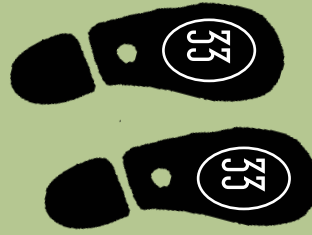




33. alea
2005-Otsaila

HEZKIDETZAN
Pausoz pauso

Paso a paso
En la COEDUCACIÓN



4., 5. eta
6. maila

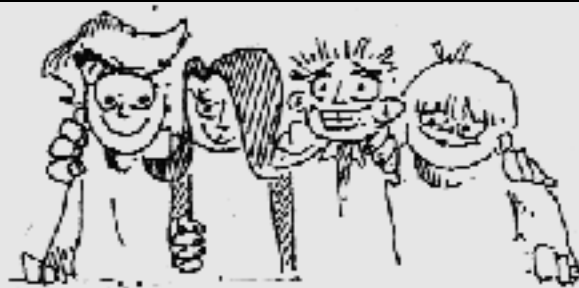
Umeen arteko harremanak-elkarbizitza

KLASEKOEN ARTEKO HARREMANAK



	ADOS	KONTRA
Elkarlana bultzatzen dut. Impulso el trabajo en grupo		
Taldetan lan egiten badakit. Se trabajar en grupo		
Desberdintasunak errespetatzen ditut. Respeto las diferencias		
Kritikak onartzen ditut. Acepto las críticas.		
Gustatzen ez zaizkidan pertsonak baztertzen ditut. Aislo a las personas que no me gustan.		
Neskek ez dute mutilen gauzetan jolasten. Las chicas no juegan a cosas de chicos.		
Jolasten dugunean ahalik eta jende gehien integratzen saiatzen naiz. Cuando juego trato de integrar al mayor número posible de gente		
Lagun taldean pertsona berriak onartzen ditut. En mi cuadrilla acepto gente nueva.		
Mutilek ez dute nesken gauzetan jolasten. Los chicos no juegan a cosas de chicas.		
Nire klasekideek egiten dutena baloratzen dut eta esaten diet. Valoro lo que hacen mis compañeras y compañeros de clase y se lo digo.		
Beste norbaitek hitz egiten duenean isiltzen naiz. Cuando otra persona está hablando me callo.		
Norbaitek gustatzen ez zaidan zerbait egiten duenean esaten diot. Cuando alguien hace algo que no me gusta se lo digo.		

ERRESPETUA



Besteak errespetatzeko gure burua ezagutu eta errespetatu behar dugu. Errespetua norbanakoan hasten da.

Para respetar al resto primero tenemos que conocernos y respetarnos. El respeto comienza en TÍ

Zer gustatzen zait nire buruarengan? ¿Qué me gusta de mí?

Ditudan alde positiboak zerrendatuko ditut:

.....
.....
.....

Zer ez zait gustatzen?, ¿qué no me gusta?

.....
.....
.....

Zelan aldatuko nuke? ¿Cómo puedo cambiarlo?

.....
.....
.....

Noiz haserraten zara eta zergatik? ¿Por qué te enfadas? Zerrendatu haserretu zaren azkenengoetan eta zergatik izan den.

.....
.....
.....

Nola uste duzu ikusten zaituztela zure lagunek? ¿Cómo crees que te ven tus amistades? Zugaran ikusten dituzten gaitasunak deskribatu.

.....
.....
.....

TRISTE EDO HASERRE EGOTEKO ESKUBIDEA DUZU

Tienes derecho a estar triste y con enfado.

Gizakiok sentimenduak ditugu eta negarra edo tristuraren bidez adieraztea normala da. Gertatzen zaiguna identifikatuz, konponbideak bilatuko ditugu.

Los seres humanos tenemos sentimientos y es normal manifestarlo a través del llanto o la tristeza.

Tristurak edo haserreak momentu batean gelditzen lagunduko digu eta gure bizitzaren inguruko gauzak pentsatzeko eta erabakiak hartzeko tarte hartuko dugu. La tristeza o los enfados no permiten pararnos por un momento y reflexionar sobre nuestra vida para tomar decisiones.

*Atzean begiratu esanahia

Pertsona asertiboek* haserretzen direnean badakite beraien haserrea kontrolatzen, itxaroten dute pasatu arte eta ez dituzte ondokoak molestetzen edo mintzen.

HASERRE ZAUDENEAN

Arnasa egin sakonki Pentsatu eta erabaki:

- Haserretzen naiz eta txarto jarraitzen dut.
- Lasaitzen naiz eta saiitzen naiz nire haserrearen arrazoia konpontzen edo ahazten.



