

Autoestimua.

Autoestimu altua	Autoestimu baxua
Arrakastaren eta porrotaren aurrean	
<ul style="list-style-type: none"> • Zeregina ondo egingo duelako ziurtasuna du • Zailtasunak desafio kitzikagarriak dira • Gogobeteta sentitzen da arrakasten ondotik • Porrotek ez diote bere buruaren balioa auzitan jartzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Larridura eta kezka eginkizunen aurrean • Zailtasunak ez dira desafio kitzikagarriak • Arrakastak kanpoko arrazoiei zor zaizkie • Zailtasun eta oztopoek bere buruaren irudi negatiboa berresten diote
Besteen balioespena	
<ul style="list-style-type: none"> • Besteen balioespen negatiboek ez diote bere buruarekiko konfiantza galarazten • Konfiantza du beste batzuk konbentzitzeko duen gaitasunean 	<ul style="list-style-type: none"> • Bere buruaren kontra ekiten dio kritiken aurrean • Bere buruarekiko konfiantza faltak edo gehiegizko egokitzapena (eta, beraz, kontrasterik eza) eragiten du, edota eraso
Benetako errendimendua	
<ul style="list-style-type: none"> • Autokonfiantzak erraztu egiten du errendimendu ona 	<ul style="list-style-type: none"> • Konfiantza faltak gutxitu egiten du errendimendua

Estimulazioa eta Komunikazioa

a.- Arazoari garrantzia kentzea ez da laguntza-estrategiarik. Alderantziz, desanimatzen du. Bestalde, arrisku-egoera baten aurrean (jazarpena, isolamendua...) egon gaitzke eta kasurik ez egiteak egoera konplikatzen du.

b.- Bi estrategia daude. Alde batetik, sentimenduekin enpatizatzen da eta entzumen aktiboa erabiltzen da. Sentimenduak isladatzen dira (tristeza zaudela ikusten dut) komunikazio-estrategia batekin eta horrek laguntzen dio beste pertsonari, bere kezkei buruz hitz egin dezan. Bestalde, "pentsamendu gogoetatsua" erabiltzen da, autonomia bultzatuz (zer egiten duzu, hori esaten dizutenean?...)

c.- Entzumen aktiboa erabiltzen dela badirudi ere, ez da era egokian erabiltzen, "interpretazioak" egiten direlako...

Gorespena eta estimulazioa

GORESPENAK ERABILTZEA	AHALEGINAK AZPIMARRATZEA
<p>Arriskuak</p> <p>“...Irakasle horrek ez dauka idearik”</p> <p>“Azkarra zara”</p> <p>“Onena zara”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Errealitatearen zentzua galtzeko arriskua - Norberaren gaitasunak gehiegi baloratzeko 	<p>Abantailak</p> <p>“Ikasi, lanik gabe ez da ezer lortzen”</p> <p>“Ez desanimatu, lehengoan lortu ez duzulako. Hobetu dezakezu gehiago saiatuz ”</p> <ul style="list-style-type: none"> - Barne-motibazioa bultzatzen du - Norberaren gaitasunetan konfidantza errazten du
<p><i>Frogak</i></p> <p>Arratoiekin egindako esperimentua</p> <p>Bi taldekin egindako esperimentua</p>	

Komunikazioa. Elkarrizketa baten analisisia

1.- Entzumen aktiboaren eraginkortasun baldintzak bi motatakoak dira. Lehendabizi, ez ahozko kodea zaintzea. Bigarrenik, laburbiltzea, inplizitua dagoena adieraztea eta bestearen erreakzioak ondo aztertzea, ondo entzun dela ziurtatzeko.

2.- Entzumen aktiborik ez dagoela pentsatzeko adierazle ugari daude elkarrizketa honetan. Ez ahozko kodeari dagokionez, paperak begiratu dira ama begiratu gabe. Inpazientzia adierazten da, “ondo, ondo” eta horrelakoak esaterakoan. Eraginkortasun-baldintzak ez dira betetzen. Mozten du, gaiak aldatzen da, galdera itxiak erabiltzen du. Amaren kezkarik ez dio jarraitzen eta inplizitua dagoena ez du itzultzen. Erruduntasuna aditzera ematen du: “ondo, ondo, baina, bere gainean zaudete bere eginkizunak buka ditzan?.”, “bere gainean baldin badaude hobeto egingo duela ziur nago.

Etsaitasunari aurre egin

Etsaitasunari aurre egin

1. kasua

Orientatzaileak beste eraso batez aurre egiten dio etsaitasunari, eta hori erabat desegokia da helburuari (talde-bilera batean parte hartzeari) begira. Orientatzaileak bi oztopo izan ditu: lehenik, irakasle baten eraso zuzena, eta, bigarrenik, bere erantzun emozional erreaktiboa. Bere erantzuna gaizki bideratutako haserre emozionala izan da, pertsonaren kontra baitoa. Desegokia da, gehiago oztopatzen duelako komunikazioa, eta komunikaziorik gabe ez dago lankidetzarik. Beste erantzun-aukera batzuen artean, bat argia: kritikari lasaitasunez aurre egin ziezaiokeen, arrazoia besteari eman beharrik gabe eta zioetan setatu beharrik gabe: “Ulertzen dut bilerak egitea nekoso dela denontzat, baina koordinatu beharra dugu”.

