

HERIOTZA ETA HERIOTZA DOLUAREN ESKU-HARTZEA GORPUTZ ADIERAZPENAREN ESKUTIK LEHEN HEZKUNTZAN

GRADU AMAIERAKO LANA

EGILEA: Ortega Alvarez, Lander

ZUZENDARIA: Ramos Diaz, Estitxu

2020 / 2021 IKASTURTEA

LABURPENA

Badira gure gizartean betidanik tabu izan diren gai batzuk eta oro har haien lanketa normalizatzen ari bada ere, oraindik hezkuntza arloan oso gutxi jorratzen dira. Hauek heriotza gaia eta honekin lotzen den heriotza dolua lirateke. Bi gai hauek heldu nahiz haurren eguneroko bizitzan, tamalez eta modu batera zein bestera, nahi baino gehiagotan agertzen diren fenomenoak dira baina garrantzitsuak izan arren, oso gutxi jorratzen dira oraindik. Gutxi lantze horren arrazoiak nagusiki hiru dira: gaia lantzeko ezagutza eta prestaketa eza, baliabide eta material espezifiko eskasak eta gaiak berak emozioekin eta sentimenduekin lotura zuzena duenez, kudeatzeko dituen zailtasun eta mugak. Hutsune honi erantzun bat eman nahirik sortu da Gradu Amaierako Lan hau, non lehenik gaiaren inguruko ezagutza teorikoa azalduko den, ondoren bost saioetako esku-hartzea aurkezteko. Lan honetan azaltzen den proposamen hau Hezkuntza formalean eta, bereziki, Gorputz Hezkuntzako ikasgaien aurrera eramateko prestatu da. Honen helburua heriotza eta bere bitartez jorratuko den heriotza dolua modu prebentibo batean lantzea eta ikasleei gaiarekiko ezagutza berriak eskaintzea izango da, gaiarekiko dituzten harresiak hautsiz eta gaiaz hitz egiteko interesa piztuz; modu honetara aurrerantzean prestatuagoak egongo dira egoera erreal bati aurre egiteko unean.

Hitz gakoak: heriotza, heriotza dolua, Gorputz Adierazpena, Gorputz Hezkuntza, dolu pedagogia.

RESUMEN

Hoy en día siguen existiendo algunos temas que se han considerado desde hace mucho tiempo tabú por gran parte de la sociedad, como pueden ser, por ejemplo, la muerte y su proceso de duelo. A pesar de que hoy en día estos vayan poco a poco normalizándose, todavía queda mucho trabajo por hacer, sobre todo en el ámbito de la educación. Así pues, las razones por las que estos temas se abordan poco son principalmente tres: la falta de conocimientos y preparación a la hora de abordar el tema, la falta de recursos y material específico y el propio carácter complejo del tema, ya que al estar estrechamente relacionado con los sentimientos y las emociones, es más difícil de gestionarlo. Como respuesta a esta necesidad, se ha creado este Trabajo de Fin de Grado, compuesto inicialmente por una parte teórica y posteriormente por una intervención secuenciada en cinco sesiones. El objetivo de dicha intervención es trabajar el tema de la muerte y su

proceso de duelo de modo preventivo, ofreciendo a los alumnos nuevos conocimientos y fomentándoles el interés por ello, de manera que estén familiarizados con el tema el día que realmente lo necesiten.

Palabras clave: muerte, duelo de la muerte, Educación Física, Expresión Corporal, Pedagogía del duelo.

ABSTRACT

Today there are still some topics that have long been considered taboo by a big part of society, such as, for example, death and its grieving process. Despite the fact that these are gradually becoming normalized, there is still a lot of work to be done, especially in the field of education. The reasons why these issues are rarely addressed are mainly three: the lack of knowledge and preparation on the topic, the lack of resources and specific material, and the complex nature of the matter itself, since being closely related to feelings and emotions, it is difficult to manage. This Final Degree Project has been written in response to this need; it consists of a theoretical part first and an intervention sequenced in five sessions, second. The objective of this intervention is to work on the subject of death and its grieving process in a preventive way, offering students new knowledge and encouraging their interest in it, so that they are familiar with the subject when they eventually need it.

Keywords: death, grief of death, Physical Education, Body Expression, Pedagogy of grief.

AURKIBIDEA

SARRERA	5
JUSTIFIKAZIO PERTSONALA	6
1. HERIOTZA DOLUA	8
1.1. ZER DA HERIOTZA DOLUA?	8
1.2. HERIOTZA DOLUAREN EZAUGARRIAK	9
1.3. HERIOTZA DOLUAK: ETAPAK eta DIMENTSIOAK	10
1.4. HERIOTZA DOLUA LEHEN HEZKUNTZAN	14
1.5. NOLA JAKIN LEHEN HEZKUNTZAKO HAUR BAT DOLU PROZESU BATEAN DAGOELA?	16
1.6. NOLA JOKATU BEHAR DU ESKOLAK/IRAKASLEAK HERIOTZA DOLUAREN AURREAN?	17
2. GORPUTZ ADIERAZPENA	20
2.1. ZER DA GORPUTZ ADIERAZPENA	20
2.2. GORPUTZ ADIERAZPENA LEHEN HEZKUNTZAN	20
2.3. GORPUTZ ADIERAZPENA ETA ALDERDI EMOZIONALA	22
3. HERIOTZA DOLUARI AURRE EGITEKO ESKU-HARTZEAK	24
3.1. GAUR EGUNGO ESKU-HARTZEAK	24
4. HELBURUA	27
5. HERIOTZA DOLUA LANTZEKO ESKU-HARTZE PROPOSAMENA	28
5.1. PROPOSAMENA	28
5.2. TESTUINGURUA	28
5.3. HELBURUAK	29
5.3.1. ESKU-HARTZEAREN HELBURU OROKORRA	29
5.3.2. ESKU-HARTZEAREN HELBURU DIDAKTIKOAK	29
5.4. METODOLOGIA	30
5.5. DENBORA ETA KRONOGRAMA	31
5.6. SAIOEN AZALPENA	33
5.7. EBALUAZIOA	35
5.7.1. BEHAKETA TAULAREN ERABILERA	35
5.7.2. LORPEN ADIERAZLEEN ARABERAKO EBALUAKETA	35
5.7.3. OHIKO GALDETEGIA ETA PRETEST/POSTEST ARABERAKO EBALUAKETA	36
5.8. MATERIALAK ETA BALIABIDEAK	36
6. ONDORIOAK	37
7. MUGAK ETA HOBEKUNTZA PROPOSAMENAK	39
8. ERREFERENTZIAK	40
9. ERANSKINAK	44

1. eranskina. Hezkuntza komunitateari egindako galdetegiaren erantzunak	45
2. eranskina. Saio fitxak	55
2.1. 1. saioko saio fitxa	55
2.2. 2. saioko saio fitxa	57
2.3. 3. saioko saio fitxa	59
2.4. 4. saioko saio fitxa	61
2.5. 5. saioko saio fitxa	63
3. eranskina. Behaketa taula	65
4. eranskina. Lorpen adierazleen taula	66
5. eranskina. Ikasleek bete beharreko galdetegiak	70
5.1. 1. saioan erabiliko den galdetegia	70
5.2. 2. saioan erabiliko diren galdetegiak	71
5.3. 3. saioan erabiliko den galdetegia	73
5.4. 4. saioan erabiliko diren galdetegiak	74
5.5. 5. saioa erabiliko diren galdetegiak	75
6. eranskina. Saioetan erabiliko den materiala	76
6.1. 1. saioan erabili beharrekoa	76
6.2. 3. saioan erabili beharrekoa	76
6.3. 4. saioan erabili beharrekoa	78
6.4. 5. saioan erabili beharrekoa	81
7. eranskina. Adituari egindako elkarrizketaren transkripzioa	83

SARRERA

Gradu Amaierako Lan honek hainbat atal ezberdin izango ditu. Lehenik, lanaren bigarren zatian agertuko den esku-hartzea kokatzeko, marko teoriko osatu bat agertuko da. Honek hiru atal nagusi izango ditu. Lehenik, heriotza doluaren inguruko informazioa agertuko da. Hau ikertzaile eta aditu ezberdinen iritzia kontrastatuz sortu da. Puntu honetan definizioak, ezaugarriak, faseak eta dimentsioak azaltzeaz gain, Lehen Hezkuntzako eremuan heriotza doluak izan dezakeen eragina eta heriotza dolua lantzeko dauden bi pedagogietaz hitz egingo da. Ondoren, horrelako lanketa baten aurrean Gorputz Adierazpenak izan dezakeen garrantziaz jabetzeko, honen inguruko informazioa ere bilduko da, hau definituz eta honek ikasleen emozioen kudeaketan izan dezakeen eragina azpimarratuz. Marko teorikoarekin amaitzeko, gaur egun, aditu ezberdinek proposatzen dituzten esku-hartze ezberdinen inguruko analisia agertuko da.

