

TREBA



gurasoak

gipuzkoangazte.eus/treba/gurasoak



1.- Zer TREBA gurasoak?

TREBA Gurasoak Gipuzkoako Foru Aldundiko Gazteria Zuzendaritzaren prestakuntza-ekimen berria da, eta gurasoak hezkuntza-gaitasunetan trebatuz, haurren eta nerabeen bizi-kalitatea eta aukerak hobetzea du helburu. Tresna arina eta eraginkorra izan nahi du, hainbat eragileren lankidetzaren bidez, guraso izateari dagokion ezagutza lurralde osoan transmititzeko. Hazieraren eremu hori hain aldakorra izanik, gainera, bizia eta malgua izan nahi du, unean uneko errealitatera eta eskaerara egokitu ahal izateko.

Haur eta nerabeen heziketa-prozesuan, guraso guztiek behar dute momenturen batean laguntza, guraso bezala dituzten funtzioak era egokian garatzeko. Laguntza edo sostengu horrek, ordea, ez du izan behar konpontzailea edo terapeutikoa bakarrik; aitzitik, helburu prebentiboa izan behar du, eta familiako kide guztien garapena sustatu.

Gurasoei laguntza hori eskaintzeko asmoz, Gipuzkoako Foru Aldundiko Gazteria Zuzendaritzak gurasotasun positiboan oinarritutako eskaintza pedagogiko bat osatu du. Programa honen bitartez, gurasoei haurren eta nerabeen heziketa-prozesuan lagunduko dieten gaiak buruzko hainbat hitzaldi eta tailer antolatuko dira lurraldeko udalerrietan.

2.- Zertan oinarritzen da?

Gurasotasuna gauzatzeko modua nabarmen aldatu da gure gizartean. Beste arlo askotan gertatutakoarekin batera (familia-forma ezberdinak, genero-rolen aldaketa, kultura-aniztasuna...), hemen ere kontzeptu-aldaketa bat egon da. Izan ere, seme-alaben aldetik obediencia eta diziplina lortzen oinarrituta zegoen guraso-autoritatearen ordean, konplexuagoa den eta lan gehiago eskatzen duen kontzeptu bat gailentzen ari da: gurasotasun arduratsuaren edo gurasoen erantzukizunaren kontzeptua, hain zuzen ere.

Horren arabera, gakoa jada ez da gurasoek seme-alaben obediencia lortzeko autoritateaz baliatzea, aginte hori arduraz erabiltzea baizik; hau da, seme-alaben eskubideak zaindu daitezen erantzukizunez jokatzeko, baina gurasoenak kaltetu gabe. Horrek barnean hartzen ditu haurrak eta nerabeak beren sozializazio-prozesuan parte hartzerako bultzatzea, beren gaitasun kritikoak sustatzea eta, aldi berean, pixkanaka, beren autonomia eta herritartasun aktiboa sustatzea.

Gauzak horrela, gaur egungo aitei eta amei gurasotasun positiboaren ikuspegiak lagundu diezaike beren seme-alaben heziketako eta hezierako jardunean.

Gurasotasun positiboa:

Gurasotasun positiboa da, funtsean, ikerketa sistematikoak pertsonen garapen psikologikoaren eraginaren arloan lortzen dituen aurkikuntzak familiei helaraztea; hau da, ebidentzia zientifikoan oinarritutako aurrerapenak haiei transferitzea. Hori familiek guraso izateko gaitasunak barneratzen dituztenean lortzen da; eta hala, seme-alaben garapen psikologiko osasungarria babestuko duen familia-testuingurua sortuko dute.

Gurasotasun positiboak harreman afektibo sano, babesle eta egonkorrak sustatzen ditu; errutina eta ohituretan egituratutako ingurune hezitzaile bat (arau eta baloreak malgutasunez transmititzen dituena) sortzen du; estimulazioa, babesa eta ikasteko aukerak ematen ditu; haurren eta nerabeen lorpenak eta gaitasunak aitortzea du oinarri; eta bide-laguntza ematen die beren egunerokotasunean. Aurreko guztia, gainera, indarkeria fisiko, emozional eta ahozkorik gabeko ingurune batean gertatzen da.

3.- Programaren ezaugarriak

FORMATO:

- Bi motatako jardunaldiak izango dira:
 - **Hitzaldiak. Sentsibilizazio eta hausnarketarako.** Inspirazio-iturri izan nahi dute, eta seme-alabekin egiteko moduari buruzko gako txikiak emango dira (1,5 orduko saioak).
 - **Tailerrak. Gaitasunak lantzeko oinarrizko ezagutzak.** Teoria eta praktika uztartuz, arazoak konpontzeari emango zaio garrantzia, trebakuntzari (guztira 4 ordu, 2 saiotan).
- Gai bakoitza bi formatuetan eskainiko da. Hau da, hitzaldian landutakoa tailerrean sakonago garatuko da; jarraipen bat izango da, baina bakoitza bere aldetik ere egin daiteke. Beraz, hitzaldi bat antolatu ondoren, parte-hartzaileen artean gaia gehiago lantzeko interesa pizten bada, tailerra antolatzeko eskatu dezakete. Erantzuna, sor daitekeen eskariaren arabera izango da.
- Gehienetan, prestakuntza-jardueren hartzailak bereizi egiten dira: batetik, haurren gurasoak, eta bestetik, nerabeenak.
- Gai bakoitzeko hitzaldia eta tailerra aditu berberak emango ditu.



- Aurrez aurrekoak izatea lehenetsiko da.
- Prestakuntza-jarduerak publiko orokorrarentzat izan behar dute (aforoa edo parte-hartzaileen muga bete arte). Nolanahi ere, aita edo ama orok izan behar du jardueretan parte hartzeko aukera, haren antolamenduan esku hartu duen elkarte batekoa izan edo ez.

HIZKUNTZA:

Euskaraz edo gaztelaniaz egingo dira. Beraz, eskaerarekin batera, zein hizkuntzatan izatea nahi den adierazi beharko da.

IRAUPENA:

Agenda ikasturtez ikasturte osatuko da; lehena, 2021-2022an.

TOKIA:

Hitzaldiak eta tailerrak dagokion udalak proposatzen duen lekuan egingo dira.

PREZIOA:

Parte-hartzaileentzat doakoak izango dira.

4.- Nola funtzionatzen du?

Gipuzkoako Foru Aldundiko Gazteria Zuzendaritzak, udaletako haur, nerabe eta gazteen sustapen-zerbitzuen laguntzarekin, Gipuzkoako guraso eta hezkuntza-eragileen (guraso-elkarte, hezitzaile...) eskura jarri du TREBA Gurasoak prestakuntza-jardueren katalogoa. Hala, eskaintza horretan agertzen den hitzaldi edo tailer bat antolatzeko ekimena, gaiarekiko kezka, interesa edo beharra duen edozein guraso edo hezkuntza-eragilerengandik abia daiteke.

Gurasoek edo bestelako hezkuntza-eragileek beren udalerrian programa honetako gai jakin baten inguruan hitzaldi edo tailer bat antolatzea nahi badute, udaleko haur, nerabe eta gazteen sustapen-teknikariari egin beharko diote eskaera.



[Ikus udaletako haur, nerabe eta sustapen teknikarien helbideak](#)

Guraso eta bestelako hezkuntza-eragileek gure [web-orrian](#) ere egin ditzakete beren eskaerak eta proposamenak [formulario](#) honen bidez. Bertan jasotzen direnak dagokion udalari helaraziko zaizkio.

Udalek, eskaera guztiak aztertu eta ekimenaren bideragarritasuna baloratuta (datak, espazioak, gutxieneko parte-hartzaileen kopurua, etab.) Aldundiko Gazteria Zuzendaritzari adieraziko diote katalogoko zer jarduera nahi dituzten programatu

Aldundiko Gazteria Zuzendaritzak eskaerak aztertu, eta udal bakoitzari jakinaraziko dio berea onartu edo baztertu den, baita arrazoiak ere.

Eskaeren arabera, Gipuzkoako Foru Aldundiko Zuzendaritzak eskubidea izango du antolatutako hitzaldien kopurua mugatu edo dosifikatzeko, esleitutako aurrekontua agortu arte.

EPEA:

Gipuzkoako Foru Aldundian eskabideak aurkezteko epea **urriaren 22a** izango da. Epe horretan, eskaeren lehen bilketa egingo da, eskaria ezagutzeko eta programa antolatzeko. Nolanahi ere, udaletako haur, nerabe eta gazteen sustapen-zerbitzuek ikasturtean zehar egin ahalko dituzte eskaerak, baina, egun horretatik aurrera, jarduerak unean uneko baliabide ekonomikoen eta trebatzaileen agendaren arabera esleituko dira.

IZEN-EMATEAK:

Hitzaldia edo tailerra antolatzen duen udalean (tailerrak gauzatzeko, gutxienez 10 pertsonak eman behar dute izena)

5.- Programan parte hartzeko baldintzak (udalentsako informazioa)

TREBA Gurasoak ekitaldi bat egiteak berekin ekar dezake Gipuzkoako Foru Aldundiko Gazteria Zuzendaritzaren eta udal bakoitzeko haur eta gazteen sustapen-sailaren arteko lankidetzeta-hitzarmena sinatzea. Nolanahi ere, programan parte hartzeko gutxienez honako baldintza hauek onartu beharko dira:

- Gipuzkoako Foru Aldundiak bere gain hartuko ditu programaren diseinuaren kostuak, trebatzaileen ordainsariak, programaren komunikazio orokorra eta honen kudeaketa lurralde mailan.
- Udalak bere gain hartuko ditu prestakuntza-jarduerak udalerrian sor ditzakeen kostuak, lokala, antolaketako langileak, argia eta soinua, tokiko eragileekiko harremana, herri mailako komunikazioa, izena emateko prozesua, saioaren segimendua eta horri buruzko informazioa eta balorazioa.



