

ENPATIA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Enpatia

Iraupena

Jarduera hau saio bakar batean egiteko dago pentsatuta.

Zikloak 1 2

Aurretiazko oharra

Besteen lekuan jartzeko gaitasunari enpatia deitzen zaio. Enpatia funtsezkoa da beste pertsonen transmititu nahi digutena ondo ulertzeko, eta oso lagungarria da ingurukoekin harreman hobea izateko. Pertsona enpatikoak besteen arazoak eta motibazioak ulertzeko gai dira. Baina ez hori bakarrik: beste pertsonen gertatzen zaiena ulertzeko gai izateaz gain, arduratu egiten dira haietaz eta bat egiten dute haien sentimenduekin.

Bi fase dituen jarduera honen bidez, neska-mutilek, keinuak imitatuz eta interpretatuz, besteez arduratzen ikasiko dute.

Garapena

1. fasea

Jarri ikasleak binaka, eta jarduerari buruzko azalpen bat eman:

«Lehenengo txandan, bikotekideetako bat mugimendu batzuk egiten hasiko da -ez azkarregi-, eta aurrean daukanak imitatu egin beharko du, haren ispilua balitz bezala. Bigarren txandan, alderantziz egingo duzue. Txanda bakoitza minutu batekoa izango da».

2. fasea

Bi txandak egin ondoren, beste azalpentxo bat eman: «Egin berri duzuenak besteen mugimenduen aurrean adi egoteko balio izan dizue. Orain, beste pauso bat emango dugu; izan ere, enpatiaz jokatzeko, besteak nola sentitzen diren ere jakin behar dugu. Horretarako, lehenengo txandan, bikotekideetako batek gogo-aldarte, sentimendu edo jarrera bat interpretatuko du (adibidez: tristura, poza, haserrea, ezustea, nekea, beldurra, urduritasuna, asperdura, eta abar), eta aurrean daukanak zein den asmatu beharko du. Bigarren txandan, alderantziz egingo duzue. Hainbat keinu egin ditzakezue».

Bukatutakoan, hausnarketa egiten lagundu, honelako galderen bidez:

- Lehenengo fasean, erraza iruditu al zaizue mugimenduak errepikatzea?
- Eta, bigarrean, sentimenduak edo gogo-aldarteak interpretatzea? Zergatik?
- Erraza al da besteen sentimenduak ulertzea? Zein sentimendu iruditu zaizue zailena? Zergatik?
- Sentimenduren bat besteren batekin nahastu al duzue? Zein?

Oso garrantzitsua da beste pertsonekin enpatiaz jokatzeko gai izatea, baina batzuetan zaila izaten da. Horregatik, ahalegina egin behar dugu, eta entrenatu.

ANTZEKOAK GARA

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Enpatiaren inguruan hausnartzea: zer esan nahi duen eta zergatik den garrantzitsua.

Iraupena

Jarduera hau saio bakar batean egiteko dago pentsatuta.

Zikloak 2 eta 3

Aurretiazko oharra

Jarri neska-mutilak biribilean eserita. Ausaz, edo egokia iruditzen zaizuen irizpideren bati jarraituz, haietako bat aukeratu, jarduera egiten lehena izan dadin. Bi gauza esan beharko ditu besteen aurrean: gogoko duen zerbait eta beldurra ematen dion zerbait.

Besteen lekuan jartzeko gaitasunari **enpatia** deitzen zaio. Enpatia funtsezkoa da beste pertsonen transmititu nahi digutena ondo ulertzeko, eta oso lagungarria da ingurukoekin harreman hobea izateko. Pertsona enpatikoak besteen arazoak eta motibazioak ulertzeko gai dira. Baina ez hori bakarrik: beste pertsonen gertatzen zaiena ulertzeko gai izateaz gain, arduratu egiten dira haietaz eta bat egiten dute haien sentimenduekin.

Enpatikoak ez bagara, ez gara gai izango inguruan dauzkagun pertsonen egoerak eta sentimenduak ulertzeko, eta, beraz, ez gara behar duten laguntza eskaintzeko gai izango.

Jarduera honetan, zaletasunekin eta beldurrekin lotutako sentimenduak partekatuko ditugu.

Garapena

Azalpentxo bat emango diegu neska-mutilei.

Zirkuluko edonorekin hasiko gara. Bereziki gustatzen zaion zerbait eta beldurra ematen dion beste zerbait esateko eskatuko diogu. Honela hasiko da:

«Gustatzen zait...» eta «Beldurra ematen dit...».

Zaletasun edo beldur berberak dauzkatenek eskua jaso dezatela.

Hezitzaileok jardueraren eranskinean datorren txantiloian idatziko ditugu aipatzen doazen zaletasun eta beldurrak. Idatzitakoa baliatuz egingo dugu azken hausnarketa denen artean.

