*Ainhoa Aralucea Itza -1.maila- Gizarte-langintzarako gizarte eta komunikazio trebetasunak- Kontxesi Berrio-Otxoa*

**Hausnarketa: Laguntzazko harremana eta Elling filma**

Laguntzazko harremanaren inguruan hausnarketa pertsonal sakon bat egitea oso eraginkorra izan daiteke. Orain arte klase teoriko eta praktikoetan emandako hainbat kontzeptu eta dinamika, bizitza pertsonaleko hainbat bizipenekin batuz, gai honen inguruko ondorio asko ateratzera bultzatu nau. Azken batean, ez garelako mundu honetan bakarrik bizi, horregatik, elkarrekiko laguntza ezinbestekoa dela uste dut, denak baititugu gabeziak eta horiek asebetetzeko denok batera errazago izango delakoan, laguntzea jasotzea eta eskaintzea ezinbestekoa da.

Laguntzazko harremanari definizio teoriko zehatz bat emateko pertsonen arteko gatazkatan oinarritu behar gara. Hein batean, laguntzazko harremana, bi erabiltzaile elkarren artean laguntzean datza, hau da, “feed-back” bat eratzean datza (bi subjekturen arteko elkar eragitea). Beste era batera esanda, pertsona batek beste baten hutsuneak betetzea da, elkarren arteko komunikazio interpertsonalari esker.

Laguntzazko harremana hainbat motatakoa izan daiteke: profesionala (psikologoa, medikua, pedagogoa, gizarte-langilea … ) edo hurbilekoa (lagunak, mutil-neska laguna, familia … ) eta bakoitzak era desberdinean ematen du laguntza hau.

Kontzeptu hau klaseko hainbat ariketatan ikusi ahal izan dugu baina hauetatik nabarmenena, Elling pelikulatik eta hari buruzko ariketetatik ateratako ondorioak dira. Film honetan bi protagonisten arteko laguntzazko harremana ikusten dugu. Protagonista hauek, Kialsbiarn eta Eilling izeneko bi gizon dira, intseguritate handikoak eta autonomia maila gutxikoak. Haien elkar bizitza hasiera kaskarra izan arren, bien arteko laguntzazko harremanari esker azkenean aurrera doa, ikusten da zelan batak bestearen beharrak asetzeko gai den.

Fillm osoan zehar laguntzazko harremana gauzatzen dela ikus dezakegu eta zelan bi protagonistak, harreman horri esker autonomia irabazi eta bide pertsonal bat gauzatzen duten. Honen arrazoia, segurtasuna da, harreman batek bideratzen zaituen segurtasuna, badakitelako, jaustean bestearen laguntza edukiko dutela berriz zutik jartzeko. Konfiantza eta elkartasunean oinarritutako laguntza bat da.

Bestalde lehenago komentatu bezala, kanpo laguntzazko harremana ikusten da ere gizarte-langilea eta bikotearen artekoa. Gizarte-langileak bikoteak dituen arazoak konpontzen saiatzen da, bakoitzari independenteagoa izaten lagunduz eta dependentzia hori gutxituz. Nabaria da laguntza hau askoz zailagoa dela, gizarte-langilea ez baita konfiantzazko eredua, hau da, ez da hurbileko pertsona bat, beraz, askotan bere laguntza onartzea ez da erraza izaten.

Elling pelikulaz gain, klasean egindako hainbat dinamika eta ariketen bitartez, ondorio batzuetara heldu nintzen gai honen inguruan. Ziurrenik klaseko bakoitzak bere esperientzia, ideologia, eta ulertzeko modu desberdinekin hausnarketa eta ondorio desberdinak atera dituela, nahiko subjektiboa baita ikasgai honetan eta zehazki gai honi buruzko ulertzeko modua.

Laguntzazko harremanak sailkatzen ikasi dugu, bakoitzaren inguruko laguntzak azalaraziz eta aztertuz. Barneko eta kanpoko laguntzak sailkatu genituen. Barnekoetan, hurbileko pertsonak aipatzen genituen, familiako kideak, lagunak, neska-mutil lagunak … hauek laguntza morala ematen digute gehienbat, informala. Kanpokoak aldiz, profesionalez osatutako laguntzak dira, psikologoak, medikuak, gizarte-langileak … hauek, hitzak dioen bezala laguntza profesionala eskaintzen digute, formalagoa. Bi laguntza hauek oso esanguratsuak izan daitezke gure bizitzan zehar, biek baitute haien papera.

Laguntzazko harreman hau ez litzateke posiblea izango komunikazioa deritzogun kontzepturik gabe. Komunikazioa, [informazioa](https://eu.wikipedia.org/wiki/Informazio), [sentimenduak](https://eu.wikipedia.org/wiki/Sentimendu) edo esanahia duen edozer trukatzeko prozesu soziala da, gizaki eta hainbat [izaki bizidunen](https://eu.wikipedia.org/wiki/Izaki_bizidun) artean gertatzen dena, zeinu edo ikurrak (gizakien artean, hitzak askotan) baliatuz. Kontzeptu honetaz baliatuz, pertsonok, gai gara beste baten egoera ulertzeko, barneratzeko eta aldatzen laguntzeko. Orduan, laguntzazko harreman egoki bat sustatzeko komunikazio ona eta enpatia egotea ezinbestekoa da.

