

hh
hik hasi

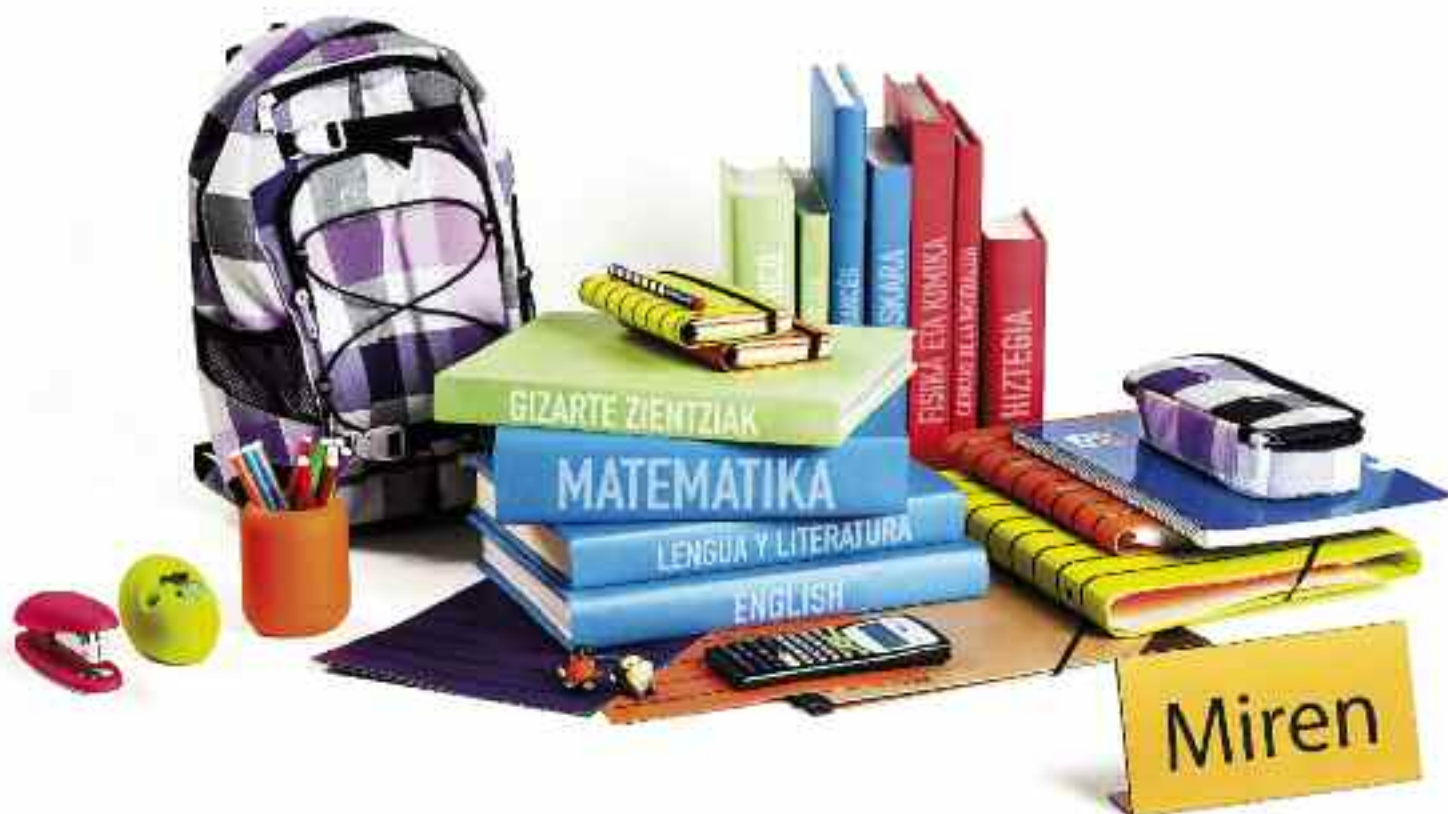
2000

20 urte euskal hezkuntza ospatuz



XVI. HIK HASI UDAKO TOPAKETA PEDAGOGIKOAK

**GAIA: ILUSIOA MANTENDUZ, MOTIBATU • ELKARRIZKETA: PELLO URKIDI
ETA DAVID ALVEAR, MINDFULNESS-AZ • ATZEKO ATETIK: URKO AROZENA**



DENA PREST

Datorren ikasturterako zure testuliburuak eta eskolako materiala dagoeneko prest dituzu gure liburu-dendetan edo elkar.eus webgunean.

Etor zaitez eta erreserba itzazu!

elkar



aurkibidea



8
gaia

ILUSIOA MANTENDUZ, MOTIBATU

Motibatzeko era eta ideia desberdinak ezagutu eta praktikara eramateko aukera ematen du Nerea Redondo *coach*-ak emango duen ikastaroak. Motibazioa barne indarra da, zerbait egin eta lortzeko gogoia. Eta hori, adituaren esanetan, ikasi egin daiteke: “Bakoitzak bere burua ezaugutuz eta modu iraunkorrean praktikatzuz eta praktikatzuz”.



12
elkarrizketa

PELLO URKIDI ETA DAVID ALVEAR

Urkidi eta Alvear irakasleak dira EHUUn, eta, hain zuzen ere, irakasleei aplikaturiko Mindfulness teknikak irakatsiko dituzte ‘Mindfulness-a (Arreta Osoa) eta gogo-aldartearen kudeaketa hezkuntzan’ ikastaroan. Teknika lagungarria da irakasleen estresa murrizteko, baita ikasgelan taldea egoki kudeatzeko ere.

5 editoriala

6 hizpide izan da eta izango da

8 gaia

ILUSIOA MANTENDUZ, MOTIBATU

12 elkarrizketa

PELLO URKIDI ETA DAVID ALVEAR, Mindfulness-en adituak

20 hainbat ikastaro

16 TERTULIA DIALOGIKOEN BITARTEZ, ADIMEN

EMOZIONALEAN SAKONDUZ. EÑAUT SOLAGUREN

20 HEZKUNTZA PROIEKTUAK SORTZEN. RUBEN IGLESIAS

24 GIZARTE-ZIENTZIAK. LANTEGIA. MIKEL LEGORBURU

27 KOPLAGINTZAREN ERABILERA DIDAKTIKOA

HAUR HEZKUNTZAN. TXETXU PARDO

28 HAURRENTZAKO MASAJEA. JOSE RAMON MAUDUIT

30 ESPRESIO-TAILERRAK. BENJAMIN BARANDALLA

32 DALCROZE ERRITMIKA METODOLOGIARA GERTURATZEN.

BEÑAT RALLA

35 MUSIKAREN BIZIPENA HAUR HEZKUNTZAN. ANA URRUTIA

36 ORTOGRAFIAREN GAKOAK. ZURIÑE GAINZA

38 galdeidazue

Zineak zer baliabide eskain ditzake eskolan elkarbizitza sustatzeko? MAITE ASEGINOLAZA

46 Atzeko atetik URKO AROZENA

Argitaratzailea: XANGORIN KOOP. ELK. TXIKIA Errekalde hiribidea, 59. Aguila eraikina, 1. solairua. 20018 DONOSTIA GIPUZKOA. Tel: 943/ 371 408 ; www.hikhasi.eus; Posta Elektronikoa: hikhasi@hikhasi.eus; Lege Gordailua: SS-1001/95. ISSN: 1135-4690. Erredakzioa: Joxe Mari Auzmendi, Ainara Gorostizu, Amaia Mendizabal eta Arantazu Muñoa. Erredakzio batzordea: Nerea Agirre, Kontxi Aizarna, Ainhoa Azpiroz, Izarne Garmendia, Miren Guilló, Iñigo Larrañaga, Aritz Larreta, Josi Oiarbide, Elisabet Puiggros, Maite Saenz, Xabier Sarasua, Josu Txapartegi, Arantxa Urbe eta Angel Usobiaga. Aholkulariak: Nerea Alzola, Abel Ariznabarreta, Alex Barandiaran, Begoña Bilbao, Mariam Bilbatua, Aines Dufau, Lore Erriondo, Guillermo Etxeberria, Gurutze Ezkurdia, Idoia Fernandez, Xabier Isasi, Irene Lopez-Goñi, Izaskun Madariaga, Karmele Perez Urraza, Fito Rodriguez, Matilde Sainz eta Amaia Vazquez. Administrazioa: Uxue Ugartemendia. Diseinua: Grafik. Maketazioa: Xangorin. Inprimategia: ANtzA S.A.L Hezkuntza, Hizkuntza Politika eta Kultura Sailak onetsia (2015-06-12). Kopurua: 5.000 ale.

hik hasiko artikuluez edonon eta edonoiz balia zaitezke. Kasu horietan iturria aipatzea eskertuko genizuke. hik hasik ez ditu bere gain hartzen bertan plazaratutako iritziak ezta bat etorri ere derrigorki haiekin

www.hikhasi.eus

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

HEZKUNTZA, HEZKUNTZA POLITIKA
ETA KULTURA SAIA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
POLÍTICA LINGÜÍSTICA Y CULTURA

Hazi Hezi

haziera eta heziketa aldizkaria
(lau zenbaki urtean)



Hazi Hezi
harpidetza
20 euro urtean

www.hikhasi.eus

editoriala uztaila

Aurrera, gogoz eta irrikaz



Formazioan jasotakoak fruituak emango baditu, funtsezkoa da besteekin partekatzea, elkarrekin lan egitea eta jakintza sozializatzea. Hain zuzen ere, horixe ahalbidetu nahi dute Udako Topaketek.

Duela 20 urte, 1995eko ekainean ikusi zuen argia *bik basi* aldizkariaren lehen zenbakiak. Euskal irakaskuntza-erloko partaide guztien informazio, eztabaidagune eta elkargunerako birtarteko izateko jaiotzen zen. Irakaskuntza euskalduna eta autonomia aldarrikatzen zuen, zatiketa administratiboak gaituz Euskal Herri osorako izango zena. Argi zuen zeregina: herritarrek kalitatezko euskal hezkuntza jasotzeko duten eskubidea bermatzea.

20 urte geroago ere, zeregin horretan jarraitzen dugu, euskal hezkuntza josteko lanean. Baina ikasturte hau, lanerako ez ezik, ospakizunetarako ere izan da. Ilusioz bizi izan dugu ikasturtea eta halaxe ospatu dugu Hik Hasi egitasmo pedagogikoaren 20. urteurrena: euskal hezkuntzaren komunitatea osatzen dugun guztiok elkartuz, eta denon artean eztabaidatuz, hausnartuz eta eraikiz.

Azaroan Reggio Emiliaren gainean egindako jardunaldiak eta apirillean "II. Herri Hezitzailea, Eskola Herritara"

izenburupean eginikoak izan ditugu bilgune nagusi. 1.400 pertsonatik gora elkartu ginen jardunaldiotan. Eta orain, Udako Topaketekin ospakizunen gailurra erdietsi nahi dugu. 47 ikastaro eskaini ditugu orotara, eta aurten, lehen aldiz, Donostian ez ezik, Bilbon ere egingo ditugu topaketok. Guztira 600 lagunek baino gehiagok hartuko dugu parte. Ez dago esan beharrik: formazioa da Hik Hasi egitasmo pedagogikoaren zutabe garrantzitsuenetariko bat, sorburutik.

2.000 pertsona inguru hezkuntzaren gainean eta euskaraz formatzen ari tzea, bada zerbait! Argi dago hezkuntzako profesionalon prestakuntza beharrezkoa dela gizarteko aldaketan aurrera nola jokatu jakiteko eta sortzen ari diren eskakizun berriei erantzuteko. Baina, formazioan jasotakoak fruituak emango baditu, funtsezkoa da besteekin partekatzea, elkarrekin lan egitea eta jakintza sozializatzea. Hain zuzen ere, horixe ahalbidetu nahi dute Udako Topaketek.

bik basi aldizkariaren 200 zenbaki, gida pedagogikoak, Hazi Hezi aldizkaria, monografikoak, Udako Topaketak, bidaia pedagogikoak, jardunaldiak, material didaktikoa... Hamaika publikazio, egitasmo eta proiektu bideratu du Hik Hasi egunez egun eta urtez urte. Baina hori guztia ez zatekeen posible izango bidelagunik gabe, irakurle-rik gabe, formazioetan parte hartzen duten profesionalik gabe, esperientziak eta ekarpenak bidaltzen dizkiguten irakaslerik gabe, proposamenak egiten dituzten eskolarik gabe, aholkuak ematen dizkiguten arloan arloko aditu eta unibertsitateko irakaslerik gabe, eguneroko funtzionamenduan laguntzen gaituzten Hik Hasiko kiderik gabe... Finean, zuek guztiok gabe.

Eskerrik asko 20 urte hauetan alban izan zaituztegun denei eta ekin diezaiozun hamarraldi berriari gogoz eta irrikaz. Seguraski, erronka eta proiektu berriz beterik egingo baitigu ongi-etorria datorren ikasturteak ere.

hizpide izan da



EKI DBHrako ikasmaterial digitalak aurkeztu dituzte

Bi ikasurte igaro dira EKI ikasmateriala ikastoletan erabiltzen hasi zirenetik. Hezkuntza eragile ugari duela hamarkada bat adostu zuten Euskal Curriculumaren garapena da EKI proiektua. Orain DBHko bertsio guztiz digitala aurkeztu du Ikaslekar argitaletxeak, eta irailetik aurrera EKI material pedagogikoa euskarri digitalean erabili ahalko dute nahi duten ikas-tetxeek. Hezkuntzak gaur egun bizi dituen bi erronka nagusienetakoei heltzea da helburua: kompetentzietan oinarritutako pedagogian sakontzea, batetik, eta digitalizaziorako saltoa ematea, bestetik.

Xede horiek lortze aldera, lau oinarriren gainean egituratu dute EKI ikasmateriala: Euskal Curriculuma, kompetentziak (edukiak ikastea baino gehiago, ikasitako edukiak eguneroko egoera erreala eta anitzetan erabiltzen ikastea), integrazioaren pedagogia (ikasleek benetako egoera esanguratsuen aurrean irtenbideak aurkitzen ikastea), eta Informazio eta Komunikazio Teknologia.

EKI ikasmateriala erabiltzen hasi zirenetik, ikasgeletako dinamika nabarmen aldatu dela dio Ikastolen Federazioak. Ikasleen parte-hartzea, bakarka edo talde kooperatiboetan, aragotu egin dela eta ikasteko motibazioak gora egin duela azpimarratu dute.

Eredu digitala probatu dute dagoeneko Elgoibarko eta Oiartzungo ikastoletan. Hasierako kezkek alde batera utzi eta oso balorazio ona egiten dute uneotan. Digitalizazioan guztiz murgiltzean irakasleek, ikaslearen mesedetan, protagonismoa galdu dutela eta bideratzaile bihurtu direla iruditzen zaie; eta, bide batez, ikasleen autonomia handitu dela.

LOMCEren harira, LH3ko ikasleentzat prestatutako azterketek zalaparta eragin dute

LOMCEk agindu bezala, LH3an egin beharreko azterketak modu orokorrean egin beharrean, “proba gisa” 30 ikastetxetan egitea erabaki zuen Eusko Jaurlaritzak. Zalaparta eragin dute probok. 30 eskola horietatik 16tan behintzat ez dute begi onez ikusi azterketa, eta gurasoek plantoa egitea erabaki dute. Probaren egunetan ez dituzte haurrak eskolara bidali, eta azterketak bertan behera geratu dira.

Cristina Uriarte Eusko Jaurlaritzako Hezkuntza sailburuak azaldu duenez, LHko azterketa horiek ez dute loturarik LOMCErekin; aitzitik, Heziberrirekin eta “hezkuntza sistemaren hobekuntzarekin” dute zerikusia. Horregatik, familiei erantzukizunez jokatzeko eskatu die, eta proben inguruan gezurra zabaltzea egotzi die zenbait hezkuntza-eragileri. Hori hala, probak sortu dituen aurkakotasunak aurkakotasun, aurrera jarraituko duela berretsi du sailburuak.

Bien bitartean, Espainiako Gobernuak Eusko Jaurlaritzari hezkuntza erreforma betetzeko agindu dio. LOMCE legea garatzeko dekretua ez du era ofizialean onartu oraindik Gasteizko gobernuak eta atzerapen hori auzitara eramanez nahi du Espainiako Hezkuntza Ministerioak.

2015 JUUL Literatura Kanpainan bozkatuen atara diren idazle eta ilustratzaileei sariak banatu dizkiete



Nafarroako Ikastolen Elkarteak antolatuta, haur eta gazteen JUUL hauteskunde literarioen 17. edizioa egin dute. Orotara 49 ikastolak hartu dute parte eta 25.500 boto eman dituzte irakurleek libururik eta ilustratzaile onena aukeratzeko. Bide batez, ikastoletako haurrek bozketa-prozesua zer den eta nola egiten den ikastea da egitasmoaren xedea.

Sari-banaketa ekitaldia ekainaren 3an egin zuten Iruñeko planetarioan eta ondoko sortzaile hauek jaso zuten

saria: Eneko Etxegaraik, Pello Añorgak, Toti Martinez de Lezeak, Jon Arretxek, Unai Elorriagak, Jesus Mari Olaizola *Txilikuk*, Jon Anduezak, Jasone Osorok, Juan Luis Landak, Jokin Mitxelenak eta Eider Eibarrek.

Azken urteetan bezala, aurten ere bozkatuen izan diren idazleei zein ilustratzaileei aitorten berezia egin nahi izan die Ikastolen Elkarteak: Mari Jose Recalde artistak egindako JUUL saria jaso dute aurten guztiek.

Azaroaren 6an, 7an eta 8an, psikomotrizitate praktikari buruzko jardunaldiak, Luzarok antolatuta

“Egungo haurrak eta psikomotrizitate praktikaren eboluzioa” izenburupean, azaroaren 6, 7 eta 8an egingo dira Luzarok urtero antolatzen dituen psikomotrizitate praktikari buruzko jardunaldiak, Gasteizko Europa Biltzar eta Erakusketa jauregian.

Hizlarien artean, besteak beste, Felix Lopez Sanchez, Katty Homar Homar, Iolanda Vives Peñalver, Alvaro Beñaran Arazabal eta Luispe Gutierrez izango dira.

Dagoeneko ireki da izena emateko aukera. Epea urriaren 29ra arte dago zabalik. Uztailaren 31 baino lehen izena emanez gero, prezioa 135€-koa da; abuztuaren 1etik urriaren 29ra, berriz, 150€-koa.

Infomazio gehiago behar izanez gero, <http://www.uned.es/ca-bergara/> webgunean eskura daiteke; baita 943 769033 telefono zenbakira deituta edo info@bergara.uned.es posta elektronikora idatzita ere.



Haurraren autonomia izango da hizpide Hik Hasik udazkeneko antolatzen dituen Haur Hezkuntzako jardunaldietan

Urriaren 16an Bilbon eta 17an Donostian egingo dira Hik Hasik udazkeneko Haur Hezkuntzako profesionalei zuzenduta antolatzen dituen jardunaldi pedagogikoak. Aurtengoan, haurraren autonomia izango da bi egunotan landuko den gai nagusia. Horretarako, hizlari lanetan Myrta Chokler psikomotrizista eta Psikologian eta Fonoaudiologian doktorea, Xabier Tapia psikologo klinikoa eta Teresa Godal Bartzelonako Unibertsitate Autonomoko irakaslea ariko dira.

...izango da

GAIA

**Norberaren esku dago
ilusioz bizitzea**





Motibatzeko era eta ideia desberdinak ezagutu eta praktikara eramateko aukera ematen du Nerea Redondo *coach*-ak emango duen “Ilusioa mantenduz, motibatu!” ikastaroak. Motibazioa barne indarra da, zerbait egin eta lortzeko gogoia. Eta hori, adituaren esanetan, ikasi egin daiteke: “Bakoitzak bere burua ezaugutuz eta modu iraunkorrean praktikatu eta praktikatu”.

G

Nola manten daiteke ilusioa? Zer da motibazioa? Eta automotibazioa? Nola landu daitezke? Eta ba al da inguruko pertsonak motibatzeko modurik? Zer erreminta daude horretarako? Galdera horien inguruan gogoeta egiten eta erantzunak ematen saiatuko da Nerea Redondo Otamendi *coach* eta prestatzailea Hik Hasiren Udako Topaketetan eskainiko duen Ilusioa mantenduz, motibatu! ikastaroan.

