



# seme-alabak

2. alea / 2<sup>er</sup> número  
L.G.: SS-1023/07

Gurusoentzat aldizkaria / Revista para padres y madres  
Ordizia - Itsasondo - Arama - Altzaga

**DROGA-MENDEKOTASUNEN PREBENTZIO ZERBITZUA**  
**SERVICIO DE PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS**



✧ **0-5 URTE:**

**AUTORITATEAREN ERABILERA HAZKUNTZA  
PROZESUAN (I)**

✧ **6-11 URTE:**

**BANAKETA ETA DIBORTZIOARI AURRE  
EGITEN: HAURREN ONGIZATEA**

✧ **12-18 URTE:**

**SEXUALITATEA: GAUR GOGOETA EGINGO DUGU**

✧ **ZALANTZEN TXOKOA**

✧ **0-5 AÑOS:**

**EL EJERCICIO DE LA AUTORIDAD EN LA  
CRIANZA (I)**

✧ **6-11 AÑOS:**

**AFRONTAR LA SEPARACION Y EL  
DIVORCIO: EL BIENESTAR INFANTIL**

✧ **12-18 AÑOS:**

**SEXUALIDAD: HOY NOS TOCA  
REFLEXIONAR**

✧ **EL RINCÓN DE LAS DUDAS**



ORDIZIAKO  
UDALA



ITSASONDOKO  
UDALA



ARAMAKO  
UDALA



ALTZAGAKO  
UDALA

# Autoritatearen erabilera hazkuntza prozesuan (I)



ENRIQUE SARACHO

**Psikiatra**  
**Ediren Osasun Kooperatibako zuzendaria**



**B**eti esan izan zaigu haur txikiekin aritzeko pazientzia handia izan behar dela. Askotan, zigorrak eta arauak ezartzea seme-alabak txikiak heitzeko modu desegokizat jotzen dugu: "Gai-xoa! Gizarajoa! Hain da txikia!"

Alabaina, **hezitzaile eta profesionalak gero eta maiztasun handiagoz azpimarratzen dituzte lehen haurtzaroan muga faltak sortzen dituen ondorio larriak**. Batetik, familiaren elkarbizitzan eta bestetik, haurren etorkizuneko garapen egokian.

**Autoritatea eta autoritarismoaren arteko ezberdintasunak.**

Autoritatea modu arbitrarioan erabiltzen zen garai batetik gatoz. "Hau horrela egiten da nik esaten dudalak! Zure aita naizelako eta kitto!", esaten ziguten guri gurasoek. Arauak zigorraren beldur ginelako betetzen ziren. Muga baxuago edo altuago ezartzen zen autoritate figura zenaren aldarrearen arabera, edo berak izaten zuen egunaren arabera edo futbol partiduaren emaitzaren arabera. **Autoritate kontzeptua inposizioarekin asoziatzen dugu**, nagusitasunarekin, menperatzearekin, errepresioarekin edo diktadura edota tiraniarekin. **Baina autoritatea beste hainbat balore garrantzitsurekin ere erlazionatzen da**: errespetua, babesa, ziurtasuna, elkarbizitza edo besteekiko zaintza eta maitasuna.

**Autoritateak elkarrekin bizitzea ahalbideratzen du.**

Autoritatea erabiltzeak elkarbizitza errazten du. Etxean behar ezberdinak dituzten pertsona diferentek espazio bera konpartitzen dute. **Etxean lehentasunak eta mugak ezarritako espazio ezberdinak sortzeko gai ez bagara, guztiok garatzeko lekua izateari utzi eta batzuk besteen kontura garatuko diren lekua bihurtuko da familia**.

**Autoritateak etxetik kanpo besteekin erlazionatzeko aukera ematen die.**

Haur txiki bati frustrazioa eta agresibitatea sozialki modu osasuntsuan maneiatzen erakusten diogunean, hots, **heldu eta lagunekin erlazionatzean egin dezakeena eta egin ezin duena bereizten erakusten diogunean, etxetik kanpoko edozeinekin erlazionatzeko bideak irekitzen dizkiogu**. Bere bulkadak edozein momentutan espontaneoki deskargatzen uzten badiogu aldiz, etxetik irtetea gatazka eta liskarretan sartuko da. Horrek ziurrenik bere harreman sozialak hondatuko ditu eta beraz, bere irudi soziala eta autoestimua ere bai.



**Autoritateak hazi nahi izateko arrazoiak ematen dizkie.**

Berdintasunaren aroan bizi gara. Maiz pentsatzen dugu justuak izatea, guztiei berdina eman eta exijitzea dela. Guraso asko arduratzen dira beren seme-alaben artean ezberdintasunak ez egitearekin. **Baina haur txikiak eta nagusiagoak ordu berdinean ohera jotaten badira, paga berdina badaukate, onura berak badituzte... Zertarako hazi?** Lehen, anai txikienek zaharragoen inbidia izaten zuten. Egungo haurrek ez dute hazi nahi, horrek ardurak eta exijentziak hartzea esan nahi duelako eta aldiz, onurak galtzea.

**Autoritateak ingurua ezagutzea ahalbideratzen du.**

Gure ikasteko gogoia babesten du autoritateak, gure ongizate fisikoa zaintzen duen bitartean. Haurrei bulkadak kontrolik gabe azalarazten uzten badiogu ez gara beraien ikaskuntza laguntzen ari, blokeatzen baizik. Esperientzia desatseginak edo *gertakariak* saihestu behar ditugu. Askatasun gehiegi ematen badiot eta haurra parkean galtzen bada, edota bere adinerako egokia ez den objekturen batekin edo zabu batean ibiltzen utzi eta mina hartzen badu, esperientzia txar horrek markatuko du eta mundua deskubritzen jarraitzeko gogoak kenduko zaizkio. **Helduek markatu behar dituzte erreferentzia argiak: zer egin daiteken eta zer ez, beraien adin eta gaitasunen arabera**. "Banekien bai, hau gertatuko zela azkenean" edo "kontuz ibili erori egingo zara eta" esateak ez du askotarako balio izaten.

**Autoritatea erabiltzean, axola digula adierazten ari gara gure seme-alabei.**

Toleranteagoak gara arduratzen ez gaituzten pertsonekin, beraien haserretzeko lanik ere ez dugu hartzen. Autoritatea erabiltzeak gurasoen aldetik energia askoren inbertsioa eskatzen du, asko nekutzen du. Horregatik, indar handiarekin ez gabiltzanean, asko arduratzen gaituzten pertsonekin soilik jarriko ditugu mugak. **Askotan gure seme-alabek desafiatu egiten gaituzte, arauak hausten dituzte zenbateraino arduratzen garen jakiteko**.

