Elkarrekin hazteko esperientzia bat

Cristina Herce Sellán
Azterketa eta Esku-hartze Psikologikoetarako Lauka Zentroa

Lauka Zentroa 1994an sortu zen, eta haur babesgabeen kasuetako esku-hartzeetan espezializatuta dago; bereziki, adingabeen familia-harreran eta adopzioan. 1995eko azaroan, Gipuzkoako familia-harreren prozesuak diseinatzen hasi zen, eta prozesu horien jarraipena egiten. Harrezkero, abian du Gipuzkoako Familia-harrerei Lagundu eta Jarraipena Egiteko Programa Espezializatua, Foru Aldundiak ikuskatua eta haren ardurapean garatua, lan-esparru hau erakunde horren esku baitago gure lurralde historikoan. Beraz, instituzio horren zerbitzu-sarean kontratatutako eta integratutako zerbitzu espezializatu bat da.

Jarduera nagusi horrekin batera, nazioarteko adopzioa bere gorenean egon zen garaian, Lauka Zentroa zenbait informazio-hitzaldi antolatzen ere ibili zen babes-modu horretan parte hartu nahi zuten familientzat.

2003an, modu erregularrean elkarlanean hasi ginen Ume Alaia elkartearekin, hitzaldiak emanez, baina batez ere tailerrak sustatuz eta garatuz umeren bat adoptatua zuten familientzat. Gaur egun ere horretan dihardugu.

Oraintxe, 70 bat profesional ditu lanean Zentroak, eta baliabide askotarikoak eskaintzen ditu babes-neurriren baten mende dauden haur eta nerabeen eta haien familien bizi-kalitatea hobetzeko, izan harrera-familiak, izan adopziokoak.

Gure lanaren oinarria adingabeen interes gorena da. Hortik abiatuta garatu dugun lan-ereduak ardatz du harrera- eta adopzio-familiei laguntza

ematea indarkeriarik gabeko familia-giro bat sortzeko, tratu onetan oinarrituta, helduek modua izan dezaten beren gurasotasunaren bidez ahalik eta gehien arintzeko haur hauetako gehienek daukaten min traumatikoaren inpaktua, eta haien erresilientzia-gaitasunen garapena optimizatzeko.

Adopzio-familiei taldean lagun egiten

Urte guztiotako esperientziak zera irakatsi digu: garapenaren trauma daukaten pertsonak haztea lantegi exijentea dela, eta desafioz betea, eginkizun hori bere gain hartzen dutenentzat.

Konplexutasun horri aurre egingo badiote, hazkuntza konbentzionalerako behar izaten diren baino konpetentzia gehiago garatu behar izaten dituzte familiek; Barudy-k eta Dantagnan-ek (1) gurasotasun terapeutikoa esaten diote kontzeptu horri. Halako familiek, gainera, laguntza espezializatua eta babes etengabea behar izaten dute prozesu osoan.

2003an, Lauka Zentroko lantaldeak Gipuzkoako Ume Alaia elkartearen enkargu bat onartu zuen, adopzio-familien taldeetan adoptatuen jatorriaren gaia lantzeko. Egitasmo hori, hain justu, elkarteak Gipuzkoako Foru Aldundiaren babesaz eta finantzaketaz aurrera zeraman adopzio-osterako programaren parte izan zen. Tailer puntual gisa hasi zen, baina jada hogei urte baino gehiago daramatza martxan. Egindako ibilbideak argi erakusten du ezen, adopzio-kasuetan, zailtasunak sortzen direnean, ez dela egoten konponbide azkar eta sinplerik. Familia askok etengabe laguntzea behar izaten dute, eta etengabe lagun egitea, bai eta, sarri, adoptatutako gazteak 18 urte bete eta gero ere.