2. kasua

Orientatzailearen helburuak komunikazioa behar luke izan. Hala ere, badirudi oztopoek zaildu egin diotela egitekoa. Kasu horretan, tutoreak errespetuzko jarrera du bere zioak azaltzean. “Ni” mezu bat darabil, modu asertiboan erantzuteko (“nik ez nuen hitzordurik jarrita ezin familiarekin, hitzorduen agendan ikus dezakezunez. Bidegabeki tratatua sentitzen naiz horrela hitz egiten didazunez”), eta adi dago, hots, bestearen zioak aintzat hartzen dituela (“hara, ulertzen dut minduta egotea, familia hartu behar izan zenuelako”). Orientatzailea, aldiz, haserre hartu du eta jokaera oldarkorra du tutorearen kontra, bai hitzez kanpo (eten egiten dio besteari), bai hitzez, ironia eta gaitzespena erabiliz. Hain zuzen ere, tutoreak darabil aurre egiteko estrategia egokia, komunikazioa aintzat hartzen duelako. Zera egiten du, elkarrizketan jarraitu ez, bestearen haserrea aintzat hartu bera haserretu gabe eta eraso egin gabe, eta aurrerago jarraitzea proposatu: “Ondo da, ados. Ikusten dut haserre zaudela. Uste dut onena hau dela: lehenik, ikus dezagun zer gertatu den, eta gero jarraituko dugu hizketan...”, eta estrategia bera errepikatu eraso zuzenaren aurrean: “Uste baduzu horrelakoak esanez nabilela, ulertzen dut zu haserre egotea. Ni ere egongo nintzateke, baina berriz esaten dizut ez nauzula ondo tratatzen, eta eskatzen dizut hurrengoan egiaztatzeko kritikatzeko hasi aurretik, nik ez bainuen hitzordurik gurasoekin, eta ez da egia ni marmarka ari naizenik zure kontra”.

3. kasua

Hezitzaileak komunikazio bideratzaileko estrategiak darabiltza haserre-egoera batean, besteari arren entzuteko eskatuz behin eta berriz.

Gehien ezartzen dudan zigorra

Epailleak zigor positiboak darabiltza, eta zehatzago “ondorio logikoak”, batez ere kaltea ordaintzea azpimarratuz. Ondorio logikoak hiru ezaugarri dituen zigor positibo mota bat dira: hartutako neurria egin denarekin lotuta dago, proportzionala da, eta jokaera desegokia aldatzeko aukera ematen du.

Ondorio logikoa?

Zuzendariagana jotzea ez da estrategia egokia, batez ere kontuan harturik horrela aditzera ematen duela ezin duela behar bezala maneiatu ikasgelako egoera. Autoritatea erabiltzearen ikuspuntutik, beraz, desegokia da. Bestalde, zigorra erabiltzen da (jolas-ordurik gabe uztea) baina ez da zigor positiboa; izango zen, hala ere, baldin eta jolaserako denborarik gabe geratzea eta galdutako denbora lotu izan balira.

Proposatzen den aukerari dagokionez ere, ez da zigor positiboa, eta are gutxiago ondorio logikoa. “Ariketa bat egin eta nota jartzeko jaso” horrek ez ditu betetzen betebeharrak, hasieratik hasita: ez du zerikusirik egoeraren logikarekin.

Isolamendua

Arrisku-egoera bakartasun-kasuetan dago batez ere. Lehen kasuan baizik ez da bakartasun argia; lagunik ez duen eta bere berdinekin eragin-trukean jarduteko aukerarik ez duen 9 urteko neskatoren kasuan. Beste kasuetan, badira loturak berdinen eta lagunen artean. Esan genezake herabetasun-arazoak edo onartze- zein gainbabes-arazoak daudela, baina ez arriskurik.

Lehen proban, marrazkia erabiltzen da, eta galderak proiektzio-xedez egiten zaizkio. Ikusi nahi da ea hautematen den bakartasuna. Galderen bidez ebaluatu nahi diren gaitasunei dagokienez, gaitasun soziala eta enpatia nabarmendu daitezke bereziki.

Kontakizunaren ondoren, galderak egin litezke, ikusteko zer mailatakoa den gaitasun soziala, marrazkiaren bidez bezala.

Hiperaktibitatea

Hiperaktibitatea ezin da nahastu “geldigorra izatearekin” edo “arreta-arazoak izatearekin”. DMSk dioten bezala, beharrezko da sei hilabetez baino luzaroago adierazle asko ager daitezen, eta horiek ez dira ageri kasuan. Beraz, kasuaz ditugun datuekin ez dago pentsatzerik hiperaktibitate-kasu bat denik. Proba gehiago pasatu behar ote diren, ez dirudi hori justifikaturik dagoenik, are gutxiago espezialista batek ikustea medikazioa eman diezaion. Desegoki jokutzen duten ikasleak medikatu nahiak ez du zerikusirik hiperaktibitatearekin.