Hurrengo artikuluan horretaz hitz egingo dugu: Nola lantzen da autoritatea? Zein modutan galtzen duten helduek autoritatea, "bat, bi, hiru..." araua.

Liburu gomendatua:

NELSEN, Jane (2007) *Cómo educar con firmeza y cariño*. Disciplina Positiva. Bartzelona. Editorial Medici.

# El ejercicio de la autoridad en la crianza (I)



ENRIQUE SARACHO

**Psiquiatra**  
**Director de Ediren Coop. de Salud**



Siempre se nos ha dicho que para tratar con niños y niñas pequeños hay que tener mucha paciencia. Los castigos o la imposición de normas es algo que con frecuencia consideramos inadecuado para educar a nuestros hijos/as pequeños: "¡qué pena! ¡es tan pequeño/a!" Sin embargo, educadores y profesionales insisten cada vez más en que **la falta de límites en la primera infancia acarrea graves consecuencias para la convivencia familiar y para el futuro desarrollo de nuestros hijos e hijas.**

## La diferencia entre autoridad y autoritarismo.

Venimos de épocas donde la autoridad se ejercía de forma arbitraria. "Esto se hace así, porque lo digo yo, porque soy tu padre y punto", nos decían nuestros padres. Las normas se cumplían por miedo al castigo. El límite se ponía más abajo o más arriba en función del estado de ánimo de la figura de autoridad, en función del día que había tenido o del resultado del partido de fútbol. **Asociamos el concepto de autoridad con imposición**, prepotencia, sometimiento, represión e incluso dictadura o tiranía. **Pero la autoridad también está relacionada con valores tan importantes como el respeto, la protección, la seguridad, la convivencia o el cuidado y el amor por los otros.**

## La autoridad nos permite vivir juntos.

El ejercicio de la autoridad posibilita la convivencia. El hogar es un lugar donde diferentes personas que tienen diferentes necesidades comparten un mismo espacio. **Si no somos capaces de articular diferentes espacios poniendo límites y estableciendo prioridades, la familia deja de ser un lugar para el desarrollo de todos/as sus miembros y se convierte en un sitio donde unos se desarrollan a costa de otros.**

## La autoridad les permite relacionarse con todo tipo de personas fuera de casa.

Cuando enseñamos a un niño de corta edad a manejar la frustración y la agresividad de una forma socialmente adecuada, **cuando le enseñamos a diferenciar lo que se puede y no se puede hacer en las relaciones con los iguales y con los adultos, le abrimos el camino para relacionarse con todo tipo de personas fuera de casa.** Si le permitimos que descargue sus impulsos espontáneamente en todo momento seguramente se va a ver implicado en conflictos y altercados cuando salga fuera. Esto seguramente va a deteriorar sus relaciones sociales y por lo tanto su imagen social y su autoestima.



## La autoridad les da razones para querer crecer.

Vivimos en épocas de igualitarismo. Muy a menudo pensamos que ser justos es dar a todos/as lo mismo o exigir a todos/as lo mismo. Muchos padres y madres viven siempre preocupados por no hacer diferencias con los hijos/as. **Si los pequeños se van a la cama a la misma hora que los mayores, si reciben la misma paga, si comparten todos sus beneficios ¿para qué hacerse mayor?** Antes los hermanos pequeños envidiaban a los mayores. Hoy es al revés, los mayores envidian a los pequeños. Los niños/as de hoy no quieren crecer, porque hacerlo significa ganar muchas responsabilidades y exigencias y perder todos los privilegios.

## La autoridad les permite conocer el entorno.

La autoridad preserva nuestras ganas de aprender mientras cuida de nuestra integridad física. Si permitimos que las niñas y niños den "rienda suelta" a sus impulsos no estamos favoreciendo su aprendizaje sino bloqueándolo. Debemos evitar experiencias desagradables o *accidentes*. Si yo le doy demasiada libertad y el niño/a se extravía en el parque, si le permito jugar en un columpio o con un objeto no apropiado para su edad y se lesiona, quedará marcado por la mala experiencia y se le quitarán las ganas de seguir descubriendo el mundo. **Los adultos deberán marcar referencias claras de lo que se puede o no se puede hacer de acuerdo con su edad y sus capacidades.** Decir "ya sabía yo que esto iba a pasar" o "ten cuidado que te vas a caer" no sirve de mucho.

## A través del ejercicio de la autoridad demostramos a nuestros hijos/as que nos importan.

Somos más tolerantes con las personas que no nos importan, ni nos molestamos en enfadarnos con ellas. El ejercicio de la autoridad requiere por parte de los padres y madres una gran inversión de energía, cansa mucho. Por ello cuando no andamos muy sobrados de vitalidad sólo vamos a poner límites a alguien a quien queremos mucho. **Muchas veces nuestros hijos/as nos desafían, se saltan las normas sólo para comprobar hasta qué punto nos preocupamos por ellos.**

En el próximo artículo hablaremos de: ¿Cómo se ejerce la autoridad?, formas en que los adultos pierden autoridad, la regla del uno, dos, tres.

## Referencia Bibliográfica:

NELSEN, Jane (2007) *Cómo educar con firmeza y cariño*. Disciplina Positiva. Barcelona. Editorial Medici.

# 6-11 urte. Banaketa eta dibortzioari aurre egiten: haurren ongizatea.



**AINHOA MANZANO FERNANDEZ doktorea**

**JUAN LUIS MARTIN AYALA doktorea**

**ETXADI**

**Familia-Psikologia Unibertsitate Zentroa**



**B**anaketa edota dibortzio kopurua gorantz doa nabarmen: banaketak, salbuespen izatetik, familia askok aurre egin behar dien egoera izatera pasatu dira. **Gertaera horiek estres eta sufrimendu fase bat dira familiako kide guztientzat, baina bereziki seme-alabak mintzen dira** eta gurasoek hartu duten erabakiaren ondorioak murrizten saiatu behar dira.

Gogoan eduki behar dugu haurrek gurasoak elkarrekin bizitzea nahi dutela. Hala ere, **batzutan banaketa edo dibortzioa beharrezkoa da**: gurasoen harremana oso gatazkatsua denean, seme-alabengan ondorio larriak sortzen dituzenean edota egoera hobetzeko bide guztiak agortu direnean.