Familia askok etengabe laguntzea behar izaten dute, eta etengabe lagun egitea, bai eta, sarri, adoptatutako gazteak 18 urte bete eta gero ere

Ni neu 2004ko maiatzean hasi nintzen nire lehen taldearekin, eta, harrezkeroztik, hilean behin elkartzen gara, bi orduz. Handik urte gutxi batzuetara, beste talde bat ere sortu nuen, eta hura ere abian da oraindik,

nahiz eta kide aldetik aldaketa gehiago izan dituen eta bestelako ezaugarriak dituen, haien seme-alaba gehienak gazteagoak baitira.

Atal honetan, lehen taldearekin izan dudan esperientziaz arituko naiz batez ere. Talde horretan, hain zuzen, askotariko arrazoiengatik egoera izugarri zailei aurre egin behar izan dieten familiak daude. Noski, adopzio-familia guztiek ez dituzte izaten halako prozesu konplexuak, baina esperientzia honek modua eman digu talde-lanean aritzeko. Hasieran, heziketa eta babesa ematea zen helburu nagusia, baina, denborarekin, bilakaera izan du tailerrak, gune ia terapeutiko bihurtzeraino. Prozesu honen bidez, kide askok eraldaketa pertsonal oso nabarmenak izan dituzte.

Taldeko familia batzuk umea adoptatu aurretik hasi ziren bertan parte hartzen. Gaur egun, seme-alaba horiek gazte helduak dira, bizimodu independente bat izateko lanean ari direnak; eta lan hori, ikusiko dugun bezala, ez da erraza neska-mutil horietako askorentzat.

Familien ezaugarriak

Nahiko ohikoa da familia batzuek halako taldeetan parte hartu nahi ez izatea, iruditzen zaielako ghetto moduko batzuk direla eta are gehiago nabarmentzen dutela taldekideen eta biztanleria arrunteko berdinkideen arteko aldea. Denok libre gara, noski, egokitzat jotzen ditugun lekuetan parte hartzeko, baina egia da, halaber, ume hauetako asko ez direla hazi beren berdinkideen gisan, eta haien familiek askoz ere erronka zailagoei aurre egin behar izaten dietela. Horregatik, lehenik eta behin, azpimarratu behar da talde hauetan parte hartzen duten gurasoek ausardia izan dutela laguntza eskatzeko, baita beren adopzio-hazkuntzako desafioei sendoago erantzuteko baliabideak eskatzeko ere.

Kemen handia behar baita taldean norberaren mugak aitortzeko eta babesa bilatzeko. Gainera, helduek laguntza bilatzeko joera hori normalizatzen dutenean, beren ongizatea indartu ez ezik, bidea zabaldu ere egiten

diete seme-alabei, ereduak eta lanabesak eskainiz emozioak eta erronkak segurtasun handiagoz kudea ditzaten.

Parte-hartzearen alderdi funtsezkoak:

- Parte hartzea borondatezkoa da: horrek indartu egiten du taldekideen konpromisoa eta benetakotasuna.
- Familiak askotarikoak dira: familia bakoitzak bere inguruabarrak eta bere ibilbidea ditu, eta horrek aberatsagoa egiten du taldearen osaera.
- Adopzio konplexuak: familia hauetako askok ohiko hazkuntza-prozesuan suertatu ohi diren desafioak baino askoz ere erronka zailagoei aurre egin behar izan diete.
- Konfidentzialtasuna eta presentzia sinbolikoa: taldean esaten dena taldean geratzen da. Gainera, haurrek, nerabeek eta gazte helduek jakin beharra dute taldean beraiei buruz hitz egiten dela, taldearen parte baitira, fisikoki bertan ez egon arren. Inoiz, seme-alabek berek eskatu izan diete gurasoei gairen bat taldean planteatzeko, taldeak zer iritzi duen jakiteko; horrek erakusten du "taldea" erreferentzia bihurtu dela haientzat ere.

Zer dute antzeko familia hauek?