Hainbat ikerketak diote pertsonak nahiz taldeek gauzak egiteko hiru motibo izan ohi dituztela: zigor edo mehatxuak, sariak edota automotibazioa. Eta, Redondoren ustez, hirugarren bide hori da, zalantzarik gabe, eraginkorrena, baliagarriena eta pertsona gehien asebetetzen dituen. Horregatik, norbera nahiz ingurukoak motibatzeko, kontuan izan beharreko hainbat gako ematen ditu Redondok. Haren esanetan, motibazioak edo automotibazioak *zerbait egiteko gogoia* esan nahi du. Barne-indarra da, inon saltzen ez dena eta inon erosi ezin daitekeena: “Ez dago makilatxo magikorik, baina barne-indar hori pitz dezakegu, eta baita landu ere, guztiok baita ukagu. Motibatuta bizitzen eta motibazioa erabiltzen ikas dezakegu. Nola? Berori identifikatu eta iraunkortasunez praktikatu”.

Pertsonen motibazioaz mintzatu baino lehen, ordea, beste elementu bat izan behar da kontuan, adituaren arabera: gizakiaren funtzionatzeko modua, hain zuzen. Redondok azaldu duenez, pertsonak lau multzotan antolatzen dira: batetik, ez dakitenak eta ez dutenak jakin nahi; bigarrenik, ez dakitenak, baina jakin nahi dutenak; hirugarrenik, dakitenak, baina ez dutenak jakin nahi; laugarrenik, dakitenak eta jakin nahi dutenak. Bai-

na, hark dioenez, pertsonak ez daude une oro multzo horietako batean, baizik eta, unearen nahiz egoeraren arabera, multzo batean zein bestean egon daitezke. “Pertsonok desberdinak gara, eta, gainera, Koldo Saratxagak esan ohi duen moduan, egunero gara desberdinak. Horregatik diot pertsonak ez garelako era batekoak edo bestekoak, baizik eta, lau egoera horiek daudela jakinik, une bakoitzean multzo batean edo bestean kokatzen garelako”.

Bakoitzak bere burua motibatzerakoan nahiz besteak motibatzerakoan, garrantzi handikoa da pertsona hori non dagoen konturatzea, horren arabera erabili beharreko estrategiak era batekoak edo bestekoak izango baitira. Esate baterako, lehen multzokoekin, hau da, ez dakitenekin eta jakin nahi ez dutenekin, bi aukera izan daitezke: albo batera uztea eta haiek inplikarazten ez saiatzea, edota “ez dakite, baina jakin nahi dute” multzora igaro daitezen ahalegintzea. Eta nola egiten da hori? Redondok argi dio: “Pertsona horiek multzo horretan egoteko benetako arrazoiei arreta jarritz, haien baldintzapenak zeintzuk diren ulertzen saiatuz, egiazko tresnak emanaz, ezagutza haiekin partekatuz, pertsona horien jarraipena eginez... Eta benetan ikusiz ‘ez daki, baina jakin nahi du’ multzora pasa ote daitezkeen”.

Aldiz, bigarren multzokoekin, hau da, jakin ez baina nahi dutenekin, errazagoa da motibazioa lantzea. Izan ere, “jarrera irekiagoa daukate; beraz, horiekin nahikoa izan liteke prestakuntza ematea, baliabideak eskaintzea, ezagutza partekatzea, parte sentiaraztea...”.

Hirugarren multzoan dauden pertsonak izan daitezke zailenak motibazioa sustatzeko orduan, jakin bai bai-

takite, baina ez baitute nahi. Redondok azaldu duenez, pertsona horiek nahi ez izateko dituzten arrazoiak ikertzen saiatzea komeni da kasu horietan, une horretan zerk arduratzen dituen ikertzea, pertsona horien barne-indarretan sakontzea.

Azkenik, dakitenen eta jakin nahi dutenen multzoa dago. Lehen begiratuan, errazenak dirudite, baina, *coach*aren iritzi, horiekin ere garrantzi handikoa da motibazioarako bideak jorratzea. Izan ere, une horretan laugarren multzoan egon arren, barne-indar horielikatu ezean, baliteke denborarekin beste multzo batera igarotzea.

Redondoren irudiko, garrantzitsua da pertsona bat une edo egoera bakoitzaren aurrean zein multzotan dagoen jabetzea. Horrek pertsona horrekin zer tresna erabili jakiten lagundu baitezake. “Ez du guztientzat gauza berak balio, bakoitza egoera batean dagoelako. Baina, normalean, denei gauza berbera eskaintzen diegu. Une horretan, nahi duenak eta dakienak edo nahi duenak eta ez dakienak erantzungo du, baina besteek ez; eta, orduan, frustratu eta desmotivatu egingo gara, eta ilusioa galduko dugu”.

Alferrak vs. langileak

Pertsonak lau multzo horietan antolatzen dituen teoriak gain, pertsonen izaera deskribatzeko bi modu sendo daude, Redondoren esanetan. Bataren arabera, pertsona, oro har, alferra da, eta ahalik eta gutxien egiteko joera dauka, zama guztia besteen gain uztekoa. Beraz, pertsonekin edota pertsoez osatutako taldeekin, kontrol-ikuspegi batekin jokatu behar da. Beste ikuspegiaren arabera, berriz, pertsonak lanerako jarrera izan ohi du, ekintzarakoa, parte hartzekoa. Bigarren uste horren alde egiten du Redondok, eta, zentzu horretan, galdera bati erantzuten saiatzen da: zer egin dezakegu, pertsona ho-

rien automotibazioa eta motibazioa bultzatzeko? Ikastaroan landuko dituen lau gako aipatzen ditu Redondok: talde-lana, komunikazioa, proaktibitatea eta planifikazioa.

Talde-lana eta komunikazioa estuki lotuta hautematen ditu adituak. Batetik, hark dio taldean lan egitea eta multzoan lan egitea ez dela gauza bera, eta horren kontzientzia hartzea garrantzitsua dela. “Leku batean lau pertsona egonagatik, ez du esan nahi taldean lanean ari direnik”. Bestetik, berriz, talde-lan horretan komunikazioak berebiziko garrantzia hartzen duela gaineratzen du: “Nola entzuten dugun, nola ematen ditugun iritziak, nola egiten kritikak, nola banatzen ditugun lanak, nola esaten dugun zer dagoen ondo eta zer gaizki...”. Talde-lana eta komunikazioa gakoak iruditzen zaizkio *coach*ari, automotibazioa eta motibazioa lantzeko. Izan ere, taldeko kide sentitzen denak barne-indar hori askoz errazago identifikatu eta landu ahal izango du. Era berean, aintzat hartua sentitzen dena, estimatua sentitzen dena eta bere iritzia emateko aske sentitzen dena talde-lanean gusturago ariko da, eta, beraz, automotibatuagoa eta motibatuagoa egongo da.

Proaktibitatea pertsonen funtzionatzeko duten jarrerari esaten dio Redondok. Haren hitzetan, pertsona baten jarrera proaktiboa edo errektiboa izan daiteke. “Jarrera errektiboarekin funtzionatzen dugunean, geure burua baldintzatzen dugu. Sinesmen izan daitezkeenak benetako egia balira bezala hartzen ditugu, eta horrek zuzenean eragiten digu, ekiteko edo urratsak egiteko unean. Aldiz, jarrera proaktiboarekin jokatuz gero, emaitzak askoz ere eraginkorragoak izango dira, eta zure esku egongo



dira”. Adituaren ustez, pertsonen arduragunearen baitan (erreaktiboki) edota eragingunearen baitan (proaktiboki) funtziona dezakete. Eta pertsona bakoitzak erabakitzen du, bere kasuan, gune bakoitzaren tamaina zer-nolakoa izango den. Horrexez gatik da garrantzitsua jabetzea une bakoitzean pertsona zer guneren baitan —kezkarerean edo erabakitasunarenean— ari den jokatzen, eta erremintak izatea eremu batetik bestera igarotzeko, hau da, errektibotasunetik proaktibotasunera pausoa emateko.

Azkenik, **planifikazioa** dago. “Bizitzan egiten ditugun gauza guztietan funtsezkoa da jakitea nora goazen”, zehaztu du Redondok. Izan ere, haren hitzetan, argi eduki behar da zein den helburua, edozein gauza planifikatzeko orduan. “Motibatuta egoteko, oso garrantzitsua da nora noan jakitea. Hala, beti edukiko baitut horra iristeko xedea, indarra, gogoa, nahia, ametsa, desira...”. Baina helburu handi horretara iristeko, helburu txikiak zehazteak duen garrantzia ere azpimarratzen du, helburu txiki horiek izango baitira pertsona pixkanaka motibaratzen dutenak. Planifikazio horren baitan, helburuak —handiak nahiz txikiak— konkretuak, neurgarriak eta era baikor batean idatziak izan behar dutela dio adituak. Eta, azkenik, helburuak lortu ahala, erdiespen horiek ospatzeko gomendatzen du, bestela, askotan “ez baitugu gauzak lortzen ditugulako kontzientziarik izango”.

Motibazioa lantzeko balio duten tresnak

- **Hizkuntza.** Hitz egiteko moduak pertsona erabat aktibatu edota erabat baldintzatu dezake, Redondoren esanetan, eta adibide bat jartzen du: “Demagun lanerakoan autobusak alde egiten digula eta kexuka hasten garela, ‘kaka zaharra, zergatik gertatu behar izan zait hau niri, berandu iritsiko naiz lanera, hau desgrazia bat da...’. Horrelako hizketa moduak energia negatiboa ematen digu, umorea aldatzen digu, gauzak egiten jarraitzeko gure gogoia aldatu egiten du, desmotibatu egiten gaitu. Gauza batzuk ezin dira aldatu: autobusak alde egin digu, eta horrek ez du atzera bueltarik; baina, horren aurrean, era bateko edota besteke jarrera har dezakegu. Kanpoko faktoreak ez daude gure esku, baina jarrera bai”.

- **Jarrera sortzailea.** Pertsona bat arazo baten aurrean korapilatu egin daiteke, edota konponbidea bilatzen saia daiteke, modu sortzaile batean. Hortaz, Redondoren gomendioa argia da: ez zentratu arazoan, baizik eta soluzioan.

- **Besteen ideiak edo iritziak onartu eta balioestea.** Jarrera hau oso aberasgarria dela eta motibazioa indartu egiten duela dio Redondok. “Pertsona batzuek besteen iritzi eta ideiei hasieratik ‘ezetz’ esaten diete. Etengabe ezetzean bizi gaitezke, ‘ez, ez, ez...’, baina zergatik ez? Desberdina izango da, ez da zure ideia izango, baina zure ikuspegia osa dezake. Pertsona batek lortzen duenean esatea ‘bai, aurrera, egin, eta egin nik egingo nukeenaren desberdin’, izugarri irabazten du”.

- **Norberak bere buruari eta besteei galdera interesgarriak egitea.** Zerbait berria

ezagutzera bideratutako galderei esaten die Redondok “galdera interesgarriak”. Haren esanetan, adibidez “zergatik” galdera egiteak ez dio aterik irekitzen ezer berriari; aldiz, “zertarako” galdetzeak gauza berriak aurkitzeko bidea eman dezake. Eta, hori argitzeko, alde egin duen autobusaren adibideari heltzen dio: “Neure buruari galde diezaioket ea zergatik egin didan alde autobusak, baina horrek gupil gaizto batean sarraraziko nau: ‘zergatik ez naiz azkarrago ibili? Zergatik ez naiz lehenago jaiki? Zergatik ezin izan dut haurra bizkorrago eraman haur-eskolara?...’ Aldiz, ‘zertarako egin dit alde autobusak?’ galdetzen badiogu geure buruari, soluzioaren bidean jarriko gara agian: ‘hurrengoan lehenago aterako naiz etxetik, aurreko egunean telebista ikusten geratu beharrean ohera joango naiz...’ eta horrelakoen bidean”. Bestetik, galdera interesgarria izan dadin, erantzun irekia izan behar duela dio Redondok, “bai” edo “ez” motako galderek ez baitute ezer berririk erakusten.

- **Inguruko ohiturak zalantzan jartzea.** Redondok dioenez, beti horrela egin izana ez da nahiko argudio hemendik aurrera ere horrela egiten jarraitzeko. “Norabait ideia berri batekin joatea eta ‘ez, hemen beti horrela egin da, eta horrela jarraituko dugu’ erantzuna jasotzea baino ezer gutxi dago desmotibagarriagorik”.

- **Ekarpen guztiak kontuan hartzea.** “Pertsona helduek, esperientzia handia dutenek, beti arrazoi dutela pentsatu ohi dugu”, dio Redondok, eta sineskera hori deseraikitzeke proposamena egiten du. Izan ere,

haren esanetan, gerta liteke esperientziadun pertsona horrek denbora luzez “jokabide desegokiarekin” jardutea; aldiz, ikuspegi desberdina duen esperientziarik gabeko pertsona batek ekarpen interesgarriak egin ditzake. Horretarako, irakurtzea, beste kultura eta herrialdeen berri izatea, kanpoko ikuspegiak ezagutzeta... oso aberasgarria iruditzen zaio Redondori.

- **Isiltasun edo bakardade uneak aprobetxatzea.** Redondoren irudiko, pertsonak bakardadean edo isiltasunean dauden une horiek ere oso boteretsuak izan ohi dira, eta norberaren mesedetan erabiltzea komeni da. “Adibidez, kontura gaitezke gaur taldean ikasle bat isilik egon dela. Horren aurrean, esan dezakegu: ‘alfer hutsa da, ez du inoiz parte hartzen’. Baina arreta jar diezaioket, eta isilik egoteko arrazoiak bilatzen saia naiteke; eta, segur aski, begirada aldatuko dut kasu horretan, eta askoz ondorio baliagarriagoak aterako ditut”.

- **Gauzak norberaren plazerarengatik egitea.** . Sarri, gauzak besteak ondo sentiarazteko edota onarpen baten bila egiten ditugula dio Redondok, eta, horren ordez, gauzak norberarengatik, norberaren plazererako eta norberaren barne-indar horrengatik egiteko proposatzen du. “Gauzak besteek emango diguten erantzunarengatik egiten ditugunean, beste horiek gure ekimena balioesten ez badute, frustratuta eta desmotibatuta senti gaitezke; aldiz, nahi dugulako eta geure buruaren gozamenerako egiten baditugu, besteen erantzunak ez digu horrenbeste axolako, eta motibatua eta ilusio handiagoz biziko gara”.

pello urkidi david alvear

**EHU irakasle-eskolako irakaslea /
EHUko Hezkuntzaren Psikologia Departamentuko irakaslea eta ikerlaria**



Urkidi eta Alvear irakasleak dira, eta irakasleei aplikaturiko Mindfulness teknikak irakatsiko dituzte. Izan ere lagungarria da irakasleen estresa murrizteko, baita ikasgelan taldea egoki kudeatzeko ere.

“Nerbio-sistemak badaki emozioak nola autoerregulatu, zauri bat egitean gorputzak autoerregulatzeko duen moduan; ez diogu aukerarik ematen, ordea”

Zer da eta zertarako da Mindfulness-a?

David: Ikuspuntu desberdinetatik uler daiteke Mindfulness kontzeptua: batetik, praktika bat da; bestetik, gogamenaren egoera bat; eta, azkenik, zientziaren ikuspegitik konstruktua bat da, besteak beste. Alderdi dibulgatibotik, oro har gogamenaren egoera bezala uler dezakegu.

Arreta Osoa litzateke Mindfulness kontzeptuaren euskarazko itzulpena. Izenak adierazi nahi du arreta orainera ekartzea, beti ere baldintza batzuetan: hain zuzen, onarpen eta irekiera barne-jarrera izan behar da orainean gertatzen den guztiarekiko, baita kuriositatea ere. Hori guztia entrenatu egiten da.

Gaur egun bogan dago gaia, batez ere alor akademikoak orain dela 15 urte serio hartu zuelako, ikerketa asko egin dituelako eta ikusi duela erabilgarria dela hainbat testuingurutan. Ikerketaren eremuan, gaur egun 600-700 argitalpen agertzen dira urtero gaiaren inguruan; hori soilik aldizkari zientifikoak aintzat hartuta, liburuak eta liburuen kapituluak kontatu gabe. Ikerketaren erritmoa, beraz, izugarria da. Eta, horrekin, erabilgarritasuna erabat hedatu da, hamaika gauzetan erabiltzen da.

Normalean, Mindfulness ikastaroek 8 edo 10 asteko protokolo bati erantzuten diote. Hezkuntzara etorrira, protokolo hori aplikatzen ari dira irakasleen estresa kudeatzeko, baina ikasleekin ere erabiltzen da, baita hezkuntza komunitatean ere, familiekin landuz.

Zuen ikastarora etorrira, aipatzen duzue irakasleen “lan esparruko erronkak kudeatzeko tresnak” emango dituzuela, estresari aipamen berezia eginez. Ohikoak dira estres egoera horiek irakasleen artean?

Pello: Bizitza erritmoa azkartu egin da, eta hori eskoletan ere nabaritu

egiten da. Gainera, irakasleari gero eta gehiago eskatzen zaio. Lehen gehiago partekatzen zen heziketaren ardura, familiarekin eta komunitatearekin; esaten da lehen tribuak hezitzen zituela haurrak. Gaur egun ardura hori eskolaren eta irakasleen gain uzten da.

Horrez gain, administrazioetik ere eskaerak gero eta handiagoak dira: berrikuntza egin behar da, formazioa ezinbestekoa da...

Bestalde, talde-ezaugarriak asko aldatu dira eta irakasleak ikusten du bere burua oso egoera desberdinetara moldatu beharrean. Irakasle batek esaten zidan moduan, “jakingo bazenu egun batean zehar zenbat erabaki hartu behar ditudan unean unean eta bat-batean!”. Agian aurrez planifikatu duzu zure lana, baina unean bertan ohartzen zara aldatu egin behar duzula egin beharrekoa; estresa sortzen duen faktoreetako bat da. Aldaketa horri jarrera egoki batetik erantzuten badiozu, agian hobeto kudeatu dezakezu egoera.

David: Uste dut badagoela beste aldagai bat ere, eta inportantea da: irakasleek autoritatea galdu dute, eta hori sozialki onartua dago gainera. Ondorioz, irakasleak denbora asko inbertitu behar du talde kudeaketan. Eta, tresna egokiak ez baditu, taldea kudeatzea oso zaila izaten da.

Zein tresna emango dizkizue irakasleei?

David: Askok ikertzen dugu Bigarren Hezkuntzako irakasleen estresa, eta, irakasle horiek adierazten digutenez, beraien lanak gehiago du taldearen kudeaketatik, jakintzaren transmisioetik baino; isiltasuna lortzea, adibidez, taldearen kudeaketarekin loturiko zeregina da.

Eman dezagun gaztelarazko gramatika irakatsi behar diezula ikasleei. Motibazio maila ikasleen aldetik 2 edo 3koa izan daiteke, 0tik 10erako tartean. Badituzu, beraz, motiba-

turik ez dauden 27 ikasle, beste barne motibazio batzuk dituztenak: bat bestearekin maiteminduta dagoela, besteak futbol taldean egon nahi duela... horiek dira beraien benetako motibazioak. Horren aurrean, ikasleen arreta ikasgelara ekarri behar du irakasleak. Bada, ikastaro honetan erakutsiko dugu, hain zuzen, taldearen animo egoera nola kudeatu behar den.

Bestalde, esperientziatik ikasi dugunaren arabera, irakasleek beraientzat nahi dute teknika hau, beraien gogamena eta beraien nerbio-sistema kudeatzeko; alegia, ez taldea kudeatzeko soilik. Irakasleek, protagonista diren heinean, nahi dute sistema bat egunerokoa beraien erritmo altu hori kudeatzeko. Askok esaten dute: ikasgelarako oso erabilgarria da, baina batez ere guretzat”.

