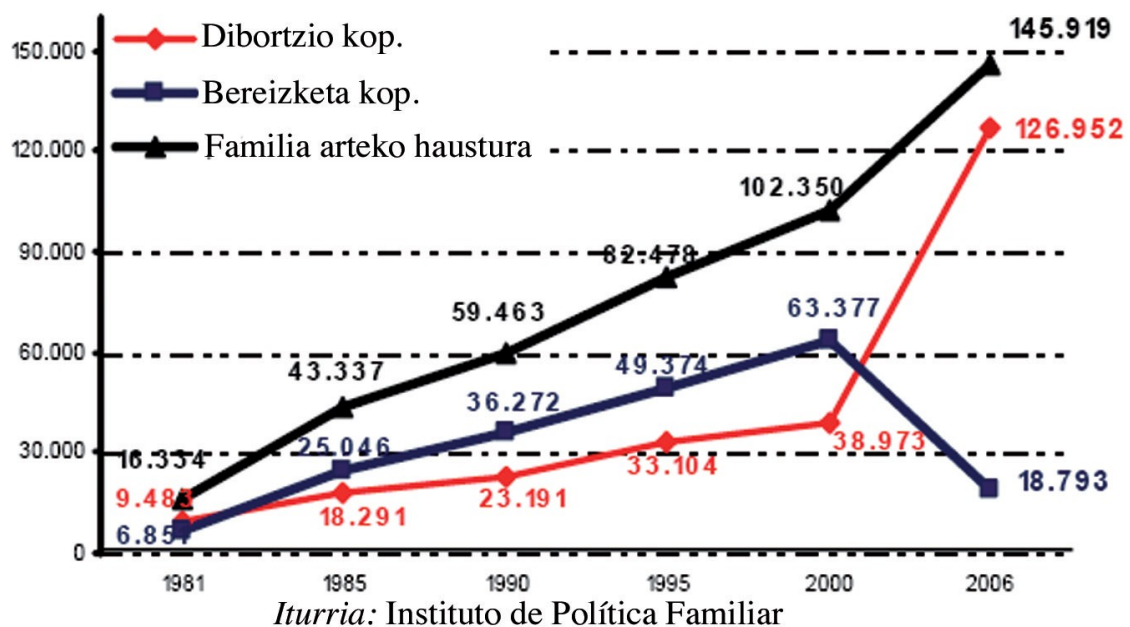
Hori horrela, *konpulsioak*, subjektuak nahita sortzen dituen jarrera edota pentsamenduak dira, hauen helburua obsesioengatik sortutako antsietatea ekiditea eta honi aurre egitea izanik. Konpulsio hauek, askotan norberak definitzen dituen erregela

edo helburuen bitartez eramanten dira aurrera, “konbultsio/jokabide erritual” bezala ezagutua.

4. GURASOEN BANAKETAGATIK SORTUTAKO ANTSIETATEA

4.1. Gurasoen bereizketa errealtate sozial gisa

1981.urtean bereizketa legea onartu zen Espainian. Urte hartatik nabarmenki igo da bereizketa tasa. 2006. urteko datuek adierazten duten bezala, 145.000 familia arteko haustura baino gehiago izan ziren (Consejo General del Poder Judicial, 2006).



Irudia 2. Azken urteetako gurasoen arteko bereizketa tasa

Banaketa edo dibortzioa gaur egungo gizartean bikoteek maiz hartzen duten erabakia da; non, ama, aita eta seme-alaba diren familia eredu tradizional idealizatua eraldatzen den. Haustura bat ematen da familiaren egiturari, eta hori familiako kideen arteko harreman aldaketaren arrazoi da.

Gaur egungo zenbait erakundek familia eredu tradizionalaren irudia mantentzen dute, sortu daitezkeen aldaketa eta alternatiba desberdinei uko eginez. Hala ere, Vega-k (2003) adierazten duen bezala, emakumearen irudian eman diren aldaketak,

teknologia berriak, homosexualitatean eskubideak, adopzioak,... bertzeen artean, familiaren definizioarekin zerikusi zuzena duten gaiak dira, definizioaren barne sartzen direlarik. Horrek, gizarte antolakuntzaren ikuspegi zabalago bat definitzen du, gurasoen banaketa edo dibortzioa ikuspegi horren aldagaietako bat izanik.

Historian zehar, bikote arteko harremanak aldatuz joan dira. Denboran atzera joanda, bikoteen arteko erlazio anitz interes eta ekonomiaren ondorio zirela erraten da. Gaur egun aldiz, maitasun eta afektuzko erlazioak nagusitzen dira eta bikoteko kide bakoitzaren zorientasun pertsonalari garrantzi handia ematen zaio.

Gurasoen arteko banaketek eragin zuzena izan ohi dute familiako kideen arteko harremanetan, baina egoera honek ez du beti haurraren konnotazio negatiboa izaten; batzuetan egokiagoa izaten baita gurasoak elkarbizitzeari uzten badiote. Azken batean, haurraren sortu daitekeen ondoreza gurasoen banaketak baino eragin handiagoa du haurraren maitasun eta errespetu ezak.

Hori horrela, bikote banaketen artean espektro zabala aurkitu daiteke, aniztasun handia baitago, kasuan kasu. Hala izanik, Bengoechea-k (1992) eta bertze hainbat ikerlarik, bereiztuta dauden gurasoen haurraren zenbait behaketa eta azterketa egin dituzte: egoera animikoa, egokitzapen pertsonala, akademikoa eta soziala, bertze aldagai anitzen artean. Ikerketa horietan ageri bezala, bereizitako gurasoak dituzten haurrek jokabide zein arazo pertsonal gehiago aurkezten dituztela frogatu da.

4.2. Haurrak gurasoen bereizketaren aurrean. Antsietate krisia.

Aurreko atalean aipatu bezala, gurasoen bereizketak ordura arte familiako kideek zituzten harremanak eraldatzen dituzte. Harreman aldaketa hauek, gurasoengan ez ezik, hauek dituzten seme-alabengan nabarmenki atzematen da. Izan ere, emozio aldaketa bortitzak ematen baitira: beldurra, intseguritatea, haserrea, nazka, kezka, etab.

Bikote baten bereizketa ez da soilik emozioetan islatzen. Aniztatan behar ekonomikoak direla eta, banatutako kideek lanaldi erdia izatetik osoa izatera pasatzen dira eta haurraren egoteko denbora tarte murriztea ekartzen du.

Bertze alde batetik, batzuetan bikoteko kide bat edota biak etxebizitzaz aldatu behar izaten dira eta horrek zenbait kasuetan haurra ordura arte eskolatua zegoen ikastetxetik ateratzea suposatzen du.

Haur batzuk, aldaketa txikiak jasaten dituzte haien eguneroko bizitzan; bertze batzuek aldaketa handiagoak izaten dituzten bitartean: bizilagun, bizitoki edota bizileku aldaketa. Hau horrela ikusirik, ulergarria da gurasoen bereizketa dela eta ematen diren aldaketek haurraren antzietate egoerak sorraraztea.

Antzietate krisia egoera honen aurrean

Haurrak tartean dauden maitasun lotura bat hausten denean, krisialdi bat ematen da subjektuaren baitan, ondorio garrantzitsuak izan ohi dituenak. Aurrera jarraitu aurretik, krisialdi bat zer den definitzea beharrezkoa dugu:

“Un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado principalmente por una incapacidad del individuo para manejar situaciones particulares, ...”¹ (Slaikeu, 1999, 16)

Autore honen arabera, krisi bati aurre egiterakoan eragina duten zenbait faktore daude: arazoaren intentsitatea, krisia jasaten duen pertsonak dituen baliabideak eta subjektuak eskura dituen giza baliabideak. Gurasoen arteko banaketa kasu, haurraren ematen den krisia egoeran egoerakoa da; gurasoek hartzen dituzten erabakien eta haurraren izaeraren (portaera, jokabidea, jarrera) araberakoa izanik.

Aurreko atalean azaldu bezala, antzietate krisia, adaptazio mekanismo moduan ezagutzen da; non, egoera berri baten egokitzapena ematen baita. Egokitzapen horretan, haurra ordura arte bizi izan ez dituen esperientzietan murgiltzen da; bitarteko bizimodua hein batean aldatuz.

Ondoren aipatuko diren sintomak orokorrak eta aldakorrak dira; haur bakoitzak bizitako egoeraren arabera aldatzen baitira. Hala eta guztiz ere, sintoma hauek agertzeak ez du haurrak trastorno bat duela adierazten. Hau da, haurrak antzietate krisi bat jasan dezake, baina horrek ez du erran nahi patologikoa denik. Garapen normala eta

¹ “Epe iraunkorrean jasandako trastorno eta desegituraketa; non, egoera partikularren aurrean ezgaitasunak azaltzen diren...”(Slaikeu, 1999, 16)

patologikoaren arteko desberdintasun eta trantsizioa ikusi badugu ere, taula honek desberdintasun bat egitera orientatuko digu:

Taula 3
Banaketagatik sortutako:
Antsietate krisia vs antsietate trastornoa
(Bernardo, P. eta Tamara, W. 2009)

Aldagaia	Antsietate krisia	Antsietate trastornoa
Agerpen urtea	6 hilabete eta 6 urte bitartean	3-18 urte bitartean
Garapen ebolutiboa	Garapen psikologikoarekin bat datorrena. Adaptatiboa	Garapen emozionalean oztupoak ditu. Ez da adaptatiboa
Antsietatearen intentsitatea	Bertze egoera batean eman daitekeen antsietate maila berdina	Intentsitate handia. Gehiegizko kezka
Pentsamendua	Min edo hiltzeko pentsamenduak ez dira arras sakonak	Min eta hiltzeko pentsamenduak arras gogorrek dira
Tenperamentua	Egozentrismoa eta enpatia malguak dira. Autoestimu erregularra	Egozentrismo handia, gurasoen atentzioaren beharra
Gurasoak	Antsietate patologiarik ez duten gurasoak. Guraso arduratsuak	Guraso gainbabesak eta intsegururoak. Antsietatea erakusteko probabilitatea
Ondorio psikosozialak	Tentsioa edo ezinegona sortzen bada ere, ez du haurraren funtzionamenduan eragiten	Antsietateak haurraren funtzionamenduak eragina du. Eskolan eta giza-harremanetan arazoak sortzen dira
Eskolatzea	Eskola ukapena ez da nagusi eta ematen bada iragankorra da	Eskolara joan nahi ez izatea. Fobia eskolarra.
Komorbilitatea	Ez du gainerako trastornoekin loturarik	Bertze trastornoekin batera agertzen da maiz

4.3. Gurasoen banaketagatik haurrek izan ohi dituzten erreakzioak

Wallerstein (2006) ikerlari kaliforniarrek gurasoen bereizketa dela eta haurrek komunean izaten dituzten erreakzioak edota sintomak deskribatu dituzte. Haur eta Lehen Hezkuntzako eskolatze aldiei loturiko etapak ageri dira ondoko lerroetan:

3 urte beherakoak

Gurasoen bereizketaren aurrean dagoen edozein adinetako haurra dela, ondorioak izaten ditu. Pertsona helduek pentsa dezakete, haurrek ez dutela egoeraren berri izaten, ez direla ezertaz ere ohartzen txikiegiak direlako. Aldiz, adin tarte honetako haurrak garapen azkarreko etapa baten daude. Horrez gain, gurasoekiko atxikimendua oso handia da.

Txikiek ez dute beraien amorrua, errukia eta larritasuna sentitzen; izan ere, bizi diren guraso zein helduaren egoera emozionala islatzen baitute. Hori dela eta, gurasoa(k) bereizketatik sortutako urduritasun eta distrakzioek, haurraren garapen kognitibo zein afektiboan behar adinako arreta eta estimulazioa eskaintzea ekiditen dute. Eta hori, haurrak etorkizunean garatuko dituen sentimendu eta jokabideetan islatzen da.

