**ITSASNE ZIPITRIA SINDE**

157. Ikaskuntza soziala eta emozionala, bizitzarako trebetasunak - Hezkuntza emozionala. Elkarrizketa, René Diekstra.

**Bizitzarako trebetasunak, zertan datza:**

Bizitzarako trebetasunak gaitasun emozionalak, etikoak eta sozialak edukitzean datza. Trebetasun hauei esker, kognitiboak eta intelektualak hobetzea lortuko litzateke.

**Hezkuntzaren 3 akats nagusi:**

1. Neurozientziaren bi irakaspen nagusienak kontuan ez izatea, hezkuntza esparruan ez dute ulertzen arrazoiek emoziorik gabe ez dutela zentzurik.
2. Ez onartzea irakasleek dibertsitate kulturalari aurre egiteaz gain, dibertsitate emozionalari ere aurre egin behar diotela, eta ikasgela bakoitzean nahiz eta ikasleen profilak oso desberdinak izan zerbait komunean edukitzea lortarazi behar dutela.
3. Irakasgaien hierarkizazioa, hainbat ikasgairi garrantzi gehiago ematea, matematikak, biologia eta beste batzuei gutxiago arteak…

**Eskolen beharra zertarako:**

Eskolak beharrezkoak dira, haurrek beraien burua ezagutzeko, baita besteekin nola harremandu, besteekin nola interaktuatu ikas dezaten.

**Antolaketaren beharra zergatik:**

Antolaketa ezinbestekoa baita autokontrolenen eta planifikatzen ikasteko, hau da, antolaketa da disziplinaren oinarria.

**Umearen lehen trebetasuna:**

Emozioak identifikatzen eta kudeatzen jakitea.

**Emozioen interpretazioa nerabezaroan, zertan lagunduko du:**

Nerabezaroan emozioen interpretazioak besteen emozioak ulertzen lagundu dezake, oso ohikoa baita kezka haserrearekin erlazionatzea, hau da, emozioen interpretazio desegokia egitea.

**Arrazoia eta emozioaren arteko erlazioa:**

Arrazoiek emozioak aldatzen dituzte, hau da, nahiz eta emozio bat sentitu, arrazoi zehatz batek emozio hori alda dezake.

**Emozio nahasiak:**

Emozio nahasiak aldi berean emozio desberdinak sentitzean datza, baina emozio batzuk errazago identifikatu ahal izatea edo errazago adieraztea da.

**Emozioak ezberdintzearen garrantzia:**

Emozioak ezberdintzea eta haiei izena jartzea oso garrantzitsua da, momentu bakoitzean nola sentitzen garen identifikatu ahal izateko. Izan ere, sentitzen garen moduaren arabera, postura desberdinak hartzen ditugu.

**Zein urtetatik ta nola irakatsi daiteke emozioen gaia:**

Emozioen gaia 2-3 urtetatik nerabezaro amaiera arte, institutu amaiera arte 18-19 urte arte irakatsi beharko litzateke. Horretarako, garapenaren etapa bakoitzak garrantzia izango du, etapa bakoitzean zer irakatsi eta nola oso garrantzitsua da. Txikiak direnean gurasoek haurrari arreta erreparatu behar diote. Umeengan arreta jarriz gero, zer gertatzen ari den jakingo dugu eta umean hausnarketa bat eragitea lortu dezakegu modu desberdinen bidez. Umeak hausnarketa egiten badu, egoeraz kontziente izango da eta horrela poliki-poliki emozioen gaia barneratu eta ikasiko du.

**Emozioak hezteko 2 modu:**

1. Emozioak pertzibitzen ikastea eta modu egokian adieraztea
2. Emozioak espresatzeaz gain, kudeatzen jakitea

**Gaitasun sozialen klaseak: zein trebetasun landuaz (4):**

1. Norberak bere emozioak ikasi, hauteman eta kudeatzen jakitea
2. Harremanak eraikitzea eta mantentzea
3. Erabaki arduratsuak eta etikoak hartzea
4. Besteengatik arduratzea, eta besteen lekuan jartzea.

**Trebetasun sozial eta emozionalen programak inbertsio ona dira, zergatik? Zein onurak?**

Trebetasun sozial eta emozionalen programetan inbertitzea ona da, bertan inbertitutakoa baino hiru aldiz gehiago errekuperatzen baita. Hau programa horien bidez, biktimizazio joerak gutxitzen eta errendimendu-akademikoa handitzen delako gertatzen da. Horretaz gain, arazoei modu etiko batean aurre egiten ikasten da, arazo batzuk konpondu daitezkela eta beste batzuk ezin direla konpondu ulertarazten baitute. Laburbilduz, gizartearentzat onurak dakartzate programa hauek.

**Ikaskuntza sozial eta emozionaleko programek 7 eremutan garapena sustatzeko dituzten onurak**

1. Gaitasun sozialen garapena
2. Jokabide antisozialen gutxitzea
3. Drogen abusua gutxitzea
4. Autoirudi positiboaren areagotzea
5. Arrakasta akademikoa areagotzea
6. Osasun metal hobeagoa edo gehiago izatea
7. Jokabide prosozialen areagotzea

**Zein ikasleek jasotzen dituzte onura gehiago:**

Onura gehien jasotzen dituzten ikasleak behar gehiena dutenak dira, arazo gehiago daudenean, horietako gutxi batzuk konpontzea jada sekulako lorpena delako. Horretaz gain, okerren bizi direnak edo behar gehien dituztenak lorpen txiki bat beraien bizitzan oso aurrerapauso handia da.