Gainera, optimizazio altuena eta merkeena irakasleak formatuz lortzen da, Linda Lantierik dioen moduan. Abiapuntua, beraz, irakasleak formatzea da: irakasleak berak bere arreta kudeatzen ikastea, eta, erabilgarritasuna ikusten duenean, ikasleei, gainerako irakasleei eta familiei irakastea. Ez bada oinarri horretatik abiatzen, denbora-galtze bat da, ez dago hazirik eskola horretan Mindfulness-a lantzeko; bide zuzenena da irakasleria konprometitua egotea Mindfulness praktikarekin.

Formazio-saioan bi alderdiak landuko al dituzue? Alegia, batetik, irakasleei beraien arreta osoko jarrera erakitzen irakatsiko diezue, eta, bestetik, ikasgelan arreta osoa nola sortu, ezta?

David: Hori da. Saioan erakusten dugu bide desberdinetatik aplikatu daitekeela Mindfulness hezkuntzan: batetik, irakasleek beraientzat nola aplikatu ikasiko dute; eta, bestetik, Mindfulness praktikaren irakaskuntza-ikaskuntza prozesua ikasleen artean nola garatu irakatsi-

david alvear pello urkidi

E

“Badituzu ikasgaiarekin motibatu gabeko 27 ikasle, beste barne-motibazio batzuekin. Irakasleak horien arreta hartu eta ikasgelara ekarri behar du”

“Gakoa ez da gailu egokia erabiltzen jakitea: irakaslea desoreka emozionalarekin badoa gelara, ikasleek nabaritu egiten dute”

ko diegu; Mindfulness-aren pedagogia edo.

Pello: Hezkuntzarekin lotuta antolatzen diren jardunaldietan gai asko egoten dira kudeaketa emozionalarekin lotuta: nola errekonozitu ikasleen emozioak, zein estrategia erabili ikasgelan emozioak lantzeko... Ia dena interakzioarekin lotuta egoten da. Falta da, ordea, barne-prozesua lantzea. Mindfulness-ek, hain zuzen, ematen du aukera barne-prozesu hori sendotzeko, zeuk errekonozitzeko zeure emozioak: irakasle bezala lanketa egin zuk zeuk, ondoren ikasleekin aplikatu ahal izateko. Hori oso ekarpen polita eta beharrezkoa da.

David: Psikoterapian, adibidez, teknika pila bat daude, baina ikerketetan ikusten den bezala, oinarrizkoena harreman terapeutikoa da: pazienteak psikoterapeutarekin sortzen duen konfiantzazko erlazioa, alegia. Hezkuntzan gauza bera gertatzen da: gakoa ez da gailua edo estrategia egokia erabiltzen jakitea; irakaslea desoreka emozionalarekin joaten bada ikasgaia ematera, ikasleek nabaritu egiten dute.

Beraz, galdetzen didatenean ‘zer egin behar dut egoki irakasteko?’, nire erantzuna izaten da ‘baliteke inbertsio onena izatea ordu laurden lehenago iristea eskolara, lasai asko jartzea leku diskreto batean, intimago izateko, eta arreta jartzea arnasketan, besterik gabe’. Izan ere, 15 minutu horietan nerbio-sistema erregulatu egiten da eta gelara eramango duzun gogomen posizioa ez da berdina izango. Hori da ulertu behar dutena irakasleek: beraiek egiten duten barne-lanak besteengan ere inpaktu zuzena duela. Hori, edozein irakasgaitan: historia ikasgaia askoz kalitate handiagokoa izango da, irakasleak ariketa hori egin badu. Zer esanik ez 3 minutu badago ikasgela guztiak arnasean

jartzen badu arreta, adibidez.

Nafarroako Villatuertan, adibidez, 3 urte daramatzate Mindfulness-a lantzen eskolan. Lehenengo urtean klaustroa formatu zuten; hauek, adibidez, bileren aurretik 10 minutu ematen dituzte isiltasunean arreta arnasean jarrita. Bigarren urtean, ikasle guztiak formatu dituzte. Hirugarrenik, aurtan hasi dira hezkuntza komunitateari, gurasoei eta ingurukoei, Mindfulness-a eskaintzen. Gurasoek beraiek eskatu dute, ikusirik seme-alabek Mindfulness-arekin izan dituzten onurak. Proiektu oso interesgarria egiten ari dira, eta Mindfulness-a hiru eremutara zabaldu dute, zuzendaritzak serio hartu duelako gaia ikasketa proiektu gisa.

Nolako izango da ikastaroaren metodologia?

David: Batetik, gutxieneko oinarri teoriko batzuk emango ditugu Mindfulness-ari buruz, baita Mindfulness-a hezkuntzan aplikatzearen inguruan ere, nola landu eta sustatu daitekeen azalduz. Bestetik, hiru egunetan zertzelada moduan integratuko ditugu Mindfulness-arekin loturiko hainbat praktika: arreta mugimenduan, arreta osoa arnasketan, arreta gorputzean... Erakutsiko diegu nola egiten den, eta pautak emango dizkiegu nola irakasten den jakiteko, beraiek ere ikasleei edo beste irakasle batzuei irakasteko.

Ikasleekin aplikatzean, zein dira ikasgelan antzematen diren emaitzak, bai ikasleengan bai irakasleengan?

David: Praktikatzuten duten irakasleen artean nabaritzen da estresa murriztu egiten dela eta ikasleekin hobeto konektatzen dutela. Horrekin batera, *burn out*-aren sintomak murriztu egiten dira, hala nola despertsonalizazioa, alegia, pertsonak objektu gisa ikustea, baita neke-emozionala ere. Lanarekiko motibazioa, aldiz, igo egiten da.

Ikasleengan duen eraginari dagokienez, ikerketa interesgarriak egiten ari dira. AEBetan, Pensilvaniako Unibertsitatean eginiko ikerketa batean ikusi zuten Mindfulness-a erabilgarria zela gela prosozialago bat sortzeko. Irakasleak 8 astez formatu zituzten, eta horrekin lortu zuten ikasleekin zuten erlazioa hobetzea eta konfiantza maila handitzea. Aldaketa handia egon zen, era berean, ikasleen errendimendu akademikoan, honek gora egin baitzuen. Ikasleek beraien Mindfulness formaziorik egin ez arren, emaitza horretaraino iritsi ziren. Ikerketek erakutsi dute adimen emozionalean eta sozialean askoz funtzionalagoa izan zela irakaskuntza-ikaskuntza prozesua beste taldeekin alderatuta.

Gela pro-sozialagoa lortzeaz harago, baditu bestelako onurak ikasleengan: batez ere, arreta hobetzen da, emozio zailak (haserrea, antsietatea, beldurra...) kudeatzeko orduan erraztasun handiagoa izaten dute, lasaitasun handiagoa, depresio maila baxuagoa...

Ikasleekin ari garenean, adin tartearen arabera egokitu egin behar al da metodoa? Izan ere, ez da berdina izango haur txikiekin edo nerabeekin aplikatu Mindfulness-a.

David: Nerabeekin gehiago luzatu ditzakezu arreta teknikak edo meditazioarako ariketak. Adin txikiagoko ikasleekin, gehiago erabili beharko duzu meditazio dinamikoa. Ikuspegi metakognitibotik, 9-10 urte baino lehenago ez da komenigarria pentsamenduarekin arreta osoa lantzea; nerabeek, aldiz, beraien pentsamenduak *ikusteko* gaitasuna dute, eta horrek lasaitasuna sortzen du: adibidez, pentsamendu zailak edo konfliktiboak gogamenean agertu egiten dira, unetxo batez gelditzen dira eta gero joan egiten dira, batez ere ez baditugu elikatzen.

Mindfulness-aren oinarri zientifikoak



Ezkerrean, Pello Urkidi, eta, eskuinean, David Alvear.

aipatu dituzue. Neurozientziak zein balio ematen dio Mindfulness-ari?

David: Ikerketa asko egin da, hala nola jakiteko Mindfulness-a egiten duten pertsonen nerbio-sisteman zernolako eragina duen. Neuroirudi teknika ezberdinen bidez ikusi da gertatzen diren aldaketak funtzionalak direla, hau da, fisiologikoki aldaketa bat dagoela, neurgarria dena. Adibidez, cortex-aren lodiera areagotu egiten da landu diren zonaldeetan. Eta hori, kontuan izanda Mindfulness programa gehienak 8 astekoak direla. Hori bai, azpimarratu nahi dut Mindfulness-a praktikatzen bada, egunero egin behar dela, bestela ez baitu eraginik; eraldaketa praktikaren bidez dator.

Pello: Askotan determinismotik hitz egiten dugu, ‘zure izaera holakoa da’ esaten dugu. Baina, badirudi, teknika desberdinen bidez egindako neurketen arabera, garunaren plastizitateak aukera ematen duela gauzak aldatzeko.

David: Laburbilduz, Mindfulness-ak nerbio-sistema erregulatzen du. Emozio positiboak sustatzen ditu, eta emozio zailak hobeto kudeatzen laguntzen du.

Adibidez, haserre bazaude ikasle batekin gatazka izan duzula-

ko, haserre hori zure nerbio-sisteman eta zure gogamenean bakarrik existitzen da, hortik kanpo ez dago. Horren aurrean, Mindfulness-ak honakoa dio: gelditu, eraman arreta arnasketara eta gorputzera, eta saiatu sentitzen haserre hori non dagoen. Ez metaforikoki, baizik eta fisikoki zure gorputzean zer aktibatuta duen haserreak: tentsioa bularraldean, edo sorbaldan... Kendu pentsamendu erdigunetik, arreta bakarrik utzi, gorputzean jarrita. Horrela egonik, ikusten da nola nerbio-sistemak eta gogamenak bere kabuz kudeatu eta prozesatu egiten duen egoera.

Askotan ez diogu aukerarik ematen nerbio-sistemari autoerregulatzeko. Nerbio-sistemak badaki nola erregulatu gure emozioak, zauri bat azalean daukagunean gorputzak erregulatzen duen bezala. Izan ere, askotan arazoari buruz pentsatzen hasten gara, eta hori da egin dezakegun gauzarik txarrena; pentsatzea, bueltak eman eta eman, pentsamendu negatiboen kate bat eginez. Eztabaida batekin segi eta segi jarraitzen badugu, lortzen dugun bakarra da eztabaida edo gatazka luzatzea; aldiz, eztabaida prozesatu nahi baduzu, erabilgarria da besterik gabe pixka bat aldentzea eta arreta gorputzean jartzea, besterik gabe. Hori gutzia irakasleei erakutsiko diegu.

eñaut solaguren

Irakaslea eta adimen emozionalean aditua



“Norberaren zirraren kontzientzia izanez gero, zirrara horien aurrean izaten ditugun jarrerak ere alda ditzakegu”

Tertulia dialogikoak erabiliz, adimen emozionalaren gaineko lanketa egingo du Hik Hasi-ren Udako Topaketetan Eñaut Solaguren Gorputz eta Haur Hezkuntzako profesionalak. Adimen emozionalaren oinarriak zehazten dituzten hainbat testutatik abiatuta, horiek irakurriz, paragrafo edo esaldi batzuk aukeratuz, eta horiek norbere bizipenekin alderatuz, bakoitzaren hausnarketa eta ekarpenak besteekin partekatzeke aukera izango da.

Zer da adimen emozionala, eta nola landu daiteke?

Adimen emozionala oso gauza pertsonala da. Teoria batzuk egon daitezke adimen emozionalaren inguruan, baina teoriak; aldagaien bat aldatzen duzun unean, bizitzeko modua ere aldatu egiten baita.

Adimen emozionala lantzeko, aurrez irakurritako dokumentuen gainean tertulia dialogikoen bidez norberaren bizipenak eta hausnarketak besteekin partekatzea proposatzen dut nik. Ez da irakasle eta ikasle roletan goitik behera emandako metodologia, denok baitauek zer emana eta zer jasoa nire ustez.

Norberaren zirraren jabe egiteko balio dezake?

Nik, jabe egitea baino gehiago, kontzientzia hartzea aipatuko nuke. Zirrara nahitaez sentitzen dugun zer-bait da, ezin dugu kontrolatu. Zirrara horri pentsamendu bat gehitzen diogunean, sentimenduak agertzen dira, eta, bai zirrarak, bai sentimenduak izendatzerakoan, askotan hiztegia falta zaigu. Zenbat eta hiztegi zabalagoa eduki, orduan eta errazagoa izango da sentimenduak edo zirrarak detektatzea.

Zirrarak edo sentimenduak sentitzen ditugunean, zirrara horien aurrean jarrera batzuk hartzen ditugu. Guk kontrola dezakegu egoera baten aurrean hartuko dugun jarrera, baina, horretarako, zer zirrara sentitu ditugu

kontziente izan behar dugu. Adibidez, baliteke haserretzen garenean eztanda egitea eta ez gustatzea leher-tu garen modu hori. Haserretzen garenean eztanda egiten dugula eta leher-tzeko modu hori ez dugula atsegin jabetzen bagara, irits daiteke gure ez-tanda hori kontrolatzeko modua izango dugun unea, gustatzen ez zaigun jarrera hori aldatzeko modua izango dugun unea.

Horrek ez luke esan nahi izango zirrara erreprimitzen ari garela?

Ez, horrek esan nahi duena da zirrara jakin baten aurrean beste erantzun mota bat emateko gai garela. Izan ere, posible da aldatzea. Zenbait pertsonari entzun izan diot: "Ni horrelakoxea naiz, eta ez naiz aldatuko ja-da". Nik jende horri nahi izanez gero alda daitekeela esaten diot. Pertsona bat bere zirrarez kontziente bada, bere jokabideak aldatzeko aukera du.

Kontzientzia hartzearekin hasten da, baina adimen emozionala prozesu moduan uler dezakegu, ezta?

Kontzientzia emozionala da norberak sentitzen dituen zirrarez kontziente izatea. Horretarako, hiztegia eta behaketa behar dira. Kontziente garenean, erregulazio emozionala dator, hau da: zirrara horien aurrean izaten ditugun erantzunak doitzeko aukera badugula konturatzea. Gustatzen ez zaizkigun jarrerak aldatzeko baliabideak izan ditzakegula jabetzea.

Horren ondotik, autonomia emozionalaz ere hitz egin behar da. Zirrarak pertsonalak dira, eta pertsonak egoera beraren aurrean sentimendu desberdinak izan ditzake, denak onargarriak, denak egokiak. Baina, askotan, zaila egiten zaigu desberdin sentitzen dugula onartzea. Hala ere, kontziente izateak eta onarpen-prozesu horrek gure burua errespetatzeko aukera emango digu, eta, gure burua errespetatzen dugun unetik, au-

tonomoagoak izango gara, eta auto-estimua positiboagoa izango dugu.

Azkenik, gaitasun sozialak daude. Talde bateko kide izatea eta gizartean onartua sentitzea gizakiaren oinarriko beharra da. Horretarako, gure burua, gure pentsaerak eta gure ideiak errespetatuta daudela sentitu behar dugu, eta, aldi berean, guk besteak errespetatu behar ditugu.

Zer-nolako garrantzia du ikasleekin adimen emozionala lantzeak?

Azken batean, akaso zure gelan ikasleek hobera egitea eta aurrera jotzea nahi duzu, baina gerta liteke ikasleren bat blokeatuta geratzea. Askotan, zer dago blokeo horien atzean? Gatazka emozional bat. Eta gakoa irakaslea horretaz kontziente izatea da. Bestela, gerta liteke ikasleak etiketatzea (haur hau alferra da, beste hori lotsatia...). Eta hori arriskutsua da. Haur hori modu jakin batean ari da jokatzen une zehatz horretan. Ikasitako jarrerak bat ari da errepikatzen. Akaso ez gara gai hor atzean dagoen guztia ateratzeko eta interpretatzeko, baina gai izan behar dugu gutxienez ume hori jokatzen ari den bezala onartzeko.

Haurra onartzea adimen emozionalaren oinarrietako bat da, beraz.

Bai. Haur bat onartua sentitzen bada, asko lotu dugu. Horrek haurri bere buruaren kontzeptu positibo izaten lagunduko dio, eta autoestimua positibo eraikitzen. Prozesu horretan, era berean, haurarentzat ezinbestekoa da talde bateko kide sentitzea. Taldearen parte sentituko da, bere hitza emateko aukera duenean eta hitz hori balioesten dutenean.

Sarri, ordea, gauza asko irakatsi behar izaten dituzte eskoletan epe laburrean; ikasle kopuru handiak izaten dituzte, edota elkarrekin hitz egiteko denbora gutxi... Horrelako errealitate baten aurrean, nola egin dakioko tokia adimen emozionalari?

eñaut solaguren

E



**“ Norbere
emozioak onartzeak
gure burua
errespetatzeko aukera
emango digu, eta gure
burua errespetatzen
dugun unetik,
autonomoago izango
gara eta autoestimu
positiboagoa izango
dugu ”**

Haur edo gazte bat emozionalki orekatuta ez badago, zailagoa da ikasketa esanguratsu berriak egitea. Finean, ikasketa esanguratsua izan dadin, eskaintzen zaion hori ikaslearentzat interesgarria eta motibagarria izatea komeni da. Baina, ikaslea barrutik motibatuta sentitzen ez bada, zailagoa izango da asimilazioa.

Kritikoa naiz gaur egun ditugun hainbat hezkuntza-eredurekin. Oso zurrinak direla uste dut. Eta, gure eskoletan, ikasleei askotan ez diegu uzten denborarik beraiek sentitzen duten hori adierazteko. Haur Hezkuntzan, denbora gehiago eskaini ahal zaie haur bakoitzari eta haurraren zirrarei, baina, Lehen Hezkuntzara iristen garenean, errutinan sartzen gara, gaiak oso zehaztuta baitaude, eta oso zaila da adimen emozionalari tartea egitea. Kontuan izan behar dugu alderdi emozionalak dena hartzen duela, eguneroko bizitzan dagoen zerbait baita. Horrexegatik, garrantzi handiagoa eman behar genioke.

Hemen, teoria bakarrari jarraitze-
ra bultzatzen ditugu haurrak eskole-
tan, egia bakarra eta gauzak egiteko
modu bakarra dagoela sinetsarazten
diegu. Gauzak ondo edo gaizki dau-
dela sinetsarazten diegu, eta hori
gainditu egin behar genuke behin-
goz. Egoera bakoitzean edo une ba-
koitzean, gauzak ikusteko eta egite-
ko askotariko moduak izan daitezke,
pertsonek guztiok desberdinak baika-
ra. Eta batarenak ez du bestearenak

baino gehiago balio. Irakasleok ho-
rretaz jabetzen bagara, asko irabaziko
dugu.

**Zuk gidatuko duzun ikastaroaren izenak
dioenez, adimen emozionala lantzeko
erabiliko duzuen metodologia tertulia
dialogikoena da.**

Adimen emozionalaren oinarriak
zehazten dituzten hainbat testutatik
abiatuta, haiek irakurriz, paragrafo
edo esaldi bat aukeratuz eta norbera-
ren bizipenetan oinarrituz, beste ter-
tuliakide guztiekin partekatuko dugu
norberaren hausnarketa. Horrelako
tertuliak gai literarioekin egin izan di-
ra sarri. Ez da ezer ondo edo gaizki
egongo, ez da ezer hobea edo txarra-
goa izango. Bakoitzak bere ikuspun-
tua izango du, eta hura adierazteko
eskubidea izango du.

**Zergatik erabaki duzu metodologia mota
hori erabiltzea?**

Nik ez dut goitik beherako irakas-
kuntza-prozesurik nahi, ezta irakasle-
eta ikasle-rolik ere. Denok gara
pertsonek, eta batak bestearengandik
ikas dezakegu. Adimen emozio-
nalaren inguruan badago teoria bat,
baina, teoria hori praktikara eramate-
rako orduan, bakoitzak bere erara
egiten dugu. Niri denen parte-hartzea
bultzatzea interesatuko litzaidake.
Horretarako, nire metodologiaren ar-
datza denok protagonista bihurtzea
da, eta edonork edonorengandik
ikasteko aukera izatea.



www. **amazulo**  .com

Haurrei beraien berezko ahalmenetaz konturatzen, berezko erdiespenak erabiltzen eta beraien lorpenetatik ikasten laguntzen die mugimendu autonomo askeak. Horretarako, ekipamendu egokiak behar-beharrezkoak dira ziurtasuna eskaintzeko eta motrizitatea garatzeko.

eskola ekipamendua



ruben iglesias

Irakaslea



“Balioa eman behar zaio herritarrek hezkuntzaz aritzeari eta hezkuntzan zeresana edonork duela jabetzeari”

Maila lokalean hezkuntza proiektu bat nola diseinatu, sortu eta garatu daitekeen ikasi ahalko da Hezkuntza Plataformen Topaguneak eskainiko duen *Hezkuntza proiektuak sortzen* ikastaroan. Egun martxan dauden esperientziak eredu hartuta, bakoitzak bere auzo edo herrian hezkuntza proiektu bat egiteko eskainiko dituzte hizlariak. Horretarako Euskal Herriko hamaika txokotan garatzen ari diren hezkuntza proiektuen berri emango da ikastaroan. Horietako bat da Orioko herri-curriculum. Egitasmo horren xehetasunen berri emateko Ruben Iglesias, proiektuaren arduradunarekin elkartu da Hik Hasi.

