

Maria Jesus Torres

«Arreta gabezia dutenak ez dira gaizki hezitako haurrak»

Duela hamalau urte Maria Jesus Torresek iragarkia jarri zuen prentsan haur hiperaktiboak zituzten beste gurasoekin harremanetan jartzeko. Sei ama elkartu ziren kafetegi batean. Horrela sortu zen ADHI Arreta gabeziaren hiperaktibitate nahasmendua duten neska-mutil eta senitartekoen Nafarroako elkarte, Espainiako Estatuko lehena. 500 bat bazkide ditu egun.

REYES ILINTXETA

Argazkiak: Dani Blanco

Nola hasi zen elkarte hau?

Prentsan iragarki bat jarri nuen haur hiperaktiboen gurasoekin harremanetan jartzeko eta sei ama bildu ginen. Bilera hartara ez genuen batere bereizgarririk eraman elkar ezagutzeko; ez halako arroparik, ez gauza bat besapean... eta ez zen beharrezkoa izan. Sartu ahala bagenekien nortzuk gentozen hitzordu horretara. Gure artean hasi ginenean elkarri kontatzen zer nolako biziarenak genituen etxean, oso mesedegarria, oso terapeutikoa izan zen denontzat. Beste pertsona batzuei antzeko gauzak gertatzen zitzaizkiela eta zure akats berdinak egiten zituztela ikustea oso onuragarria izan zen denontzat. Lehenengo bilera horren ostean, etxera itzulitakoan, lehen aldiz ikusi nuen ene alaba haur berezi bezala, arazo bezala baino. Sekula ez naiz damutuko. Hasieran hamabost egunean behin biltzen ginen autolaguntza gaiak jorratzeko eta handik gutxira elkartearen eraketa erabaki genuen. Urrian hasi ginen paperak egiten eta urtarilerako dena eginga zegoen. Ordurako autolaguntza taldeez gain, haurrentzako trebetasun sozialak lantzeko taldeak ere abian ziren. Nire helburua zen fundazio bat eratzea, gurasoek, nik bezala, ezjakintasunarengatik egiten dituzten akatsak saihesteko.

Zure alabaren egoera izan zen zure motorra. Txiki-txikia zenetik hasi ziren arazoak?

Lehen urteak oso gogorak izan ziren eta, izan ere, neure burutik ia erabat ezabatu ditut. Baditut beste bi seme, nagusia 37

urtekoa eta bigarrena 31koa. Ziur nago bigarrena ere AGHN [Arreta Gabezi, Hiperaktibitate eta Inpulsibitate Nahasmendua] bat dela, baina ez dago diagnostikatu. Oso argia da, lanean oso ongi dago eta primeran moldatzen da toki guztietan. Baina txikia, aldiz, ez da inoiz onartua eta ulertua izan. Jendeak beti errudun jo izan du. Bere trastornoak sortarazten zituen arazo guztien errudun egin izan dute beti. 4 urte zituela ikastolan esan zidaten gelako azkena zela. Nire erantzuna izan zen norbaitek izan behar zuela. Pediatrak neurologoarengana bidali gintuen eta han egin zioten diagnostikoa. “Hiperkinetiko” zela esan zidaten,

Nortasun agiria

Maria Jesus Torres Mendicoa elbetearrak 59 urte ditu eta ADHI elkarteko sortzaile eta lehendakaria da. Idazkari ikasketak egiten zituen Donostiako Josefinen moja ikastetxean, baina amaitu baino lehen familiak zuen dendan lan egiteko itzuli behar izan zuen herrira. Duela hogeita hamazazpi urtetik Elizondon bizi da, ezkondua dago eta bi seme eta alaba baten ama da. Neskak arreta gabeziaren trastornoa du. Goizetan eta asteburuetan garbiketa lanak egiten ditu ogibidez. Arratsaldetan elkartearen egoitzan eta hamaika herri eta ikastetxetan ibiltzen da haur hiperaktiboen guraso eta irakasleekin lanean, informazioa emanez, boluntario. Ama adoretua, ezbaierik gabe.





garai hartan hitz hori erabiltzen baitzen. Denbora aurrera joan ahala, arazoak gero eta handiagoak egin ziren. Halako haur batekin zaudenean zer gertatzen ari den ulertu gabe, errieta egin eta zigorrak jarri baino ez duzu egiten. Ez nekien zer egin, nola jokatu. Aldian behin lehengusina bati deitzen nion telefonoz eta negar egiten nuen.