3 eta 5 urte bitartean

Maiz adin txikiko haurrek zailtasunak izaten dituzte emozioak eta pentsamenduak adierazteko orduan. Gurasoen banaketaren aurrean adin tarte honetako haurrak anizetan erantzun psikosomatikoak izaten dituzte egoera zehatz batzuetan (eskolara joatean, elkarbizitzen ez den gurasoarengana joaterakoan, errate baterako): oka egin, sabeleko zen buruko mina, sukarra, hezurretako mina, etab. Modu honetan, hitzez adierazten ez dutena gorputzaren bidez adierazten dute beraien egoera. Aipatutako erantzun psikosomatikoez gain, hauek dira adin tarte honetako haurrek izan ohi dituzten ezaugarriak:

- Beldurra, antsietatea eta nahastea: haurrak oso distraituak egoten dira eta intseguritate asko erakusten dute bizitza familiarrean emandako aldaketaren aurrean. Izan ere, helduek ez baitakite gertatzen dena haurrari nola azaldu. Gainera, adin honetan zailtasunak izaten dituzte fantasia eta errealtatearen arteko mugak zehaztean. Kaxkarrak oso ohikoak dira eta lo egiteko arazoak izaten dituzte. Etxetik ateratzeari uko egiten diote, hurbileko pertsonengandik bereiztu nahi ez izanik: “banaketatik sortutako antsietatea”. Bertze kasuetan, gurasoei ulergaitzak egiten zaizkien jokabideak azaltzen ditu haurrak; jateko arazoak, bertzeen artean.

- Agresibitatearen hazkuntza: Baztertze edo ukapen sentimenduetatik eratorritako haserrea izaten dute eta hau adierazteko agresioa erabiltzen dute.
- Etorkizuna moldatzeko esperantza: Gurasoak berriz ere elkartuko direneko itxaropena izaten dute; eta hori gertatuko deneko fantasia egoerak asmatzen dituzte beraien burua kontsolatzeko.
- Erru sentimenduak: Anitzetan haurrak bere burua gurasoen banaketaren arrazoia izan deneko ustea du.
- Atzera pausua: Kasu batzuetan, haurrek antsietatea eta intseguritatea jada barneratuak zituzten jokabideak ez eginez erakusten dute; adibidez, esfinterren kontrolean, ohea bustitzera itzultzen dira.

5 eta 7 urte bitartean

Adin tarte honetan haurrak gurasoen bereizketaren arrazoiak zein diren identifikatzen ditu. Aldiz, gatazka, haserre eta eztabaida handiak aurkezten ditu bere burua babestearren; non, gurasoren batekin harremana izatea ukatzera iritsi daitekeen.

- Tristezia eta sufrimendu sakonak: Haur anitzek triste egoteko joera dute gurasoak hala ez egonda ere, asko sufritzen dute.
- Dolua: Heriotzagatik jasandako doluaren antzekoa izaten dute “urruntzen” den gurasoarekiko eta ukapen sentimenduak handiagoak dira. Doluaren etapak pasatzen ditu haurrak, “luto emozionala” egoki sendatzen den arte.
- Bakardade sentimendua eta beldurra: Atzendua eta galdua izateko beldurra izaten du haurrak, “urruntzen” den gurasoarekiko batez ere.
- Haserrea: Bere errabia maiz banaketa ematearen ardura (haurraren ustez) izan duen gurasoarengan manifestatzen du.
- Gurasoen ezgaitasunaren kezka: Haurrak familiako nahastea ikusirik, gurasoak bere zainketaz arduratuko ez direneko beldurra du.
- Etorkizuna moldatzeko esperantza: Adin hauetan oso ohikoak dira haurrak gurasoak elkartzeko dituen itxaropena izatea.

8-12 urte bitartean

Etapan honetan haurrak etengabeko hazkuntza batean daude eta errealitatea ulertzeko gaitasun berriak eskuratzen dituzte. Gurasoen bereizketaren kausa eta ondorioez

gehiago jabetzen dira. Aldi berean, gurasoen eztabaidetan parte hartzen dute eta haurrarentzat egokiena den erabakia hartu ezean, haserretzen dira. Hori dela eta, erasotzailea eta biktima izatea egozten diete guraso diren kide bakoitzari.

- Haserrea eta muturreko ira.
- Baztertze eta ukapen sentimenduak.
- Lotsa sentimenduak, haserre morala eta mina.
- Beldurra eta fobiak.
- Erantzun psikosomatikoen handitzea: antsietatea adierazten dituzten sintomak.
- Epaitzea: Guraso ona eta guraso gaiztoa identifikatzen dituzte, gaiztoa den gurasoarengandik urruntzen direlarik.
- Ituna: Gurasoetako kide batekiko elkartasuna.
- Autoestimaren galtzea: Eskolan kontzentratzeko arazoak izaten dituzte eta horrek errendimendu baxua izatea ekartzen dio haurrari.
- Gainerako haurrekin jokabide arazoak izan ohi dituzte.

4.4. Antsietate krisia ematean eragina duten babes eta arrisku faktoreak

Babes faktoreak

- Aita eta amaren arteko gatazka ezak, haurrari anitz laguntzen dio egoera berrira egokitzen.
- Errespetua nagusi izanik, seme-alabaren aurrean bikote kide ohiaren irudi garbia mantentzea, mezu positiboak transmitituz.
- Irakasleak gurasoekin etengabeko komunikazioa eta erlazioa mantetzea, ama zein aitarekin. Beti ere, seme-alabari ahalik eta egokien erantzuteko helburuarekin.
- Haurra aita zein amarekin dagoela, gozatzeko aukera ematea; non gurasoetako kide bakoitzarekin pasatutako denboraren berri hitz egiteko aukera izango duen.
- Haurrak egiten dituen ekintzak eta ingurua gurasoen banaketa eman aurreko egoeran bezala mantentzea: eskola berdineran eraman, eskolaz gaindiko ekintza berdinak egiten, lagun berdinak mantentzen saiatu, etab. Hau da, gurasoen banaketaren ondorengo aldaketak ahalik eta txikienak izatea.

- Gainbabes egoerak sahiestea, seme-alabei beti arrazoia ez ematea; hau da, gurasoen bereizketa aurretik onartzen ez ziren jokabide eta ekintzak ez onartzea.
- Haurraren hazkuntzak eta hezkuntzak irauten duen bitartean gurasoek haurrarengan hartu behar diren erabakietan adostasunera iristeko gaitasuna; mugak, arauak eta diziplina horien barne sartzen diren gaiak izanik.

Arrisku faktoreak

- Gurasoetako kide baten “urruntzea”, bai kidearen faltagatik edota seme-alabaren eta urrundutako kidearen arteko harremanaren “hozteagatik”. Egoera horrek, urrundutako gurasoarekiko balio gutxiko harreman bat izatera eramaten du haurra.
- Gurasoen etengabeko eztabaidak haurraren agerian gelditzea.
- Gurasoetako kide batek bertzearenganako epaiketa eta aipamen ezkorrak eta itsusiak egitea; non, bertzearen irudia “zikintzen” duen.
- Haurrentzako garrantzitsuak diren harremanak zapuztea (hala nola, aitona-amonena, osaba-izebena, lagunena...) eta ohiko espaziotik anitz urruntzea (eskola aldaketa, eskolaz gaindiko jardueraz aldatzea, etab)
- Gurasoetako kide batek bertze kidearekin egindako ekintzei buruz haurrari mintzatzen ez uztea. Gustora eta eroso egon den arren, hori kontatzeko naturaltasuna eta segurtasuna ekiditea.
- Haurraren egoera emozionalean eragitea: gainbabesagatik, gurasoarenganako emozio negatiboak sortzeagatik, “xantaia emozionala” eginez (biktima jarreraz baliatuz), etab.
- Gurasoetako kide batek bikote berria izaten duen kasuetan, familia ordezkatu dueneko edozein ekintza zein komentario. Azken batean, haurraren pentsamendua, emozioak eta portaera manipulatzeko saiakerak, bikotearen banaketa dela eta batak bertzea mintzeko helbururarekin.

(Laucirica, 2001)

4.5. Haurra eta eskola

Banaturiko gurasoak dituzten haurrengan sortutako antsietateak eta gehiegizko kezkek, eragina izan ohi du ikaskuntza prozesuan; kontzentrazioan batik bat. Txikiengan oso nabarmena da kontzentratzeko arazoekin batera erakusten duten tristezia; horrek guztiak, ikasleen errendimendu akademikoan aztarnak uzten ditu. Horrez gain, bertze ondorio garrantzitsu bat, sarritan irakasleek zein tutoreek ikaskideen arteko elkarreraginetan hautematen dituzten oztupoak dira.

Eskola, familiarekin batera, haurrek jasotzen duten hezkuntzaren arduraduna da; maiz, etxeko arazoak eta gertaerak islatzen diren errealitatea ere izanik. Hori dela eta, eskolan sortzen diren arazo anitz sahiets zitezkeen, irakasle zein tutoreek haurren egunerokoan emandako aldaketen berri izanez gero. Izan ere, irakasle zein tutoreak laguntza emateaz eta haurrari egoera berria ulertzeaz arduratzen baitira.

Gurasoak banatzen direnean, haurraren zaintza egoera depresibo eta desantolatuan dagoen guraso kidearen esku geratzen bada, orduan eta nabariagoak izaten dira haurrak ikaskuntzan kontzentratzeko izaten dituen zailtasunak. Horrez gain, haurrak itxaropen faltsuak izateak eta etorkizuna aldatzeko itxaropena edukitzeak, eskola bigarren plano batean geratzea eragiten dute, bertako errendimendua jeitsiz.

Gurasoetako askok, irakasleari beraien banaketaren berri ematea ukatzen dute; gauza pertsonal bezala ulertzen baitute. Aldiz, haurraren hezkuntza familia eta eskolaren arteko emaitza izanik, isiltasun hori haurrari ondorio desegokiak sortzeko bertzetik ez da. Izan ere, irakaslea edo tutoreak izanen baitira aldaketa honen egokitzapenean behar adinako laguntza emateaz arduratzen direnak. Beraz, guraso eta irakaslearen arteko komunikazioa oso garrantzitsua da, haurraren jokabidean eta errendimendu akademikoan modu bortitzean eragiten duelarik.

Irakasleek banatutako gurasoak dituzten haurrei gertatzen zaiena ezagutu beharra dute, haurraren ongizatea ziurtatzeko. Hori horrela, askotan irakasleak gurasoek bereizteko erabakia hartu aurretik, zerbait gertatzen deneko susmoa hartzen du; ikasteko motibazioa eta kontzentrazioaren beherakada honen arrazoi izanik. Hori adierazteko, haurraren jokabide aldaketetan oinarritzen dira; gurasoen bereizketa

eman aurreko etaparekin alderatuz zein gainerako ikaskideen portaerekin konparatuz. Izan ere, antsietateak, maiz jokabide berrien agerpena baitakar.

Hala eta guztiz ere, kontuan izan beharra dugu gurasoen banaketa eman aurretik haur bakoitzak izandako egoera akademikoaren garapena. Izan ere, ez da berdina ikasketetan inolako arazorik ez zituen ikasle batek izango dituen ondorioak edota ikasteko zailtasunak zituen ikasle batek jasango dituen ondorioak. Lehenengoak modu batean manifestatuko du egoera berria (errendimendua jaitsi, motibazioa gutxitu, ikaskuntza moteldu) eta bigarrenak aldiz, bertze modu batera manifestatuko ditu (eskola porrota, adb). Beraz, gurasoen arteko banaketa eman aurretik ikasleak bizitako egoerak anitz baldintzatzen du ondorio akademikoetan, bertze esparruetan bezala (eremu sozialean, errate baterako).

4.6. Ebaluatzeko irizpideak

Ollendick (2000) adierazten duen bezala, *ebaluazioa* esplorazioa eta hipotesien ebaluazioa egitea ahalbidetzen duen prozesua da; haurra edota haur talde bat ulertzeko eta esku-hartzeko estrategia espezifikoak sortu eta garatzeko helburuarekin.

