

## Harreman osasuntsuak eraikitzen

**Autor:** Ezenarro Aranburu, Ander (Maestro. Especialidad Educación Física).

**Público:** Lehen Hezkuntza. **Materia:** Bizikidetzeta. **Idioma:** Euskera.

**Título:** Harreman osasuntsuak eraikitzen.

### Resumen

Artikulu pertsonen arteko harremanen ingurukoa da. Batez ere ikasle eta irakasleen arteko eta honen garrantzia ikaslearen ikaste prozesu integrala bermatu ahal izateko. Aurreiritziez oinarritutako harremanak ikaste-irakaste prozesuan eragin suntsitzailea izan dezake ikaslearengan. Hori ekiditeko harreman osasuntsuak sustatu behar dira irakasleen eta ikasleen artean aurreiritziak alde batera utzita. Horretarako irakaslearen papera bere biziko garrantzia du, ikaslearen emozioak eta sentimenduak interpretatzen jakin behar ditu ikaslearen beharrak asetzeko eta horren ondorioz ikaste prozesu eraginkor bat bermatzeko.

**Palabras clave:** komunikazio asertiboa, harreman osasuntsuak eraikitzen, gatazken kudeaketa.

**Title:** Building healthy relationships.

### Abstract

The article is about people's relationships. Especially between students and teachers and their importance in order to guarantee the student's comprehensive learning process. Preventive relationships can have a destructive effect on the learning process during the teaching process. In order to prevent this, healthy relationships must be promoted as opposed to prejudices between teachers and students. To do this, the teacher's role is of vital importance, he must know the emotions and feelings of the student to meet the needs of the student and, as a result, to ensure an effective learning process.

**Keywords:** asymmetric communication, building healthy relationships, conflict management.

Recibido 2019-02-01; Aceptado 2019-02-12; Publicado 2019-03-25; Código PD: 105020

Hasteko esan beharra daukat aurreiritziak edo etiketak izugarriko eragina dutela pertsonengan eta are gehiago haurrengan bai ikaste prozesuan eta baita egunerokotasunean ere. Askotan, gizakiok aurreiritzi batzuk dauzkagu besteekiko eta batzuetan horretan bakarrik oinarritzen gara besteak ebaluatzeko edo harreman bat ezartzeko. Eskoletan ere berdina gertatzen da, irakasleok haur bakoitza era desberdin batean ikusten ditugu, baina horregatik ezin ditugu modu batean edo bestean tratatu edo ebaluatu. Hots, badakigu haur bakoitzak ezaugarri bereizgarri batzuk dituela, baina horregatik epaitzeko beharra daukagu?

Orain arte pertsona baten inguruko erreferentzi bat egiterakoan, adjektibo baten bitartez egiten dugu; adibidez, berritsua, argia, langilea, umoretsua etab. Egia esan, aurreko hauek, kasu isolatu batzuetan ematen dira. Gehienetan adjektibo horiek suntsitzaileak izaten baitira: nagia, gezurtia, manipulatzaila, narrasa... honek guztiak askotan harremanetan eragina izaten dute eta askotan "efecto pigmalion" delakoa sortzen da pertsonen artean elkar ezagutzeko aukera eman gabe.

Hau dela eta, aurreiritziek izan ditzaketen eraginez kontzientzia hartu beharko genuke izaki guztiok, etiketa horiek ez dira egun batetik bestera aldatzen, bizitza osoan iraun dezaketen faktoreak baitira eta ikaslearen garapenean eraginak izan ditzakete Adibidez ikasle bati astero, egunero, momenturo, behin eta berriz alferra dela esaten badiogu, berak ere hori sinetsiko du eta azkenean pertsona alferra bihurtuko da, hots, motibazio eza ekarriko dio honek eta bere gaitasunak eta adimenak garatzeko oztopo bihurtuko dira.

Nire ustez, etiketak alde batera utzi beharko genituzke, azken finean, etorkizunean etengabe arituko gara haurrekin harremanetan eta nahi edo ez, aurreiritzi horiek nabarmenduko dira. Hau guztia kontutan hartuta, pertsonen arteko harremanez arituko naiz ondorengo paragrafoetan.

Ondorioz, esandako guztia oinarritzat hartuz, garrantzitsua al da irakasleak bere haurrekin duen harremana? Ba al du eraginik? Irakasle batek zer jarrera mota izan behar du hezkuntza munduan? Eta eskolatik kanpo bere ekintzek koherentzia bat izan behar dute? Hauexek dira burura etorri zaizkidan galdera batzuk. Irakaslearen eta ikaslearen arteko harremana berebiziko garrantzia du ikaslearen garapen integrala bermatzea nahi badugu.

Aipatu dudana bezala, ikaskuntza prozesua harremanen menpe dagoela argi dago. Norbere testuinguruko harremanen arabera izango da ikaslearen ikaskuntza prozesua. Izan ere, harremanak ikaslearen ikaste prozesuan lagundu edo oztopatu

dezake. Harremana bi aldeetakoa da, hau da, ez da noranzko bakarreakoa. Irakasleak ikasleekiko duen harremana eta ikasleak irakaslearekiko duen harremana.