**Seme-alaben adinaren arabera bizipenak ezberdinak izango dira, egoera ulertu ahal izateko duten gaitasuna ere ezberdina delako.** Horrela, haurtxoek gurasoek nolabait trasmitzen dituzten aztoramenak antzematen dituzten bitartean, sei urte bitarteko haurrak dira herstura gehien erakusten dutenak. Horiek ez dute ulertzen ematen ari diren sentimenduen konplexutasuna, errudun sentitzeko joera eta egoera behin-behinekoa dela pentsatu ohi dute.

**Nola eragiten die gurasoen banaketak sei eta hamaika urte bitarteko haurrei?**

- Lehen erakartzen zien gauzekiko pasibotasun eta interes falta erakutsi dezakete.
- Egoera horiek duten hunkipen emozionala dela eta, eskola errendimendua jaitsi daiteke.
- Adin txikiagoetako jokaerak agertu daitezke.
- Portaera-arazoak sor daitezke: bihurrikeria, kasurik ez egitea, autoestimu baxua eta segurtasun eza.
- Arazo somatikoak izan ditzakete zenbaitetan: buruko eta tripako minak...
- Banaketa beraiekiko bazterketa moduan hautematen dute eta ordezkatuak izateko beldurra dute.
- Gurasoen arteko gatazkak larriak izan badira, amarekiko edo aitarekiko sentimenduen borroka jasan dezakete.
- Galdu dutenarekiko tristura eta nostalgia adierazpenak.
- Banatzea erabaki duen gurasoarekiko amorrua edo lotsa senti dezakete.
- Gurasoek bakeak egingo dituztenaren esperantzak izatea.

Hauek dira bikotearen banaketak seme-alabengan ahalik eta min gutxien eragin dezan ematen ditugun gomendioak:

- Ez pentsatu egoeraz ez dela ohartzen eta azaldu gertatzen ari dena.
- Bere adinera egokitutako hizkuntza erabiliaz, bi kideek egoera berria azaltzea komeni da.



- Haurrak izan ditzaken zalantzak behar adina aldiz argitu.
- Berak inolako errurik ez duela argi utzi.
- Banaketa behin betikoa dela jakinaraztea, honela egoera berrira egokitzen has dadin. Mezu kontrajarriak ematea eta gurasoek bakeak egingo dituztela trasmittitzea ekidin edo saihestu.
- Abandonatua izatea duen beldurra uxatzea (berak horrela azaldu ala ez) eta argi uztea bikotea banatzen dela eta ez haurra.
- Haurrek, sentitzen duten amorrua eta tristura adierazteko beharra izan dezakete. Sentimendu horiek adieraztea erraztu behar diegu.
- Sosegua eta lasaitasuna trasmittitu. Horrek haurrei segurtasuna ematen die.
- Beste gurasoarekiko irudi positiboa mantentzea. Aita eta amak seme-alabekiko hezkuntza eta zaintze lanetan kooperazioa mantendu behar dute.
- Haurrak bikotearen istiluetatik kanpo uztea: gai ekonomikoak, norekin nahiago duen egon, gurasoetako baten harreman berriak...
- Pena dela eta ez ditugu gehiegi babestu behar, bere adineko haur bat bezala tratatzen jarraitu behar dugu. Gainontzean, ez diogu hazten lagunduko eta dagokiona baino modu infantilagoan jokatu du.
- Etorrizuna planifikatzea. Seme-alaben egunerokotasunari dagokien gauzei buruz akordioak lortzea.

**Lan horiei aurre egiten dieten heinean, haurrek oreka berreskuratzen dute.** Bikotearen gatazkatik sortutako ondorioak, bai dibortzioa, bai banaketa, negatiboak izaten dira, baina ez itzulezinak. Banaketa erabaki positiboa da, batik bat horrela haurrek gatazkek ikusteari uzten badiete.

Azkenik, **nerabeak izan ohi dira egoera berrira hoberen egokitzen direnak**, izan ere, beraiek dagoeneko banaketaren eta horren arrazoien **ulermen handiagoa izaten dute**. Gainera, etxetik kanpo babes afektiboak ere badituzte eta horrek familiarekiko dependentzia txikiagoa izatera eramaten dituzte. Hala ere, komeni da arriskua ekar ditzaketen hainbat jokabideei erreparatzea (drogen kontsumoa, erlazio sexual goiztiarrak edota jokabide antisoziala)

**Liburu gomendatuak:**

- Feliú, M.H. (2000). "Acabar bien. Cómo afrontar la separación y el divorcio." Ed. Martínez Roca.
- Largo y Czernin (2005). "Hijos felices de padres separados. Sobre la separación y cómo afecta a los niños" Ed. Medici.
- Mac Gregor. (2006). "El divorcio explicado a los adolescentes. Cómo ayudar a los adolescentes a afrontarlo" Ed. Obelisco.

**Bisitatzeko web orria:**

[www.bilbao.net](http://www.bilbao.net) (familian hezi)

# 6-11 años. Afrontar la separación y el divorcio: el bienestar infantil



**DRA. AINHOA MANZANO FERNANDEZ**  
**DR. JUAN LUIS MARTIN AYALA**

**ETXADI**  
**Centro Universitario de Psicología de la Familia**



**E**l número de separaciones y/o divorcios ha aumentado considerablemente: separarse está pasando de ser algo excepcional a una situación a la cual se enfrentan muchas familias. **Esta serie de acontecimientos supone una fase de estrés y sufrimiento para todos los miembros de la familia, aunque los/las hijos/as son los principales afectados/as** y el deber de los progenitores es el tratar de minimizar los efectos que su decisión producirá en ellos/as.

Hay que recordar que los/las niños/as quieren que su madre y su padre permanezcan juntos, pero **hay circunstancias en las que la separación y/o el divorcio son una medida necesaria**, cuando la relación se ha vuelto muy conflictiva, cuando tiene repercusiones graves sobre los hijos/as o cuando se han agotado los recursos para solucionar la situación.

**En función de la edad, las vivencias de los/las hijos/as serán distintas, dada su distinta comprensión de la situación.**

Así, mientras los bebés aprecian las alteraciones que la separación provoca en sus progenitores y que de alguna forma le transmiten, los/las niños/as de hasta 6 años parecen ser los que más ansiedad muestran, porque comprenden menos la complejidad de los sentimientos implicados, tienen una mayor tendencia a culpabilizarse y a verla como temporal.

