

HAURDANIK

N./Zk.
50

AVAIM. Asociación Vasca para la Ayuda a la Infancia Maltratada
Tratu Txarrak Jasotako Haurren Laguntzarako Euskal Elkartea



Marentalidad y Parentalidad
positivas

Editoriala

Une gogorra
Leire Dora

3

La maternidad impacta en nuestras vidas como un meteorito

Paloma Gutiérrez
Psicóloga y Terapeuta de Análisis Bioenergético

8

Recomendamos

14

Albisteak AVAIM

15

La transformación de los padres conmovidos

Ritxar Bacete
Antropólogo, Trabajador Social, Especialista en masculinidades

4

Aitatasun Positiboak

Mónica Aceves,
Gizarte-langilea
Silvia Sánchez,
Gizarte-hezitzailea Haurtzaro eta Senitarte Zerbitzua, Gizarte Politiken Saila Vitoria-Gasteizko Udala

11

HAURDANIK

Diseño y Maquetación: Cecilia Simons

Revisión: Hortensia González Taberner, Maite González Catalán

Subvenciones y ayudas:

Diputación Foral de Gipuzkoa, Dpto. de Igualdad, Justicia y Políticas Sociales de Gobierno Vasco, Ayto. de Vitoria-Gasteiz. IFBS. Diputación Foral de Álaba. Ayto. de Donostia-San Sebastián

Imprime: ZYMA Gráficas.

PAPEL FSC* procedente de recursos responsables. Tintas vegetales

Edita: AVAIM Dep-legal: SS-203.1994

Nº de Registro: AS/G 01842/1990, Entidad colaboradora del Sistema Público de Servicios Sociales de la Comunidad Autónoma Vasca: 0-013. Declarada de utilidad pública (Decreto 242-1998, de 22 de septiembre)

AVAIM. Asociación Vasca para la Ayuda a la Infancia Maltratada. Asociación sin ánimo de lucro, creada en 1989 por profesionales y no profesionales para promocionar el buen trato a los niños, niñas y/o adolescentes del País Vasco

UNE GOGORRA

Gaur egun asko hitz egiten den gaia gazteak nola hazten direna da. Nire ustez, seme-alabak zoriontsu eta erantzukizunez hazteko nahiko garrantzitsua da, edozein keinu edo hitzek eragina izan baitezake.

Faktore emozionalak, hezkuntzakoak eta sozialak konbinatzea behar dute, adibidez: maitasuna eta laguntza. Denok dakigu nerabearoa une gogorra dela nerabearentzat baita gurasoentzat edo tutorearentzat. Une latz horretan, nire ustez, nerabeak maitatua sentitu behar du, bere familiarekin edozeri buruz hitz egiteko libre sentitu behar du, eta, premia dagoenean, arazorik gabe laguntza eskatu behar du, baloratuta sentitu behar du, bizitzarako oinarri segurua emateko.

Haurrek txikitatik begiratu ikasten dute, eta, beraz, nahiko garrantzitsua da txikitatik portaera arduratsuak eta etikoak erakustea, aurrerago bestelako portaera desatseginik jasan behar ez izateko. Eta horrela, familian elkarren bizilekua garatu.

Beste puntu garrantzitsu bat da erabakiak hartzeko eta akatsak zuzentzeko aukera ematea emozioak eta jarduteko modua ezagutzen eta maneiatzen irakasteko. Horrela, gurasoekin eta helduekin harreman osasungarriak izateko.

Gurasoak ere oso garrantzitsuak dira, nik esango nuke nerabe baten bizitzan oso garrantzitsuak izango lirakeela. Guraso gehienek egiten dituzte hainbat puntu negatibo, adibidez, zorrotzak izatea arauekin, nerabeak sentituko du hori egiteko beharra inori kontatu gabe, edo, alderantziz, araurik gabe autoritate gehiegi ematea, erabateko kontrolik eza litzateke horrela. Nirea aburuz, arauak argiak izan beharko lukete, eta ondorio bidezkoak aplikatu. Nire ustez, gauza guztiak haien alde egiteak, independentzia garatzea eragozten du, horrek ez luke ezertan lagunduko autonomia eta erantzukizuna eratzen, edo beren adinerako desegokiak diren erantzukizunak emateak ezta ere. Aldiz, beren adinari egokitutako zereginak ematea eta erabakiak hartzen uztea lagunduko luke.

Amaitzeko, nire ustez, nerabeek maitatuta eta seguru sentitu behar dute inguruan duten jendearekin, eta gurasoek ere konturatu behar dira dena ez deka debekatzea eta dena ez dela nahi dutena egiten uztea.

Leire Dora (15 urte)

LA TRANSFORMACIÓN DE LOS PADRES CONMVIDOS: MUEVE LO QUE NOS CONMUEVE

Ritxar Bacete, *Antropólogo, Trabajador Social, Especialista en masculinidades.*

Aproximadamente el ochenta por ciento de los hombres serán padres biológicos en algún momento de sus vidas, y prácticamente todos los hombres tenemos alguna interacción socializadora con las niñas y los niños. Como nos recuerda la escritora Silvia Nanclares, optar por el «extincionismo» es tan legítimo como decidir reproducirse. Pero, para que la vida siga, los padres importan e impactan.

Sean padres biológicos, padrastros, padres adoptivos o sustitutos o tutores; sean hermanos, tíos o abuelos; sean parte de una relación de pareja del mismo sexo o del sexo opuesto y vivan o no con sus hijos, la participación de los hombres en el cuidado diario de otros tiene una influencia duradera en las vidas de las niñas, los niños, las mujeres y los hombres, así como un impacto permanente en el mundo que los rodea.