Esparru teorikoa landu ondoren, alderdi praktikoa agertuko da. Bertan, bost saio ezberdin dituen proposamen didaktiko bat aurkeztuko da. Horretarako, lehenik proposamena zein den eta zein testuingurutan lantzen den azalduko da; baita proposamen honetako helburu nagusia zein den ere. Jarraitzeko, esku-hartze honek erabiliko duen metodologia nolakoa izango den aurkeztuko da eta jorratzen den bitartean sakonki lortu nahi diren helburu didaktikoak aipatuko dira. Honetaz gain, esku-hartzea guztiz osatzeko, saio bakoitzaren saio fitxak, horretarako beharrezkoak izango diren materialak eta baliabideak batetik eta ebaluazio tresnak bestetik aurkeztuz ere. Lanarekin amaitzen joateko, ondorio orokorrak azalduko dira eta lan hau sortzean mugak eta honek izan ditzakeen hobekuntza proposamenak aurkeztuko dira. Bukatzeko eta hurrenez hurren, lanean zehar erabilitako erreferentziak eta lana osatzeko eta borobiltzeko nahitaezkoak izango diren eranskin ezberdinak azalduko dira.

JUSTIFIKAZIO PERTSONALA

Gradu Amaierako Lan honetako gaia Heriotza eta Heriotza doluaren trataera Gorputz Adierazpenaren eskutik aztertzea izan da. Gai hau aukeratzearen arrazoiak bi eremutan sailkatuko nituzke. Alde batetik, arrazoi pertsonalak egongo lirateke oinarrian, nire bizizpen, interes eta sentimenduekin erabateko lotura dutelako. Bestetik, nire etorkizuneko lanbidearekin lotura duten arrazoiak aipatu nahiko nituzke.

Arrazoi pertsonalei dagokienean, nagusiki bi desberdin izan dira. Badira oraindik ere gure gizartean *tabu* izaten jarraitzen duten gai ugari eta horien artean heriotzarena eta heriotzari aurre egiteko egiten den dolu prozesuarena aurki ditzakegu; gai ilunak dira eta oso gutxitan hitz egiten da orohar hauen inguruan, deseroso eta urduri sentitzen garelako normalean. Baina, bestalde, esan beharra daukat betidanik izan dudala gai hauekiko interes pertsonala. Maiz, heriotza egoeren aurrean, gure sentimendu eta emozioak kudeatzeko zailtasunak izaten ditugu, nik bai, behintzat, eta aukera paregabea iruditu zait gaiaren inguruan ikasi, trebatu, aurrerrapausoak eman eta zailtasunei aurre egiteko, beste hitzetan esanda, nire jakin-mina asetu eta nire garapen pertsonalean laguntzeko.

Gainera, azken urteotan nire bizitzan oso garrantzitsuak izan diren bi aitona eta amona hil zaizkit eta une zail hauetan bai nik eta baita nire guraso eta anaiak sentitu dugunak konfirmatu dit izugarri garrantzitsua dela gai hauen inguruan hitz egin eta ahal dela aurretik prestatuta egotea, ez baitakigu inoiz noiz aurkituko garen horrelako egoera batean.

Arrazoi profesionalei dagokienez, nire etorkizuneko lanbidearekin lotuko nituzke beste hurrengo arrazoiak. Goian aipatu bezala, gai tabu hauek oraindik ere hezkuntzan oso presentzia txikia izaten jarraitzen dute. Egia da, geroz eta ikerketa gehiagok aipatzen dutela heriotza egoeren aurrean sortzen diren emozio eta sentimenduak ondo kudeatzeko, aurretik trebatzeak mesede egiten duela. Baina normalean, eskolan, egoera agertzen denean, hau da, ikasle baten senitartekoren bat, ikasle zein irakasle bat, lagun... bat hiltzen denean, egiten dela esku-hartzea, egiten bada behintzat, ondoren, beraz, eta oso azaletik. Batzuetan, irakaslea edo heldua ez dagoelako prest gairen inguruan hitz egiteko; besteetan, zaila egiten zaiolako berari gaia lantzea... Argi dago eskolak baduela zer esana eta zer egina hemen oraindik. Normalean, gainera, prestatuta dauden materialak tutoretzetan lantzeko prestatuta daude eta nik Gorputz Hezkuntzako minorra ikasi dudanez, Gorputz Hezkuntzak horrelako gai baten lanketan tresna ezinhobea dela frogatu nahi izan dut, azken

finean, gure gaiak gorputz fisikoa lantzeaz gain, emozioak eta sentimenduak kudeatzen trebatzen eta laguntzen baikaitu.

Bukatzeko, argi daukat, nire etorkizunean eta irakasle izango naizen momentuan, horrelako egoeren aurrean aurkituko naizela eta hemen ikasitako guztia nire bizitza pertsonalean ezezik, nire ikasleekin ere oso baliagarria izango zaidala.

1. HERIOTZA DOLUA

1.1. ZER DA HERIOTZA DOLUA?

Heriotza doluaz hitz egiterakoan, lehenik eta behin heriotza eta dolua zer den jakin beharko da, ondoren, bi kontzeptu hauek elkarrekin doazenean nolako esanahia adierazten duten ulertu ahal izateko (Bellver et al., 2008). Beraz, marko teoriko honen haria ez galtzeko, derrigorrezkoa izango da bi hitz hauen bakarkako esanahia eta elkarrekin adierazitakoa argi izatea.

Heriotza definitzeko garaian, zein esparrutan zentratu nahi den jakitea ezinbestekoa izango da. Heriotzari buruz hitz egiterakoan esparru ezberdinak egongo dira: biologikoa, legala, soziala, hezkuntza, klinikoa... Nahiz eta heriotza kontzeptuaren esanahia esparru ezberdinetara enfokatuta egon, oinarrian ez da ezberdintasun handirik nabarituko. Lópezek (2016) heriotza definitzeko garaian, Real Academia Españolak 2014. urtean heriotzaren inguruan atera zuen esanahia aipatzen du: “pentsamendu tradizional batean, gorputza eta arimaren arteko bereizketa”. Oviedo et al., 2009 definizio honi beste kontzeptu bat gehituko diote. Hauen ustez, heriotza bizitza kontzeptuaren kontrako kontzeptu bat da, non ezinezkoa izango den jakitea batetik besterako aldatetaren momentua noiz iritsiko den. Bestalde, Laín (1996) ikertzaileak arlo biologiko batetik definituko du, sahiatsezin eta ezinezkoa den eta bizitzeko ekintzak eten egiten diren momentua dela esanez.

Dolua definitzeko garaian, berriz, dolua ulertzeko modu ezberdinak daudela ikus daiteke. Milaka urteen ondoren, gizartea dolu mota ezberdin asko bereizten joan da. Gaur egun dolu kontzeptua, batez ere, heriotzan eta migrazioan zentratu da, baina objektu, leku, sinboloetan... ere zentratu izan ohi da. Hau dela eta, ikertzaile ezberdinen arabera, doluaren inguruan ondorengo definizioak aurki daitezke (Bellver et al., 2008). Bellver et al., (2008) artikulutik aterata, Harveyek eta Weberrek (1998) diote dolua pertsona baten errekurtso ezberdinak (pertsonala, materialak eta sinbolikoak) galtzen direnean galtze horrek dakarren prozesua dela. Payasek (2014) alderdi pertsonal batera bideratuko du doluaren definizioa. Bere ustez, pertsona baten prozesu naturala izango da, non prozesu hau, lotura afektibo batekin zerikusia duen pertsona edo objektu bat galtzen denean hasiko da. Bestalde, definitzeko garaian haratago joango da eta prozesu hau ez dela gaixotasun psikiko bat aipatuko du.

Behin heriotza eta dolua ikertzaile ezberdinen arabera zer den adierazi ondoren, hauek elkartzean sortzen den definizioan zentratzea faltako da. Fernández (2016) prozesu

indibidual batean zentratuko da, non prozesu horretan sartzen den pertsona afektibitatea dion beste pertsona bat galtzen duelako. Prozesu honetan egoera sozialek, pertsonalek, emozionalek, familiarrek eta kulturek erabateko eragina izango dute. Bidegin taldeak 2016. urtean ateratako gidan, duten definitzeko era Fernandezek duenaren berdina izan arren, haiek prozesua hiru arloetan banatzen dute: biologikoa, psikologikoa eta soziala. Alderdi psikologikoari dagokionez, prozesu psikologiko eta psikosozialen batura dela aipatzen du, heriotza dolua pairatzen duen pertsonak galdutako pertsonarekin harreman psikosozial handia izango baitzuen (Tizon, 2004 ; Martín, 2007).

Azken finean, nahiz eta definitzeko garaian, ikertzaile bakoitzak bere ikuspuntua izan, aurreko paragrafoetatik atera daitekeen ondorio nagusia ondorengo litzateke: heriotza dolua pertsona batek afektibitatea sentitzen duen beste pertsona bat galtzean hasiko duen prozesu naturala izango da.