**¿Cómo afecta la separación en hijos/as de entre 6 y 11 años?:**

- Pueden expresar pasividad y desinterés por las cosas que antes les interesaban.
- Disminuye el rendimiento escolar por el impacto emocional que tienen estas situaciones.
- Pueden aparecer comportamientos característicos de edades anteriores.
- Posible aparición de problemas de conducta como rebeldía, desobediencia, baja autoestima e inseguridad.
- En ocasiones, puede que sufran problemas somáticos: dolores de cabeza, de estómago...
- Perciben la separación como un rechazo hacia ellos/as y temen verse reemplazados/as.
- Si los conflictos entre los progenitores han sido graves, pueden experimentar una lucha entre sus afectos por ambos.
- Expresión de tristeza y nostalgia por el/la que se ha ido.
- Pueden manifestar vergüenza y rabia por el/la que tomó la decisión de separarse.
- Esperanzas de reconciliación.

Para intentar que la disolución de la pareja sea lo menos dolorosa posible para los hijos/as de esta edad, las **recomendaciones** son:

- Informar al hijo/a de lo que está pasando, y no pensar "que no se entera".
- Es conveniente que ambos miembros de la pareja ex-

pliquen la nueva situación utilizando un lenguaje adecuado a su edad.

- Resolver las dudas que el niño/a pueda tener cuantas veces sean necesarias.
- Aclararle que no tiene ninguna culpa.
- Informar de que la separación es definitiva, para que pueda empezar a adaptarse a la nueva situación. Evitar dar mensajes contradictorios y las expectativas infundadas de reconciliación.
- Despejar desde el principio su temor al abandono (lo manifieste o no), dejarle claro que se separan ellos, no el niño/a.
- Los niños/as pueden necesitar expresar la rabia o tristeza que sienten. Facilitar la expresión de estos sentimientos.
- Transmitir serenidad y tranquilidad, ya que esto a los hijos/as les da seguridad.
- Mantener una imagen positiva del otro miembro de la pareja. Los padres y madres deben esforzarse en mantener una actitud de cooperación en la educación y el cuidado de los/as hijos/as.
- Intentar no involucrar a los/as niños/as en discusiones sobre temas económicos, con quien prefiere ir, nuevas relaciones...
- No sobreproteger por pena, se ha de seguir tratándole como a un/a niño/a de su edad. De lo contrario, no le ayudaremos a crecer y puede comportarse de manera más infantil de lo que le corresponde.
- Planificar el futuro. Alcanzar acuerdos relativos a los aspectos que afecten a la vida cotidiana de los/las hijos/as.

**En la medida en que van afrontando estas tareas, los niños y las niñas van recuperando el equilibrio**, ya que los efectos del conflicto entre la pareja, la separación y el divorcio son, en general, negativos pero no irreversibles. La separación es una buena solución, sobre todo, si interrumpe la exposición de los niños/as al conflicto.

Por último, **parecen ser los adolescentes**, ya que tienen una mayor comprensión de una separación y sus motivos, **los que mejor se adaptan a esta situación**. Además, disponen de mayores apoyos afectivos fuera del hogar, lo que les hace emocionalmente menos dependientes de la familia, aunque es conveniente estar atentos a la aparición de comportamientos de riesgo (consumo de drogas, actividad sexual precoz o comportamiento antisocial).

**Libros recomendados para madres y padres**

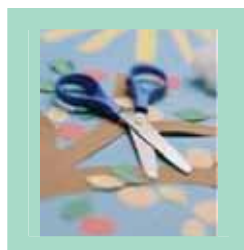
- Feliú, M.H. (2000). Acabar bien. Cómo afrontar la separación y el divorcio. Ed. Martínez Roca.

- Largo y Czernin (2005). Hijos felices de padres separados. Sobre la separación y cómo afecta a los niños. Ed. Medici.

- Mac Gregor. (2006). El divorcio explicado a los adolescentes. Cómo ayudar a los adolescentes a afrontarlo. Ed. Obelisco.

**Una página para visitar**

[www.bilbao.net](http://www.bilbao.net) (Educar y crecer en familia)



# 12-18 urte. Sexualitatea: Gaur gogoeta egingo dugu



**LOURDES PEREZ JIMENEZ**  
*Sexologoa eta Psikologoa*



Sexologiako profesionalak garen aldetik, **hezkuntza sexual guztion artean egiteko lana** dela uste dugu. Guztion artean diogunean, eskola, familia eta sexologiako prestakuntza espezifikoak duten profesionalak ari gara.

**Guraso bezala, eskoletan heziketa sexuala lantzea proposatu eta eska dezakezue**, baita horri buruz **informazioa lortu eta partehartzea** ere. Baina ez hori bakarrik, izan ere badira hainbat gauza, guraso bezala, zuek bakarrik egin ditzakezuenak. **Bakoitzak bere lana dauka, osagarria dena**, ez baztertzaila. Hau ez da lehiaketa bat, nork hezten duen hobekien, **ahaleginak batzea da kontua, hobeto hezteko.**

**Hezkuntza sexuala beharrezkoa** dela gauza jakina da. **Gure seme-alabak, gu geu bezalaxe, pertsona sexudunak direlako jaio direnetik eta horrela izango dira hil arte.**

Gurasoen eztabaida, horrelako galderak sortzen direnean hsten da: noiz hasi behar dugu gai horretan hezten?, zer kontatu behar zaie?, zein hizkuntza erabiliko dugu?, zer egin hainbat egoeren aurrean?... **Amaitezina izan daiteke eztabaida, aurretik bi galdera hauek erantzuten ez baditugu:**

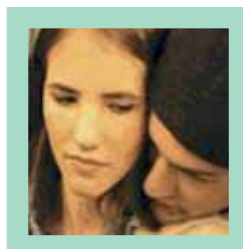
- **Sexualitateaz ari garenean, zertaz ari gara zehazki?**
- **Zertarako egin nahi dugu heziketa sexuala?**

Bi galdera hauei ematen diegun erantzunaren arabera, askoal datuko da heziketa sexuala ulertzeko modua. Esate baterako, ez da gauza bera harreman erotikoen helburua orgasmoa lortzea dela pentsatzea edo helburua, plazerra eta egindakoarekin, nahiz gure buruarekin, gustura egotea dela pentsatzea.

