

HEZKUNTZA EMOZIONALA

I K A S T E T X E A N

Hezkuntzak prestakuntza tekniko, zientifikoa eta profesionala nahiz ametsak eta utopia behar ditu.

Paulo Freire



Hezkuntza emozionala ikastetxean

Emozioen eta sentimenduen mundua pertsonen zati bat da, eta garapen kognitiboarekin batera pertsonaren prestakuntza integralaren funtsezko bi elementuak dira. Hala eta guztiz ere, urte askotan zehar ikasleen adimen kognitiboaren garapenaz gehiago arduratu da eskola, zenbaitetan ikuspegi emozionala eta sentimenduen mundua bazter utziz.

Bizi garen gizartean arrakasta izateko jadanik ez da nahikoa titulu akademikoak lortzea eta adimen-koziente handia izatea, bitzta profesionalean eta bitzta pertsonalean arrakasta izateko, gainera, beste trebetasun eta kompetentzia mota bat ere beharrezkoa da. Beste trebetasun mota hori da konpetentzien eta adimen emozionalaren kontzeptuan bilduta dagoena.



Agerikoa da ikasgelan lehen etapetatik adimen emozionalaren garapen zuzena landu behar dela, adimen kognitiboarekin batera arrakastarik handiena ahalbidetuko dien armarik onenak eman eta helduen bizitzari aurre egiten dakiten eta aurre egin ahal izan diezaioten pertsonak prestatzeko.

“Arrakasta ez dago soilik adimen kognitiboaren mende, izan ere, arrakastaren ehuneko handi bat adimen emozionalaren garapen egokiaren mende baitago”.

Adimen emozionala

ADIMEN EMOZIONALA gure sentimenduak eta besteenak errekonozitzeko, gure burua motibatzeko eta gure buruarengan eta gure harremanetan emozioak ondo erabiltzeko gaitasunari dago lotuta, horrek **ELKARBIZITZA POSITIBOA** ERRAZTEN BAITU denontzat.

Gaur egun, hainbat azterlan zientifikok frogatu dute gizarte-harreman hobeak dituzten, beren lana hobeto egiten duten eta, oro har, bizi-kalitate hobeak duten pertsonak ez direla nota akademiko onenak lortu zituztenak, baizik eta trebetasun mota hori neurri handiagoan garatu duten pertsonak.

ADIMEN EMOZIONALAREN KONTZEPTUAN BILDUTAKO TREBETASUNAK.



Hezkuntza emozionala ikasgelan sartzea

Garrantzitsua da funtsezko ikaskuntzak berriro bideratzea, oinarrizko kompetentzien eskuraketan oinarrituta. Planteamendu horrek HEZIBERRIren hezkuntza-eredu pedagogikoaren Esparrua du abiapuntu, gure ikasleak ingurune partikularretik unibertsalerraino bizitzeko ondo prestatuta egoteko kompetentzietan oinarritzen den eredu, hain zuzen ere. Zehazki, zeharkakoak eta espezifikoak diren kompetentziak ditu oinarri.

Ikasgelan hezkuntza emozionala emanez honako zeharkako kompetentzia hauek gara daitezke:

Hitzezko komunikazioa, ez-hitzezkoa eta digitala.

Ikasten ikastea eta pentsatzeko ikastea.

Elkarrekin bizitzea

Ekimenerako eta espiritu ekintzailerako kompetentzia.

Izaten ikastea.



Zeharkako kompetentziak

Keinu txikiak, lorpen handiak

Ikasgelan hainbat errutina berri sartuz hezkuntza emozionala txerta dezakegu, era horretan batez ere zeharkako kompetentzien eskuraketa indartuz eta ikasleentzat eredu izanik:



Hasi edo amaitu eguna ikasleen emozioei eraginez



INTERESATU IKASLEEI GERTATZEN ZAIENAZ

Egunean 15 minutu erabil daitezke ikasleen artean galdeketa txiki bat egiteko, nola dauden interesatuz. Dena ondo baldin badago... ikasleek ohitura hori barneratuko dute eta beren emozioak azaltzeko eta bestekiko interesa izateko gaitasuna garatuko dute.



SORTU KONTZIENTZIA EMOZIONALA

Lagundu ikasleei, adierazten dituzten emozioak definitzen dituzten hitzak esanez. Kontzientzia emozionalak behar duguna eta nahi duguna edo nahi ez duguna aurkitzen laguntzen digu, eta garrantzitsua da helburuak bilatzeko.



ENTZUTEN IRAKATSI

Ikasleek besteek hitz egiten dutenean isilik egoten jakin behar dute, baina ez da hori bakarrik, izan ere, entzute aktiboa izan behar baitu, aurrez aurrekoa, eta esaldiak "ulertu al duzu?", "ados al zaude esan dudanarekin?" eta antzeko galderekin amaituz.



Izan enpatia eta jarri arreta emozionala beti



Komunikazioa funtsezkoa da konfiantza-giro egokia sortzeko; irakasleak ikaslearekiko enpatia azaltzen badu ikaslea gehiago motibatuko da eta portaera ez hain desafiatzaileak izango ditu, eta portaera egoki horiek ez dira zigorren ondorio izango, arauak ulertzearen eta arauak ez betetzeak besteentzat izan ditzakeen ondorioez jabetzearen ondorio baizik. Adibidea: ikasleek ulertzen badute pasilloetan ezin dela korri egin istripu bat sor dezakegulako eta horregatik ondorio edo zigor bat izango delako, araua gehiago errespetatuko du zigor bat jarriko dela bakarrik esaten bazaio baino.