1.2. HERIOTZA DOLUAREN EZAUGARRIAK

Ezaugarriei buruz hitz egiterakoan, Nomenek (2007) egindakoa hartuko da oinarri. Horretarako, Pochek eta Herrerok (2003) diotenarenean zentratuko da. Haien ustez, zazpi dira ezaugarri nagusiak:

❖ Prozesu bat da

Heriotza dolu prozesuan dagoen pertsonarentzat ohikoa izango da mundua dagoen bezala betirako geratzearen sentsazioa izatea. Dena den, jakin da hau ez dela horrela izango, izan ere prozesu bat baita non denbora eta espazioaren arabera aldaketak gertatuko diren.

❖ Normala

Nahiz eta pertsona batetik bestera heriotza dolu prozesua bizitzeko ezberdintasun nabariak egon, hala nola, heriotzaren inguruko pentsaera ezberdinak izatea, ekintza ezberdinak egitea... orokorrean, pertsona gehienek biziko duten prozesua antzekoa izango da.

❖ **Dinamikoa**

Heriotza dolu prozesuan zehar, pertsonak aldaketak egingo ditu. Ohiko aldaketak ondorengo bi hauek izango dira: umore aldaketak eta ongizate eta ondoezaren sentsazioak.

❖ **Gizartearen baliospenaren arabera**

Pertsona batek beste bat galtzen duenean, galtze honen eragina ez du bakarrik berak sufrituko, baita bere ingurukoek ere. Horregatik, heriotza dolu prozesua ez da bakarkakoa izango, kolektiboa baizik.

❖ **Intimoa**

Prozesu intimoa izateak galera sufritu duenari egoerari aurre egiteko modu desberdinak garatzeko aukera emango dio, ikasi duenaren arabera edo ahal duen moduan.

❖ **Soziala**

Prozesuan dagoen pertsonaren kulturaren arabera, heriotza doluari aurre egiteko modu ezberdinak izango dira. Adibide garbienetako bat, mundu osoan zehar dauden hileta protokolo ezberdinak dira.

❖ **Aktiboa**

Pertsona bakoitzak izango du heriotza doluaren prozesuan funtzio aktiboa, berak erabakiko eta aukeratuko baititu galtze prozesu horrek eragingo diozkion zauriak sendatzeko beharko dituenak.

Azken finean, pertsonak beraien bizitzan zehar era askotako galerak sufrituko dituzte, izan maite duen pertsona bat, ekonomikoak, gaitasun fisiko nahiz mentalak... Ondorioz, dolua biziko dute, bakoitzak galera horri egokitzeko modu ezberdinak aurkituz. Garrantzitsua izango da prozesu hau normala dela jakitea, garatuz jango dela eta zenbait momentutan bakarrik sentitu arren, lagunduta egongo direla (Nomen, 2007).

1.3. HERIOTZA DOLUAK: ETAPAK eta DIMENTSIOAK

Azken hamarkadetan, heriotza dolu prozesuaren inguruan teoria anitz azaldu dira, batzuk etapei buruz hitz egiten dute eta beste batzuk, aldiz, dimentsioei buruz. Definizioarekin gertatzen den bezala, ikertzaile bakoitzak heriotza dolua ulertzeko duen moduaren arabera saillapenak aurki daitezke. Bellver et al., 2008. urtean argitaratutako

lanean, heriotza doluari buruzko ikertzaile nagusiek egiten dituzten sailkapen ezberdinak ondorengo taulan modu labur eta kontzeptual batean adierazten dituzte:

Taula 1. Ikerlari ezberdinen arabera heriotza dolu etapen sailkapenak

IKERLARI EZBERDINEN ARABERAKO HERIOTZA DOLU ETAPEN SAILKAPENAK					
Lindemann (1944)	Parkes eta Bowlby (1993)	Engel (1964)	Kübler-Ross (1969)	Rando (1984)	Neimeyer (1998)
Hunkipena eta sinesgaitasuna	Nahasmena	Hunkipena eta sinesgaitasuna	Ezeztapena	Saihestea	Saihestea
Dolu zorrotza	Desira eta bilaketa	Kontzientziaren garapena	Haserrea	Konfrontazioa	Asimilazioa
Konponbidea	Nahaste eta desesperazioa	Itzultzea	Negoziaketa	Berrezarpena	Akomodazioa
	Berrantolaketa	Galtze prozesuaren konpobide bilaketa	Depresioa		
		Idealizazioa	Onarpena		
		Konponbidea			

Etapei dagokienez, lan honen alderdi teoriko honetan, Elisabeth Kübler-Ross (2006) adituak sailkatzeko modua azalduko da. Horretarako, Kübler-Rossek eta Kesslerrek 2006. urtean argitaratutako liburuan, Bellver et al., 2008 testutik ateratako Elisabeth Kübler-Rosseren etapak ondorengo modu laburrean azaltzen dituzte:

- ❖ **Ezeztapen** etapa honetan, oso ohikoa izango da heriotza dolua gertuko norbaitengatik izatea eta, beraz, heriotza doluan sartzen den pertsona horrek gertuko pertsona galdu duen horren heriotza ezeztatzea. Honekin ez da esan nahi, prozesuan sartzen den pertsona heriotza nola doan ez ulertzea, baizik eta, ezin izango duela sinistu bere gertukoren bat hil denik. Bestalde, etapa honen ezaugarri

nagusienetako bat, prozesua bizi duen pertsona paralizatuta geratzea izango da, non ezin izango duen ulertu zergatik hildako pertsona hil egin den. Bestalde, etapa honetan norberak bere buruari ondorengo galderak formulatzen hasiko da: zergatik hil da? nola gertatu da? zergatik gertatu da modu honetara?... Galdera hauen bitartez, pertsona horren heriotza ulertzen eta asimilatzen hasiko da, ondorengo etapara pasatuz.

- ❖ **Haserrea** modu ezberdinetan ulertuko da. Azken finean, heriotzaren zergatiak ezberdinak izan daitezke eta pertsona bakoitzak hilketa horren prozesua modu ezberdinetan bizi. Heriotza dolu prozesuan dagoenaren haserrea, hil denarekiko araberako erlazioarekin oso lotuta joango da. Aritu hauen arabera, haserre etapa honetatik pasatzea oso garrantzitsua izango da, izan ere, haien ustez, geroz eta haserrea benetazkoagoa izan, orduan eta azkarrago ekingo dio lasaitze prozesuari. Aipatzekoa da, etapa guztietan bezala, emozioen gora beherak oso handiak direla, baina haserreak eragin ditzakeen emozio ezberdinak beste etapetan biziko direnak baina bortitzagoak izango direla.
- ❖ **Negoziaketa** etapa honetan, heriotza dolu prozesuan dagoenak prozesuan sartu baino lehenagoko bizipenak errealitateara ekartzen saiatuko da, batez ere, hildako pertsonarekin bizitako momentu txarrak burura badatozkio.
- ❖ **Depresioan**, berriz, heriotza prozesua bizi duen pertsonak atentzio osoa errealitatean jarriko du. Kasu honetan, pertsona horren sentrazio nagusia hutsarena izango da. Garrantzitsua da depresio etapa hau buruko gaixotasun baten sintomekin ez nahastea, izan ere, heriotza prozesuan oso ohikoa den egoera bat baita.
- ❖ Azkenik, **onarpenaren** etapa izango da. Bertan, prozesuan dagoen pertsonak bizi duen errealitatea onartuko du, hau da, gertuko norbait hil denaren errealitatea. Momentu honetan, egoera ulertu eta onartzearekin batera, aurrera jarraitu beharra dagoenaren sentzazioa piztuko zaio. Etapa honetan hildakoa gogorarazi egingo da eta momentu horretan agertuko diren sentzazioak ez dira guztiz negatiboak izango, baina errealitatea den bezalakoa onartzen duenez, emozio horietatik berpizteko indarra izango du. Azken egoera honi ondorengo akzioak lotuko zaizkio: *oroitu, osatu eta berrantolatu*.

Dimentsioei buruz hitz egiterakoan, ezinbestekoa izango da Payásek (2014), Kübler-Rossen ikasle eta bere fundazioko irakasle izan zenak, Psikoterapia Integratzailearen ikuspuntutik azaltzen duena. Guztira lau dimentsio azalduko ditu eta ez da hauen arteko mailaketarik egingo, hau da, bata bestearekin maila berdinean, horizontalki, azalduko dira. Payásek (2014), beraz, ondorengo lau dimentsioak aurkeztuko ditu:

❖ **Dimentsio fisikoa: trauma, nahasmena eta txokea**

Dimentsio hau heriotzaren egoerarekin zerikusia izango du. Heriotza doluak hil egingo den pertsonarekin afinitatea duenari momentu ezberdinetan desoreka ezberdinak sortuko dizkio. Hauek heriotza gertatu baino lehenago (hil egingo denaren notizia jasotzen duenean), hiltzen ari den momentuan eta heriotza gertatzen denean emango dira, *shock* egoerara eramanez. Pertsona bakoitzaren izaera eta heriotza prozesuari aurre egiteko izango duen jarreraren arabera, egoera honek aldaera ezberdinak izango ditu: fisikoak, kognitiboak, emozionalak eta jarrerazkoak.