Ene alaba 8 urterekin ikaragarritzko depresioan erori eta 11 urte bete arte oso burumakur eta abaildua egon zen. Gainera psikologo batek esan zidanarengatik blokeo psikologiko bat izan nuen nik eta bi urtez ezin izan nuen ene alaba ukitu. Hesi handi bat sortu zen gu bion artean. Bera deprimi-tua zegoen eta nik ezin nuen ukitu eta besar-katu. Berak nire arbuioa sumatzen zuen. Adibidez, biak sofán eserita geundela, nahi gabe gure eskuek elkar ukitzen bazuten, segituan kentzen genituen, deabruak ukitu-ko baligu bezala. Orain sentitzen dut ezin izan niola eman berak behar zuen maitasuna. Bi urtez terapia egin behar izan nuen Iruñean hori gainditzeko. Errudun sentitzen nintzen eta sentitzen naiz egun ere. Psikologo hark esan ziguna izan zen blokeo horren jatorria, baina ez dut gogoratzen zer zen, nire burutik erabat ezabatu egin baitut. Denborarekin hesi hori desagertu zen baina

Diagnostiko beharra

“Begiratu hutsean ezin da esan haur batek trastorno hori duenik.

Diagnostikoa egin behar da. Gurasook nabari dugu lehenbizi eta gero ikastetxean, eskakizun akademikoak zenbat eta handiagoak izan, trastornoaren sintomak orduan eta gehiago ateratzen dira. Gauzak antolatu, ordenatu, aurreikusi, denboran kokatu... Ahalmen horiek ez dituzte berezkoak, baina landuz gero, ikas ditzakete”.

orduan berandu zen eta berak ez zuen ni hurbiltzea nahi. Elkarbizitzarekin leundu da egoera latz hori eta 14 urterekin pasa zuen krisi sakon eta gogorrean pixka bat lagundu ahal izan nion, bederen.

Nolakoak dira haur eta gazte hauek?

Oso zaila egiten zaie arreta jartzea zuk nahi duzun gauza horretan. Haien burua antena paraboliko baten antzekoa da: informazio pila jasotzen du, baina ez du deus atxikitzen. Estimulu guztiei kasu ematen diete, bereizteko gauza ez direlako. Lagungarria izaten da mezua zentzumen batetik baino gehiagotik aldi berean sarraraztea: ikusmena, entzumena eta baita ukimena edo usaimena ere ahal denean. Ulertu behar ditugu eta eskaini haiek ez dituzten egitura mentalak edo funtzio exekutiboak. Ikaragarri sufritzen dute, inork ez baititu konprenitzen. Pentsatu gabe jokatzeko dute eta horrek ondorio tamalgarriak ekarri ohi dizkie: zigorrak, errietak, nota txarrak... Baina aldi berean haiek ez dakite zer gertatzen ari den, non dagoen hutsa eta aldioro galdetzen dute: “Zer egin dut nik orain?”. Ondorioetan pentsatu gabe egiten dute dena eta gainera ez dute ikasten. Behin eta berriz errepikatzen dituzte jokamolde okerrak. Presio ikaragarria jasaten dute eta horrek guztiak askotan tristezia eta depresio egoeretara era-

Zenbakiak

Familia batean nahasmenduak jotako haur bat baino gehiago egon daiteke. Nafarroako elkarteak batzuk dira nahasmendudun bi eta hiru ume dituztenak eta bat bada jotako lau ume dituenak. Nafarroan 3.000 bat izan daitezke AGHN edo Arreta Gabezi, Hiperaktibitate eta Inpulsibitate Nahasmendua dutenak, baina 500 baino ez daude diagnostikatuak. Guztien %5 eta %7 artean. Erdiek, gutxi gorabehera, elkartearen laguntza jasotzen dute. Estatistiken arabera ikasgela bakoitzeko AGHN duen haur bana dago.