**Kasu batean sexualitatearen ideia oso murriztua da eta bestean, aldiz, oso zabala. Zabaltasunean sartzen da murriztua, baina murriztuan ez da zabala den zerbait sartuko.**

Hezkuntza sexualarekin antzeko zerbait gertatzen da. Badira pentsatzen dutenak hezkuntza sexuala gauza txikiak direla: esaterako, haurdunaldien eta sexu bidezko gaixotasunen prebentzioa, IHE-SA adibidez. Horrela pentsatuta, murriztu egiten dugu sexualitatea eta **sexualitatea oso zabala da. Guztiok gara izaki sexudunak eta, beraz, modu sexudunean bizi eta esprestatzen gara. Pertsona bakoitza gizon edo emakume bezala osatzen da bere bizitza osoan eta prozesu bakoitza bakarra eta errepikaezina da. Ez dago sexualitateko eredu bakarra; sexualitate ereduez, pluralean, hitz egin behar da.**

Beraz, zein da hezkuntza sexualaren berriazko helburua? **Gure seme-alabak, zoriontsu izateko, bakoitzak bere burua ezagutu, onartu eta duten erotika esprestatzen ikastera bideratutako hezkuntza egitea.**



**Norberaren burua ezagutzen** ikasteak, honako hau dena esan nahi du: nolakoak garen, nola funtzionatzen dugun eta gure gorputza nola aldatzen den ikastea. Horrek hilerokoak hitz egitea esan nahi du, fimosiaz, ugalketaz, gorputzeko aldaketaz... baina ez hori bakarrik. Ugalketa mekanismoak ikasteaz gain, plazerraren fisiologia ikasten dugu, gorputz aldaketen zergatia, baita sentimenduak, pentsamenduak eta ematen diren harreman motak ere...

Ez daude bi gizon berdinak ezta bi emakume berdin ere. **Ez daude bi sexualitate berdin.**

**Gure burua onartzen ikasteak**, norbera bere buruarekin gustura egotea esan nahi du, sexualitatean norbera bakarra eta berezia dela sentitzea, eta **emakume edo gizonezko izanda, bizitzeko milaka modu daudela jakitea.**

**Azkenik, ikas dezatela beraien erotika esprestatzen, gozatzen ikastea.** Jakin badakigu, **desiratu gabeko ondorioak saihestuta bakarrik goza al dezakegula.** Erotikaz gozatzea harreman erotikoen baina "lehen", "bitartean" eta "ondoren" gozatzea da. **Desiratzen denarekin bakarrik gozatzen da eta, norberak bere burua ezagutu eta onartzen duenean, errazago da bakoitzaren desioak ezagutu eta esprestatzea.**

**Gure helburua** hemen hau da: **koherenteagoa dela, eta luzarora eraginkorragoa, saihestu nahi ditugun jokabideak bakarrik lantzea baino, lortu nahi dugunagatik lan egitea.** Hobe da **hezkuntza sexuala ikuspuntu positibotik egitea** eta ez negatibotik. Gazteek, beraien behar eta bizipenen arabera erotikoa esprestatzea eta beraien buruak ezagutu eta onartzea lortzen duenak, arriskuak ekiditea ere lortzen du. Arriskuak saihestea bakarrik nahi duenak berriz, ez du pertsonak beraien burua ezagutu, onartu eta erotika propioa modu osasuntsuan bizitzea lortzen beti.

Gaiari buruz gogoeta egiteko proposamena luzatzen dizuegu: denok izan ditzakegun mugak eta beldurrak kontuan izanik, **EGUNERO ZURE SEME-ALABAK BERE BURUA EZAGUTZEKO, ONARTZEKO ETA ZORIONTSU IZANIK, BERE EROTIKA ESPRESATZEKO EGITEN ARI ZAREN GAUZAK PENTSATU ETA IDATZ ITZAZU.**

Liburu gomendatuak:

**BERDUN, Lorena. ¿Cómo le explico eso?** Ed. Aguilar  
Haur eta gazteei sexualitate gaiak planteatzeko oinarriko proposamenak.

**La Educación Sexual de los hijos.** Ed. Pirámide.  
Gurasoei zuzendutako gida praktikoa.

# 12-18 años. Sexualidad: hoy nos toca reflexionar



**LOURDES PÉREZ JIMÉNEZ**  
*Sexóloga y Psicóloga*



Como profesionales de la sexología pensamos que la **educación sexual es una tarea a compartir**. Compartir desde diferentes ámbitos: escuela, familia y profesionales con formación en sexología.

**Vuestra tarea** como padres y madres puede ser **proponer y facilitar que en las aulas se trabaje por la educación sexual**, además de **informaros y colaborar** en ello. Pero no termina ahí, hay una parte que nadie la puede hacer por vosotros y vosotras. **Cada cual tiene su papel, complementario** pero no excluyente. No **se trata** de competir para ver quién educa más, sino **de sumar esfuerzos para educar mejor**.

De sobra es sabido que la **educación sexual es necesaria, porque vuestros hijos e hijas son personas sexuadas desde que nacieron y lo serán, al igual que vosotras y vosotros, hasta que mueran**.

El debate surge cuando os preguntáis ¿cuándo tenemos que empezar a educar?, ¿qué hay que contar?, ¿Qué lenguaje hay que utilizar?, ¿qué hacer ante determinadas situaciones?...**Este debate puede ser eterno si antes no resolvemos dos cuestiones:**

- ¿de qué hablamos cuando hablamos de sexualidad?
- ¿para qué queremos hacer educación sexual?

Dependiendo de la respuesta que demos a estas dos preguntas, cambiará nuestra forma de entenderla. Por ejemplo, no es lo mismo pensar que el objetivo de las relaciones eróticas es el orgasmo o que el objetivo sea el placer y el estar a gusto con lo que se ha hecho y con uno o una misma.

**En un caso la idea de sexualidad es muy pequeña y en la otra muy amplia. En la amplitud cabe lo pequeño, pero es imposible incluir lo amplio en lo pequeño.**

Con la educación sexual ocurre algo parecido. Hay quien cree que la educación sexual consiste en algo pequeño como es la prevención de embarazos (END) e infecciones de transmisión genital (ITG), especialmente el SIDA, reducimos la sexualidad, y la sexualidad tiene que ver con **algo tan amplio como el que todos y todas somos seres sexuados, que nos vivimos como sexuados y nos expresamos como tales. Que cada persona se va construyendo como hombre o como mujer a lo largo de toda su vida y cada proceso es único e irrepetible, que no hablamos de un único modelo de sexualidad, sino que hablamos de sexualidades en plural.**

Por ello, el verdadero objetivo que nos mueva en educación sexual debería ir dirigido a **que nuestros hijos e hijas aprendan a conocerse, aprendan a acep-**

**tarse y aprendan a expresar su erótica de modo que sean felices.**

**Aprender a conocerse** significa aprender cómo somos, cómo funcionamos, cómo cambia nuestro cuerpo, ello incluye hablar de menstruación, de fimosis, de reproducción, cambios corporales,..., pero no sólo eso. Aprendemos los mecanismos de reproducción, pero también la fisiología del placer, aprendemos el por qué de los cambios corporales, pero también los sentimientos, pensamientos y tipos de relaciones que se van dando al mismo tiempo,...