Los padres, por ausencia o presencia, aportan modelos identitarios de referencia sobre qué es ser un hombre que producirán efectos profundos y que perdurarán toda la vida, sobre todo en la construcción de las identidades y expectativas vitales tanto de sus hijas como de sus hijos. Desde esta mirada crítica de la realidad, cada vez contamos con mayor evidencia científica de que la implicación positiva de los hombres en la crianza y los trabajos reproductivos es un factor clave para la transformación de la realidad hacia paradigmas sociales y de relación más justos e igualitarios, contribuyendo a proteger a la infancia.

Es innegable que en los últimos años se han producido grandes avances, sobre todo en lo que a la incorporación de las mujeres al espacio público y profesional se refiere, aunque pervivan discrepancias entre los ideales familiares igualitarios y la persistencia de una realidad familiar fuertemente marcada por

el género, como plantea el grupo de investigadores que realizaron el estudio «Ideales igualitarios y planes tradicionales: Análisis de parejas primerizas en España». Esta investigación parte de una paradoja actual en el contexto español, y es que «las nuevas generaciones de parejas, en proceso de formación familiar, muestran actitudes de género muy igualitarias en cuanto a la división del trabajo en diferentes encuestas representativas», pero la realidad del reparto del trabajo no remunerado está muy marcada por el género y es una fuente de conflicto e insatisfacción conyugal. El cuidado de los hijos también sigue recayendo más sobre las mujeres, como muestra el desigual disfrute de los permisos parentales, por lo que, aunque hemos avanzado mucho como sociedad, todavía nos queda mucho terreno por recorrer, tanto en lo privado como en lo que hacemos en el espacio público y, sobre todo, en el ámbito del empleo.

¿SON NUEVAS ESTAS FORMAS DE PATERNIDAD?

Hoy en día, miles de padres, cada vez en mayor medida e intensidad, tienen la oportunidad de establecer relaciones más profundas y transformadoras, y están surgiendo, incluso, nuevas palabras como «padrear».

Cada hombre que se enfrenta a una paternidad presente es un padre nuevo. Desde el momento en que comparte el sueño, acompaña a su pareja, cuida y acoge en sus brazos por primera vez el llanto de su criatura, que brota como una cascada de amor incontenible junto a sus propias lágrimas, es un nuevo hombre y un padre nuevo, presente, tan vulnerable como poderoso.

Hoy, si tuviera que elegir un modelo de referencia de lo que significa en su más profunda dimensión ser un padre nuevo, y aunque son muchos los hombres en los que podemos pensar, mi paradigma sería

Carles Capdevila, que se definía a sí mismo como «muy aficionado a la educación». En sus conferencias, charlas o vídeos, el comunicador catalán, padre bueno y periodista, identificaba cinco sentidos básicos a la hora de educar a un niño. Los cuatro primeros los consideraba muy importantes –el sentido común, el del ridículo, el del deber y el moral–, pero, para él, el quinto y último era el definitivo y más importante: el sentido del humor. A los hijos se les educa en valores, y los valores se imitan.

Los nuevos padres son retales de las historias de los que lo fueron antes que ellos. Cuando somos padres comprometidos, hay un momento inevitable de crisis. Dejamos de vivir alrededor de nuestro ombligo y nos convertimos en seres cuidadosos en vez de ser hombres de cuidado. Ya no somos el centro patriarcal de la existencia. Otro ingrediente de la crisis es que la paternidad consciente nos hace enfrentarnos a un mundo emocional inmenso para el que a veces nos faltan códigos, referencias y herramientas. Pero el gran trance lo dimensionamos cuando, probablemente por primera vez en nuestra existencia, vivimos en primera persona cómo los cuidados nos desempoderan, nos roban el tiempo, el protagonismo y la posibilidad de seguir siendo libres y omnipresentes en el trabajo, el partido, la asociación o el sindicato.

La figura del «nuevo padre» pasaría por marcar distancias con los modelos de masculinidad y paternidad hegemónicos que fueron nuestros propios padres (proveedores y emocionalmente distantes), caracterizándose por una implicación activa en la crianza, la demostración de empatía, la participación en los trabajos reproductivos, el cuidado y la priorización de las hijas e hijos.

LAS MADRES SIGUEN CUIDANDO MÁS, AUNQUE LOS PADRES CUIDAN MÁS QUE NUNCA

No cabe discusión, el hecho de que las mujeres siguen siendo las sostenedoras principales de la vida, pero tampoco se puede cuestionar el hecho de que estamos en el momento histórico donde los hombres participan más en los cuidados. La cultura en la que vivimos es un sistema político que opera como una estructura con puertas, columnas, muros, puentes



PAPÁ
Editorial Destino

Autor Ritxar Bacete

Álbum ilustrado que pone en valor, el papel universal de los hombres en la crianza en distintas culturas y momentos históricos a través del análisis del rol de la figura del padre.

y dinámicas de poder, con raíces profundas y de la que nuestros cuerpos y estructuras mentales forman parte. La estructura no es una broma, va muy en serio y tiene la capacidad de modelar las conciencias, la deseabilidad, la ética o la estética e impactar de forma determinante en las decisiones y comportamientos individuales y familiares. Lo socialmente aprendido de forma colectiva en un contexto social e histórico, funciona como un tsunami, unido a una tormenta tropical con vientos huracanados...O lo que es lo mismo, no es nada fácil operar en contra, y resulta más complicado aún, producir cambios estructurales que hagan amainar los vientos o pacificar y cambiar el sentido de las aguas a nuestro criterio o conveniencia individual. Aunque esta imagen resulte un tanto hiperbólica, viene cargada de esperanza. El orden natural de lo humano, lo biológico, lo impepinable, aquello que nos ha permitido sobrevivir a esta especie social, vulnerable e interdependiente, y poder llegar a escribir y leer esta entrevista, han sido, son y serán los cuidados compartidos. La igualdad, así como la participación equitativa en el sostenimiento de la vida, son dos elementos clave. Para existir, todas y cada una de las personas, independientemente de nuestro sexo, hemos recibido cuidados, y para que desde una perspectiva social, la existencia de esta especie, siga su curso, primero tenemos que adquirir (los machos de la especie sapiens también) las competencias y capacidades que son necesarias para el desempeño del sostenimiento de la vida, como también, el mandato emocional y la obligatoriedad moral, de sostener la propia vida, la de las personas que nos rodean y también del ecosistema que nos sostiene. Insisto, y todo ello, ligado a la identidad, a la ciudadanía, independientemente del sexo con el que nacemos. Como señalan los datos



