**EXPERIENCIAS PERSONALES Y PERSPECTIVAS**

Carl Rogers-ek idatzitako *“El camino del ser”* (1987) testuko “*Experiencias personales y perspectivas*” atalaren helburua komunikatu ahal izateko errotu edo bihurtu beharreko pertsona mota horren sorkuntzan edo gorpuztean datza. Hau horrela izanik, testu honetan bere esperientzian, eta modu honetan, burututako taldeko lanketetan aurrera eramandako praktika eta ateratako ondorioak plazaratu eta azaltzen ditu. Horrela, komunikazio interpertsonal bat errotzeko elementuak identifikatzen ditu bere lan hauetan, jarraian azalduko ditudanak hain zuzen ere:

Entzuteko gaitasun sentikorra izatea:

Autoreak testuan (1987) dio, benetan norbait entzutera iristen denean, benetako komunikaziora heltzen dela, eta horrek, bestearekin sortzen duen zubi horrek, benetako poztasuna sorrarazten diola. Aldi berean, beste pertsonari entzutea, transmititu nahi duen mezu hori entzuteaz edo ulertzeaz aparte, pertsona hori inguratzen duten kontzeptu unibertsal horiek konprenitzean datza, unibertsalki egia den horrekin kontaktuan aurkitzea hain zuzen ere. Rogersek (1987) esfera guztietan entzutearen garrantzia azpimarratzen du, hala nola, hitzak, pentsamenduak, sentimenduak, ahotsaren tonua, mezuaren esanahia… entzutea eta interpretatzearen beharrezkotasuna.

Nire iritziz, Rogers zuzen dabil entzuteko gaitasunaren eta honek barnebiltzen dituen gauzei dagokienez. Izan ere, beste pertsona batengatik begirada hutsez konprenitua izatea munduan dagoen sentsazio lasaigarri eta pozgarrienetako bat da. Klasean esan bezala, denbora guztian modu kontziente edo inkontziente batean komunikatzen ari gara, nahiz eta askotan helarazi nahi dugun mezu hori ondo ez transmititu edo ezkutatzen saiatu. Mezu horren transmisio okerra edo hura plazaratzeko lotsa edo beldurra beste pertsonagatik konprenitua izatean, eta honek, zuk barruan duzun benetako mezu hori ulertzean, hau da, besteak zurekiko edo zuk berarekiko entzuteko gaitasun sentikor hori izatean, benetako komunikazio baten parte zarela konturatzen zara, batak besteari transmititu nahi dion mezu hori benetan ulertu eta iritsi dela konprenituz, eta komunikazioaren oinarri den elkar-ulertze fase hori burutuz.

Entzuna izatea:

Rogersek (1987) atal honetan azpimarratzen du entzuna izatearen beharra eta satisfazioa. Izan ere, berak dio entzuteak, bere izatea beste batzuek kaptatu edo barneratzea eragiten diola. Benetan pertsona bat gaizki dagoenean norbaitek entzuten badio, soilik entzun, inongo aholkurik edo hura moldeatzeko saiakerarik egin gabe, sentsazioa deskribaezin bat sentitzen duela adierazten du. Sujetuak, ideiak ordenatzen ditu hitz egiterakoan, eta hauek ahots altuan adierazterakoan. Hau horrela izanik, autoreak (1987) azpimarratzen du modu aktibo, sentikor, eta interlokutorea epaitu gabeko modu batean eman behar dela entzutearen baliabide edo gaitasun hori aurrera.

