



Umeari traumarik ez sortzeko bidea ez da heriotza ezkutatzea, akonpainamendua egitea baizik”

Naroa Martinez

Psikopedagogo

Ikasle baten gurasoa hil da, edo ikastetxeko langileren bat, gertukoren bat... Alarma gorria piztu da eskolan eta adituari deitu diote: nola jorratuko dugu gaia ikasleekin? Horrelako deiak jasotzera ohituta dago Naroa Martinez psikopedagogo, baina krisi uneetan paraxutistarena egin orde, heriotzaren inguruan irakasleak formatu eta hezkuntza-curriculumean gaia txertatzea eskatu du. Ezetz erantzun dio eskaerari Eusko Jaurlaritzako Hezkuntza sailburuak. Martinezek azaldu digu zergatik den funtsezkoa haurrekin hildakoez, doluaz, suizidioaz, sinesmenez, beldurrez, kezkez... hitz egitea ikasgelan.

Hezkuntza-curriculumean heriotzaren pedagogia gehitzeko eskatuz sinadura bilketa egin zenuen eta Eusko Legebiltzarrerara iritsi da eskaera, baina Jokin Bildarratz sailburuak erantzun du ikastetxe bakoitzaren erabakia dela gaia landu ala ez, eta lantzea erabakiz gero nahikoa baliabide badela Berritzeguneetan.

Dauden baliabideak eskasak eta zaharkituak dira, eta baliabide materialak dira, ez dago baliabide pertsonalik. Lehen bazegoen gaian aditu bat, horren inguruan laguntzera joaten zena ikastetxeetara, baina jubilatutako zenetik ez dago inor heriotzari heltzen dionik. Curriculumean ere ezer gutxi: bizitzaren zikloa jasota dago, jaiotzaz, nerabezeroaz... hitz egiten da, baina Haur Hezkuntzako curriculumak azkenekoz aztertu nuen, heriotza hitza behin baino ez zen aipatzen. Halere, Bildarratzen hitzetatik interpretatzen dut Hezkuntza sailburuak ez duela ikusten heriotzari bereziki heltzeko beharrik. Ordea, heriotza bizitzaren parte den heinean bizitza bere osotasunean ulertzeko heriotza ere ulertu behar da, eta gaia lantzea ikastetxe eta irakasleen borondatearen menpe

utiz ez da bermatzen heriotzaren inguruan aritzeko ikasleek duten eskubide unibertsala.

Helduok ez gaituzte hezi heriotzaren pedagogian, oro har ez zaigu horretaz hitz egin, eta hori da haurrei transmititzen dieguna, baina joera hori apurtuko bagenu, gertuko heriotza bat suertatzen denean bai haurra bai gu prestatuago egongo gara horri aurre egiteko, heriotzan alfabetatuak egoteak tresnak eman go dizkigu etorriko diren doluak aurreikusteko eta prozesua –gutxienez teorikoki– arintzeko, ezezaguna denak beldur handiagoa sortzen baitu. Gertuko pertsona hiltzea momentu gogorra izan daiteke, baina aurretik gaiaz hitz egin badugu, batzuen eta besteen beldur eta zalantzak aurrez partekatu baditugu, bide asko izango dugu aurreratua eta errazagoa izango da dena, bai umearentzat, bai helduontzat, erremintak garatu ahal izan ditugulako errealitate hori iristen denerako, ulertzeko normala dela gertatzen zaiguna, badugula norekin hitz egin horretaz... Horregatik, aldarrikatzen dut heriotzak zerbait finkoa izan behar duela hezkuntza-curriculumean, ikastetxeetako urteko planean kontuan hartzen



“

Txikienekin gehiago izango da
bakarrizketa bat, gure beldur
eta tabuak hausten joateko, eta
zerbait jasoko du umeak, baina
batez ere somatizatu egingo
du, heriotzaz ari garelarik
guri mugitzen zaiguna
jasoko du, emozioetatik”

den zerbait, eta horretarako irakasleak formatzea ezinbestekoa da, baliabide materialak baino inportanteago, gaiari buruzko zein ipuin irakurri behar den zehaztea baino inportanteago, alegia.

Badago adinik heriotzaz hitz egiten hasteko? Ulertzen al dute txikienek heriotza? Eta nola azaldu gaia adinaren, ume bakoitzaren errealitatearen... arabera?

