

NORBERA EZAGUTZEKO: NIRE LOREA

Helburua	Norberak dituen ezaugarri positiboak besteengandik jasotzea, autoestimua hobetzeko.
Maila	3. maila.
Denbora	Saio bat.
Baliabideak	"Nire lorea" fitxa. Etiketa eranskorak. Boligrafo bat edota koloretako errotuladorea.
Garapena	Fitxak banatu ondoren, autoestimuari buruzko sarrera irakurriko dute ikasleek. Proposatzen den ariketarekin hasi aurretik, gaiaren garrantzia azpimarratuko du tutoreak: elkarrekin lanean aritzeko giroa ezinbesteko da jarduera hau ondo garatzeko.

Ondoren 5/6 ikasleko taldeak osatuko dira eta beste hainbeste etiketa eranskor emango dizkie tutoreak taldekide bakoitzari. Talde txikiko lehenengo ikasleak bere burua aurkeztuko du besteengandik "lore-hostoak" jasotzeko. Izena esatearekin nahikoa da, baina aurkezpena luzatu nahi badute, hobe. Bukatzen duenean, taldeko beste lagunek etiketa bat hartu eta bertan aurkezten denari buruz **ezaugarri positibo** bat -edo gehiago- idatziko dute. Hori ondo **kontrolatu behar da**: idazten dutena **positiboa** izan behar du, eta benetakoa. Horregatik, ezer idatzi aurretik tarte hartzea komeni da, zer jarri ondo pentsatzeko.

"Loreak" jasotzen ari den lehenengo ikasleari buruz idazten bukatzen dutenean, taldekideek idatzi dutena irakurri eta etiketa emango diote bere "lorea" itsatsi ahal izateko. Eta horrela jarraitu behar da talde txikiko ikasleek bakoitzak bere lorea osatu arte.

Talde guztiek bukatzen dutenean, jarduerari buruz hitz egitera bultzatuko die tutoreak: benetan baliagarria izan den autoestimua hobetzeko, nola sentitu diren etiketak jaso dituztenean, deskubritu al duten ez zekiten zerbait ...



nire lorea



Gizaki guztiok akatsak ditugun arren, **dohainak** ere baditugu. Zenbait kasutan begi bistan daude, ezaugarri fisikoak direlako: begien distira, gorputzaren oreka, ilearen kolorea...

Bestetan, distantzia ertainean nabarmentzen dira: eskulanetarako trebetasuna, trikitixa jotzeko abilezia...

Eta badira harreman estuan besterik ezagutzen ez direnak: alaitasuna, baikortasuna, zintzotasuna...

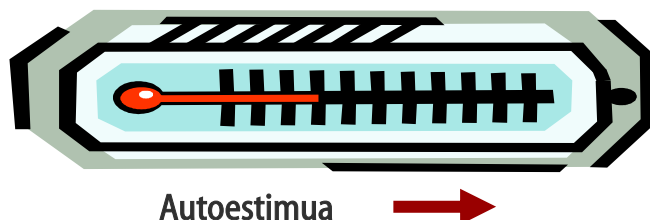
Ikusteko errazak izan ala ez, **denok ditugu baloratzekoak diren alderdiak**.

Ingurukoek izan dira gure **dohainaz** ohartarazten gaituztenak, baita gure **akatsaz** ere. Txikitan, familiakoak izaten dira umearen trebetasunak goraipatzen dituztenak. Geroago, eskolan, beste umeak eta irakasleak; eta kalean, lagunak eta bizilagunak...

Bizitzan zehar ingurukoek eman diguten informazioarekin gure **autokontzeptua** osatzen joan gara eta nork bere burua baloratzen ikasi du: **autoestimua**.

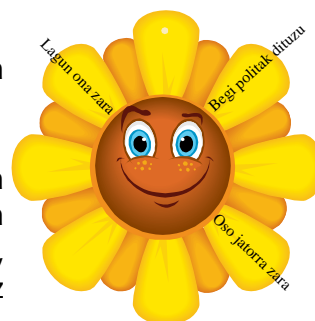
Nork bere burua nola baloratzen duen, hori da autoestimua.

Noraino iristen da zurea? Goazen, bada, gure autoestimua pittin bat igotzera!



Bost/sei ikasleko taldeak osatu ondoren, kide bakoitzari beste hainbeste etiketa eranskor emango dizkio tutoreak.