No hay dos hombres iguales, ni dos mujeres iguales. **No hay dos sexualidades iguales.**

**Aprender a aceptarse**, se refiere a que la persona esté a gusto consigo misma. Que sienta que en sexualidad todo el mundo es único y peculiar y **hay infinitas maneras de vivirse como hombre o como mujer.**

Por último, **que aprendan a expresar su erótica, que aprendan a disfrutar**. Esto lo decimos desde la convicción de que **sólo se disfruta cuando se evitan las consecuencias no deseadas**. Disfrutar de la erótica es, disfrutar "antes", "durante" y "después" de las relaciones eróticas. **Sólo se disfruta con lo que se desea y es más fácil conocer y expresar los propios deseos cuando te conoces y te aceptas.**

Nuestra intención es haceros ver que **es más coherente**, y a la larga también más eficaz, **trabajar por lo que se quiere conseguir que únicamente por lo que queremos evitar**. Es mejor **hacer educación sexual desde lo positivo** que desde lo negativo. Quien consigue que los chicos y chicas se conozcan, se acepten y expresen su erótica según sus necesidades y vivencias, consigue también evitar los riesgos. Quien busca evitar riesgos, no siempre consigue que las personas se conozcan, se acepten y vivan su erótica de forma satisfactoria.

*Para reflexionar sobre ello, lanzamos una sugerencia: aceptando los límites, los miedos, ..., que todos y todas tenemos, PIENSA Y ESCRIBE TODAS LAS COSAS QUE DÍA A DÍA ESTAS HACIENDO PARA QUE TU HIJO Y/O HIJA APRENDA A CONOCERSE, APRENDA A ACEPTARSE Y APRENDA A EXPRESAR SU ERÓTICA DE MODO QUE SE SIENTA FELIZ.*

## Bibliografía recomendada:

**BERDUN, Lorena. ¿Cómo le explico eso?** Ed. Aguilar

Plantea las claves básicas para transmitir a niños y jóvenes nociones de sexualidad. (13,80€)

**La Educación Sexual de los hijos.** Ed. Pirámide(11,40€)

Guía práctica dirigida a padres y madres.



# Zalantzen Txokoa

**Gure 17 hilabeteko alaba hartzaindegira eramatea benetako abentura da: negarrak, kexak, eta baita gonbitoak ere. Aurten hasi da eta gaizki pasatzen ari da, senarra eta biok asko sufritzen dugu hain gaizki ikusita eta ez dakigu zer egin. Hartzaindegitik ateratzea ere pentsatu dugu, baina ez dakigu hoberena izango ote den. Aiton-amonekin uztea baino egokiagoa iruditu zitzaigun hartzaindegira eramatea, baina orain zalantzan gaude. Zer egin dezakegu horren aurrean?**

Hartzaindegira edo ikastolara joateko zailtasunak gurasoetatik banatzeak sortutako beldurra eta antsietateagatik izan daitezke edota hartzaindegian bizitako egoerengatik. Haur guztiek behar dute leku berrietara eta jende ezezagunera egokitzeko adaptazio denbora bat. Beldur horiek normalak dira. Banantzeari beldur izatea garapenaren mekanismoa da 12 eta 14 hilabete bitarteko haurrengan eta hiru urte arte luza daiteke sarritan. 17 hilabeteko haur batentzat zaila da gurasoengandik banantzea ez baitu ulertzen denbora zehatz baterako bakarrik izango dela. Egoera horren aurrean, gurasoek honelako galderak egin beharko lituzkete: negarrak eta kexak hartzaindegira sartzean bakarrik izaten diren edo bertan dagoen denbora guztian zehar, hartzaindegiko egonaldia luzeegia ote den pentsatu beharko duzue. Hartzaindegirako adaptazio prozesua egonaldi progresiboekin egitea komeni da, hasieran denbora gutxi eta gero gehiago. Gurasoak haurarekin sartu daitezke eta pixkanaka gero eta denbora gutxiago geratu barruan. Gainera, gurasoek argi eta garbi jakin behar dute hartzaindegia aukeratzea hoberena izan dela, horrela ez bada erabakia birplanteatzea komeni da. Haurrek gurasoen antsietatea sumatu eta jasotzen dute. Horregatik, garrantzitsua da gurasoek haurrari lasaitzen laguntzea, banantzen eta berarekin itzuliko direla ulertarazten. Esaiozue noiz bueltatuko zareten bere bila (bazkaldu ondoren, siesta ondoren...) eta bere bila joatean, adi egon zein humoretan dagoen, ea pozik dagoen. Izan ere, ez baduzue kontentu ikusten erabakia birplanteatzea komeni da.

Ez utzi inoiz haurra hartzaindegian ihes eginez, ezer esan gabe. Ezarri agur esateko errutinaren bat: jostailu edo zapiren bat utzi diezaiokezue, edozer gauza gurasoak gogoratu eta lotura mantentzen duena zuek bueltatu bitartean. Hartzaindegira bueltatzen zaretenean zuek kontentu egon behar duzue eta bere jarrera zoriondu, egin dutenarengatik interesa erakutsi, bera hartzaindegian egon den bitartean zuek zer egin duzuen esatea ere interesgarria da. Bestalde, hartzaindegirako bidean zoaztela bertan egingo duenaren alderdi positiboak eta erakargarriak aipatu ditzakezue (plastilinarekin ibili, pintatu, ikasi...) Bizitzako beste hainbat

egoera erabil ditzakezue banaketa lantzeko. Esaterako, senitartekoekin utzi edota lagunaren batekin... horrela alaba ohitzen joango da. Eta beti egia esan haurrari.

Hala ere, zuen alabaren erreakzioa banaketa horren aurrean gehiegizkoa bada, bai intentsitatea altua delako, bai denboran zehar asko luzatzen delako, espezialista batekin kontsultatzea gomendatzen da. Agian banaketa antsietateaz haratago doan beste zerbait egon daiteke. Gogoratu hiru urte arte banaketa antsietatea garapenaren parte dela.