maten ditu. Batzuek 8 urte motzekin hil egin nahi dutela esaten dute. Nerabetasunera heltzean galdera gehiago egiten dute, zer gertatzen den haiekin, zergatik diren desberdinak... Hori dela eta behar-beharrezkoa da haiek jakitea badela toki bat non ulertuak izanen diren, baloratuak eta gauza asko egiteko bidea zabalduko zaiena. Hasieran burumakur, nekatu eta triste kara etortzen dira. Denborarekin hori aldatu egiten da eta alaiago datozela ikus daiteke. Hori oso atsegingarria da. Arratsaldero 70 haur eta gaztetxo baino gehiago etortzen dira elkarreak antolatutako saioetara.

Nolakoa da egunez eguneko bizimodua etxe barrenean?

Haurrak ez baditu eguneroko ohiko zereginak bereganatu (jantzi, gosaldut, hortzak garbitu...), eguna latza izan daiteke hasieratik. Beste haurrak baino ordu bate edo ordu eta erdi lehenago jaiki beharko da ohetik eskolara garaiz iristeko. Lehen minututik hasiko zara zu bere zereginak egiten: zuk jantziko duzu, gosaria ahoan sartuko diozu... Hasten dira, adibidez, galtzerdi bat jartzen eta edozein gauzarekin despistatu. Horrela, bigarrena jartzen dutenerako ordu erdia joan da. Komunera joan eta ahaztu egiten zaie hortzak garbitzera joan direla. Eta gauean segun eta nola iristen diren kaletik momentu txa-

rrak ere pasatzen dira. Amek, batez ere, pasatzen dugu gaizki. Honengatik da laguntza horren beharrezkoa. Haurren jokamoldeak aldatzeko teknikak ikasi behar ditugu gurasook. Txikiak direnean behar gaituzte eta jakin behar dugu maitasuna eta diziplina batera ematen. Lehen urteetan gaizki egin nuen guztia ikustea da gogorrena niretzako. AGHN izateagatik alabak egiten zuen guztiarengatik errieta egitea zen nire erantzun bakarra.

Hori onartzea zaila izanen da gurasoentzat...

Batzuek ez dute hasiera batean onartzen eta ukazioa baino gauza okerragorik ez da. Gurasoei, hala ere, denbora eman behar zaie hausnarketa egiteko eta egoera onartzeko. Egia esan haur hauek fisikoki oso normalak dira, horregatik batzuetan kosta egiten da buruko nahasmendu bat dutela sinestea, baina ebidentzia zientifikoa nahikoa dago gaur egun hau existitzen dela egiaztatzeko. Medikuek dira diagnostikoa egin eta tratamendua jarri behar dutenak. Dena den, gaur egun oraindik, trastorno hau existitzen ez dela dioten profesionalak aurkitzen ditugu osasun alorrean eta, bereziki, irakaskuntzan. Presio soziala ikaragarria da, horregatik elkarreka oso lagungarri egiten zaio guraso askori: hemen kontatzen ahal dizkizute egunerokoan gertatzen zaizkien gauzak kuestionatuak izan gabe eta horrek anitz laguntzen du, askotan isildu behar dituztelako. Elkarreka sortu baino lehen inork ez zigen esaten zer egin behar genuen. Egiten genuenak ez zuela ezertarako balio, besterik ez genekien. Arazo handi bat genuen eta etxera joanda, hor zinen zu, lau hormaren artean, eta arazoa zurekin.

Nola egiten zaio aurre kontu horri?

Gizarte trebetasunak lantzen dira oztopo hauek gainditzeko. Laguntzarik ez dutenek ahal bezala ikasi eta gainditzeko dituzte ozto-

lagunekin euskaraz

interneten ere bai!

gure artean euskaraz

mobiletik euskaraz

Noranahi zoazela. Nonahi zaudela. Zure jendearekin. Zure iritzia adierazi nahi duzunean, zeure erara. Euskara zure bizimoduaren osagaia da. Berezkoa duzu. Zu eta zure lagunak artean, zure giroan, **gozatu euskaraz.**

