



## ESKULIBURUA (LH 5-6)

Hezkuntza programaren buruzko argibideak



2017/09/12

# AURKIBIDEA

<b>1</b>	<b>SARRERA</b> .....	<b>3</b>
1.1	Eskuliburu honen helburua .....	3
1.2	Isiltasuna Hautsi hezkuntza programa .....	3
<b>2</b>	<b>PARTE HARTZAILEAK ETA ROLAK</b> .....	<b>4</b>
2.1	Arraztalo .....	4
2.2	Irakasleak.....	5
2.3	Ikasleak.....	5
2.4	Gurasoak.....	5
<b>3</b>	<b>PLANGINTZA</b> .....	<b>6</b>
3.1	<b>Ekintzen deskribapena</b> .....	<b>6</b>
3.1.1	Gurasoekin tailerra (E1) .....	6
3.1.2	Irakasle/hezitzaileekin tailerra (E2-E3) .....	7
3.1.3	Unitate didaktikoarekin saioak ikasgelan (E4).....	7
3.1.4	Saio gehigarriak ikasgai zehatzetan (E5).....	8
3.1.5	Barazetara bisita (E6).....	9
3.1.6	Kontsumo taldearen banaketara bisita (E7) .....	9
3.2	<b>Kronograma</b> .....	<b>10</b>
<b>4</b>	<b>BALIABIDEAK</b> .....	<b>10</b>
<b>5</b>	<b>AZKEN ARGIBIDEAK</b> .....	<b>10</b>

# 1 SARRERA

## 1.1 Eskuliburu honen helburua

Eskuliburu honen helburua Arraztalo Elkarteak sortutako Isiltasuna Hautsi unitate didaktikoaren programa zehaztea da. Unitate didaktiko hau gaixotasun psikikoak eta buru-osasuna hezkuntzan lantzeko sortu dugu.

Unitate didaktikoa bera ikasgelan gaixotasun psikikoak zer diren lantzeko nahikoa den arren, ez dugu uste lanketa hori ikasgelara mugatu behar dugunik. Arraztalo Elkartean proposatzen duguna hezkuntza komunitateko kide guztien partaidetza da. Gaixotasun psikikoak zerbait erakutsi baldin badigu, inguru guztiari eragiten diola da. Eta hezkuntza komunitatean ere horrela gertatzen da. Horregatik ikasleek gain, irakasleen eta gurasoen parte-hartzea garrantzitsua dela uste dugu.

Jarraian datorrena, unitate didaktikoa ikasgelan lantzeaz gain, Arraztalo Elkarteak gaixotasun psikikoa osotasunez lantzeko egin beharreko ekintzen proposamena da.

## 1.2 Isiltasuna Hautsi hezkuntza programa

Arraztalo Elkarteak urteak daramatza ikastetxeekin elkarlanean integrazio programako baratzetara bisitak antolatzen. Bisita horietan ikasleei nekazaritzari buruzko oinarrizko ezagutzak ematen zaizkie: haziak eta landareak landatu, baratzeko mantenu lanak egin eta barazkiak bildu.

Nekazariak izateaz gain, Arraztalok helburu nagusi bat du: gaixotasun psikikoa duten pertsonen integrazioa. Baratzetako lana lan-integrazio programa bat da. Gaixotasun psikikoa duten pertsonentzako lanpostuak sortzen ditugu, pixkanaka lan-munduan integra daitezten. Dena den, ikasleek egiten dituzten bisitetan ez da behar bezala sakontzen lan eta gizarte integrazioaren esparrua. Ikasleek seguraski badakite zer den Arraztalo, baina gehiago lotzen dute nekazaritzarekin, gaixotasun psikikoarekin baino.

Hori dela eta sortu dugu Isiltasuna Hautsi unitate didaktikoa. Baratzetara egiten diren bisitak, ikastetxean egindako lanarekin osatu nahi ditugu. Gaixotasun psikikoak eta buru-osasuna zer diren lantzeko unitate didaktikoa sortu dugu. Honekin, irakasleek euskarria eta laguntza dute jarduera ezberdinen bidez gaia ikasgelan lantzeko.

