

Zeren arabera ulertzen dute heriotza?

Badira zenbait faktore:

- ✓ Adina.
- ✓ Ulertzeko gaitasuna.
- ✓ Une ebolutiboa.
- ✓ Gure balio eta sinesmenak.

Haurrek ezin dute barneratu ulertzen ez duten zerbaiz.

Heriotzaren kontzeptuak lau azpikontzeptu biltzen ditu, eta horiek haurraren eboluzioarekin batera jasotzen dira:

1. Unibertsaltasuna: izaki bizidun guztiak hiltzen dira.
2. Itzulezintasuna: norbait hil eta gero, ezin da berriz bizi.
3. Funtzionaltasun eza: hil eta gero, gorputzak ez du berriro funtzionatzen.
4. Kausalitatea: hiltzen gara zerbaitek heriotza eragiten duelako.



Adina, faktore garrantzitsua

Jaiotzetik 3 urtera bitarte

- Heriotzaren kontzeptua ez da existitzen.
- Ninia gai da galera esperimintatzeko eta etxeko atmosferan sortzen den aldaketa emozionalaren aurrean erreakzionatzeko.
- Zerbaiten falta badela antzematen du.

Eskolaurreko adina (3 — 5 urte)

- Heriotza itzulgarria edo aldi baterakoa da. "Hilik esan nahi du ez hain bizirik eta ez betirako".
- Heriotza selektiboa da, ez unibertsala (helduak, zaharrak...).
- Pentsamendu sinbolikoa, egozentrikoa, majikoa dute. "Pentsatzen duena erre alitatea izan daiteke".
- Denboraren kontzeptua mugatua da. "Askotan galdetzen dituzte gauzak".
- Heriotza aldentze edo abandonatze baten moduan bizi dute.

Eskolako adina (6 — 9 urte)

- Heriotzaren kontzeptua zabaldu egiten da.
- Zurgarritasun handiagoa dago, "ulertzeko gaitasun handiagoa aurre egitekoa baino".
- Jakinmin handia heriotzarekiko eta horren inguruko eritualetkiko.
- Heriotzaren pertsonifikazioa (hezurdura).
- 9 URTE. Heriotzaren kontzeptua behin betikoa da.
- Heriotza zabala da (ni eta besteak).

Nerabezaroa (10 urtetik aurrera)

- Heriotzaren kontzeptua heldua da: itzulezina, unibertsala eta behin betikoa.
- Hilkortasunaren kontzientzia.
- Identitate-arazoak izan daitezke.
- Lotura handiagoa izaten da adinkideekin, eta helduak arbutatu.
- Emozioak ezkutatzeko joera dute, eta jokamoldean eragina izan dezake.
- Emozioak moztortzen dituzte. Amorrua, haserrea...
- Nerabeak dolua hitzez adierazteko beharra du. Jokamolde "arraroak" izatea laguntza eskatzeko modu bat izan daiteke.



urrats txikiak
oinatz handiak

"Anai zerruan dagoen angeru bat baldin bada,
nola jar dezake matxila eskolara joateko hegal horiekin?"

"Hidakoak zerura joaten badira,
zer gertatzen da ekaitz handiak daudenean?
Erortzen dira denak?"



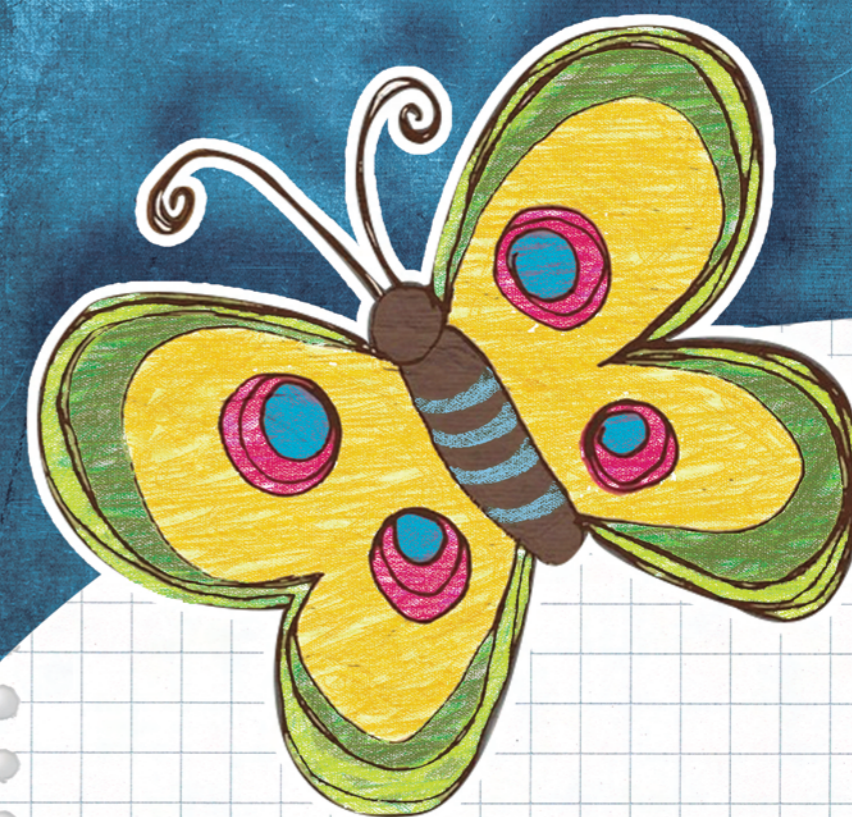
Laguntza maite dugun norbaiten galeraren aurrean