Hau kontuan izanik, entzuna izatea erabat garrantzitsua dela iruditzen zait, hala nola, entzuteko gaitasunarekin erabat lotuta dagoen puntu bat delarik. Entzuteko gaitasun erreal eta benetan zuzena indibiduo gutxik dutela iruditzen zaidan arren, denoi gustatzen zaigu entzunak izatea. Askotan nahikoa da, gure arazoak kontatu bitartean aurrean dugun pertsona isilik egotea eta benetako konpresio bat adieraztea gu hobeto sentitu eta benetan ditugun arazo horiek gure buruan modu ordenatu batean identifikatu ahal izateko. Beraz, entzuna izatea eta entzuteko gaitasuna izatea komunikazioaren bi elementu oso garrantzitsu direla iruditzen zait. Izan ere, gure etorkizuneko lanbidean, hezitzen edo hezituko ditugun pertsonak ondo entzutea komeni zaigu, eta ez soilik ahozko komunikazioan zentraturik, baizik eta gorputz, ahots tonu… komunikazioa ere kontuan izan behar dugu, hezituei beraien garapen eta ibilbidean zehar beraien arazoak identifikatzen eta konpontzen lagundu nahi badiegu.

Benetakoa izatea:

Testuaren (1987) zati honetan autoreak zure benetako nortasun hori ateratzeko beharra eta garrantzia azpimarratzen du. Zure benetako nortasunarekin bat jokatzen duzunean, zure barnera iristen zarela dio Rogersek (1987), eta beste pertsonarekin zure benetako nortasunaren baitan komunikatzen bazara, bestearekiko jasoko duzun erantzuna ere bere nortasunaren baitakoa izango dela. Beste pertsonak bezalakoa ez izatea, hau da, zu zeu izatea da giltza indibiduo bezala zure garapen pertsonala bultzatzeko.

Benetako izatea oso garrantzitsua da gizarte hezitzaile edo pedagogo baten lanean, izan ere, gure lanean, indibiduoak zerbait kontatzen dizunean ez epaitzea da ardatza. Bera izaten uztea eta beste pertsona hori ez moldeatzea, baizik eta bide okerretik badoa, zuk hari bide zuzena erakustea eta bere bidelagun izatea, betiere bere nortasunarekin bat egingo duen edo gehien hurbilduko den bidea aukeratuz. Pertsona bakoitza mundu bat da, eta pertsona bakoitzak bere nortasun propioa du. Egia da, gizartean bertan, talde sozial baten edo beste baten parte izateko gure nortasuna puntu bat arte aldatzen dugula, eta egin nahi ez ditugun gauzak egiten ditugula nolabait enkajatzearren. Gauza horiek beti larriak ez badira ere, badaude zenbait gauza indibiduo jakin batzuei arazoetan sartzea ekarri dietenak. Beraz, gure ardura izango da arazo horien erroa identifikatzea, nondik datorren ikertu eta soluzio bat planteatzea, betiere norbanakoaren nortasunarekin hurbilen egongo den soluzio bat bilatzen saiatuz.

Emateko eta jasotzeko askatasuna:

Azkeneko atal honetan, autoreak, maitasuna eta gainontzeko sentimenduak emateko eta jasotzeko askatasun eta gaitasunaz mintzo da. Sentimendu positiboak eman edo jasotzeko beldurra gutxitzen zaigun heinean, beste pertsona apreziatzea errazagoa gertatzen dela dio Rogersek (1987). Horrekin batera, gure buruarekin geroz eta gusturago egon, orduan eta positiboago ikusten ditugu gure ingurukoak, eta orduan eta aprezio handiagoa diegu. Bestetik, ez bagara mirestuak eta baliotsuak sentitzen, gainerakoekiko gure sentimenduak ere negatiboak bihurtzen dira, gainerako pertsonen potentziala lausotzen dutelarik.

Horrela bada, jakin badakigu, oreka emozional hori lortzea edozein pertsonarentzat oso zaila dela, edo lortzen bada behintzat, irautea bera oso zaila suertatzen dela. Hala ere, kontuan izan behar dugu lan honetan duen garrantzia. Sentimenduak partekatzea, maitasuna jaso eta banatzea, hezitzaile lanean oinarrizko zimenduetako batzuk dira komunikazio ona bermatzera begira. Beraz, hezitzaileon erronketako bat, benetako oreka emozional hori mantendu eta zabaltzearena dela uste dut.

**Bibliografia:**

Carl Rogers (1987): “*El camino del ser*”. Editorial Kaidós. Pdf, pp. 13-31.