Honez gain, Arraztalo Elkartetik gurasoentzat eta irakasleentzat ekintzak ere proposatzen ditugu, hezkuntza komunitateak buru-osasunaren inguruko oinarrizko jakintza bat eduki dezan. Badakigu gaixotasun psikikoaren inguruan estigma izugarria dagoela, horregatik, ikasgelan ezer egiten hasi baino lehen, sentsibilizazio saioak proposatzen ditugu bai gurasoekin baita irakasleekin ere. Haur eta gazteak sentsibilizatu nahi baditugu, euren ingurukoak ere sentsibilizatuak daudela ikusi behar baitute.

Aipatu beharra dago Arraztaloko kideak ez garela profesionalak. Ez guk ezta unitate didaktiko honek ez du osasun eta gizarte ongizate arloan lan egiten duten horien lana ordezkatzeko. Horregatik material hau tentuz erabiltzea eskatzen dugu. Jatorrizko unitate didaktikoa AEBko NAMI Queens/Nassau Elkarrekin sortu zuen 90. hamarkadan. Ordutik eskola eta herrialde ugarian erabili da. Buru-osasunari eta gaixotasun psikikoari buruzko azalpen teknikoak baino, hauekiko dauden jarrerak eta estigmak lantzeko ariketak proposatzen dira.

## 2 PARTE HARTZAILEAK ETA ROLAK

Eskuliburu honetan proposatzen den programazioan, hezkuntza komunitateko partaide guztien parte-hartzea proposatzen da. Gaixotasun psikikoak ez dira berriak eskoletan, egunerokotasunean gero eta gehiago kudeatu behar izaten baitira horrelako arazoak. Dena den ikasgeletan gai hau era zuzenean lantzea nahiko berria izan daiteke, orain arte estigmaz inguratuta egon baiten gaixotasuna izan baita. Horregatik proposatzen dugu, irakasle eta gurasoen parte hartzea, eurek ere ikasgelan landuko denaz oinarrizko jakintza eduki behar dutelako.

### 2.1 Arraztalo

Arraztalo Elkarrekin gaixotasun psikikoaren testuingurua jarriko du hezkuntza programan. Irakasle eta gurasoekin egindako saioak gidatuko ditu, unitate didaktikoa aurkeztu, egiten duen lana aurkeztu, gaixotasun psikikoak zer diren azaldu eta hauen ondorioak aurkeztuz. Gainera, unitate didaktikoari buruzko edozein zalantza ere argituko ditu eta baratzetara bisitak antolatu.

## 2.2 Irakasleak

Irakasleak izan behar dute ikastetxean hezkuntza programaren gidaritza hartzen dutenak. Arraztalo Elkartearen helburua ez da ordu batzuetan irakasleak ordezkatu eta ikasgelan gaixotasun psikikoa lantzea. Ikasleen sentsibilizazioa lortzeaz gain, irakasleek ere jakintza minimo bat lortu behar dute gaixotasun psikikoen eta buru-osasunaren inguruan. Hezkuntza programa honek gaixotasun psikikoak aurreikusteko jakintza lortzea ere badu helburu. Eta aurreikuspen horiek irakasleek egin behar dituzte. Hau dela eta jarduera bakoitza dagokion irakasleak irakastea da helburua. Unitate didaktikoak ez du gaixotasun psikikoaren inguruan teknikoki zailtasunik, beraz edozeinek erabiltzeko prestatua dago. Arraztalo Elkartearen lana unitatearen inguruan dagoen edozein zalantza argitzea izango da eta irakasleekin aurrez gaixotasun psikikoen testuingurua lantzea.