- Fisikoak: bularrean presioa, urduritasuna, bizkarrean tentsio handia, eztarriko korapilo sentsazioa...
- Emozionalak: gorabehera handiak, irrealtasun sentsazioa, beldurra, larritasuna, egonezina...
- Kognitiboak: pentsamendu obsesiboak, kontzentrazio eta atenzio falta, errealitatekin deskonexioa...
- Jarrerazkoak: hiperaktibitatea, aztoramendua, gose falta...

❖ **Babesa eta minaren ezeztapena**

Dimentsio honetan dagoen pertsonak bere mina ez azaleratzeko joera izango du. Batzuetan ingurukoek bultzatuko dute honetara, ez dutelako sufritzen ikusi nahi eta ahaztea eta entretenitzea animatuko dute. Bestetan berriz, pertsona berak modu inkonziante batean bere barne mekanismoak martxan jarriko ditu sufrimenduzko egoera bortitz bati aurre egin nahian: haserrea, iritabilitatea eta erru sentimenduak.

❖ **Galera asimilatzea eta onartzea**

Dimentsio honetan galera izan duenak bere bizitzan dolua integratzen joango da. Honek onartze prozesu bat ekarriko dio eta minari aurre egiteko prestatuago egongo da. Oso garrantzitsua izango da oroitzapenetan oinarritzea eta hauekin konexio bat lortzea. Ohikoa da dimentsio fisikoan bizi izandako egoerak berriz ere eskuratzea. Helburu nagusia

hildakoa gogoratzea eta berari buruz naturaltasun osoz hitz egitea izango da, eta inoiz ez hildakoa ahaztea.

❖ **Transformazioa eta garapena**

Dimentsio hau oso pertsonala izango da, izan ere, norberaren nortasunarekin eta berak dituen harremanekin bat baitator. Pertsonak bere barne munduaren berrantolaketa egin beharko du, sentitzen duen mina esker onean eta maitasunean oinarrituz. Eredu ezberdinetan eragingo du lanean, lagunekin, etxekoekin, familiarekin... Itxaropena galduta izan badu ere, dimentsio honetan berreskuratzeko momentua izango du.

Dimentsio hauetatik modu lineal batean, aurrera zein atzera pasa daiteke dolu prozesua bizitzen ari den pertsona. Momentu batean, dimentsio zehatz batean egoteak ez du esan nahi bestek landu ezin daitezkeenik edo batetik bestera pasa ezin daitezkeenik. Horretarako, Payasek (2014) *Tareas del Duelo* izeneko erabilteza gomendatuko du, dimentsio bakoitzean egokiak izango diren ekintzen bilduma hain zuzen ere.

Laburbilduz, heriotza dolu prozesu baten aurrean, etapak edota dimentsioak lagungarriak izango dira pertsona prozesuaren zein momentuan dagoen ikusteko, beti ere, heriotza dolu prozesua bizi duen pertsonaren izateko era eta aurretik heriotza dolu prozesuarekin izan duen bizi-pena kontuan hartuz.

1.4. HERIOTZA DOLUA LEHEN HEZKUNTZAN

Haurrak heriotza doluaren esanahia hiru urtetatik aurrera ulertzen hasiko dira (Martín, 2007). Ulertzeko izango duten era, ipuinetan, istorioetan eta marrazki bizidunetan azaltzen den modua izango da, hau da, heriotza itzulgarria eta denbora baterakoa dela pentsatuko dute (Acedo, 2013; Lopez, 2016tik aterata). Dena den, urteak aurrera doazen heinean, ulertzeko modu hau aldatzen joango da eta Lehen Hezkuntzako etapa, prozesua errealitatean den bezala ulertzen joateko oso etapa garrantzitsua izango da (FMLC, 2012).

Aipatutako azken etapan, haurrak heriotza dolu kontzeptua errealitatearekin bateratzen hasiko dira, hau da, unibertsa eta betirako dela ulertzen (Acedo, 2013; Lopez, 2016tik aterata). Nahiz eta errealitatearekin lotura egin eta jakin mundu guztiari gertatuko zaion gauza bat dela, heriotza jende oso helduarekin soilik lotuko dute eta hau etaparen azken urtera arte pentsatuko dute (FMLC, 2012). Azken urte hauek haurrak 9-10 urte dituen

momentua izango da. Bertan, edonori gerta dakioken gauza bat dela ulertuko dute eta ohikoa izango da sentsazio ezberdinak bizitzea. Sentsazio ezberdin horiek haurraren gertukoren bat edo haurra bera hil daitekeenaren eraginez emango dira. Guzti hau haurraren egoeraren arabera izango da, izan ere, jada haurrak etapa honetan, heldua ez den gertuko norbait hiltzen bada, nahiz eta hasierako etapan egon, bizi izandako bizipenengatik heriotza dolua ulertzeko era beste haur batzuegandik ezberdina izango baitu (Tizón eta Sforza, 2007).

Lehen Hezkuntzan dagoen haur baten heriotza dolu prozesua hil den pertsonarekin duen harremanaren arabera izango da. Prozesu oso ezberdin bat izan dezake bere gurasoak edo beste familiako norbait hiltzen bada, adibidez. Prozesua aurrera eramateko moduak ezberdinak izango dira haurraren eta hiltzen denaren arteko harremanaren arabera: gatazkatsua, maitasunezkoa... (Tizón eta Sforza, 2007)

Bestalde, galduko duen pertsonaren hiltze denbora prozesua desberdina izan daitekeenez, ustekabekoa, graduala, bortitza... haurrari erreakzio ezberdinak soraraziko dizkio ere. Kasu bakoitzean, haurrak aurretik izandako beste bizipenak oso garrantzitsuak izango dira. Aurreko bizipenak gaizki kudeatu badira, haurrak heriotza dolu berri bat jasateko izango duen egoera emozionala eta psikologikoa ez da egokia izango. Hortaz, honengatik ere, etapa honetan heriotza dolua lantzea ezinbestekoa izango da, bere bizitzan zehar izango dituen beste doluei aurre egiteko baliagarri izango baitzaio (Tizon eta Sforza, 2007).

Emozioei dagokienez, Arnaizek (2003) Lópezetik (2016) aterata, Lehen Hezkuntzako etapa honetan, heriotza doluari buruz hitz egitean hauek duten garrantziaz hitz egin behar da. Bere esanetan, lanketa emozionalak sakona izan behar du eta hau horrela izango ez balitz, haurraren heriotza dolu prozesu lanketa ez litzateke guztiz osoa egingo. Adierazpen hauen arrazoa askotan heriotza doluan agertzen diren emozioak erreprimitu eta barneratzen direla da. Honen arrazoa haurrari giro desegokia ematen zaiolako da. Bere ustez, kontrakoa egin beharko litzateke, hau da, konfiantzako eta lasaitasun giro bat sortu, haurrak dituen emozioak lasaitasunez azaleratu ditzan.

Heriotza dolua ulertzeko garrantzitsua den etapa honetan, familiak prozesuan zehar izango duen jarrera eta papera oso garrantzitsua izango da (Orcasita eta Uribe, 2010). Modu berean, eskolak izango duena ere ezinbestekoa izango da. Bestalde, haur baten

heriotza doluan laguntzeko, haur horren berdinen arteko harremana garrantzitsua dela ikusi da eta hau sortzeko eskolak, bere baliabide ezberdinetaz baliatuz, testuingurua egokia eskainiko du (Álvarez, 2015). Aurreko lerroetan esandakoarekin guztiz ados doaz Tena eta Isidro de Pedro (2019), izan ere, haiek egindako ikerketetan ikusi baitaiteke, Lehen Hezkuntzako etapan dagoen haur batek bere harreman estuak familiarekin eta lagunekin egiten dituela.

1.5. NOLA JAKIN LEHEN HEZKUNTZAKO HAUR BAT DOLU PROZESU BATEAN DAGOELA?

Lehen Hezkuntzako etapan dagoen haur bat dolu prozesuan dagoen jakiteko, haurrak duen jarreraren arabera izango da. Dena den, Tizón eta Sforzak (2007) dioten bezala, nahiz eta haurrak heriotza dolu prozesuaz konzientzia izan, ohikoena sentitzen duena hitzaren bitartez azaleratzeko zailtasun handiak izatea da. Zailtasun hauek haurrak duen komunikatzeko mailagatik izango da, hau da, bi aditu hauen arabera, Lehen Hezkuntzan dauden haurrek hitzez sentitzen duten guztia azaltzeko gai izango ez direnez, hitzeko azalpen horiek jokaera ezberdinen bitartez, adieraziko dituzte. Tizón eta Sforzak (2007) ondorengo jokaera hauek sailkatzen dituzte:

Taula 2. Jokaera ezberdinen adierazleak

JOKAERA EZBERDINEN ADIERAZLEAK	
JOKAERA EZBERDINAK	ADIERAZLEAK
Adinerako ohikoak ez diren jokaerak	<ul style="list-style-type: none"> - Gainean edo ohean pisa egitea - Ahatz lodia ahoan sartzea - Jokaera aldrebesak - ...
Arazo somatikoak	<ul style="list-style-type: none"> - Buruko mina - Tripako mina - Zorabioak - ...