de distintas investigaciones, o una visita mañanera a una escuela infantil, aún estamos lejos de vivir en un sistema político y unas culturas pacificadas, equitativas, saludables y cuidadoras. Pero los datos también avalan que millones de hombres de todo el mundo, en el contexto del viaje evolutivo de nuestra especie, y tras varios siglos desastrosos para la igualdad y la buena vida, están volviendo a casa, a cuidar a sostener, con una intensidad y una extensión, insuficiente, no equitativa aún, pero desconocida en la historia reciente de la humanidad, y profundamente esperanzadora. Como señalaba anteriormente, a pesar de la complejidad de producir cambios profundos en el sistema político y cultural, las tendencias democratizadoras que hemos vivido en las últimas décadas, han empezado a dar sus frutos: nunca tantos hombres en todo el mundo habían cuidado tanto como lo están haciendo en el momento actual. Porque el camino que queda para lograr la libertad y la igualdad real entre mujeres y hombres, sigue siendo largo, toca no caer en el conformismo y la auto-complacencia, pero tampoco en la estereotipación de los hombres y la ira. Nos vendría bien, tomar buena nota aprender de aquello que ha funcionado para lograr el empoderamiento de las mujeres y la mayor incorporación de los hombres a los cuidados, para poder seguir avanzando.

UN GRAN CAMBIO: LOS PADRES DESEAN CUIDAR MÁS

En una investigación que realizamos en España en 2023 sobre el Estado de las paternidades y los cuidados, llama poderosamente la atención que son los

hombres, por encima de las mujeres, quienes expresan una mayor deseabilidad en relación a los cuidados, mostrándose en mayor medida que las mujeres, dispuestos a tomar decisiones que impacten su vida profesional, para dedicar más tiempo a los cuidados. Pero es más llamativo aún, que esta tendencia es parte de una ola global, ya que esta deseabilidad también la encontramos en una parte muy significativa de los hombres de distintos países del planeta, como pudimos constatar en el Informe sobre el Estado de la paternidad en el mundo SOWF, donde los hombres dicen que hacen más y que quieren hacer más, pero siguen existiendo barreras estructurales, normativas, individuales y financieras que impiden un reparto equitativo de los cuidados. Este informe también revela que millones de mujeres y hombres en todo el mundo, están reclamando que los cuidados ocupen un lugar central en sus vidas, lo que sólo puede abordarse mediante una revisión fundamental de las estructuras de poder, las políticas y las normas sociales en torno al trabajo de cuidados remunerado y no remunerado, y esa transformación es estructural, colectiva, comunitaria, y no meramente individual. De hecho, más que una contradicción, considero que es una excelente noticia que los hombres deseen cuidar más y que muchos lo estén haciendo, ya que contamos con un ingrediente novedoso y una variable que explorar, de cara a promover que el cambio pase de los deseos a los hechos. Y para lograr una mayor equidad y desde una perspectiva sistémica, probablemente también se tenga que manifestar un cambio de tendencia o un paso atrás en la deseabilidad y responsabilización de los cuidados por parte de las mujeres. Sin olvidar el impacto de las estructuras, las leyes y la cultura en las decisiones individuales, que a veces parecen tender a la inequidad, pero que las parejas y familias de carne y hueso, bien saben que tratan de adaptarse lo mejor posible al entorno, aunque a veces nos dejemos pelos utópicos en la gatera de la crianza, con el legítimo objetivo de no rompernos en el intento.

VAMOS POR EL BUEN CAMINO...

Estamos en el mejor de los caminos que tenemos y sabemos, y en las manos de todas y todos está, continuar avanzando o permitir y favorecer el retroceso, la distopía. Personalmente soy optimista, porque

he podido constatar en mi propia experiencia como hombre y también como padre, que la participación en los cuidados no es solo una cuestión de justicia, sino que también produce efectos positivos, al convertirse en un taller permanente de revinculación, resocialización y transformación para nosotros. Y desde un plano científico, cada vez contamos con una mayor evidencia empírica que demuestra cómo la implicación de los hombres en el sostenimiento de la vida en clave de igualdad, no sólo tiene beneficios múltiples para las niñas y niños, que crecen más sanos, con menos violencia y desarrollando más capacidades cuando tienen una doble figura de apego; o para las mujeres, que ven incrementadas sus posibilidades de empoderamiento al mismo tiempo que disminuye la posibilidad de que sufran cualquier tipo de violencia por parte de su pareja, cuando esta es cuidadora; o para los propios hombres, que viven más años y más satisfechos cuanto más cuidan...

El cambio, lento pero constante que los hombres han dado en las últimas décadas, desde una perspectiva intergeneracional, histórica y evolutiva, es un salto de gigante (que no tiene por qué ser autocomplaciente) en relación a la implicación en el sostenimiento de la vida y la creación de vínculos, que tuvieron sus mayores, unido a la toma de conciencia y demandas de las mujeres, los cambios legislativos y la agenda política y social de la democracia, hacen que necesariamente tengamos que ser optimistas.

