



Juan Carlos Alonso

Psikologoa

[juancaralonso@euskalnet.net](mailto:juancaralonso@euskalnet.net)

## Errespetu faltaren atzean, zer dago ?

### Zer da errespetua ?

- Elkarbizitzaren oinarria → Bestearen duintasuna aintzakotzat hartzea da
- Bi norantzakoa da
- *Nola azaltzen da errespetua?* → Pertsonen jarreretan, iritzietan, baloreetan, ...
- Zereko ?
  - **Inguruarekiko**; nire eta besteen gauzak, eskola, kalea, natura, isiltasuna, kontsumoa, ...
  - **Besteekiko**; lagunei eta "besteei". Aniztasunean bizi gara
  - **Helduekiko**; gurasoak, familia, irakasleak, eta heldu guztiak
- Nola adierazten da errespetua? → Portaeren bidez, Iritzien bidez, Baloreen bidez
- Ahozko eta ez ahozko moduen bidez → **TREBETASUN SOZIALAK**

### Errespetu faltaren atzean zer dago?

- **Autoritatea ez erabiltzea**
  - Erabakiak hartzeko eta mugak finkatzeko erabili behar da
  - Modu egokian erabili behar da → Errespetuarekin tratatuz gure seme-alabak
  - Agintzeko moduak zainduz; hitzak, keinuak, ahotsaren doinua, ...
- **Arauen – muga ahultasuna**
  - Nortasuna estrukturatu eta ordenatzen dute
  - Portaera erregulatzen dute, elkarbizitza erregulatuz:
    - Zer egin behar dut? ; Zer ez dut egin behar?
  - Errespetuarekiko arauak ba al ditugu?
  - Hausten direnean, ondorioz ezartzen al dugu?
  - Frustrazioaren beharra → "Ezetzaren" garrantzia
  - Elkarbizitzarako arauak : *ETXEKO, ESKOLAKO ARDURAK, ORDUTEGIAK, BESTEEKIKO HARREMANETAN, JOKOETAN, ..., INGUAREKIKO ERRESPETUA, TEKNOLOGIA BERRIEN ERABILPENA, ...*
- **Balore heziketaren hutsunea**
  - Bereizi dezatela "**ongi/ona**" eta "**gaizki/txarra**"
  - Zer balore igorri nahi ditut gaur, "Ongizateko" gizarte honetan, ...? :
    - "Esfortzua", "Itzaroten jakitea", "Autoritatea", "Errespetua", "Solidaritatea", "Aniztasuna", ...
  - "Hezitzea da helduek igortzen dutena, hezitzen ari ez direla uste dutenean" → Koherentzia
- **Heziketa emozionalaren falta**
  - Laguntzen al diegu gure seme-alabei beraien sentimenduak identifikatzen eta ulertzen?

- Irakasten al ditugu besteen sentimenduak identifikatzen eta errespetatzen?
  - Hezitzen al ditugu **enpatian**?
- ... eta modu egokian adierazten eta bideratzen besteei errespetatuz?
- Suspertzen al dugu sentiberatasun emozionala?
- **Autoestimazioa ahula /ezkorra**
  - **Onartzen** al ditugu gure seme-alabak diren bezala?
  - Oinarriak:
    - “**Lotura afektiboa**” sendotu (familian, lagun antean, eskolan, ...)
    - “**Gaitasun sentsazioa**” sendotu
    - “**Berezitasun sentsazioa**” suspertu
  - “Besteekiko errespetua norberan hasten da”
- **Jokamoldeei garrantzia ez ematea**
  - Irakasten al ditugu gure seme-alabei nola jokatu behar den, zer esan behar den egoera sozialetan?
    - Etxean, eskolan, denda batean, jaterakoan, ibilgailuetan, ..., “Mesedez”, “eskerrik asko”, “sentitzen dut”, ..., “Puntualak” izaten irakasten al ditugu?
  - Ez ahozko trebetasunak, keinuak, ...
  - “Diskretoak” izaten irakasten al ditugu egoera sozialetan?
- **Komunikabide eta teknologia berrien eragina**
  - Zer eredu ikusten dituzte? → Errespetu falta “normalizatu” egin da (formak, hitzak, egoerak, ...)
  - Bideo-jokoak, sare sozialak, telebista, ... → Adi egon → Heziketaren beharra
- **Kontsumismoaren eragina**
  - Dutena, ez dute baloratzen
  - Garrantzizkoagoa da “edukitzea” “izatea” baino → “Nahi dut ...”, “... eta orain”
  - Irakasten al ditugu gauzak *zaintzen* iraun behar dutelako?
  - Kontsumoaren hondakinak, ba al dakite “kudeatzen” ? → Birziklapena, ...
  - Etxeko “kontsumoak” errespetatzen al dituzte?
- **Helduen inhibizioa**
  - Parte hartzen al dut errespetu faltan aurrean?
  - Ez badut parte hartzen, zergatik da? → Beldurrerengatik? / Garrantzia ematen ez diodalako?, ...
- **Helduen arteko adostasunaren falta**
  - Gurasoen artean, familia eta eskolaren artean
  - Elkarri onartu eta lankidetzan egon behar dugu → Informazioak trukatu
  - Desadostasunak ez du ondoeza eragin beharrik

## *Ondorioa*

- Errespetua elkarbizitzaren ezinbesteko oinarria da
- Garrantzia itzela aman behar diogu seme-alaben heziketan
- Errespetua “kutsatzen” da ...

**AB-kin**

***Amodioa, Afektibitatea, Arreta, Adeitasuna...***