Antsietatea, nagusiki portaera eta jokabide arazoaren bidez aurkezten dela ikusirik, ebaluazioa egoera guztiei eta egoera bakoitzari egin beharra zaio. Gainera, gogora ekarri dezagun, antsietatearen aurrean sortutako erantzunek ez dutela elkarren arteko erlazio zuzenik; hau da, organismoan sortzen diren alterazio biologikoak ez dute zertan pentsamenduaren nahastearekin agertu behar ezta ukapen jarrera batekin ere. Azken batean, haur bakoitzak beldurrak adierazteko patroi bereziak erabiltzen ditu; patroi horietako bakoitza atzeman eta ulertzea derrigorrezkoa delarik.

Aipatu beharra da ebaluatzeko teknika/irizpidea edozein dela ere haur bakoitzarengan egokitu beharra dela, eta ez alderantziz. Izan ere, beharren arabera informazioa lortzea baita helburua; gerora antsietatea ulertzeko, azaltzeko eta esku-hartzeko.

Antsietatea ebaluatzeko zenbait zailtasun ageri dira. Alde batetik, antsietatea elementu subjektibo batengan aurkezten da, hau ebaluatua izan behar delarik. Ebaluazio hau, neurri handi batean, subjektuak autoebaluatzeko eta autobehaketarako dituen

gaitasunen araberakoa izaten da; hori dela eta, adin oso txikiko haurretan zailtasunak izaten dira.

Bertze zailtasun bat informazio bilketarekin harremanduta dago. Izan ere, antsietate bat ebaluatzeko ezinbertzekoa da iturri desberdinetatik informazioa eskuratzea; gurasoak, haurra, zaintzaileak, lagunak, etab. Hori, informazioa kontrastatzeko egokia bada ere, anitzetan arazoak agertzen dira isiltasuna eta gezurra tartean nahasten baitira.

Ebaluatzeko teknika desberdinak daude; horietako batzuk, baliogarriak eta fidagarriak dira, baina azkenean kasuan kasu erabakitzen diren teknikak dira erabilgarri, baliogarri eta fidagarrienak.

Hauek izan daitezke, ebaluazioaren aurrean egiten diren zenbait galdera gako (Rodríguez, J. 2000):

- **ZER EBALUATU BEHAR DA?**

- Ezaugarriak

- Osagai fisiologikoa eta motorra
 - Osagai kognitiboa
 - Osagai afektiboa

- Parametroak

- Maiztasuna
 - Intentsitatea
 - Iraupena

- Aurrekariak

- Ondorioak

- **NORENGAN EBALUATZEN DA?**

- Haurrarengan

- Hurbileko helduegan

- Hurbileko inguruarengan

- **NOLA EBALUATZEN DA?**

- Elkarrizketak

- Autotxostenak

- Behaketak

Erregistro psikofisiologikoa

Bertzelakoak.

Zalantza izpirik izan gabe haur antsietatea ebaluatzeko eta diagnostikatzeko modurik egokiena, behar bezalako historia kliniko bat egitea litzateke, azterketa zehatz bat eta ondorengo teknikak osagai izanik: psikopatologiaren balorazio klinikoa, jokabide eta jarreraren zuzeneko behaketa, familiako egoera eta errealitatearen azterketa eta maila indibidualeko elkarrizketak.

Hala ere, ebaluaketa egiteko tresna guztiak ongi etorriak izan dira haur psikopatologia klinikoan. Egun, praktikan oso erabilgarriak diren zenbait eskala daude. Hala ere, “diagnostikoa egiteko irizpideak” atalean aipatu bezala, erabilgarritasunaren limitazioak eta mugak kontuan izan behar ditugu; izan ere, antsietatea modu anitzetan aurkezten baita eta horrek honen identifikazioa eta ezagutza zailtzen baitu.

Ebaluazio honen hasieran, ezinbertzekoa da haurraren garapen psikologikoa aztertzea. Modu honetan, garapenean izandako asaldurak zein izan diren identifikatuko dira eta distortsio horietan enfasi berezia jarriko da. Izan ere, horietatik abiatuko baikara analisi psikopatologiko klinikoa gainerako esparruetara aztertzen: esparru kognitiboan, konduktualean, psikofisiologikoan eta psikosozialean. Bertze alde batetik, beharrezkoa da haurrak agertzen dituen sintomen arteko loturak eta lotura hauen nolakotasuna zehaztea.

Ebaluazaiorako tresna bat, GASC-en antsietatearen eskala da “Haur Antsietatearen Eskala orokorra” (General Anxiety Scale for Children), Sarason-ek proposatua (1960). 45 elementu bereizten dira eta guzti hauek bi multzotan banatzen dira. Badago erabiltzen den bertze tresna bat ere: CMAS “Haurretan agerturiko antsietate eskala”, berez, helduendako erabilia izan den arren, Castañeda et al. (1956)-ek haur eta nerabeengana egokitu zuen. Honek antsietate iraunkorra emango den neurtzen du, Espainian oso erabilgarria den Spielberger-en STAIC eskalaren antzera.

Haur antsietatea neurtzeko galdetegien artean GUILLIS aipatzekoa da, eskolatzeko hasierako urteetan detektatzen baitu antsietatea; tresna honek Cattell-ek diseinatutako ESPQ eskalaren egitura berdina jarraitzen du. Autoebaluaziorako eskala hauekin batera,

erdi-egituratuak dauden elkarrizketak daude, CAEF errate baterako (Children's Anxiety Evaluation Form). Bertan haurrengan ematen den antsietatearen maila neurtzen da berari egiten zaizkion elkarrizketen bidez. Elkarrizketak momentuan momentukoak badira ere, erdi egituratuak izaten dira helburu zehatzetara bideratuz. (Rodríguez, J. 2000)

4.7. Haurtzaroko antsietatearen terapeutika

Antsietatea modu anitzetan manifestatzen denez, honi erantzuteko dauden bideak ere anitzak dira. *Gorputz erlaxazioa* eraginkortasun handia duen teknika indibiduala da; gainerako teknika espezializatuagoekin batera erabili daitezkeen arren. (Hersen eta Last, 1990)

Psikoterapia sarritan aholkatzen den teknika bat dugu; baina horrek egoera konkretuetako pertsona adituak eskatzen ditu, sentimenduen adierazpenean eta haurrengan sinesten duten pertsonak, hain zuzen.

Haurrak ulertzen zaiola jakin behar du eta berari lagundu nahi zaiola. Hori dela eta, esku-hartzeko haurraren egoera psikologikoaren balorazio bat egin beharra da, eta haurra inguratzen duen ingurunearen azterketa egitea ere ezinbertzekoa da; etxea, eskola. Esku-hartzea proposatzen hasi aurretik, haurrengan desegokiak eta desatseginak diren portaera eta jokabideak identifikatu beharra dira. Terapiaren amaiera, berriz, egoerari aurre egiteko behar adinako abantailak lortu direnean ematen da. Psikoterapia bi modutan eraman daiteke aurrera: ahozkoa, non, haurraren egitura mentalen antolakuntzaren inguruko informazioa lortzen den modu zuzenean; edota ez berbala, jolasa eta adierazpen plastikoaren bidez jasotzen den informazioa.

Terapia konduktualak ere erabilgarriak izan ohi dira antsietate kasuen aurrean. Bertan garatzen diren teknika operanteak honakoak dira: modelamendua, kitzikatzailak, desegitea, kateatzea, orokortzea (jokabidea egokiak mantentzeko helburuarekin).

Terapia familiarrak ere oso ohikoak dira kasu hauetan; izan ere, gurasoen banaketagatik sortutako antsietate bat, familia dinamikaren hausturan du jatorria. Hori dela eta, haurrengan antsietatea sortzen dituzten egoera deseroso familiarrak

identifikatu behar dira eta hauek lantzen saiatu beharra da. Baina aipaturiko terapia familiar hau, esku-hartze indibidualean ematen da, edota familian egiten den esku-hartzetan.

Badira antsietateari aurre egiteko *tratamendu farmakologikoak* ere. Baina hori ez da guk helburu dugun esku-hartze psikologikoaren barne sartzen.

4.7.1. Tratamendu psikologikoa

Gaur egun abian dagoen esku hartze psikologikoa, gurasoen arteko banaketaren *hurbilpen gradualean* eta *teknika operanteetan* oinarritzen da. Prozesu bat zein bertzea delarik ere, errefortzu positiboak (materialak edota sozialak) erabiltzen dira, jokabide egoki baten garapena sustatzea helburu delarik. Horrez gain, haurrak erakusten dituen kexei ez zaio arretarik jartzen eta antsietateari aurre egiteko estrategiak erakusten zaizkio haurrari: autoistrukzioak, erantzun alternatiboen exekuzioa, bertzeen artean.

Teknika operanteen artean, *modelamendua* da garrantzia hartzen duen teknika. Izan ere, honen bitartez, subjektuarengan eguneroko jokabideen artean ez dauden jokabide konplexuentzat erabiltzen baita. Kasuan kasu, azken helburua definitzean datza eta hori lortzeko eman beharreko pausoak zehazten dira. Pausokako prozesu horretan, errefortzadoreak zein izanen diren zehaztu beharra dago. *Errefortzadoreak*, erantzun baten agerpenean laguntzen duten kitzikatzaileak dira eta materialak zein sozialak izan daitezke. Kitzikatzaile hauen tamaina eta denbora zehaztu beharra dago; izan ere, laguntza hauen agerpena progresiboki eliminatuz joan behar baita, helburu den jokabidea mantenduz. *Kateatzea*, erabilia izan den bertze teknika bat da. Bertan, jokabide helburua baten segentazioa ematen da; hau da, lantzeko errazagoak eta sinpleagoak diren jokabideetan zatitzen da lortu nahi den jokabidea. Teknika operanteen artean, *orokortzea* ere ematen da. Honen helburua, erantzuna orokortzea da, horretarako estimulua ere orokortu beharra delarik. Hots, helburu den jokabidearen agerpena eragiten duen estimulua antzekoak diren bertze estimulu batzuekin erlazionatua dago; hauek, antzeko erantzunak sortzeko probabilitatea handitzen dutelarik (Melamed eta Siegel, 1975; Bragado, 1993).

Gerturatze programa ere aurrera eramaten den bertze teknika bat da. Gutxinaka gutxinaka antsietatea sortzen duten estimuluetara eta egoeretara hurbildu behar da haurra. Modu honetan, haurrak antsietatea sortzearen arrazoiak ezagutuko ditu eta honi nola aurre egin ikasiko du. Hasiera batean, berak jasaten duen egoerarekin erlazonatutako gertaerak aurkezten zaizkio, istorio baten bitartez edo film baten bitartez, erraterako. Honekin, haurrak egoera hori bisualizatzea lortuko da; horretarako, testuinguru erlaxatu eta ziur bat sortu beharra dago, haurrari erosotasun guztia eskainiz. Behin haurrak egoera bisualizatua duela, bere eremura mugatuko da; hau da, subjektua antsietatea kontrolatzera entrenatu beharra da, haurraren barne aldaketak sortuz. Horretarako, teknika desberdinak erabiltzen dira: erlaxazioa, arnasketa diafragmatikoa eta emozioen lanketa, bertzeen artean.

Egun arte, Kendall-ek (Kendall eta Ronan, 1990) proposatutako terapia kognitibo-konduktuala (TKK) izan da antsietatearen esku-hartzea bideratzen duen programarik ikertuena. Bertan, modu idatzian zehazten diren bi bloke bereizten dira eta bakoitzean zortzi urrats definitzen dira:

Lehenengo blokea:

Lehenengo pausuan, haurraren egoeraren inguruko informazioa jasotzen da, honenganako harreman on eta hurbila erakutsiz.

Bigarren pausuan, haurrari hainbat sentimendu identifikatzen erakusten zaizkio, hauen arteko bereizketak egitea ahalbidetuz.