Cada vez estoy más convencido de que contribuiremos a construir la realidad, a partir de nuestra propia mirada. Si cuando pensamos en hombres, paternidades e igualdad, afilamos nuestra aproximación a la realidad de los varones a través de una idea estanca y etnocéntrica de los privilegios, la rueda infinita e insuperable de los micromachismos o la estereotipación sistemática de los hombres, los jóvenes y por tanto, también de los niños, tal vez, más allá de alimentar resistencias, poco contribuimos al cambio

“La implicación de los hombres en el sostenimiento de la vida en clave de igualdad, tiene beneficios múltiples para las niñas y niños, para las mujeres que ven incrementado su empoderamiento y para los propios hombres que viven más y más satisfechos cuanto más cuidan”

profundo hacia posicionamientos y prácticas más igualitarias, que son las que deseamos y reivindicamos.

Para seguir avanzando, necesitamos, primero investigar mucho y bien sobre dónde están los hombres, qué piensan, qué sienten, qué temen. Precisamos de políticas públicas con perspectiva de género, que pongan en el centro el derecho de los hombres a ser libres, felices, cuidadores y corresponsables. Necesitamos estrategias integrales y transversales que incluyan los sistemas públicos de salud, donde se diseñen políti-

cas de preparación para acoger una nueva vida, con una agenda específica y acompañamientos a los hombres que van a ser padres, durante el embarazo de sus parejas, pero también en edades tempranas de sus criaturas. Hay que empezar pronto, y analizar y estudiar qué está ocurrien-

do con los niños de entre 4 y 12 años; comprender la existencia de la caja de la masculinidad y las normas rígidas, y acompañar a los adolescentes y jóvenes, para que puedan salir de ella. Hay que convencer a empresas y sindicatos, de las ventajas de los modelos andróginos de organización empresarial. Pero, sobre todo, y como dijera Bell Hooks “en un mundo donde los niños y los hombres están perdiendo a diario su camino, debemos crear guías, señales, nuevos caminos...mientras buscan encontrar el camino a casa, mientras ponen en práctica su deseo de cambiar”.

NUEVOS HOMBRES BUENOS
Editorial Atalaya
Autor: Ritxar Bacete

Llega el momento de crear una nueva masculinidad. Y nada mejor para ello que partir de las reflexiones y propuestas de Ritxar Bacete, especialista en género y masculinidades.



LA MATERNIDAD IMPACTA EN NUESTRAS VIDAS COMO UN METEORITO

Paloma Gutiérrez López, *Psicóloga y Terapeuta de Análisis Bioenergético*

La maternidad impacta en nuestras vidas como un meteorito, y lo hace de forma única, transformadora e irreversible. Ni nosotras ni nuestras vidas vuelven a ser las mismas. La maternidad surge, ocurre, atraviesa y transforma nuestros cuerpos. A menudo muchas mujeres se descubren y se encuentran con sus cuerpos a través del embarazo y posteriormente, de la maternidad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que el 25% de las embarazadas experimenta algún tipo de malestar psíquico significativo y que una de cada cinco madres primerizas va a padecer algún tipo de trastorno del estado de ánimo o de ansiedad durante el embarazo y el posparto. Este dato dimensiona la complejidad que conlleva la etapa perinatal, además, evidencia la necesidad de estudiar los factores vinculados a la sintomatología ansiosa y depresiva, tanto desde el ámbito de la prevención, cómo en la detección. También recuerda la necesidad de establecer de forma estructural en nuestro sistema de salud

un acompañamiento y tratamiento adecuados.

La etapa perinatal abarca desde la planificación del embarazo hasta un año después del parto. Si incluimos la perspectiva del apego, este periodo se ampliaría hasta los dos años, tiempo este, en el que se desarrolla el vínculo de apego. Este periodo suele conllevar una serie de transformaciones en la mujer y en el núcleo familiar. Actualmente existen estudios que constatan cuáles son los cambios que acontecen en el cerebro de las madres. Susana Carmona en su libro *Neuromaternal*, detalla los avances de investigaciones recientes. Ella explica cómo el cerebro de la mujer cambia de forma profunda durante el embarazo, y cómo estos cambios persisten hasta dos años después del parto, y parece que preparan a la madre

para afrontar los retos de la maternidad. A esta etapa, donde ocurren dichos procesos neurobiológicos, se le ha denominado “**matrescencia**” por su similitud a la adolescencia. Algunos de los aspectos comunes que comparten estas dos etapas son entre otros, aumentos de las hormonas sexuales, cambios físicos, sociales y psicológicos. Asimismo, en ambas etapas se da una poda neuronal y una elevada neuroplasticidad. Al igual que en la etapa de la adolescencia, las mujeres necesitan compartir, mirarse y reflejarse en otras miradas, en otras experiencias, para no sentirse únicas, para evitar la soledad demasiado presente en esta época de la vida, que junto al aislamiento suponen un riesgo para la salud mental de las madres. Transitar la maternidad acompañada de una red de mujeres con una mirada empática, amable y realista supone un factor de protección en la prevención de los trastornos del estado de ánimo, entre ellos la depresión postparto.

Decía Adrienne Rich, en *Cólera y ternura* que “sólo liberándose de la ilusión de unicidad podría acariciar la esperanza de tener una vida auténtica cómo mujer”. Desde el año 2017, acompañé a un grupo de reflexión sobre las maternidades, dentro de la Escuela para el

empoderamiento feminista de Vitoria-Gasteiz. Año tras año constato esta necesidad de acompañamiento de las madres por otras madres. Este grupo denominado *EntreMadres*, es un espacio terapéutico y sanador, un tiempo para expresar, para resonar junto con otras mujeres, un tiempo donde poder reflejar y contrastar de manera conjunta, las vivencias y las reflexiones de la maternidad. Participan en este grupo mujeres madres, no madres y abuelas, todas compartiendo un tema transversal como es la maternidad y la hijidad.