Ez dago heriotzaz hitz egiten hasteko gutxieneko adinik, baina ezberdin transmititzen eta jasotzen da heriotza haurraren adinaren eta gaitasunen arabera, zeren adibidez txikienek kontzeptu asko ez dute ulertuko. Jakin heriotza azaltzeko bost direla lantzen diren kontzeptuak: funtzionaltasun eza –euskaraz garbi ezberdintzen dugu: gorputza eta gorpua– eta kontzeptu hau oso lagungarria da txikienei heriotza zer den azaltzeko; itzulezintasuna –honetan kalte handia egin dute marrazki bizidunek, sarri erraz hil eta berpizten direlako pertsonaiak–; kausalitatea –heriotza dela gertatu den zerbaiten ondorioa–; gorputzik gabeko jarraikortasuna –gugan utzi duen ondarea, arrastoa, haren oroimena...–; eta unibertsaltasuna –jaiotzen den izaki oro hilko da–. Bost horiek ulertzen ditugunean esan dezakegu garaia gai heriotza bere osotasunean ulertzeko, baina prozesu bat da, txikitik ez dituztelako hainbat kontzeptu ulertzen, horrek ez du esan nahi ezin dugunik haiekin heriotzaz hitz egin: txikienekin gehiago izango da bakarriketa bat, gure beldur eta kezka azaleratzeko eta geure tabuak hausten joateko gaizki ez datorrena, eta zerbait jasoko du umeak, baina batez ere somatizatu egingo du, gaiaz ari garelarik edo heriotza bat bizi dugularik guri mugitzen zaiguna jasoko du, emozioetatik. Eta pixkanaka bidea egiten goaz.

Haurtzaroko une batean ohikoa izaten da guztiahaltasun sentsazioa: uste dute beraiek eragin dezaketela heriotza, esaterako norbaitekin haserretu eta hilabetera hil egin bada. Erruduntasuna oso presente dago beti heriotzaz ari garenean, baita helduengan ere –egin izan banu, esan izan banio...– eta inportantea da umeak 5-6 urte inguru dituenean erruduntasuna lantzea, argi uzteko une jakin batean desiratu badu ere norbait hilda egotea, ez dela heriotza horren eragilea. Garai bertsuan, heriotza gerta daitekeela barneratzen dutenean, momentu kritiko bat izaten da eta beldu-

rrak hasten dira, iluntasunari beldurra, norbera edo erreferentziazko norbait hiltzeari beldurra... Horretaz guztiaz hitz egin dezaketela txiki-txikitatik baldin badakite, errazagoa izango da bidea, haien galderek eta ezinegonek gidatuko dutelako zein behar duten une bakoitzean. Nerabazarora iristen direnean, bost kontzeptuak ongi barneratu ohi dituzte.



Une batean beldurra hasten dira, iluntasunari beldurra, norbera edo erreferentziazko norbait hiltzeari beldurra... Horretaz guztiaz hitz egin dezaketela txiki-txikitatik baldin badakite, errazagoa izango da bidea”

Aipatu duzu momentu kritiko bat dela hiltzeari beldurra garatzen dutenean. Horretatik babestu nahi izatea eta haurrari traumarik ez sortzea izan daiteke arrazoiak helduok heriotzaz hitz egitea saihesteko?

Gu ez gaituzte heriotzaren pedagogian hezi eta haurrak traumatizatzeko beldur gara, baina nik uste traumatizatu ta gu gaudela, hain justu gaiaz hitz egin ez digutelako. Heriotza iritsi iritsiko da, horretaz hitz egin edo ez, baina traumatikoagoa da ezagutzen ez duzun zerbait bat-batean agertzea. Garai batean hildakoak etxean izaten zituzten, baina sarri umei ezer azaldu gabe, akonpainamendurik gabe, eta orain gaixoak eta hildakoak herrigunetik kanpora atera ditugu, ospitale eta beilatokitara, eta akonpainamendurik egin gabe jarraitzen dugu, hor dugu arazo larrienetakoa. Heriotza etxetik atera eta ezkutatzea ez delako traumarik ez sortzeko bidea, akonpainamendua da traumarik ez sortzeko bidea. Berdin eskolan: heriotzari buruzko ipuin edota film on bat gomendatu diezazuket, baina ez badugu gaia mahai gainean jartzen eta horretaz hitz egiten, bai

haurrek bai helduok ditugun beldurra eta galderak ez baditugu azaleratzen eta ez badugu elkarren akonpainamendurik egiten, jai dugu.

Haurrak galdetu didala hilko ote naizen? Ba ez diot gezurrik esango, jakinik haurrek galdetzen dutela ulertzeko gai direnean, eta kokatu behar dugu gure burua erantzun horren aurrean umea eutsi ahal izateko. Baietz, noizbait hilko naizela esango nioke, baina espero dudala ahalik eta beranduen izatea eta momentua aprobetxatzea dela egin dezakegun onena, lehen aipaturiko gorputzaren jarraikortasun edo oroimen horretarako bizipenak eraikitzen segi dezakegula.

Heriotza tabu izateko errepikatzen den beste arrazoi bat da dei efektua sortzeko beldurra, heriotzaz hitz egiteak heriotza ekarriko balu bezala.

