

**TREBEZIA SOZIALAK: HIZKUNTZA PORTAERA ASERTIBOAREN EKARPENA
ONDORIO NAGUSIAK**

Dinamizatzaileak: Ainhoa Lasa (Emun), Nahia Inza (Ttakun Kultur Elkartea)

Bideoa: Larraitz Urrestilla, coach

Hizkuntza ikasten dugu, baina non-nola erabili asmatu ezinda aritzen gara. Euskaraz egoera seguruetan erabiltzen ikasi dugu, baina testuingurua zailtzen denean kikildu egiten gara. Nola ikasi euskaraz sozializatzen? Eta hori nola irakatsi?

Bideoa: portaera asertiboa

Zer da sozializatzeko trebezia? Trebezia sozialaz ari garenean zer ulertzen dugun jaso dugu.

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● Aurreiritzi gehiegi ez ● Enpatia ● Portaera asertiboa ● Baikortasuna ● Argudioak defendatu ● Moldatzeko gaitasuna ● Egoera ez deseatueta erosu sentitzeko gaitasuna ● Ideiak azaltzeko gaitasuna ● Adostasunak bilatzeko gaitasuna ● Lidergoa ● Eztabaidak bideratzea ● Gatazkak ebaztea | <ul style="list-style-type: none"> ● Lidergoa: baikortasuna ● Enpatia ● Asertibitate ● Argudiatzeko trebezia ● Nahi duzuna ondo komunikatzeko tresnak ● Zure diskurtsoan bestearena txertatzeko gaitasuna ● Aurreiritziez kontziente izan ● Egoera desberdinetara egokitzeko gaitasuna ● Komunikatzen jakitea |
|---|--|

Euskarari eusteko, **sozializatzeko trebeziak garatzea** garrantzitsua da, ezinbestekoa kasu askotan, bakea, lasaitasuna eta askatasuna sentitu ahal izateko.

Hala ere, ez da gure jokabidearen baitakoa bakarrik izango, izan ere, euskaraz egiteko **aukerak falta** zaizkigu askotan, eta gatazkak sortzen ditugu beste batzuetan; **ez da uste bezain neutroa** euskaraz egitea. Batzuetan, portaera asertiboa hartzeak gatazka sortzeko eskatzen du.

Euskara ez da librea, oso baldintzatua da. Nahia ez da nahikoa euskaraz aritzeko. Gainera, esfortzua da, ahalegin estra bat eskatzen du.

Euskaraz aritzeko portaera asertiboa erakutsiko duen **masa bat behar** da, eta masa horren **konpaktazioa**. Hortik datozen eredu berriek ekarriko dute portaera berriak zabaltzea.

Oraindik, ulermena bermatuta ere, portaera jakinak ez ditugu onartzen.

Egungo **gazteei erreferenteak falta** zaizkie, eta jokabide sumisoa ikusten da beren artean, hori baita ezagutzen dutena.

Euskaraz bizitzeko kontzientziatuta egon behar da, baina gazteek ez dute gutxieneko kontzientzia. Gainera, erregistro anitzak beharko lituzkete; euskarari egoera desberdinetan eusten laguntzen du.

Desberdina sentitzeko aukera landu egin beharko litzateke, lasaitasuna emango liguke; lasaitasuna, bestalde, babesa izateak ekarriko du, epaitua ez izateak, ezta bestea epaitzeak ere.

Erabakia hartu behar da:

- Jakin korrontearen kontra joango garela kasu askotan
- Erabaki horrela izango dela
- Jakin gatazkan eroso sentitzen eta gertatu daitekeela onartzen

Portaera asertiboa izateko **trebatzeak** asko lagunduko luke, oztopoak gainditu ahal izateko:

- Gatazka aukera gisa ikusi
- Emozioen kudeaketarako prestatu
- Eroso-deseroso ikuspuntua landu

Entrenamendua behar dugu, eta lanketarako **laborategiak** behar ditugu:

- Egoera anitzetarako trebatzeko
- Enpatia lantzeko
- Diskurtsoa, argudioak eraikitzeko
- Negoziatzen ikasteko
- Umorea erabiltzen trebatzeko

Sozializatu egin behar dugu egiteko modu berri bat:

- Ez da kontu indibiduala, konpartitu egin behar dugu, elkarrekin hezi eta ikasi.
- Pentsaera antzekodunekin esperientziak partekatu, estrategia berriak gureganatuko ditugu

Kasu batzuetan korrontearen kontra joango garen ez, **arnasguneak** izateak lagundu egingo du, konpartitzeko, arnasa hartzeko eta indarberritzeko, bestela nekatu egingo gara.

Neurri sozialak behar ditugu, gure ibaiaren alde, ez besteen kontra.

Gazteak gatazkan bizitzen ikasten ari dira, eta portaera asertiboa tresna bat da egoera gatazkatsuak gainditzeko, egoerei aurre egiteko. Badakigu zer esan nahi diegun baina ez dugu asmatzen **nola** horretan.

Joko arauak aldatzen ari dira. Aurreiritziak landu egin behar ditugu.