Liburu gomendatua:

Méndez Carrillo. F. X. (2005). Miedos y temores en la infancia. Madril. Pirámide.

Barrio Gándara, M.V. (2005). Emociones infantiles. Madril. Pirámide.

**Bost urteko alaba bat daukagu eta azkenaldian istorioak asmatzen ditu etengabe. Errealitatean gertatu ez diren gauzez hitz egiten digu egia balira bezala eta guk ez dakigu bere "jokoa" jarraitu edo hori guztia egia ez dela esan. Alde batetik, pena ematen digu fantasia horrekin amaitzea (hartzaroan hain da polita...) baina bestetik, beldur gara errealitatea eta fantasia nahastuko ote dituen. Berak kontatzen dituenak benetan pasa direla uste al du? Guk zer egin beharko genuke horrelakoak esaten dituenen?**

Bost urteko ume batentzat normala da istorioak sortzea, bere garapen kognitibo eta emozionalaren parte da. Egia esan, helduek ere sortzen ditugu bizitzaren inguruko gure fantasiak, egoera ezberdinak imajinatzen ditugu, lekuak e.a. Arazoa ez dira fantasiak, errealitatearekiko adaptazioa baizik. Adaptazio hori ona bada ez dago inongo arazorik.

Fantasien aurrean nola jokatu galdetzen duzue, ba garrantzitsua da entzutea eta ze fantasia mota den baloratzea: ez da gauza bera ipuin bat pertsonaia ezberdinekin asmatzea edo haurraren egoeratik oso urrun dagoen errealitate bat imajinatu eta horren arabera jokatzeko. Gure sen onak esango digu noiz ez dugun fantasia bat sendotu behar. Umeentzat jokoak, ipuinak, imajinazioa azken finean errealitateari aurre egin eta elaboratzeko modu bat dira.



Haur txikiaren barne mundua eta sormena bere etorkizuneko garapen emozionalaren oinarria izango da; beraz, ez duzue zuen alabaren fantasia horren beldur izan beharrik, beti ere errealtatearekiko haustura handia gertatzen ez bada.

#### Liburu gomendatua:

Córdoba, A. I., Descals, A., Gil Llario, M. D. (2006). *Psicología del desarrollo en la edad escolar*. Madrid. Pirámide.

**Nire 13 urteko alaba lotsagabetu egin da azkenaldian. Orain arte oso neska isila eta lotsatia izan da, baina, denbora batetik honantz, bere aitari eta niri erantzun txarrak ematen dizkigu. Asko diskutitzen dugu gaueko irteerak direla eta, izan ere ez diogu uzten oraindik ateratzen arrazoi zehatz bat ez badago (adib. Herriko festak). Guztia horrenbeste kuestionatzen du nire senarra eta bioi zalantzak sortzen dizkigula gure erabakiei buruz. Zergatik aldatu da horrenbeste? Zerbait gaizki egiten ari al gara?**

Nerabezeroak aldaketa anitz ekartzen ditu bai arlo fisikoan, kognitiboan, emozionalean eta baita harremanetan ere. Nerabeak autonomiara zuzentzen den bide bati ekin dio eta horretarako gurasoengandik urrundu behar du eta adin berekoekin harremanak sendotu.

Orokorrean, guraso eta nerabeen arteko gatazkarik ohikoena kasurik ez egitea eta errebeldia dira. Jarrera horiekin nerabeak gurasoekiko dependentzia gutxitzen duela sentitzen du.

Ordurarte aginduak betetzen zituen haur lotsati eta isil bat izan dutenen gurasoak, bapatean guztia galdetu, zalantzan jarri, eztabaidatu eta besterik gabe gauzak onartzen ez dituen norbaitekin aurkitu daitezke. Funtsezkoa da ulertzea hori normala dela eta orain negoziatzea, entzutea eta akordioetara iristea tokatzen dela. Hau guztia, alaba oraindik heldua ez dela jakinda eta mugak behar izaten jarraitzen duela jakinda. Gurasoek erronkei aurre egiten lagundu behar diote nerabeari, bestelako harreman sozialetara irekitzea, lagunaren artean beraien iritzi propioa defendatzen erakustea eta hau guztia onarpen eta maitasun giro baten barnean. Nerabeari, bere bidea aurkitu eta autonomia prozesuan aurrera egiten lagundu behar diogu, bere buruarengan konfiantza izaten alegia.

#### Liburu gomendatuak:

Macia, D. (2002). *Un adolescente en mi vida*. Madrid. Pirámide.

Castillo, G. (2007). *Claves para entender a mi hijo adolescente*. Madrid. Pirámide.

Fernández Millán, J.M. y Buela-Casal, G. (2006). *Padres desesperados con hijos adolescentes*. Madrid. Pirámide.

Monjas Casares, M. I. (2006). *La timidez en la infancia y adolescencia*. Madrid. Pirámide.

# El rincón de las dudas

**El momento de llevar a la niña a la guardería es una auténtica aventura con nuestra hija de 17 meses: lloros, quejas, incluso vómitos. Ha comenzado este año y, lo está pasando tan mal, que mi marido y yo estamos sufriendo y no sabemos qué hacer. Nos estamos planteando sacarla de la guardería pero no sabemos si es lo mejor. En principio nos pareció más adecuada la guardería que dejarla con los abuelos pero ahora ya estamos dudando. ¿Qué debemos hacer ante esto?**

Las dificultades para ir a la guardería o a la escuela pueden ser derivadas del miedo y la ansiedad de separarse de los padres o por situaciones vividas en la propia guardería. Todos los niños pasan por un periodo de adaptación a un lugar extraño y a personas nuevas y desconocidas, son normales estos temores. El miedo a la separación es un mecanismo evolutivo presente en casi todos los niños de 12 a 14 meses y es frecuente que se prolongue hasta los 3 años de edad. Para una niña de 17 meses separarse de los padres es costoso, ya que no entiende que es para un rato. Ante esta situación, los padres deben preguntarse si los lloros, las quejas, etc. se dan sólo al entrar o persisten durante todo el tiempo que la niña está en la guardería, deben valorar si el tiempo de estancia en la guardería es muy amplio, y debería de haber un proceso de adaptación con tiempos de estancia progresivos, desde muy breves a cada vez más amplios. Incluso también los padres podrían entrar con ella un rato para ir poco a poco disminuyendo su tiempo de estancia. Además, los padres deben estar realmente convencidos de que la guardería es la mejor elección para su hija, si no lo están es mejor que se replanteen su decisión. Los niños perciben y absorben la ansiedad de sus padres, por ello, es importante que ellos ayuden a su hija a tranquilizarse, separarse y a entender que volverán a por ella, díganle en qué momento van a recogerla (después de comer, después de la siesta, etc.), y cuando vayan a recogerla, observen de qué humor sale, si está contenta, porque de no ser así entonces sí que deberían replantearse la opción elegida. No se vayan nunca sin decir nada, como escapando, establezcan una rutina de despedida, pueden dejarle un pañuelo o un juguete, algo que le recuerde y vincule a sus padres y que pueda tener hasta que vuelvan a recogerla. Cuando la recojan de la guardería deben estar contentos y felicitarla, deben preguntar e interesarse por lo realizado, deben contar a su hija que han hecho mientras ella ha estado en la misma. Además, en el camino hacia la guardería pueden contarle a su hija aspectos positivos de lo que hará y que le pueden resultar atractivos (jugar