Aldeak alde, ezaugarri komun batzuk dituzte:

- Oso motibatuta hasi zuten bidea, baina, aldi berean, gauza asko ez zeuzkaten batere garbi.
- Uste zuten behar berezirik gabeko haur bat adoptatzen ari zirela, baina, denborarekin, konturatu ziren esan zieten baino kalte handiagoa zuela haurrak.
- Antzeko egoeren inguruko erreferentziak eta jakintza falta zitzaizkien.

- Erantzunak aurkitzeko premia gorria zuten.
- Ondo jardun nahi zuten, eta egokitze-prozesuan haurrari lagundu.
- Guraso izateko modu berriak ikasteko erronkari heldu zioten, gurasotasun terapeutikoaren (1) ikuspegian sakonduz.

Beste ezerk baino gehiago, dena den, gauza batek batzen ditu familia hauek benetan: haien adopzio-prozesuak oso konplexuak izan dira, eta ez dute beste inon aurkitu behar zuten ulermena eta babesa. Talde honetan, berriz, leku seguru bat aurkitu dute, partekatzeko, ikasteko, eta elkarrekin hazteko.

Taldea eratzeko faseak

Pertsonen arteko sare konplexuagoetan aritzeko gai diren norbanakoek baliabide gehiago edukiko dituzte kanpoko munduaren eskariei erantzuteko, eta, aldi berean, estrategia hobeak beren premiak betetzeko. Norbanako ororen psikeak loturak ditu elikagai, baita lotura horiek ekartzen dituzten aukerak ere, modu optimoan garatzea lortzekoak. (2)

Talde bat eratzeko prozesuak bilakaera natural bat izaten du. Fase askotarikoak izaten ditu, eta fase horietako bakoitzean trebetasun eta eduki espezifikoak landu daitezke, unearen arabera. Ez dira egitura zurrunak, baina badute sekuentzia logiko bat, taldeari haztea errazten diona.

Hauek dira hiru fase nagusiak:

- **Hasierako fasea:** psikohezigarria.
- **Erdiko fasea:** lan pertsonala eta norberaren burua ezagutzea.
- **Azken fasea:** harremanak, eraldaketa, eta mantentze-lana.

• **Hasierako fasea: segurtasuna sortuz**

Lehen etapa honetan, elkar ezagutzen hasten dira taldekideak, bai bileretara joaten direnak eta bai zuzenean parte hartzen ez dutenak ere. Oraindik ez dagoenez talde-lotura sendorik, segurtasuna –baldintzarik gabeko babes gisa ulertuta– ez dago ondo finkatuta.

Horregatik, fase honetan, funtsezkoa da ikuspegi psikohezigarria, modua ematen baitu gai orokorrei heltzeko, kideak defentsiban jarraraz litzaketen gai pertsonalagoetan sakondu aurretik. Fase honetan, zenbait gauza ulertzen hasten dira familiak; besteak beste:

» Zer lotura dagoen beren haurraren zailtasunen eta haren bizitzako lehen urteetako esperientzien artean.

» Ohiko hazkuntza-jarraibideak agian ez direla nahikoa.

» Denbora, pazientzia eta konstantzia behar direla bizipen traumatikoetatik osatzeko.

» Zer rol eta zer ardura duten adopzioaren esperientzia kudeatzeko orduan, bai haurrari dagokionez eta bai beren buruari dagokionez.

Profesionalaren rola

Profesionalaren egitekoa funtsezkoa da taldearen izaera sustatzeko eta konfiantzazko espazio bat finkatzeko. Horretarako, zera bermatu behar du:

» Elkarri modu aktiboan entzuteko errespetu-giro bat sortuko dela, eta, hala, parte-hartzaile guztiek izango dutela tartea nahi dutena adierazteko, hala nahi badute.

» Leku segurua izango dela, jendeak bere esperientziak konta ditzan bestek epaituko ote duten beldurrik gabe.

» Aitortuko dela zein garrantzitsuak diren kide bakoitzaren zailtasunak, konparaziorik egin gabe, ondoeza edo alferreko lehia piztu baitezake horrek.