Zer-nolako garrantzia dauka herri batentzat hezkuntza-proiektu propioa izateak?

Hezkuntza-proiektu propioa izateak ikaragarriko balioa du. Azken batean, herri horren izaera zein den eta zein izatea nahi dugun definitzen ari garelako. Era berean, herri hezitzailearen ikuspegia lantzeko aukera ere ematen digu. Izan ere, hezkuntza-eragileetatik (Ikastolen Elkartea, Sortzen, sindikatuak, EHIGE...) eta alderdi politikoetatik kanpo, herritarrok elkartzen ari gara, hezkuntzaren gainean hausnartzeko eta ekiteko. Herritar bakoitzak bere ikuspegia eta bere ideologia ditu, baina gauza bat dugu komunean: jabetzen gara herri-proiektu hezitzaile baten garrantziaz, eta guk ere parte hartu nahi dugu horretan, goi-mailako beste esparru batzuetan izan daitezkeen proiektu edo akordioez gain.

Zer lantzen da herri bateko hezkuntza-proiektua egiten denean?

Hainbat alderdi har daitezke kontuan horretarako. Guk Orio herriaren curriculuma osatu dugu; baina herriko hezkuntza-proiektua hori baino gehiago da. Curriculuma pieza bat besterik ez da. Dima eta Egian hizkuntza-proiektua egin dute, Ondarroan hezkidetzaproiektua, Larrabertzun jantoki autokudeatua... Horiek beste pieza batzuk lirateke. Nire ustez, curriculuma hezkuntza-proiektuaren enborra izango litzateke, eta besteak, berriz, adarrak lirateke. Izan ere, garrantzitsua da denok ikuspegi komun bat izatea, eta hori curriculumarekin lortzen da. Gero, horren barruan, bakoitzak bere eremua landu dezake: parekidetasuna, ingurumenari loturiko proiektuak, aisialdikoak... Baina curriculumak osatuko lukeen bizkarrezurraren bueltan.

Orioko curriculuma diseinatu duzue zuek. Nola diseinatu, sortu eta garatu daiteke hezkuntza-proiektu bat?

Behar batetik eta hausnarketa batetik hasten da guztia. Diagnostiko bat egitea da abiapuntua. Orioren kasuan, diagnostikoa argia zen: herriaren nortasunaren transmisioa galtzen ari ginen. Orioren nortasuna definitzen duten ikur horien transmisio naturala eten egin zen, eta gazteak horrelako erreferentzia gero eta gutxiago ari ziren jasotzen. Horrek arduratu egiten gintuen. Errealitate hori Euskal Herrira estrapolatuta ere, antzeko egoeran geundekela iruditzen zait.

Orioren nortasuna transmititzeko beharra izan da, hortaz, abiapuntua.

Hasierako hausnarketa horixe izan da: ez dakigu Orio herri arrantzalea den, turistikoa den... Ez dakigu zer den. Orio herri arrantzale gisa definitu izan da, baina, gaur egun, bospasei itsasontzi besterik ez du. Beraz, Orio herri arrantzalea da? Hala izan da, eta erro horiek baditu, baina, gaur egun, Orio zer den definitzeko eta, garrantzitsuagoa dena, etorkizunera proiektatzeko, ez dauka zentzu handirik herri arrantzale gisa agertzeak. Azken batean, kluxe batzuk dauzkagu buruan iltzatuta, baina ez dira errealak ez XXI. mendeko Oriorako, ez herriaren garapenerako. Horregatik iruditu zitzaigun herritar guztion artean ildo komunak identifikatu behar genituela.

Hortik abiatuta, bi galdera egin dizkiogu guk geure buruari: batetik, zer daukagu komunean oriotarrok?; eta, bestetik, zer eduki nahi dugu komunean? Hirugarren galdera bat ere planteatu dugu: zer ekarpen egin geniezaioke Oriotik Euskal Herriari?

Eta galdera horien erantzunak herriaren curriculum batean egituratu dituzue?

Hori da. Galdera horien erantzunen bila joan ginen gu, erantzunak herriaren curriculum batean egituratzeko asmoz. Zentzu horretan, esperimentzia honen berritasunetako bat eredia izan daiteke, hau da, nola ari garen egituratzen prozesua.

Beste herrietan ere egin dira antzeko ariketak; adibidez, unitate didaktikoak. Baina horiek askotan adi-tuen eskuetan geratzen direla iruditzen zitzaigun. Lanak egiten direla eta oso txukunak direla, baina, gutxi esku hartzen dutenez, jendea ez dela parte sentitzen. Horren aurrean, erabaki genuen gure curriculuma definitzeko orduan herritar guztiok geneukala zer esana. Herritarrengana jo nahi izan dugu Orioko curriculuma osatzeko. Hori da berritasuna, eta hortxe dago proiektuaren indarra.

Nola lortu duzue herritarren parte-hartzea eta inplikazioa?

Prozesu osoan zehar, modu berezian zaindu dugu parte-hartze hori. Esan bezala, guk eredurik ez geneukan, eta geuk asmatu behar izan ditugu parte-hartze hori sustatzeko formulak. Formula berriak egin behar izan ditugu, formula irekiak, denen parte-hartzea bermatuko zutenak eta jende guztia eroso sentitzea ahalbidetuko zutenak. Eta uste dugu asmatu dugula, hein handi batean. Herritar askok parte hartu dute prozesu guztian zehar, eta horrek ematen dio balioa gure proiektuari.

Duela bost urte hasi zineten Orioren hezkuntzaren inguruko hausnarketekin, eta ekainaren 12an aurkeztu zenuten herri-curriculuma. Prozesu luzea izan da. Nolako garapena izan du?

Hiru jardunalditan burutu dugu prozesu guztia, *Orioren iruten hezkuntza-jardunaldiak* izenburupean. Hasierako jardunaldietan, Euskal Herriko hezkuntzaren nahiz Oriokoaren gaineko hausnarketa egin genuen, indarguneak eta ahulguneak identifikatzeko eta diagnostikoa prestatzeko. Herriko hezkuntza-eragile guztiek hartu zuten parte lehen jardunaldian: bi ikastetxek, haur-eskolak, musika-eskolak, aisialdiko taldeek...

Lehen jardunalditik, bi ondorio atera genituen: batetik, hezkuntza-

“ Erabaki genuen gure curriculuma definitzeko orduan herritar guztiok geneukala zeresana

”

“ Euskal curriculuma badugu, baina erabiltzen ez bada eta ez badiogu bizia ematen, ia-ia halakorik ez izatea bezalaxe da

”

mahaia osatu behar zela; eta, bestetik, ikusirik Orioko nortasunaren transmisioa kinka larrian zegoela, Orioko curriculuma egin behar genuela.

Lehen jardunaldiaren ondoren, urte eta erdian proiektua partekatzen eta bideragarria ote zen begiratzen aritu ginen herriko eragile guztiekin. Horrelako proiektu batabian jartzeko zenbaterainoko indarra zegoen ikusi nahi genuen. Arlo askotako pertsona eta elkarteekin bildu ostean, konturatu ginen haien jarrera ona zela. Lantaldea handitu eta indartu genuenean, bigarren jardunaldiari ekin genion.

Eta inflexio-puntua etorri zen bigarren jardunaldian: hezkuntza-akordio bat sinatu zenuten.

Ijitoen akordioa deitu genion, oriotarrok ijitoak garelako. Alde bate-tik, curriculumaren filosofia azaltzen genuen akordioan, eta Orioko curriculuma euskal curriculumaren tokiko ekarpen gisa definitu genuen. Baina garrantzitsuena konpromisoak mahai gainean jartzea izan zen. Konpromiso horiek norbanakoei, hezkuntza-eragileei eta udalari begirakoak ziren. Hezkuntza-eragileei, bate-tik, curriculuma osatzeko prozesuan parte hartzeko eskatu genien; eta, bestetik, curriculuma definitu ondoren, aplikatzeko. Herritarrei, berriz, eskatu genien bakoitzak bere hondar-alea jartzeko eta bakoitzak bere esperientziatik curriculumari ekarpenak egiteko. Azkenik, udalari eskatu genion proiektu hau bideragarri egiteko behar genituen baliabide ekonomikoak eta teknikoak emateko. Konpromiso horiek onartu ziren, eta, hortik aurrera, curriculuma idazten hasi ginen.

Zer egitura eman diozue curriculumari?

Curriculumak lau arlo izango zituela erabaki genuen: natura-zientziak, gizarte-zientziak, hizkuntza eta musika. Kirola eta hezkidetzaz zeharka lantzeko proposamena egin ge-

nuen, hau da, curriculum guztia bus-tiko zuten zerbait elementu gisa hartu behar genituen.

Eta euskal curriculumaren erabili duzue erreferentzia gisa?

Euskal curriculumaren azken zatia, hau da, euskal curriculum espezi-fikoa, hartu dugu eredutzat. Hortik abiatuta, *curriculum partikularra* esan diogu gureari. Aurrez aipatuta-ko lau arlo horiek hartu genituen, eta gaitasunak, ebaluazio-irizpideak eta prozedurak definitu genituen bakoitzaren barnean. Eta, arlo bakoitzeko herriko adituekin elkarlanean, zer eduki landu beharko liratekeen zehazten joan ginen. Dokumentua prest geneukala ikusi genuenean, ikastetxeetara eramanez, haiek ere dokumentua aztertu zezaten eta ekarpenak egin zituzten. Ekarpen horiekin guztiekin, dokumentua berritu genuen. Hori guztia hirugarren jardunaldiaren aurretik egin genuen. Amaitzeko, hirugarren jardunaldia egin genuen, joan den udaberrian. Jardunaldi hartan, parte-hartzea zabaltzeko eta herritar guztien ekarpenak jasotzeko, hainbat ekimen gauzatu genituen.

Curriculumaren publikatuta dago dagoeneko, eta Orioko Udalaren webgunean dago erabilgarri.

Ez dugu paperean atera, Interneten zintzilikatu dugu. Azken batean, oinarri bat jarri dugu, tresna bat jarri dugu herritarren eskura, eta ibilbide bat izango du tresna horrek. Dokumentu ireki bat da, guztion artean osatzen eta eguneratzen joan beharko duguna. Paperean egin izan bagenu, zerbait hertsia eta estankoa dela emango zukeen, dagoeneko eginda dagoen eta aldatu ezin den zerbait.

Curriculumaren zintzilikatzeaz gain, curriculum hori garatzeko lagungarri izan daitezkeen materialak ere jarri ditugu webgunean. Adibidez, Antzina-ko Aroan, badirudi Altzerriko ko-

bazuloarekin harremana izan zuela herriak, eta hainbat lan egin dira horren inguruan. Hortaz, Gizarte Zientzietan Orioko historia lantzean, jada eginda zeuden lan horiek aprobetxatu ditugu, eta, curriculumaren barruan, lan horien erreferentziak eman eta estekak jarri ditugu. Dagoeneko eskuarteant ditugun baliabideak erabili nahi izan ditugu, eta herritarren eskura jarri. Sarean dagoenez, edozein unetan edonork jo dezake curriculumera, modu errazean, eta irakasleek era erosoan balia dezakete.

Hortaz, curriculum hau, gidalerro izateaz gain, baliabide ere bada eskolentzat.

Ez dira tresna fisikoak. Aitzitik, bestelako tresna batzuk jartzen ditugu irakasleen eskura. Gainera, badakigu baliabide hori osatzen joan beharko dugula. Hau da, erreferentzia gehiago txertatzen joan behar dugula. Eta irakasleek eurek ere zerbait sortzen dutenean, aukera izango dute hor bertan baliabide gisa txertatzeko.

Horretaz gain, iruditzen zaigu baduela bestelako indargune bat ere. Azken batean, oriotarrok zer daukagun komunean definitzen ari gara. Hortaz, iruditzen zaigu herria kanpora saltzeko ere balia daitekeela. Hau da, ez dugu bakarrik hezkuntzari loturiko proposamena egiten, beste arloetarako ere baliagarria izan baitaiteke. Adibidez, herrian aisialdi-gida bat sortu behar baldin bada, edo ibilbide-gida bat egin, curriculumean material asko dago jada bilduta, eta horrelako zerbait esan dezakegu: "Ibilbide horrek hiru leku hauetatik pasatu behar du, hiru leku horiek oso garrantzitsuak baitira herriaren historian".

Zer ekarpen egiten du horrelako proiektu batek, Euskal Herrirako hezkuntza-sistema propioa eraikitzeko bidean?

Lehenik eta behin, eredu bera balioetsi behar da; hau da, balioa eman behar zaio herritarrek hezkun-

tzaz aritzeari eta hezkuntzan zeresana edonork duela jabetzeari; hezkuntza ez baita soilik eskolari dagokion zerbait edo irakasleen ardurapeko zerbait, herritar guztion zeregina baita.

Bestetik, euskal curriculumaren egin zen eta eginda dago, baina badirudi itzaliz joan dela. Guk berriro piztu nahi izan dugu, euskal curriculumaren mahai gainean jarri behar dela iruditzen baitzaigu. Euskal curriculumaren badugu, baina, erabiltzen ez bada eta ez badiogu bizia ematen, ia-ia halakorik ez izatea bezalaxe da. Euskal curriculumak zerbait dinamikoa izan behar du, Euskal Herriko ikastetxe guztien elkargune pedagogikoa izan behar du. Hortaz, gure nahia euskal curriculumaren berriro mahai gainera ateratzea izan da.

Gure ibilbidea zeinen positiboa izan den ikusita, beste herri batzuetan ere eredu ere izan nahi dugu. Soraluzen, Oñatin, Durangon, Mutrikun, Getarian, Eibarren... izan gara, eta interesa azaldu dute. Pixkanaka herriz herri horrelako edo antzeko ereduak abian jartzen baditugu, euskal curriculumaren lehen lerrora ekarriko dugu nahitaez.

Azkenik, EHUko Pedagogia Saileko kideei aurkeztu diegu proiektua, eta ondo balioetsi dute, baita Huhezinen ere. Proiektu herritarra izan zedin nahi genuen, baina pedagogikoki ere babesa, aitortza eta sinesgarritasuna izan behar zituen. Hau da, akademikoki ere zer edo zer serioa egin nahi genuen. Azken batean, herriak egin izatea nahi genuen, baina kalitatezkoa izan behar zuen. Eta lortu dugula uste dut.



“Ikasleengan konfiantza izan behar dugu; konfiantza joan-etorrikoa da, eta beldurra eta axolagabekeria gaindituta, ikasleek zugar konfiantza dutela ikustea zoragarria da”



Mikel LEGORBURU

IRAKASLEA

Gizarte Zientzien inguruko lantegia emango du Mikel Legorburuk Hik Hasiren Udako Topaketetan. Hainbat jarduera eta orientabide praktiko eskainiko ditu, edozein gai lantzen den bitartean, ikasgelan jakin-mina sortzeko, eta ikasleei ordubeteko klasea motz egiteko: “Ikasleek beren alde-tik jarri behako dute, baina irakasleok ere asko dugu egiteko”.

Gizarte Zientziak ikasleekin lantzeko, zein orientabide emango zenituzke?

- Jakinduria - jakin-mina - jarrera hiru-kotea izan behar du kontuan irakasleak (ez dira nahita aukeratutako

hiru “J”; halaxe suertatu da eta kito):
- Jakinduria. Irakatsi/landu behar diren gaiez oinarrizkoa perfektu jakin behar du irakasleak; garrantzitsua dena ongi kontrolatua; eta inguruabarrak, zehaztasunak, pasadizo eta xeblekeriak aipatzeko gai izan behar du. Dena iturrietan oinarrizko gai. Eta baita informazio eta iritzi gehiagorekin osatzeko bideak bilatzen erakusteko erraztasuna ere.

Lana lortzeko aukera ematen du jakinduriak, baina irakasteko ez da nahikoa.

- Jakin-mina. Aurrekoa baino garrantzitsuagoa da: jakin-minak dakar jakinduria, eta ez hainbeste alderantziz. Irakasleak berez behar du jakin-mina, edo bestela... landu dezala! Eta bi: ikasleei transmititu behar die jakin-min hori. Oro har, ez dago jakintsua izatea bilatu beharrik. Jakin-minak berez erakarriko du aditu izaera. Lana gustura egiteko parada ematen duen bitartean, ikaslea eroso sentituko da, eta “klase orduak” ez zaizkio hain luze egingo, ezta etxerako izaten dituen lanak ere.

- Jarrera. Hauxe bai bada aurrekoak baino oinarrizkoagoa!

“Irakatsi behar badut, hezi behar badut, ikasleekin gogorra izan behar badut, haserre ikusi behar banaute ere, beraien gustuko ez banaiz ere... hau nire eginbeharra da!” Irakasle batek baino gehiagok pentsatzen du

hori. Masokista puntua ere badute horrelako pertsonak. Ez al da hobe egunero alai, konplizitatez, elkar irakatsiz eta ikasiz jardutea? Albora dezagun nagusikeria, baina “kolegismoan” erori gabe. Ez da erraza izango orekarekin asmatzea... Pista batzuk? Egiazale eta zientifiko izan gaitezten, bai ikaslearekin bai gaiarekin. Zalan-tza ugari ditugula? Bada, argitu ez dugun zalantza bere horretan mantendu, ikerketa gehiagoren zain. Zerbait ez badakigu, inola ere ez “neuk nahi dudana” erantzuna ezarri. Gizarte Zientzietan datu zehatzak alda ezinak dira, baina interpretazioak ugari daude, eta batzuek gure gusturako ez aproposak diruditen arren, beste asko egokiak ere izan litezke. Ikasleengan konfiantza izan, joan-etorrikoa baita konfiantza! Zoragarria da ikasleak zugar konfiantza daukala sentitzea, beldurra eta ezaxolakeria gaindituta.

Egunen batean materialik ekarri ez badugu ere, irakasleok gai izan behar dugu bote-lasterrean eskola emateko, jakinduria eta jakin-mina transmititzeko nahikoa izango dugulako buru-bihotzean dakarguna. Badakigu lotsa pixkana gaindi litekeela... ba, baita reprisea sakatu eta bote-lasterrean aritzea ere.

Eta osatzeko (momentuz...), “**sur-fegokitzea**”. Honelaxe deituko nioke, bai. Aspaldi neraman jarrera zehatz bati hitza egokitu nahian, eta ezin aurkitu. Azkenean neronek as-

matu behar! Bizitzako hainbat egoe-rari aplikatuko nieke kontzeptu hori. Olatuak hartu eta ibilbide luze zein polita lortuz gozatzeko itsasoan sartu beharra daukagu, gelan. Olatu-ikasle taldea suabe badator zuzenean aurre egin liteke, baina indartsu badatoz... ez dago ero moduan aurrera egin beharrik: burua eta sena erabiliko dugu eta ederki zipriztinduz bada ere, inguruabarrek eskaintzen dizkiguten tarteak baliatuz, zeharka eta behin eta berriz birbideratuz ibilbidea, hasiera unera iritsiko gara. Orduantxe hasiko da martxa, geu olatuekin batera. Beraiek eramango gaituzte, ikasle taldeak, baina geuk badakigu hondartzako zein alderantz nahi dugun jo. Bartzuetan pixka bat aurreratzen utziko diegu olatuei, baina gehienetan geu izango gara berez dakarten indarguzti horren egokitzaile. Ez dugu behar-tuko norabidea hondartzarantzko marra zuzena izatea (liburu eta curriculumak bide motz eta azkarrena dela badiote ere): erori, irauli, ohola galdu, erretiratzeko asmoa... (itotzeraino ez.. baina... bai ordea disgustu ederra jaso!) izango ditugu. Baina errealitatea bestelakoa izango da, ziur: ezker-eskuinerako biratzeak eta nahitaezko gorabeherak behin eta berriro tokatuko zaizkigu. Surfeatzen-nabigatzen ibiliko gara, etengabe egokitzen. Ez olatuen aurka, be-raiekin baizik. Ibilbide politikak beteko ditugu: publikoak, guraso, lagun eta lankideek balorazio ona emango digute, baina garrantzitsuena ibili garen bitartean **gozatu duguna** izango da. Uneren batean ustekabeko olatu aldrebesen batek ur gazia irentsaraziko zigun... baina, oro har, irakasle-ikasle-arten arteko ikasturte segida "surfegokituz" joan bada... gogoangarria izango zaigu. Eskalatuz ere izan liteke... Parale-

lismo ugari eskaintzen dizkigu bizitzak.