- Prestakuntza-jarduerak gauzatu ahal izateko, gutxienez 10 pertsonak eman beharko dute izena aurrez.
- Udalak prentsaurreko bat emango du udalerriko prestakuntza-jardueraren berri emateko. Foru Aldundiko arduradun politiko batek parte hartu ahal izango du bertan.

KONTAKTUA:

- Haur, Nerabe eta Gazteen Sustapeneko Zerbitzua
- Gipuzkoako Foru Aldundia
- gazteria@gipuzkoa.eus
- 943 112431

6.- Hitzaldi eta tailerren katalogoa

Ondoko hitzaldi eta tailerrek osatzen dute TREBA Gurasoak programaren katalogoa. Aurrez egindako azterketaren eta gurasoekin eta haur, nerabe eta gazteen sustapeneko udal-teknikariekin egindako kontraste-lanaren emaitza dira.

Hauek dira 2021-22 ikasturterako proposatzen direnak. Hala ere, gaiak aldatu edo egokitu ahal izango dira zenbait faktoreren arabera, hala nola formatzaileen agenda, beste gai batzuen eskaria edo planteatutako ikastaroek sortutako interesa.

Era berean, datozen ikasturteetan gai berriak proposatuko ditugu. Horretarako, programaren garapenak emango digun eskarmentuan eta ezagutzan oinarritu, eta unean uneko eskaera eta interesak izango dira kontuan.

Hitzaldi eta tailerren katalogoa



1. Guraso izatearen artea.

- Trebatzailea: [Nerea Mendizabal](#)

1.1- [HITZALDIA](#).

1.2- [TAILERRA](#).

2. Emozioen garrantzia familian.

Nola zaindu seme-alaben emozioak

- Trebatzailea: [Donna Apellaniz](#)

Haurren gurasoentzat:

2.1- [HITZALDIA](#). 2.2- [TAILERRA](#).

Nerabeen gurasoentzat:

2.3- [HITZALDIA](#). 2.4- [TAILERRA](#).

3. Komunikazio ez bortitza.

- Trebatzailea: [Nerea Mendizabal](#)

3.1- [HITZALDIA](#).

3.2- [TAILERRA](#).



4. Arauak eta mugak familian. Nola ezarri era asertibo batean.

- Trebatzailea: [Donna Apellaniz](#)

4.1- [HITZALDIA](#).

4.2- [TAILERRA](#).

5. Nola landu sexualitatea haur eta nerabeekin

- Trebatzailea: [Jone Zalduegi](#)

Haurren gurasoentzat:

5.1- [HITZALDIA](#). 5.2- [TAILERRA](#).

Nerabeen gurasoentzat:

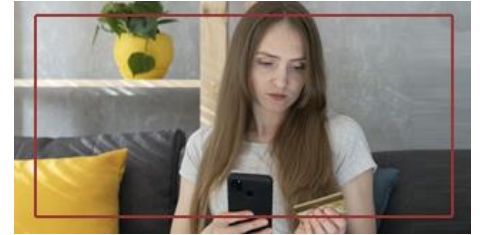
5.3- [HITZALDIA](#). 5.4- [TAILERRA](#).

6. Guraso-banaketa osasuntsu baten alde.

- Trebatzailea: [Nerea Mendizabal](#)

6.1- [HITZALDIA](#).

6.2- [TAILERRA](#).



7. Haurrak, nerabeak eta Internet: ohiturak, arriskuak eta erabilera segurua

- Trebatzailea: [Rakel Gamito](#)

Haurren gurasoentzat: (0-11 urte)

7.1- [HITZALDIA](#). 7.2- [TAILERRA](#).

Nerabeen gurasoentzat: (12-17 urte)

7.3- [HITZALDIA](#). 7.4- [TAILERRA](#).

8. Substantzien kontsumoa. Zer egin dezake familiak?

- Trebatzailea: [Estibaliz Ansotegi](#)

8.1- [HITZALDIA](#).

8.2- [TAILERRA](#).

9. Kirol-apustuak eta ausazko jokoak. Zer egin dezake familiak?

- Trebatzailea: [Estibaliz Ansotegi](#)

9.1- [HITZALDIA](#).

9.2- [TAILERRA](#).



10. Haur eta nerabeen ongizaterako eta garapen osasuntsu baterako gakoak

- Trebatzailea: [Leyre Cano](#)

Haurren gurasoentzat:

10.1- [HITZALDIA](#). 10.2- [TAILERRA](#).

Nerabeen gurasoentzat:

10.3- [HITZALDIA](#). 10.4- [TAILERRA](#).

11. Hezkidetzeta eta haurtzaroa. Nola landu etxean?

- Trebatzailea: [Jone Zalduegi](#)

Haurren gurasoentzat:

11.1- [HITZALDIA](#). 11.2- [TAILERRA](#).

Nerabeen gurasoentzat:

11.3- [HITZALDIA](#). 11.4- [TAILERRA](#).

12. Bulliying egoerak minimizatzeko ingurune seguruak nola sortu

- Trebatzailea: [Estibaliz Ansotegi](#)

12.1- [HITZALDIA](#).

12.2- [TAILERRA](#).

*** Ikastaro bakoitzari buruzko informazioa kontsultatu nahi baduzu egin klik aukera bakoitzaren gainean**



1-

Gurasotasuna

Hitzaldia: 1

Tailerra: 1





1.1- Guraso izatearen artea. HITZALDIA

Trebatzailea: Nerea Mendizabal (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Guraso izateak gure indarguneak eta ahulguneak azalarazten dizkigu uneoro. Horien jabe egiteko aukera zabalduko da, indartu nahi ditugun alderdietan begirada goxoa jartzeaz gain, gure egunerokotasunean baliagarriak izango zaizkigun ideiak partekatuz.
- Helburuak
 - Gure jokabide automatikoen eta patroien jabe egitea
 - Gurasoen gaitasunak ezagutu eta indartzea
 - Gurasoen ahalduntzea piztea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Nola lagundu seme-alabei behar dutena baino gehiago eta gutxiago ez emateko?
 - Akatsak egiteko baimena eta horietatik ikasteko aukera
 - Gatazken kudeaketa, kolaborazioa pizteko gogotik
 - Konfiantza garatzen
- Metodologia
 - Eguneroko bizitzako adibideetan oinarritutako teoria aurkeztu ondoren, hausnarketarako eta galderak egiteko aukera zabalduko da.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - Mugarik gabe
- Datak eta orduak
 - Trebatzailearen agendaren arabera

1.2- Guraso izatearen artea. TAILERRA.

Trebatzailea: Nerea Mendizabal (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Guraso izateak gure indarguneak eta ahulguneak azalarazten dizkigu uneoro. Horien jabe egiteaz gain, hainbat tresna eta baliabide ezagutu eta praktikatzeko espazioa zabalduko da.

■ Helburuak

- Gure jokabide automatikoen eta patroien jabe egitea.
- Gurasoen gaitasunak ezagutu eta indartzea.
- Gurasoen ahalduntzea piztea.

■ Landuko diren edukiak eta gaitasunak

- Nola lagundu seme-alabei behar dutena baino gehiago eta gutxiago ez emateko?
- Akatsak egiteko baimena eta horietatik ikasteko aukera
- Gatazken kudeaketa, kolaborazio pizteko gogotik
- Konfiantza garatzen

■ Metodologia

- Eguneroko bizitzako adibideetan oinarritutako teoria aurkeztu ondoren, ariketa praktikoaren bidez eguneroko egoerak aztertu eta sakondu ahal izango dira.

■ Talde bakoitzeko partaide kopurua.

- 20 pertsona gehienez

■ Datak eta orduak

- Trebatzailearen agendaren arabera.



2-Garapen sozioemozionala

Hitzaldiak: 7

Tailerrak: 7





2.1 Emozioen garrantzia familian. Nola zaindu seme-alaben emozioak. HITZALDIA – HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Donna Apellaniz (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Hitzaldi honetan seme-alaben emozioek egunerokoan duten garrantzia azpimarratu, eta horiek kudeatzeko eta zaintzeko lehen urratsak azalduko dira.
- Helburuak
 - Adimen emozionalari buruzko ezagutzak eskuratzea.
 - Emozioak zer diren jakitea.
 - Emozioen funtzioak ezagutzea.
 - Emozioak kudeatzen ikastea.
 - Emozioen atzean dauden beharrak ezagutzea.
 - Bidelagun emozionalak izateko beharrezkoak diren tresnak ezagutzea.
 - Familian adimen emozionala garatzeko baliabideen berri izatea.
 - Egoera emozional ezberdinetan moldatzen jakitea.
 - Gatazka emozionalak era onuragarri batean konpontzen ikastea.
 - Hurrei beren emozioetan laguntzeko tresnak eskuratzea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Zer dira emozioak?
 - Emozioen funtzioak
 - Nondik datoz emozioak? (emozioen zergatia)
 - Beharrak: zertara bultzatzen gaituzte emozioek?
 - Kudeaketa emozionala
 - Hurren emozioak: nola bizitzen dituzte?
 - Bidelaguntza emozionala: nola izan hurren bidelagun emozionala?
- Metodologia
 - Hau guztia lantzeko metodologia dinamikoa erabiliko da (teoriko-praktikoa).
 - Teorian oinarrituta, egunerokoan bizitzen diren egoerak landuko dira, esperientziarekin konektatzeko eta lanketa sakonagoa egin ahal izateko.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - Lekuaren arabera
- Datak eta orduak



- Azaroa
- Otsaila
- Martxoa
- Apirila
- Maiatza
- Goiz zein arratsalde izan daiteke, egunaren arabera.