Hirugarren pausuan zehar, antsietate egoeren hierarkia bat egiten da, haurrak berak, egoera horietan izaten dituen erantzunak ezagutzea helburu izanik. Prozesu honetan zehar, ezinbertzekoa izaten da informazioa partekatzea guraso eta irakaslearen artean.

Laugarren fasea, erlaxazio entrenamenduetara bideratzen da. Horretarako, erlaxazio muskularra eta mentala ahalbidetzen dituzten hainbat erlaxazio teknika erabiltzen dira; beti ere, haurraren egoerara pertsonalizatuz.

Bostgarren fasean, haurrari pentsamenduak identifikatzen eta ebaluatzen erakusten zaio eta pentsamendu alternatiboak aurkezten zaizkio.

Seigarren pausua, aurre-egite estrategiek deskribatzen dute; aurre-egite pentsamendua, ahozko orientazioa eta jokabide egokien garapena aurkezten zaizkio haurrari.

Zazpigarren fasean, berriz, autoebaluazioa egiten erakusten zaio haurrari, baita autoerrefortzua egiten ere.

Azkenik, zortzigarrenean prozesu guztiaren errebisioari dagokio.

Bigarren blokea:

Haurrak lehenengo blokean ikasitako kontzeptuen praktikotasunarekin lotzen da; izan ere, esperientzia bisualek eta bizipen errealek (eskolan zein etxean) osatzen baitute; Bertan, irakaslea ereduak da (antsietatea eragiten du, aurre egiteko teknikak aplikatzeko). Kasu honetan, errefortzu sozialak garrantzi handia hartzen du, bai irakasleen aldetik eta baita ikaskideen aldetik ere.

Bederatzigarren fasean, antsietate maila baxua sortzen duten egoerak lantzen dira haurrarekin.

Hamargarren eta hamairugarren saioetan, berriz, antsietate maila handiagoa sortzen duten egoerak lantzen dira.

Hamalau eta hamostgarren saioetan, erabateko antsietatea sortzen duten egoerak lantzen dira. Gainera, azken fase hauetan, haurra proiektu indibidualizatu bat planteatzen hasten da (kantu bat, telebistako iragarki bat, poema bat, irrati programa bat, etab). Ekintza hau, grabatua izanen da eta gainerako haurrei zuzenduko zaie, antsietate bati nola aurre egin erakutsiko dielarik.

Hamaseigarren saioa, eta azkena, aurrera eramanez esku-hartzearen errebisioak hartzen du tokia. Bertan, haurraren eguneroko bizitzako gaitasunak eta esperientziak eztabaidatzen dira, tratamenduari bukaera emanez.

4.8. Esku hartze proposamena

4.8.1 Eskolaren esku-hartzea

Eskoletan txikitatik hasi beharko litzateke familia ereduaren pedagogia lantzen, adin bakoitzari dagokion ulermen-ahalmena errespetatuz. Astero lantzeko gaia ez da, baina ezin dezakegu ezkutatu.

Familia ereduaren pedagogiaren xedea ez da haurra gurasoen banaketatik babestea, baizik eta, txikitatik egiazko izaeraz ohartzeko lagutzea.

Ikastetxeetan normalean gurasoen arteko banaketa ematen denean sortzen da irakasleen artean gela barruan zerbait egiteko beharra. Horrelako kasuak gertatzen direnean, irakasleen inpotentzia areagotu egiten da, eta pixkanaka konturatzen dira, agian, protokoloaren bat izan beharko litzatekeela, kasuren bat gertatuz gero, nola jokatu behar den jakiteko.

Garrantzitsua da irakasleak bere lekuan egoten jakitea, familia da ardatza, irakasleak familiak erabakitzen duena errespetatu behar du, eta hori abiapuntu hartuta, aurrera jarraitu behar du.

NOLAKOA IZAN BEHARKO LUKE ESKU HARTZEAK?

Lehenik esku-hartze didaktikoa: prebentzioa.

Eskola giroan eman daitekeen edozein gurasoen banaketatik sortutako antsietatearen aurrean, eskolaz kanpoko adituen esku-hartzearen beharrik ez izateko, prebentzio-plana nahitaezkoa dugu. Honen helburua, honetan laburtuko litzateke: Ikasle bakarren baten edota gehiagoren gurasoak bereiziz gero, egoera horri behar bezala aurre egiteko eta gaiari buruzko ezagutza eta baliabideak lortzeko.

NOIZ JARRI MARTXAN ESKU HARTZEA?

- Antsietatea pairatzen duen ikaslearen familiako norbaitek eskatzen duenean.
- Hezkuntza-taldeko norbaitek eskatzen duenean.
- Ikastetxeko aholkulariak eskatzen duenean.
- Ikasgelan ez ohiko jokabideak ageri direnean.

NOIZ ESKU HARTU?

- Ikasle batek gurasoen arteko banaketa dela eta antsietatea pairatzen duenean.

ZERGATIK ESKATZEN DA?

- Gelan jarrera desegokiak azaltzen direlako.
- Haurra oso urduri edo oso triste dagoelako.
- Eskolako lan-errendimendu jaitsi delako edo arreta jaitsi duelako.

- Errudun-sentimendua piztu zaiolako.
- Bere lagunekin eta irakasleekin dituen harremanak aldatu egin direlako.

Bitzta normalera bueltatzeko gaitasuna duenean, eta etorkizunerako planak egiten hasten denean, amaituko da esku-hartzea. Normalizazio horrek ez du esan nahi ikasleak gertatutakoa gogoratuko ez duenik.

Kasu batzuetan ikastetxeko orientatzaileak, esku-hartzea aholkatu beharko dio irakasleari.

Nola lagundu diezaioke irakasle batek gurasoen arteko banaketa dela eta antsietatea pairatzen duen ikasle bati?

- Gurasoen arteko banaketa prozesua eta egoera ezagutuz.
- Gurasoen arteko banaketa ongi bideratua ez izatearen ondorioak atzemanaz.

IRASKALEENTZAKO ZENBAIT PAUTA

Ikaslearen gurasoak banatzeko erabakia hartzen dutenean, ahal bezain azkar irakaslearengana zuzendu beharko lirateke gertaeraren berri emateko. Irakaslearengana gurasoetako bi kideak egoerari buruz mintzatzera hurbiltzea izanen litzateke egokiena. Modu honetan, biek erakusten baitute haurraren ongizatearen ardura dutela. Elkarrekin joaterik ez badute, banaka ere egin dezakete; irakasleak bi kideekin elkarrizketa mantentzea garrantzitsua baita.

Elkarrizketa honetatik irakasleak ondoko informazioa eskuratuko du:

- Familia egoeraren inguruko ideia; haurra norekin bizi den, izan dezakeen edozein zailtasun, etab.
- Haurrak trebetasun handiena duen irakasgaia, gaitasun eta interesak zein diren, irakaslea horietan oinarritzeko laguntza ematerako orduan. Izan ere, haurraren puntu indartsuak azpimarratzeak irudi positiboak eratzea eragiten du.
- Haurrak dituen kezka eta beldurren berri izatea.

Behin gurasoengandik jasotako lehenengo informazioa dugula, jarraikortasun baten beharra dago. Horretarako, tarteka bilerak egitea beharrezkoa da, haurraren garapena bi eremu nagusietan (eskolan eta etxean) nola izan den elkarren berri izateko, honek

guraso eta irakasleen arteko lankidetzaz errazten baitu; beti ere, haurraren ongizatea helburu delarik.

Irakasleak egoera honetan dauden haurrei laguntza emateko orduan honako puntuak hartu behar ditu aintzat:

- Aita edo amak haurra eskolan uzten duenean, haurra triste geratzea gertatzen da maiz. Horrelako kasuetan, irakasleak erloju bat erakutsi liezaioke haurrari, erlojuko orratzak ordu konkretu bat adierazten dutenean edota eskolako txirrinak jotzen duenean ama edo aita bere bila etorriko dela azalduz. Askotan, etxera joateko ordua iristear dagoenean, haurrak negarrez hasteko joera izan dezake hasieran, aita edo ama bere bila etorriko ez direneko beldur izaten baitira. Baina egunak pasatu ahala, helduenganako konfidantza handitzen joaten da.
- Aita edo amaren egunean egiten diren zorion-opari zein txartelak egiterako orduan, ez da haurra lotsarazi behar, baldin eta ama edo aitarekin bakarrik bizi bada. Gisa horretako egoerak eta hizkera zaindu beharra du irakasleak, modu honetakoak ekidinez: “Erran zure aitari orri hau sinatzeko”. Hori esan beharrean, “Erran zure aita edo amari, gaur zurekin gaua pasatuko duen edozein dela, orri hau sinatzeko” erratea egokiagoa da.
- Irakaslea haurri entzuteko eta laguntzeko beti prest egon beharra du, eta hala erakutsi behar dio haurrari. Irakasleak, ikasleak behar duenerako hor egongo dela ziurtatu behar dio haurrari, inoiz bere egoeraz eta sentimenduez hitz egitera behartu.
- Haurra bizi den aita edo amarekin harreman estua izan behar du irakasleak; modu honetan, errendimenduan eta jokabidean dituen arazoak berri izango baitu.
- Gurasoak bereizita dituzten ikasleei, gainerako ikasleei ematen zaien arreta berdina eman behar zaie; ez gehiagorik ez gutxiagorik ere.
- Ohikoa da, irakasleak aita eta amarengandik jasotzen duen informazioa kontrajarria izatea. Kasu horietan, gurasoak jakinaren gainean egon behar

dute, azkenean, haurra dela ondoeza sentitzen duena eta gezur guztiak haurraren ondorio izanen direla.

- Haurra, gurasoen bereizketa dela eta, eskola berri batean eskolatzen bada, irakasleak arreta berezia jarri behar dio ikasle honi, bazterketa sentimentuari aurre egiteko.

4.8.2. Ikaslea egoera berrira egokitzen laguntzeko iradokizunak

Gertaeraren aurretik...

Gurasoen arteko banaketatik sortutako antsietateari aurre egiteko, oso komenigarria da prebentzio plan bat aurrera eramatea; are gehiago, kontuan izanik gaur egun gurasoen arteko bereizketen kopuruak gorakada nabarmena izan duela. Gertaera hau lantzeko, familia ereduaren aniztasuna eta hauen aldaketak kontuan hartzea oso eraginkorra da. Eskolak ingurumen-aldagai ugari hartu behar ditu kontuan, antolaketan eta metodologian aldaketak egin baino lehen. Eskolaren lana oso garrantzitsua da eta lagungarria gerta daiteke halako egoerarik ez agertzeko. Hiru dira adierazpen hori baieztatzeko arrazoiak: eskolako langileek prestakuntza berezia dute, hurrekin denbora asko ematen dute eta gurasoekin harreman berezia eduki dezakete.

Familiaren gaia eskolan jorratzen den gehienetan, gune nuklearraren eredutik egin ohi da. Sarri askotan beste ereduak ez dira agertzen eta, aipatzen direnean, okerrak edota arazodunak bailiran tratatzen dira. Gaur egun gero eta ume gehiago familia mota ezberdinetako partaide direnez, garrantzitsua da haien garapen psikologikorako egoera anitz horiek normalizat hartzea eta naturaltasunez horietaz mintzatzea. Familia-eredu ezberdinetan bizi izateak edota eredu horiek inguruan izateak eragina izaten duenez familia kontzeptuaren umeen eraikuntzan, eskolak hausnarketa egin behar du horren inguruan. Hasteko, gaur egungo familiaren konfigurazioaz, baloreaz eta funtzioaz; ekonomiaren, lanaren eta denboraren antolaketaz; familia zabalarekiko harremanaz, eta abarrez. Gai horien inguruan hausnartzen eta eztabaidatzen ez bada, *ezkutuko curriculumean* jarraituko dute, eta erakutsiko ditugun ereduak ez diete erantzungo gaur egungo beharrei.