» Balioa emango zaiola bizipen eta ikuspegi askotarikoak egoteari, ulerturik pertsona bakoitzak bere moduan bizi ohi duela bere egoera eta ez dagoela jokatzeko eredu baliozko eta unibertsal bakar bat.

Konfiantza sortzeko eta jendea taldekide sentiarazteko prozesua pixkanakakoa da, eta, beti sentsibilitatez jokatzeaz gain, ezinbestekoa da etengabe lagun egitea. Funtsezkoa da giro horretan familiak ulertuak eta babestuak sentitzea.

Lan psikohezigarrian, adopzio-prozesua ulertzeko eta bide horretan lagun egiteko alderdi askotarikoak jorratzen dira. Gairik funtsezkoenen artean, hauek daude

» Zoritxar goiztiarrak, tratu txarrak eta babesgabetasuna, eta horiek haurren garapenean laburrera eta luzera begira dituzten ondorioak, garapen neurobiologikoan dituzten eraginak barne.

» Haurren ohiko beharrak eta oso txikitatik babesgabe geratu izanaren ondoriozkoak.

» Atxikimenduaren teoria eta loturak eratzeko orduan atxikimendu horiek duten eragina.

» Erresilientziaren teoria, eta giro zorigaiztokoetan norbere burua defendatzeko eta bizirik irauteko mekanismo gisa ulertzea jokabide- eta emozio-nahasmenduak.

» Dolu-prozesuak, adopzioak berekin ekarri ohi dituen galerak barne.

» Bilakaera ebolutiboa.

» Norberaren istorioak berdinkideenganako harremanean duen eragina.

» Babesgabetasunak ikaskuntza-prozesuan dituen eraginak.

» Inteligentzia emozionala eta hark garapen afektiboan duen eginkizuna.

» Funtzio exekutiboak eta horiek autorregulazioan duten eragina.
» Guraso izateko moduak, eta modu horiek adopzio-prozesuko behar jakinetara egokitzea.
» Familia- eta gizarte-giroak haurraren bilakaeran duen eragina.

• Erdiko fasea: lan pertsonala eta norberaren burua ezagutzea

Fase honetan, taldearen nortasuna finkatzen hasten da. Ulerkorrago begiratzen zaie beste familia batzuen esperientziei, eta afektua gailentzen hasten zaio kritikotasunari. Talde-enpatia bat finkatuz joaten da; hala, familia bakoitzaren bizipenek oihartzun egiten diete besteei, eta lotura emozional sakonago bat sortzen da.

Taldearen parte izateko sentipen horri esker, batzuetan, lotura afektiboak sortzen dira tailerreko giro formaletik kanpo ere: afariak eta bazkariak seme-alabekin batera –adoptatuekin eta adoptatu gabeekin–, txangoak, jarduerak, eta Whatsapp talde bat komunikazioa indartzen duena eta lotura-sentsazioa sendotzen duena.

Hemen deskribatzen ari garen esperientzian, alderdi hori funtsezkoa izan da taldea erreferente afektibo gisa eta babesgune etengabe gisa finkatzeko. Taldeak bere martxa hartu du lan-saioetatik kanpo ere, eta, hala, elkar babesteko sare bat sortu da, familia askorentzat funtsezkoa izan zena, besteak beste, COVIDaren garaiko konfinamenduen bakarraldian. Familia horietako seme-alabentzat, gainera, babes soziala aurkitzeko iturri nabarmena da taldea, harreman- eta babes-dinamikak sortu baitira eremu formaletik kanpo ere. Elkarrekin horrela konektatzea eta elkar horrela laguntzea, ezbairik gabe, halako testuinguru profesional batean lor daiteekeen gauzarik handienetakoa da.