Jazarpenak

Manipulazioa jazarpen-estrategia bat da. Garrantzi berezia du harremanen bidezko jazarpenean.

Zuzenean beldurrarazte-kulturaren lagungarri diren irakasleen jokaerak	Zeharka beldurrarazte-kulturaren lagungarri diren irakasleen jokaerak
<ul style="list-style-type: none">- Jokaera autoritarioa- Jokaera narzisista-	<ul style="list-style-type: none">- Jokaera permisiboa- Jokaera pasibo eta desinteresatua

Begira daudenek jazarlearen laguntzaile gisa joka dezakete, jazarpenaren indartzaile gisa (ez dute aktiboki erasotzen, baina onartzen dute eraso), ez-konprometitu gisa (egoera horretatik urruntzen dira, ez dute parte hartzen, baina beren isiltasunaz onartu egiten dute jazarpena), defendatzaile gisa (kontsolamendua eskaintzen diote biktimari), edota rol argirik ez dutela.

Komunikazio gaiztoak lotura zuzena du beldurra eragitearen kulturarekin.

Hezkuntza-interbentzioaren ikuspuntutik, inplikaziorik garrantzitsuena behatzaile edo ikaskideena da. Hain zuzen ere, jazarpenak ez luke aurrera egiterik jokaera beldur-eragilea indartzen dutenen edo pasiboki jarduten dutenen rola gabe.

Jazarpenaren dinamika, hezkuntza ez-formaleko testuinguruetan, ez da askorik desberdintzen hezkuntza formaleko testuinguruetako dinamikatik; izan ere, gehienetan jazarpena ikasgelaz kanpo gertatzen da (jangelan, jolas-orduetan...).

Adin nagusiko pertsonen eskubideak

Autonomia, nortasuna eta pribatutasuna dira (beste batzuk ere hauta daitezke), nire iritziz, familia zein egoitzarako balio dezaketen ereduak artikulatzen dituzten oinarritzko ahalmenak.

Genero-indarkeriaren mitoak

- 1.- Gezurra. Aiten % 75 inguruk adierazi zuen harremanak iraun bitartean genero-indarkeria egon zela.
- 2.- Kasu batzuetan hori egia izan badaiteke ere, nabarmena da emakumeek indarkeria- eta hilketa-arrisku handiagoa dutela bikotekidea utzi eta gero.
- 3.- Gezurra. Bi gurasoekin kontaktua izateko aukera aztertzen denean, seme-alaben segurtasuna eta ongizatea kezka garrantzitsua izaten da. kontaktu hori edukitzea komenigarria bada, erakundeek ziurtatu egin behar dute kontaktu horrek ez duela ekarriko lesio- edo agresio-arriskurik emakumearentzat edo seme-alabentzat. Balioetsi behar dena da gurasoak zer nolako kontaktua eskainiko duen (kalitatea), ez kontaktua egotea bera.
- 4.- Gezurra. Genero-indarkeria egoteari buruz egindako ikerketek agerian utzi dute askotan gehiegikeria eta indarkeria ugari gertatu ohi dela lehen aldiz agintari edo erakundeei horren berri eman aurretik ere.

Bizitza osoko trebakuntza

Proposamenak aztertuta, badirudi hauexek direla Hezkuntza Ministerioaren lehentasunak: alderdi akademikoa, osasuna, ahalmen digitala, eta guraso-trebetasunen inguruko trebakuntza.

Europako Batzordeak ezartzen dituen ahalmenekin alderatuta, bistakoa da hark proposatutako ahalmen asko eta asko ez direla jasotzen eskaintzen diren trebakuntzetan.

Ebaluazioa

Ebaluazio sistemiko bat da, gerora esku-hartzea hobetzeko abiapuntu gisa balio dezaketen alderdi eta ahalmenak jasotzeko balio duena.

Hirugarren mailako prebentzioa egin daiteke? Programa baten deskribapena

Programa sistemikoa da. Programan parte hartzen duten gizarte-langile eta -hezitzaileen laguntza erabakigarria da. Beharren ebaluazioa sistemikoa da (ez ditu hutsuneak bakarrik ebaluatzen, ahalmenak ere bai), eta partekatua. Programan ikasitakoaren aplikazioa astean zehar ikuskatzen da, familiaren eguneroko bizitzan. Lanbideen arteko koordinazioa da programaren alderdirik garrantzitsuenetakoa, eta halaxe da bere fase guztietan. Aipatzekoa da, halaber, alderdi informalak (gosaria, esaterako), ludikoak (adin txikikoen programa) eta egunerokoak erabiltzen direla trebetasunak ikasteko.