Además, la existencia de estos grupos supone una reivindicación dentro del feminismo, del papel que jugamos las madres como activistas y feministas. A lo largo de la historia, desde el movimiento feminista la maternidad ha sido considerada el mayor yugo que el patriarcado ceñía sobre nuestras cabezas. Y no le faltaba razón para creerlo, aunque siempre han existido modelos subversivos, es cierto que, durante siglos, la maternidad significaba una reclusión absoluta al hogar, rodeada de criaturas y pañales, y dedicada por entero al trabajo doméstico, y por supuesto, bien lejos de la esfera pública. Hoy en día todavía nos queda demasiado de este pasado, y sigue vigente un modelo social basado en la idea del “ángel del hogar”, esa figura maternal, tierna, que todo lo da y que todo lo puede, abnegada felizmente a sus cuatro paredes. Como dice Marcela Lagarde, existe dentro de nosotras y en la realidad social el sincretismo de género, coexistiendo modelos distintos, en tanto contrarios entre sí, modernas y conservadoras a la vez.

Actualmente las familias tenemos grandes retos en el ejercicio de la parentalidad. Posiblemente se trata del momento histórico en el que las familias estamos mejor formadas, incluso podría decirse que existe una profesionalización de la maternidad y la paternidad. Leemos multitud de libros y manuales sobre pedagogía. Antes de la llegada de la criatura acudimos a estas biblias en búsqueda de respuesta y de guía en el desconocido camino de la crianza. Una vez llegada nuestra criatura continuamos devorando páginas, webs y blogs especializados en crianza, indagando la forma óptima de acompañar cada etapa a nuestros bebés. De alguna forma buscamos esa palmadita en la espalda que nos conforte, ese tan anhelado “sigue así, lo estás haciendo bien”, pero resulta que en esta profesionalización y búsqueda del buen desempeño como madres y padres no encontramos el deseado y necesario alivio. Y al otro lado, observándonos atónitas, las generaciones pasadas, las abuelas y los abuelos, que reciben a sus nietas y nietos con un manual de instrucciones. Esta generación en la que no nos miramos, a la que no preguntamos cómo lo hicieron, cuáles fueron sus estrategias y claves para acompañarnos. Ahora, parece que no confiamos en el pasado, porque nuestros tiempos son mejores, ahora tenemos información, tal vez demasiada, ahora nuestros espejos son de papel y virtuales, o con



la pátina de perfección de las redes sociales donde aparentemente todo queda bien, las plantas crecen verdes y sanas, y las madres tienen una multitud de claves para poner límites y regular emocionalmente sin gritos y sin enfadarse. Y ahí estamos nosotras en nuestro día a día, haciendo justo lo contrario que nos planteamos, y cumpliendo con aquello que prometimos no hacer nunca. Porque la maternidad es muy compleja e intensa y acompañar a una criatura a lo largo de su vida requiere de múltiples retos y ajustes en nuestras vidas. Esta búsqueda del buen acompañar resulta en una hiperexigencia hacia nosotras y en cierta forma también hacia nuestras criaturas. Hiperexigencia que abona la tierra para que aparezca la tremenda culpa, que se encuentra agazapada en cualquier rincón de nuestra conciencia, esperando el momento oportuno para lanzarse sobre nosotras amenazando y gritándonos sobre lo mal que lo hacemos. En su libro *Madres: un ensayo sobre la crueldad y el amor*, Jacqueline Rose nos recuerda una idea fundamental, y es que “las madres siempre fracasan, y se trata de un fracaso normal, porque fracasar es parte de la tarea de ser madre”. Cuando las mujeres y las madres asumamos que fracasamos y bajemos las extensas expectativas sobre nuestro desempeño como madres, pareja, profesionales... y un largo etcétera de roles de la vida, ahí, en ese momento podremos descansar, al menos por un rato.

En las sesiones con las madres procuro repetir a modo de mantra esta idea del fracaso normal, junto con el concepto de hacerlo suficientemente bien. Fue Donald Winnicott un psicoanalista y pediatra, quien en los años 40 y 60 desarrolló el concepto de “una madre suficientemente buena”, les recordaba a sus pacientes que las madres no deben ser perfectas,

de hecho, argumentaba que esto era perjudicial también para el bebé. Winnicott aludía al saber natural e instintivo que las personas tenemos para el cuidado, sin necesidad de recurrir a libros y profesionales, y esto enlaza directamente con la profesionalización de la maternidad y la paternidad de nuestros días. Aunque la pedagogía y la crianza centrada en la infancia resulta positiva para nuestros niños y niñas, la virtud aristotélica debe quedar más cerca del punto medio que en los extremos de la conjunción. Recuerdo que en mi primera maternidad se le llamaba de forma paródica, “que se joda la madre” a la corriente centrada en la infancia y “que se joda el niño” a la corriente más clásica centrada en la persona adulta.

Dejando parodias a un lado, establecer un vínculo de apego seguro es una cuestión fundamental que garantiza la salud mental en la vida de la persona adulta. Y no solo, en la infancia un vínculo de apego seguro implica una base sólida desde donde opera la vida de los niños y niñas, además proporciona la necesaria protección a la infancia.

Los estilos de apego formados en la infancia habitualmente suelen permanecer relativamente estables a lo largo de toda la niñez y la adultez. Cuando nos convertimos en madres, nuestro vínculo de apego de origen aparece en escena. No se trata de culpabilizar a nuestras madres por cómo lo hicieron, y a nuestros padres por estar ausentes. Se trata de tomar consciencia de lo que nos faltó, aceptar que no va a volver y aprender a dárselo una misma y a tomarlo de las relaciones interpersonales. Porque esto que nos faltó, va a condicionar nuestras vidas, y si no somos conscientes y ubicamos claramente de donde nos viene, podemos pasarnos la vida buscando algo que no vamos a encontrar, o culpabilizando a nuestras parejas, amigas y amigos, personas del mundo porque no nos dan lo que necesitamos. Hay una frase que me parece muy clarificadora “nuestra mirada del mundo es la mirada de nuestras figuras de apego”. Comprender y aceptar la madre y el padre que tuvimos nos ayuda a comprender y aceptar a la madre y al padre que somos.