Amaitzeko eta laguntza harremanaren inguruko ondorio nagusia laburtzeko, hausnarketa txiki eta zehatza egingo dut nik gaurkoan: laguntzazko harremanari garrantzia kentzeko joera dugu pertsonok, gehienbat barneko laguntzazko harremanei. Ez gara konturatzen ezinbestekoak direla gure bizitzarekin jarrai ditzagun. Hausnarketa honi esker konturatu naiz zelan gauza txikia ematen duen arren, errealitatean garrantzia eta denbora eman behar zaion arlo honi. Bakarrik ezin gara bizi iraun eta laguntzarekin eta komunikazio egoki batekin gure bizitza erraztu eta besteena hobetu dezakegu. Beraz, ondorio nagusi modura, kontzeptu honen zainketa eta lanketa oso garrantzitsua dela esan dezaket.

**La vergüenza pelikulari buruzko galderak**

1. *Solaskideei komunikatzeko intentzioa antzematen zaie? Komunikaziorako orientatuta eta ko-orientatuta al daude?*

Gizarte langilearen eta bikotearen artean, komunikazio intentzioa badago, baina modu desegoki batean. Hori antzeman dugu, bikoteak hasieratik, gezurrak esateko asmoa dutelako. Hala ere, bikotekidea haien bizitza kontatzeko prest daude. Bestalde, umeak bere helburuak lortzeko soilik, erabiltzen du komunikazioa eta ez egoera egoki batean. Beraz ondorioztatu dugu, norabide desberdinetan orientatuta daudela.

1. *Zein mezu iritsi ahal zaio aita-ama bikoteari gizarte langilearengandik?*

Gizarte langileak bikoteak berari ezer kontatu gabe, hauen bizitzaren dena jakiteak, deskonfiantza sortzen die eta beldurra sorrarazten die, umea kentzeko arriskua dagoelako.

1. *Zein mezu iritsi ahal zaio gizarte langileari aita-amarengandik?*

Gizarte langileak deskonfiantza nabarituko luke (gezurrak) eta horrek segurtasun eza ekarriko dio, ondorioztatuz, arazoa bikotekidearen artean dagoela eta umea ezin daitekeela etxe horretan hazi.

1. *Kode berean transmititzen ari dira igorlea eta jasolea?*

Gizarte langilea eta Pepe, biak dira igorlea eta jasolea. Hizkuntza berdinean hitz egin arren, ez dira elkar ulertzen. Ez daude puntu berdinean, batek lagundu nahi du eta besteak oztopoak jartzen dizkio komunikaziorako, bere espazio pertsonalean sartzen hari delako eta mehatxatua sentitzen delako.

1. *Elkarri eragiten ahal dira gizarte langilearen eta aita ama bikotearen artean? Nola ari dira retroalimentatzen?*

Bai. Gizarte langile berriak hartzen dituen erabakiak zuzenki eragiten dio aita-ama bikotearen bizitzari. Aldi berean gurasoen jarrera, gizarte langilearekiko, bere lana egiteko modua negatiboki eragiten du. Adibidez, aita-ama bikotea, gizarte langilea etxetik botatzen dutenean. Batak duen jarrera bestean eragiten du.

Batzuen jarrera mesfidatia eta gezurrak esateak, bestearen deskonfiantza areagotu eta geroz eta elkarrizketa gogorragoa izatea eragiten du.

1. *Nola komunikatu beharko lukete komunikazioa eraginkorra izateko?*

Modu lasai eta ulergarri batean. Galderak ondo erantzunez eta zirika edo irain gabe. Komunikazio on bat egonez gero dena da errazagoa.

**Asertibitateko ariketa**

Egoera: Mikel eta Aitorrek iritzi desberdina dute feminismoari dagozkionez. Mikelek Aitorri esan dio: “Emakumeen eta gizonen artean ez dago desberdintasuni jada.” Aitorrek hiru modutan erantzungo dio:

1. Modu pasiboan:

* Mikel: Emakumeen eta gizonen artean ez dago desberdintasunik.
* Aitor: Bai, bai arrazoi guztia daukazu. (Gogorik gabe esango du hau, arrazoia emanez, ez eztabaidatzea arren. Mikelen arrazoia jarriko du bere pentsamenduaren aurretik.)

1. Modu asertiboan:

* Mikel: Emakumeen eta gizonen artean ez dago desberdintasunik.
* Aitor: Nire ustez, errore batean zaude. Emakumeak historia osoan zehar izan dira zapalduak eta horrela izaten jarraitzen du, gizonek pribilejioz betetako bizitza duten bitartean emakumeek hainbat oztopo jasaten dituzte. (Bere iritzia azalaraziko dio egoera on batean, lasai eta eztabaida bortitz bat sustatu gabe)

1. Modu agresiboan:

* Mikel: Emakumeen eta gizonen artean ez dago desberdintasunik.
* Aitor: Zer arraio esaten duzu! Hamaikak ikusteko jaioak gara! Ez dakit zelan baieztapen hori egiteko kapaza zaren, emakumeak betidanik izan dute askoz zailago eta zuk hau esatean guztiz areago, zu bihurtu zara zapaltzaile! (Hau oihuka esango dio eskuak eta besoak asko mugituz eta buruarekin ezetza esanez, modu ez egokian)