Calle Arrieta nº 1A Entrepanta 31002 Pamplona
948 36 38 83 / 660 03 41 01
www.goizargi.org / asociacion@goizargi.org



urrats txikiak
oinatz handiak

Dolua haurtzaroan eta nerabezaroan



"Haurren mina ezin da ekidin,
helduen beldurrari, ordea,
aurre egin ahal zaio"



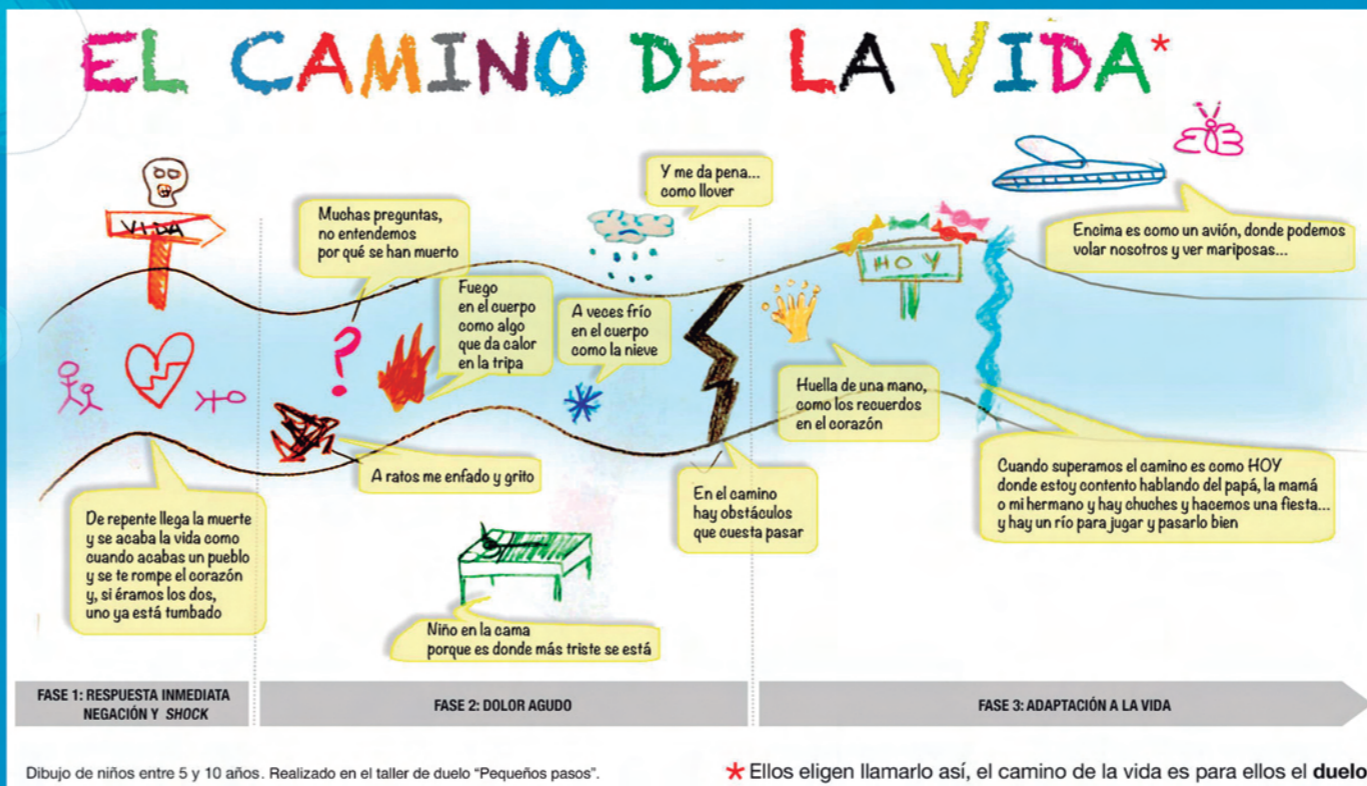
Heriotza bizitzaren parte bat da, ezin dugu ekidin. Hurbiletik bizi dugunean, laguntza behar dugu, baita besteen ulermena eta doluaren mina bizitzeko espazioa ere. Inguruak, gizarteak oro har, arreta desbideratzeko joera du, "babesteko" joera, doluaren mina ekiditekoa. Eta errealitate hori are handiagoa da gure txikiei buruz ari garenean.

Agian horren kontrakoa behar dugu, hain zuzen...

Heriotzerako hezte eta bizitarako hezte ezin dira bereizi, eta horrek laguntzen digu lasaitasuna eskuratzen une guztiak intentsitatez bizitzen ikasteko, bizitzako une bakoitza bakarra eta errepikaezina baita.