Nola lor daiteke ikasleengan jakin-mina sortzea? Eta ikaslearen hainbat gaitasun umore onez lantzea?

Magiarik ez dago. Magia... egunero egiten da. Galdera zailak beste zenbait errazez inguratuz. Gakoetako bat: parte-hartzea. Ez ditugu isilik eutsi behar, erantzun errazak ematea ahalbideratuko diegu: erantzun dezatela, asma dezatela, eta gero, beti edo gehienetan, baloratu egin behar ditugu. Pozik sentituko dira, eta hurrengo galdera erantzuteko prest izango ditugu. Elkar lehian ere has litezke... sintoni baikorrean. Bestetik, irakaste-ikaste prozesuak ez du zergatik aurre-gegi, tonu edota keinu serioerik behar. Klasea bera alai hasiko dugu. Serio-serio esan behar dugun horixe bera pozik esanda. Gehiegikeriarik gabe: hitz-jokoak, esaera zaharrak, gertakari eta xelebrekeriak... erabiliz. Beti

ere harira itzuliz.

Geografia eta Historiako jarduerak oinarritzat hartuta beste hainbat arlo ere landu daitezke (euskara, logika, kultura...)? Zein baliabide erabil ditzake horretarako irakasleek?

"Lantegi edo tailer honek ez du azterketarik!". Esaldi horrekin klasea lasaitu dugu jadanik. Jarrerak eta egin beharreko lan motzak erakarriko du balorazioa. Gero, ikasle gehien-gehienek, jarduerekin gozatuz, motzak baino gehiago lan luzeago eta mamitsuagoak burutzen dituzte. Jarduera denak dinamikoak dira, eta kasu askotan nahiko zailak izango zaizkiela iruditzen bazaie ere, finean ederki ebazten dituzte. Jarduerak izaera zeharo desberdinekoak dira, eta intriga nahiz sorpresa ere izaten dute: "Zer ekarriko ote digu gaurkoan irakasleak?", diote jarrera baikorraz.

"Geografia eta Historia" berez "non eta noiz" besterik ez da, eta ber-



tan bizitzako DENA sartu-sartzen-sartuko da. Hala, jakinduria, ongizatea eta balio egokien bila bagabiltza hizkuntzak, logika, kultura, matematika, eztabaiden txandaketa, musika, turismoa, ikerketa, bakarkako nahiz talde lanen antolaketa, arkeologia, elkarrekiko errespetua, edonolako dokumentu azterketa, toponimia, heraldika, numismatika, burtsa, paleografia, sare bilaketak, txosten aurkezpenak, jendaurreko aurkezpenak, argazkigintza, sukaldaritza, folklorea... dena!

Baliabideak? Ugari eta era anitzekoak dira. Halako kit edo material kaxa/karpeta/albuma bildua daukat. Erakutsi eta bertako pieza batzuk aztertzen ditugu, txostentxoak burutuz. Bertan aspaldiko seiluak, estanpak, pegatinak, egutegi orritxoak, loteria txartelak, txanponak, billeteak, kro-moak, garraio txartelak, ordainagiriak etab. izango ditugu, eta baita eskuizkribu, mapa zahar edo partiturak ere... Koadernoak... eta tarteka ordenagailua (sareaz) beharko dugu.

Gizarte Zientziak ikasleekin lantzeko egin daitezkeen jardueren adibide praktikoren batzuk jarterik baduzu?

1.- XX. mende hasierako hiriko posta txartela eskaintzen zaio ikasleari, eta berak argazki hura atera zeneko tokira joan eta gaur egungo argazki "berbera" lortu behar du, ahal dela angelu berarekin. Gero txostentxoan landuko du, ehun bat urteko aldea duten mantentze eta aldaketak konparatuz: eraikinak, trafikoa, jantziak...

2.- Eskuizkribu zaharra eskaini, eta transkripzioa landuko dugu, bakarka eta apenas pistarik gabe hasita. Aurreratu ahala, binaka eta irakaslearen laguntza neurtuarekin puzzlea osatzen joango gara, dokumentua ulertu eta testuinguraketa egiteko bidean.

3.- Burtsa ariketa. Ikasleak hiriko langile, enpresari-kapitalista, behartsu... izango dira, eta bi bikote banaketxe pare bat. Irakaslea Gobernua da.

Saio hasieran hiritar bakoitzari dirua emango zaio, bere eros ahalmenarekin bat neurtuta, enpresariei euren lantegiko akzioak banatuko zaizkie, eta handik aurrera banketxeen bitartez akzioen salerosketak emango dira. Ikasleak bere diru-kontuen balantzea egiten joan beharko du, kontuan izanda bankak halako %eko komisioa kobratuko diola, eta 12 bat minuturo, egun berria hastearekin batera, Gobernuak arbelean akzio mota bakoitzaren kotizazio berria jarriko duela. Errealitatearen antza handia emango zaio jarduerari. Amaieran, komunean jartzen da hiru bat saiotan gertatutakoa, eta denok kontziente egiten gara normalean aberatsek diru gehiago egiten dutela, behartsuak pobretuz.

4. - Beste saio batean... irakaslea zuzenean kantatzen hasiko da. Flash! Gero, abestitxoaz galdezka... ikeritzen hasiko gara, arbeleratu eta "tripak atera"ko zaizkio. Kanta ongi aukeratu bada... zenbaterako ematen duen zortziko batek!

5. - Bidaia. Bikoteka bidaia-agentek bailiran ariko dira. Pare bat laguntzako bidaia antolatu beharrean daude, eta irakasleak esango die zenbaterako aurrekontua duten (behar-tsuak, aberatsak... denetik izango dira) eta baita zein inguru orokorretan duten pentsatua bidaiatzea: Euskal Herrian zehar, Espainia/Frantzian, Europan ala munduan zehar. Bidaia-agentek 10/15 eguneko bidaia antolatu behar diete: plana ustezkoa da, baina datu guztiak errealak (garraio, ostatu, bisitatu beharreko gune eta abarren ordutegi eta prezioak...). Aurrekontu zehatza antolatu behar dute. Konpetentziak izugarri lantzen dira hemen ere. Errealitatera jaisten dira, eta hainbat tokitako interesguneak ezagutzeaz gain, bikotearen ekonomia maila errespetatu beharko dute. Batzuk bizikleta eta kanpinerako besterik ez dute izango eta beste batzuk, berriz, Paris, Río, Hawaira bida-

liki dituzte. Munduko atletismo txapelketarekin eretopa litezke... Tindufen egun pare lagundu dezakete... (matematika, aisia, artea, geografia, kirola, elkartasuna, hizkuntzak... lantzen dira jarduera honekin).

6.- Geure grafia ez den bat erabiliz testutxo bat deszifratu beharko dute ikasleek. Adibidez, zirilikoz. Logika, sena, historia, oroimena... Agian pare batsaio aurretik seilu sobietarra landu zen gelan...

7.- Enpatia eztabaidak... Ikasle bakoitza pertsonaia historiko ezaguna ala ezezaguna izango da, eta bere papera jokatu beharko du saio osoan zehar, bestelakoek botatzen diotenaren aurrean defenditzen, erasotzen, aliantzak egiten. Moderatzailea irakaslea izango da, halako batean tokia ikasle bati utzi arte. Ikasleek moderatzen ikasiko dute, besteen gidaritzapean jarduten eta irakasleak hark utzitako papera hartuz, pertsonaia ala ideologiaren ahul ikusiz gero, laguntza eman diezaioke.

8.- Norbere zuhaitz genealogikoa ikertu, eta txosten batean islatu, era zientifikoa burututa.

9.- Landa-lana ere antolatzen dugu... Nori ez zaio atsegina egiten gelatik kanporako irtenaldia?

Nola burutzen duzu jarduera horien gaineko ebaluazioa?

Landutako jarduera denek edo gehienek komunean jarritako balorazioa dakarte. Ebaluazio eta autoebaluazioa ere lantzen dira. Nabarmentzekoa da ikastaro hasierako eta amaiera emaitzak alderatuz zenbat gozatzen dugun.

Azken saioan jarduera guztien zerrenda aztertzen dugu irakasle eta ikaslearen artean, datorren ikasturteko plangintzarako iritzia kontuan hartzeko. Ikasleak parte-hartzaile sentitzen dira oso, eta hori modu egokian baloratzen dute. Behin lana egin behar izanda, saia gaitezen ahalik eta gehien disfrutatzen.

“Haurrekin errutinak landu izan dira ahoz, baina ahoz ez ezik kantuz ere landu daitezke”



Txetxu PARDO

EHU-KO IRAKASLEA

Zein baliabide eskaintzen ditu koplagintzak Haur Hezkuntzan erabiltzeko?

Haur Hezkuntzako 2. zikloaren 1. eta 2. mailetakoko ikasleekin, alegia, 4 eta 5 urteko ikasleekin hain zuzen koplak abesten lan egiteko aukera dago, gaur egun. Bilboko irakasleen eskolan ikasle batzuk “koplagintzaren erabilera didaktikoa” gaitzat hartuta aurrekari izan dira euren ikerketetan gaia sakonduz: eguneroko errutinetan eta ipuinen sekuentzializazio didaktikoetan esku-hartze zuzenen bitartez.

Orain arte Haur Hezkuntzako 2. zikloaren geletan errutinak landu izan dira ahoz baina guk ahoz ez ezik kantuz ere lantzen ditugu eguneroko errutinen monotoniarri aurre egiten, ikasleentzat zein irakasleentzat pizgarri bezala.

Koplagintza eta koplaritza desberdintzen dituzu.

Koplaritza da bertsolariek bat-batean aritzean darabilten teknika eta publikoaren aurrean gauzatzen dute. Koplagintza, ostera, edozein irakasle edo tutorek egin dezakeen jarduera da bere ikasleekin kantuz aritzeko. Koplak etxean prestatuko ditu Haur Hezkuntzako irakasleak eskolako gelan bere ikasleekin abesteko gero.

Irakasleak ez gara zertan bertsolariek izan baina bai bertsozaleak, ordea. Bertsolariek erabiltzen duten teknika berbera erabiliko dugu, baina denboraz etxean kantatu nahi dugun gairako koplak prestatuz. Teknika aldetik neurria: 7/6 koplak txikia edo 10/8 koplak handia erabiliko dugu hainbat doinu eta errimaz baliatuta.

Zein erabilera pedagogiko izan ditzake koplagintzak?

Gure ahozko kulturaren tradizionalk izan diren koplak gelako irakasleak teknikoki prestatuko ditu etxean, bereziki errutinei eta gelan kontatzen diren ipuinei bestelako dimentsio emateko. Umeek kantuaren kantuz euren lexikoa zein dikzioa handitu eta zuzen ikasiko dute era inkonizientean abesten duten bitartean, hizkuntza potentziatuz jolasa izango baltz bezala.

Nola implementatu hori Haur Hezkuntzako ikasleekin?

- Errutinetan, makinistaren laguntzaz: asteke eguna, eguraldia, zenbat

neska-mutil daude,...

- Atsedenaldira joaterakoan.
- Bazkaltzera joan orduko.
- Etxera joan baino lehen.
- Urtebetetze egunetan.
- Eskolatik kanpoko irteeraren bat dagoenean.
- Musika orduetan.
- Ipuinak lantzean.

Adibide praktikoren batzuk jar ditzakezu?

Errutinetan, Makinistaren laguntzaz:

- Orain asteke egunak gidari euskara.
- Zein da gaurko eguna?
- Asteartea da.
- Zein da biharko eguna?
- asteazkena ba.
- Zein zen atzoko eguna?
- Astelehena hara.

Errutinetan eguraldia lantzeko koplak beroa edo hotza bada:

- Gaurko eguraldia?
- eguzki beroa,
- kaletik ibiltzeko
- daukagu gogoia.

- Gaurko eguraldia?
- Euria eta hotza,
- baina bero daukagu
- barruan bihotza.

Etxera joan baino lehen kantatzeko koplak:

- Eskola amaitu zaigu
- goazen etxera
- hemen gauza guztiak
- batuta gainera.

Haur Eskolan etxean bezala: Usurbilen landutako prebentzio proiektua



Jose Ramon MAUDUIT

PSIKOLOGOA - PSIKOTERAPEUTA REICHIARRA,
LEHEN MAILAKO PREBENTZIOAN ETA PREBENTZIO
KOMUNITARIOAN ADITUA

Uztailaren 1ean, arratsaldean, Udako Topaketen barnean, tailer irekia eskainiko du Jose Ramon Mauduitek, haur prebentzioaren inguruan. Hona hemen, Usurbilgo eredu oinarri hartuta, adituak berak egindako ekarpena:

Haurtzaroa gizakiaren biologialdi ebolutiboa da, gero eta garrantzi handiagoa hartzen ari dena, batez ere gaur jakin badakigulako bizitzaren aldi horretan bizi ditugula aldaketarik handienak hazteari dago-kionez, eta haurra geroan izango den helduaren sustraia garatzeari dagokionez.

Haurtzaroa zein garrantzitsua den jakinda ere, gizarte industrializatu baten eta produkzioa xede nagusia izan duen gizarte baten eskakizunek aurrez aurre egiten dute talka bizitza hasieratik beretik zaintzearekin, gizakiaren garapenaren oinarriko premiei jarraipena emate aldera, bizitzaren garapen ona sustatuko duten baldintzak sortuz.

Prebentzio-proiektu honen helburua da, terapia reichiarraren Espainiako eskolaren arabera giza-sistemen ekologiak proposatzen duen moduan, gurasoak eta irakasleak informatzea eta sentsibilizatzea, haurdunalditik beretik hiru urtera arte haurraren mundura iristeko modua hobetze aldera.

Gurasoei eta irakasleei informatzeko, sentsibilizatze, lagun egiteko eta jarraipena egiteko aukera ematen zaie.

Gurasoen koordinazioa:

Haurdunaldian eta erditu ondoren, oso garrantzitsua da familiaren ekosistema lehenengoz egokitzea lehenengo harreman eta lehenengo espazio horretara, etxean. Erreferentziatzko lehenengo irudi horren gainean, modu mailakatuan erreferentziatzko bigarren irudia agertuko zaigu; gurasoaren rola hartzen dituen irakaslea haur-eskolan, edo, guraso ez dagoela, haurraren zuzeneko inguruneke beste pertsona bat.

Bikoteak taldean lan egiten duela sentitu behar du. Biak joango dira erditzea lantzeko saioetara, eta horietan gorputza lantzeaz gain, haurtxoa sortu haurretik ere, harekin erlazioatzeko eta komunikatzeko trebetasunak ikasiko ditu. Bikoteak bere kezketan eta hartuko duen erabaki orotan babesturik dagoela sentitu behar du.

Talde-matrize bat bultzatzen da, eta horretan elkarri eman behar diote sostengua bikoteek, elkarrekin indarrak berritzeko, kezkak alboratuz, soluzioak bilatzen elkarrekin arituz, eta haurtzaroaren sozialitate-egoerak hobetuz, arreta hobea eta laguntza gehiago egon daitezten.

Haurra eta gurasoak elkar moldatuta, haurra beste pertsona batzuetara moldatzen hasiko da, kasu honetan irakasleetara. Horretarako, irakasleek ere informazio eta sentsibilizazio egokiak jaso beharko dituzte, gurasoei eta haurrari behar bezala lagun egiteko.

Irakasleen koordinazioa:

Andereñoek bideratu egiten dute gurasoak haur-eskolan txertatzea, eta estres-egoerak saihestuko dituen eta haurtxoen bat-bateko dinamika bermatuko duen behar besteko segurtasuna ekarriko duen giroa sortuko dute.

Irakasleei bideratutako klaseetan informazioa, sentsibilizazioa eta jarraipena ere lantzen dira. Informazioaren helburua da heldze-prozesuaren

berri izan dezatela, besteak beste gorputzari, afektibitateari, sexualitateari eta koordinazio psikomotorrari dagokienean.

Sentsibilizazio-lanaren bitartez, haurren lekuan edo zeharkako erlazio batean jartzen ikastea, eta haren heldutasun-mailan lan egiten, haren mailan egoteko; arinegi jokatu gabe, haren erritmoa eta bat-batekotasuna errespetatuz, eta haurren sormena bultzatuz. Informazioak, irizpide al-bait unitarioen eta malguen hartuta,

bat etorri behar du profesionalen artean, bai irakasleekin, bai gizarte-zerbitzuekin, teknikariarekin eta gurasoekin, kontraesanak eta nahaste-borrasteak saiheste aldera. Horretarako, aldizkako bilerak egingo dira eta elkaraberrastuko dute.

Edoskitzaroaren, afektibitatearen, motrizitatearen eta bestelakoen garapenean haurrei egiten zaien jarraipen horrekin goiz antzeman ditzakegu, gizarte-zerbitzuekin koordinatuta (kasu honetan emagina eta pe-

diatra), krisian dauden haurrak eta familiak edo familia disfuntzionalak. Horiek horrela, lehen mailako prebentzioa eta prebentzio komunitarioa jar ditzakegu martxan, eta gurasoei eta profesionalei informazioa eta prestakuntza eman. Halaxe gomentatzen dute bai Osasunaren Mundu Erakundeak (OME, haurren eta gazteen buru-osasunaren inguruko txostena, 2003), bai Europar Batasunak (gai berberaren inguruan 2008an eta 2009an landutako txostenak).



Espresio tailerrak

“Gorputzari aukera eman ez gero zer behar duen deskubritzeko, orduan denbora bat har dezakegu behar horiek asetzeko”



Benjamin BARANDALLA

GORPUTZ HEZIKETAKO IRAKASLEA ETA ESPRESIO TAILERREN ARDURADUNA

Norbere gorputza ezagutzeko eta bere beharrak deskubritzeko, mugimendua baliabide esanguratsua da Barandallarentzat; teoriatik eta praktikatik abiatuta, ikastaroa emango die hezitzaile, gusaso eta irakasleei.

“Mugimendua bizi. Gorputzaren autonomia epairik gabeko jolas-guneetan” izenburu adierazgarria jarri dio Benjamin Barandallak Udako Topaketetan emango duen espresio-tailerrari; izenak jasotzen du ikastaroaren izanetik asko.

Hasteko eta behin, mugimendua bizitzea da tailerraren helburu nagusia. Mugimendua, gorputzari bere beharrak zein diren deskubritzen laguntzeko tresna gisa. Hori da taile-

rretan emango duten lehen urratsa: mugimenduaren bidez ikertzea gorputza, zer behar dituen ohartzeko. Eta, “gorputzari aukera ematen badiogu zer behar duen deskubritzeko, orduan denbora bat hartu dezakegu behar horiek asetzeko”, Barandallaren ustez. Era berean, mugimenduaren bidez “norberak bere gorputza den bezala ezagutzen du, eta hori da lehen urratsa den bezala onartzeko eta maitatzeko”.

Helburu horiek lortzeko, tailerra hartuko duen espazioak baldintza batzuk behar ditu: izenburuan aipatu bezala, lehen baldintza da epaia eta balorazioa espazio horietatik kanpo uztea. Izan ere, “epairik gabeko gune batean jendeak parte hartzen du beldurrik gabe, eta orduan aurki dezake bere burua”. Horrela, ez dago jarraitu beharreko eredurik eta inork ez die esaten zer egin behar duten, ezta norekin edo nola egin behar duten ere: askatasun osoa dute nahieran mugitzeko. Aukera du “jolasteko, bere beharrak zein diren ikertu eta azalertzeko. Nire tailerretan, inork ezin dio beste ari esan *zure mugimendua gustatzen zait*, edo *ondo egin duzu*, edo *ez zait gustatu*; parte-hartzaileek ez dute horrelako epairik entzun nahi”.

