

Seme-alaba nerabeekin harremanak nola hobetu

Nerabezaroa entusiasmo, independentzia beharra, ezegonkortasun emozionala eta sentimendu kontraesankorren momentu bat da. Krisi momentu honetan, familiak nerabeari lagundu diezaioke bere nortasuna bilatu eta bizitza proiektu bat aurrera eraman dezan.

Ohizkoa da nerabeek euren gurasoengatik aldentzeko beharra edukitzea. Gurasoek haiei laguntzeko egiten dituzten esfortzuei uko egiteko joera dute eta afektu azalpenak onartzea kostatzen zaie. Beste batzuetan, ostera, eta espontaneoki, maitagarri eta atseginak izan daitezke.

Nerabeen aurkaritza edo itxurazko axolagabetasunaren aurrean ez gara gogogabetu behar. Fatxada bat izan ohi da eta kasu gehienetan, funtsean, gomendatze familiarrei harkorrak azaltzen dira. Independentzia gogo aizan arren, euren familiak beraietaz kezkatzen direla ikusten dutenean, ziurrak sentitzen dira. Horregatik, gurasoak beti disponible egon behar dira, edozein gauza dela eta.

Garrantzitsua da gazteei gogoraraztea arauak haiek babesteko direla, eta ez zigortzeko. Batzuetan kontrakoa pentsatzen de narren, nerabeek ez diote beti araei uko egiten. Askotan gurasoek esaten dietena kontutan hartzen dute, nahiz eta kontrakoa irudi.

Prozesu honetan nerabeei “*laguntzeko*” elkarrizketa egoerak eman behar dira, non ez da soilik hitz egin behar, entzun ere entzun behar da. Horretarako, hurrengoak beharrezkoa da:

- Serion hartu, ez guk badakizkigun gauzak azaltzen dituzten azpiko izakiak bezala.
- Ez aprobetxatu egoera sermoiak botatzeko (hobe hitz gutxi, baina tinkoak).
- Azaldu edo galdetu nahi dutena arretaz entzun.
- Beraiei interesatzen zaienari buruz hitz egin.
- Bere lagunak eta elkarrekin egiten dituzten gauzak ezagutu.

Nahiz eta nerabe batekin bizitzea lan erraza ez izan, gurasoen jarrera oso garrantzitsua da:

- Ez hartu nerabeen jarrera zerbait pertsonal bezala... haien krisia da, besterik ez.
- Zuen semearen arazoak ez bereganatu: utzi berak bere bizitza maneiatu eta bere erabakiak har ditzan. Baina erabaki hauek besteengan ondorioak eduki ez ditzaten eskatuz.
- Armonian bizitzeko beharrezko muga eta arauak gaztearekin ezarri.
- Familiaren onura gaztearen onura baino lehen egon behar da. Komeni da, hala ere, biak lortzea.
- Erabakiak ez dira “sobre la marcha” hartu behar. Lasaitasuna, pazientzia, erreflexioa... eta gero, tinkotasunez jokatu.

- Kontutan hartu behar da gurasoek zentzua galtzen baduzue, zuen alaba manipulatu eta menperatzen zaituela, hau da, guda irabazi duela.

LABURPENA

Nerabezaroa haurtzaro eta heldutasunaren arteko trantsizio periodo zail bat da. Beharrezko pausu naturala da, autonomia, garapen pertsonala eta integrazio sozial handiago batera eramaten duena. Krisi eta aldaketa handiz beteriko etapa bat da, non nerabeak bere eguneroko aktibitateei (ikasketak, aisialdiko aktibitateak, etab.) buruzko erabaki garrantzitsuak hartu behar dituen. Gurasoen lana nerabeak hazteko eta euren bizitza proiektua aurrera eramateko animatzean datza.

Dra. Ainhoa Manzano Fernández
Dr. Juan Luis Martín Ayala
ETXADI
Familia-Psikologia Unibertsitate-Zentroa
Centro Universitario de Psicología de la Familia