2.2 Emozioen garrantzia familian. Nola zaindu seme-alaben emozioak. TAILERRA – HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Donna Apellaniz (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Tailer honetan seme-alaben emozioek egunerokoan duten garrantzia azaldu, eta horiek nola kudeatu eta zaindu landuko da, familian sortzen diren arazo eta gatazketan erabiltzeko tresna emozionalak eskuratuz.
- Helburuak
 - Adimen emozionalari buruzko ezagutzak eskuratzea.
 - Nork bere burua hobeto ezagutzea, gai honen inguruan dituen baliabideak landuz eta erabiliz.
 - Emozioak zer diren jakitea.
 - Emozioen funtzioak ezagutzea.
 - Emozioak kudeatzen ikastea.
 - Emozioen atzean dauden beharrak identifikatzen ikastea.
 - Gaitasun emozionalak (kontzientzia emozionala, erregulazio emozionala, autonomia emozionala, trebetasun sozioemozionalak, bizitza-erako eta ongizaterako trebetasunak) ezagutzea eta horiek garatzen laguntzeko erremintak barneratzea.
 - Bidelagun emozionalak izateko beharrezkoak diren baliabideak eskuratzea.
 - Familian adimen emozionala garatzeko baliabideak menderatzea.
 - Egoera emozional ezberdinetan moldatzen jakitea.
 - Gatazka emozionalak era onuragarri batean konpontzen ikastea.
 - Hurrei beren emozioetan laguntzeko tresnak eskuratzea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Zer dira emozioak?
 - Emozioen funtzioak?
 - Nondik datoz emozioak (emozioen zergatia)?
 - Beharrak: zertara bultzatzen gaituzte emozioek?
 - Kudeaketa emozionala



- Haurren emozioak: nola bizitzen dituzte?
- Bidelaguntza emozionala: nola izan haurren bidelagun emozionala?
- Estrategia eta tresna sistemikoak.

- Metodologia
 - Hau guztia lantzeko metodologia dinamikoa erabiliko da (teoriko-praktikoa). Haurrekin hezkuntza emozionala landu nahi bada, helduok egin behar dugu lanketa hori lehenbizi, emozioak gure inkontzientean bizi baitira; eta, beraz, ezin ditugu horiek landu ikasketa teoriko batekin bakarrik.
 - Teorian oinarrituta kasu praktikoak landuko dira, emozioak lantzeko emozionatu egin behar delako.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 20-25 pertsona gehienez.

- Datak eta orduak
 - Azaroa
 - Otsaila
 - Martxo
 - Apirila
 - Maiatza
 - Goiz zein arratsaldean izan daiteke, egunaren arabera.

2.3 Emozioen garrantzia familian. Nola zaindu seme-alaben emozioak. HITZALDIA – NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Donna Apellaniz (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Hitzaldi honetan seme-alaben emozioek egunerokoan duten garrantzia azpimarratu, eta horiek kudeatzeko eta zaintzeko lehen urratsak azalduko dira.

- Helburuak
 - Adimen emozionalari buruzko ezagutzak eskuratzea.
 - Emozioak zer diren jakitea.
 - Emozioen funtzioak ezagutzea.
 - Emozioak kudeatzen ikastea.
 - Emozioen atzean dauden beharrak ezagutzea.
 - Bidelagun emozionalak izateko beharrezkoak diren tresnak ezagutzea.



- Familiar adimen emozionala garatzeko baliabideen berri izatea.
- Egoera emozional ezberdinetan moldatzen jakitea.
- Gatazka emozionalak era onuragarri batean konpontzen ikastea.
- Nerabeei beren emozioetan laguntzeko tresnak eskuratzea.

- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Zer dira emozioak?
 - Emozioen funtzioak
 - Nondik datoz emozioak? (emozioen zergatia)
 - Beharrak: zertara bultzatzen gaituzte emozioek?
 - Kudeaketa emozionala
 - Nerabeen emozioak: nola bizitzen dituzte?
 - Bidelaguntza emozionala: nola izan haurren bidelagun emozionala?

- Metodologia
 - Hau guztia lantzeko metodologia dinamikoa erabiliko da (teoriko-praktikoa).
 - Teorian oinarrituta, egunerokoan bizitzen diren egoerak landuko dira, esperientziarekin konektatzeko eta lanketa sakonagoa egin ahal izateko.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - Lekuaren arabera

- Datak eta orduak
 - Azaroa
 - Otsaila
 - Martxoa
 - Apirila
 - Maiatza
 - Goiz zein arratsalde izan daiteke, egunaren arabera.

2.4 Emozioen garrantzia familian. Nola zaindu seme-alaben emozioak. TAILERRA – NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Donna Apellaniz (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Tailer honetan seme-alaben emozioek egunerokoan duten garrantzia azaldu, eta horiek nola kudeatu eta zaindu landuko da, familian sortzen diren arazo eta gatazketan erabiltzeko tresna emozionalak eskuratuz.



■ Helburuak

- Adimen emozionalari buruzko ezagutzak eskuratzea.
- Nork bere burua hobeto ezagutzea, gai honen inguruan dituen baliabideak landuz eta erabiliz.
- Emozioak zer diren jakitea.
- Emozioen funtzioak ezagutzea.
- Emozioak kudeatzen ikastea.
- Emozioen atzean dauden beharrak identifikatzen ikastea.
- Gaitasun emozionalak (kontzientzia emozionala, erregulazio emozionala, autonomia emozionala, trebetasun sozioemozionalak, bizitzarako eta ongizaterako trebetasunak) ezagutzea eta horiek garatzen laguntzeko erremintak barneratzea.
- Bidelagun emozionalak izateko beharrezkoak diren baliabideak eskuratzea.
- Familiar adimen emozionala garatzeko baliabideak menderatzea.
- Egoera emozional ezberdinetan moldatzen jakitea.
- Gatazka emozionalak era onuragarri batean konpontzen ikastea.
- Nerabeei beren emozioetan laguntzeko tresnak eskuratzea.

■ Landuko diren edukiak eta gaitasunak

- Zer dira emozioak?
- Emozioen funtzioak?
- Nondik datoz emozioak (emozioen zergatia)?
- Beharrak: zertara bultzatzen gaituzte emozioek?
- Kudeaketa emozionala
- Nerabeen emozioak: nola bizitzen dituzte?
- Bidelaguntza emozionala: nola izan nerabeen bidelagun emozionala?
- Estrategia eta tresna sistemikoak.

■ Metodologia

- Hau guztia lantzeko metodologia dinamikoa erabiliko da (teoriko-praktikoa). Nerabeekin hezkuntza emozionala landu nahi bada, helduok egin behar dugu lanketa hori lehenbizi, emozioak gure inkontzientean bizi baitira; eta, beraz, ezin ditugu horiek landu ikasketa teoriko batekin bakarrik.
- Teorian oinarrituta kasu praktikoak landuko dira, emozioak lantzeko emozionatu egin behar delako.

■ Talde bakoitzeko partaide-kopurua

- 20-25 pertsona gehienez.

■ Datak eta orduak

- Azaroa



- Otsaila
- Martxo
- Apirila
- Maiatza
- Goiz zein arratsaldean izan daiteke, egunaren arabera.

3.1- Komunikazio ez bortitza. HITZALDIA

Trebatzailea: Nerea Mendizabal (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra:
 - Harremanak zaindu eta modu eraginkorrean kudeatzen lagundu dezakeen komunikatzeko modua aurkeztuko da. Familiako kideen beharrak ezagututa, denok amesten dugun etxeko giroaz gozatzeko gakoak ezagutuko dira.
- Helburuak
 - Besteengana gerturatzeko lagunduko digun hitz egiteko eta entzuteko modua ezagutu eta praktikatzeko.
 - Familiako giroa kudeatzeko eta bizitzako harreman desberdinak zaintzeko alderdiak ezagutzea.
 - Gatazken kudeaketarako eta mugak jartzeko baliabideak eskuratu.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - KEBeko irizpideak aurkeztu eta praktikatu. Intentzioa, adierazpen zintzoa eta entzute enpatikoa
 - Seme-alabek gustatzen ez zaigun zerbait egin edota esaten dutenean: nola kudeatu gatazkak? zer esan benetan entzuteko? zer muga jarri eta nola? nola hobetu komunikazioa seme-alabekin?
- Metodologia
 - Eguneroko bizitzako adibideetan oinarritutako teoria aurkeztu ondoren, hausnarketarako eta galderak egiteko aukera zabalduko da.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - Mugarik gabe.
- Datak eta orduak
 - Trebatzailearen agendaren arabera.



