

HAUR2DE: GURASOEN EMOZIOAK, HAURREN ETORKIZUNAREN OINARRI

2. CANVAS:

2.8. FUNTSEZKO JARDUERAK:

HAUR2DE bezalako proiektu batean, prozesuan bizi diren emozioek eragin zuzena dute bai emakumearen osasunean, bai haurraren garapen fisiko eta emozionalean. Ikerketen arabera, estres edo antsietate handiak jaio aurretik umeen garapen neurologikoan eta ikasketa-gaitasunean eragina izan dezakete. Horregatik, emozioak lantzea, arreta ematea eta informazioa zabaltzea ardatz dira.

- **HAUR2DE-ren funtzio nagusia:**
Guraso izateko prozesuan – haurdun geratzeko prozesuan, haurdunaldian, etorkizunean guraso bihurtzeko prozesuan, erditu ondorengo prozesuan, adopzioan edota harreran prozesuan dauden pertsonak eta haien erreferentziazko kideak – bikoteak eta familiak bizi dituzten emozioak zaintzea, horiei buruzko informazioa eta laguntza espezializatua eskainiz.
- **HAUR2DE-ren helburu nagusia:**
Emakumearen ongizate emozional eta fisikoa indartzea, eta horren bidez haurraren garapen osasuntsua bermatzen laguntzea.

→ Funtsezko jarduera estrategikoak:

1. Ekoizpen-jarduerak:

Eskaintzen dugun esperientziek sortzen dute, parte-hartzaileei benetako balioa emateko eta etorkizuneko haurraren ongizatea babesteko.

- Informazio materialak: gida praktikoak, artikuluak, dokumentalak eta bideoak; adopzioan eta erditze ondoren emozioak zaintzeko.
- Programak eta jarduerak: tailerrak, saio terapeutikoak, meditazioa eta atsedeen-ariketak.

2. Arazoak konpontzeko jarduerak:

- Estresa, beldurrak edo antsietatea modu osasuntsuan kudeatzeko laguntza (arnasketa eta erlaxazio-teknikak, errutina egonkorak ezartzea, autozainketa emozionala eta fisikoa egitea).

- Erditu ondoko emozio-desorekak identifikatu eta bideratzea (antsietatea eta erditze ondoko depresioa, barne-beldurrak).
- Etorkizuneko haurraren ongizatea arriskuan jar dezaketen egoera emozionalak prebenitzea (adin goiztiarra, lotura afektibo eskasa).
- Informazio falta eta isolamendu emozionalarekin lotutako arazoak konpontzea (estres edota bakardade emozionala, barne galderak, beldurrak, emozio-nahasmenduak, erantzutea eta komunikazioa argitzea).

3. Webgune edo sareko jarduerak:

Erabiltzaileekin egiten diren interakzioak eta komunikazio guztiak. Helburua da, sarbidea erraza eta unibertsala izatea, distantziak ez izateko oztopo bat. Baita, babesa eta komunitate-sentsazioa sortzea, parte-hartzaileak bakarrik ez sentitzeko. Eta balio-proposamena modu dinamikoan eta interaktiboan eskaintzea.

- Komunitate digitala: taldeak edo chat seguruak non parte-hartzaileek euren emozioak parteka ditzaketen.
- Online saioak: webinarrek, saio terapeutikoak edo tailerrak streaming bidez.
- Informazio eskuragarria: baliabideak, eduki didaktikoak eta gidak plataforman jasotzea, uneoro eskuragarri egon daitezen.

→ Komunitatea eta sare emozionala:

- Guraso bihurtu diren talde terapeutikoak (antzeko esperientziak dituzten pertsonak elkartzen dira beraien kezkak partekatu eta elkar laguntzeko).

Laburbilduz, hauek dira **lehentasuna duten** funtsezko jarduera nagusiak. garrantzitsuenetik hasita:

1. Laguntza emozional eta psikologiko espezializatua.
2. Akonpainamenduaren eguneraketa.
3. Familia eta haurraren ongizate psikologikoaren ebaluazioa eta jarraipena.
4. Laguntza- jarduerak.
5. Prozesu operatiboak.

Informazio iturriak:

- Liburua: IPE II Ed. Tu Libro FP. ISBN 978-84-19957-36-8
- Startinnova: https://araba.startinnova.com/admin/uploads/otros_pdf/eu/175862032227171_guia_paso_a_paso_eu.pdf

- Logo sortzailea: Design.com. (2025, 15 diciembre). Creador de logos | crea un logo gratis al instante.
https://www.design.com/es-es/creador-de-logos?code=25OFFSEM&utm_medium=cpc&utm_source=google&utm_campaign=europe_04_services_logo_maker_spanish_ai_max&utm_adgroup=logos&utm_content=765143262434&utm_keyword=crear+logo&utm_network=g&qad_source=1&qad_campaignid=20992625880&gbraid=0AAAAADwF9LAoPKqiXY5TO4GLgORpEjOKB&gclid=Cj0KCQjAgP_JBhD-ARIsANpEMxwq7M--3Bu5HTKF2ldOqMemHWaphXFeIHRPhxd97CXnwuqeQIq6U8gaAligEALwwcB