

## **ZAILTASUNEI AURRE EGITEA EGOERA AHULETAN DAUDEN FAMILIETAN**

Bizitzan zehar, familiek, zailtasun ezberdinei aurre egin behar izaten dizkiete (baliabide ekonomikoen gabezia, harreman sozialetarako zailtasunak, familia edo laneko arazoak, familia-komunikazio eskasa, adin txikikoen portaera-arazoak, eskola-arazoak...) eta gehienek gainditzen dituzten arren, familia guztiek ez dute gaitasun bera, baliabideak eta konponbideak bilatu eta aurkitzeko.

Ezinbestekoa da aintzat hartzea, zailtasun orok aldaketa bat dakarrela familia-antolakuntzan, familiako dinamiketan, ezarritako arau, muga eta erantzukizunetan, baina batez ere familia-harremanetan eta familia-komunikazioan.

Bizitzako ezbeharrak esfortzuarekin gainditzen dituen familia, familia bezala hazten eta sendotzen doa eta etorkizuneko zailtasun berriei aurre egiteko estrategiak garatzen ditu, familian bertan ematen diren harremanak indartzeaz gainera. Garrantzitsua da zailtasuna zein den ezagutzea, aztertzea eta gerora gainditzeko dauden aukera posibleak arakatzea, betiere, familia guztiek dituzten abilezia, gaitasun, baliabide eta indar-guneak erabiliz. Horretarako, helduek honakoa behar dute: konfiantza eskaini; balioetsi eta nor bere burua baloratu; iritzi guztiak errespetatu, eskatu eta entzun; maitasuna eta laguntza eman; gutxika arauak eta mugak ezarri eta erantzukizunak familiako kide guztien esku jarri; ohiturak sortu; eta komunikazio sendoa eta jarraitua ezarri.

Gurasook eredu izan behar dugu zailtasunei aurre egiteko orduan. Horrez gain, seme-alabei baliabideak eskaini behar dizkiegu, huts egiten utziz, berriz saiatzeko aterabide desberdinak bilatzera animatuz eta frustrazio (erratu egiten direnean) eta poztasun (lortzen dutenean) sentimenduak bizitzen utziz. Horrela, zailtasunen aurrean seme-alaben autonomia eta egokitzapena sustatuko dugu.

Azkenik, baliteke momenturen batean, familia bakoitzaren beharrezanean erantzungo dion kanpoko laguntza behar izatea. Ez da gomendagarria denbora gehiegi pasatzen uztea behar dugun kanpoko laguntza hori bilatzeko, izan ere, askotan arrazoi pertsonal eta familiarak tarteko (egoerak gainezka egiten digu, familia-harreman zailak eta korapilatsuak ditugu...), ez ditugu zenbait arazori aurre egiteko nahikoa baliabide. Gogoratu, kanpo laguntza hauek, momentuko errealitatera egokitzeko hartu beharreko erabakiak hartzen lagundu gaitzaketela.

## **LABURPENA**

Familiek, arauak eta mugak eta laguntza egokiaren arteko oreka sustatu behar dute eta adin txikikoei erantzukizunak eman behar dizkiete, hautatzeko aukera emanaz eta beraien arazoak konpontzen utziz. Beraien gidari izan behar dute (lagunduz, irakatsiz eta babestuz) zailtasunen aurrean adin txikikoek beraien estrategia propioak garatzeko. Familiek, zailtasunen aurrean, beraien nolakotasunak ezagutu behar dituzte eta behar izatekotan familiaz kanpoko baliabideak bilatu behar dituzte.

## **ETXADI**

**Familia-psikologia Unibertsitate-zentroa**  
**Centro Universitario de Psicología de la Familia**