

PORTAERA ASERTIBOA haurtzaroan Jardunbide egokiak FAMILIAN



Aurkezpena

Esku-hartze Komunitarioko Zerbitzuak, herritarren artean, osasuna sustatzeko eta biztanleriaren bizitza kalitatea zein gizarte ongizatea hobetzeko helburua dauka. Horretarako, **ADIMEN EMOZIONALA ETA BIZIKIDETZA** Programarekin, haurrak direnetik beren adimen emozionala garatzeko gai izan daitezela eta bizitza kudeatzen ikas dezatela lortu nahi du. Beren buruarekiko kontzienteago izateko modu kreatiboak ikasiz, gatazkei aurre eginez, emozioak erregulatuz, modu kritikoan pentsatuz, eta horrela, bizi diren gizarteko kide aktibo eta arduratsuak izateko baliabideak dituzten pertsona helduak izatera iristea dauka helburu programak.

ASERTIBITATEAREN gaiari dagokionez, 4. mailan, tailer praktiko bat egin da, bertan Ikasleek beren iritziak eta eskubideak defendatzeko eta kritikak besteak mindu eta eraso gabe egiteko trebetasunak ezagutu eta eskura ditzaten lortu nahi izan da.

FAMILIAN ikasten direnez bizitza osoan izango ditugun ohitura eta balio gehienak, garrantzitsua da familiak ikastetxean egiten den lan horri babesa ematea.

Elkarreragin-estilo asertibo bat sustatu behar dugu gure haurrengan. Funtsezkoa da adingabeak iritziak emateko eta beren burua defendatzeko trebetasunak edukitzea eta, aldi berean, tolerantzak izatea eta gainerakoak errespetatzea.



Asertibitatea

Pertsonen arteko harremanetan, **OINARRIZKO HIRU JOKABIDE ESTILO** daude:

Estilo PASIBOA



Ez dituzte beren interesak defendatzen, eta ez dituzte beren benetako sentimenduak eta iritziak adierazten. Gainerakoak ez gogaitzen saiatzen dira, eta gainerakoek eskubideak beren eskubideen gaineratik jartzen dituzte. Ez dute gainerakoek arbuiorik jasotzen, baina gainerakoak aprobetxatu egiten dira. *Adibidez: Juliaren lagunek jostailuak hartzen dizkiote behin eta berriz, eta Juliak ez die ezer esaten, batzuetan gustatzen ez bazaio ere.*

Estilo OLDARKORRA



Kontrako estiloa da; adingabeek beren interesak defendatzen dituzte beste orenen gaineratik. Beren sentimenduak, ideiak eta iritziak inposatzen dituzte. Beren eskubideak gainerakoek baino garrantzitsuagotzat hartzen dituzte. Iraindu, mehatxatu eta jo egiten dute. Inork ez ditu zapaltzen, baina inork ez ditu ondoan nahi izaten. *Adibidez: Daniel 8 urteko haurra da, eta lagunak kikildu eta mehatxatu egiten ditu. Era horretan, nahi duena lortzen du haiengandik.*

Estilo ASERTIBOA



Erdibideko estiloa. Hurrek beren eskubideak defendatu eta beren helburuak lortzeko ahaleginak egiten dituzte, baina gainerakoak kaltetu gabe. Beren eskubideak eta gainerakoek errespetatzen dituzte. Zintotasunez jokatzeko dute, eta segurtasuna agertzen dute beren buruarengan. *Adibidez: Juliaren kasuan, honako hau esan beharko lieke lagunei: "jostailua nirea da eta nik daukat orain". Daniekek, berriz, lagunekin harremanak ezartzeko beste era batzuk bilatu beharko lituzke.*

Haurrak asertibitatean heziz gero, autoestimua egokia garatuko dute eta gizarte-harreman onak izango dituzte.

Portaera asertiboa sustatzeko, erakutsi behar diegu...

😊 BEREN IRITZI ETA ESKUBIDEAK GAINERAKOKAK KALTETU GABE DEFENDATZEN

Adingabeek beren interesak defendatzen eta beren sentimendu edo iritziak zintzoki adierazten ikasi behar dute, gainerakoak gogaitu gabe eta gainerakoen eskubideak norberaren eskubideen gainetik edo azpitik jarri gabe.

Erasotzen edo min ematen badiote, adingabeak bere jarrera agertzen eta beren nahigabea, mina edo nahasmendua adierazten ikasi behar du, eta irmotasunez eta erabakitasunez eskatu behar du bakean utz dezaten.

😊 NORBERAREN HUTSEGITEAK ONARTZEN

Gure seme-alabek irabazteko eta beti arrazoia izateko joera izango dute beti. Zenbaitetan gure hutsegiteak onartzea ona dela (hutsegiteetatik ikasi egiten baitugu) eta barkamena eskatzea gatazkak konpontzeko negoziazioaren parte dela azaldu behar diegu.

😊 “NI” MEZUAK ERABILTZEN

“Ni” mezuak lehen pertsonan erabiltzen direnak dira, hau da, “ni” izenordainarekin. Era horretan, gure seme-alabek gainerakoak salatu gabe adieraz ditzakete beren sentimenduak.

1. *Gertatutakoa adierazten dut:* NI zuekin jolastu gabe geratu naiz.
2. *Nire sentimenduak adierazten ditut:* NI triste sentitzen naiz jolasterik izan ez dudalako.
3. *Nire nahiak eta proposamenak:* Aurrerantzean zuekin jolasten uztea gustatuko litzaidake.