3.2- Komunikazio ez bortitza. TAILERRA

Trebatzailea: Nerea Mendizabal (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra:
 - Harremanak zaindu eta modu eraginkorrean kudeatzeko tresnekin partaideentzat esanguratsuak diren egoeretan praktikatzeko aukera izango da.
- Helburuak
 - Besteengana gerturazten lagunduko digun hitz egiteko eta entzuteko modua ezagutu eta praktikatzea.
 - Familiako giroa kudeatzeko eta bizitzako harreman desberdinak zaintzeko alderdiak ezagutzea.
 - Gatazken kudeaketarako eta mugak jartzeko baliabideak eskuratzea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - KEBeko irizpideak aurkeztu eta praktikatu. Intentzioa, adierazpen zintzoa eta entzute enpatikoa
 - Seme-alabek gustatzen ez zaigun zerbait egin edota esaten dutenean: nola kudeatu gatazkak? zer esan benetan entzuteko? zer muga jarri eta nola? nola hobetu komunikazioa seme-alabekin?
- Metodologia
 - Eguneroko bizitzako adibideetan oinarritutako teoria aurkeztu ondoren, ariketa praktikoek bidez ohiko egoerak aztertu eta sakondu ahal izango dira.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - 20 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - Trebatzailearen agendaren arabera



4.1 Arauak eta mugak familian. Nola ezarri era asertibo batean. HITZALDIA

Trebatzailea: Donna Apellaniz (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra:
 - Hitzaldi honen bitartez, familian harreman orekatua, osasungarria eta onuragarria izateko zer behar den ikusiko da, hori garatzeko beharrezkoak diren arauak eta mugak nola jarri landuz.
- Helburuak
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinak ezagutzea.
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinen ondorioak ikustea.
 - Familia-giro ona izateko modua lantzea.
 - Familian arauak eta mugak izatearen beharra jakitea.
 - Familiako arauak era asertiboan jartzearen onurak ikustea.
 - Familian arauak era asertiboan jartzeko tresnak ezagutzea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinen ezagupena.
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdiak erabiltzearen ondorioak.
 - Zer dira mugak?
 - Zertarako balio dute mugek?
 - Mugak era asertiboan jartzearen onurak.
 - Mugak era asertiboan jartzeko tresnak.
 - Arauen beharra familian.
 - Arauak era asertibo batean jartzeko modua.
 - Zer izan behar dugu kontuan arauak eta mugak jartzeko orduan?
- Metodologia
 - Hau guztia lantzeko metodologia dinamikoa erabiliko da (teoriko-praktikoa).
 - Teorian oinarrituta, kasu praktikoak landuko dira.
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinak ezagutzeko kasu praktikoak azalduko dira.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - Lekuaren arabera.
- Datak eta orduak



- Azaroa
- Otsaila
- Martxoa
- Apirila
- Maiatza
- Goiz zein arratsaldez.

4.2 Arauak eta mugak. Nola ezarri era asertibo batean. TAILERRA

Donna Apellaniz (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Tailer honen bitartez, familian harreman orekatua, osasungarria eta onuragarria izateko beharrezkoa den egitura nola izan landuko dugu, horretarako lagungarriak izango zaizkigun arauak eta mugak jartzen ikasiz.
- Helburuak
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinak ezagutzea.
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinen ondorioak ikustea.
 - Familia-giro ona izateko modua lantzea.
 - Familian arauak eta mugak izatearen beharra jakitea.
 - Familiako arauak era asertiboan jartzearen onurak ikustea.
 - Familian arauak era asertiboan jartzeko tresnak eskuratzea.
 - Familian dauden gatazkak eta arazoak ebazteko tresnak eskuratzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinen ezagupena.
 - Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinak erabiltzearen ondorioak.
 - Zer dira mugak?
 - Zertarako balio dute mugek?
 - Mugak era asertiboan jartzearen onurak.
 - Mugak era asertiboan jartzeko tresnak.
 - Arauen beharra familian.
 - Arauak era asertibo batean jartzeko modua.
 - Zer izan behar dugu kontuan arauak eta mugak jartzeko orduan?
- Metodologia
 - Hau guztia lantzeko metodologia dinamikoa erabiliko da (teoriko-praktikoa).
 - Teorian oinarrituta, kasu praktikoak landuko dira.



- Familia-hezkuntzaren eredu ezberdinak ezagutzeko kasu praktikoak azalduko dira eta, hortik abiatua, parte hartzaileekin batera bide berriak bilatuko dira, teoriarik landu dena praktikara bideratuz.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - 20-25 pertsona gehienez.
- Datak eta orduak
 - Azaroa
 - Otsaila
 - Martxoa
 - Apirila
 - Maiatza
 - Goiz zein arratsaldez.

5.1 Haurrak eta sexualitatea eratzea, non kokatzen gara gurasoak?. HITZALDIA - HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Jone Zalduegi. (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Sexualitatea etxeko espazioan era baikor eta dinamikoan lantzeko hitzaldia izango da. Alaba eta semeak sexualitatean hezteko gakoak jorratuko dira.
- Helburuak
 - Haurrak, gorputza eta identitatea aztertzea
 - Inguruko pertsonen eta gurasoen eragina identifikatzea
 - Haurrekin modu onuragarrian hitz egiteko baliabideak eskaintzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Autozaintza eta plazera
 - Haurrak eta genero-estereotipoak
 - Aniztasuna lantzeko irizpideak
- Metodologia
 - Adin txikikoekin sexualitatea lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzen laguntzen duten dinamiken bidez, sexualitateak haur eta nerabeen identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko



da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - 30 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - 2022an
 - Ostegun batean

5.2 Nola landu haurrekin etxeko espazioan sexualitatea. TAILERRA - HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Jone Zalduegi. (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Sexualitatea etxeko espazioan era baikor eta dinamikoan lantzeko espazioa sortzea da helburua. Alde batetik, zalantzak eta planteamendu anitzak jorratzeko espazioa sortuko da, eta bestetik, alaba eta semeak sexualitatean hezteko gakoak jorratuko dira.
- Helburuak
 - Hurren identitatearen prozesua lantzea
 - Espazio digitalak eta publizitateak duen garrantziaren faktoreak eta adierazleak identifikatzen ikastea
 - Haurrekin modu onuragarrian hitz egiteko baliabideak eskaintzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Sexualitatea eratzean eragina duten aisialdirako espazioen azterketa
 - Autozaintza eta plazera
 - Haurrak eta genero-estereotipoak
 - Aniztasuna lantzeko irizpideak
- Metodologia



- Adin txikikoekin sexualitatea lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzen laguntzen duten dinamiken bidez, sexualitateak haur eta nerabeen identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - 20-22 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - 2022an
 - Ostegun batean

5.3 Nerabeak eta sexualitatearen eraikitzea, non kokatzen gara gurasoak? HITZALDIA - NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Jone Zalduegi. (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Sexualitatea etxeko espazioan era baikor eta dinamikoan lantzeko hitzaldia izango da. Alaba eta semeak sexualitatean hezteko gakoak jorratuko dira.
- Helburuak
 - Sexualitatea nola eratzen den ikustea
 - Espazio digitalak eta publizitateak duten eragina aztertzea
 - Guraso eta nerabeen sexualitateak identifikatzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Sexualitatea eta aisialdirako espazioak
 - Erotika, plazera eta autozaintza
 - Identitatea, orientazioa eta aniztasuna
- Metodologia
 - Adin txikikoekin sexualitatea lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzen laguntzen duten dinamiken bidez, sexualitateak haur eta nerabeen



identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 30 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - 2022an
 - Ostegun batean

5.4 Nola landu nerabeekin etxeko espazioan sexualitatea. TAILERRA - NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Jone Zalduegi. (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Sexualitatea etxeko espazioan era baikor eta dinamikoan lantzeko espazioa sortzea Da helburua. Alde batetik, zalantzak eta planteamendu anitzak jorrazteko espazioa sortuko da, eta bestetik, alaba eta semeak sexualitatean hezteko gakoak jorraztuko dira.
- Helburuak
 - Sexualitatea nola eratzten den ikustea
 - Espazio digitalak eta publizitateak duen eragina aztertzea
 - Gurasoen eta nerabeen rolaz hausnartzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Sexualitatea eratzean eragina duten espazioak eta faktoreak: publizitatea, filmak, bideo-jokoak, sare sozialak, youtuberrak, etab.
 - Erotika, plazera eta autozaintza
 - Maskulinitatea eta feminitatea eratzean eragina duten genero-estereotipoak
 - Identitatea, orientazioa eta aniztasuna
 - Tratu onak garatzeko irizpideak



- Metodologia
 - Adin txikikoekin sexualitatea lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzen laguntzen duten dinamiken bidez, sexualitateak haur eta nerabeen identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 20-22 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - 2022an
 - Ostegun batean

6.1- Guraso-banaketa osasuntsu baten alde. HITZALDIA

Trebatzailea: Nerea Mendizabal (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra:
 - Bikote-harremana hasi eta amaitu daiteke baina aita-amek guraso izaten jarraituko dute. Erronka horretan sortzen diren gaiei aurre egiteko lagungarriak izan daitezkeen baliabideekin praktikatzeko aukera izango da.
- Helburuak
 - Erabakiak helduongan piztu dezakeenaz jabetzea
 - Guraso izaten jarraitzea, bikote izan gabe
 - Hurrei informazioa emateko oinarrizko jarraibideak eskaintzea
 - Erabakiak haurrengan izan dezakeen eraginaren aurrean, haien bidelagun izatea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Helduon errua, mina, tristura... eraldatzeko gakoak.
 - Zer leku edo begirada eskaini nahi diot seme-alaben aita edo amari?
 - Zer, noiz eta nola esan seme-alabei?
 - Nola zaindu seme-alaben mina, haserrea, frustrazioa, tristura?
 - Nola hartu denon beharrak zaintzeko erabaki egokiak?