PAOLA ROIG



Madre. Psicóloga perinatal. Feminista. Divulgadora. Autora. Así se define ella aunque no necesariamente en ese orden. Su objetivo, que todas las mujeres puedan vivir su maternidad y su crianza de manera plena, empoderada y consciente.

¿Quieres saber más sobre su trabajo?

Web: <https://pellapell.com>

Podcast: “La vida secreta de las madres”

Instagram: @paoroig

Libros: “Madre” y “La crianza imperfecta”

CLUB DE MALAS MADRES

Una comunidad emocional, fundada por Laura Baena, donde se lucha desde hace 9 años por desmitificar la maternidad, romper el mito de la madre perfecta y conseguir una conciliación real.

Entérate de toda su labor en:

Web: <https://clubdemalasmadres.com/>

Instagram: @malasmadres



AITATASUN POSITIBOAK

Hazkuntzan aitaren inplikazioari buruzko bideoak

Mónica Aceves Martínez de Marigorta, *Gizarte-langilea*

Silvia Sánchez Pinedo, *Gizarte-hezitzailea*

Haurtzaro eta Senitarte Zerbitzua, Gizarte Politiken Saila

Vitoria-Gasteizko Udala

Ukaezina da familiaren kontzeptio tradizionala aldatu dela, eta orain familia-egituren dibertsitate handia dagoela. Familia-ereduen aniztasuna onartzeak gizakiaren dibertsitatea hobeto ulertzen laguntzen du, eta gure gizartean inklusioa eta onespina sustatzen ditu. Familia guztiek eskubide eta aukera berdinak merezi dituzte, errespetatu eta beren berezitasuna nahiz balioa kontuan hartzeaz gain. Sexu-orientazioak edo gurasoen kopuruak ez ditu zehazten familia-inguruaren kalitatea eta ematen den maitasuna. Horregatik, funtsezkoa da familia-mota guztiak maila berean errespetatzea eta babestea, diskriminaziorik eta estigmatizaziorik gabe.

Datuei erreparatu gero, ekintzak planteatu izan dira eta planteatu beharko dira aitak hazkuntzan amenera berdintasunez inplikatzeko, baina mota guztietako familiei laguntza gutxitu gabe.

Hazkuntzan aitaren inplikazioa oinarrizkoa da seme-alabak oso-osorik garatzeko. Aitak oso zeregin garrantzitsua du neska-mutilen prestakuntza emozional, kognitibo eta sozialean. Bere presentzia eraginkor eta konprometituak aiten eta seme-alaben arteko lotura afektiboa indartzearekin batera, autoestimua, segurtasun emozionala eta autonomia sustatzen laguntzen du. Aitek eguneroko zaintzaren, heziketaren eta arazoak ebaztearen eginkizunetan eraginkortasunez parte hartzen dutenean, trebezia garrantzitsuak egituratzen ari dira seme-alabengan eta funtsezko balioak transmititzen dizkiete, seme-alaben etorkizuneko garapenean eragingo dituztenak.

Horrez gain, haurren eta nerabeen bizitzan (bizitza familiarrean eta etxekoan) bi gurasoek presentzia orekatua izanez gero, genero-berdintasuna bultzatuko da, eta familia-harremanetan lankidetzeta eta elkarlaneko eredu irmoa emango zaie. Hala, aita hazkuntzan inplikatzen denean, gurasotasunaren aitatasunaren esperientzia aberasten du, eta, gainera, epe luzera seme-alaben ongizatean eta arrakastan eragin adierazgarria du.

Azken urteetan, Euskadin eta Espainian, hazkuntzaren esparruan aitaren zeregina nabarmenki aldatu da. Kultura-usadioek eta genero-itxaropenek gurasotasunaren eredu tradizionalen eragin dute historikoki, aitaren irudia zaintzaren eta hazkuntzaren zereginetatik urruntzeko eta “diru-sarreraren hornitzaile” huts gisa ikusteko, baina azkenaldian antzeman da aitak gehiago inplikatzea direla hazkuntzan.

Inplikazioa neurri batean eskertu behar zaie, bate-tik, emakumea lan-merkatuan sartzeari eta, bestetik, aitatasunaren lizentzian oraintsu egon diren aldatuak. Espainian, 2021ean, aitatasunaren lizentzia 16 astera luzatu zen, eta, ondorioz, aitek denbora gehiago pasatzen dute beren seme-alaba jaioberriekin, eta lehenengo hilabeteetan zaintzeko orduan rol aktibagoa izaten dute.

Espainian 2019ko Ikerketa Soziologikoen Zentroaren (CIS) azterlan batek, ordea, antzeman zuen aitatasunaren lizentzia eskatzen zuten aiten kopurua nabarmen handitu arren, amek oraindik beren ardurapean hartzen zituztela eguneroko zaintza gehienak. Aitak laguntzeko zeuden, hau da, be-

harrezkoa zenean jarduteko baino ez, baina zaintza-erantzukizun nagusiaz arduratu gabe. Hala, beren presentzia, batez ere, aisiaren eta astialdiaren eremuan islatzen zen, eta maila txikiagoan etxearen antolaketan eta lotura emozionalean. Hori guztia faktore anitzek bultzatzen dute, barne hartuta kulturak oso errotuta dituen genero-rolak, laneko presioak eta gizarte-aukerak.