Hurrengo lerroetan martxan jarri daitezken neurri zehatzak deskribatuko ditugu:

- *Lanerako plan sistematizatuak eta prebentzio neurri batzuk sortu eta erabiltzea.* Horretarako oso garrantzitsuak dira eskolan *protokoloak eta lanerako gidak* sortzea, bai irakasleentzako, bai bestelako hezitzaileentzako. Material horiek familiaren gaia ikuspuntu zabal batetik jorratzeko aukera emango lukete, bai eta une kritikoetan umeentzat prebentzio lagungarri gisa erabiltzekoa.
- *Sozializatorako trebetasunak lantzea.* Programa hauen helburua haurrek beren kideekin harremanak taxutzen ikastea da. Gaur egun dakigunaren arabera, haurrek oinarrizko lau trebetasun ikasi behar dituzte, gainerako hurrekin modu egokian harremanetan sartzeko:
 - Beren beharrak azaltzen eta laguntza eskatzen ikastea.
 - Sentimenduak modu egokian azaltzen ikastea.
 - Nork bere egintzen erantzukizuna bereganatzen ikastea.
 - Erabakiak hartzen eta arazoak konpontzen ikastea.
- *Arazoei aurre egin eta konpontzeko trebetasunak lantzea.* Haurrek ikasi behar dute nola aurre egin arazoei. Hori lortuz gero, beren bizitzen gainean kontrol handiagoa izanen dute, beren burua sendoago aurkituko dute eta beste pertsona batzuen erasoak jasateko aukera txikiagoa izanen da. Pertsona heldu osasuntsuak izateko, haurrek beren burlaren gaineko irudi positiboa garatu behar dute, eta sentitu behar dute nork bere balio eta ahalmenak badituela.
- *Autobabesa lantzea.* Autobabeseko programak garrantzitsuak dira, haurrek beren burua babesten ikas dezaten beste pertsonen erasoan aurrean.

Gertaeraren aurrean...

- *Familiaren eta eskolaren arteko lankidetzak bultzatzea, bide ezberdinetatik:*

Irakasleak gertaeraren berri duenean, familiarekin harremanetan jartzea ezinbertzekoa da; familia eta eskolaren arteko harremanetarako bitartekaria izanen delarik. Egoera hauetan, gurasoentzat beharrezkoa da irakaslea haiekin errespetuz eta modu atseginez aritzea. Horrek ez du erran nahi, gurasoek seme-alabekin egiten duten guztia gurasoei onartu behar zaienik. Gurasoen ikuspuntua begirunez hartu behar da, haien sentipen eta pentsamenduak entzun, epaitu gabe, eta laguntza eman behar zaie guraso gisa gai

senti daitezen. Gurasoek eskolarekiko harremana errespetuan eta konfiantzan oinarritzen dela sentitu behar dute eta eskolarekin elkarlanean aritzea lagungarria izan daitekeela beren seme-alabak hobeki egon daitezen.

Umearen egoera ulertzeko eta lagundu ahal izateko, beraz, ezinbestekoa da irakasleek familiaren oinarritzko funtzionamendua ezagutzea, batez ere irakasle tutoreak. Eskolaren testuinguruan eta familiarekin harremanak izanik, hona jarrian horren aniztasuna lantzeko neurri zehatz batzuk:

- Ikasle bakoitzaren familia-egoera ezagutu eta berarekin komunikazio arina izatea (informazioa trukatzeko, eskola garapenaren jarraipena egiteko, etxeko lanak burutzeko, laneko estrategia komunak adosteko eta abar).
- Familiaren aniztasuna eta bere historia errespetatzea, bazterketa jarrerak saihestuz.
- Familiari eta ikasleari krisi edota aldaketa garaietan laguntzea (bereizketa gertatzean).
- Umeei familiaren aniztasuna ezagutarazi eta berarekiko sentsibilizatzea, gaia espezifikoki eta zeharka landuz.
- Eskolan garapenerako inguru segurua eta orekatua eskaintzea, arau garbi eta esplizituak jarritz.
- Beharrezkoa balitz, hezkuntza premia iraunkor edo iragankorrei erantzuteko neurriak ezartzea.
- Egindako aurrerapenak gogoratzea, arrakastaren pedagogia sustatuz.
- Sozializazioa eta elkartasuna bultzatzea.
- Beharrezkoa denean gurasoak Administrazioa bideratzea, Ongizate Zerbitzuetara, Osasun arlora, eta abarretara.
- Curriculamaren materiala egokitu eta dibertsifikatzea: testuliburuak, ipuinak, joko eta jostailuak, gelako dinamikak, artearekin lotutako adierazpenak (antzerkia, margoketa, eskulanak, eta abar) bisualizazioa eta gaiaren lanketa erraztu ditzatela.

Irakasle eta familiako kideen arteko informazio trukatzeko egite ezinbertzekoa bada ere, ikastetxe barruko langileen arteko komunikazioa ere beharrezkoa da. Hau da, irakasle

tutoreak, ikaslearen hezkuntza prozesuan inplikatuak dauden gainerako irakasle edota hezitzaileekin ere lankidetzan aritzea azpimarratzekoa da. Laguntza emateko giro aproposa sortu beharra da eta horretarako, ikaslearengan eragiten duten hurbileko pertsonen arteko elkarlan bateratu eta arduratsu bat izateak anitz laguntzen du. Izan ere, ikaslearen egoera berriaren inguruan taldean hausnartzea oso aberatsa baita ondoren ikastetxe mailako jokaera argitzeko.

▪ *Unitate didaktiko edota zeharkako arloen bidez, familia aniztasunarekin zerikusia duten edukietan sakontzea:*

Eduki horiek lantzeko oinarria errespetua da, beraz familia eredu ezberdinen inguruko errealitateaz mintzatuko ginateke, epaitu eta deskalifikatu gabe. Bereziki garrantzitsua da lotura biologikoak ez direla emozionalak baino esanguratsuagoak ulertaraztea. Horrekin lotuta, azpimarra dezagun familiak eratzeko eta antolatzeke molde ezberdinak eskolan islatzen direla, guraso banatuak dituzten umeak, guraso bakarreko umeak, etab.

Gai hau lantzeko, ezinbertzekoa dugu denbora eta une zehatzak markatzea: ikasleen eta gurasoen tutoretzan, zenbait arlotan; hala nola, hiritartatunean, ingurune arloan, etab.

Material anitzak sortu edota erabiltzea, gaia perspektiba teorikoetatik ludikoetara eramateko aukera izateko: testuliburuak, ipuinak, filmak, kantak, etab.

Azpimarratzekoa da bisualizazioaren beharra, umeek aniztasunaren errealitatea ikustea, testuliburutik, komunikabideetatik eta eskolako materialetatik hasita. Argialetxeek gero eta hezkuntza-material gehiago proposatzen dituzte, eta hori laguntza ikaragarria izan daiteke gaur egungo familiaren inguruko ezagutza eta balioen transmisioan. Aipagarriak dira material batzuk familia ereduaren gaia espezifikoki lantzen dituztelako:

— *A Fortiori* argialetxeak «Familiaren aldeko ipuinak» bilduman (euskaraz, gaztelaniaz, galizieraz eta katalanez) hainbat errealitate azaltzen ditu, umeak beraiekin identifikatuak sentitu daitezzen.

— *Ekilikuak* argialetxeak ere zenbait material prestatu ditu, eta hauek ere lau hizkuntzetan: horma-irudiak, jokoak, puzzleak. Horien artean azpimarratzekoa da «Nor bizi da hemen?» maletatxoa; bertako jokoekin kulturartekotasuna, familia ereduak, rolak, elbarritasuna, eta abar landu daitezke.

— *Elkar* argialetxeak jokoak, puzzleak, kanta, bideoak, plastikarako materialak, kartak, CDak, eta abar argitaratu ditu *Familiak Milakolore* proiektuaren baitan, paperean eta formatu digitalean. Proiektu hori aurrera eramateko Euskal Autonomia Erkidegoko hainbat elkarterekin batera aritu da: harrera eta adopzio taldeekin, gay eta lesbiana taldeekin eta berezita dauden guraso elkarrekin.

Literatura oso lagungarria izan daiteke gaia bertze modu batez jorrazteko, errate baterako, Lehen Hezkuntzako ikasleei ipuinak irakurriz. Literaturaren bidez lortu daitezkeen ikasketek errealitatearen eta fantasiaren bidezko zubiak eraiki ditzakete. Merkatuan gero eta eskaintza zabalagoa dago adin guztietarako. Horretaz gain, egunetik egunera Curriculumaren eduki ugari familien errealitate ezberdinei egokitzeko beharra sentitzen da eskolan (zuhaitz genealogikoak, aniztasun kulturalako adierazpenak, eta abar).

▪ *Estrategia didaktikoak eta metodologia ezberdinak martxan jartzea, gaia aberastasunez landu ahal izateko.*

Talde-dinamikak, lankidetzak-ikaskuntza, antzerkia, adierazpen plastikoak, teknologia berriak, eta abar. Hezkuntza ez formalaren bidez, bitarteko anitzak erabil daitezke: antzerkia, erakusketak, kanpaldiak, dokumentalak eta filmak, eztabaidak, eta abar.

Aipaturiko iradokizun hauek, talde mailan esku-hartzeko bideratuak daude. Aldiz, guraso banatuak dituen ikasle batek sintoma espezifikoa aurkezten baditu, esku-hartzea bertze gisa batean zuzendu beharko litzateke. Hau da, jokabide arazo esanguratsuak erakusten baditu, errate baterako, “tratamendu psikologikoa” atalean zehaztutako neurri zein teknika operanteak erabili beharko ziren erantzun egoki bat emateko. Agresioa erakusten badu, berriz, gorputz erlaxazio saio batzuk tartekatzea esanguratsua izanen liratezke. Beraz, aipaturiko eskola esku-hartzea, orokorrean gurasoen arteko banaketa ematen den kasu guztietan jarraitu daitezkezen pausuak

dira. Aldiz, sintoma bereziak agertzen badira, prozesu eta iradokizun hauez gain, kasuan kasuko neurriak hartzen dira; beti ere, eskolako orientatzailearen zein pedagogia terapeutikako irakaslearen laguntzarekin.

4.8.3. Kasu baten azterketa

Kasuaren deskribapena:

Urbi, 6 urteko mutila. Haurtzaindegian ibilia da eta asko kostatzen zitzaion hasierako minutuetan egokitzea.

Urbik 3 urte zituenean, bere gurasoak bereizi ziren, eta horrek nabarmenki erangin zuen haurraren; izan ere, eskolara joaten zen aldi oro kaxkarrak izaten baitzituen: ez zuen eskolara joan nahi, arreta falta erakusten zuen, urduri atzematen zitzaion, jateko arazoak zituen, ez zuen bere irakaslea ez zen inorekin egon nahi,...

Urteak joan dira horrela eta gaur, Urbik 6 urte ditu.

Mutilaren amak arratsaldean egiten du lan eta aitak berriz, jardunaldi osoan lanaldia du. Beraz, goizetan Urbi amak eramaten du eskolara eta arratsaldetan, aiton-amonak biltzen dute mutila eskolatik. Azken finean, eskolako parte-hartze handiena aiton-amonak dute.

Gurasoen bereizketagatik sortutako antsietatea duen diagnostiko klinikoa egina du.

Urbiren diagnostiko klinikoa irakasleak esku artean izanda, irakasle tutoreak eskolako Pedagogia Terapeutikako irakaslearekin eta orientatzailearekin koordinazio bilera bat izan dute. Modu honetan, mutilak duen arazoari egokiena den erantzun bat eskainiko baitiote. Haurrak erakusten dituen sintomak geldiaraztea da planteatutako helburua. Behin hori lortuta, prebentzio programa bat aurrera eramatea erabaki da; familia ereduak gaia landuz. Izan ere, etorkizunean Urbik edota gainerako edozein ikaslek pairatu dezake antsietatea familia egituraren haustura arrazoi izanik. Hori dela eta, oso eraginkorra da prebentzio programa bat aurrera eramatea ikasleak gaiaren inguruan (familia ereduak) kontzientziatzeko. Izan ere, horrela antsietateraren sintomak

saihestuko baitira. Urbiren kasua eman aurretik egin beharko litzateke prebentzioa, baina, gertaera eman denez, etorkizuneko prebentzioa eramango da aurrera.