Dolua galera-egoera baten aurreko prozesu arrunt bat da, dinamikoa da, eta pertsonala eta aktiboa, hori bizitzen duena, edozein adinean ere, bere doluaren protagonista baita. Beraz, doluak eginkizun aktiboa du galerak gudan sortzen duen eragina lantzerakoan.

Eta nola erreazionatzen dute? Nola bizi dute dolua?



Haurrak, edozein helduk bezala, doluaren mina sentitu behar du, eta bizitzaren garai zail honetan tokatzen zaizkion "lanak egin" (González, 1998).

Emozioren adierazpena, helduekin alderatuta:

- Deigarriagoa da, eta kontrolgabea.
- Oso dinamikoa eta aldakorra da.
- Konektatzea-Deskonektatzea (baina ez ekiditea).
- Erregistro ezberdinak erabiltzen dituzte emozioak adierazteko. Gorputzarekin eta jokamoldearekin adierazteko joera handiagoa dute hitzarekin baino.
- Honakoak adierazten dituzte: pena, amorrua, abandonu-sentsazioa, errua, zaurgarritasuna, suminkortasuna, beldurra, bereizteko antsietatea...

Dolua haurrengan

"Bizitza, heriotza eta dolua bizitzeko, ulertzeko eta hari aurre egiteko nire moduak eragina izanen du haurrei emanen diedan laguntzan"

- Haurrek ere dolua egiten dute, bakoitza bere moduan.
- Heriotza gertatu dela esan behar zaie, ahalik eta azkarren.
- Gurasoak dituzte eredu.
- Galderak egiteko beharra dute, eta erantzun behar diegu; erantzuna ez badakigu, hobe da horixe esatea.

Oinarrizko hiru galdera egiten dituzte:

Nik eragin al dut heriotza?

Lagundu behar diegu ulertzen haiek ez direla heriotzaren arduradunak.

Niri ere gertatuko zait?

Ez dugu esan behar "ez zaizu sekula gertatuko", baina lasaitasuna helarazi behar diegu..

Nor arduratuko da nitaz?

Haurrak seguru sentitzeko beharra du, eta jakin behar du nor arduratuko den berataz, hildakoa baldin bada hori egiten zuen pertsona.

Zer egin dezakegu? Nola LAGUNDU?

Entzun, sentitu, besarkatu, errespetatu, behatu, lagundu, eutsi, haurrari eta zeure buruari begiratu.

Hurbil xamar dugun edozein heriotzak nahasten gaitu eta gure doluak esnarazten ditu. Geure buruari begiratu behar diogu besteei eusteko eta laguntzeko. Haurrek, nerabeek, helduek, guztiok behar dugu seguru sentitu, lagunduta, besarkatuta.... Heriotzak eta bizitzak min ematen dute, hori ezin dugu ekidin, baina lan egin dezakegu maitatzen eta bizitzen jarraitzen ikasteko.

- Kontu eta mimo handiz hitz egizu bizitzaren zailtasunei buruz.
- Azaldu iezaiozu eta parte har dezala, nahi badu, gaixotasun- eta heriotza-prozesuan, baina alde aurretik azaldu biziko duen une oro.
- Onartu ezazu helduok ez ditugula galdera guztien erantzunak.
- Ez isolatu penen aurrean, eta ez saiatu zu negarrez ez ikustea.
- Behin eta berriz esaiozu inor ez dela gertatutakoaren errudun.
- Aukera eman sentimenduak azaltzeko, eta emaezu lekua.
- Esan heriotza hitza, eufemismoak ekidin.
- Gogoan izan haurrek badutela gaitasuna egoera errealei aurre egiteko.

Haurra naizenez gero, zer behar dut?

- Jakin behar dut beti kasu eginen didatela. Beti seguru egonen naizela; gaizki portatzen banaiz ere zainduko nautela.
- Jakin behar dut nik ez dudala heriotza eragin. Informazio argia behar dut heriotzaren kausa fisikoei buruz. Jakiteko eskubidea dut.
- Nire familiarekin batera parte hartu eta garrantzitsu sentitu, gainerako kideak bezala.
- Eguneroko errutina, aztura egonkorak, oreka berriz eskuratzeko.
- Nire galderak entzunen dituen norbait.
- Hil den eta biziki maite dudana pertsona gogoratzeko moduak.
- Hitz egin eta gauzak hamaika aldiz errepikatu. Ona da sentitzea gaiari buruz hitz egin dezakedala nahi dudana guztietan.

Esamolde erabilgarriak

- Ez dakit zer esan ...
- Ni ere sentitzen naiz ...
- Nahi baduzu nirekin hitz egin ...
- Nahiago baduzu bakarrik egon ...
- Nik ere nahi nuke ulertu ...
- Jakin ezazu hemen nagoela, behar baduzu ...
- Nolakoa da zuretzat...?

Esamolde alferre-koak-egoistak

- Ez larritu
- Ez negarrik egin
- Ez haserretu
- Ez pentsatu
- Dena ongi joanen da