Gure testuinguruan, Euskal Estatistika Erakundearen arabera (EUSTAT, 2023), egunero seme-alabak eta mendekotasunak dituzten pertsonak zaintzen ematen den denbora kontuan hartuta, aldeak daude gizonen eta emakumeen emandakoaren artean. Ildo horri jarraikiz, batez beste etxetik kanpo lanean diharduten emakumeek, 15 urtetik beherako seme-alabak badituzte, egunean egoera berean dauden gizonen baino 1,1 ordu gehiago behar dituzte zaintzeko (4,7 eta 3,6 ordu, hurrenez hurren). Emakumeen erdiek baino gehiagok (% 53,1) egunean 5 ordu edo gehiago behar dituzte adingabeak zaintzeko; gizonen kasuan, berriz, ehuneko % 29,8koa da eta hirutik batek (% 33,5) 2 ordu edo gutxiago ematen du seme-alabaren zaintzan.

Ikus daitekeenez, hazkuntzaren esparruan aitaren inplikazioa modu adierazgarrian aldatzen ari da. Guraso-erantzukizunetan gehiago parte hartzen du, eta aitatasun eraginkorragoa eta berdina bilakatzen ari da. Dena den, oraindik bidea dago egiteke. Garrantzitsua da jarraitzea hazkuntzan aiten partaidetza berdina sustatzen duten kultura-politikak eta -aldaketak ikertzen eta bultzatzen. Bide horretatik, beren seme-alabaren bizitzan zaintzaile aktibo gisa duten zereginaren garrantzia onartu behar da.

Vitoria-Gasteizko Udalaren ekintza gizartearen eremu guztietan, familiaren esparruan barne, genero-berdintasuna lortzearen aldeko konpromiso irmoaren testuinguruan kokatzen da. Zehazki, Haurtzaro eta Senitarte Zerbitzuak, Gurasotasun Positiboaren Programan (2018-2022) eta II. HANUPen (2018-2022, 2023. urtera arte luzatu zen), ekimen

bat aurrez ikusten du aitaren partaidetza eraginkorra sustatzeko hazkuntzan: hazkuntzan aita daukan irudiaren garrantziari buruzko bideoa egitea eta zabaltzea. Ekintza hori gauzatze aldera, zazpi bideo sortu eta zabaltzea, eta hazkuntza-prozesuan aita daukan irudiaren garrantzia nabarmentzen dute.

Bideoak elkarlanean eratu dira, eta maskulinitate eta gurasotasun aitatasun berrien arloan izen handiko adituen esperientzia izan dugu, besteak beste, Ritxar Bacete eta Paloma Gutiérrez Equimundo taldeko kideen esperientzia. Bideoak Kindvisuals konpainiako taldeak grabatu ditu 2023ko azken hiruhilekoan. Bideo horietan, aita eta ama boluntarioek parte hartu dute eskuzabaltasunez beren esperientziak partekatuzko.

Hasiera batean, asmoa zen bideo bakarra ekoiztea, lehen aipatu den ekintzan planteatutakoaren ildotik. Baina eskura geneukan informazioa zehatz-mehatz baloratu eta aztertuta, zenbait bideo labur sortzea erabaki zen berriazko gai bana lantzeko. Bideo-sorta honetako gaiak dira belaunaldi-aldaketa, arauak eta mugak, pantailen erabilera, hazkuntza positiboa, genero-rolak, erabakiak hartzea eta, azkenik, aiten eta amen beldurrak eta itxaropenak. Lan guztiaren emaitza 7 bideo dira: Vitoria-Gasteizko Udalaren webgunea – Gurasotasun Positiboaren Programa. Hortaz, ikusi eta zabaltzeko gonbita luzatzen dizuegu.



Sartu estekan

Vitoria-Gasteizko Udalaren webgunea – Gurasotasun Positiboaren Programaren informazioa eta bideoak.



“Onartu behar da hazkuntza erantzukizun partekatua dela eta bai aitek bai amek seme-alabaren garapenean zeregin garrantzitsua dutela.”

Udalaren erronka da ekintzak egitea aitatasun ekitatikoak eta eraginkorrago sustatzeko, aiten eta seme-alabaren mesederako eta tokiko gizarte-ehuna indartzeko. Horregatik, garrantzitsua da ekintza genero-rolari buruzko hausnarketarantz planifikatzea: hazkuntzan aiten partaidetza eraginkorra muga dezaketen genero-rol tradizionalak zalantzan jarri eta haiei aurre egitea. Onartu behar da hazkuntza erantzukizun partekatua dela eta bai aitek bai amek seme-alabaren garapenean zeregin garrantzitsua dutela.

Udalaren eginkizuna da ekintza horretan herritarrei laguntzea eta, xede horrez, zaintza- eta hazkuntza-zereginen banaketa ikusgai egiten duten guneen sorrera sustatzea. Hala, garrantzia emango zaio aitaren zaintzaile-irudiari eta seme-alabekin kalitatezko denbora pasatzearen garrantzia azpimarratuko da. Modu horretan, gainera, aitek eta amek erantzun ahalko diote beren seme-alabaren eskaera gero eta handiagoari, hain zuzen ere, denbora gehiago beraiekin egoteari.

Hona hemen helburu hori zehazteko modua:

- Herritarrei laguntzea bikoteen barruan komunikazio irekia eta elkarlanekoa izan dezaten zaintza-erantzukizunak banatzean itxaropen argiak eta ekitatikoak definitze aldera. Solasean jardutea lagundu ahal izateko. Bikotekideen solasa: nola lagundu biek hazkuntzaren egunerokoan modu adierazgarrian eta malguan.

- Bitartekoak eta babes bilatzea, tokiko erkidegoan eskura dauden bitartekoak eta programak ikertu eta aprobeztatzea, hala nola aitentzako eta amentzako laguntza-taldeak, hazkuntza-klaseak eta haurrak zaintzeko zerbitzuak, horiek gurasotasun eraginkorrerako orientabidea eta laguntza eman baitezakete.