Eskolarekin zerikusia duten arazoak	<ul style="list-style-type: none"> - Errendimendu maila baxua - Kontzentrazioarako zailtasunak - Ikasteko arazoak - Lagunekin gatazka ugari - Isolamendua - Eskolara joan nahi ez izatea - ...
Bestelakoak	<ul style="list-style-type: none"> - Lo egiteko zailtasunak - Komunikatzeko zailtasunak - Jateko gogo gutxi - Antsietatea - ...

1.6. NOLA JOKATU BEHAR DU ESKOLAK/IRAKASLEAK HERIOTZA DOLUAREN AURREAN?

Payásen (2014) iritziz, dolu prozesuak sor ditzakeen minei aurre egiteko beldurraz, isiltasun harresiak sortuko dira. Harresi hauek gaiaren inguruan hitz egitea ekiditeko sortzen dira eta, horretarako, ohikoak dira ikasleen aurrean ondorengo mitoak erabiltzea:

- *“Denborak dena konponduko du.”*
- *“Zure mina azaleratzea min egingo dizu.”*
- *“Zure mina azaleratzea besteei min egingo die.”*
- *“Desegokia da zure mina azaleratzea.”*
- *“Mina intimitatean azaleratu behar den gauza bat da.”*
- ...

Diazén (2011) esanetan, ondo diseinatutako interbentzio egoki batek umeengan heriotzaren ulermen heldua eragin dezakeela da. Payásek (2014) aipatutako mitoen erabilpenei aurre egin eta gaiaren lanketan aurki daitezkeen harresiei aurre egiteko, Arnaziek (2003) hiru baldintza pedagogiko ezberdin erabiltzearen apostua egingo du. Hiru baldintza pedagogiko hauen bitartez, heriotza eta heriotza dolua modu eraginkor batean lan egiteko aukera eskainiko du.

1. Gaiaz hitz egiterako momentuan garbi hitz egitea, hau da, gauzak diren bezala. Gaiaz argi eta garbi hitz egiterakoan ezagutza eta baliabide eraginkor ezberdinak erabili. Adibidez, literatura, zientzia...
2. Gaia lantzerako momentuan klasean dauden ikasle guztiei hitz egiteko aukera eskaintzea, hau da, klaseko ikasle guztiak elkarrizketaren partaide sentiaraztea.
3. Gaiaren inguruko hausnarketak egitera bultzatu.

Hortaz, lehen aipatutako isiltasun harresi horiei aurre egin eta gaiari buruzko lanketa egiteko, Arnaizen (2003) arabera, heriotza dolua eskoletan lantzeko garaian, bi dira kontuan hartu beharreko pedagogiak: heriotza pedagogia eta dolu pedagogia. Beraz, jarraian, bi pedagogia hauen alderdi teorikoak modu zehatz eta labur batean aurkeztuko dira.

Heriotza pedagogiaz hitz egiterakoan, Cortinak eta Herranek (2008) bi orientazio nagusi adierazten dituzte. Lehena, heriotza gertatu baino lehen egiten den lanketa eta, bigarrena, berriz, heriotza prozesuan sartu berri den pertsona batentzat bideratuta dagoena. Arnaizek (2003) lehenengo orientazioan, heriotzaren ezagutzen transmisioan jarriko du fokoa. Cortina eta Herranek (2008) Arnaizek dioenarekin bat doaz eta heriotza zeharkako eduki bat bezala landu beharko litzatekeenaren aportazioa egiten dute. Haien ustez, fase honetako esku-hartzea ez da desastre eta zoritxarrez beterikoa izan behar, ezta estres kliniko koadro postraumatiko baten araberakoa ere. Cortina eta Herranen (2008) arabera, prozesu honetan aurrera eraman behar den irakaskuntza ez da sinesmen, doktrina edota *ismoen* inguruko identifikazio egituraketatuaren araberakoa izan behar. Ikerlari hauen ustez, heriotza pedagogiarekin lortu nahiko den helburu nagusia gaiaren inguruko informazioa lortzeko gune bat sortzea izango da, non kasu honetan heriotza izango den ikasleak hezteko testuingurua. Gainera, heriotza pedagogia honen beste faktore garrantzitsuenetako bat emozioen lanketa izango da. Pedagogia honen bitartez, heriotzak dakarren dolu prozesuan agertzen diren emozioak ezagutzea eta adierazten jakitean ere zentratuko da (Arnaiz, 2003; López, 2016tik aterata).

Bestetik, dolu pedagogia, heriotza dolua bizitzeko momentuan bizi daitezkeen bizipen berriei ahalik eta modu eramangarriago batean aurre egiteko lanketan datza (Arnaiz, 2003). Azken finean heriotzak eta heriotza doluak ikaslearengan sor dezakeen mina handia izan daiteke. Honek, krisialdi ezberdinak sortarazi ditzake eta ondorioz, ikaslearen alderdi emozionalean eragin (Izagirre, 2003). Izagirreren (2003) iritziz, krisialdi egoera hauen

aurrean, momentu batean nolako erabakiak hartzeko, irakasleak gida baten arabera jokatu ahal izango du, irakasleak duen erantzukizunaz baliatuz. Dena den, Izagirrek (2003) ere, krisialdia izan duen haurraren klasekoek ere egoerari aurre egin eta erantzukizunez jokatu behar dutela dio, denek egoerari talde lanean aurre eginez. Horretarako, bere ustez, lehenik ete behin, krisialdia izan duen haurraren familiarekin kontaktuan jarri eta ikasleak behar duenaren inguruko informazioa eskatu beharko da. Ondoren, Izagirrek (2003) komenigarria ikusten du irakasleak klaseko partaideekin egoeraren inguruko dinamika bat egitea. Azken finean, klaseko partaideak ere, egoeraz jabetu eta aurre egiteko prestatu egin beharko dira. Lanketa hau heriotza sufritu eta doluan dagoen ikaslea eskolara itzuli baino lehen egiteko gomendatuko da. Ikaslea berriz ere eskolara itzultzen denean, irakasleak ikasleari bere klasekideek transmititu nahi dutenaren mezua azaleratu egingo du eta ikasleak izan dezakeen erantzunaren arabera, irakasleak ikaslea zein momentutan dagoen ikusi ahal izango du, ondoren egoera ezberdinei modu eraginkor batean aurre egiteko. Azken finean, Izagirre (2003) eta Arnaiz (2003) bat datoz, ikasleak egoeraz jabetu eta ulertzeko denbora behar duenaren ideiarekin. Heriotza dolua ez da egun batetik bestera joan eta etortzen den gaia, prozesu luze eta zabal bat baizik, eta lanketa horri aurre egiteko modurik egokiena bere ingurukoekin batera egitea izango da, kasu honetan ikaskideekin (Izagirre, 2003).

Arnaizek (2003) argitaratutako testuan adierazten duen bezala eta Lópezek (2016) heriotza dolua lantzeko prestatutako sekuentzia didaktikoan ikus daitekeen bezala, aurreko lerroetan modu zehatz eta labur batean azaldutako bi pedagogiak elkarren eskutik joan daitezkeela adieraziko dute. Honi erreparatuz, sortuko da lan honetako sekuentzia didaktikoa.

2. GORPUTZ ADIERAZPENA

2.1. ZER DA GORPUTZ ADIERAZPENA

Hasiera batean, Gorputz Adierazpena terminoa antzerkigintzaren barruan sortu zen eta honen lehen erabilera Jacques Copeau antzerki-zuzendariak egin zuen (Sierra, 2000). Honez gain, 1950. urtean Patricia Stoke-k ere erabili zuen. Aipatzekoa da, Gorputz Adierazpen terminoa gaur egungo kotzeptua dela, izan ere, hau baino lehen beste terminologia baten bidez ezagutzen baitzen gorputzaren bitartez adierazteko era. Adibidez, gorputz-lana, mugimenduaren teknika eta adierazpena, mugimenduaren artea, gorputz jarduera, gimnasia estetikoa, gimnasia adierazkorra, gimnasia organikoa... (Vizcarra et al., 2010).

Gorputz Adierazpena definitzeko garaian, honek izan dituen ulertzeko modu oso ezberdinak daudela ikusi ahal izan da. Ibinagak (2020) azaltzen duen bezala, norberak gorputzaz baliatuz, izan ditzakeen sentimendu eta emozioak plazaratzeko tresna gisa ulertzen da. Vizcarra et al., 2010, berriz, haratago joango da eta gorputzaren mugimendu-aukeren bitartez, emozioak, egoerak, ideiak, bizipenak... deskribatzeko herra mintza paregabe bat dela adieraziko du. Martinezen (2002) arabera, adierazteko bi modu ezberdin egongo dira: hitzezko komunikazioa non deskribatu, azaldu... nahi dena hitzaren bitartez egingo den eta hitz gabeko komunikazioa non hitzak erabili ordez, keinuak, mugimendurak... erabiliko diren.