Elkarren arteko harremanak influentzia handia dauka ikasleen ikaskuntza prozesuan. Beraz, etiketak jartzen baditugu ez dugu baldintzagabeko onarpena eta ulerkuntza enpatikoa sustatuko. Hau da, irakasleak ez gara ikasleen lekuan jarriko eta ikasleak ez dira irakaslearen lekuan jarriko. Ezin dugu ahaztu pertsona moduan ikusi behar ditugula gure ikasleak.

Konturatu behar gara ikasleen motibazioak eta beldurrak zeintzuk diren. Arlo emozionalean eta motibazionalan ezberdinak gara guztiok, beraz, garrantzitsua izango da gure ikasleen bi arlo hauek identifikatzea.

Emozioak publikoak dira, hau da, pertsona batek sentitzen dituen emozioak ezin ditu ezkutatu eta irakasle batek, pertsona hezitzaile den aldetik, jakin egin behar du emozio horiek irakurtzen eta horren aurrean ikasleei galderak egitea ere garrantzitsua da, zer moduz zaude? Galderaren bitartez alderdi kognitibo hori lantzen arituko gara. Gure artean gure sentimenduei eta emozioei buruz hitz egiteko gai izan beharko ginatke. Sentimenduei eta emozioei duten garrantzia eman behar diegu. Eskolan espazioak sortu beharko lirakeke sentimenduak eta emozioak lantzeko.

Ikaslearekin harreman ona badugu, ikaslearen beharrak eta nahiak zeintzuk diren jakingo dugu. Ikaslearen beharrez jabetzeko aukera izatean, erronka txikitxoak jarriko dizkiogu eta modu horretan ikaste prozesua oztopatzen duen gurpila apurtuko litzateke. Alegia, ezintasuna, porrota, segurtasun eza, auto-estimua baxua, etxeko lanak bertan behera utzi...

Gurpil hau nahi eta nahiez apurtu behar ditugu eta horretarako irakasleak ondorengo ezaugarri hauek bete beharko litzuke: zintotasuna, baldintzagabeko onarpena eta ulerkuntza enpatikoa. Beraz, ezaugarri hauek edukitzen baditugu gure ikasleekin harreman ona izatera heldu gaitzke eta modu horretan hauen ikaste prozesuan lagundu ahalko dugu. Erronka txikiak sortu behar ditugu, errealistak direnak, ikaslearen auto-estimua altxatzeko eta berak jakiteko bere erritmoa behar duela eta horretan ona dela.

Harremanak inkontzienteki negoziatzen dira, denboran zehar eraikitzen joaten dira. Zenbat eta gehiago ezagutu harremana eraikitzen joaten da. Irakasle batek gelan giro ona eta harreman onak sortu nahi baditu ikasleen kezkek, proposamenak, kezka.. bideratzen jakin beharko ditu. Oso garrantzitsua da lagun-taldean ondo integratzen laguntzea. Izan ere, pertsona guztiak ez gara berdinak eta haur batzuei beste batzuei baino gehiago kosta dakiok integratzea. Eta bizitzan sozializatzea ezinbestekoa eta aberasgarria dela kontuan hartuz haur guztiei integratzen lagundu beharko diegu. Askotan, familiari ez zaio merezi duen garrantzia ematen baina hauek hezkuntza komunitatearen parte direla kontuan hartuz, beharrezkoa izango da beraien seme-alabez informatuak mantentzea. Era honetan ikaslearen ikaste prozesua esanguratsuagoa izango da, gurasoek ere beraien kezkek, kezka edo/eta zailtasunetan lagundu ahal izango dutelako.

Beraz, irakaslearen zereginak, tutorea bategi ere, hainbat eremutan sailkatzen dira, zehazki hiru eremu ezberdinetan; Familia, Irakasle-Profesionalak eta Ikaslea. Hiru eremu horietan hainbat eginbehar ezberdin jorratu behar dira. Bertan, eremu bakoitzeko ezaugarriak kontuan hartuta.

Nork nahi du harreman desatsegin bat izatea beste edonorekin? Irakaslearen partetik zerbait eman behar dugu hori gauzatu ez dadin, hau da, gure eskuetan geratzen da haurren konfiantza irabaztea. Haur batek ikasi dezan ezinbestekoa da fidagarritasuna. Hori atxikimendurekin erlazionatzen dut nik, informazio berria jasotzeko eta sinesteko derrigorrezkoa da irakaslearen fidagarritasuna.

Orain arte jorratutako guztia harremanetan oinarritzen diren printzipioak dira, baina harremanak nola eraikitzen dira? Zoriz? Edo komunikazio berbal eta ez-berbal baten ondorioz? Komunikazioa oso garrantzitsua da harreman esanguratsua bat bermatzeko. Kontziente izan behar gara honen erabilerarekin, bera baita harremanak estutzen dituen tresna.