Familien ikasgai funtsezkoak

Prozesuak aurrera egin ahala, familiak zenbait gauza ulertzen hasten dira:

- Ez dagoela errezeta magikorik zailtasunei aurre egiteko.
- Ez dagoela laburbiderik: bide luzea da, eta ezinbestekoa da hari konstantziaz eta konpromisoz heltzea.
- Ez dagoela konponbide unibertsalik: esperientzia oro bakarra da, eta ikuspegi pertsonalizatua eskatzen du.
- Posible dela aurrez zeuzkaten balio eta sinesmenak eraldatzea, hasierako kontzeptzio batzuk desegin eta ulermen-sistema berriak barneratuta.
- Harreman sozialek eta hezkuntza-eremuak protagonismo handia hartzen dutela.

Laburbilduz: *espektatibak doitzen dira, eta idealizatutako seme edo alaba hori benetako seme edo alaba bat bihurtzen da.*

Profesionalaren rola

Profesionalaren lana funtsezkoa da hemen ere, baina familien protagonismoa eta ikusgaitasuna sustatzera bideratu behar da. Haren funtzio nagusia taldekideen arteko lotura erraztea da, kide guztiak integratzea, teoria eta esperientzia lotzea, parte-hartzea sustatzea eta autogogoeta sustatzea, errazago egin ditzaten zenbait aldaketa seme-alabekin erlazionatzeko orduan.

Lehen fasean, espektatiba aldatu egiten da, eta bigarrenean, espektatiba horrek eboluzio bat izaten du: jada ez da “ez du nahi”, baizik “ezin du”. Aldaketa horri esker, ulerkorrago eta errealistago begiratzen zaie seme-alabei, lotura indartu egiten da, eta atea irekitzen zaio harreman enpatikoago bati. Taldekideetako batek hauxe esan zuen taldetik kanpoko familia

baten esperientziaren berri izan zuenean: *Nik, lehen, esango nuen ume hori arazotsua dela; orain, berriz, esango nuke ume horrek arazoak dituela*.

Etapa honetan lantzen diren alderdi funtsezkoak:

- Norbera nola hazi den eta nolako loturak izan dituen berrikustea, eta, hala, adopzio-gurasotasunean eragiten duten patroiak identifikatzea.
- Aztertzea zergatik erabaki zen adoptatzea eta nola eragiten duen arrazoi horrek gaur egungo bizipenean.
- Norberaren beharrak, sentimenduak eta beldurrak eta seme edo alaba adoptatuarenak ezberdintzea, proiekziorik ez egiteko.
- Adopzio orok atzean duen abandonu-errealitatearekin konektatzea, eta norberaren eta seme-alaben doluez gogoetatzea.
- Erregulazio emozionala lantzea, norberarena eta seme-alabena, eta, hala, emozioen inguruko gutxieneko tolerantzia bat garatzea.
- Erresilientzia garatzea eta norberaren eta umeen mugak onartzea.
- Hazkuntza-ereduak berrikusi eta egokitzea, seme-alaben premia jakinei erantzun diezaieten.
- Lehengo mito eta sinesmenak auzitan jartzea, eta lehen ukatzen ziren zenbait errealitate onartzea: esaterako, tratamendu farmakologikoa beharrezkoa izan daitekeela kasu batzuetan.
- Gogoeta egitea bizi guztian izandako arbuio-bizipenez eta horiek orainaldian duten eraginaz.
- Eskolako testuinguruarekiko eta beste sistema batzuekiko harremana lantzea, sistema horietan ez baita beti sentsibilitate berberaz jokatzen garapenaren traumaren eraginen aurrean.

• Azken fasea: harremanak, eraldaketa, eta mantentze-lana

Etapa honetan, familiek halako ulermena eta doitze-gaitasuna dute jada, ezen ikuspegi helduago, errealistago eta kontzienteago batez heldu baitiezaiokete adopzioari. Emozioekin eta harremanekin lotutako zenbait lanabes garatu dituzte, modua ematen dietenak ez adopzio-prozesuko erronkak konpontzeko, baina bai horiei hobeto erantzuteko. Lan nagusia honetan datza:

- Bizipen traumatikoek zein kalte sakona eragiten duten barneratzea, eta ulertzea haren eraginak etengabeak direla eta, beraz, etengabe jarri behar zaiela arreta.
- Aurrerapenak familia bakoitzaren egoeraren arabera baloratzen ikastea, pazientziaren eta pertseberantziaren garrantzia aitortuta.
- Seme-alabei autonomiaranzko bidean laguntzea, kontuan izanik hazkuntza-prozesu arruntetan baino konplexuagoa izan ohi dela prozesu hori.