Ikasleek adierazi nahi duten hori gorputzaren bitartez adieraztearekin bat dator María Jesús Blanco Vega (2009). Bere ustez, gorputzaren bitartez munduko beste kultura, hizkuntza, sinbolo... duten pertsonekin komunikatzeko baliabide egokiena da. Hortaz, txikitatik landu beharreko erreminta bat dela aipatzen du eta horretarako eskolak duen testuingurua garrantzitsutzat joko du. Azken finean, gorputzaren jarrera hurrek pentsatzen, egiten eta esaten dutenarekin guztiz bat etor baitaiteke.

2.2. GORPUTZ ADIERAZPENA LEHEN HEZKUNTZAN

Gorputz Adierazpena pertsonaren garapen integralean zentratuko da (Vicente et al., 2010). Hortaz, alderdi fisiko, intelektual eta afektibo-emozionalak kontuan hartuko dira. Ibinagak (2020) diona argumentatuz, Vizcarra et al., (2010) Gorputz Adierazpena kirolarekin

alderatuko du. Vizcarra et al., 2010 ustetan, kirolaren bitartez, sozializatzea egingo da eta prozesu honetan balio ezberdinak jasoko dira, baina Gorputz Adierazpenaren bitartez, berriz, komunikazioa, ideiak eta sentimenduen adierazpena bultzatuko da, errendimendua alde batera utziz.

Gorputz Adierazpenaren bitartez garapen integrala lantzeaz gain, Azpeitiak (2016) gaitasun ezberdinak izango ditu kontuan. Horretarako, Vizcarrak (2007) egindako proposamena oinarritzat hartuz, ondorengo sailkapena egingo du:

Taula 3. *Gaitasun motak eta adierazleak*

GORPUTZ ADIERAZPENAREN BITARTEZ LANDUKO DIREN GAITASUNAK	
GAITASUN MOTAK	ADIERAZLEAK
GAITASUN ADIERAZGARRIAK	<ul style="list-style-type: none"> - Sentimenduak adierazi - Sentipenak adierazi eta agertu - Emozioak erakutsi - Ideiak azaldu - Pentsamenduak adierazi
GAITASUN SORTZAILEAK	<ul style="list-style-type: none"> - Mugimendua sortu - Arazoen aurrean irtenbide berriak bilatu - Mugimenduak asmatu
GAITASUN ERRITMIKOAK	<ul style="list-style-type: none"> - Erritmoak errepikatu - Kate-erritmikoak sortu - Denboraren aldagaia aldatu erritmoa aldatzeko - Ordena edo iraupena aldatu
GAITASUN KOMUNIKATIBOAK	<ul style="list-style-type: none"> - Taldean eztabaidatu - Eman - Jaso - Ukatu - Kontatu - Erabaki - Arrazoitu

<p>GAITASUN ARAKATZAILEAK</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Gauzen forma arakatu -Gorputzaren mugimendu orokorrak eta atalakakoak aztertu - Gauzen tamaina eta pisua aztertu - Neurriak eta dimentsioak aztertu
-------------------------------	--

Lan honen bitartez sortuko den sekuentzia didaktikoan, heziketa integrala izango da oinarria, izan ere, Gorputz Adierazpena euskarri izanik alderdi fisiko, intelektual eta afektibo-emozionalak landuko dira eta. Honetaz gain, Azpeitiak eskainitako Vizcarraren ondorengo gaitasunak izango dira kontuan hartuko direnak: adierazgarriak, sortzaileak, komunikatiboak eta arakatzailak.

2.3. GORPUTZ ADIERAZPENA ETA ALDERDI EMOZIONALA

Gallardoren (2006) arabera, pertsonen egoera emozionala nolakoa den jakitea oso garrantzitsua izango da, izan ere, honen bitartez, pertsonak mundua ulertzeko duen jarrera nolakoa den jakin ahalko baita. Gizakion burmuina etengabe informazioa jasotzen ariko da eta horrek burmuinean dauden zentru emozionaletara iritsiko da eta, ondorioz, gizakiak modu inkontziente eta bapatekoan erantzuna sortuko du. Gallardok (2006) egingo duen emozioen sailkapena bi motatakoa izango da: emozio positiboak eta negatiboak. Emozio positiboak poza, asebetetzea, irrika, lasaitasuna... eta antzekoak izango dira eta negatiboak, berriz, tristura, haserrea, larritasuna...

Ikasleen lehen urteetan emozioak lantzearekin bat dator Azpeitia (2016). Bere ustetan, haurren bizitzako lehenengo urteak izango dira heziketa emozionala lantzeko aproposenak eta eskolak komunikatzeko eta besteekin harremanetan jartzeko aukeraz betetako mundu bat eskaini behar dio umeari. Honetaz gain, Abarca et al., 2002, eskolak ondorengoak ziurtatu beharko dituela adieraziko dute: estimulazio afektiboa bermatzea eta sentimenduak modu erregulatu batean adieraztea; gaitasun sozio-emozionalak garatzeko egoerak sortzea, adibidez, talde dinamiken bitartez; haurrei estrategia emozional ezberdinak ezagutzeko aukera emango dizkien esperientziak eskaintzea eta, azkenik, gaitasun enpatikoak erakustea, hala nola, besteak entzun eta ulertu.

Emozioen lanketari buruz hitz egiten jarraitzeko, lehen aipatu bezala, Gorputz Adierazpena ikasleen sentimenduak, ideiak, emozioak... azalertzeko erreminta paregabea

izango da, non Gorputz Adierazpena ardatza izanik, estrategia ezberdinak erabili ahalko diren guzti hau modu egoki batean egiteko (Azpeitia, 2016). Vallés (2014) aurkeztutako lanean, Lehen Hezkuntzako etapan, emozioen lanketa Gorputz Adierazpenaren bitartez erabiltzeko ondorengo estrategia ezberdinak proposatuko ditu: mimoa eta jolas sinbolikoak, jolas dramatikoak, jolas musikalak, gorputzaren kontzientziara eta onarpenera bideratutako jolasak, dantza, begiraden inguruko dinamikak, ukimen jolasak... Vallesek (2014) adierazten duen bezala, ikasle bakoitza era ezberdin batean adierazteko aukera eskaini behar zaio ikasleari eta horretarako garrantzitsua izango da irakasleak aurretik aipatutako estrategia ezberdinak kontutan hartzea.

Aurreko orrialdeetan, heriotza doluaren aurrean irakasleak zein eskolak izan behar duen jokaeraz hitz egiterakoan, heriotza dolu egoeran biziko diren emozioak lantzea ezinbestekoa izango da (Arnaiz, 2003). Heriotza dolua lantzeko era honekin Guerra et al., 2018 guztiz bat datoz, izan ere, ikusita arlo curricularrean ez dela gai honi buruzko lanketarik egiten, gutxienez zeharka lan egiteko beharra ikusten baitute. Haien argitaratutako laneko ondorioetan ikus daitekeen bezala, heriotzaz hitz egitean, ikasleen arlo sozio-emozionala kontuan hartzea ezinbestekotzat jotzen dute, ikasleen sentimenduei eta emozioei protagonismoa emanaz. Amaitzeko esan, aipagarria dela, heriotza eta heriotza dolua curriculumean lantzen ez den gai bat dela eta honekin erlazionatutako gaien maila gutxiko presentzia dutela irakaskuntzan (Poch eta Herrero, 2003). Horregatik, Herranek eta Cortinak (2009) curriculumean sartzearen beharra adierazten dute, beti ere, haurrak behar duenetik abiatuz eta ez helduek gaiaren inguruan izan dezaketenean ikuspuntutik abiatuz.

3. HERIOTZA DOLUARI AURRE EGITEKO ESKU-HARTZEAK

3.1. GAUR EGUNGO ESKU-HARTZEAK

Marko teorikoaren lehenengo puntuan ikus daitekeen bezala, heriotza dolua betidanik egon den prozesu natural bat izan da eta nahiz eta betiko gai bat izan den eta modu pedagogiko eta didaktiko batean lan egiteko grifa egon eta dagoen (Mulas, 2014), Feijoo eta Pardoren (2003) iritziz, Mulasetik (2014) aterata, gai honen inguruan dagoen formazioa oso eskasa da.

Hortaz, lan honek heriotza doluari buruzko sekuentzia didaktiko bat prestatzea helburu duenez, lehenik eta behin, gai honen inguruan aurretik eginda dauden bost esku-hartzeen azterketa egin da, ondoren, lan honetan txertatua joango den esku-hartzean aztertutako bost esku-hartze hauen alde ilunak eta beharrak hobetzeko asmoz.

→ BIZItzarako hezi, HERIOtzarako hezi: Heriotza Heziketan (Izagirre, 2003).