## 2.3 Ikasleak

Programa honen helburu nagusia ikasleen sentsibilizazioa da. Unitate didaktikoak gaixotasun psikikoari eta harremani buruzko oinarrizko kontzeptuak lantzen ditu: enpatia, estigma, sentimenduen kudeaketa eta abar. Oso oinarrizko kontzeptuak dira, gizarteko beste edozein esparrutan aplikagarriak direnak, baina gaixotasun psikikoak sortzen dituzten ondorioei aurre egiteko jakin beharrekoak. Ideia nagusia bat eta bakarra da: gaixotasun psikikoei buruz hitz egin behar dugu, naturaltasunez eta normaltasunez.

Ikasleen pentsamoldean hau txertatzeko ikasgelan jarduera ezberdinak egingo dituzte. Gainera Arraztaloren berri izango dute eta baratzetara bisitak egingo dituzte. Horrela esparru teorikoa eta praktikoa landu nahi ditugu. Ikasgelan ikus dezatela gaixotasun psikikoak badaudela, ondorioak eragiten dituztela eta horri buruz hitz egin behar dugula eta baratzean ikus dezatela Oartzunen nola aurre egiten diegun ondorio horiei eta nora jo dezaketen arazoak baldin badituzte.

## 2.4 Gurasoak

Hezkuntza programa honetan gurasoen parte-hartzea ezinbestekoa da. Esperientziaz dakigu gizartean gaixotasun psikikoak oso zabalduak daudela eta seguru aski ikas-material hau erabiltzen duten ikasle eta gurasoen artean bizi dute edo bizi izan dute

gaixotasun psikikoarekin esperientziaren bat. Estigma oraindik oso zabaldua dagoenez, gurasoek Arraztaloren hezkuntza programaren berri aurrez jakin behar dutela uste dugu. Gaixotasun psikikoak ondorio sozialak dituenaz, hezkuntza programa honen jarduerak etxean ere isla izan dezaketela jakitun gara. Familia askotan seguraski depresio eta beste motako gaixotasunekin esperientziak izan dituzte eta ikas-material honen beste helburu bat horiei buruzko elkarrizketak sortzea da. Aitzakia izan nahi du familietan gaia naturaltasunez lantzen hasteko.

Horretarako beharrezkoa izango da gurasoen konplizitatea eta parte-hartzea.

### 3 PLANGINTZA

Jarraian Isiltasuna Hautsi hezkuntza programaren ekintzak azaltzen dira banaka. Aldez aurretik argitu behar da Arraztaloren helburua gaixotasun psikikoei buruz ikastetxeetan hitz egiten hasteko aitzakia jartzea dela. Programa ez da zertan oso osorik egin behar, ikastetxe bakoitzak erabaki dezake zenbat denbora erabili, zein ekintza egin eta nola. Arraztalok unitate didaktikoa jarriko du euskarri gisa eta baita barazetara bisitak. Hortik aurrera ikastetxe bakoitzak moldatu ditzake jarrian azaltzen diren ekintzak.

#### 3.1 Ekintzen deskribapena

##### 3.1.1 Gurasoekin tailerra (E1)

<b>Helburua</b>	Gurasoei gaixotasun psikikoa zer den azaldu eta euren iritziak jaso. Isiltasuna Hautsi hezkuntza programa azaldu.
<b>Parte-hartzaileak</b>	Gurasoak eta Arraztalo
<b>Iraupena</b>	2 ordu
<b>Baliabideak</b>	Ikasgela/aretoa, ordenagailua, proiektorea eta tailerra egiteko materiala.

Aurretik aipatu dugun moduan, gurasoen parte-hartzea ezinbestekoa izango da. Ikastetxean eta barazetan egiten den lanak jarraipena izan dezake etxean eta hori behar bezala egiteko gaixotasun psikikoei buruzko ezagutza minimo bat ematea izango da ekintza honen helburua.

Tailer dinamiko batean gaixotasun psikikoa duten pertsonen esperientziak ezagutuko dira, Arraztaloren lana azalduko da eta parte-hartzaileen iritzia jasoko da. Azkenik

unitate didaktikoarekin egingo den lana azalduko da eta gurasoen rola zein den adostuko da.

