

ERRESISTENTZIAREN INGURUKO HAUSNARKETAK

Doktore jauna, gure anaia zoratuta dago, oilo bat dela uste du.

Zergatik ez duzu zoroetxean sartzen?

Sartuko nuke, baina haren arrautzak behar ditut.

(Woody Allen, Annie Hall filma, 1977)

Sarritan, gizarte zerbitzuetako diziplina anitzeko lanean (haurrak babesteko arloa), badago gertakari bat uneko esku-hartzeen azterketan behin eta berriz errepikatzen dena. Kontua da, maiz, “erresistentzia” kontzeptua modu zabar eta sinplistan erabiltzen dela. Testu honen asmoa da hitz horren ohiko erabilera hutsal eta funtzionaltasunik gabeaz hausnartzea.

Egia da erronka aski konplexua dela gure erabiltzaileekin lan egitea: erabiltzaileek ez dute inolako motibaziorik izaten hasieran (testuinguru hertsagarria), zailtasunen gaineko kontzientzia txikia daukate, haien bizi inguruabarrak kaotikoak izaten dira maiz, psikopatologia larriak eta famili sistemaren alterazio latzak ugari ikusten dira, etab. Hala eta guztiz ere, nik baieztatu nahi dudana da erabiltzailearengan aldaketarik gertatzen ez denean den-dena ez dela erresistentzia eta, horrela balitz ere, azterketa sakonagoa egin beharko litzatekeela hori gainditzeko.

Tamalez, gizarte eta hezkuntzako esku-hartzeetan, esku-hartze psikosozialetan nahiz banakako edo familiako esku-hartzeetan dihardugunean, ikusten ditugun aldaketak oso urriak edo hutsaren hurrengoak izan ohi dira, edo aldaketarik batere ez dugu nabaritzen. Orduantxe agertzen da, hain zuzen ere, analisi sinplista eta ezkorra egiteko arriskua: “X oso erresistentea da eta”.

Nire ikuspuntutik, norbait erresistentea dela planteatzea eta horri eustea, gaian sakondu gabe, hau esatearen baliokidea da: “Urak busti egiten du eta”. Norbanako bat erresistentea dela esatea zerbait bistakoa eta hutsala esatea da. Muturrera eramanez gero, gogoaren izaerari erabat ezikusi egitearen parekoa da. Espero izatekoa da norbanako batek edo famili sistema batek ez aldatzea (zer esanik ez, bizkor aldatzea); kontrakoa, gogoaren egonkortasuna ukatzea litzateke, egitura iraunkor bat (ni bat) mantentzen duten prozesu kognitibo inplizitu guztiei ezikusi egitea. Subjektu neurotikoa bat, zu eta ni bezalakoa (oraingoz) ez dago berehalaxe aldatzerik.

Prozesu hau, berez, ez da ez ona ez txarra (gogo egituraren egonkortasunak biziraupena du xede), baina benetakoa da eta, nolanahi ere, erresistentzia da gure izateko arrazoia justifikatzen duena. Imajinatzen duzue gizarte eta hezkuntza prozesu bat, edo prozesu psikoterapeutiko bat honetan eta beste ezertan oinarritzen ez dena: “Seme-alabei afektu handiagoa erakutsi, horixe da egin behar duzuna. *A, konturatu gabe nengoen, eskerrik asko, oraintxe bertan hasiko naiz* (eta arazoa konponduta)”. Gehienok dakigun zerbait kontatu behar dizuet: erresistentziarik gabe, hezitzaileek eta psikologoek ez genuke batere lanik izango, beraz, onartu dezagun ahalik eta borondaterik onenarekin jaten ematen digun prozesu hau.

“Erresistentzia” definitzeko (modu aski bakunean eta ñabarduretan sartu gabe) esan daiteke psikologia-gizarte-hezkuntza eremuari aurka eginez norberaren ongizateari kalte egiten dion jarrera dela.

Erresistentziaren jatorriari dagokionez, hainbat teoria proposatu da, horietako asko bateragarriak: subjektuak mina ekiditea (psikoanalisia), aholku prozesuari aurka egitea (konduktismoa), esku hartzen duenak “egiarik” ez izatea, non erabiltzailearen ikuspegia harena bezain balioduna edo are balio handiagokoa den (konstruktibismo soziala), eskaeraren aurreko anibalentzia, etab.

Esku hartzen dugun eragileoi emozioak modulatzeko lagundu behar digun elementu bat zera da: jakitea erabiltzaileak ez direla erresistenteak burugogorak izateagatik edo erantzukizun faltagatik, baizik eta anibalentziagatik; izan ere, askatasun handiagoa nahi izaten dugu, baina automiaketaren beldur gara. Walter Risoren arabera (komunikazio pertsonala, Barranquilla 1996), norbait igerileku batean leporaino kakaz beteta dagoenean, nahi duen gauza bakarra da olaturik ez egotea (grafikoagoa ezin). Erabiltzaileak beren segurtasun eta egonkortasun mailari eusten saiatzen dira, kosta ahala kosta, “eurak” izan nahi dute (niaren jarraipena). Hori ez da erresistentzia: gizaki batek espero den bezala funtzionatzea baino ez da.