Patxi Izagirreren esanetan lehen sorospen gida izan zen. Bertan, 30 hitzaldi ezberdinetatik ateratako ideia, iritzi, proposamen... agertzen dira. Alde batetik, heriotza doluari buruzko teoria landu eta gurasoentzat nahiz irakasleentzat argibide zehatz batzuk azalduko dira. Bestetik, Haur Hezkuntzara, Lehen Hezkuntzara, Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzara eta Batxilergora bideratutako bederatzi sekuentzia didaktiko eskainiko ditu, non tutoretzan, erlijioan, hizkuntzetan, musikan eta filosofian lantzeko aukera egongo den. Bederatzi sekuentzia didaktikoetaz gain, Donostiako San Telmo Museoak ateratako *Hilerrriak biribilketan* izeneko maleta didaktikoak duen funtzionamenduaz hitz egingo du.

→ Heriotzarako hezkuntza: 8 eta 12 urte bitarteko haurren heriotza kontzeptuaren eraikuntzari buruzko azterlana. Esku-hartzeko programa baten proposamena (Siracusa, 2010).

8-12 urte bitarteko 288 ikaslerekin egindako ikerkuntza izan da. Bertan, *Viñasen (1990) Heriotza Kontzeptuari Buruzko Elkarrizketa Estrukturatuaren* bitartez, ikasleek heriotzari buruzko ezagutza eta bizipenen azterketa sakonarekin bat Siracusak proposatuko duen esku-hartzea gauzatuko da. Lortutako emaitzek adierazi dutenez, ikasleen erdiak baina gutxiagoek ez dute heriotzaren inguruko informazio zehatzik. Haien ustez, heriotza ez da unibertuala eta itzulezina. Horren aurrean, aurretik egin behar den lanketaren garrantzia hitz egingo da. Lanketa egiteko jarriko duen fokoa modu prebentibo eta paliatibo batean

izango da eta horretarako, heriotza gaia hezkuntza curriculumean txertatzea gomendatzen da.

→ Dolua Lehen Hezkuntzan: Esku-hartze proposamena (Apeztetxea, 2015).

Esku-hartzean proposatuko diren dinamiken zailtasun maila baxua izango da, izan ere, Lehen Hezkuntzako maila guztietara bideratuta baitaude. Bertan, Lehen Hezkuntzako ikasleren bat heriotza dolu prozesuan sartzeaz dagoenean, berarekin nahiz bere ikaskideekin egin behar den lanketa prebentibo (7 dinamika) batean zentratzen da, ondoren lanketa paliatiboa (7 dinamika) modu eraginkorrago batean gauzatzeko.

→ Dolu Prozesuetan Hezkuntza Jarduerak egiteko Orientabideak: Ikastetxeetarako gida praktikoa (Bidegin elkarteak, 2016).

Nahiz eta bereziki ikastetxeetara bideratua dagoen, gizarte osoarekin eabiltzeko gida praktikoa da. Orientabide hauen helburua jarraibide eta orientabide orokor batzuk eman, egoera hauetan erabakiak hartzeko prozesua erraztu eta kontrola eta segurtasun pertzepzioa handiagoak izan daitezen izango da. Aurrekoarekin bat Bidegin elkarteak *algoritmo* izeneko jarraibide batzuk eskainiko ditu, bertan protokoloak bideratzeko jarraitu daitezkeen pauso ezberdinak agertuz.

→ Haur Hezkuntzan irudikapen bisualen bidez heriotzari aurre egiteko berrikuntza-proiektua, Amara Berri HLHIn egitekoa (López, 2016).

“Cuéntame, ¿Qué pasa al final?” izena duen esku-hartzea 4-5 urte bitarteko haurrentzat prestatua dago. Guztira 13 saioz osatua dago. Heriotza gaia lantzeko orduan, Lópezek erabiliko duen ikuspuntua heriotza pedagogia izango da. Esku-hartzea Haur Hezkuntzako ikasleentzat denez, erabiliko den baliabide material nagusia irudi grafikoa izango da. 13 saio hauen helburua gaiaren inguruko normaltasuna eta naturaltasuna lortzea da, ondoren, gaiaren inguruko ezagutza eskaintzeko. Esku-hartze honek ere, heriotza lantzeko baliagarriak izan daitezkeen baliabide ezberdinak (ipuinak, pelikulak, marrazkiak...) eskainiko ditu, non Haur Hezkuntzan eta baita Lehen Hezkuntzan ere erabili ahalko diren.

Aurreko sekuentzia didaktiko hauetatik ateratako ondorio nagusia aurreko esku-hartze guzti hauek heriotza eta heriotza dolua landuko dutela izango da. Bestetik, azpimarratzekoa da esku-hartze hauek aurrera eramateko erabiltzen den testuingurua nagusiki tutoretza saioak izango direla. Proposamenetan ageri diren ariketei dagokienez, esan beharra dago, batez ere pelikulen eta ipuin ezberdinen lanketa eta hausnarketak

agertuko direla. Gainera, dinamika ezberdinen bitartez ere, haurren emozioei garrantzia emango zaie, momentu oro ikasleek sentitzen duten hori lasaitasunez azaleratzeko espazioa eskainiz.

4. HELBURUA

Badira bizitzan noiznahi eta guztiekin hitz egiterakoan hizpide diren gaiak: kirola, politika, harremanak..., baina badira beste batzuk gai tabuak izanagatik kostata ateratzen direnak, hala nola, heriotza. Hau bizitza zikloaren parte garrantzitsua denez, heriotza “bizitzea” ere garrantzitsua da, azken finean, prozesu unibertsala, naturala eta bizitzan zehar behin baino gehiagotan modu batean zein bestean, bizi beharrekoa baita. Pertsona bakoitza mundu bat da, bizi duen dolu prozesuaren arabera ezberdina. Momentu zail horretan biziko dituen emozioak, ezinegonak, jarrerak... ere oso ezberdinak izango dira eta baita hauek kudeatzeko dituen moduak ere. Ba al dago, beraz, gauza hobeagorik txikitatik honetan trebatzea baino? Ez al du merezi haur batek bere garapenean tartetxo bat eskaintzea gerora beharko dituen egoerei aurre egiteko hain lagungarri izango zaion heriotza doluari buruz hitz egiteko? Ez al da alderdi emozionala pertsona baten alderdi fisikoa, kognitiboa eta soziala bezain garrantzitsua? Hau hala bada, argi dago haurraren hezkuntzan tarte bat eskaini behar zaiola heriotza doluari eta honek eskatzen duen lanketari. Baina praktikan hau ez da guztiz horrela izaten, noizean behin saiakera batzuk egiten diren arren. Hortaz, hutsune hori betetzearren, txosten honen helburu orokorra ondorengo izango da: **Heriotza eta heriotza dolua modu prebentiboan lantzeko esku-hartze bat diseinatzea gorputz adierazpenaren bidez Lehen Hezkuntzan.**

5. HERIOTZA DOLUA LANTZEKO ESKU-HARTZE PROPOSAMENA

5.1. PROPOSAMENA

Jarraian azalduko den esku-hartze honetan heriotza doluari buruzko lanketa prebentiboa egingo da. Aurreko orrialdeetan gai honi buruzko alderdi teorikoa azaldu eta aztertu ondoren, Lehen Hezkuntzako geletan heriotza doluari buruzko lanketa egitea oso interesgarria eta baliagarria izan daitekeela ikusi da. 1. eranskinean azaltzen den hezkuntza komunitatean lan egiten duten 62 pertsonen egindako galdetegian, %95,2-ak heriotza dolua landu beharreko gai bat bezala ikusten du, hau da, ez soilik modu paliatiboan heriotza kasu bat gertatzen denean, baizik eta prebentzio moduan, egoera iristen denerako, ikasleek gaiaren inguruko oinarrizko ezagutzak bereganatuta eta landuta izan ditzaten. Bestetik, aipatu behar da, %93,5-ak gai honen inguruko proposamenak modu ezberdinetara eta une ezberdinetan lantzearen beharra adierazten duela eta honekin bat dator Itsaso Rodríguez adituari egindako elkarrizketan (ikus 7. eranskina) 8. galderari buruz aipatutakoa *“Nik uste dut geroz eta gehiago daudela, baina gehiago egon beharko liratekeela”*.

Hortaz, alderdi teorikoan, galdetegian eta adituari egindako elkarrizketatik ateratako ondorioak kontuan izanik, esku-hartze hau gaur egun gizartean eta hezkuntza komunitatean tabua izaten jarraitzen duen gai honen inguruko hutsuneei aurre egiteko asmoz sortu da.

5.2. TESTUINGURUA

Esku-hartze hau Lehen Hezkuntzako 2. ziklora bideratua dago (8-12 urte), zehazki Gorputz Hezkuntza ikasgaiari egiteko. Heriotza dolua lantzeko garaian, alderdi emozionalak berebiziko garrantzia duenez, hau izango da esku-hartze honen ardatz nagusia eta horretarako erabiliko den erreminta, berriz, Gorputz Adierazpena.