con plastilina, pintar, aprender...). Pueden utilizar también situaciones de la vida cotidiana que impliquen separación, por ejemplo dejarla con familiares, amigos... para que su hija se vaya acostumbrando y díganle siempre la verdad.

Cabe decir, no obstante, que si la reacción de su hija a esa separación fuera desmesurada en cuanto a intensidad y se prolongase durante mucho tiempo, sería conveniente consultar a un especialista, pues podría tratarse a algo distinto a una simple ansiedad por separación, que hasta los 3 años, se considera como propio del desarrollo.

## Bibliografía de ayuda:

Méndez Carrillo, F. X. (2005). Miedos y temores en la infancia. Madrid: Pirámide.

Barrio Gándara, M.V. (2005). Emociones infantiles. Madrid: Pirámide.

**Tenemos una hija de cinco años y últimamente se inventa historias continuamente. Nos habla de cosas que no han sucedido en la realidad como si fueran verdad y nosotros no sabemos si seguirle la corriente o decirle claramente que lo que dice no es real. Por un lado, nos da pena acabar con su fantasía (que nos parece precioso en la infancia) pero por otro lado, tenemos miedo de que no diferencie la realidad de la fantasía. ¿Ella realmente cree que lo que cuenta ha pasado? ¿Que deberíamos hacer cuando dice cosas de ese estilo?**

Es normal y necesario para una niña de 5 años fabular y crear historias, es parte del desarrollo cognitivo y emocional. De hecho los adultos también creamos fantasías acerca de la vida, nos imaginamos situaciones, lugares, etc. El problema no son las fantasías si no la adaptación a la realidad, si ésta es buena no suele haber problemas. Respecto a cómo actuar, es importante escuchar y valorar qué tipo de fantasía es, no es lo mismo un cuento con personajes, que imaginarse una realidad distinta a la que se tiene y actuar conforme a la fantasía. El sentido común nos dicta cuando no alimentar una fantasía. Para los niños los juegos, los cuentos, la imaginación son herramientas para hacer frente a la realidad y elaborarla.



La adolescencia supone cambios a nivel físico, cognitivo, emocional y relacional. El adolescente inicia un camino hacia el logro de la autonomía y para ello debe separarse de los padres y aumentar las relaciones con sus iguales.

El tipo de conflicto más común entre un adolescente y sus padres es el de la desobediencia y rebeldía, ya que a través de esta acción el adolescente siente que va dejando su dependencia parental.

Cuando los padres han tenido una hija tímida, reservada y que acataba las órdenes sin cuestionarlas, de repente se pueden encontrar con una persona que no acepta, discute, cuestiona y contesta. Es importante entender que es normal, y que ahora toca negociar, escuchar y llegar a acuerdos. Teniendo en cuenta que todavía la hija no es adulta y que necesita también límites. Los padres deben ayudar a afrontar desafíos, a abrirse a las relaciones sociales, a mantener las propias opiniones frente al grupo de iguales y todo esto en un ambiente de cariño y aceptación. Es el momento de ayudar al adolescente a abrirse camino y a apoyarle en su proceso de autonomía, ayudarle a adquirir seguridad en sí misma.

El mundo interior y la creatividad del niño pequeño sientan los precedentes de su futuro desarrollo emocional, por lo que no deben tener miedo a estas fantasías de su hija. Siempre y cuando, como ya hemos dicho no exista un desajuste importante con la realidad.

#### Bibliografía de ayuda:

Córdoba, A. I., Descals, A., Gil Llario, M. D. (2006). Psicología del desarrollo en la edad escolar. Madrid: Pirámide.

#### Bibliografía de ayuda:

Macia, D. (2002). Un adolescente en mi vida. Madrid. Pirámide.

Castillo, G. (2007). Claves para entender a mi hijo adolescente. Madrid. Pirámide.

Fernández Millán, J.M. y Buela-Casal, G. (2006). Padres desesperados con hijos adolescentes. Madrid. Pirámide.

Monjas Casares, M. I. (2006). La timidez en la infancia y adolescencia. Madrid: Pirámide.

**Mi hija de 13 años últimamente está muy “contestona”. Siempre ha sido una niña reservada y tímida pero, de un tiempo a esta parte, no hace más que contestarnos a su padre y a mí. Discutimos mucho por culpa de las salidas nocturnas que aún no le permitimos si no hay un motivo concreto (ej. las fiestas del pueblo). Cuestiona todo tanto que a veces nos hace dudar a mi marido y a mí de que estemos haciendo lo correcto. ¿Por qué ha cambiado tanto? ¿Estamos haciendo algo mal?**



ZALANTZAK AL DITUZU ZURE SEME EDO  
ALABAREN HEZIKETAREN INGURUAN?  
GUK LAGUNDU EGIN NAHI DIZUGU.

Idatzi zure galdera beheran agertzen den helbide elektro-  
nikora eta psikologo talde profesional batek erantzungo  
dizu hurrengo “Seme-Alabak” aldizkarian.

*Helbide elektronikoa: [pgaztanaga@ordizia.org](mailto:pgaztanaga@ordizia.org)*

¿TIENES DUDAS CON ALGUN ASPECTO DE LA  
EDUCACION DE TU HIJO/A?  
NOSOTROS QUEREMOS AYUDARTE.

Envía tu pregunta a la dirección que aparece debajo y un  
equipo de psicólogos profesionales te contestará en el si-  
guiente número de la revista “Seme-Alabak”.

*Dirección eletrónica: [pgaztanaga@ordizia.org](mailto:pgaztanaga@ordizia.org)*