Gero, ordulariaren orratzen ordenari jarraikiz, hurrengo neska-mutilek ere beren zaletasun eta beldurrak aipatuko dituzte, eta gainerakoek eskua jasoko dute haiekin bat etorri gero. Jarduera zirkuluko guztiekin egin ondoren, hausnarketara joko dugu.

Hausnarketa

Hezitzaileok arbelean idatziko ditugu gehien errepikatu diren zaletasun eta beldurrak, eta galdera batzuk egingo dizkiegu neska-mutilei:

- Konturatzen al zarete zenbat gauzetan garen antzekoak?
- Zaletasun eta/edo beldur berdintsuak al dauzkagu?
- Ez al zaizue iruditzen besteen zaletasunak hobeto ulertzen ditugula guk ere zaletasun berberak dauzkagunean?

LEHEN HEZKUNTZA

Oso garrantzitsua da pertsona askok gure zaletasun berberak dauzkatela jakitea, baina are garrantzitsuagoa da gure zaletasunez bestelakoak dauzkatena errespetatzen jakitea.

- Beldurra zuek bakarrik izaten duzuela uste zenuten?
- Besteen beldurrak ezagutuz gero, hobeto ulertuko al ditugu haien jokabideak?

Oso garrantzitsua da beste batzuek ere gure beldur berberak dauzkatela jakitea. Beldurtzen diren bakarrak ez garela jakiteak beldurra gainditzen laguntzen du, eta beste beldur batzuk dituztenak hobeto ulertzen –adibidez, urak beldurra ematen badigu, ondo ulertuko dugu zer sentitzen duen armiarrei beldurra dienak–. Enpatikoak izaten bagara, ulertu egingo ditugu besteen beldurrak, eta inoiz ez ditugu behartuko beldurra eragiten dien edo gustatzen ez zaien ezer egitera.

LEHEN HEZKUNTZA

Sentimendua sortzen duena	Zutabe bakoitzean antzekoak direnak idatzi	
	Gustatzen zait	Beldurra ematen dit

Katebegiak

Jarduera honekin, zera landuko dugu

Konpromisoaren balioa

Iraupena

Jarduera hau saio bakar batean egiteko dago pentsatuta.

Zikloak 1 2 3

Garapena

Jar daitezela neska-mutil guztiak ilaran, besoak zabaldua, hatzen puntarekin elkarri ukituz, U handi bat osatuz, hormari ahalik eta itsatsien. U hori ez dadila itxi; ez dadila O bat bihurtu.

Denak prest daudenean, esan U horren mutur bakoitzean dagoenari objektu bat emango diogula (boligrafo bat, adibidez), eta saiatu behar dutela objektu hori beste muturrera eramaten. Arau batzuk bete beharko dituzte:

- Ezin dituzte oinak mugitu; dauden lekuan egon behar dute.
- Ezin dute objektua jaurti; eskutik eskura eman behar diote aldamenekoari.

Denek garbi dauzkatenean argibideak, muturretan dauden bi pertsonen objektua eman, eta jarduerari hasiera eman. Lehen fase hau amaitutakoan, galderak egin:

- Iritsi al dira objektuak katearen beste muturrera?
- Bidean eragozpenik izan al da?
- Zaila iruditu al zaizue objektua elkarri pasatzea?

Ondoren, eskatu katearen erdialdean dagoen norbaiti, edozeini, katetik ateratzeko.

Berriz ere objektuak muturretan daudenei eman, eta saia daitezela beste muturreraino eramaten. Bigarren fase honetan ezinezkoa egingo zaie objektuak helmugaraino eramatea, arauak errespetatzen badituzte behintzat.

Hausnartu egingo dugu:

- Iritsi al dira objektuak beren helmugara?
- Zergatik ez?
- Katean pertsona bakar bat kenduta ezin izan duzue helburua bete?
- Bada esaera bat, hau esaten duena: «Katea ez da bere katebegirik ahulena baino sendoagoa». Pentsatu zer esan nahi duen.
- Katearen katebegi guztiak al gara beharrezko?

Bukatzeko, hurrengo testua irakurri.

¿Pentsatu al duzu inoiz honelakorik?

"Txklatu honxk xz dauka inolako akatsik; bxstxrik gabx, txkla batxk xz du bxxr lana xgin nahi. Gainxrako txkla guztiak oso ondo dabilta, baina txkla hau xz dabil ondo, xta, ondorioz, txstua xzin da ondo irakurri, xzta?

Bxraz, zuk xsan zxnzax unitatx bat bxstxrik xz zarxla, xta, bxraz, xz dxla xzxr aldatuko bxstxxkin batxra jardun xdo xz jardun. Baina okxr zaudx: zurx bxharra daukagu; oso garrantzitsua zara gurxtzat.