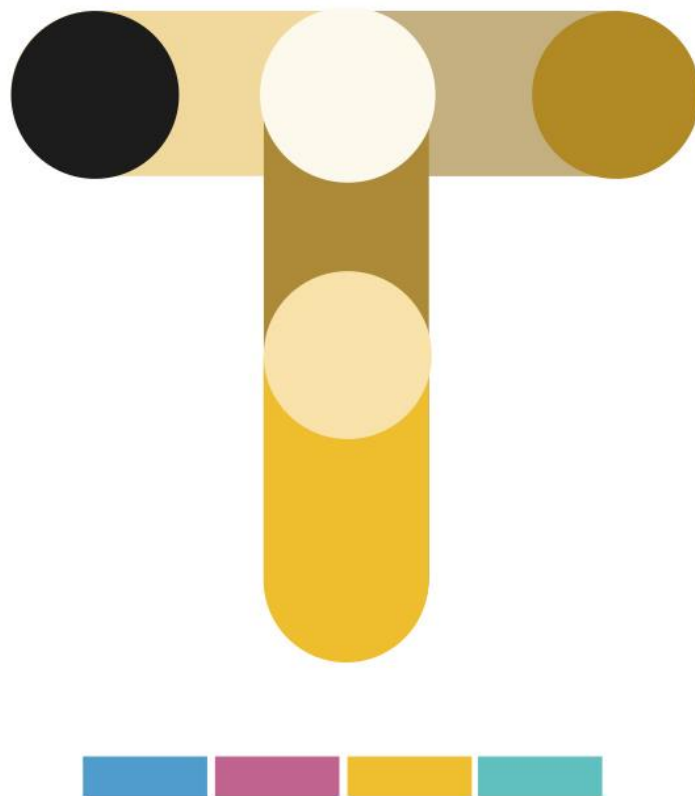
- Metodologia
 - Eguneroko bizitzako adibideetan oinarritutako teoria aurkeztu ondoren, hausnarketarako eta galderak egiteko aukera zabalduko da.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - Mugarik gabe.
- Datak eta orduak
 - Trebatzailearen agendaren arabera

6.2- Guraso-banaketa osasuntsu baten alde. TAILERRA.

Trebatzailea: Nerea Mendizabal (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra:
 - Bikote-harremana hasi eta amaitu daiteke baina aita-amek guraso izaten jarraituko dute. Erronka horretan sortzen diren gaiei aurre egiteko lagungarriak izan daitezkeen baliabideekin praktikatzeko aukera izango da.
- Helburuak
 - Erabakiak helduongan piztu dezakeenaz jabetzea
 - Guraso izaten jarraitzea, bikote izan gabe
 - Hurrei informazioa emateko oinarritzko jarraibideak eskaintzea
 - Erabakiak haurrengan izan dezakeen eraginaren aurrean, haien bidelagun izatea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Helduon errua, mina, tristura... eraldatzeko gakoak.
 - Zer leku edo begirada eskaini nahi diot seme-alaben aita edo amari?
 - Zer, noiz eta nola esan seme-alabei?
 - Nola zaindu seme-alaben mina, haserrea, frustrazioa, tristura?
 - Nola hartu denon beharrak zaintzeko erabaki egokiak?
- Metodologia
 - Eguneroko bizitzako adibideetan oinarritutako teoria aurkeztu ondoren, hausnarketarako eta galderak egiteko aukera zabalduko da.
- Taldeen partaide kopurua. Gehienekoak

- Gehienez 20 pertsona
- Datak eta orduak
- Trebatzailearen agendaren arabera





3-

Gizarte- testuingurua eta ingurune fisikoa



Hitzaldiak: 9

Tailerrak: 9





7.1 Haurren eta pantailen arteko harremana ulertzen (0-11 urte bitarteko haurren familientzat) HITZALDIA – HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Rakel Gamito (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Haurrek denbora asko ematen dute pantailaren aurrean. Zer egin dezake familiak erabilera-ohitura egokiak sustatzeko? Hitzaldi honetan gailu digitalen alderdi positiboak zein negatiboak zerrendatuko dira, online testuinguruetan haurrek zaintzeko estrategiak zehazteko.
- Helburuak
 - Egungo erabilera-ohitura teknologikoei buruz hausnartzea.
 - Gailu digitalen alderdi positiboak zein negatiboak azaltzea.
 - Online testuinguruetan haurrek zaintzeko gakoak eskaintzea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Jendarte hiperkonektatuaren errealitate digitala (erabilera-ohiturak).
 - Pantailak haurren garapenean dituzten eragin fisiko eta psikologikoak, positiboak zein negatiboak.
 - Teknologia erabiltzeko familiaren zaintza- zein bitartekaritza-estrategiak.
- Metodologia
 - Oinarri kontzeptualak ahozko azalpenen zein ikus-entzunezko materialen bitartez eskainiko dira.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - Mugarik gabe



- Datak eta orduak
 - 2021: asteazkenetan arratsaldez.
 - 2022: astelehenetan arratsaldez.

7.2 Haurrak eta pantailak: zer egin dezake familiak? (0-11 urte bitarteko haurren familientzat) TAILERRA – HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Rakel Gamito (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Zenbat denbora pasatzen dute etxeko haurrek pantailaren aurrean? Zernolako eragina dute gailu digitalek haurren garapenean? Zer egin behar da haurrak online testuinguruetan zaintzeko? Tailer honetan erabilera-ohitura teknologikoei buruz hausnartuko da, gailu digitalen alderdi positiboak zein negatiboak identifikatzeko eta online testuinguruetan haurrak zaintzeko estrategiak barneratzeko.
- Helburuak
 - Egungo errealitate digitala aztertzea, erabilera-ohiturei buruz hausnartzeko.
 - Gailu digitalen alderdi positiboak zein negatiboak identifikatzea.
 - Online testuinguruetan haurrak zaintzeko beharra barneratzea eta hori bermatzeko estrategiak eskuratzea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Jendarte hiperkonektatuaren egoera: teknologiaren garapen azkarra eta egungo errealitate digitala (erabilera-ohiturak).



- Pantailek haurren garapenean dituzten eragin fisiko eta psikologikoak.
 - Gailu digitalen abantailak eta arriskuak.
 - Haurren eskubideak eta nortasun digitala.
 - Teknologia erabiltzeko familiaren bitartekaritza-estrategiak.
- Metodologia
- Tailerra parte hartzeko moduan bideratuko da. Gaiak lantzeko hausnarketa kritikoa garatzea helburu duten praktika kolaboratiboak proposatuko dira eta oinarri kontzeptualak sakontzeko ahozko azalpenak, ikus-entzunezko materialak eta egoeren adibide zehatzak eskainiko dira. Beraz, ikasleen parte-hartzea eta gogoeta izango dira saioen funtsa.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
- 20 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
- 2021: asteazkenetan arratsaldez.
 - 2022: astelehenetan arratsaldez.

7.3 Nerabeen eta Interneten arteko harremana ulertzen (12-17 urte bitarteko nerabeen familientzat) HITZALDIA – NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Rakel Gamito (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Etxeko nerabeek mugikorrarekin duten harreman estua ulertu nahi bada, online daudenean zer egiten duten jakin nahi bada, familiak Interneten



erabilera segurua sustatzeko dituen estrategiak ezagutu nahi badira, hitzaldi honetan nerabeen errealitate digitala azalduko da, segurtasun digitalean familiak zer egin dezakeen azpimarratzeko.

■ Helburuak

- Nerabeen errealitate digitala aztertzea, erabilera-ohiturak, bizipenak eta arriskuak ezagutzeko.
- Erabilera segurua bermatzeko bitartekaritza-estrategiak barneratzea.

■ Landuko diren edukiak eta gaitasunak

- Nerabe hiperkonektatuen errealitate digitala (erabilera-ohiturak eta online bizipen positiboen garrantzia).
- Online arriskuak eta konektibitatearen alderdi garrantzitsuak: arriskuak: ziberbullying-a, sexting-a, grooming-a, eduki ezegokiak eta gehiegizko erabilera.
- Interneten erabilera arduratsua: familiaren bitartekaritza-estrategiak.

■ Metodologia

- Oinarri kontzeptualak ahozko azalpenen zein ikus-entzunezko materialen bitartez eskainiko dira.

■ Talde bakoitzeko partaide-kopurua

- Mugarik gabe

■ Datak eta orduak

- 2021: asteazkenetan arratsaldez.
- 2022: astelehenetan arratsaldez.



7.4 Nerabeak, Internet eta mugikorra: zer egin dezake familiak? (12-17 urte bitarteko nerabeen familientzat)

TAILERRA – NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Rakel Gamito (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Etxeko nerabeak mugikorrari itsatsita bizi dira? Denbora zertan pasatzen duten jakin nahi bada, Internet modu seguruan erabiltzeko estrategiak garatu nahi badira, tailer honetan nerabeen errealitate digitala aztertuko da, aukera zein arriskueta sakontzeko eta bitartekaritza-estrategiak eskuratzeko.
- Helburuak
 - Nerabeen errealitate digitala aztertzea, erabilera-ohiturak ezagutzeko.
 - Interneten bizipen positiboen eragina zein arriskuen ondorioak sakontzea.
 - Nortasun digitalaren garrantziaz jabetzea.
 - Erabilera segurua bermatzeko bitartekaritza-estrategiak barneratzea eta horiek bideratzeko zenbait baliabide eskuratzeko.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Jendarte hiperkonektatuaren egoera: teknologiaren garapen azkarra eta nerabeen errealitate digitala (erabilera-ohiturak, sare sozialak, youtuberrak eta online jolasak).
 - Online bizipen positiboen eragina: harremanak, identitatea eta gaitasunak.
 - Online arriskuak eta konektibitatearen zenbait alderdi garrantzitsuak: arriskuak (ziberbullying-a, sexting-a, grooming-a, eduki ezegokiak, gehiegizko erabilera) eta nortasun digitala.



- Interneten erabilera arduratsua: familiaren bitartekaritza-estrategiak eta erabilera seguru baterako estrategiak garatzeko gidalerroak eta baliabideen bilduma.
- Metodologia
 - Tailerra parte hartzeko moduan bideratuko da. Gaiak lantzeko hausnarketa kritikoa garatzea helburu duten praktika kolaboratiboak proposatuko dira eta oinarri kontzeptualak sakontzeko ahozko azalpenak, ikus-entzunezko materialak eta egoeren adibide zehatzak eskainiko dira. Beraz, ikasleen parte-hartzea eta gogoeta izango dira saioen funtsa.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua.
 - 20 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - 2021: asteazkenetan arratsaldez.
 - 2022: astelehenetan arratsaldez.