Beraz, hitz egin dezagun heriotzaz haurrekin. Heriotza natural bizitzeko, egunerokoan jorratu behar omen dugu heriotza. Nola landu gaia egunerokoan?

Nire galdera da, nola ez? Ikasturte osoan, hogeikasleko gelan, inork ez dizu heriotzari lotutako ezer ekarri uneren batean? Ukrainako gerra dela, covid, hilketa matxisten albiste andana, suizidioen eta suizidio saiakeren gorakada... Mila aukera daude heriotzari heltzeko, baita errealitate hurbilean ere: loreak zimeldu direla, ikasgelako arraintxoak arrain-ontzian hil direla, zuhaitza hai-zeak apurtu duela, aitona-amonak edo etxeko maskota hil zaizkigula... Duela gutxi, ikastetxe inguruan hildako txoriei haurrek loreak eramane zizkieten eta argazkiak bidali zizkidaten. Zuhaitz genealogikoak egitea ere ohikoa da eskolan, zergatik ez luzatu zuhaitz hori hildakoren bat agertu arte? Hainbeste dira adibideak, zaila egiten zaidana dela heriotzaz ez hitz egitea. Eta kontua ez da uneoro beldurra transmititzea, baina iskin ere ezin diogu egin heriotza gure bizitzaren parte dela azaltzeari.

Suizidioa aipatu duzu. Lanketa berezia behar du?

Nik uste suizidioak helduengan behar duela lanketa berezia. Tabuen tabua izaten jarraitzen du, nahiz eta hasi garen pixkanaka bai osasun mentalaz hitz egiten, baita suizidioa gehiago aipatzen ere. 11 urteko haurrak baldin badaude suizidatu direnak edo suizidatzen saiatu direnak, jakin badakite hori existi-



"Mila aukera daude heriotzari heltzeko, baita errealtate hurbilean ere". Duela gutxi, adibidez, Herri Ametsa Ikastola inguruan hildako txoriei loreak eraman zizkieten haurrek.

tzen dela, eta hobe da 5. edo 6. mailatik aurrera [10-12 bat urteko gazteekin] horretaz hitz egitea, gaia saihestea baino. Adin hori jarri dut erreferentzia moduan, ulermen gaitasunagatik gehienbat, baina gerta daiteke gazteagoak direnek eurek jartzea gaia mahai gainean, eta orduan lehenago heldu beharko litzaioke. Ikerketek diote suizidioaz hitz egiteak dei efektua eragin dezakeela, baina aldi

berean gehiago izan daitezkeela saihestu daitezkeen kasuak, nora jo eta zein laguntza eskatu azalduz gero. Ezkutatu ordez, heriotzarekin bezala alfabetatu ditzagun suizidioaren gaian ere, zein baliabide dagoen eskura jakin dezaten. Eta bai, lanketa berezia behar du gaiak, estigmatizatuta dagoen eta erruduntasunak eta ardurak pisu handia duten heriotza izanik.

Eskolako curriculumean gaia txertatzeko dagoen beharraren seinale, ikastetxe askotatik deitzen dizutela, gaiaren inguruan aholku eske.

Normalean deitzen didate norbait hil delako edo hilzorian dagoelako eta ez dakitelako horren aurrean gaia nola jorrratu ikasleekin; oso galduta egon ohi dira. Ikastetxe bateko zuzendaritzatik eguerdian deitu zidaten, goizean ikasle bat ez zela eskolara joan ama hilda aurkitu zuelako ohean; "eta orain zer egingo dugu"? Berehalako erantzun bat bilatzen dute normalean, eta nik laguntza eta aholkua eman dezaket, baina ezin naiz zure etxera joan esatera nola kudeatu behar duzun egoera; ikastetxeko errealtatea eta funtzionamendua ikas-komunitateak ezagutzen du ongien eta horregatik aldarrikatzen dut ikastetxe bakoitzak garatu behar duela heriotza nola jorrratu bere eskolan eta pentsatu eta adostu behar duela protokolo bat halako krisi egoerei nola erantzun jakiteko.

“

Heriotza azaltzeko bost kontzeptu lantzen dira: funtzionaltasuna eza, itzulezintasuna, kausalitatea, oroimena eta unibertsaltasuna. Bost horiek ulertzen ditugunean esan dezakegu garelai gai heriotza bere osotasunean ulertzeko"

Zeintzuk dira irakasle eta haurren galdera, kezka eta beldur nagusiak?

