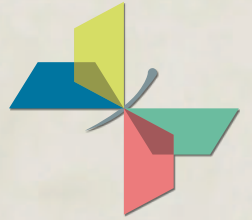




orozko



HEZKUNTZA PROGRAMA ELKARBIZITZA ETA ADIMEN EMOZIONALA

GATAZKEN KONPONKETA

05

DEKALOGOA

Aurkezpena

Orozkoko Udalak “Orozkoko Eskolan” antolatutako “Elkarbizitza eta Adimen Emozionala Programarekin”, haurrak direnetik beren adimen emozionala garatzeko gai izan daitezela lortu nahi da.

Emozioen eta sentimenduen mundua pertsonen zati bat da, eta garapen kognitiboarekin batera pertsonaren prestakuntza integralaren funtsezko bi elementuak dira.



ADIMEN EMOZIONALA garatzeak gure sentimenduak eta besteenak ezagutzen eta harremanetan ongi erabiltzen ikasteko aukera ematen digu, eta, horri esker, guztion arteko BIZIKIDETZA POSITIBOA ahalbidetzeko aukera.

Argi dago bizikidetza ikasleen artean txiki-txikitik landu behar dela, bai ikastetxean bai familian, ikasleak harreman egokiak izateko behar diren gaitasunez jabe daitezen, enpatian eta errespetuan oinarrituta.

GATAZKEN KONPONKETAREN gaiari dagokionez, 5. mailan, tailer bat egin da, bertan ikasleek gatazkak konpontzeko baliagarriak izango diren trebetasunak ikasi eta eskura ditzaten lortu nahi izan da.



Gatazkak haurren bizitzaren parte dira. Horregatik, funtsezkoa da gatazka horiek konpontzeko oinarritzko tresnak edukitzea, eta, ildo horretan, ezinbestekoa da familiaren barruan gauzak tolerantziaz eta indarkeriarik gabe, besteei entzunez eta enpatia agertuz esatera animatzea.



Gatazkak konpontzea

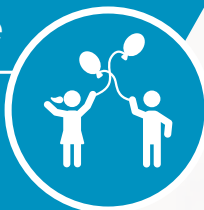
Gatazkak eguneroko bizitzaren parte dira. Ez dira ez onak, ez txarrak; besterik gabe, naturalak eta arruntak dira gizarte-harremanetan. Adingabeak gatazketan sartuta egoten dira batzuetan, eta gatazketatik kanpo beste batzuetan, baina gatazkak beti daude hor. Horregatik, oso garrantzitsua da adingabeek gatazka horiek konpontzeko trebetasunak eskuratzea eta edukitzea.

Zenbaitetan, adingabeek gainerakoak errudunesteko, elkar jotzeko eta iraintzeko joera izaten dute arazoak erarik errazenean konpontzeko; lehiakorrak dira berez, eta irabazi eta arrazoia eduki nahi izaten dute beti. Horregatik, garrantzitsua da pazientziaz jokatzeko eta, pixkanaka, gatazkak era orekatuan konpontzen lagunduko dieten jarraibide txiki batzuk ematea.

GOGOAN IZAN: adingabeek...

Gizarte-harremanak **behar** dituzte

Gizarte-harreman gogobetegarriak behar dituzte. Horregatik, funtsezkoa da adiskideekin dituzten gatazka batzuk konpontzen jakitea.



Estrategia batzuk **ematea**

Beharrezkoa dute helduek komunikazioa erabiltzeko eta indarkeriara eta irainetara ez jotzeko estrategia batzuk ematea.



Arazoaren parte direla **jakin**

Zenbaitetan, gainerakoak egiten dituzte gatazkaren erantzule, nahiz eta beraiek ere arazoaren parte direla jakin. Hori dela-eta, gatazkak naturalak direla eta bakoitzak dagokion erantzukizun partea bere gain hartuta konpon daitezkeela azaldu behar zaie.





Gatazkak konpontzeko garaian, funtsezkoa da...



ELKARREKIN KOMUNIKATZERA ANIMATZEA

Adingabeak elkarrekin era asertiboan komunika daitezen eta, era horretan, borrokak eta irainak saihesten saiatu behar dugu. Gatazka bat konpontzeko gai izan direla ikusten badute eta oso ongi egin duzu, oso harro nago zutaz moduko esaldiekin errefortzu positiboa ematen badiegu, haien autoestimua sendotuko dugu, eta komunikazio asertiboa erabiltzen jarraitzea animatuko ditugu.

ENPATIA

Bestearen lekuan jartzeak eta gainerako iritziak entzuteak negoziatzen eta gatazka konpontzen lagunduko die

OKER EGOTEKO ETA BARKAMENA ESKATZEKO ESKUBIDEA DAGOELA JAKITEA

Gure seme-alabek irabazi eta arrazoia eduki nahi izango dute beti. Horregatik, zenbaitetan gure hutsegiteak onartzea ona dela (hutsegiteetatik ikasi egiten baitugu) eta barkamena eskatzea gatazkak konpontzeko negoziazioaren parte dela azaldu behar diegu.

DENENTZAT ONENA DENA ERABAKITZEA

Arazo bat konpontzea ez da niretzat onena dena erabakitzea, besteengan pentsatu gabe. Seme-alabei azaldu behar diegu gatazkak konpontzeko modu bat baino gehiago daudela. Hona hemen egin beharreko urratsak:

- *Amasa hartu eta lasaitu egiten naiz. Zer gertatu den galdetzen diot nire buruari.*
- *Arazoa nire ikuspuntutik ikusi ordez ikuspuntu guztietatik ikusten saiatzen naiz. Beharrezkoa izanez gero, iritzia eta aholkuak eskatzen ditut.*
- *Gatazka konpontzeko aukerarik onena erabakitzen dut, eta denontzat onena izan dadin saiatzen naiz.*