Izan ere, Barandallaren helburua da parte-hartzaileei beraien beharrekin konektatzeko espazio bat eskaintzea, eta horretarako bakoitzak interes propioetatik egin behar du bidea, bere ustez. Eta, interesa, jolasarekin lotzen du Barandallak: mugimendu batek erakarritz gero, ondo sentituz eta gozatuz gero, interes horretatik norbere mugimenduen ikerketa pertsonala jolas bilakatuko da. Eta, “lortzen badugu epairik gabeko espazio bat sortzea, zeinetan bakoitzak bere interesak ikertzen dituen, espazio hezitzaile bat ari gara eraikitzen, non harremanak oso onak diren eta ikasketa-prozesua

bermatua dagoen. Izan ere, guztiak ari dira parte hartzen eta buru-belarri interesatzen zaien jarduera hori egiten”.

Zentzu horretan, irakaskuntza arautuan ere mugimendu tailerren filosofia erabilgarria izan daitekeela uste du Barandallak, eta esperientzia eredugarri batzuk ezagutu ditu. Adibidez, historia ikasgaiari, ikasle bakoitzari bere interesen arabera ikertzen uztea: norbaitek musika biziki maite badu, musikaren historia has daiteke ikertzen. “Norbaitek hasten bada film bat ikusi duela eta Bigarren Mundu Gerra ikertzen, horren aurrekariak bila, segur aski, Lehen Mundu Gerra ikertuko du. Interesei azaleratzen uzten badiegu, ezin diogu ikasteari utzi, jakinmina mugagabea da”. Are gehiago, Barandallaren ustez, ikasteko modu bakarra interesatzen zaigun hori ikertzeko aukera ematea da: “Ikaslea da bizi izandako esperientzia bat barneratzea; eta barneratzeko bizi egin behar da”.

Baina, epairik, jarraibiderik, eredurik... gabeko gune batean, zein da hezitzailearen funtzioa? Prozesu hori egiten ari den pertsonaren bidelagun izatea, bere interesak sustatzea. “Baina beti pertsona horren atzetik, inoiz ez aurrea hartuta. Berak aurkitu behar ditu bere adierazteko beharrak eta horiek asetzeko bideak. Inportantea da hezitzaileak boterea ez hartzea; protagonistak partaidek dira”. Ildo horretatik, autonomia lantzeko bi-

Stern-en baldintzak

Arno Stern-ek bere pintura-tailerrean ezarritako baldintza edukatiboak hartu ditu abiapuntutzat Barandallak bere tailerretan, mugimenduaren diziplinara ekarrita. Honakoak dira baldintza horiek:

• **Talde heterogeneoa sortu behar da.**

Ezaugarri desberdinetako pertsonekin, beraien arteko lehiak eta alderaketak desagertzeko. “Tailerrean sartzen den unetik bertatik konturatzen da bakoitza desberdina dela”. Beraz, jada ez da zerbait desberdina egiteko eta sortzeko beldur izango, desberdintasuna abiapuntuan bertan baitago.

• **Epairik gabeko espazioa** sortu behar da, jolasteko eta ikertzeko. “Konturatzen direnean egiten dituzten mugimenduak ez direla epaitzen, orduan ez daukate beldurrik mugitzeko eta ikertzeko. Inork ez die esaten zer egin behar duten, noiz edo norekin; libere osoa daukate nahi duten moduan adierazteko.” Horretarako, espazio komunaren barruan bakarkako espazioa sortzea inportantea da, “modu horretan konektatzen baitu bakoitzak bere benetako beharrekin”. Mugimendu tailerrera etorrira,

“bakoitzaren espazioa litzateke norberak bere mugimenduaren bidez sortzen duen eremu hori. Inor ezin da sartu espazio horretan. Demagun eskutik hartu eta niregana erakartzen zaitudala: moztan ari naiz zure gorputza hartzen ari zen bidea, zure espresio-bidea; nirekin jolasteko zure beharrei uko egin behar izan diezu”.

• **Espazioa iraunkorra izango da.**

“Tailerrak hartzen duen espazioa ez da kontsumitzeko lekua: espazio finko eta iraunkor bat da, non gauzak ez diren aldatzen, baina zeinetan gauza desberdinak egiten ditugun”. Izan ere, introspekzio lana errazteko, kanpotik etor daitezkeen objektuen estimulazioa ahalik eta txikiena izatea nahi dute. “Beste mundu batean sartzen zara. Espazioa itxi egiten da, nolabait zu aske izateko”. Horregatik, mugimendu tailerretan ez da ispilurik egoten, norbera egiten ari den mugimendua kanpotik ikusi eta estetikoki baloratzeko arriskua sortuko bailukete ispiluek. Mugimendua bakoitzak sentitzen duenaren arabera baloratu behar da tailerrean: ondo sentiarazten bazaitu, segi mugimendu horrekin ikertzen eta adierazten.

de bakarra “autonomiaz mugitzen eta bizitzen uztea da”.

Protagonismoa parte-hartzaileen esku utzita, beraz, “eskaintzen

dudan espazioa baliogarria bada jendeak bere gorputza hobeto eza-gutzeko, onartzeko eta maitatzeko, nire helburua beteta dago”.

Dalcroze erritmika metodologiara gerturatzea

“Filosofia pedagogiko batetik abiatuz, irakasleak askatasun handia du ariketak sortzeko, eta bere sormenak gidatuko du jarduna”



Beñat RALLA YUSTA

MUSIKA IRASKALEA

ETA DALCROZE ERRITMIKAN ADITUA

Euskal Herrian eta Suitzan formatu da Ralla musika-irakasle gisa. Musikaren hartu zuen oinarria, Musikaren Pedagogia ikasketak eginda eta, ondoren, Genevako Goi-mailako Musika Ikastegian Dalcroze Erritmikan gradu eta master ikasketak egin zituen. Gaur egun musika irakaslea da Haur Hezkuntzan eta Lehen Hezkuntzan, eta bere ikasleekin erabiltzen du Dalcroze Erritmika.

Europan mende bateko tradizioa izanagatik, Euskal Herrian oraindik ez dakigu askorik Dalcroze Erritmika metodologiaren inguruan. Azalduko zeniguke zer den, alegia, zein helburu dituen eta nola aplikatzen den?

Oker ez banago 80ko hamarkadan Bilbon antolaturiko jardunaldi pedagogiko batzuetan Dalcroze Erritmika

dastatzeko aukera egon zen, baina diozun moduan Euskal Herrian metodologia hau hitzez edo entzunez bakarrik ezagutzen da; ez da diziplina honetan pertsona formaturik egon. Zorionez, duela zazpi bat urtetik Musikaren musikaren pedagogiako beste hainbat metodologiarekin batera ikasgai moduan jasotzeko aukera dago, eta bertan ezagutu ondotik Genevara joatea erabaki nuen metodologia honetan espezializatu asmoz. Epe motz-ertainera, munduko beste herrialde askotan duten bezala, Euskal Herriko Dalcroze Erritmika Elkartearen eratzeko asmoa daukat, metodologia ezagutzera emateko, jendearen interesa pizteko, ikasle zein irakasleei formatzeko aukera eskaintzeko... Bestetik, gauzak ondo bidean eta beharrezkoak izango diren laguntzak lortuz gero, Geneva eta Londoneko irakasle bikainak gonbidatuz, 2016an udarako ikastaro bat antolatu nahian nabil.

Dalcroze Erritmika musikaren irakaskuntzarako metodologia aktibo bat da, eta bereziki ezaugarritzen duena mugimenduaren osagaia da. Horrela, gorputz-mugimenduaren, desplazamenduaren, espazioaren erabileraren bidez eta era guztietako objektuen manipulazioa eginez, talde lanean nahiz bakarka, irakasleak pianoan jotako inprobisazio eta esanak jarraituz musika norberaren baitan bizitzeko eta integratuz, era guztietako musika ezaugarriak eta edukiak lantzen dira.

Amaitzeko gehitu nahi nuke, mu-

sika ikastea helburu izan dezaketen umeek edo gaztetxoek harago, gurasoen laguntzaz 2 urteko haurtxoetatik hasi eta 3. adineko pertsonenganaino zuzentzen dela metodologia hau. Azken hauen kasuan aipagarria da azken urteotan Genevan izaten ari den arrakasta. Berriki argitaratutako ikerketek ondorioztatu dute Erritmika egiten dutenen artean, erortzeko arriskua %50 jaisten dela. Gainera, musika ikasi nahi izan edo ez, musikaz gozatuz beste hainbat kontu ere lantzen dira: memoria, bakarkako zein taldeko ekintza koordinazioa... Taldean aritzeak sortzen duen afektibitatea eta beste zenbait ezaugarri garrantzitsu ere aipatu nahi nituzke.

Musikarekin konektatzea eta musika bizitzea da abiapuntua, ondoren kodifikazio edo teorizazioetara joateko. Musikaren irakaskuntza klasikoan erabilitako ohiko prozedura atzeko aurrera jartzen du, ezta?

Oro har esango nuke solfeo tradizionalaren bidetik halaxe jokatzeko delako, oso mentalki, beste edozein arlo lantzeko erabiltzen diren mahai eta aulki berberetan. Kasu honetan, landu nahi den kontzeptuaren abstrakzioa edo intelektualizazioa amaieran iristen da, edo 2. edo 3. etapa batean. Esan bezala, lehenik, zentzu jakin bat eman nahi izan gabe, musikaren baitan mugitu eta jardutea da helburua, aritzea, gozatzea. Eta, gorputzak bereganatu ondotik, maila teorikora pasatzen da: idazketara, irakurketara...

Batzuetan sumatzen dut hemen

norbaiti honi guztiari buruz mintzatzeko natzaionean, asmatu berria den moda berri edo *guay* bati buruz ari naizela uste duela, baina kontua da Jacques-Dalcrozek XIX. mende amaieraren hondarrean hartutako ildo didaktiko bati buruz ari garela eta 100 urtetik gora igaro direla! Orduan bai, orduan oso jarrera berritzaile eta iraultzailea izan zen, gelak mahaiz eta aulkiz hustu eta ikasleak oinutsik jarritz haien gaitasunak mugimenduen bidetik landu eta garatzea erabaki zuelako.

Bizipenetan oinarrituriko esperientzia izanik, ariketek pisu handia izango dute? Nolakoak dira?

Bizipenezko izaera horretan aipatuko nuke irakasleak zuzenean sortzen duen musikak eragiten duen jarrera positiboa. Ekintzari freskotasuna ematen dio, egunero egiaztatzen dut Haur Hezkuntzako eta Lehen Hezkuntzako ikasleekin. Bestetik, gorputza belarri erraldoi bat bihurtzen dela esan daiteke. Izan ere, musikak zuzenean eraginaraziko dio era batean edo bestean jarduteko, hau edo bestea egiteko. Horrez gain irakaslearen esanak ere jarraitu beharko ditu, eta "erreakzio ariketak" deiturikoen bitartez, adibidez, hartzaileak ekintza berriak integratzen joan beharko du.

Esandakoaren haritik, musika bizitze hori saio bakoitzean musikak duen presentzia kantitatetik ere batorrela esango nuke. Izan ere, Genevako irakasleek sarri esaten ziguten moduan (are gehiago frantsesez baldar samarrak izanik praktikaldiak tokatzen zitzaizkigunean) "hitzak baino musikak izan behar du adierazpidea, beraz ez korapilatu hitzetan, jo eta musika egin! Umeek jarraituko zaituztete!"

Proposatu daitezkeen ariketak zenbaezinak dira. Dalcroze metodologiaren potentzialtasun eta ezaugarri interesgarri bat da oinarrian dagoen filosofia pedagogiko batetik abiatuz, irakasleak askatasun handia duela ariketak sortzeko, eta bere sormen horrek gidatuko duela jarduna. Dalcroze Erritmika ez da, beste metodologia batzuk bezala, pausoz pauso garatu beharrekoa edota "errezeta metodo" bat. Horregatik, interesgarria izan ohi da irakasle ezberdinak ezagutzea, bakoitzak bere ukitu pertsonala emango diolako musika ezaugarri bakoitza lantzeari.

Horrez gain, "material osagarria" deitzen dena erabiltzea (uztaia, pilota, klabea, baloia, fularrak...) aipaturiko sormen horretarako aitzakia bikaina da, bai irakaslearentzat bai ikasleentzat; adibidez, zelula erritmiko bat landu nahi denean, keinu edo mugimendu bat asmatzea eskatzen zaionean.

Zenbaterainoko garrantzia hartzen du mugimenduak Dalcroze metodologian?

Erabatekoa, ezin da ulertu Dalcroze Erritmika mugimendurik gabe, ezin besteko osagaia da. Erritmika saio bat mahai eta aulki gabeko espazio zabal batean burutzen da, dantzarako areto moduko batean (Geneva-ko auzo ezberdinetan Erritmika gelak halakoxeak dira). Beste kontu bat da abstrakzio edo lengoaiara pasatzerako momentuan pentagramadun arbela, musika koadernoak eta irakurgaiak etab. erabiltzea, noski. Arestian esan bezala, objektuen erabilerak mugimenduen sormena estimulatu du.

Mugimenduak libreak izan daitezke, bakoitzak bere sormen edo adierazteko moduen arabera burutu ditzan. Beste askotan guztiek mugimendu berberak egingo dituzte, norbaiten ekarpena nabarmendu nahi delako, egokiagoa delako... Gainera, ikasleak mugituz aritzeak irakasleari zuzenketak egitea ahal-





bidetzen dio, denak batera aritu arren zuzenketa behar duena ikusgarria izango delako. Eta, bestetik, irakaslea inprobisatzen aritzeak ikasleen beharretara (abiadurara adibidez) egokitzea ahalbidetuko dio.

Motrizitatearen ikuspegitik, motrizitate globala, partziala edo fina bereizten dira, eta hauetako bakoi-tza hurrenez hurren lantzeko joera dago ariketa ezberdinen bitartez, nahiz eta egoeraren arabera hurrenkera hori beti ez errespetatu.

Laburki bada ere, mugimenduari lotuta aipatu beharreko beste ezaugarri garrantzitsu bat “denbora-espazioa-energia” deituriko trinomioa da; esan daiteke mugimendu edo keinu oro ezaugarri hauetan zehazten dela. Desplazamenduetan edota, adibidez, pilota bat musikaren erritmo edo iraupen jakin bati erantzunez bota behar izanez gero, kidearen eta nire arteko distantzia

eta jaurtiketaren energia neurtu beharko ditut pilota lagunaren eskuetara behar den unean hel dadin.

Argi dagoena da Dalcroze Erritmika saio batera bertaratzen denak mugitzeko gogoia izan behar duela, baina ziur naiz hala ez izanda ere gustura sentitu eta gogoia piztuko zaiola!

Lehen Hezkuntzarako proiektu artistiko baten sormen prozesuan murgilduta zaudela aipatzen da Udako Topaketan gidako zure aurkezpenean. Aurreraterik bai zertan datzan proiektuak?

Bi kontu nahasi direla uste dut. Bate-tik, aurtun irakasle aritu naizen Katalin Erauso ikastetxe publikoa *Five days to dance* dantza komunitarioko proiektua burutzeko aukeratua izan da. The Loopers konpainia herbeheretarren eta Donostia 2016 Kultura Hiriburen lankidetzaren eskutik, aipatu konpainiako bi dantzari-koreografo ikastetxean astebetetz aritu ziren

apirilean Lehen Hezkuntzako ikasle guztiekin egun osoz koreografia bat lantzen. Proiektu honek bi ildo ditu: artistikoa, esperientzia artistiko batean murgiltzeko aukera, dantza kasu honetan; eta bizikidetzari dagokiona, elkarrekin dantzatzeko gai bagara, elkarrekin bizitzeko gai baikara.

Horrela, astebeteko ordu guztiak proiektu honetara bideratu ziren ohiko ordutegia etenez, eta azken egunean jendaurrean erakutsi zen. Ikastetxeko irakasle, guraso eta ikasleen balorazioa oso positiboa izan da.

Bestetik, “MugMus Laborategia” (musika eta mugimendurako kultur elkarte) izeneko talde edo konpainia eratu dut arte-bizien esparruan sormen-lanak aurrera eraman eta taulartzeko, eta bi alor horien inguruan ekintza pedagogikoak burutzeko. Udazken amaierarako lehen lana amaitu eta ikusgarri egotea espero dugu.

Musikaren bizipena Haur Hezkuntzan

“Musika-lanak eta tresna egokiak erabilia, haurrak norbere buruaren ezagutza handitzen du, baita ingurukoena ere”



Ana Urrutia

EHU-KO BILBOKO IRAKASLE
ESKOLAKO MUSIKA IRAKASLEA



Doktorea eta goi-mailetan musika-irakaslea da Urrutia. Udako Topaketetan Haur Hezkuntzako irakasleei, hezitzaileei eta “soinua eta musika-lanak hezkuntza baliabidez erabili nahi dituen orori” zuzenduriko ikastaroa emango du; saioa nagusiki praktikoa izango da, ariketetan oinarritua

“Haur Hezkuntzako gelan nahitaezkoa da musikaren bizipena eta erabilera ikaslearen garapen oso lortzeko”, diozu Udako Topaketen gidarako eginiko testuan. Zergatik, zer ematen dio musikak umeari?

Nire iritziz, musika egunero erabili beharko genuke Haur Hezkuntzako ikasgeletan, umearen entzumena, adierazpena eta sormena garatzeko baliabide itzela da eta. Dantzak, abestiak, mota desberdinetako musika-lanak eta tresna egokiak erabiliz, hau-

rrak norbere buruaren ezaguera handitzen du, baita ingurukoena ere. Era berean, bere barruko mundua kanpora ateratzen dute haurrek musikaren bidez.

Ikastaroko parte-hartzaileei haurren entzumena, adierazpena eta sormena lantzeko tresnak ematea duzu xede. Nolakoak izango dira tresna horiek, eta nolako ariketak proposatzen dituzu?

Tresna edo baliabide desberdinak erabiliko ditugu ikastaroan. Hala nola, mota desberdinetako musika-lanak erabiliko ditugu mobilizazioak egiteko eta, modu horretan, sormena lantzeko. Horretaz gain, dantza xumeak erabiliko ditugu erritmoak barnerratzeko. Gainera, haurrentzako musika-tresna egokiak zein diren izango dugu hizpide.

Isilunea aipatzen duzu, soinuarekin

batera, tresna gisa. Zer ekarpen egiten du, zer sortzen du haurrengan?

Musika soinu eta isilunez osatua dago. Beraz, *musika* esatean, isilunea ere kontuan eduki behar dugu. Horretaz gain, gelan isiltasuna lortzea garrantzitsua da, nahiz eta batzuetan zaila izaten den. Nire ustez, haurrak bere emozioetan bizi behar du isiltasunak duen indarra eta eragina; isilunea entzuten ikasi behar du.

Bestalde, musikaren bizipenerako beste baliabideak ere aipatzen dituzu, bestea beste, musikogramak. Zer dira, eta, zertarako balio dute?

Musikograma Jos Wuytack pedagogo belgiarrak sortu zuen. Musikogrametan, irudia erabiltzen da musika-lana edo soinuaren ezaugarri desberdinak lantzeko. Haur Hezkuntzako gelan erakargarriak eta egokiak direlakoan nago.

“Gizarte elebiduna bagara ere, hizkuntza gutxitua da euskara, eta horrek ere bere ondorioak ditu idazkera ortografikoan”



Zuriñe GAINZA

EHU-KO DIDAKTIKA ETA ESKOLA ANTOLAKUNTZA
SAILEKO IRAKASLE-DOKTOREA

Beste hizkuntzetako ortografiaren inguruan egin diren ikerketetako abiapuntutzat hartuta, euskarazko ortografia nola irakatsi aztertzen du; bere ikasgaiak Lehen Hezkuntzako irakasleei zuzenduta daude.

Zure helburuetako bat beste hizkuntzetan ortografiaren inguruan egin diren ikerketak plazaratzea da. Zein dira ikerketen ondorio nagusiak?