Hasiera batean, planteatutako esku-hartzea hilabete baterako proposatzen da.


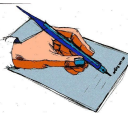


Gurasoekin bilera: Irakasle tutorea eta orientatzailea, Urbiren gurasoekin lehenengo bilera izanen dute. Bertan, Urbiren ondoeza, bilera hori egiteko arazoia dela adieraziko zaie, eta eskolak mutilari erantzuteko prestutasun osoa duela azalduko zaie; eskola inguru segurua eta orekatua dela erakutsiz. Koordinazio bileran irakasle, orientatzaile eta Pedagogia Terapeutikako irakasleen artean hartutako erabakien berri emanen zaie gurasoei, hauen iritzia eta adostasuna kontuan hartuko delarik. Esku-hartzea aurrea eramaten den bitartean, gurasoekin (aitona-amonekin, atxikimenduzko irudiak izanik) maiz bilerak egitea beharrezkoa da. Modu honetan, ikaslearen mikrosistemaren barne diren bi eremuetan (eskola eta etxea) izandako jarrera ezagutuko da eta horren arabera bideratuko da esku-hartze proposamena. Komunikazioa etengabekoa izan beharra da eta hau ahalbidetzen duten baliabideak erabiltzea komenigarria da; hala nola, agenda ibiltaria. Bertan, irakasleak eskolako egunerokoaren berri emanen die guraso zein aitona-amonei eta hauek haurrak etxean duen jarrera deskribapenarekin itzuliko diote agenda irakasleari. Aldiz, arazo zein gertaera konkretu baten inguruan mintzatzea suertatzen denean, irakasleak gurasoak (aitona-amonak) deituko ditu bilera bat adosteko.

1go astea

Helburua: Eskolara joatearen amorrua kentzea

- Arau garbi eta esplizituak erakutsi behar zaizkio haurrari: Lortu beharreko helburua zein den argi eta garbi azaldu behar zaio Urbiri: “Eskolara joatean kaxkarrak ez egitea”. Behin eta berriz errepikatuko zaio haurrari, hitzen esanahia ulertzen duen arte.
- Urbi, lehenengo aste honetan, bortz minutu lehenago etorriko da eskolara (ama eta iraslearen arteko adostasuna), nolabait haurraren egokitzapena errazte aldera. Haurra eskolara negarrez sartzean, irakasleak lasaitzeko aukera emanen dio. Horretan laguntzeko, lehenengo egunean, irakasleak erloju bat oparituko dio Urbiri. Haurra lasaitzen denean, irakasleak antsietate sorrarazten dion egoera zein den ezagututa

(atxikimenduzko irudienganako bereizketa), haurrak erantzuteko duen modua egokia ez dela adieraziko dio eta jarrera horrek ez diola ezertan ere laguntzen. Haurrenganako hurbiltasuna eta konfiantza lortzeko, oparitutako erlojuaz baliatuko da irakaslea. Haurrari modu simple eta garbi batean adieraziko dio orratzak ordu zehatz bat markatzen dutenean, aitona-amonak bere bila etorriko direla eskolara. Teknika honek funtzionatu ezean, eguneroko bat ere egin dateke; non, aita-ama eta aiton-amonen argazkiak agertzen diren egunerokoaren hasieran eta amaieran. Modu honetan, haurrak bisualki barneratuko du denboralizazioa :

9:00 <i>argazkia</i>	 Matematika	 Idazketa	 Patioa	 Ingelesa	 Musika	13:00 <i>argazkia</i>
--------------------------------	--	--	--	---	--	---------------------------------

- Urbik jarrera ona erakusten duenean (kaxkarrak hartzen ez dituenean), errefortzu sozial positiboa erabiliko dute irakasleek, baita gurasoek ere.
 - Bertzeen aurrean goraiatu.
 - Haurrak espero ez duen sari bat eman: pegatina, kromoa, agendan oharra idatzi,...
 - Keinu bat zuzendu.
 - Ikaskideen txalo zaparrada eskaini.
 - Pozik dagoenean argazki bat atera eta oparitu.
 - Jolastokira lehengoa atera.
 - (...)

- Gorputz erlaxazioa: musikako saioen zati bat, gorputz erlaxazioa lantzeko erabiliko dira. Irakasleak zuzenduko du jarduera. Ikasleak lurrean etzanen dira eta musika lasaiaren laguntzaz, gorputzeko atal guztiak erlaxatuko dituen deskribapen bat egingen du irakasleak (ikus eranskina II).

2., 3. eta 4. asteak

Helburua: Umeei familia aniztasuna ezagutarazi eta beraiekiko sentsibilizatzea, gaia espezifikoki eta zeharka landuz.

- Lehenengo astean planteatutako helburua, aste horretan bertan guztiz betetzea zaila izanik, ondoko hiru asteetan ere, planteatutako dinamika berdina jarraituko da. Horrez gain, Urbiri aukera emango zaio, urduri edota aparteko emozio eta sentimentuak dituenen irakasle tutore, orientatzaile edo Pedagogia Terapeutikako irakaslearengana (konfiantza eta hurbiltasun handiena duenarengana) zuzentzeko. Honek, haurrak antsietatea identifikatzea eta neurtzea ahalbidetuko diolarik.
- Asteazkenean bi saio (6 saio guztira) “familia ereduak” gaia lantzeko erabiliko dira. Haurrek, berriz, ez dute aurretik gaiaren berri izanen.

1go saioa

Ikaskuntza, ipuin batetik abiatuko da (ikus eranskina I); irakasleak ipuina kontatuko die eta ipuin horretatik talde eztabaida bat planteatuko du. Hein batean, eztabaida askea izango den arren, irakasleak desegokiak diren aipamenetan parte-hartuko du, Urbirengan sortu daitekeen ondorezari aurre egiteko.

2.saioa

Familia ereduaren inguruan mintzatuak direnean, haurrek Skiper-en familia deskribatzen dituzten marrazkiak egin behar dituzte. Irakasleak marrazkiak bilduko ditu esanguratsuenak eta deigarrienak direnak aukeratuko ditu. Honen helburua, emozioak eta sentimenduak lantzea da. Hau da, Skiper eta honen gurasoen keinu, aurpegi eta gorputz adierazpenak behatuko dituzte. Irakasleak, zoriontasunaren alde joko du beti, Skiper-en bizitzaren onurak eta alde positiboak azpimarratuz.

3.saioa

Saio honetan, emozioak eta sentimenduak lantuko dira. Horretarako, Skiper urtxintxaren ipuinarekin jarraituko dugu ikaskuntza. Ipuinera zuzendu aurretik, irakasleak emozioak adierazten dituzten aurpegi espresio desberdinak erakutsiko dizkie ikasleei:



Irudia 2. Emozio desberdinak

Ikasleei azalduko zaie, pertsona guztiok emozioak ditugula eta bakoitzak adierazteko modu bat duela. Irakasleak bere bizipeneko egoera batzuk kontatuko dizkie ikasleei; beti ere zoriontasuna azpimarratuz. Triste eta haserre dagoeneko egoerak ere erranen ditu; baina, egoera horiei jira eman behar die (soluzio bat bilatuz, adib) eta pertsonaren ongizatean izan behar du amaiera. Behin, emozioen atzean arrazoi desberdinak daudela ikusirik; irakasleak emozioak adierazten dituzten aurpegi bana banatuko die ikasleei. Horren arabera, ikasle bakoitzak bizitutako egoera pertsonal bat kontatu behar du (derrigortu gabe) emozioak identifikatuz.

Irakasleak poztasuna adierazten duen marrazki bat emanen dio Urbiri; haurren ongizatea bermatzeko helburuarekin.

Emozioak Urbiren ondorezaren oinarrian egonik, sakontasun gehiagoz lantzea beharrezkoa da. Horretarako, irakasleak egunero egin beharreko jardura bat planteatuko die ikasleei. Panelaren osaketa egin behar dute eskolara sartu orduko lehenengo momentuan. Paneleko alde batean, ikasle guztien argazkiak egongo dira (finkoak, mugiezinak); bertze aldean berriz, emozioak adierazten dituzten piktogramak (irudia 2). Hori horrela, ikasleak goizero gelara sartu bezain azkar, emozioen piktogramak beraien argazkiarekin lotu behar dituzte. Irakasleak nahi izanez gero, posiblea da

eskolako azken saioan zein egunean zeharreko saioetan panelari errepasso bat ematea eta ikasleei sentimenduen piktograma aldatzeko aukera emanaz:

Nola sentitzen naiz?

<i>Ikaslea 1</i>	
<i>Ikaslea 2</i>	
<i>Ikaslea 3</i>	
<i>Ikaslea 4</i>	



Modu honetan, ikasleek emozioak identifikatzen ahalbidetuko ditugu eta bertzalde, haurri (Urbiri bereziki) erraztasuna ematen zaio bere barne egoera azaltzeko. Panelean lortzen diren emaitzek informazioa ematen diote irakasleari eta horrela, esku-hartzea eraginkorra edo eraginkorra ez deneko balorazioa egitea ahalbidetuko dio. Eraginkorra izan ezean; hau da, Urbik aukeratutako piktogramak beti tristura eta haserrearekin lotzen baditu, orientatzailearen eta Pedagogia Terapeutikoko irakaslearekin elkarlanean arituz, bertze esku-hartze mota bat planteatuko da; indibiduala.

4.saioa

Emozio desberdinak identifikatuak direla, Skiper urtxintxa-ren ipuina hartuko dugu. Ikasleak talde txikitan banatuko dira (lau ikasle talde bakoitzeko). Irakasleak, berriro ere Skiper urtxintxaren ipuina irakurriko die ozenki. Ondoren, ipuineko gertaera zehatz batzuk gogora ekarriko ditu:

- Skiper urtxintxaren hasierako bizimodua.
- Skiper-en gurasoen banaketa.
- Skiper-ek basora ihes egitea.
- Skiper-en geroko bizimodua.

Ikasleek talde txikitan bildurik, egoera hauetako bakoitza aztertu beharko du eta egoera bakoitzean Skipper-ek dituen emozioak adieraziko dituzte. Hori egiteko denbora bat utziko zaie ikasleei eta saioari bukaera emateko, gainerako ikaskideei azaldu behar diete talde txikian landutakoa. Gertaera bakoitzean, emozioak argi eta garbi azaldu behar dira, bukaerako gertaeran bereziki. Horretarako, ikasleei (Urbiri batez ere) azken egoera honetako zorientasun eta ongizatea trasmintzeko, irakasleak Pirritx eta Porrotx-en “maite zaitut” kanta jarri dezake.

5.saioa

Irakasleak beraien familiaren marrazki bat egiteko proposatuko die ikasleei; marrazki hauek ikasle bakoitzaren egoera familiarrera zuzenduak egotea egokiena den arren, ez da derrigorrezkoa izanen. Irakasleak ere parte hartuko du eta honek egiten duen marrazkiak Urbiren egoeraren antzeko familia eredu bat marraztuko du: ama, alaba (irakaslea) eta aiton-amonak edo alaba aita zein amarekin ageri den bi marrazki. Honen helburua ez da Urbi identifikatua izatea; baizik eta sentitu dezakeen lotsa saihestea; nahi eta ez nahiaren arteko gatazka ekiditeko.

Irakasleak marrazkiak bilduko ditu eta horietako batzuk aukeratuko ditu bertzei erakusteko. Urbiren marrazkian zorientasun adierazpenak agertzen badira, bertzei erakusteko aukeratuko du eta gainera, azken marrazki gisa erakutsiko du. Irakasleak Urbiri errefortzu positiboa eman bitartean, klaseari amaiera emateko, ikaskideei txalo zaparrada bat eskatuko die.

Aldiz, Urbiren marrazkian, haserre eta emozio tristek ageri badira, irakasleak orientatzailearengana joko du Urbiren marrazkia erakutsiz. Bertan, esku-hartze berezi eta indibidual bat egin behar deneko erabakia hartuko da.

