

“Aldaketaren aurreko beldurra”

2011ko urritik 2012ko urrira bitartean Agintzariren “Esku-hartze psikosozialaren erronkak eta zailtasunak ingurune hertsagarrietan” izeneko Proiektu Taldean parte hartu nuen. Proiektu Talde hori Laguntza Teknikoko Zerbitzuko (LTZ) kide batek eta biok proposatu genuen, eta abiapuntua honako hau izan zen: haurren babesgabetasun egoeretan esku hartzearen ezaugarria izan ohi da familia erabiltzaileek ez dutela eskaririk egiten eta, ondorioz, gure aurreikuspenak eta esku hartzeko modua bera egokitu behar izaten ditugu. Esperientzia hori gogoan, eta azken urteetan LTZko erabiltzaileekin zuzenean izan ditudan harremanak ere kontuan hartuta, gustatuko litzaidake aukera hau hausnarketa pertsonalago bat aurkezteko aprobetxatzea, aldaketa terapeutikoa sustatu ahal izateko orduan aurkitu ditudan arazoei dagokienez. LTZn adingabeekin zein gurasoekin lan egiten badugu ere, artikulua honetan batik bat erabiltzaile helduez jardungo naiz, izan ere, azkenean beraiek dira eskaintzen ditugun esku-hartze prozesuetan lankidetzat eta laguntza emateko (edo ez emateko) ahalmena dutenak.

Lan arlo honetan esperientziarik izan gabe, erraza litzateke pentsatzea erabiltzaileek zalantzarik gabe onartzen dutela eskaintzen dugun babes terapeutikoa, baina uste hori okerra da, pertsona horiek, oro har, maila handiko estresa eta ondoeza eragiten dituzten egoerak pairatu dituztelako, eta guk eskaintzen dugun espazioa hautematen diren arazoak ulertzera eta bideratzera zuzenduta dagoelako. Aitzitik, haurren babesgabetasun egoeretan esku hartu nahi denean alderdi hertsagarria agertzen bada, panorama asko konplikutzen da. Erraz gerta daiteke gurasoen figurak “guraso txar” moduan juzgatzen direla sentitzea, eta beren burua mehatxupean parte hartzera behartuta sentitzea (egiazko mehatxupean edo ez), hau da, laguntzen ez badute beste neurri inbaditzaileago batzuk hartu beharko direla.

Hori esanik, eta elementu horien eragina aitortuta ere, artikulua honetan erabiltzaileen alderdi pertsonalak nabarmendu nahi nituzke gehiago, beraien esperientzien emaitzak, zeinak aipatutako testuinguruko faktoreekin nahasten diren, izan ere, horrek gehiago oztopatzen du parte hartzen dugun profesionalok benetan laguntzeko nahia dugun pertsona moduan onartzea.

Ondoren, erabiltzaileek nik lan egiten dudan zerbitzuarekin kontaktuan sartzean ekartzen dituzten uste, beldur eta zalantzetako batzuk deskribatzen saiatuko naiz, ulertuta horiek aurreiritzi *inplizituak* direla, *hausnartzeko eta ahoz adierazteko pentsamendu prozesu batetik urrun*. (Gaur egungo literatura psikoanalitikoan, atxikimenduaren teoriaren ideien eraginaren bidetik, "Ezagutza Erlazional Implizitua" terminoa erabiltzen da, horrelako uste "automatikoak" deskribatzeko).

Nire iritziz, uste inpliziturik ohikoenetako batzuk hauek dira:

"Lagundu nahi didazula konbentzitzen saiatuta ere, zure benetako asmoa da ni mendea hartzea da, kontrolatzea eta umiliatzea..."

"Zugan konfiantza jartzen badut eta benetan naizen bezalakoa ikusten hasten bazara, ez dudala ezertarako balio konturatuko zara, nire barnean ezer onik ez izateko beldurrak nagoela egiaztatuko duzu..."

"Niganako omen duzun interesa ez da egiazkoa, egiazko balitz ez nindukezun saio baten eta bestearen artean hainbeste denbora itxaroten edukiko..."

"Ez naiz zure interesa eta arreta neureganatzeko gai izango, aspertu egingo zaitut, zure pazientzia agortuko dut..."

"Ez dago barruan daramadan amorruaren indarrari aurre egingo dionik..."

"Zuk uste duzu nire haurrari nik baino hobeto ulertzen diozula, zure asmoa da guraso gisa ditudan akatsak seinalatzea; hasteko, ni baino hobea zarela uste duzu..."

"neure gurasoekin konparatu behar nauzu, pentsatu behar duzu haurrarekin haiek nirekin egin zituzten akats berdinak egingo ditudala, baina egia da nik ahal izan dudan guztia egin dudala bestelako guraso bat izateko..."