### 3.1.2 Irakasle/hezitzaileekin tailerra (E2-E3)

<b>Helburua</b>	Irakasleei gaixotasun psikikoa zer den azaldu eta euren iritziak jaso. Isiltasuna Hautsi hezkuntza programa azaldu. Unitate didaktikoa azaldu eta zalantzak argitu.
<b>Parte-hartzaileak</b>	Irakasleak eta Arraztalo
<b>Iraupena</b>	3.5 ordu (E2: 2 h tailerra, E3: 1.5 h unitatea didaktikoaren azalpenak eta zalantzak argitzea)
<b>Baliabideak</b>	Ikasgela/aretoa, ordenagailua, proiektorea eta tailerra egiteko materiala.

Tailer hau gurasoekin egiten den tailerraren antzekoa izango da. Gaixotasun psikikoei buruzko oinarritzko ezagutza emango da, Arraztaloren lana azalduko da eta hezkuntza programaren oinarritzko helburu eta jarduerak azalduko dira.

Tailerra guztira bi saiotan banatzea proposatzen da:

- 1. Saioa: Aurkezpen orokorra. Gaixotasun psikikoei buruzko azalpenak, Arraztaloren aurkezpena eta gaixotasun psikikoei buruzko zalantza eta iritziak argitzea. Unitate didaktikoa banatu eta hurrengo saiorako begiratzeko eskatu.
- 2. Saioa: Unitate didaktikoaren aurkezpena. Unitate didaktikoa jardueraz jarduera aztertu, zalantzak argitu eta irakasleekin plangintza adostu.

### 3.1.3 Unitate didaktikoarekin saioak ikasgelan (E4)

<b>Helburua</b>	Gaixotasun psikikoa eta buru-osasuna ikasgelan lantzea
<b>Parte-hartzaileak</b>	Irakasleak eta ikasleak
<b>Iraupena</b>	6 ordu (ordu bateko sei saio)
<b>Baliabideak</b>	Ikas-materiala

Unitate didaktikoak ikasgelan gaixotasun psikikoa lantzeko sei jarduera proposatzen ditu. Horrez gain jarduera eta informazio gehigarria era badakar. Jarduerak bata bestearikiko independenteak dira, hau da, ez dira zertan denak egin behar. Dagoen denboraren eta baliabideen arabera ikastetxe eta irakasle bakoitzak bere beharretara egokitu dezake.

Jarraian jarduera bakoitzaren deskribapen laburra ikus daiteke:

1. Jarduera (E4.1): Ikasleek gaixotasun psikikoekiko dituzten jarrerak lantzeko istorioa eta galderak. (ordu 1)
2. jarduera (E4.2): Fobiak zer diren eta zein fobia mota dauden ikasteko jarduera. (ordu 1)
3. jarduera (E4.3): Depresioak, eta gaixotasun psikikoek orokorrean, familian sortzen dituzten zailtasunak aztertu eta jarrera egokiak identifikatzeko jarduera. (ordu bat)
4. jarduera (E4.4): Gaixotasun psikikoetan inguruneak duen eragina ulertzeko eta eragiten dituen arazoak identifikatzeko jarduera. (ordu bat)
5. jarduera (E4.5): Aurreko jardueratan ikasitako errepasatu eta enpatia lantzeko txontxongiloen antzerkia. (2 ordu)
6. jarduera (E4.6): Bingo moduko joko bat, gogoan eduki beharreko hitzak errepasatzeko. (ordu bat)

Jarduera hauetan lantzen den edukia ez da teknikoa beraz edozeinek ulertzeko modukoa da. Hau nahita egin dago, irakasleek ikasgelan erabiltzeko baliabide praktikoa izan dadin. Euren hartu behar dute ikasgelan programaren gidaritza. Arraztalok printzipioz ez du parte-hartze aktiborik izango bertan, irakaslea baita ikasleen erreferentea eskolan. Arraztalo izango da gaixotasun psikikoen erreferentea herrian, gizartean, baina eskolan irakaslea da. Edozein zalantza argitzeko edo hasierako aurkezpena irakasleekin batera egiteko prest egongo da Arraztalo.