6.saioa

Hilabate batean zehar lantzeko proposatutako saioei bukaera emanteko, ipuin bilduma bat sortuko dute. Horretarako, irakasleak ikasleak taldetan bilduko ditu (komen da taldeen egitura jardura batetik bertzera aldatzea). “Famialia ereduak” gaia lantzen ai direla gogoraziko die ikasleei eta gaia gelan beti aurkezle izateko, liburuxka bat egin beharra dutela. Ikasleak talde txikitan bildurik Skipper urtxintxaren antzeko ipuin bat

ahoz kontatu behar dute; laburra eta sinplea. “Familia berriak ezagutzen” izenburua jarriko zaio liburuxkari; modu honetan, familia eredu desberdinak agertuko dira ipuinetan. Ondoren irakasleak, ipuin horiek liburuxka batean idatziko ditu; eta astero edota beharra ikusten duenean, ipuin horietako bat irakurriko die ikasleei.

Esku-hartze proposamena hilabete batean zehar burutzeko zehazten bada ere, ez da hor bukatzen. Etorkizunean, Urbik (kasu honetan), baita gaierako edozein ikasleek ere, izan dezakeen antsietatearen *prebentziorako* zenbait neurri hartzea gomendatzen zaio irakasleari. Neurri horiek haurrari zenbait trebetasun lantzeko eta lortzeko helburua izanik.

Sozializaziorako trebetasunak lantzeko, astean behin irakasleak tutoretza saioetan (edota egokiagoa den bertze momentu zein saioetan) Urtxintxa proiektuan (<http://www.aisia.net/>) agertzen diren jolas, dinamika,... aurrera eramanez ditu. Horrela, ikasleen arteko harremanak sendotuko dira eta giro oneko talde bateratu bat lortzea ahalbidetuko du.

Arazoei aurre egin eta konpontzeko trebetasunak, bi astetik behin landuko dira. Bertan, irakasleak talde txikitik bilduko dira (lau ikasleko taldeak) eta irakasleak planteatutako arazoei soluzioak bilatu behar dizkiete. Ondoren, gela osoak batzar bat antolatuko du beharrezkoak diren pertsonaia guztiekin (alkatea/aurkezlea, idazkaria, delegatuak, etab) eta bertan arazoaren inguruan eztabaidatuko dute, egokienak diren ondorioak planteatuz.

Gorputz erlaxazioa, musikako zein gorputz hezkuntzako saioen amaieran egingen da bi astetik behin. Bertan, lehengo astean planteatutako teknikaz gain, bertze teknika batzuk ere txandaka erabiliko dira: ikasleek elkarri masajeak ematea, minutu batzuk isiltasun osoan egotea, barruko amorrua ateratzeko garrasi egitea, etab.

CONCLUSIONES

Este trabajo se parte de la conceptualización de términos (normal vs. patológico), con el propósito de entender las diferencias y similitudes entre ellos. De igual manera, se hace referencia a la ansiedad infantil, con el propósito de entender su carácter general y conocer la evaluación e intervención de estos trastornos.

Se señalan, además, las múltiples formas que pueden adoptar las manifestaciones ansiosas en los niños, en los canales de respuesta motor, fisiológico y cognitivo.

Posteriormente se definen los trastornos de ansiedad infantil más habituales que se muestran en la etapas escolares de E.Infantil y E.Primaria; la ansiedad por separación, la fobia escolar, la ansiedad generalizada y el trastorno obsesivo-compulsivo.

Entre todos los trastornos expuestos, “La ansiedad por el divorcio de los padres” es el que se trata detalladamente en este proyecto. Se empieza por conocer el estado actual que tiene el divorcio en nuestra sociedad y se describen los efectos que suelen tener los niños/niñas en diferentes edades, lo que permite la detección de los comportamientos comunes, así como aquellos específicos que facilitan el diagnóstico del trastorno de ansiedad.

A continuación se describen las diferentes técnicas de evaluación (entrevistas, autoinformes, etc.) haciendo énfasis en las particularidades que han de ser adoptadas para la evaluación específica de cada caso para la obtención de información pertinente, válida y confiable a través de la cual se desarrolle el plan de intervención.

La presentación de las técnicas de tratamiento (el modelado, las técnicas operantes, las técnicas cognitivas, las cognitivo-conductuales y los tratamientos farmacológicos) muestra la oportunidad de combinar varios procedimientos para lograr el cambio en los principales indicadores fisiológicos, conductuales y cognitivos que constituye la sintomatología del trastorno de ansiedad.

Por eso mismo, se subraya la necesidad de trabajar oportunamente con niños que están reestructurando posterior a la ruptura del vínculo de sus padres, como una forma de evitar y prevenir secuelas negativas en el ámbito académico. En este sentido, el

papel que puede desempeñar la escuela para la superación de la crisis de ansiedad es fundamental.

Ante esta patología, la colaboración del equipo de profesores, padres y demás profesionales es imprescindible; pero también es necesario concienciar a todo el alumnado de que estos problemas existen y pueden afectarles en cualquier momento. Por eso, la educación tiene que tener como fin trabajar en valores, fomentar en nuestro alumnado una actitud positiva hacia todos los compañeros, evitando las risas y burlas hacia aquellas personas que vemos distintas o más débiles.

La manifestación de la ansiedad por la dicha razón, está más bien en función del tipo de interacción que tienen los padres entre sí. Es por eso, que los factores más importantes que determinan la adaptación psico-social de los niños después del divorcio, son la cooperación entre los padres después del divorcio y la forma en que resuelven los conflictos. Cuando los ex cónyuges son capaces de cooperar en cuestiones relacionadas con las pautas a la hora de criar a sus hijos, será menos probable que éstos presenten comportamientos agresivos y problemas de conducta. Por el contrario, cuando recurran a la agresividad verbal para resolver los conflictos que puedan plantearse, el niño presentará más problemas de conducta, una menor autoestima y se reducirá su conducta pro-social.

En ese ámbito familiar, la escuela tiene la mínima responsabilidad para intervenir; puesto que esa intervención depende del psicólogo como del psiquiatra. La participación de los centros educativos se limita a tratar el problema que padece el niño o la niña para lograr los objetivos que se plantean en cada ciclo de la etapa escolar. Para obtener esos objetivos, la escuela tiene que facilitar al alumnado y ofrecer alternativas propuestas metodológicas, recursos (materiales como sociales), etc. Teniendo en cuenta, que la escuela tiene que responder a todas las necesidades que surgen en la escuela.

La comunicación entre el ámbito escolar y familiar es indispensable (más aún para dar solución a un caso como el se ha tratado). De este modo, se logra una coherencia entre ambos entornos, lo que facilita al niño/niña en la adaptación de la nueva situación que

vive. En caso de que la comunicación no sea mutua, se origina un desequilibrio que aumenta la desorientación del niño/niña.

Finalmente, se ha de resaltar que es indispensable tener presente la necesidad de adaptar tanto los procedimientos de intervención, a los desarrollos cognitivos, a los intereses y a las condiciones contextuales y personales, para lograr cambios persistentes en el repertorio conductual del niño/niña con ansiedad, y en especial, facilitar la construcción de estrategias didácticas para un afrontamiento eficaz para situaciones posteriores.

Hiztegia

Atxikimenduzko irudiak: Maite edo gogoko den zerbaiti edo norbaitekiko lotura edo sentimenduzko erlazioaren isla.

Biktima: Bere buruan, ondasun edo eskubideetan ekintza edo egoera baten ondorio kaltugarriak jasaten dituen pertsona

Egozentrismoa: Errealitate pertsonala eta errealitate objektiboa bereizten ez dituenaren jarrera psikologikoa, bigarrenhaurtzaroan normala dena.

Erantzun psikosomatikoak: Adimenari eta gorputzari aldi berean dagokion erantzuna; bereziki jatorria faktore psikikoetan edo haien eragina duten prozesuek eragindako min fisikoa: buruko mina, sabeleko mina, hezurretako mina, etab.

Ikerketa epidemiologikoak: Medikuntza eta higienearen atala, gaixotasun infekzioso eta ez-infekziosoetan edo fenomeno morbidoetan (suizidioa) parte hartzen duten faktoreez eta hauen maiztasuna, banaketa-modua, bilakaera eta prebentziorako beharrezkoak diren bitartekoak martxan jartzeaz egiten diren ikerketak.

Ikerketa etiologikoak: Gaixotasun baten zergatien bilaketa egitea helburu duen ikerketa.

Ira: Amorrua.

Kokausalitatea: Arazo batek kausa bat baino gehigo izatea.

Komorbilitatea: Sintoma desberdinen aldi bereko agerpena.

Krisia: Gaixotasun baten bilakaeran gertatzen den aldaketa bortitza, onuragarria edo kaltegarria izan daitekeena.

Kronomenpekotasuna: Patologia baten garapena adinaren garapen ebolutiboaren araberakoa izatea.

Patologia: Gaixotasun batek eraginda gertatzen diren eta haren ezaugarri diren aldaketa anatomiko eta fisiologikoen multzoa.

Predisposizio innatoa: Inolako kanpo eragilerik ez izatea, berezko izaera duena, ez da kanpotik jaso eta ondorio berdinak edo antzekoak sortzen ditu.

Psikofisiologikoa: Psikologia experimentalaren adarra, indibiduoaren portaera eta organismoaren funtzio biologikoen arteko harremanak aztertzen dituena.

Psikomotorea: Aldi berean motrizitateari eta jarduera psikikoari dagokiona. *Psikologia klinikoa:* Lege orokorrak eman ordez, gizabanakoaren nortasuna sakonki aztertzea helburu duen psikologiaren adarra.

Psikopatologia: Psikismoaren nahasmendua dakarten prozesu patologikoak aztertzen dituen psikologiaren adarra.

Psikosoziologia: Gizabanakoak ingurune sozialean dituen portaerak eta ingurune soziala bera aztertzea helburu duen jakintza-arloa. Gizabanakoak edo giza taldeak giza harremanen partaide gisa, harreman horien oinarrian dauden prozesuak eta aldagaien (jarrera, balore, rol, etab.en) arteko harremanak ditu aztergai.

Psikoterapia: Psikosiak edo arazo psikologikoak tratatzeko baliabide terapeutikoen multzoa, terapeuta eta pazientearen arteko erlazio pertsonalean oinarritzen dena. Bien artean eratzen den harremanak pazienteari arazo psikikoa analizatu, ulertu eta gainditzea ahalbidetzen dio.

Sintoma: Egoera patologikoen islada den fenomeno subjektiboa, haiek eragindako trastorno funtzionalekin edo lesioekin erlazionaturik dagoena.

Temperamentua: Umorearen eta erantzun emozionalen aldetik, pertsona batek jaiotzez dituen joeren multzoa, bere izaera nolabait mugatzen duena.

Terapeutika: Gaixotasunen tratamenduan diharduena, sendagaiak, sendabideak eta haien erabilera aztertzen dituena. Gaixotasun bat sendatzeko ezartzen den tratamendua bera.

Trastornoa: Nahasmendua. Zelula, organo, aparatu edo sistema baten berezko ezaugarri, egoera edo funtzionamenduaren ohiz kanpoko aldaketa.