Komunikazioa era desberdinetakoa izan daiteke, baina denak al dira egokiak? Edo komunikazio asertiboan oinarritu beharko gara? Zertarako balio digu irakasle bezala kompetentzia hori garatzea? Komunikazio asertiboan pertsonekin lan egiten duten pertsona guztiek garatu beharreko kompetentzia dela uste dut. Azken finean, harremanetan gaude momentu oro, bai lanean eta baita gure egunerokotasunean ere. Eta hori gatazkaren abiapuntua izateko arrazoia da. Jakin badakigu gatazkak egunero gertatzen direla. Baina nola ulertu eta konpondu ditzakegu gatazkak?

Gatazka ondo bideratu ahal izateko, hitz egiten hari den pertsonak hitz egokiak erabili behar ditu, ezin du alboan duen pertsona iraindu eta gaizki sentiarazi. Egokiena hizlariak bere sentimenduak adierazteko arazorik ez izatea da. Aurrean duen pertsona nola sentitzen den konturatu behar da eta modu honetan komunikazioa asertiboa izango da, hau da elkar ulertuko dira.

Laburbilduz, helburua elkar ulertzea da eta gatazka bideratzea, errespetuz hitz eginez eta sentimenduak adieraziz. Komunikazio estilo hau erabiltzen duten pertsonak sentimendu, desio eta iritzia arazorik gabe adierazten dituzte, era zuzen batean. Besteen buruak errespetatzen ditu berearekin batera. Komunikazio asertiboa izateko, hainbat teknika daude, horietako bat mezuak lehenengo pertsonan ematea dira, **Ni**-mezuak hain zuzen ere.

Baina zer da gatazka bat? Zertarako balio digu honen inguruko informazioa? Irakaslea gatazka baten aurrean nola jokatu beharko luke? Egia al da gatazka bera prozesu bat dela? Honako galdera horiei erantzun bat emateko asmoz...

Gatazkek oso ohikoak dira eskolan eta baita kalean ere. Izan ere, pertsona guztiak desberdinak garenez (aniztasuna), gatazkek saihestezinak dira. Pertsona bakoitzak bere eskema propioak ditu eta ezin du pertsona guztiekin bat etorri.

Baina lagunen arteko gatazkek ez dira kaltegarri moduan ikusi behar. Ikuspegi positiboa bilatu behar zaio, gatazka bakoitzaren alderdi ona bilatu behar da eta bakoitzetik zerbait positiboa bilatu. Gatazkek aztertu egin behar dira eta irtenbideak bilatu. Gatazkek ikasteko prozesu moduan ikusi behar dira, era positiboan ebazten ditugunean bizikidetzazintzoa bermatzen arituko gara. Bizikidetzaz, gatazka eraikitzaileen bidez osatzen da, hots, ongi kudeatutako gatazketatik sortzen da bizikidetzaz. Beraz, gatazkek ikaskuntzarako gune moduan ikusi beharko ditugu eta ikastetxeetan denbora eskaini beharko dugu hauen kudeaketarako.

Edozein proiektutan harremanak eta helburuak komunak izanez gero, kooperazioan jardun ahal izango dugu lan lehiakortasuna alde batera utziz. Irakasleak elkarlana sustatu beharko du baliabide ezberdinak erabiliz. Komunikazioa egokia izateko: entzute aktiboa sustatu beharko da, galderak egin eta hauek argitu beharko ditugu, hitza hartu eta erantzunak bilatu beharko ditugu, besteak beste.

Batzuetan ez dugu jakingo gatazka nola kudeatu eta momentu horretan, 3. pertsona baten laguntza beharko dugu. Pertsona hau bitartekari lanak egingo ditu eta ez da komeni gatazka gertatutako momentuan bertan egondako bat izatea. Bere lana konponbidea aurkitzea izango da modu justu batean. Bitartekaria nekez izango da pertsona neutroa, izan ere, denok ditugu gure eskemak, baina alde bati arrazoia ematea saihestu beharko du. Bitartekari izateak ez du esan nahi soluzioak eman behar dituela. Honen lana pertsonen artean enpatia sortzea izango da eta ez soluzioak ematea.

Esaldi honekin amaitzea gustatuko litzaidake *“Los conflictos existen siempre, no trateis de evitarlos sino de entenderlos”* (Yutang Lin).

## Bibliografía

- Cascón, P. (2003). Educar en y para el conflicto. *Universidad Autónoma de Barcelona*.
- Eusko Jaurlaritzaz. Lehen Hezkuntzan aniztasunaren trataerari heltzeko orientabideak.
- -Martinez, B. (2003). Educación en la diversidad y cambio educativo. Donostia:
- Gipuzkoako Berriztapen Proiektuen II. Jardunaldiak.
- Muñoz, Y. Ramos, M.E. Romera, C. y GEUZ. Elkarriketarako eta eguneroko gatazkek konpontzeko gida.
- Sansinenea, P. (d.g.) Irakasle-ikasleen arteko harremanak.