

Seme-alaben izaera eta nortasuna

Ez daude berdinak izango diren bi pertsona. Pertsona batetik bestera aldatu egiten da izaera eta nortasuna, baita familia berekoak izanda ere, nahiz eta parametro eta balore berdinen arabera hazi eta hezi diren anai-arrebak / nebahizpak izan.

Baina orduan, zerk zehazten du ume bakoitzaren izaera eta nortasuna?

Izaera, alderdi biologikoekin dago estuki erlazionatuta, hau da, gurasoengandik jasotzen dugun karga genetikoarekin (karakterea, aiurria). Nortasuna, bestalde, bizitzan zehar, testuinguru desberdinekin elkarrekintzan, barneratzen joan garen jokabide-ohituren multzoa da eta ikaskuntzak baldintzatzen du. Ezaugarri horiei esker da pertsona bakoitza bakarra eta errepikaezina.

Beraz, jaiotzen garenean, aktiboago, tematiago, lotsatiago... izateko edo ez izateko joera dugu, baina ez du gure nortasuna zehazten, inguruneak (familiak, gizarteak, ikastetxeak, etab.) ere nortasuna baldintzatzen duelako nortasunaren garapenean. Horrela, ezaugarri batzuk beste batzuentatik gailentzen dira, zenbaitetan egoerak baldintzatuta.

Familiak badute zer egin eta aldaketa txiki batzuk burutu ditzakete ingurune osasuntsu bat sortuz, seme-alabek beraien gaitasuna ahalik eta gehien gara dezaten eta nortasun osasuntsu eta egonkorra eraiki dezaten.

Nola sustatu dezakegu gure seme-alabengan nortasun orekatu bat?

- Denbora eskainiz, bai kantitatean eta bai kalitatean ere, beraiekin gozatzeko eta beraien ezaugarriak, zaletasunak eta zailtasunak ezagutzeko.
- Eredu izanez, beraien erreferente garela badakigu eta.
- Familiaren parte eginez. Erantzukizunak berenganatzeko motibazio handiagoa izango dutelarik.
- Gure emozioak adieraziz eta beraienak adierazten utziz.
- Elkarrekiko errespetua sustatuz: familiako kide bakoitzaren ezaugarriak errespetatuz. Errespetuz jokatzuz, beraiek ere gureganako errespetua izan dezaten.
- Deskalifikazioak, konparazioak eta etiketak saihestuz: “alfer, bihurri... hutsa zara”. Ez dute laguntzen eta gatazka sortzen dute.
- Autonomia sustatuz, alternatibak eta mugatutako aukerak eskainiz: “... egin” esan ordez, “zergatik ez duzu... egiten?” esanez”.
- Seme -alabak entzunaz eta balio-judiziorik egin gabe iritzia emanez: “hori tontakeria hutsa da, lasai egon!” esan ordez “ulertzen dut... sentitzea, saiatu zaitezke...”. Gu bezala erratu daitezkeela onartuz.

- Sostenguaren (maitasuna eta laguntza) eta kontrolaren (arauak, mugak, errutinak eta erantzukizunak) artean oreka mantenduz: arauak arrazoituz eta esfortzua egiten dutenean edota lorpen pertsonal, sozial edo akademikoren bat lortzen dutenean animatuz eta goraipatuz.

Laburpena

Gure seme-alaben nortasuna (izateko eta jokatzeko modua), baldintza genetiko batetik garatzen hasten da, inguruneko pertsonen baldintzapean eta seme-alabek testuinguru desberdinetan sortzen dituzten elkarreragin eta afektuzko harremanen kalitatearen arabera. Horrez gain, jatorrizko familiak praktikatzen duen haziera-estiloak ere eragina du.

ETXADI

Familia-psikologia Unibertsitate-zentroa

Centro Universitario de Psicología de la Familia