Erreferentziak

- Aguado, L. (2010): *Familia ereduak gaurko eskolan*. Tantak, 22 (1), 2010, 127-148orr.
pdf
- Arribas Hernando A.M. (2009): *Los trastornos de ansiedad en el ámbito escolar*.
- Backwin, H. eta Backwin, R. (1974): *Desarrollo psicológico del niño, normal y patológico*. México: Interamericana.
- Bados, A. (2005): *Trastorno de ansiedad por separación. Rechazo escolar y fobia escolar*.
- Barlow, D.H. eta Chorpita, B.F. (1996): "Fear, panic, anxiety and disorders of emotion" in D.A. Hope (ed), *Perspectives of anxiety, panic and fear. The Nebraska Symposium of Motivation*, vol. 43, 251-329 orr.
- Barrios, B.A. eta Hartman, D.P. (1988), "Fears and anxieties", in E. J. Mash eta L. G. Terdal (eds), *Behavioral assessment of childhood disorders*, Nueva York, The Guilford Press.
- Bengoechea, P. (1992): Un análisis exploratorio de los posibles efectos del divorcio en los hijos. *Psicothema*, 4(2), 491-511.
- Bermúdez, M.P. (2006): Manual de psicología clínica infantil. Técnicas de evaluación y tratamiento. Madrid. Biblioteca nueva: *Evaluación y tratamiento de la ansiedad infantil*, 165-210.
- Bernardo, P. eta Tamara, W. (2009): Trastorno de ansiedad por separación. Pontificia Universidad Católica de Chile. Chile. 113orr.
- Bernstein, D. eta Nietzel, M. (1980): *Introduction to Clinical Psychopathology*. Nueva York: plenum Press.
- Bielsa, V. : *Problemas y dificultades que suelen presentarse en el desarrollo evolutivo del niño de educación infantil*.
- Bragado, M.C., Carrasco, I., Sánchez, M.L. eta Bersabé, R.M (1996): *Trastornos de ansiedad en escolares de 6 a 17 años*. Ansiedad y estrés, 2, 97-112.orr.
- Buendía, J. (1996): *Psicopatología en niños y adolescentes*. Desarrollos actuales. Madrid: Pirámide.

- Castañeda et al (1956). CMAS "Haurretan agerturiko antsietate eskala". Rodríguez, J. (2000): *Psicopatología infantil básica. Teoría y casos clínicos*. Madrid.
- Castells, P. (2004). *Separémonos bien*. Madrid: Espasa.
- Doménech, E. eta Ezpeleta, L. (1995): Las clasificaciones en psicopatología infantil. In J. Rodríguez (ed), *Psicología del niño y del adolescente*. Sevilla: Manuales Universitarios.
- González, R. (1998): *Psicopatología del niño y del adolescente*. Coordinación y dirección. Madrid. Pirámide: *Contexto histórico de la psicopatología infantil*, 18-46. *Trastornos de ansiedad en la infancia y adolescencia*, 157-192.
- Hersen, M eta Last, C.G. (1990), *Handbook of child and adult psychopathology*, Nueva York, Pergamon Press.
- Instituto de Política Familiar (2008). Evolución de la familia en España 2007. www.ipfe.org/Informe_Evolucion_de_la_Familia_en_Espana_2007_def.pdf.
- Illick, J.E. (1974): Child-rearing in seventeenth century England and America. In L. of Mause (ed), *The history of childhood*. Nueva York: Psychoristory.
- Kendall, P.C. eta Ronan, K.R. (1990), "Assessment of children anxiety, fears and phobias: Cognitive-behavioral models and methods", *Handbook of psychological and educational assessment of children: Personality, behavior and context*, Nueva York, Guilford Press.
- Melamed, B.G. eta Siegel, L.J. (1975), "Reduction of anxiety in children facing hospitalization and surgery by use of filmed modeling", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, núm.43, 511-521 orr.
- Musitu (2004). *Introducción a la psicología comunitaria*. Barcelona: UOC.
- Laucirica, N. eta Abal, M. (2001): *Guía para padres y madres en situación de separación. Cómo actuar con los hijos e hijas*. Vitoria-Gasteizko Udala.
- Ollendick, T.H. eta Hersen, M. (1986): *Psicopatología infantil: panorama histórico*. In T.H. Ollendick and M. Hersen (eds.), *Psicopatología infantil*. Barcelona: Martinez Roca.

- Ortigosa, J. M. eta Méndez, F. X (1997): "Escala de Observación de Conductas de Ansiedad durante la hospitalización: Forma B para padres" in F. X. Méndez. *Miedos y temores en la infancia*. Madrid, Pirámide.
- Pacheco, B. eta Ventura, T. (2009): *Trastorno de ansiedad por separación*.
- Pons-Salvador, G. eta Barrio, V. (1995): *El efecto del divorcio sobre la ansiedad de los hijos*.
- Rodríguez, L. eta Calvo L.: *Nos hemos separado... ¿y nuestros hijos? Guía de actuación para progenitores*.
- Rodríguez, J. (2000): Psicopatología infantil básica. Teoría y casos clínicos. Madrid. Pirámide: *El desarrollo psicológico normal y patológico en la infancia*, 21-44. *La constitución conceptual de la psicopatología infantil*, 45-57. *El proceso del diagnóstico en psicopatología infantil*, 61-77. *La ansiedad y sus trastornos en la infancia*, 183-209. *Los tratamientos en psicopatología infantil*, 325-337.
- Rojas, C. (2010): *La intervención en crisis con familias que atraviesan procesos de separación o divorcio*.
- Sarason (1960). "General Anxiety Scale for Children" in Rodríguez, J. (2000): Psicopatología infantil básica. Teoría y casos clínicos. Madrid.
- Slaikeu, K. (1999): *Intervención en crisis: manual para práctica e investigación*. (Traducción realizada por Lic. Maricela Chávez Mejía) México: Editorial el Manual Moderno.
- Vega Robles, I. (2003): *El divorcio y las nuevas dimensiones de la paternidad*. San José, Costa Rica: Instituto de Investigaciones Psicológicas de la Universidad de Costa Rica, Editorial de la Universidad de Costa Rica.
- Wellerstein, J. (2006): "Y los niños... ¿qué?" Editorial Granica, Barcelona.
- Wicks-Nelson, R. eta Israel, A.C. (1997): *Psicología del niño y del adolescente*. UK: Prentice-Hall.
- Woolfolk (2006) *Psicología Educativa* (9ª edición). México: Prentice-Hall Hispanoamericana.

Web-gune interesgarriak

<http://www.aisia.net>

<http://www.vitoria-gasteiz.org>

<http://guiainfantil.com>

<http://solohijos.com>

<http://simeseparo.blogspot.com/2009/10/cuentos-para-hacer-entender-el-divorcio.html>

Eranskinak

Eranskina I

LA ARDILLA SKIPER

Janet Johnston

Skiper era una ardilla muy alegre y traviesa que le encantaba subirse a los árboles y saltar en ellos de rama en rama. Cuantos más altos mejor. Allí se sentía feliz, jugando con sus amigos y sintiendo el viento del bosque en su cara. Pero eso era antes, Skiper ahora se sentía muy triste, pues en su casa sus padres no paraban de discutirse.

Skiper se sentía muy abatido, quería mucho a sus padres pero ya desde pequeño empezó a oír sus discusiones y con el tiempo estas se hicieron más habituales. Un día, su madre le explicó que debido a esas peleas habían tomado la decisión de separarse y vivir cada una de ellas en un nido distinto. Aunque las peleas en su casa se acabaron, Skiper se sentía muy desgraciado ya que pensaba que se peleaban por su culpa y que por eso se habían separado, además no sabía que hacer, si ir con su padre o su madre ya que si elegía alguno de los dos pensaba que el otro ya no lo querría más. Se sentía muy triste y quería que sus padres volvieran a vivir juntos.

Así lo hizo y su madre cuando vio que no volvía llamó a su padre. Este le dijo que no lo había visto y así después de comprobar que no estaba con ninguno de sus amigos se pusieron a buscarlo.

La abuela de Skiper que era muy lista, lo encontró en seguida.

- Abuela, como me has encontrado? -. Preguntó Skiper.

- Solo he tenido que buscar el árbol más alto del bosque. – Respondió su abuela.- Se que te gustan los árboles muy altos.

- Papá y mamá me están buscando? -. Volvió a preguntar Skiper.

- Por supuesto, pero si has hecho esto para que vuelvan a estar juntos ha sido un error.- Dijo su abuela en tono de reprimenda.

- Pero por que abuela?

- Porque tus padres ya no se quieren.

- Y es por mi culpa...? -. Preguntó Skiper muy apenado.

- Claro que no pequeño. Mira, tus padres se enamoraron y se casaron muy jóvenes. Construyeron su nido y se querían tanto que naciste tú. Pero ellos dos son muy diferentes, ya sabes que tu madre es una ardilla, es muy activa durante todo el día y no para ni para ni en invierno. En cambio tu padre es un lirón, él prefiere más la noche que el día y además en invierno hiberna. De ahí vienen sus discusiones.

- Y por eso se han separado?

- Claro. Además, no se puede discutir todos los días porque luego podrían llegar a pelearse y hacerse más daño. Así que han decidido que para ser felices, cada uno tiene que vivir en su propio nido. Así que si los quieres, tendrás que aceptar que vivan separados.

- Pero y yo donde iré?.- Volvió a replicar Skiper.

- Mira, tu tienes lo mejor de cada uno de ellos. Eres muy activo, pero también prefieres la noche como tu padre. En cambio como eres una ardilla no tienes la necesidad de hibernar. Así que puedes pasar unas temporadas con tu padre y otras con tu madre. Ellos no se van a enfadar por eso por que te quieren mucho. Son tus padres y eso si es para siempre, no lo olvides. Skiper y su abuela se abrazaron y juntos volvieron a casa de su madre. Todos fueron felices. El padre de Skiper podía salir tranquilamente a disfrutar de la noche y su madre trabajaba de día y no paraba durante el invierno. Skiper se volvía a divertir saltando de árbol en árbol y además como pasaba unas temporadas con su padre y otras con su madre, conoció nuevos bosques e hizo nuevos amigos.

<http://simeseparo.blogspot.com/2009/10/cuentos-para-hacer-entender-el-divorcio.html>

Erankina II

“Itsas ondoan” erlaxazio osoaren bila

Hondartza bakarti batean etzanda gaude. Area beroa dago eta goxo gaude etzanda. Eguzkiak ere gure gorputza berotzen du. Itsasoko olatuen soinua baino ez da entzuten. Gure arnasketa olatuen erritmora egokitzen da. Olatua handitzen dioanean, airea sudurretik hartuko dugu eta olatua lehertzerakoan ahotik askatuko dugu (Arnasketan

tripa airez betetzen ahaleginduko gera). Marea pixkanaka igotzen hasten da eta olatuek gure oinak bustitzen hasten dira. Ura epela dago eta gustuko kilimak sortzen dizkigu oinetan.

Uraren maila pixkanaka igotzen doa eta zangoak bustitzen dizkigu. Ura epela da eta sentazio gustagarri bat sortarazten digu. Ura ipurmasailetaraino iritsi da. Bizkarra ere bustitzen hasten da. Olatu bakoitza zertxobait gehiago bustitzen digu. Eskuak ere bustitzen dira. Eta ondoren besoa da pixkanaka bustitzen dioana. Ura sorbaldaraino iritsi da. Lepoa eta burua ere bustitzen dira.

Marea igotzen jarraitzen du eta azkenik gorputz osoa itsaso epelean flotatzen daukagu. Esfortzurik gabe flotatzen dugu; badirudi gure gorputzak pisurik ez duela eta esfortzurik gabe mantentzen dela ur gainean.

Itsasoko olatuek gure gorputza kulunkatzen dute; gustuko sentazioa da.

Egoera lasaigarri honetaz disfrutatzeke denbora bat hartuko dugu. (Denbora tarte batean musika lasaia baino ez dugu utziko).

Marea berriz jaisten hasten da eta itsasoak berriz hondartza aldera gerturatzen gaitu. Burua da lehenik arean ezartzen dena. Ondoren sorbalda. Bizkarra. Area epela dago. Besoak. Eskuak. Ipurmasaila. Zangoak. Oinak. Azkenean gorputz osoa bueltatu da hasierako egoerara.

Bidai lasaigarria izan da. Baina gure gorputza esnatzen hasi behar dugu. Bakoitza bere erritmoan gorputza pixkanaka mugitzen hasiko gara, ohetik esnatzen garenean bezala. Giharrak poliki luzatuko ditugu. Begiak irekiko ditugu. Eseri egingo gara, eta denok esnatzea itxarongo dugu.