BETETZEKO ESKEMA:

ZER GERTATZEN ZAIGU HASERRETZEN GARENEAN? / SECUENCIA DEL COMPORTAMIENTO VIOLENTO / PORTAERA BORTITZAREN SEKUENTZIA

Suceso negativo / GERTAERA NEGATIBOA:

Adibidez: Irakasleak baloia kendu dit
Zure adibidea



Malestar /EZINEGONA:

haserretzen naiz, me enfado
Zuri zer gertatzen zaizu:



Atribución externa de culpabilidad/ERRUA KANPORA BIDALTZEA

Nork dauka errua? Irakasleak dauka errua



Ira/ AMORRUA

1 aukera

Ausencia de respuestas de afrontamiento adecuadas
ARAZOEI AURRE EGITEKO ERANTZUN EGOKIAREN
FALTA

Deseo de agresión
ERASOA EGITEKO GOGOIA

Conducta violenta
PORTAERA BORTITZA

2. aukera

Respuestas de afrontamiento adecuadas
ARAZOEI AURRE AEGITEKO ERANTZUN EGOKIA.

Solución de los problemas.

ARAZOEN KONPONKETA

ESPAZIOAREN ERABILERA

NORENAK DIRA PATIOAK?

Begiratu zure ikastetxeko patioa eta deskribatu ikusten duzuna. Zer egiten du jendeak?, zer egiten dute mutilek?, zer egiten dute neskek?, non egoten dira ume txikiak?

.....

.....

.....

.....



Ikusi duzunaren inguruan pentsatu:

Nork erabiltzen du espazio handiena?

Zergatik?

Aldatu behar dela uste duzu?

.....

.....

.....

Gurasoen txokoa

ESPAZIOAREN ERABILERA

Espazioari ematen diogun erabilpena hainbat inplikazio pertsonal eta kolektibo ditu. Espazioan gertatzen dena barneratu eta ikasten da. Espazioaren erabileran botere harremanak adierazten dizkiguten ezkutuko arauak daude, adibidez nortzuek erabiltzen duten espaziorik handiena, nork dauka lehentasuna erabiltzeko... Espazio-portaera oso kontuan hartzen dute ez hitzeko komunikazioari buruzko lanetan, laguntasun-etsaitasuna, nagusitasuna-gutxigotasuna... adierazi ahal dute. Beraz, espazioaren erabilera hierarkia, gorrotoa, amodioa eta sentimendu eta gatazka asko baieztatzeko modua da.

EL USO DEL ESPACIO

El uso que hacemos del espacio tiene implicaciones personales y colectivas. Lo que ocurre en ese espacio es interiorizado y aprendido. Existen normas no escritas sobre cómo se debe utilizar el espacio, que nos muestran relaciones de poder, por ejemplo quién utiliza el espacio más grande, quién tiene prioridad para su uso... El espacio resulta básico en la comunicación humana no verbal, puede detonar amistad-hostilidad, superioridad-inferioridad... Por lo tanto el uso del espacio es una forma de afirmar jerarquía, odio, amor y otros sentimientos y conflictos.



ERRESPECTUAREKIN LOTUTAKO ASPEKTUAK

Aspectos relacionados con el respeto.

- **Norbanakoak bere burua ezagutu behar du:** zer gustatzen zaidan eta zer ez. Tenemos que conocernos: que me gusta y que no
- **Elkarbizitza:** Balore bezala ulertu behar dugu. Elkarbizitzan harreman onak eta atseginak behar beharrezkoa dira gure ongizaterako. Convivencia: entendida como un valor, en la convivencia las buenas relaciones son muy necesarias para nuestro bienestar.
- **Autoafirmazioa:** Nire burua eta nire irudia tinko onartuz nire gorputza, desioak, sentimenduak, lagunak, lana... errespetatuko ditut, baita besteenak ere. Autoafirmación: aceptandome firmemente, respetaré mis deseos, mi cuerpo, mis sentimientos, mis amigos y amigas, mi trabajo... y también los del resto.
- **Asertibitatea:** Gaitasun pertsonala sentimenduak eta iritziak momentu egokian adierazteko, besteen eskubideak errespetatuz. Asertividad: Habilidad personal para expresar sentimientos y opiniones en el momento adecuado sin negar los derechos de las demás personas.
- **Konfiantza gure buruan eta ingurunean:** segurtasuna eta baikortasunez aurre egiteko bizitzan ematen diren gertaera desberdinen aurrean. Confianza en nosotros y nosotros mismos y en el entorno: ante las diferentes situaciones que se nos planteen para seguir adelante con seguridad y optimismo.

Zer iruditu zaizu boletín hau?

¿Qué te ha parecido este boletín?

Koordinatzailea:



Babeslea:



ARRASATEKO UDALA