BFA DFB
Bizkaiko Foru Aldundia
Diputación Foral de Bizkaia



AZKEN HITZA

Presio soziala

“Baldintzarik gabeko maitasuna eman behar zaie. Haur hauekin bizitzea zaila da, baina egia da, bestalde, batzuetan etxean sortzen dituzten arazoak baino garrantzitsuagoak direla guretzat kanpotik, gizartetik, datozkigun mezu negatiboak. Presio soziala ikaragarria da. Mundu guztiak erakusten dizu nola hezi behar dituzun zure seme-alabak. Zenbat aldiz aditu behar izan dugu gaizki hezitako haurrak direla, guk asmatutako kontua dela, berehala pastilla ematen diegula jasaten ez ditugulako, oso guraso permisiboak izan garela eta orain ezin ditugula maneiatu edo bi zaplaztekorekin hori konpontzen dela... Halakorik esaten duenak ez daki zer den trastorno hau eta ez daki zer nolako oina-zea eragiten dien gurasoei eta, bereziki, haurrei”.

poak, asko sufrituta. Nahasmendu hau ez da kontu berria. 1902an lehen aldiz deskribatu zen genetikoki transmititzen den gaitz hau. Gertatzen dena da lehengo garaietan eskakizun akademiko eta sozialak desberdinak zirela eta 14 urterekin graduatu gabe ateratzen bazinen eskolatik ez zenuen arazorik izaten lana aurkitzeko. Orain haienztzat dena askoz ere zailagoa da. Dena den, ez da ahaztu behar arazo honek ez duela zerikusirik ahalmen intelektualarekin. Izan ere, ahalmen handiko neska-mutilak ere badira hauen artean. Edozein modutan ere, haiengan sinetsi behar dugu eta ez ahaztu gure laguntzarekin aurrera aterako direla. Etxean maitasuna aurkitzea ezinbestekoa zaie, kanpotik mezu negatibo aski daukate eta. Haien gurasoen gustuko izan nahi dute gauza guztien gainetik. Onartuak izan nahi dute. Edonolakoa izanda ere maitatuak direla sentitzea oso garrantzitsua da, baina gurasook ez dakigu askotan nola jokatu behar dugun. Egun batean “hiperaktiboa naiz eta zer?” esan dezaten da nire helburua. Laguntza ematen bazaie, haiek ez

Euskara

Elkartean euskarari oso trataera eredugarria ematen diote. Lanean diharduten sei profesionaletatik erdia euskaldunak dira. Eskaintzen diren programa nagusiak eta terapia instrumentala ere euskaraz egin daitezke. Horrez gain lan egiteko erabiltzen dituzten materialak euskaratu dituzte urte hauetan”.

dituzten egiturak ematen bazaizkie, oso emaitza onak atera daitezke.

Ikus daiteke nondik datorren herentzia?

Kasu batzuetan bai. Familian bat edo bestea ikusten da. Gure etxean nahiko argi dago hiperaktibitatea senarrarengandik hartu dutela, gel-dirik egon ezina, eta inpultsibitatea, aldiz, niregandik. Hiperaktiboak ez dira geldirik egoten, baina hori ere positiboa izan daiteke ongi bideratzen bada. Oso aktiboak dira berez eta bestelako trebeziak ere badituzte. Badira batzuk harreman publikoetarako oso onak direnak, adibidez. Askok mugitzea eta bidaiatzea eskatzen duten lanbideak bilatzen dituzte eta bikain sentitzen dira. Horretara iristeko lan ikaragarria egin behar da. Beste arazo bat da arreta gabezia, nahiz eta kasu anitzetan elkarrekin joan biak. Guri, aita-amei, dagokigu baliabideak bilatzea eta gobernuetara erakundeak, aldiz, soluziobideak ematea. Nik politikari guztiei oso inbertsio ona garela esaten diet: orain laguntza emanez gero, etorkizunerako arazoak saihestu eta hiritar normalak eta langileak izanen dituzte. ■



Donostia

Liburu azoka uztailaren 1etik 17ra, Gipuzkoa plazan

EUSKADIKO LIBURU GANBARA

- Euskal eta erdal nobedadeak
- Euskal musika
- %10eko beherapena

Bizi irakurriz!