Hurxngo batxan, pxntsatzxn baduzu xz zarxla garrantzitsua, xdo bxstx norbait xrx xz dxla (gizaki bat, animalia bat, hxrrialdx bat...), gogora xzazu txklatu honxn kasua.

Arx gxhiago: pxntsa zxr gxrtatuko l%tzatxkxxn b% txkla has%ko bal%ra ga%zk% funtz%onatzxn... Xdo h%r\$... Xdo l&\$!"

ENTZUTEN AL DIDAZU?

Jarduera honekin, zera lortu nahi dugu

Besteei entzuten jakitearen garrantziaz jabetzea.

Iraupena

Jarduera hau saio bakar batean egiteko dago pentsatuta.

Beharko dugun materiala

Eranskinean hitzekin datozen txartelak.

Zikloak 2 3

Aurretiazko oharra

Jarduerari hasiera eman baino lehen, moztu eranskinean datozen hitzen txartelak, ikasle bakoitzari bat emateko.

Hiru esaldi daude. Ez dira hirurak batera erabili behar. Ikasle kopuruaren arabera aukeratuko ditugu.

Esaldiak hauek dira:

- 1. esaldia: Zailena entzuten jakitea da.
- 2. esaldia: Gustatzen zaigu besteek guri entzutea.
- 3. esaldia: Gehiago ikasten dugu entzuten, hitz egiten baino.

Entzutea ez da belarriaren bidez mezua jasotzea bakarrik; entzundakoa ulertzea ere bada. Baina, horretarako, entrenamendua behar da, entzuten jakitea ez baita erraza. Askotan, gure kontuak kontatzeaz bakarrik arduratzen gara; besteek gure kontuak entzutea nahi izaten dugu, denek jakitea zer egin dugun; baina, entzutea tokatzen zaigunean, zaila egiten zaigu.

Horregatik, entrenatu egin behar dugu; izan ere, ez badugu ikasten besteei nola entzun behar diegun, ez dugu inoiz jakingo noiz dauden gure beharrean. Gainera, entzuten dugunean askoz gehiago ikasten dugu, hitz egiten dugunean baino.

Garapena

1. fasea

Eman haur bakoitzari txartel bat. Ondoren, esan txartel bakoitzaren goialdean ageri den zenbakiaren arabera taldeka daitezela. Talde bakoitzak zirkulu bat osatu beharko du.

Esan adierazten diegunean denek batera ozen irakurri beharko dutela txartelean idatzita daukatena, behin eta berriro, eta bitartean saiatu behar dutela beren taldeko besteek zer dioten entzuten. Gelditzeko esaten diegunean, gelditu egingo dira.

LEHEN HEZKUNTZA

Ondoren, honelako galderak egin:

- Entzun al duzue zuen taldekideak zer esaten ari ziren? Hitz solteak entzun dituzue, ala esaldi osoak?
- Nola sentitu zarete? Zuen ustez nolakoa izan da sortu den egoera? Saiatu egoera hitz bakar batean laburbiltzen. Idatzi erantzunak arbelean.
- Entzun dituzuen hitzek, elkarrekin, mezu bat adierazi nahi digute. Zer egin dezakegu mezua zein den jakiteko?

2. fasea

Aurreko fasean irtenbide hau planteatu ez badute, azalpena eman:

«Orain, talde bakoitzean, pertsona bakoitzak ozen irakurriko du bere hitza, eta besteek, bitartean, arretaz entzungo diote».

Denboratxo bat utziko diegu, entzun dituzten hitzak erabiliz zentzua duten esaldiak osa ditzaten. Bukatzeko, irakur ditzatela sortu dituzten esaldiak.

Denen artean, hausnarketa egingo dugu, honelako galderen bidez:

- Esan ezazue, hitz bakar bat erabiliz, nolakoa izan den zuen ustez azken egoera hau. Alderatu jasotako erantzunak aurreko fasean jasotakoekin, eta hausnartu.
- Nola sentitzen zarete orain?
- Zer pentsatzen duzue mezu hauen inguruan? Garrantzitsua al da esaten digutena?

Adierazi zer komunikazio-arazo sortzen diren besteei entzuten ez jakitearen ondorioz:

Arazorik izan al duzue inoiz arretaz ez entzuteagatik (enkargu bat egitean, mesede bat, erosketa bat...)? Nahi duenak aipa dezala bere kasua.

Ebaki lerro berdetik

TALDE 1

Zailena

1

entzuten

1

jakitea

1

da

1

TALDE 2

Gustatzen

2

zaigu

2

besteek

2

guri

2

entzutea

2

TALDE 3

Gehiago

3

ikasten

3

dugu

3

entzuten

3

hitz

3

egiten

3

baino

3