Nire ustez, elementu gako bat dago, eta hori ez dagoenean, erresistentzia sortzen da. Erabiltzailearekiko harremanaz edo loturaz ari naiz. Lotura zenbat eta txarragoa, orduan eta mesfidantza handiagoa eta emozio anibalenteagoak; hau da, erresistentzia handiagoa. Erabiltzailearengan edozein aldaketa gertatuko bada, hori lotura seguru baten esparruan gertatuko da (nahiz eta nahikoa ez izan) eta elementu hori, nire iritziz, giltzarria da eta sarri askotan ez da behar bezala zaintzen presak, saturazioak, egoera pertsonalek, maizegi erabilitako prozedurek eta instituzionalizazioak osatzen duten zurrunbiloaren barruan. Kontu hau zaila izaten da neurtzen, programatzen edo edozelako prozesupean jartzen, eta beharbada ahantzi

egiten dugu testuinguru batean non erraz erortzen garen desafioan, mehatxuan, presetan, aurreiritzietan eta arbuioan (betiere besteari egozten zaion gelditasunaren aurrean). Zuek ariketatxo bat egitea nahi dut; hau da, zuongan aldaketa positibo bat eragin zuen norbaitez akordatzea eta pertsona harekin une hartan nolako harremana zeneukaten adieraztea. Tira bada, harreman psikoterapeutikoan eta gizarte eta hezkuntza harremanean, halako harremanak izan behar ditugu helburu. Lan egiten dugun alorrean, lotura segururik ez badago, ez dago aldaketarik gertatzerik; hori bezain erraza eta, aldi berean, konplexua.

Nire ustean, eta hau iritzi erabat pertsonala da, puntu hau giltzarria da erabiltzaileekin jarduten dugunean, eta are gehiago, esango nuke garrantzitsuagoa dela diagnostikoa bera baino, epeak betetzea baino, burokrazia eta erabili beharreko teknikak baino. Lotura sarbidea da, hori barik ezingo dugu ezer egin. Ezin gara pertsona batekin lanean aritu baldin eta esanguratsuak, inportanteak, erreferentziazkoak eta konfiantzazkoak ez bagara; eta hori hala ez bada, atea itxirik egongo da guretzat.

Gure lanketaren porrota ("erresistentzia" izen okerre ezagutzen diren horietako asko) lotuta egoten da esku hartzen duten eragileen itxaropenei, erabiltzaileekiko eguneroko lanean zentzuzkoak ez diren erritmoak hartzei, gure analisi faltari, ohiko lanketa planei (erabiltzaileei egokitu gabeak), besteak behar duenari buruzko formulazio lauso bati, balioen ezarpenarekin eta kultura arteko sentiberatasun txikiari.

Hala, norberak bestearen defentsak suntsitzeko teknika magikoak bilatzera jotzen du, funtsezko zerbait azaldu zuteneko eskola egunean huts egin ote zuen galdetzen dio bere buruari; dena alferrik. Etxea teilatutik eraikitzen hastea bezala da. "Erresistentzia" izen okerre ezagutzen duguna, hots, esku hartzean izandako porrota, ia beti besteari egozten diogun hori, beste modu batera landu behar da. Erabiltzailearekin lotura seguru bat egotea lortu behar da, norberaren hutsegiteak aztertu behar dira, estutzen gaituzten gorabehera pertsonalak murriztu; norberak alde batera utzi behar du prozedura mekanizatuen besarkada ultraortodoxoa eta besteari begietara begiratu, haren lekuan jarri, gure lana onuragarri gertatu dakion.

Laburbilduz, maisua ez da agertuko dizipulua prest egon arte. Eta lanik garrantzitsuena haxe da: gurekin batera lan egiteko erabiltzaileak izan beharko duen prestasunari mesede egingo dion, edo behintzat oztopatuko ez duen, testuinguru bat lortzea. Hori gabe, ekarpen gutxi egingo dugu; paperak, frustrazioa eta porrota baino ez.



2013Ko Azaroa

Bittor Arnaiz

Agintzari GEK-ko Psikologo

Psikologian lizentziaduna (Deustu, 1992), ia lau urte eman nuen Terapia Kognitiboan espezializatzen (Mexiko DF). Euskal Herrira itzulita, psikoterapia pribatuan, psikologiako liburuen itzulpengintzan eta irakaskuntzan lan egin nuen. 2009an Bilboko Laguntza Tekniko eta Psikosozialeko zerbitzuan hasi nintzen (gaur egun San Frantzisko-Abusu barrutian). Azkenaldian, terapia kognitiboaren eta atxikimenduaren teoriaren arteko bat egitea interesatzen zait.