

# Kuku

Astelehenean, 21 hilabeteko alaba zaintzen hasi naiz etxean. Erabaki dugu hobe dela, oraingoz eta ahal dugun bitartean, eskolara ez eramatea. Ondo aztertu ostean, adin horrekin, etxean, behar duen arreta-ratioa eskaintzea pentsatu dugu dela onena berarentzat: haur bat, heldu bat.

**Zoriontasuna.** “Nire seme-alabak zoriontsu izatea nahi dut” esaldia gorroto zuela, baina nolabait, hori desio zuela aitortu zigun kide duela gutxi.

Psikologo askoren esanetan, pertsonak sano hazteko euren erreferentziazko zaintzaileekiko lotura enpatiko eta sendoa behar dute (Puertas, P.). Zaintzaileok umeari honek dituen sententzio lauso, ilun eta primarioak apurka-apurka desfizatzen lagunduta, sentimendu identifikagarri bihurtuko zaizkio. Izena jarri ahal izango die. Hortxe hasten omen gara gure identitatea marrazten. Modu kontzientean sentitzerakoan, gure nortasun-enborra sendoagoa egiten doa. Prozesu hori umearen hasierako urteetan gertatzen da nagusiki (Cristobal, R.). Bide hori ondo eginez gero, pertsona horiek beren barruarekin eta inguruko errealitatearekin konexioan eta orekan bizi diren izakiak izango dira. Bizitzaren gertakizun gazi-gozoei



Andoni Mujika

IRAKASLEA  
@mujikaandoni

Psikologo askoren esanetan, pertsonak sano hazteko euren erreferentziazko zaintzaileekiko lotura enpatiko eta sendoa behar dute

aurre egiteko “pertsona ahaldunduak” (Puertas, P.). Eta beste alde batetik, eskeleto psikiko hori edukita, jasotzen dugun afektibitatea eta maitasuna bizitza osoan zehar bitaminak dira arimarentzat.

**Ikerketa bat.** Aurreko planteamenduaren alderdi bat baieztatzen duen ikerketa iritsi zait egunotan esku artera. Eta egia esan, zur eta lur utzi nau; bai ondorioengatik, baita ikerketaren ezaugarriengatik ere. Harvard-en 75 urte daramate, eten barik, zoriontasunaren gaia aztertzen. Ikerketa-galdera da ea osasuntsu eta zoriontsu zerk egiten gaituen. Robert Waldinger psikiatrak zuzentzen du azterketa lan luze hau. Ondorio nagusia hau da: harreman onek zoriontsuago eta osasuntsuago egiten gaituzte. Harreman onek, azpimarratzen dut. Hementxe bideoa ikusgai: <http://bit.ly/1noD39E>.

Ikerketaren ondorio nagusiari jarraituta, eta alabarekin etxe inguruan nagoenez, kalitatezko harremanak zaindu, garbitu eta berritzeko unera iritsi naizela sentitzen dut. Ea ondo egiten dudana. Alde batetik, eta zoritxarrez, harreman batzuekin dezepzio izugarriak hartu ditut azken urtetan. Ze gogorra den hau. Bestetik, etxean nagoen fase honetan, kokaleku profesionaletik kanpo, sumatu dut aurreko faseetako kide askoren zerrendetatik jausi egiten zarela. Ahaztu egiten zaituztela. Ez da asmo txarrez egiten den zerbait, baina halaxe gertatzen da. Hau ere mingarria izan liteke. Harreman onak zaintzeko aroa beraz, eta berriak egitekoa. ■

**Bozka ezazu!**  
Bozkatzeko epea:  
otsailaren 13tik martxoaren 10era  
[blogetan.eus](http://blogetan.eus)

Antolatzailea: **AZKUE**  
FUNDATIA

Laguntzailea: **ARGIA**