"Azkenean hautematen badut nigana daukazun ardura benetakoa dela, ez naiz gauza izango neure barrena askatzeko nahiari eusteko, orain arte ukatu dudan min guztiarekin konektatzeko. Ez bazara hori toleratzeko gauza, abandonatu egingo nauzu; alta, niri entzuten hor jarraitzeko gai bazara, nire sentimenduekin konektatu

beharko dut, eta beharbada horiek jasanezinak dira. Edonola ere, orain baino okerrago amaituko dut...”

“Nirekin egoteko interesak zure beharrekin baino ez du zerikusirik, zeure euskarri emozionalen beharrarekin; ni onartuko banauzu neure beharrak zapaldu beharko ditut, zureak zein diren asmatu eta horietara egokitu. Zugandik benetan zer behar dudan ulertzeko eskatzen badizut, desagertu egingo zara...”

“Neure buruari zure beharrean nagoela onartu bezain pronto, ez dut onartuko ni hobeto edo okerrago sentiarazteko duzun kontrola. Eta, zalantzarik gabe, badakit lehenago edo geroago abandonatu egingo nauzuna”.

Lehen adierazi dudanez, horrelako “ezagutza erlazional inplizituak” modu ezkutuan egiten du lan, behatu daitekeen interakzioaren azpian dagoen azpitemu ikusezin baten moduan, eta horregatik ahalmen handia dauka erabiltzaile-profesional komunikazioaren eredua itxuraldatzeko. Profesionala, interakzioan, pertsonen arteko harreman “normalen” eta “sanoen” arauak jarraituz bezala aritzen bada, arrisku handia dauka erabiltzaileak laguntzeko asmorik gabe ematen dituen erantzunak gaizki interpretatzeko, eta arriskua dauka bere erantzun emozionalei men egiteko; ondorioz, pazientziarik eza, etsipena, amorrua, ezintasuna, enpatia falta eta, are, baztertzeko eta mespretxatzeko sentimenduak ere agertu daitezke. Sentimendu horiek erabiltzaileari helarazten bazaizkio, eta profesionala ez bada gai horiek aitortzeko, aztertzeko, ulertzeko eta erregulatzeko, bere jokabideak erabiltzailearen aurreiritzia berresteko baino ez du balioko, hau da, ulertzen ez dion beste pertsona batekin dagoela pentsarazteko, ez diola lagundu nahi, ez duela jasaten bere sentimenduak adieraztea, baztertu egingo duela, etab.

Nire asmoa ez da hausnarketa horien inguruko ekintza edo teknika jakinik proposatzea, aitzitik, partekatu besterik ez dut nahi, “oroitzapen” gisa balio dezaten, pazientzia handiagoa izateko lagungarri moduan, bai erabiltzaileekin bai geure buruarekin ere, laguntzeko ahaleginean dihardugula itxuran erantzunik ez dagoelako motibaziorik gabe aurkitzen garenean, zapuztuta aurkitzen garenean. Erabiltzailearen konfiantza gureganatzeko egiazko aukera bat izatekotan, nire iritziz, ezinbestekoa da haren diskurtsoaren alderdi *baliadunak* aurkitzea, eta beraren emozioak *onartzen* ditugula helaraztea, baita uste duena okerra bada eta seme-alabei buruz orain duen ikuspegia desitxuratua bada ere. Haren diskurtso

esplizituaren azpian egon daitezkeen beldurrei eta iritziei gehiago erreparatzeak balio dezake guraso horren barne munduarekin hobeto konektatzeko, denbora tarte batez *barnealde horretatik lan egiteko*, eta gero, aliantza terapeutikoa finkatuta dagoenean, beste ideia eta perspektiba berri batzuk sartzeko. Pentsatu nahi nuke gogoeta hauek harremanaren hasieratik bertatik jarrera ulerkorragoa eta enpatikoagoa izaten lagundu dezaketela, lotura terapeutiko iraunkorra lortzeko aukera maximizatuz; eta "porrot" egiten dugunean, kasu horretan familiak gure laguntza aprobetxatu ezin izateko zein motibo egon diren ulertzeko.



2013Ko Iraila

Mark Elton

Agintzari GEK-ko Psikologo

Psikologiako karrera amaitu eta gero, haur psikoterapeutarako prestatu nintzen Londresen, eta ondoren Euskal Herrira etorri nintzen bizitzera, 2005ean; Agintzarik Bilboko Udalean kudeatzen duen Arreta Psikosozialeko Zerbitzuan hasi nintzen psikologo lanean. Gaur egun Psikoanalisi Erlazionala da nire arretagune nagusia.