8.1 Substantzien kontsumoa. Zer egin dezake familiak?

HITZALDIA

Trebatzailea: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Familiei seme-alaben hazkuntzan izaten den kezka handienetako bati buruzko informazioa ematea: substantzien kontsumoa nerabeen eta gazteen artean, batez ere alkoholarena, tabakoarena eta kanabisarena.
- Helburuak

- Osasunerako Hezkuntzan familiak identifikazio-eredu gisa duen prebentzio-funtzioa sustatzea.
- Adikzioei eta beraiekin lotutako arriskuei buruzko ezagutzak eta oinarrizko informazioa ematea..
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Adikzioen eta prebentzioaren alorreko oinarrizko kontzeptuak. Zer dira drogak?
 - Substantziek nerabeen eta gazteen artean duten eraginari buruzko datuak.
 - Arazo ez bihurtzeko hainbat gako.
 - Kontsumo edo erabilera problematikoak izan daitezkeenak goiz antzematea.
 - Zer egin dezake familiak?
- Metodologia
 - Parte hartzeko metodologia. Trebatzailearen azalpen teoriko-praktikoa eta bertaratuen parte-hartzea, bi norabideko komunikazioa sustatuz.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - Mugarik gabe.
- Datak eta orduak
 - Goizez nahiz arratsaldez





8.2 Substantzien kontsumoa. Zer egin dezake familiak?

TAILERRA

Trebatzailea: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Familien funtzio nagusietako bat da seme-alabak heztea eta balio jakin batzuk eta portaera-jarraibide egokiak eskura ditzaten lortzea. Horretarako, familiei adikzioen gaiari aurre egiteko behar duten informazioa, prestakuntza eta aholkularitza eman nahi zaizkie.

- Helburuak
 - Osasunerako Hezkuntzan familiak identifikazio-eredu gisa duen prebentzio-funtzioa sustatzea.
 - Adikzioei eta beraiekin lotutako arrisku espezifikoiei buruzko ezagutzak eta oinarrizko informazioa ematea.
 - Horien aurrean era positiboan erantzuteko abileziez eta estrategiez hornitzea.

- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Adikzioen eta prebentzioaren alorreko oinarrizko kontzeptuak. Zer dira drogak?
 - Substantziek nerabeen eta gazteen artean duten eraginari buruzko datuak.
 - Mitoak eta errealitateak.
 - Kontsumo edo erabilera problematikoak izan daitezkeenak goiz antzematea.
 - Babes-alderdiak versus arrisku-alderdiak.
 - Trebetasun sozialak, komunikazioa eta entzute aktiboa.
 - Inpultsibitatea eta autokontrola.



- Gatazkak konpontzea.
- Elkarrizketak nerabeekin.
- Zer zer egin dezake familiak?

- Metodologia
 - Parte hartzeko metodologia: trebatzailearen azalpen eta funtsatze teorikoa partaidetzako talde operatiboetan egindako lanarekin uztartuko dira. Talde-dinamika desberdinak egingo dira, parte-hartzea sustatzeko eta familiek prebentzio-lan egokia egiteko estrategiak eta tresnak eskuratu ahal izateko.
 - Edukiak azaltzeko, teknologiak erabili eta bideoak ikusiko dira lagungarri. Tailerretan parte hartzen duten pertsonak taldean eztabaidatzeko teknikak, simulazio-teknikak eta abar erabiliko dituzte.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 25 pertsona gehienez.

- Datak eta orduak
 - Goizez nahiz arratsaldez

9.1. Kirol-apustuak eta ausazko jokoak. Zer egin dezake familiak? HITZALDIA

Trebatzailea: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Familien arloko prebentzioak funtsezko zutabea izan behar du adingabeen garapen egokirako. Horretarako, jokabide-adikzioei edo substantziarik



gabeko adikzioei buruzko informazioa eman nahi zaie familiei, kirol-apustuak eta ausazko jokoa bereziki azpimarratuz, gaiarekin zerikusia duten kontzeptuak argitzeko eta horiek hezteko zereginetan laguntzeko.

■ Helburuak

- Familiak Osasunerako Hezkuntzan duen prebentziozko zereginaren garrantzia sustatzea, identifikazio-eredu gisa.
- Jokabide-mendekotasunei buruzko ezagutzak eta oinarrizko informazioa ematea, bereziki kirol-apustuei eta ausazko jokoei buruzkoa, eta horiekin lotutako arrisku espezifikoari buruzkoa.

■ Landuko diren edukiak eta gaitasunak

- Zer da jolasa? Joko osasungarria versus joko patologikoa.
- Joko erakargarri eta mendekotasun-ahalmen bihurtzen dituzten jokoen ezaugarriak.
- Arazo ez bihurtzeko gakoak.
- Kontsumo edo erabilera arazotsuak goiz atzematea.
- Zer egin dezake familiak?

■ Metodologia

- Metodologia parte-hartzailea hitzaldia izan arren eta formatzailearen azalpen teoriko-praktikoa eduki arren, bertaratutakoak parte hartzera gonbidatuko dira, bi noranzkoko komunikazioa sustatuz.

■ Taldeen partaide kopurua. Gehienekoak

- Mugarik gabe.

■ Datak eta orduak

- Goizez nahiz arratsaldez.



9.2 Kirol-apustuak eta ausazko jokoak. Zer egin dezake familiak? TAILERRA

Trebatzailea: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Familien eginkizun nagusietako bat da seme-alabak hezte eta balio eta portaera egokiak har ditzaten lortzea. Horretarako, portaera-mendekotasunen gaiari aurre egiteko behar den informazioa, prestakuntza eta aholkularitza eman nahi zaie familiei, bereziki kirol-apustuak eta ausazko jokoak.
- Helburuak
 - Familiak Osasunerako Hezkuntzan duen prebentziozko zereginaren garrantzia sustatzea, identifikazio-eredu gisa.
 - Jokabide-mendekotasunei buruzko ezagutzak eta oinarrizko informazioa ematea, bereziki kirol-apustuei eta ausazko jokoei buruzkoa, eta horiekin lotutako arrisku espezifikoiei buruzkoa.
 - Haien aurrean modu positiboan erantzuten lagunduko dieten trebetasunak eta estrategiak ematea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Zer da jokoa? Kalterik gabeko jokoa versus joko patologikoa.
 - Jokoak erakargarri eta mendekotasun-sortzaile bihurtzen dituzten ezaugarriak.
 - Arazo ez bihurtzeko gakoak.
 - Kontsumo edo erabilera problematikoak izan daitezkeenak goiz antzematea.
 - Babes-alderdiak versus arrisku-alderdiak.

- Trebetasun sozialak, komunikazioa eta entzute aktiboa.
 - Inpultsibitatea eta autokontrola.
 - Gatazkak konpontzea.
 - Elkarrizketak nerabeekin.
 - Zer egin dezake familiak?
- Metodologia
- Parte hartzeko metodologia: formatazilearen azalpen eta oinarri teorikoak eta talde parte-hartzaile eta operatiboen lana konbinatuko dira. Talde dinamika desberdinak egingen dira parte-hartzea sustatzeko eta familiek prebentzio lan egokia egiteko estrategiak eta tresnak eskuratzeko.
 - Edukiak erakusteko, teknologien laguntza izango da eta laguntza-bideoak ikusi ahal izango dira. Tailerretan parte hartzen duten pertsonak taldean eztabaidatzeko eta eztabaidatzeko teknikak, simulazio-teknikak eta abar erabiliko dituzte.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
- 25 pertsona gehienez.
- Datak eta orduak
- Goizez nahiz arratsaldez.



10.1 Haurren ongizaterako eta garapen osasuntsu baterako gakoak. Jolasa, sormena eta adierazpena garapen fisiko, emozional eta kognitiborako ardatz. HITZALDIA – HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Leyre Cano (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Haurren beharrak identifikatuz eta asetuz, jolasak, jarduera fisikoak, sormenak eta adierazpenak haien garapenean duten garrantzia ulertu eta kontzientziaztea, guraso gisa bidelagun izateko gakoak eskuratuz.

- Helburuak
 - Haurren beharrak ezagutu eta identifikatzen ikastea.
 - Jolasak eta jarduera fisikoak haurren garapen fisiko, emozional eta mentalean duten garrantzia ulertzea.
 - Jolasa, sormena eta adierazpena: zer, noiz, zenbat eta nola behar duten ezagutzea.
 - Orekaren garrantziaz jabetzea. Energia-zikloak, natura eta jardueraniztasuna.
 - Jarduera fisikoan eta kiroletan dagoen eskaintzaren aniztasuna ezagutzea eta haur bakoitzarentzat aproposa izan daitekeena detektatzea.

- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Jolasa eta jarduera fisikoaren onurak. Jolas librearen garrantzia.
 - Haurren beharrak eta ohitura osasungarriak: loa, sormena, adierazpena, jarduera fisikoa, harremanak eta emozioen kudeaketa.
 - Muga asertiboen eta askatasunaren arteko oreka jolasaren eta jarduera fisikoaren bitartez.