### 3.1.4 Saio gehigarriak ikasgai zehatzetan (E5)

<b>Helburua</b>	Nekazaritzari buruzko kontzeptuak lantzea Osasunari buruzko kontzeptuak lantzea
<b>Parte-hartzaileak</b>	Irakasleak eta ikasleak
<b>Iraupena</b>	--
<b>Baliabideak</b>	--

Hezkuntza programa honen gai nagusia gaixotasun psikikoak eta buru-osasuna dira, baina beste gaiak ere lantzen dira: nekazaritza, baratzezaintza, bertako produktuak, elikadura burujabetza eta osasuna. Horregatik jardueren artean saio gehigarriak ere antolatzen aukera dagoela uste dugu.

Hona hemen adibide batzuk:



- Natur: Nekazaritza eta lehenengo sektorearen kontzeptuak. Landareak eta haziak. Hazien sorrera eta ekoizpena. Baratzezaintza. Barazkiak, espezieak, bertako barietateak.
- Gizarte: Aniztasuna, desgaitasuna, gizarte zerbitzuak, kohesioa, gizarte laguntzak, dependentzia.
- Osasuna: Buru-osasuna, garuna, psikiatria, osasun sistema.
- Elikadura burujabetza.

### 3.1.5 Baratsetara bisita (E6)

<b>Helburua</b>	Arraztalon lan integratioko programa ezagutzera Gaixotasun psikikoa duten pertsonekin harremana edukitzea Estigma gaitzitzea Nekazaritzari buruzko kontzeptu praktikoak lantzea
<b>Parte-hartzaileak</b>	Irakasleak, ikasleak eta Arraztaloko kideak
<b>Iraupena</b>	4 ordu
<b>Baliabideak</b>	Baratza materiala eta landareak.

Jarduera honetan ikasleek Arraztaloren baratza batera bisita egingo dute. Hasieran Arraztaloren aurkezpen laburra egingo da. Ondoren, Arraztaloko langileek gidatutako jarduera edo lan konkretuak egingo dituzte ikasleek langileen laguntzaz:

- Haziak eroin eta landareak landatu. Barietateak bereizten jakin, landatzeko teknikak landu.
- Baratzeko mantenu lanak: belarrak kendu, garbiketa.
- Bilketa: Barazki eta fruten bilketa.

Hau egiteko baratzako materiala Arraztalok jartzen du. Ikasleek ekarri beharreko materiala eskularruak eta arropa egokia dira.

### 3.1.6 Kontsumo taldearen banaketara bisita (E7)

<b>Helburua</b>	Baratzean landatutako barazkiak jasotzea kontsumo taldeko banaketa batean
<b>Parte-hartzaileak</b>	Ikasleak eta gurasoak
<b>Iraupena</b>	30 minutu
<b>Baliabideak</b>	--

Arraztalo Elkartek ekoizten dituen produktuak kontsumo talde baten bidez saltzen dira. Ikasleek barazkien bide osoa ikusi dezaten (landatzetik, salmentaraino), kontsumo

taldera bisita bat proposatzen dugu. Kontsumo taldeko banaketa batean ikasleek baratzean landatutako barazki baten ale edo sorta jasotzeko aukera izango lukete. Horrela prozesu osoa ikusiko dute, landarea landatzen denetik kontsumitzaileak jasotzen duen arte. Hau egiteko gurasoei oharra pasako zaie banaketa noiz eta non izango den adieraziz eta joango diren adierazteko eskatuz.

### 3.2 Kronograma

Astea	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Ekintza	E1, E2	E3	E4.1	E4.2	E4.3	E4.4	E4.5	E4.6	E6

Oharra: E7 ekintza (kontsumo taldera bisita eta barazkiak jasotzea) programazioz kanpo egingo da. Baratzean landatutako barazkiak biltzeko moduan daudenean banatuko dira.