- Lanaren eta familia-bizitzaren arteko oreka bilatzea; bide horretatik, bien arteko oreka osasungarriari lehentasuna ematea eta, horretarako, ahal denean, lanaren arloan malgutasun-aukerak bilatzea eta seme-alabaren bizitzan partaide izateko kalitatezko denbora erabiltzea.

- Aldaketaren alde egitea; horretarako, genero-berdintasuna eta hazkuntzan gurasoek izan behar duten berdintasunezko partaidetza babesten dituzten tokiko ekimenak eta politikak antolatzea. Hemen aipatutakoaren ildotik, aitatasun berriei buruzko bideo hauetan garatutako kanpainak egingo dira.



Aitatasun Positiboaren bideoak. Genero-rolak eta ekitateak.



Informe Paternidad y cuidados SOWF 2023

Este informe se enmarca en el contexto del Estudio sobre el Estado de la Paternidad en el Mundo SOWF (State of World's Fathers) en el marco de la campaña internacional MenCare y la metodología y contenidos elaborados por Equimundo Center for Masculinities & Social Justice.

Es una investigación pionera que aporta un marco de análisis, recomendaciones y propuestas, sobre las que se podrán diseñar y apoyar las políticas públicas y proyectos de intervención con hombres en el marco de las paternidades, la crianza y la corresponsabilidad en el sostenimiento de la vida.



Accede al PDF



FORMAKUNDE.EUS

Accede a este espacio online de formación de **Emakunde**, cuyo objetivo es impulsar el cambio de valores que necesita esta sociedad para avanzar hacia la igualdad real.



PADRESFORMADOS.ES

Leticia Garcés y Uxua Otazu lideran este proyecto. Su misión es orientar a padres y madres para que lleven a cabo una educación emocional, consciente y respetuosa. En definitiva, ejercer la parentalidad positiva para educar sin miedo.

Ofrecen orientación presencial y online, además de dar charlas y conferencias sobre parentalidad positiva. Descubre todos sus servicios y proyectos en su sitio web.



FP2030.ORG/ES

Es la única asociación mundial centrada en la planificación familiar. Este enfoque singular une a un amplio abanico de socios de distintas disciplinas y sectores. Juntos, sitúan la planificación familiar en el centro de la salud mundial, el desarrollo y la igualdad de género.

Sergio Dalma actuará en el concierto Solidario de Navidad Super Amara a favor de AVAIM

El próximo 13 de diciembre Sergio Dalma actuará en el Palacio de Congresos Kursaal de Donostia-San Sebastián en el XIX Concierto Solidario de Navidad de Super Amara a favor de AVAIM.

Las entradas están a la venta en kursaal.eus. También habrá una **Fila 0** para los que no puedan acudir al concierto, pero quieran colaborar haciendo su aportación.

Entradas:



Cumplimos 50 números de nuestra revista Haurdanik

¡En AVAIM estamos de celebración! Tras más de 20 años de publicación ininterrumpida hemos llegado al **número 50** de Haurdanik.

Os queremos dar las gracias a todos/as los/as lectores/as por acompañarnos en nuestra trayectoria y a todas las personas que han colaborado, haciendo posible que este proyecto siga adelante.

Eskerrik asko!

Accede a los números anteriores de **Haurdanik**



2025eko egutegia martxan dago

2025eko egutegian lanean ari gara. Oraingoan honako hau izango da gaia: **HAURREN ESKUBIDEAK ETA INGURUMENA – Nazio Batuen 26 Ohar Orokorra.**

Ingurumenaren narriadurak eta klima-aldaketak Haurraren Eskubideei buruzko Nazio Batuen Konbentzioan dauden eskubideak urratzen dituzte. Horregatik, haurren eskubideen eta ingurumenaren gaineko 26.

Ohar Orokorrak azpimarratzen du ingurumen garbian, osasungarrian eta seguruan haurren eta nerabeen bizitza osasuntsuagoa eta jasangarriagoa onartu behar dela. Xede horrez, gobernuei eskubideak babestu eta bermatzeko eta ingurumen-proposamenetan haurren ikuspegia sartzeko eskakizunak ohartarazten zaizkie.



“En un mundo donde los niños y los hombres están perdiendo a diario su camino, debemos crear guías, señales, nuevos caminos [...] mientras buscan encontrar el camino a casa, mientras ponen en práctica su deseo de cambiar”.

Bell Hooks

www.avaim.org -  @Asociacionavaim



Diputación Foral de Gipuzkoa
Departamento de
Cultura y
Políticas Sociales



Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko Udala



Arabako Foru Aldundia
Diputación Foral de Álava



Donostiako Udala
Ayuntamiento de San Sebastián

 DANOBATGROUP



BANAKO KUOTA INDIVIDUAL 50€ / KUOTA INSTITUZIONALA CUOTA INSTITUCIONAL 175€

Izen eta abizenak - Nombres y apellidos

Helbidea - Dirección P.K. - C.P.

Herria - Población Telf.

Lanbidea - Profesión Mail
.....

Kontu Korrante Zenbakia - Número de Cuenta Corriente

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

Sinadura eta Data - Firma y Fecha N.A.N - D.N.I.

Web gunean ere posible duzu bazkide izateko fitxa hau betetzea. Mila esker.
www.avaim.org

AVAIM garantiza la seguridad y confidencialidad de los datos personales introducidos en este formulario al amparo de lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos Personales así como su normativa de desarrollo. Si lo desea, puede ejercitar el derecho al acceso, rectificación y cancelación previstos en la Ley.

Esta impresión proviene de madera de bosques certificados por el Consejo de Administración Forestal FSC™