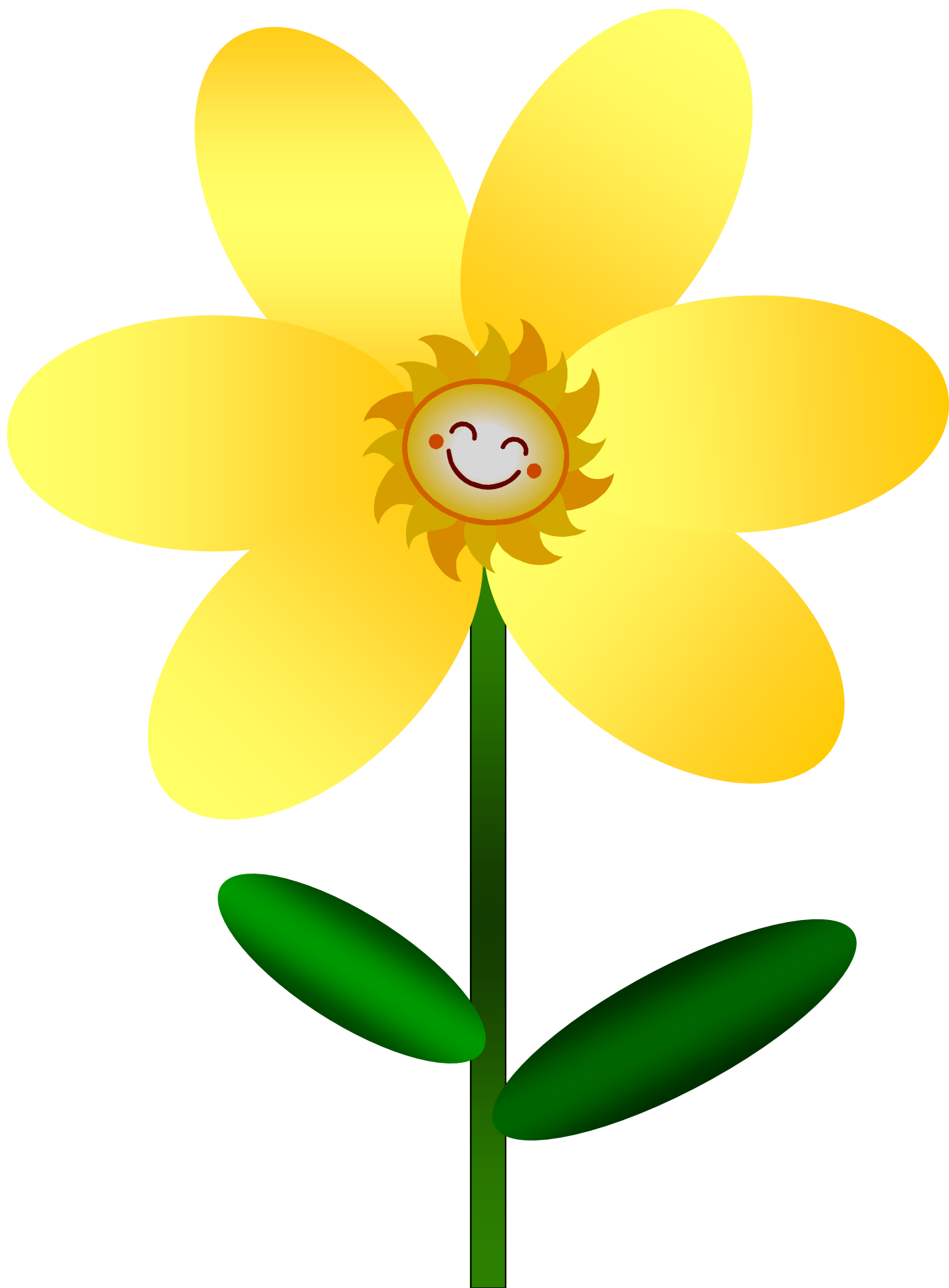
Talde bakoitzean nonrekin hasi erabaki eta gero, lehenengo ikasleak bere lorea besteek emango dizkieten hostoz osatu behar du. Horretarako bere burua aurkeztuko du: izena ematearekin nahikoa du, baina gehiago luzatu nahi badu, hobe. Taldeko beste kideek etiketa bat hartu eta bertan aurkezten den horri buruz benetakoa den **ezaugarri positibo** bat -edo gehiago- idatziko du.

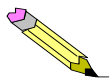


Idatzitakoa benetan sentitzen dena izan behar duenez, hasi aurretik pentsatzeko tartetxo bat hartzea komeni da.

Taldeko kide guztiek bukatzen dutenean, lore-hostoak jasotzen ari denari idatzi diotena irakurri eta etiketa emango diote "lorea" itsatsi ahal izateko.

Eta horrela jarraitu behar da talde txikiko guztiek bakoitzak bere lorea osatu arte.





Jardueraren balorazioa

Data _____

Taldea _____

Helburua betetze-maila

- Norberak dituen ezaugarri positiboak besteengandik jasotzea, autoestimua hobetzeko.

☐ ongi

☐ nahiko

☐ eskas

.....

.....

.....

.....

Iruzkinak

Baliagarria izan dena

.....

.....

.....

.....

Sortutako arazoak

.....

.....

.....

.....

Aldatu beharrekoa

.....

.....

.....

.....