Ikerketa gehienek ingeles hitzen idazkera zuzena nola gertatzen den aztertzea dute xedea eta ikuspuntu kognitibotik hitzen idazkeraren inguruko ereduak plazaratzen dituzte. Euskarazko hitzen ezaugarriak kontuan hartuz, Eredu Duala da psikolinguistikatik hobeto azalduko duena; bide lexikoa eta bide fonologikoa biltzen dituena, hain zuzen. Honi helduz, hitzen idazkera zuzena nola gertatzen den argudiatzen saiatuko gara.

Ikerketaren ondorioak asko dira. Lehen Hezkuntzako irakasleriaren interesa piztu dezaketean hainbat puntu daude. Alde batetik, hitzen idazkera ortografikoa landuz gero berau hobetzen dela, hau da, irakats daitekeela eta emaitzak desberdinak izango direla metodologiaren arabera. Beste aldetik, ikerketei esker, gaur egun badakigu hitzen ezaugarriek idazkera ortografikoa baldintzatuko dutela, osaturiko fonemak edo silabak direla-eta, edo eta maiztasuna, luzera, e.a.-en eraginez. Beti ere, arretaz aztertu behar ditugu ondorio guztiak, azken finean, beste hizkuntza batean burututako ikerketak baitira eta gure helburua euskarara egokitzeko bidea jorratzea da.

Horiek nola eta zertan aplikatu ditzakegu euskarara?

Lehendabizi, eta ikuspegi psikolinguistikotik, bai hizkuntza bera, euskara, bai hitzen ezaugarriak aztertu beharko ditugu, hobekien egokitzen den metodologiaz ohartzeko. Honi, faktore berri bat gehitu behar zaio, euskarak gizartean duen egoera. Gizarte elebiduna bagara ere, hizkuntza gutxitua da, eta honek ere bere ondorioak ditu idazkera ortografikoan.

Ortografia irakasteko metodo desberdinak azalduko dituzu ikastaroan, zerbait aurreratuko zeniguke?

Bai. Ikastaroan azalduko diren metodoak beste hizkuntzetan eginiko ikerketa desberdinetan frogatuak izan dira, hau da, enpirikoki nola era-

man behar diren aurrera eta zer-nola-ko emaitzak lortzen diren frogatuta dago. Zehazki, ortografia irakasteko bost metodo aurkeztuko dira. Metodo hauek, Bizkaiko B eta D ereduko Lehen Hezkuntzako bi eskoletan frogatuak izan dira eta guztiak, lehen aipaturiko bideak lantzeko, teknika desberdinez baliatzen dira, dela irudimena, dela mugimendua edo irakurketa, besteak beste. Helburua bera da: irakasleek ortografia zuzena nola irakatsi, ikasleek ortografikoki zuzen idatz dezaten.

Euskaraz ez dagoela ikerketarik diozu. Zergatik? Euskarazko ortografia definitzen lan handia egin da azken harmakadotan...

Lan handia egin da eta guztiz beharrezkoa zaigu hitzen idazkeraren ikerketan aurrera egiteko. Baina egia da, euskaraz ez dagoela ikerketarik metodologiarik eraginkorrena zein izan daitekeen egiaztatzen duenik, beti ere, hitzen ortografia menderatzeko Lehen Hezkuntzako ikasleei begira. Egoera honen arrazoiak anitzak bezain ezezagunak izan daitezke, baliteke diru falta izatea (ikerketak kostu handia du), edo interesa falta edo honetan hasi baino lehen beharrezkoa den aurre ikerketa baten gabezia... nork daki. Dena den, hau ez da bakarrik euskaraz gertatzen, izatez, gazteleraz ortografia irakasteko metodologiaren inguruan dagoen ikerketa bakarra Edurne Goikoetxea doktoreak eta biok burutu genuen eta emaitzak *Journal of Research in Reading* aldizkarian argitaratuko dira urtea bukatu baino lehen. Arlo honetan asko dago egiteke.

JOLAS EGINEZ SENTIMENDU ETA BEHARRAK AURKITZEN

Zure ETA nirearen bila!



SARRITAN GERTATZEN ZAIGU:

- "Pazientzia agortzen zait!
Zergatik ez du kasurik egiten?"
- "Etsita nago egunero
gatazkekin! Ez dut gustatuko
litzaidakeen harmonia eta giro
ona lortzen!"
- "Nola azal dezaket gustatzen
zaidana, saririk eskaini gabe?"

ZERTAN LAGUN GAITZAKE?

- Ondo pasatzen
- Komunikaziorako giroa
errazten
- Gu geu eta besteak hobeto
ulertzen
- Adimen emozionala eta
erlazionala bultzatu eta
zaintzen
- Irtenbide eraginkorrak
bilatzen



hartueman
Nerea Mendizabal
psikopedagogo

Informazioa eta
proposamen gehiago
www.hartueman.com

Zineak zein baliabide eskain ditzake eskolan elkarbizitza sustatzeko



Maite ASEGINOLAZA

BAKETIK-EKO HEZKUNTZA ARLOKO KOORDINATZAILEA

Zinema eskolan erabiltzeko erraminta ezinhobea dela baieza dezakegu, bi dimentsio uztartzen dituelako, bata ludikoa eta bestea hezitzailea. Zinemak trebatu eta informatzeko ahalmena du, jolas-moduan. Istorio on bategen haur edota gazteen arreta bereganatzeko ahalmena du eta era berean gizartearen ezagutzan sakontzeko aukera ematen du, beste kulturak ezagutzeko, iraganaren, orainaren eta etorki-

zunaren gaineko ikuspegia osatzeko. Ideia, pentsamendu, jarrera, arau, balore eta abarrekin kontaktuan jartzen gaitu. Bestearen lekuan jartzen ere asko laguntzen du, protagonistek lehen pertsonan hitz egiten digutelako eta beraien errealitatean murgiltzen garelako konturatu gabe.

Bakearen kultura eta balioen hezkuntza zabaltzeko tresna sortzailea ere bada zinema. Teoria, diskurtso eta gomendioen ordez, Baketik-etik zinemaren hizkuntza sortzaile, artistiko eta dibertigarria proposatzen dugu. Filma ikusteak ikuslearen begietan eta sentibiltatean sortzen dituen esperientzia eta emozioen bidez heztea proposatzen dugu. Ez dugu ikasgai bat ikasi nahi, baizik eta esperientzia bat bizi, emozio bat sentitu eta bizitako horren inguruan gogoeta egin.

Baketik-en ustez gogoeta, elkarrizketa eta zentzu kritikoa sustatzeko oso tresna egokia da zinema. Eztabaida, elkarrizketa eta ika-mika eraikitzailea piztu eta dinamizatzeko bide aproposa beraz.

Zinemak errealitatea deskribatzen duen heinean gizartearen eta elkarbizitza arazoaren ispilu bilakatzen da sarritan. Bizikidetzako hainbat dilema eta erronka aztertzeko eta lantzeko ahalmena ematen digu. Demagun filma jakin bateko protagonisten bizipenak aztertzen ditugula. Gugandik at ikusten ditugu euren arazoak, gatazkak, bizipenak... eta distantzia horrek lanketa errazten digu.

Elkarbizitza, zinearen bidez

Baketik-ek zinea *Izan Proposameneko* edukiekin bateratzea proposatzen du. Tresna-kaxa bat da *Izan*, zortzi ikaskuntzaren inguruan eratua, eta gizaki izaten ikasteko eta irakasteko baliabide teorikoak eta praktikoak eskaintzen dizkigu, hezkuntza-ziklo osorako (Lehen Hezkuntzatik Batxilergora arte), kiribil-erako jardueran (www.izanproposamena.org).

Hobeto bizitzeko, elkarbizitzeko eta hezteko zortzi ikaskuntza nagusitan biltzen du bere edukia *Izan Proposamenak*: (1) gizakion mugatasuna, (2)



Gogoeta, elkarrizketa, eta zentzu kritikoa sustatzeko oso tresna egokia da zinema. Eztabaida, elkarrizketa eta ika-mika eraikitzailea piztu eta dinamizatzen bide proposa, beraz.



esker ona, (3) kontzientziari entzutea, (4) giza duintasuna, (5) elkarrizketa, (6) enpatia, (7) pazientzia eta (8) maitasuna. Ikaskuntza horiek abiapuntu hartuta jorra daitezke beste hainbat ere. Unitate didaktiko bakoitzak sormen-baliabide bat du abiapuntu: testuak, kantak, bideoklipak, albisteak, poemak, ipuinak, jolasak... eta filmak. *Izan Proposamenaren* asmoa da esperientzia xume eta esanguratsuak eskaintzea. Ekimen honetan, behin eta berriro agertzen zaigun baliabidea dugu zinemaren erabiler didaktikoa.

Proposamen honetako materialarekin osa daiteke zinearekin egiten den lana. Ikaskuntza bakoitza lantzeko hainbat film proposatuko ditugu eta film bakoitza interpretatzeko eta lantzeko hainbat gako azalduko ditugu.

Pelikula baten aurrean zenbait ikusle, hainbat interpretazio izan ohi dira. Zine-zuzendari batzuei ez zaie gustatzen beren lanari buruz argibide askorik ematea: filmean dago esan behar zuten guztia, eta ikusleari dagokio ondorioak ateratzea. Beste batzuek, aldiz, ematen dute beren interpretazioa, baina ez dute aterik ixten.

Baketik-ek filmekin proposatzen duen lanak hainbat interpretaziori zabalik dagoen elkarrizketa eskatzen du. Baina, non dago interpretazio arbitrario batean ez erortzeko muga? Narrazioan agertzen den horretan oinarritua behar du izan interpretazio horrek, eta istorioan, eszenetan, pertsonaien erreakzioetan eta motibazioetan ikusten den hori izan behar du euskarri.

Bestalde, film on batean ez da ezer kasualitatez agertzen. Horregatik, etengabe galdetu behar diogu gure bu-

ruari zer dela eta azaltzen diren elementu horiek guztiak. Galdera horiei erantzuteko, irizpide egokia da hipotesiak proposatzea eta, narrazioarekin alderatuta, arrazoitzea. Hau da, etengabe bilatzea narrazioko aztarna esanguratsuak, hipotesiak formulatzeko eta arrazoitzeko.

Filma ikusi aurretik hasten dira harrerik lanak. Komeni da ikasleei filma azaltzea eta harekin zer lan egin nahi dugun argitzea. Helburuak jorratu behar dugun gaiari buruzko hausnarketa egitea eta, aldi berean, narrazioarekiko jakin-mina sustatzea dira. Hartara, filma ikusteari ekiten diogunean, ez gara hutsetik abiatuko.

Filma ikusi ondoren, guregan indarra hartzen hasten da istorioa. Baliteke hasierako istorioa, gerora, aldatzea. Narrazioa hausnartu ahala, hasieran eragin zigun zer hura oso bestelakoa da, agian, orain. Istorio horrekin lan bat egiten badugu, berriz, are biziagoa izan daiteke aldaketa. Horregatik, bada, narrazioak gudan duen eragina aztertuko dugu lan honekin. Lehenik eta behin, hasierako inpresio haren freskotasuna aprobetxatuz; ondoren, lan narratiboa eta didaktikoa eginez, istorioak gudan utzi duen arrastoaz baliatzeko denbora-tarte bat igarotakoan.

Baliabideak eta metodologia

Baketik-ek bizikidetzarako zinema izeneko programa du abian, kalitatezko pelikulen zerrenda zabal batekin. Zenbait gai jorratzen ditu: giza harremanak, gatazkak, bizikidetzak, arazo pertsonalak, bakea, giza eskubideak, etika... Bi zerbitzu eskaintzen dituen programa da:

(a) Bideoteka irekia. 240 filmeko fondoa da, Baketik-eko webgunean eskuragarri dagoena. Geurekin eta besteekin etikoki bizitzarekin zerikusia duten filmen eta dokumentalen bideoteka da. Film bakoitzak gida didaktiko bat dauka gure seme-alabekin edo ikasleekin, bizitzarekin eta giza harremanekin lotutako gaiari buruz gogoeta egiteko. Gainera adin eta gaika sailka ditzakegu film guztiak, gure asmoetarako egokiena aukeratuz. Webgunean azaltzen diren film guztiak Baketik-en daude eta norbaitek pelikularen bat behar izanez gero maileguan uzten ditugu, doan.

(b) Bideokluba. Urtean 10 film eta gida didaktikoak jasotzen dituzten 170 bazkidez osatutako sarea da. Hala, bazkide bakoitzak bere bilduma osa dezake.

Metodologiari dagokionez, bi hitzetan esateko honako sekuentzia proposatuko genuke: (a) Begiratu. Sormenezko baliabide bat jorratu, hau da, film bat. Modu honetan zerbait ikusi eta landu daiteke gugandik at (b) Pertsonalizatu. Galdera eta beste baliabide batzuen bidez gureganatu egiten dugu gaia. Norberak, banaka, bizi behar du landu nahi den hori. (c) Partekatu, besteekin azaldu. Aurreko ataletan ikusitakoa eta sentiturikoa hitzez adierazten saiatzen gara, azkenik.

**IKASKIDE TALDEA, HUHEZI-Mondragon Unibertsitatea
NIK irakastetik BERAK ikastera**

**Eskola libre
eta demokratikoak**

Ikaskidetza, elkarrekin ikasten

Hezkuntzan marko aldaketa bat dute helburu HUHEZIKo lagunek: paradigma berri bat proposatzen dute, zeinetan irakasleak irakatsi beharrean, ikasleek aktiboki, elkarrekin eta intenzionalki deskubritu, interpretatu eta sortuko dituzten ezagutzak. Alegia, ikaskidetzan oinarrituriko hezkuntza-eredua izango dute hizpide ikastaroan.

Eta, ikaskidetza sustatzeko eta zer den azaltzeko, kontzeptu hori praktikan jarriko dute Donostian uztailaren 1etik 3era emango duten saioan. Horrela, ikaskidetzan oinarrituriko testuinguru bat sortuko dute, zeinetan

hausnarketa partekatua erabiliko duten “bizitako esperientziaren estrategia eta helburuak identifikatzeko”.

Ildo horretatik, hausnarketarako hainbat puntu proposatzen dituzte: zer egiten du irakasle batek bere ikasle guztiek ikas dezaten? Nola antolatu ikasteko testuinguru hori? Nola eta zergatik sustatu elkarren arteko laguntzak? Izan ere, proposatzen duten marko aldaketak “irakaslearen egitearen oinarritzko definizioaren eraldaketa dakar”.

Ikastaroa hezkuntza-arautuko maila guztietako irakasleei zuzendua dago.



Ane ABLANEDO LARRION

IRAKASLEA ETA PSIKOTERAPEUTA

Heziketa, gizarte-eredu berria sortzeko giltza

Hezkuntza-sistemaren gainean hausnarketa egitea proposatzen du Ablanedok bere ikastaroan. *Eskola libre eta demokratikoak: Etorkizuneko gizartearen alda dezakeen heziketa eredu* izenburupean, Donostian emango du saioa uztailaren 1etik 3ra, eta Bilbon, berriz, uztailaren 6tik 8ra.

Ablanedoren ustez, gizarte-sistema jakin baten parte da hezkuntza-sistema, eta ezin daiteke haren “balio eta helburuetatik aparte ulertu”. Are gehiago, “sistema mantenduko duen herritarra fabrikatu eta doktrinatzeko eginkizunean hezkuntza-sistemak daukan zeregina funtsezkoa eta ezinbestekoa da”.

Horretatik, egungo hezkuntza-sistemaz gogoeta egitea proposatzen du, “helduen eta haurren arteko harreman osasuntsuagoa ekarriko duen eskola demokratikoa sortze aldera”, zeinetan protagonista haurra izango den.

**ANNA TARDOS eta JUDKA KELEMEN
Pikler-Loczy: Haurra ukitzen dugunean**

Haurra eta heldua ukitzen direnean

Askotan landu izan du Hik Hasi egitasmoak Pikler-Loczy pedagogia, baina aurten lehen aldiz hezkuntza-filosofia horren iturburu den Budapestetik bertatik (Hungaria) etorriko dira hizlariak Udako Topaketara: Anna Tardos da bata, Emmi Pikler-en alaba eta Budapesteko Pikler-Loczyko arduraduna; eta Judka Kelemen da bestea, Budapesteko Pikler-Loczyko hezitzailea. Uztailaren 1etik 3ra Donostian *Haurtxoaren gorputza ukitu, ume txikiaren gorputza ukitu* izeneko ikastaroa emango dute.

Lehenengo egunean, *Nire gorputza eta ni* izango du hizpide Tardos-

ek, eta *Koreografia, ikas daitekeena* ikasgaia emango du, berriz, Kelemenek. Bigarren egunean, *Handia naiz jada: nola zaindu nazakezu kontu handiz* izango dute hizpide, eta hausnarketarako eta eztabaidarako tartea irekiko dute ondoren. Hirugarren egunean, *Loa eta konfiantzagaia* landuko du Kelemenek, baita *Haurrak heldua ukitzen duenean* gaia ere.

Tardos-ek alemanieraz hitz egingo du eta bere esanak euskarara itzuliko dira; Judka Kelemenek, aldiz, hungarieraz hitz egingo du, eta berak esandakoa gaztelerara itzuliko da.

Pentsamendu autonomo eta sortzailea



Miren CAMISON GOIENETXEA

HAUR FILOSOFIAKO IRAKASLEA

“Umeei eta gazteei espazioak eskaini behar zaizkie”

Pentsamendu autonomoa eta sortzailea “modu esanguratsuan eraiki ahal izateko”, umeei eta gazteei espazioak eskaintzea proposatzen du Camisonnek. Eta, espazio horietan erabiltzeko metodologia gisa komunikazio enpatikoa eta talde elkarizketa proposatzen ditu, “orainean eta etorkizunean modu arduratsuan sentitzen, pentsatzen eta elkarlanean erabakiak hartzen dituzten pertsonak eta herritarrak izan daitezen”. Horretaz guztiaz ariko da Donostian uztailearen 1etik 3era emango duen ikastaroan.

Metodologia parte-hartzailearen bidez, taldean besteekin pentsatzeko, komunikatzeko, ikertzeko eta sentitzeko aukera eman nahi die Camisonnek parte-hartzaileei; horretaz gain, umeen eta gazteen pentsamendu dimentsio anizdunaren garapena ulertzeko giltzarriak emango ditu.

Ikastaroa haur eta gazteekin lan egiten dutenei zuzendua dago.

AITZIBER ESNAOLA / LARRAITZ MENDIZABAL Pedagogia sistemikoa ikasgelan

Hezitzaileak ‘bere lekua’ hartzean

Ikastaroaren izenburuak esan bezala, pedagogia sistemikoaren inguruko ikastaroa emango dute Esnaolak eta Mendizabalek. Biak Haur Hezkuntzako irakasle dira EHU; ikasketaz arkitektoa da Esnaola, eta Psikologoa Mendizabal.

Horien esanetan, pedagogia sistemikoaren kontzeptuak “hezkuntza-errealitate zabala hartzen du bere baitan”, baina arreta berezia eskaintzen dio hezitzailearen jarrerari.

Izan ere, Mendizabalek eta Esnaolak diotenez, “hezitzaileak *bere lekua* hartzen duenean, izan ikasgelan, lantokian nahiz familian, aukera ezber-

dinak” irekitzen dira ikaslearen errealitatean.

Ildo horretatik, hainbat gai landuko dituzte ikastaroan, modu teorikoa nahiz praktikoan: familiekin izan beharreko elkarizketa jarraitzeko protokoloak, dagokion lekuan egotearen azalpenak, sistema ezberdinak, ikasle bakoitzaren oinarritzko beharrak...

Bi ikastaro emango dituzte: bata, Donostian uztailearen 1etik 3ra; eta, bestea, Bilbon, uztailearen 6tik 8ra. Hezkuntzako profesionali nahiz haurrekin eta ikasleekin harremana duten guztie dago zuzendua.