- Jolas eta kirol-aniztasuna. Bakarkako/taldeko kirolak eta beste alternatiba batzuk.
- Gurasoak hezitzaile eredugarri eta kontziente. Nola?
- Metodologia
 - Partaidetzako metodologia dinamikoa; hainbat unetan gamifikatua; konfiantzan eta konexioan oinarritua. Rol-jolasak eta dinamika praktikoak erabiliz, ulermena eta proposamenak eskaintzeaz gain, integrazioa bilatuko da esperientziaren bitartez.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - Gelaren arabera.
- Datak eta orduak
 - Astearte eta ostegunetan
 - Larunbatetan (noizbehinka)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30

10.2 Jolasaren, jarduera fisikoaren eta adierazpenaren bitartez haurren ongizatea ahalduntzea eta garapen fisiko-emozional-soziala lortzeko proposamenak. TAILERRA – HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Leyre Cano (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Modu praktikoan baliabide, tresna eta proposamen anitzak ezagutzea, jolas, adierazpen, sormen eta jarduera fisikoaren bitartez haurren ongizate,

ahalduntze eta garapen prozesuetan bidelagun kontziente eta onuragarria izateko.

■ Helburuak

- Haurren garapen fisiko, emozional eta mentalean hainbat jolas eta jarduera fisikok izan ditzaketen onurak ulertu eta haurren beharrak asetzeko erabiltzen ikatea.
- Jolas, baliabide eta jarduera anitzak proposatzen (noiz, zenbat eta nola) eta bideratzen ikatea.
- Jarduera fisikoan eta kiroletan dagoen eskaintzaren aniztasuna ezagutzea eta haur bakoitzarentzat aproposa izan daitekeena detektatzea.
- Gorputz-adierazpena, sormena eta naturarekiko harremana sustatzeko proposamenak ezagutzea.

■ Landuko diren edukiak eta gaitasunak

- Jolas librea giltzarri. Nola bermatu? Zer ezaugarri behar dira?
- Sormena, adierazpena eta jolas hezigarriak proposatzeko gakoak. Adibideak, baliabide eta tresna zehatzak.
- Jolasak, adierazpenak eta sormenak bermatzen dituen garapen eta onurak identifikatu eta modu praktikoan esperimintatzea.
- Gurasoak hezitzaile eredugarri eta kontziente. Nola?

■ Metodologia

- Partaidetzazko metodologia dinamikoa; hainbat unetan gamifikatua; konfiantzan eta konexioan oinarritua. Rol-jolasak eta dinamika praktikoak erabiliz, ulermena eta proposamenak eskaintzeaz gain, integrazioa bilatuko da esperientziaren bitartez.
- Material anitzak erabiltzeko aukera: Lego Serious Play edo Playmobil bezalako teknika proiektiboak, Dixit...

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 12-15 lagun, gelaren arabera.
- Datak eta orduak
 - Astearte eta ostegunetan
 - Larunbatetan (noizbehinka)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30

10.3 Jarduera fisikoaren eta ohitura osasungarrien bitartez nerabeak ahalduntzea eta beren autoestimua areagotzea.

HITZALDIA – NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Leyre Cano (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Nerabe bakoitzaren beharrak identifikatuz, autoestimua eta ahalduntzea areagotzeko baliabideak eta proposamenak ezagutzea.
- Helburuak
 - Nerabeen behar zehatzak ezagutzea haien garapen fisiko, emozional eta mentalerako.
 - Autoestimua garapena eta ahalduntze-prozesuaren nondiko norakoak ulertu eta haien garapenerako baliabideak ezagutzea.
 - Oreka eta ohitura osasungarriak izateko xedearekin, motibazioa sustatzeko proposamenak partekatzea. Jarduera fisikoaren edo kirolaren kudeaketak garapen orekatu eta osasungarrian duen garrantzia ulertu.
 - Norberaren irudi eta gorputzarekiko harremana kudeatzeko orientabideak ezagutzea.



- Guraso kontziente izateko gogoetak partekatu eta nerabeen bidelagun izateko baliabideak barneratzea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Autoestimua eta ahalduntzearen kontzeptuak. Zergatik eta zertarako?
 - Ohitura osasungarriaren garrantzia eta jardura fisikoaren onurak. Lo, sormena eta harremanak.
 - Autoezagutza eta muga asertiboen garrantzia autoestimua eta ahalduntzearen alorretan.
 - Jardura fisiko eta kirola autoestimua eta ahalduntzea garatzeko baliabideak.
 - Norberaren irudi eta gorputzarekiko harremana jardura fisikoaren bitartez.
 - Gurasoak hezitzaile eredu garri eta kontziente. Nola?
- Metodologia
 - Partaidetzako metodologia dinamikoak; hainbat unetan gamifikatua; konfiantza eta konexioan oinarritua. Rol-jolasak eta dinamika praktikoa erabiliz, ulermena eta proposamenak eskaintzeaz gain, integrazioa bilatuko da esperientziaren bitartez.
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - Gelaren arabera.
- Datak eta orduak
 - Astearte eta ostegunetan
 - Larunbatetan (noizbehinka)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30



10.4 Nerabeen ongizatea eta garapen integrala. Sedentarismoaren, antsietatearen eta isolamenduaren prebentzio eta kudeaketarako lehen urratsak. TAILERRA – NERABEEN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Leyre Cano (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Zer behar dute gure seme-alabek? Nerabeen oreka eta garapen fisiko, emozional eta mentala bermatzeko baliabide eta proposamenak ezagutzea.
- Helburuak
 - Nerabeen behar zehatzak ezagutzea haien garapen fisiko, emozional eta mentalerako.
 - Orekaren garrantziaz jabetzea, alderdi mentala, emozionala eta fisikoa lerrokatuz.
 - Nerabeen jarduera fisikoarekiko motibazioa sustatzeko proposamenak ezagutzea.
 - Norberaren irudi eta gorputzarekiko harremana kudeatzeko orientabideak ezagutzea.
 - Jarduera fisikoaren ala kirolaren kudeaketak nerabeen garapen orekatu eta osasungarrian duen garrantzia ulertu.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Jarduera fisikoaren onurak eta nerabezaroan duen garrantzia.
 - Ohitura osasungarriak: jarduera fisikoa, loa, sormena eta harremanak.
 - Muga asertiboen eta askatasunaren arteko oreka jarduera fisikoaren eta kirolaren bitartez.



- Gurasoak hezitzaile eredugarri eta kontziente. Nola?
- Jarduera fisikoa ala kirola: zer, noiz, zenbat eta nola? Motibazioa giltzarri.
- Jarduera fisikoa eta kirola, balioak garatzeko tresna: pertseberantzia, zaintza, gozamina, errespetua...
- Metodologia
 - Partaidetzako metodologia dinamikoa; hainbat unetan gamifikatua; konfiantzan eta konexioan oinarritua. Rol-jolasak eta dinamika praktikoak erabiliz, ulermena eta proposamenak eskaintzeaz gain, integrazioa bilatuko da esperientziaren bitartez.
 - Material anitzak erabiltzeko aukera: Lego Serious Play edo Playmobil bezalako teknika proiektiboak, Dixit...
- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 12-15 lagun, gelaren arabera.
- Datak eta orduak
 - Astearte eta ostegunetan
 - Larunbatetan (noizbehinka)
 - 17:00-18:30, 18:00-19:30, 19:00-20:30

11.1 Hezkidetzak eta haurtzarora. Nola landu etxean?

HITZALDIA – HAURREN GURASOENTZAT

Trebatzailea: Jone Zalduegi (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra

- Hezkidetzan era baikorrian eta dinamikoan parte hartzea sustatzea. Alde batetik, planteamendu anitzak jorratzeko espazioa sortuko da, eta bestetik, alabak eta semeak parekidetasunean hezteko gakoak jorratuko dira.

- Helburuak
 - Gurasoen heziketa-prozesuak nolakoak izan diren ikustea
 - Maskulinitatea eta feminitatea nola eratzen diren aztertzea
 - Hainbat kontzeptu era hezkidetzailan transmititzen saiatzea

- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Maskulinitatea eta feminitatea eratzea
 - Etxeko espazioa eta hezkidetza
 - Aisialdia eta hezkidetza

- Metodologia
 - Adin txikikoekin hezkidetza lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzen laguntzen duten dinamiken bidez, haur eta nerabeen identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 30 pertsona gehienez

- Datak eta orduak
 - 2022an



- Ostegun batean

11.2 Nola landu hezkidetza haurrekin etxean? TAILERRA - HAURREN GURASOENTZAT.

Trebatzailea: Jone Zalduegi (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Hezkidetzan era baikorren eta dinamikoan hezteko espazioa sortzea. Alde batetik, zalantzak eta planteamendu anitzak jorrazteko espazioa sortuko da, eta bestetik, alabak eta semeak parekidetasunean hezteko gakoak jorrazteko dira.
- Helburuak
 - Gurasoen heziketa-prozesuak nolakoak izan diren ikustea
 - Maskulinitatea eta feminitatea nola eratzten diren aztertzea
 - Hainbat kontzeptu era hezkidetzailan transmititzen saiatzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Maskulinitatea eta feminitatea eratztea
 - Etxeko espazioa eta hezkidetza
 - Aisialdia eta hezkidetza
- Metodologia
 - Adin txikikoekin hezkidetza lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzeko laguntzen duten dinamiken bidez, haur eta nerabeen identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu



jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 20-22 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - 2022an
 - Ostegun batean

11.3 Hezkidetzak eta nerabegaroa. Nola landu etxean?

HITZALDIA – NERABEEN GURASOENTZAT.