Gogoan badugu ikasleak ikastetxean ordu asko igarotzen dituela eta uneren batean arretari eustea kosta egingo zaiola, egoera horri jarrera askoz enpatikoagoarekin aurre egin ahal izango diogu. Garrantzitsua da ikasleei klasean zehar nola sentitzen diren galdetzea, beti babesa ematea, eta sentitzen dutenarengatik ez epaitzea. Egoera horrek beren emozioak naturaltasunez adieraztera eramango ditu. Ikasleek larritasuna, herstura, beldurra eta abar azaltzen duten sentimenduak adierazten badituzte, transmititu ikasleari segurtasuna, babesa eta malgutasuna. Horretarako erabili hizkuntza positiboa, ondo sentiaraziko duena.

Irakatsi balizko ikuspegiak ulertzen eta gatazkak konpontzen

Garrantzitsua da sor daitezkeen gatazkak aprobetxatzea, horiek eguneroko bizitzako zati direla azaltzeko. Ez dira ez onak, ez txarrak; naturalak eta arruntak dira gizarte-harremanetan, eta zenbaitetan, besterik gabe, ikuspegi desberdinen ondorio. Beharrezkoa da ikasleek gatazkak konpontzeko trebetasunak eskuratzea eta edukitzea, eta irakasleak kurtso batetik bestera aldatu arren ikastetxearen barruan denak bat etortzea.



Gatazka, gure eguneroko bizitzaren parte da, pentsatzeko eta jokatzeko modu ezberdinak dituzten pertsonak garenez gero.



Sartu begirada estimatzailea eta une bakoitzean sustatu haien autoestimua

Gogoratu lotura ikasle guztiekin landu behar duzula, hau da, ikasle bakoitza ezagutzea, begirada estimatzailearekin begiratu ahal izatea, gaitasun txikiren bat dutela ikusi ahal izatea, jokabide disfuntzionalek zentzua badutela, eta abar.

Neska eta mutil bakoitzak badu talenturen bat. Batzuk pinturan nabarmentzen dira, beste batzuk matematikan eta beste batzuk literaturan. Zer egin behar da kasu horretan? Neska edo mutila nabarmentzen den adar horretan ahal den neurrian indartzea.



Hainbat azterlanek frogatu dute garunean nagusi den aldearen arabera pertsonaren gaitasunak desberdinak direla. Ezkerreko aldea nagusi denean pertsona arrazionalagoak, analitikoagoak, ordenatuagoak eta detailezaleagoak aurki ditzakegu. Aitzitik, garunaren eskuineko aldea nagusi denean pertsona intuitiboagoak, sortzaileagoak, ameslariagoak eta enpatikoagoak dira. Hainbat jardueraren bitartez bi aldeak indartu daitezke eta indartu behar dira, era horretan oreka aurkituz; dena den, hori jakinda errazago uler daiteke ikasleek zergatik dituzten motibazio desberdinak.

Transmititu emozioarekin

Emoziorik ez duen ezer ez da baliagarria gure ikaskuntzan. Ikasleei jakin-minaren atea zabaldu behar zaizkie. Klasea ikasleak esnatuz hasi behar da. Begiak zabal-zabalik dituztela begiratu behar zaituzte, honako hau esan dezatela da auzia: "Ohhh!"... Irakasteak hunkitzea, ikasleen arreta barnetik erakartzea esan nahi du, eta klase bat hasteko modua instrumentatzea posible da: probokatzailea izan behar da, jakin-mina piztu behar da adinari, eguneko orduari eta organismoaren aldarteari dagokienez.



*Irakastea **emozionatzea** lortzea da.*

Irakasleentzako baliabideak



www.consorciointeligenciaemocional.org

Lankidetzan berrikuntzari ekiteko komunitate irekia, gizartearen ongizatea eta eraldaketa bultzatzeko pertsonen, ekipoen, erakundeen eta ingurune emozionalki adimendunen garapenaren bitartez.



www.ararteko.net

Gure eskubideak. Euskarazko hezkuntza-materialak, euskarazko eskubide-konbentzioan oinarritzen direnak.



www.irale.hezkuntza.net/web/guest/emozioak

Emozioei buruzko euskarazko hiztegia.



www.mintzaira.wordpress.com

Blogak emozioak lantzeko koaderno bat dauka.



www.loreka.com

JOLASBIT. Haur-hezkuntzan (0-6 urte), hala ikastetxeetan nola familian, teknologia berriak hezkuntza-baliabide gisa erabiltzeko aplikazioa da. Aplikazio honetan puzzleak, formak eta siluetak dituzten jolasak, gorputz-atalak, urtaroak, emozioak lantzeko soinuak eta abar aurki ditzakegu.



www.fotogramas.es

Emozioak lantzeko 10 film gomendatzen ditu.

Esteka: <http://www.fotogramas.es/peliculas-para-ninos-cine-infantil/10-peliculas-para-desarrollar-la-inteligencia-emocional-de-tus-hijos>



www.amagalma.eus

Kultura arteko gune birtuala da, kultura-artekotasunaren alde lan egiten dugun era askotako erakunde publikoen eta pribatuen baliabideak, esperientziak eta lana partekatzeko.



TXORIERRI ETOARBIDEA

Helbidea: Txorierri Etorbidea 9, bajo
48160 - Derio (Bizkaia)

Tel.: 94 454 03 50

Fax: 94 454 27 38

E-posta: ekt@txorierri.eu

Informazio gehiago:

www.e-txorierri.com