ARREMANITZ KOOPERATIBA Nerabeak eta hezkidetzak

Ulertzeko eta erabiltzeko erraza

Zer gertatuko litzateke hezkuntza komunitatearen erdigunean zaintza jarriko bagenu? Galdera horri erantzuna ematen saiatuko dira Arremanitz kooperatibako kideak Donostian uztailearen 1etik 3era emango duen ikastaroan. Horretan ariko dira Edurne Mendizabal Tolosa, Axi Baglietto Gabilondo eta Ibon Arrizabalaga Demingo, kooperatibako hezkidetzak eta sexu-hezkuntza adituak.

Izan ere, horien ustez hezkuntza komunitatean tratatu ona ez dago bermatua, nahiz eta bide horretan urratsak egin diren. Ildo horretatik, hezki-

detzak pertsonen garapen osoa du helburu, eta tratatu onerako berme izan daiteke. Horretarako, nerabeekiko harremana berrikusiko dute, “nerabezeroari buruzko aurreiritzien errepaso eginez eta aurrera begirako irizpide hezkidetzak adostuz”.

Hainbat gai landuz egingo dute ariketa hori: *Hezitzailearen beharrak: pozik al goaz lanera?*, *Neska eta mutilen beharrak: zer dakarte motxilan?*, *Lubakietatik irtenda, elkarren zaintza posible al da?* Ikastaroan teoriak lekua izango du, baina parte-hartzean eta bizipenetan oinarrituko da metodologia.

IXABEL MILLET Kamishibai tailerra

Ikaslea sortzaile bilakatzen denean

Metodologia praktikoaren bidez, Ixabel Millet idazle eta ipuin kontalaria japoniar jatorriko Kamishibai teknika erakustea du xede ikastaro honetan. "Ipuinak erabiltzeko teknika berezia da" Kamishibai: butai izeneko agertoki txiki baten bidez kontatzen dira ipuinak teknika honetan. Hala, butaia egiten, kamishibaiak sortzen eta erabiltzen irakatsiko du Milletek Donostian *Kamishibai tailerra: ipuinak ikasleek ere egin ditzaten* izenburupean egingo duen saioan, uztailearen 1etik 3ra bitartean.

Izan ere, Milleten ustez kamishibai "zeharkako bitarteko interesga-

ria" izan daiteke irakasleentzat, eta, era berean, ikasleei "sortzaile bilakatzeko aukera" ematen die. Besteak beste, tailerrean ipuina nola sortzen den azalduko du Milletek, baina baita "ahozkotasuna landuz" ipuina nola kontatu ere. Era berean, eskulanak eta marrazkiak ere landuko dituzte, horiek erabili behar baitira antzeztoa sortzeko.

"Ipuinak eguneroko jardunean daude irakaskuntzan eta helburu askotarako erabiltzen dira". Horregatik, ikastaroa hezitzaile, begirale eta "Haur nahiz Lehen Hezkuntzako irakasleei" zuzendua dago.

Nola saihestu eta kudeatu gatazkak



Nerea MENDIZABAL
PSIKOPEDAGOGOA

"Erlazioak ez okertzeko gatazkak gutxitzea da xedea"

Nola jarri mugak haurrari mehatxu, zigor eta xantaiak erabili gabe? Nola kudeatu haurraren amorrua? Zer egiten dugu gatazka egon dadin? Jarrera desegokien aurrean zer, haurrak nola ikasiko du? Zer daukagu aldatzeko? Horiei eta beste hainbat galderari erantzutea du helburu Nerea Mendizabalek Udako Topaketetan. Horretarako bi saio eman go ditu: bata, Donostian, uztailearen 1etik 3ra; eta, bestea, Bilbon, uztailearen 6tik 8ra.

Saioen helburua, azken batean, "eguneroko harremanetan helduen eta haurren artean sortzen diren gatazkak gutxitzea da, harremanak ez daitezen okertu". Mendizabalen esanetan, askotarikoak izan daitezke gatazka-iturriak: loarekin edo elikadurarekin lotuak, haurrak ez duelako eskolara joan nahi, telebistaren erabilerarekin lotuak, gauzak "behin eta berriz esan beharra kasu" egiteko...

IBON DE LA CRUZ Neure burua maitatzen

Aldaketa emozionalerako tresnak

"Aldaketa emozionala egiteko tresna praktikoak" azaldu nahi ditu Ibon de la Cruz psikologoak Donostian uztailearen 1etik 3ra emango duen ikastaroan, Hik Hasi egitasmoak antolatutako Udako Ikastaroen baitan.

Abiapuntuan galdera bat jartzen du psikologoak: nola sentitzen da gizaki bat normalean? "Sentimendu horri, izan segurtasuna, etsipena, beldurra edo gozamina, ikasitakoa da. Gure prozesuak hein handi batean eraiki egiten ditugu, askotan modu inkontzientean. Eta, dakigunez, ikasitakoa ber-ikasi daiteke".

Zentzu horretan, irakasleek egite-

ko asko dutela uste du Ibon de la Cruzek. Eta, ber-ikasteaz mintzo denez, ikastaroa etorkizunera begirakoa dela dio: "Ez da izango atzera joateko bidaia. Etorkizunari begirada ausarta eta positiboa izango da".

Helburua aldaketa emozionala da, "norberak bere burua maitatzen ikastea". Horri, oinarritzko beharra deritzo psikologoak.

Ikastaroa praktikoak izango da, eta umorean oinarritua egongo dela aurreratu du de la Cruz-ek, "beti bezala". Izan ere, psikologoaren ustez "barrea tresna paregabea" da gisa honetako langetarako.

Harpidetza bakoitzarekin,
are independenteago

ARGIAK eta EUSKAL HERRIAK

mugarik ez

Mugak sortzen dituen gastuak **gure gain** **hartu ditugu**

ARGIA n lurraldetasuna eta berdintasuna ditugu oinarri. Mugarik gabeko Euskal Herria dugu ipar eta herrietatik, harpidetzen tarifak bateratzea erabaki dugu.

ARGIAren balioak praktikara ekarri eta estatuen korreo sistemek aortutako kostuen diferentziak gure gain hartu ditugu. Euskal Herriko herritar denek baldintza berak izan ditzagun.

Gure konpromisoaren koloreekin, Euskal Herria margotzen jarraitzea baitugu orronka.

ARGIA astean behin jasotzeko aukera:
hilean 12 euro baino ez*

ARGIA hilean birritan jasotzeko aukera:
hilean 7 euro baino gutxiago**

ARGIA hilean behin jasotzeko aukera:
hilean 4 euro baino gutxiago***

*ARGIA astero: 115 euro urtean.
Ordainketa urtean behin edo bi zatitan egileko aukera.
16 zerbaki + 11 Larrun eta Urteku.

** ARGIA hilean birritan: 77 euro urtean.
Ordainketa urtean behin. 22 zerbaki + 11 Larrun.

*** ARGIA hilean behin: 41 euro urtean.
Ordainketa urtean behin. 11 zerbaki + 11 Larrun.

ESKAERAK

☎ 943 371 545 | harpidetza@argia.eus | www.argia.eus/harpidetza

argia

MARINA PINTOS

Yoga eta kontzentrazio teknikak eskolan

Zoriontsu izaten ikasteko tresnak

Irakasle edo hezitzaile izatea ez da erraza, Marina Pintos yogako irakaslearen ustez. Izan ere, berezko lanaz gain, ikasleen kontzentrazio eza, dispertsioa, motibazio falta, emozio aztoratuak eta jarrera desegokiak presente baitaude. “Horrek guztiak irakasleen osasunean eragin dezake, estresak sistema immunologikoa malkaltzen baitu, gaitz fisiko eta psikologikoak sortzeko arriskua areagotuz: urduritasuna, lo egiteko arazoak, min muskularra, kontzentrazio falta, tristura, depresioa, etab.”. Yogako hainbat teknikak eragin horiek arintzen

eta bideratzen laguntzen dute, eta horriek irakatsiko ditu Pintosek uztailaren 1, 2 eta 3an Donostiako EHuko Irakasle Eskolan eta 6, 7 eta 8an, Leioako EHuko Irakasle Eskolan. Teknika horiek edozeinentzat dira baliagarri. Horrexegatik, irakasleek eurentzat erabiltzeaz gain, ikasleekin ere aplikatzeko modukoak dira: “Beraien kontzentrazioa handitu egiten da, lasaitasuna ezarri, adimenaren gaitasunak bizkortu, portaera hobetu eta ikasketarekiko jarrera baikortu”. Xede horrekin, osasuna indartzeko teknikak, zoriontasunera iristeko ba-



liabideak, arnasketa prozesua, emozioak askatzeko teknikak, kontzentrazio ariketak eta bisualizazio teknikak landuko ditu Pintosek saioan.

ALVARO BEÑARAN

Haurren garapena psikomotrizitatearen ikuspegitik

Ekintza, mugimendua eta jolasa

Haur Hezkuntzako profesionali edo haur txikiaren garapenaz interesa duen edonori zuzenduta, *Haur Hezkuntzako haurren garapena ulertzea*, psikomotrizitate praktika-
ren ikuspegitik” izeneko saioa eman-
go du Alvaro Beñaran psikomotrizis-
ta eta pedagogoak uztailaren 6, 7 eta
8an Leioako Irakasle Eskolan. Bere
esanetan, haurren garapena proze-
su bat da eta umea ezin da ulertu edo
hauteman argazki finko bat balitz be-
zala: beti berdina eta aldaezina. Kon-
trara baizik: “Haurra pixkanaka alda-
tzen doa, eta hala osatzen du bere hel-

dutasunerako prozesua. Horrek esan
nahi du, haur bakoitza aldatzen doan
heinean, hezitzaileak ere bere jarrera
egokitu behar duela, umearen gaita-
sun berriak kontuan hartuz”. Prozesu
horretarako guztirako haurrak baliabide
nagusi bat du, psikomotrizitate-
ten iritziz: bere gorputza eta mugi-
mendua, alde batetik, eta ekintza eta
jolasa bestetik. Psikomotrizitate prak-
tika oinarri horren gainean eraikitzen
da eta prozesu horren guztiaren ga-
koak eskainiko ditu Beñaranek ikas-
taroan, hau da, ekintzak, mugimen-
duak eta jolasak haurren identitate-



aren eraikitze-prozesuan duten ga-
rrantziak jardungo da, umea etapaz
etapa aztertuz: 0-1ean NAIZ, 1-3an NI
NAIZ, eta 3-6an NI NAIZ NESKA-MU-
TILA.

Eskola emozionala



Oihana MEABE ARRILLAGA
TERAPEUTA

“Potentzialak sendotzen ikasiko dute”

Kinesiologiako test muskularraren eta beste hainbat teknikaren bidez, “potentziak indibidual eta bakarra sendotzen” irakasten die Oihana Meabek ikastaroko parte-hartzaileei, “konpentsazioak askatuz, eraldatuz eta integrazio fisiko-energetikoak, mental-emozionalak eta espiritualak aurkituz”. Saioa Donostian izango da, uztailaren 1etik 3ra, eta “emozio mugatzaileak errealitate baikor eta sortzaile batean bihurtu nahi dituztenei” zuzenduta dago.

Teoria eta praktika tartekatuko ditu horretarako, eta Aukeran zentroak sorturiko materiala erabiliko du, besteak beste.

Horrela, ikastaroak iraungo duen hiru egunetan *Bizitzaren zentzua, Eredu energetikoen funtzionamendua, Garunaren Funtzionamendua eta argi-eremuak, Estresa disolbatzeko tresnak, Kontzientzian gertatzen ari zaiguna...* gisako gaiak landuko dituzte.

JASONE IRIGOIEN LOINAZ

Espresso tailerra: Sortuz sentitu-Sentituz sortu

Sormena eta artea, sendabide

Jasone Irigoien sortzaileak emozioekin egingo du lan ikastaro honean, beti ere sortze-prozesua oinarritzat hartuta. Emozioak bideratzen eta azaleratzen ikasteko, hainbat elementu erabiliko ditu, hala nola pintura, zeramika, eskultura, goputz espresioa, erlaxazioa... Izan ere, Joseph Beuys-en hitzak gogora ekarriz, “sortzea, artea bera, sendabidea da”, azpimarratu du Meabek.

Bere hitzetan, eta oraingo honean Jung-en esanak ekarriz gogora, “sozialki egokiak ez diren norbere ezaugarri eta emozioak baztertu egiten ditu gizakiak, inkontzientean gor-

de”, baina “itzala deritzon horrek nahi gabe baldintzatu edo mugatu gaitzake”. Emozio horiek azaleratzea eta horien kontzientzia hartzea lortuz gero, jokamoldeak eta egoerak ulertu eta aldatu daitezkeela uste du Meabek; hori irakatsiko du Donostian uztailaren 1etik 3ra emango duen ikastaroan. Izan ere, “tailer honen helburua sormenaren laguntzaz parte-hartzaileen emozioen eta jokaeren kontzientzia hartzea eta norbere potentziala berreskuratzea da”.

Bere esanetan, ikastaroan sentitu eta bizi izandakoa “lanabes bilakatu da haurrekin lan egitean”.

AITOR ZENARRUZABEITIA

Alfabetomotrizitatea

Lau diziplina txirikordatzen

“Grafomotrizitatea, dramatizapena, musika eta psikomotrizitatea txirikordatzen dituen eskumuturreko” baten gisara irudikatzen du Aitor Zenarruzabeitiak Alfabetomotrizitatea. Eta, “4D betaurrekoak bagina bezala”, ikastaroko parte-hartzaileak gai izango dira ikasgelan “lau arlo horien azpi-prozesuak jarduera berebetean ikusteko”. Hain zuzen ere, ikastaroa Donostian izango da, uztailaren 1etik 3ra.

Grafomotrizitatea lantzeko, *Idazketarako eskua erabiltzea lantzen* saioa gidatuko du Zenarruzabeitiak. Besteak beste, sorbalda, ukon-

doa eta eskumuturra askatzeko ariketak egingo dituzte. Dramatizapena joratzeko, aldiz, *Abozko hizkuntzarako gorputz eta abotsaren adierazpena* saioa antolatu du, eta ahoskera eta doinukera lantzeko komiki bizidunak erabiliko dituzte, kasu. Musika, berriz, *Erritmo horizontala eta tonu-harmonia bertikala orkestratzen* saioan landuko dute.

Eta, azkenik, psikomotrizitatea lantzeko *Gorputzaren ongizate toniko-bestikularra, zentzu-motorea eta irudikatzea* saioa emango du. Dan-tza izango da arlo hau lantzeko bitartekoetako bat.

atzeko atetik



Urko AROZENA

Musikeneko irakaslea

Goizeko hamaikak. Kafe bat hartu nahian nabilela, lehen zalantza azaldu da: bidezko merkataritzakoa aukeratuko dut, ala merkexegoa dena? Azukre zuriz ala stevia naturalez gozatuko dut? Esnea Euskal Herriko behiren batena ote da? Eta zer jaten ote du behiak? Baserrian hazitakoa ala haztegi handi horietako batekoa ote da?

Makina begira daukat, zain. Badirudi horrelako galderak egiten dituzten bezero asko dauzkala, baina ez du laguntzen erantzunetan... Galderak datozkit, behiaren ingurukoak: pozik bizi ote da? Zer pentsu jaten ote du, merkea ala bidezko merkataritzakoa? Behiaren osasun emozionala eta energetikoa zainduko duena, ala arduradunaren interes ekonomikoen arabera?

Une batez, makinak harridura azaldu duela iruditu zait... Makina bat da, ezinezkoa!

Sosak hartu bidenabar, galderak eta galderak: eta belarra? Zer ongarriekin

Koherentzia

indartu ote dute? Zer egoeratan zabaldu ote du baserritarrak? Zer neurritan, belarrarekiko errespetuz, lurrarekiko errespetuz ala teknikariak, multinazionalen esanei fin jarraituz, aholkatzen dituzten basakeriak eginez?

Eta belar-hazia? Noren eskuetatik pasatu da hazia? Baserritarrak kontzientzia guztiarekin bere arbasoek egiten zuten eran zaindu ote du, ala Monsanto eta horrelako terroristen esku ote dago?

Kafe honek kalte egingo didalakoan nago...

Eta baserritarra? Errespetatua sentitzen ote da? Gizarte honek lehen sektore deritzon horrekiko errespetu minimoa azaltzen duela iruditzen ote zaio? Egiten duen lanak (gu guztiok ekologikoki elikatzea, maitasunez zaindutako barazkiak eta belarrak eskaintzea...) merezi duela uste ote du?

Nire ezbaian murgilduta, atzealdean mugimenduak nabari ditut. Makina erabili nahi duten beste bezero batzuk azaldu dira. Txanda utzi diet haiei, hausnarketaren muinera iristeko behar dudana denbora errespetatzeko asmoz.

Makinak ez du muzinik egin. Makina bat da. Ez du jarrera bat edo bestea hartzen; aginduak betetzen ditu, ez du zalantzarik.

Nire baitan, belar-hazia haurrak bezala ikusten ditut: inozenteak, etorri be-

riak. Orain, baserritarra, teknikaria eta makina gu geu gara, eta gure barrura zer, noiz eta nola sartu erabaki genezake. Gu gara, irakasle eta guraso zereginetan, lurra nola zaindu edo lurra zainpatu erabaki genezakeenak; gure seme-alabak eta ikasleak maitatuko eta onartuko ditugun eta duintasunez eta errespetuz lagunduko diegun, ala haiek eta gu kontuan hartu gabe eta beldurrean oinarrituta gizarte makina zintzoak izan daitezten lagunduko dugun erabaki behar dugunak. Ikaragarri lagundu genezake, maitasunaren aldeira lerratzen bagara. Zirrarak ditugu bidelagun.

Duintasunez eta errespetuz, jarrera argi bat hartzea erabaki dut. Kafea hartzea ez zait komeni, urduri jartzen nau, egun osorako daukadan energia lehenago kontsumiarazten dit; gainera, egunaren amaieran pazientzia gutxiagotut. Maite ditudanei maitasuna adieraztea zailago egiten zait.

Nire bizitza da. Nire esku dago. Nire ardura da.

Ni nirekiko koherentea izaten saiatzen banaiz, koherentzia horretara gerturatuko naiz. Ni koherentea banaiz, ingurukoak koherenteagoak izan daitezten lagunduko dut, haiek hala nahi badute.

Hara, bada! Kafea hartzeko denbora pasatu zait!

“Teoriak eta estatistikak ahantzi eta aurrean dugun haur horrek zer behar duen behatu behar dugu”

Myrtha Chokler



TXINDOKIKO ITZALA

ABENTURAZKO
EKINTZAK
IKASTETXEAK
TALDEAK

Lehen hezkuntza,
bigarren hezkuntza
eta batxilergoko
ikasleei egokitutako
ekintzak dira.

ESKALADA IKASTAROAK

Amezketako Zazpiterriko eskalada eskolan kirol
distiplina hau praktikatzeko aukera bikaina da.

ABENTURA PARKEA

Segurtasun osoz, ume eta gazteak zuhaitz
batetik bestera joko desberdinen bidez ibiliko
dira: zubi nepaldarrak, tirolinak, kulunkak...



ORIENTAZIO IBILBIDEA

Mapa baten laguntzaz,
bidean markatutako
puntu guztiak topatu
beharko dituzte joko
gainditu ahal izateko.



MENDI IBILBIDEAK

Aralarreko Natur Parkeko tontor, txoko eta
altxorrak ezagutzeko aukera izango dugu.

Larraitz auzoa, Abaltzisketa
info@txindokikoitzala.com

628 947 253

WWW.TXINDOKIKOITZALA.COM



**Myrtha Chockler
(Argentina)**



**Teresa Godall
(Katalunia)**



**Xabier Tapia
(Euskal Herria)**

‘Haurraren autonomia’ jardunaldiak urrian

Urriaren 16an Bilbon eta 17an Donostian

Urtero bezala, aurtengo udazkenean ere, Haur Hezkuntzakoentzako jardunaldiak antolatuko ditu *hik hasi*-k. “Haurraren autonomia” gaia hartuta, hainbat arlo jorratuko dira.

- Myrtha Chokler psikomotrizista eta Psikologian eta Fonoaudiologian doktore argentinarra izango da jardunaldietako gonbidatu nagusia.
- Xabier Tapia psikologo klinikoa.
- Teresa Godal Bartzelonako Unibertsitateko Irakasle Eskolako irakaslea. Emmi Pikler pediatriaren ikertzailea.

Informazio osoa eta izena emateko aukera, iraillean,

www.hikhasi.eus helbidean