Trebatzailea: Jone Zalduegi (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Hezkidetzan era baikorren eta dinamikoan parte hartzea sustatzea. Alde batetik, planteamendu anitzak jorrazeko espazioa sortuko da, eta bestetik, alabak eta semeak parekidetasunean hezteko gakoak jorratuko dira.
- Helburuak
 - Gurasoen heziketa-prozesuak nolakoak izan diren ikustea
 - Maskulinitatea eta feminitatea nola eratzen diren aztertzea
 - Hainbat kontzeptu era hezkidetzailan transmititzen saiatzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak

- Maskulinitatea eta feminitatea eratzea
- Etxeko espazioa eta hezkidetza
- Aisialdia eta hezkidetza

- Metodologia
 - Nerabeekin hezkidetza lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzen laguntzen duten dinamiken bidez, haur eta nerabeen identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 30 pertsona gehienez

- Datak eta orduak
 - 2022an
 - Ostegun batean





11.4 Nola landu hezkidetza nerabeekin etxean? TAILERRA – NERABEEN GURASOENTZAT.

Trebatzailea: Jone Zalduegi (Emoki) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Hezkidetzan era baikorrean eta dinamikoan hezteko espazioa sortzea. Alde batetik, zalantzak eta planteamendu anitzak jorratzeko espazioa sortuko da, eta bestetik, alabak eta semeak parekidetasunean hezteko gakoak jorratuko dira.
- Helburuak
 - Gurasoen heziketa-prozesuak nolakoak izan diren ikustea
 - Maskulinitatea eta feminitatea nola eratzen diren aztertzea
 - Hainbat kontzeptu era hezkidetzailan transmititzen saiatzea
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Maskulinitatea eta feminitatea eratzea
 - Etxeko espazioa eta hezkidetza
 - Aisialdia eta hezkidetza
- Metodologia
 - Nerabeekin hezkidetza lantzeko kasuak eta esperientziak bistaratzen laguntzen duten dinamiken bidez, haur eta nerabeen identitateari, ongizateari eta portaerari eragiten diela ulertzen lagunduko da. Informazioa zer adinekin jaso beharko luketen eta zer eta nola landu jakiteko, beharrezkoa da lehenago ezagutzea zer eduki kontsumituko dituzten, zer testuingurutan, zer pertsonarekin, eta zeintzuk izan daitezkeen



jasotzen duten informazioaren eta jasotzen ez duten informazioaren ondorioak.

- Taldeen partaide kopurua. Gehienekoak
 - 20-22 pertsona gehienez
- Datak eta orduak
 - 2022an
 - Ostegun batean

12.1 Bullying-egoerak minimizatzeko ingurune seguruak nola sortu. HITZALDIA

Trebatzailea: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Familiei seme-alabentzako ingurune seguru eta babesleak sortzen laguntzea, eta egon daitezkeen arrisku-egoerak detektatzen eta identifikatzen ikastea, hala nola jazarpen- edo bullying-egoerak.
- Helburuak
 - Haur eta nerabeen hazkuntzan familiak duen babesle-funtzioaren garrantzia sustatzea.
 - Jazarpen-egoerak antzeman eta identifikatzeko ezagutzak eta oinarrizko informazioa ematea.
- Landuko diren edukiak eta gaitasunak
 - Zer da bullying-a? Jazarpen-egoerak versus bullying-a.



- Zer dira gatazkak?
- Gatazkak bullying ez bihurtzeko gakoak.
- Goiz antzematea eta babesgabetasuna.
- Zer egin dezake familiak?

- Metodologia
 - Parte hartzeko metodologia. Hitzaldia izan arren eta trebatzaileak azalpen teoriko-praktikoa emango duen arren, bertaratuak parte hartzera gonbidatuko dira bi norabideko komunikazioa sustatuz.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - Mugarik gabe.

- Datak eta orduak
 - Goizez nahiz arratsaldez.

12.2 Bullying-egoerak minimizatzeko ingurune seguruak nola sortu. TAILERRA

Trebatzailea: Estibaliz Ansotegi (Ortzadar) (Bere fitxa katalogo amaieran kontsulta dezakezu)

- Helburu orokorra
 - Familien funtzio nagusietako bat da seme-alabak hezte eta balio jakin batzuk eta portaera-jarraibide egokiak eskura ditzaten lortzea. Babesaren gakoa da "ingurune seguru eta babesleak" sortzea. Ingurune horietan pertsonak erabat garatu ahal izango dira, beren eskubideak errespetatuko zaizkie eta edozein indarkeria-motatatik libre egongo dira.

■ Helburuak

- Familiak seme-alaben hazkuntzan duen babesle-funtzioaren garrantzia sustatzea.
- Jazarpen-egoerak detektatzeko eta identifikatzeko oinarrizko ezagutzak eta informazioa ematea.
- Balizko jazarpen-egoerei modu egokian eta indarkeriarik gabe erantzuten lagunduko dieten trebetasunak eta estrategiak ematea.

■ Landuko diren edukiak eta gaitasunak

- Zer da bullying-a? Jazarpen-egoerak versus bullying.
- Zer dira gatazkak?
- Gatazkak bullying ez bihurtzeko gakoak.
- Garaiz antzematea eta babesgabetasuna.
- Kontsumo edo erabilera problematikoak goiz antzematea.
- Babes-alderdiak versus arrisku-alderdiak.
- Trebetasun sozialak, komunikazioa eta entzute aktiboa.
- Inpultsibitatea eta autokontrola.
- Gatazkak konpontzea.
- Zer funtzio betetzen dugu familiek?

■ Metodologia

- Parte hartzeko metodologia: trebatzailearen azalpen eta funtsatze teorikoa partaidetzako talde operatiboetan egindako lanarekin uztartuko dira. Talde-dinamika desberdinak egingo dira, parte-hartzea sustatzeko eta familiek prebentzio-lan egokia egiteko estrategiak eta tresnak eskuratu ahal izateko.
- Edukiak azaltzeko, teknologiak erabili eta bideoak ikusiko dira lagungarri. Tailerretan parte hartzen duten pertsonak taldean eztabaidatzeko teknikak, simulazio-teknikak eta abar erabiliko dituzte.

- Talde bakoitzeko partaide-kopurua
 - 25 pertsona gehienez.
- Datak eta orduak
 - Goizez nahiz arratsaldez.

Trebatzaileak:

Nerea Mendizabal:

- Komunikazio ez bortitzeko trebatzailea, psikopedagogo, Gizarte Hezkuntzan diplomatua, haur-masajeko hezitzailea.
- ZUTANI jolasa eta “Elkarrekin hazi” eta “Jirafa Hizkuntza” liburuen sortzaile eta egilea da: KEBeko bizipen-prozesuan oinarritutako materiala da, eta bere xedea da lotura emozionala lantzea, gatazken ebazpena erraztuz.

Donna Apellaniz Nieto:

- Gaur egun, adimen emozionaleko irakaslea eta terapeuta emozional sistemikoa.
- Ikasketak:
 - Diplomatura: Lehen Hezkuntza.
 - Masterra: Adimen emozionala hezkuntzan.
 - Masterra: Estrategia sistemikoak haur eta nerabeekin eta ingurune terapeutikoen sorrera.
 - Graduondokoa: Bioneuroemozioen metodoa.
- Ibilbide profesionala:
 - 2008-20016: Hezkuntza ez formalean hezitzaile.
 - 2015-2018: Eskola aktibo bateko bidelagun.



- 2016tik: "Educando La Emoción" proiektua sortu, eta adimen eta hezkuntza emozionalaren garrantzia lantzen eta zabaltzen ari da, bidelagun emozional gisa.

Jone Zalduegi Urresti:

- Feminista, integratzaile soziala, hezkidetzan eta heziketa sexualean eta familiarrean aditua. 10 urte baino gehiago haur, nerabe eta gazteak hezten eta baita haien familiak eta irakasleak ere.

Rakel Gamito Gomez:

- Hezkuntza Zientzietan doktorea, Euskal Herriko Unibertsitateko Hezkuntza eta Kirol Fakultateko irakaslea eta IkHezi ikerketa-taldeko kidea. Hezkuntza, teknologia hezigarria, gaitasun digitala eta generoa dira bere lerro nagusiak. UEUKidea eta UEUko Pedagogia sailburua.

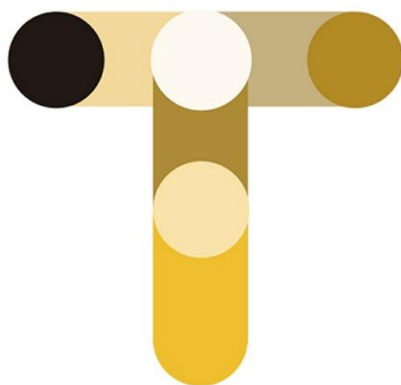
Estibaliz Ansotegi Guruziaga:

- Psikologoa eta Familia-orientazio eta -aholkularitzako masterra
- 2002tik: Osasunaren prebentzio eta sustapenerako proiektuetan hezitzailea eta koordinatzailea Ortzadar SL enpresan.
- DBHko ikasleei adikzioen arloko tailerrak ematen dizkie.
- Osasunaren prebentzioari eta sustapenari buruzko prestakuntza ematen die irakasleei, familiei eta bestelako osasun-eragileei (gazteria-teknikariak, gizarteratzeko eta laneratzeko lantaldeak, gizarte- eta hezkuntza-arloko esku-hartzeko lantaldeak, gizarte-zerbitzuetako udal-langileak, kiroleko kirolariak, astialdiko begiraleak, etab).

- Prebentzioko materialetarako edukiak diseinatzen eta lantzen ditu, bai ikasleentzat, bai irakasle eta familientzat.

Leyre Cano:

- Magisteritza, Heziketa Fisikoa eta Psikopedagogiako ikasketak egin ondoren, haur eta nerabeekin lanean jardun da bere bizitzan zehar. Prestakuntza ezberdinak egiten jarraitu du adimen emozional, jolas, sormen eta artearen inguruan, baita komunikazio ez bortitzaren alorrean ere. Helduekin ere lan egin du eta abilezia sozial eta emozionalaren garapenerako jarduerak eskaintzen ditu.
- *web orria: www.leyrecano.com (ez dago eguneratuta, aldatze-prozesuan dago)



TREBA



gurasoak

gipuzkoangazte.eus/treba/gurasoak