"Orain zer?" eta "zein liburu edo film gomendatzen diguzu?" oso ohikoak dira, irakasleen aldetik. Baina heriotzaren gaia liburu edo film batean delegatzea ez da heriotza jorrratzea, hitz egin behar da gaiaz. Gertuko heriotza horren aurrean ikasleak ea traumatizatuko diren jakin nahi izaten dute irakasleek, edo haurrek hiletetara joan behar al duten (lehenengo urratsa da haurrari berari galdetzea, zer aurkituko duen aurretik informatu-

ta). Eta ikasleei dagokienez, inportantea da aukerak eskaintzea gaiaz hitz egiteko, transmititzea heriotzaz hitz egin deza- ketela, izan etxekoekin edo irakasleekin, baina dituzten kezak eta galderak atera ditzatela. Haurren erreakzioetarako prest egon behar dugu, adibidez batek esango dizu aita triste dagoela ama hil delako eta bikotekidea aurkitu nahi diola, edo ez gaitu harritu behar umeei heriotza marrazteko eskatu eta koloretsu egiten badute, Mexikon heriotza bizi duten estiloan. Egiten dituzten galderei labur eta garden erantzutea da onena, batzuetan helduok gu geu konplikatzan garelako erantzunetan, gure beldur eta tabuengatik. Gainera, ez dugu galdera guztietarako erantzuna izango, sarri norberak eraiki behar duelako bere erantzuna, adibidez galdetzen digutenean ea zer dagoen hil ostean; batzuek gauza bat pentsatzen dute eta beste batzuek beste zerbait.

Hain justu, erlijio eta sinesmenak zein rol jokatzan dute heriotzaren pedagogian? Irakasle eta gurasoen azalpen ezberdinak gatazka iturri izan al daitezke?

Nire pauta izaten da familiaren kontra ez joatea, bidea elkarrekin egin behar dugulako. Ikastetxe laiko batean, irakasleak ez du esango hau edo bestea sinesten duela edo sinesmen bat egokia edo desegokia den, gainera gaur egun erlijio eta sinesmen ugari elkartu daitezkeelako ikasgela berean, baita fededun ez diren etxeetako haur asko ere. Ikasleek irakasleari galetzen badiote ea berak zer uste duen, erantzunak behar luke izan berdin duela irakasleak zer sinesten duen, bakoitzak bere erantzuna bilatu behar duela, eta erantzun ugari dagoela gaiaren inguruan, jakin ez dakigulako. Entzutea izaten da onena, ikasle bakoitzak azalpen ezberdinak ekarriko dituelako etxetik eta umeari horrek laguntzen badio, ongi etorria izango da. Azken finean, fededun ez garen familia askotan ere joera dago ipuin moduan ematea azalpenak: "Hildakoa halako izarretan dago orain" modukoak.

Saihestu behar direnak eufemismoak dira. "Betiko lotara joan da" esateak umea eraman dezake lo egin nahi ez izatera, itzuliko ez den beldur; "bidaia luze batera joan da" esateak berriz, abandonu sentsazio izugarria ekar dezake...

Doluak ze bereizgarri ditu heriotzaren lanketan?



Heriotzaren pedagogiak erreferentzia egiten dio heriotza gertatu aurreko lanketari, eta doluaren pedagogiak heriotzaren ostekoari. Bata da aurreko zainketa eta bestea tiritatzea, eta biak dira osagarri eta beharrezko. Bildarrazten erantzunera bueltatzen bagara, nolabait doluaren pedagogia baino ez du bultzatzen, heriotza gertatzen denean adabakia jartzea, berau sendotzeko eta errazteko funtsezkoa den aurreko lanketa, heriotzaren pedagogia, aintzat hartu gabe.

Dolu prozesu horretan, umearen emozioei nola erreparatu? Negar egiten ez duen, "nahikoa triste" ez dagoen umeagatik kezkatuko da zenbait guraso.

Gaia aurretik jorratu ez badugu, agian haur horrek ez daki triste egoteaz gain haserre egotea ere izan daitekeela heriotzari lotutako sentimendua... Kontuak kontu, dolu patologiko oso gutxi dago haurrengan, eta eman ohi da erreferentziatzko helduengan euskarririk ez duelako aurkitu. Oro har, bidea egingo dute umeek eta horrek lasaitu beharko gintuzke; beti ere, inguruko helduen akonpainamendu on bat da inportanteena. Zerk piztu beharko liguke alarma?

“

Seme-alabak galdetuko balit, baietz esango nioke, noizbait hilko naizela, baina espero dudala ahalik eta beranduen izatea eta momentua aprobetxatzea dela egin dezakegun onena”

Behin hasierako shock egoera pasata egunerokoa jarraitzea oztopatzen dionean doluak umeari edo helduari, baita muturreko aldaketak eragin baditu haurraren ere. Helburua da haur horrek dolua bideratzeko euskarriren bat aurkitzea inguruan, dela etxeko helduen artean edo eskolakoen artean, gazteak inongo espaziotan ezer ez kanporatzeko aukerarik ez izateak kezkatu beharko gintuzkeelako. ●