Taldearen konfiantza, eraldatzeko akuilu

Konfiantza- eta zaintza-giroan baino ez dira sortzen behar bezalako baldintzak eraldaketa pertsonal nabarmenak egin ahal izateko

Taldean eratzen den loturari esker, ingurune seguru bat sortzen da. Bertan, defentsa-jarrera apaldu egiten da, kideak emozionalki irekitzea sustatzen da, auzitan jartzen dira zenbait balio, sinesmen eta jarrera, eta umiltasuna jorratzen da, bakoitzaren zaurgarritasuna azaleratzeko, onarturik norberaren esperientziak besteri kontatzea lagungarria dela pertsonalki sendoago hazteko. Dena den, aldi berean, lehen ez zeuden sentimendu eta frustrazio batzuk ere sortzen dira; izan ere, erronkak konplexuagoak bihurtzen dira, eta familiek beren kabuz garatutako gaitasunak ez dira nahikoa izaten behar bezala erantzuteko.

Taldeak lagun egiten du, eta sostengatu, konplazentzian erori gabe eta zinezko babesgune bat eskainiz, familia bakoitzak epai-beldurrik gabe eboluzionatu ahal izan dezan.

Konfiantza- eta zaintza-giroan baino ez dira sortzen behar bezalako baldintzak eraldaketa pertsonal nabarmenak egin ahal izateko.

Etorkizunera begira

Etapa honetan, etorkizuna da kezka nagusia, bai etorkizun hurbila eta bai urruna: lan-egonkortasuna, gizarte-harremanak, erlazio afektiboak, bikote-harremanak, desgaitasunaren aitortza, eta gurasoak jada hor ez daudenean zer gertatuko ote den beldurra.

Bide hau burututa ere, arazoak ez dira ezinbestean desagertzen, ez dute min gutxiago egiten, baina familia batzuetan behintzat lortzen dute beste modu batean aurre egitea beren errealitateari.

Profesionalaren rola

Etapa honetan, profesionalak gaitasun sendoa erakutsi behar du egoera emozionalki konplexuei eusteko, familien zailtasunei ulerkor behatuz. Haren helburua da familiak zainduak eta onartuak sentituko diren giro bat sortzea, halako giro batek aukera ematen baitie babes eta ulermen horixe bera seme-alabei emateko. Kontrakoa pentsa litekeen arren, hemen are beharrezkoagoa da profesionalak esku hartzea, fase honetan sortzen diren emozioak oso sakonak eta konplexuak izaten baitira.

Bukatzeko, hona hemen familia baten testigantza, beste edozerk baino hobeto laburbiltzen du-eta zein den prozesu honen funtsa:

Garairik zailenetan, desesperantzak jota galdurik eta abaildurik sentitu izan garenean, taldea izan da gure leku segurua: aurrera egiteko indarra aurkitu dugu babestoki horretan, eta ulertuak eta lagunduak sentitu gara.

Erreferentziak

(1) Barudy, J., Dantagnan, M. eta kolab. *Manual de Traumaterapia sistémica. Un enfoque comprensivo para abordar el dolor visible e invisible de los procesos traumáticos desde un modelo terapéutico basado en los buenos tratos, la resiliencia y la justicia social.* El Hilo Ediciones, Madril, 2025.

(2) Burutxaga, I., Pérez-Testor, C., Ibáñez, M., de Diego, S., Golanó, M., Ballús, E., & Castillo, J. (2018). "Apego y vínculo: una propuesta de delimitación y diferenciación conceptual". *Temas de psicoanálisis*, 15(2), 1–17.