

## ANTZEKOAK GARA

### Jarduera honekin, zera landuko dugu

Enpatiaren inguruan hausnartzea: zer esan nahi duen eta zergatik den garrantzitsua.

### Iraupena

Jarduera hau saio bakar batean egiteko dago pentsatuta.

### Zikloak 2 eta 3

### Aurretiazko oharra

Jarri neska-mutilak biribilean eserita. Ausaz, edo egokia iruditzen zaizuen irizpideren bati jarraituz, haietako bat aukeratu, jarduera egiten lehena izan dadin. Bi gauza esan beharko ditu besteen aurrean: gogoko duen zerbait eta beldurra ematen dion zerbait.

Besteen lekuan jartzeko gaitasunari **enpatia** deitzen zaio. Enpatia funtsezkoa da beste pertsonak transmititu nahi digutena ondo ulertzeko, eta oso lagungarria da ingurukoekin harreman hobea izateko. Pertsona enpatikoak besteen arazoak eta motibazioak ulertzeko gai dira. Baina ez hori bakarrik: beste pertsonen gertatzen zaiena ulertzeko gai izateaz gain, arduratu egiten dira haietaz eta bat egiten dute haien sentimenduekin.

Enpatikoak ez bagara, ez gara gai izango inguruan dauzkagun pertsonen egoerak eta sentimenduak ulertzeko, eta, beraz, ez gara behar duten laguntza eskaintzeko gai izango.

Jarduera honetan, zaletasunekin eta beldurrekin lotutako sentimenduak partekatuko ditugu.

### Garapena

Azalpentxo bat emango diegu neska-mutilei.

Zirkuluko edonorekin hasiko gara. Bereziki gustatzen zaion zerbait eta beldurra ematen dion beste zerbait esateko eskatuko diogu. Honela hasiko da:

«Gustatzen zait...» eta «Beldurra ematen dit...».

Zaletasun edo beldur berberak dauzkatenek eskua jaso dezatela.

Hezitzaileok jardueraren eranskinean datorren txantiloian idatziko ditugu aipatzen doazen zaletasun eta beldurrak. Idatzitakoa baliatuz egingo dugu azken hausnarketa denen artean.

Gero, ordulariaren orratzen ordenari jarraikiz, hurrengo neska-mutilek ere beren zaletasun eta beldurrak aipatuko dituzte, eta gainerakoek eskua jasoko dute haiekin bat etorri gero. Jarduera zirkuluko guztiekin egin ondoren, hausnarketara joko dugu.

### Hausnarketa

Hezitzaileok arbelean idatziko ditugu gehien errepikatu diren zaletasun eta beldurrak, eta galdera batzuk egingo dizkiegu neska-mutilei:

- Konturatzen al zarete zenbat gauzetan garen antzekoak?
- Zaletasun eta/edo beldur berdintsuak al dauzkagu?
- Ez al zaizue iruditzen besteen zaletasunak hobeto ulertzen ditugula guk ere zaletasun berberak daukagunean?

# LEHEN HEZKUNTZA

Oso garrantzitsua da pertsona askok gure zaletasun berberak dauzkatela jakitea, baina are garrantzitsuagoa da gure zaletasunez bestelakoak dauzkatena errespetatzen jakitea.

- Beldurra zuek bakarrik izaten duzuela uste zenuten?
- Besteen beldurrak ezagutuz gero, hobeto ulertuko al ditugu haien jokabideak?

Oso garrantzitsua da beste batzuek ere gure beldur berberak dauzkatela jakitea. Beldurtzen diren bakarrak ez garela jakiteak beldurra gainditzeko laguntzen du, eta beste beldur batzuk dituztenak hobeto ulertzen –adibidez, urak beldurra ematen badigu, ondo ulertuko dugu zer sentitzen duen armiarmeri beldurra dienak-. Enpatikoak izaten bagara, ulertu egingo ditugu besteen beldurrak, eta inoiz ez ditugu behartuko beldurra eragiten dien edo gustatzen ez zaien ezer egitera.

# **L**EHEN HEZKUNTZA

| Sentimendua sortzen duena | Zutabe bakoitzean antzekoak direnak idatzi |                     |
|---------------------------|--|---------------------|
|                           | Gustatzen zait                             | Beldurra ematen dit |
|                           |  |                     |
|                           |  |                     |