Esku-hartze hau aurrera eramateko erabiliko den espazio aproposena eskolako gimnasioa edo aretoa izango da. Alde batetik, toki zabala beharko delako jarduerak ezberdinak aurrera eramateko eta, bestetik, hauetako batzuk, musikaren laguntza ezinbestekoa izango dutelako. Honetarako, areto eta gimnasio hauek akustika egokia izatea garrantzitsua izango da.

Prozesu honetan parte hartuko dutenei dagokionez, esan beharra dago, Gorputz Hezkuntzako irakaslea izango dela bideratzailearen papera hartuko duena eta ikasleak, berriz, protagonista nagusiaren papera izango dutenak. Bideratzaileak haurren nahiak,

beldurrak, emozioak, aurre-ezagutzak... kontuan hartu beharko ditu prozesuaren hasieratik amaiera arte.

Testuinguruarekin amaitzeko, esan behar da esku-hartze honetan erabiliko den hizkuntza nagusia euskara izango dela, beraz, jarduera guztiak euskara hutsean azaldu eta aurrera eramango dira. Dena den, egoerak eskatuko balu, beste hizkuntza batean aurrera eramateko aldaketak onartuko dira.

5.3. HELBURUAK

5.3.1. ESKU-HARTZEAREN HELBURU OROKORRA

Esku-hartze honen helburu nagusia berdinen artean gai tabu honek dituen mugak gainditu eta gerorako baliagarri izango zaizkion tresna eta ezagutzak ahalbideratzea izango da. Guzti hau haurraren garapen integralaren bidetik, gorputzaren bitartez, modu prebentiboan praktikan jarriko da. Hortaz, esku-hartze honek izango duen xedea ondorengoa da: **Gorputz Hezkuntzako testuinguruaz baliatuz eta Gorputz Adierazpena erabiliz, tabua den heriotza doluari buruzko lanketa orokorra egin, ikasleek gaiari buruz dituzten ezagutzak handitzeko eta gaiaren inguruko interesa pizteko.**

5.3.2. ESKU-HARTZEAREN HELBURU DIDAKTIKOAK

- Gorputzak izan ditzakeen mugimendu ezberdinetaz kontziente izateko, jarduera ezberdinei aurre eginez, gaitasun eta trebetasun fisiko zein motor ezberdinak erabili.
- Jarduera ezberdinek eskatzen duten alderdi teknikoari aurre egiteko, keinu eta mugimendu ezberdinak eginez, gorputzaren mugikortasunaz kontzientzia izatea.
- Gainontzeko ikaskideen nahiak eta zailtasunak identifikatzea, hauengan arreta jarriz eta behatuz, ondoren, zailtasun ezberdinen aurrean laguntzeko.
- Gorputzaren adierazpen-baliabideak erabiltzea eta taldean inplikatzeko ideiak, sentimenduak eta emozioak adierazteko eta pertsonaia eta egiazko zein asmatutako istorioak antzezteko.
- Egoera ezberdinetan gainontzeko ikaskideen emozioak identifikatzea, hauengan arreta jarriz eta behatuz, ondoren bizi prozesuan laguntasun harreman osasuntsuak

eraikitzeko.

- Musika eta testuinguru ezberdinetara egokitzea, gorputzaren mugimendu ezberdinez baliatuz, musikak momentu bakoitzean sentiarazten diena adierazteko.
- Jarduera eta dinamika ezberdinen bitartez, heriotza dolu testuinguru batean sor daitezkeen egoera eta bizipen ezberdinetaz jabetu, ondoren egoera erreal bat sortzen den momentuan ezagutzak izan ditzan egoerari aurre egiteko.
- Esku-hartzean zehar landuko diren jarduera ezberdinen bitartez, heriotzari eta heriotza dolua gaiari buruz naturaltasun eta normaltasun osoz hitz egiteko ohitura eskuratzea.
- Heriotza eta heriotza doluari buruzko ezagutzak handitzea, bi gai hauen inguruan naturaltasunez hitz egiteko, ikasleek aurrera eramango dituzten jarduera ezberdinetan agertzen diren estrategiak baliatuz.
- Heriotza doluaren lanketan norberaren emozioak eta sentimenduak identifikatzea, ondoren dinamika ezberdinen bitartez, hauengan kontzientzia zabaldu eta norberak bere barne kudeaketa egiteko.
- Heriotza eta heriotza doluaren inguruko taldekako zein bakarkako hausnarketak egiteko, jorratzen diren dinamika eta jarduera ezberdinetatik heriotza eta heriotza doluaren inguruko informazioa prozesatzeko eta ulertzeko gai izatea.

5.4. METODOLOGIA

Lan honetan aurkezten den esku-hartzea Lehen Hezkuntzako 2. ziklora bideratua egongo da. Guztira 60 minutuko 5 saio izango dira. Saio guzti hauek Gorputz Hezkuntzako ikasgaiaren eramango dira aurrera normalean erabiltzen den gimnasioan. Saio guztiek izango duten egitura ondorengoa izango da: sarrera, gaiaren lanketa eta hausnarketa.

Saioaren lehenengo atala *sarrera* izango da. Bertan, saioan zehar landuko den gaia aurkeztuko da eta ikasleek, gaiaren inguruan dituzten aurre-ezagutzak aktibatuz erabiliko da. Irakasleak galdera ezberdinen bitartez egingo du. Bestalde, 2., 4., eta 5. saioan *pretest*

bat egingo dute. Saioaren atal honek garrantzia handia izango du, izan ere, sarrera egokia eta aproposa egiteak ikasleen motibazioa eta interesa piztuko baitu.

Bigarrenik, *gaiaren lanketa* izena duen zatia izango da. Bertan, sarrean aurkeztutako gaiaren inguruko lanketa egiteko jarduera ezberdinak erabiliko dira. Saioaren bigarren zati honetan, jarduerak progresio baten menpean joango dira.

Azkenik, *hausnarketa* izango da eta, horretarako, saioaren arabera, azkeneko 5-10 minutuak erabiliko dira. Saioaren zati honetan, ikasleek aukera paregabea izango dute saioan zehar sentitu dutena adierazteko eta saioa bera iruditu zaiena ebaluatzeko. Atal honetan ikasleek galdera ezberdinak erantzun beharko dituzte. Hasiera batean idatziz egingo dute eta denboraren arabera eta ikasleek nahi badute, hitzez paperean idatzitakoa partekatzeko aukera izango dute.

Heriotza dolua lantzeko euskarri nagusia hitz gabeko Gorputz Adierazpena izango da, hau da, ikasleek adierazi nahiko dutena gorputzaren bitartez adierazten saiatu beharko dute. Lanketa hau Lehen Hezkuntzako bigarren ziklorako aproposa izan dadin, proposatzen den heriotza doluari buruzko esku-hartze honek Heziberri 2020a ere izango du kontutan. Horretaz gain, jarduera ezberdinen bitartez, alderdi emozionala, fisikoa, kognitiboa eta soziala landuko denez, garapen integralaren apostua ere egingo dela nabarmendu nahi da.

Esku-hartzean zehar irakasleak izango duen papera gidatzaile eta behatzailearena izango da. Horretarako, behaketa taula (ikus 3. eranskina) baten bitartez, saioetan zehar agertzen diren galderak, oztopoak, aldaketak, hausnarketak... jasoko ditu, ondoren, saio bakoitzaren amaieran egingo den hausnarketa tartean ikasleekin komentatzeko.

5.5. DENBORA ETA KRONOGRAMA

Lan honetan aurkeztu den esku-hartzeak guztira 5 saio izango ditu. Saio bakoitzak 60 minutuko iraupena izango du. Jarraian agertzen den taulan (ikus 4. taula) saio bakoitzak duen izena eta bertan jorratuko diren jardueren izenburuak agertuko dira.

Taula 4. *Esku-hartzearen egitura*

ESKU-HARTZEAREN EGITURA	
SAIOAK	SAIOAN ZEHAR AURRERA ERAMANGO DIREN JARDUERAK
1. Saioa: Emozio lanketa orokorra	<ol style="list-style-type: none"> 1. Musikaren erritmora 2. Bat, bi hiru, txoriak kaka egin du! 3. Non da nire emotikonoa? 4. Emotikono antzerkia 5. Saioaren hausnarketa (<i>galdetegia</i>)
2. Saioa: Zer da heriotza dolua?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Saio hasiera (<i>pretest</i>) 2. Baloi maltzurra 3. Krokodiloz betetako gimnasio jolasa 4. Azeria, oiloa eta sugea 5. Zer da heriotza?+ Hausnarketa (<i>postest</i>)
3. Saioa: Heriotza doluan agertzen diren emozioen lanketa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Emozio sarrera 2. Koloretazko besarkadak 3. Ispilu musikatua 4. Emozioz emozio 5. Egoerak 6. Saioaren hausnarketa (<i>galdetegia</i>)
4. Saioa: Zer dira erritualak?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zer dira erritualak? (<i>pretest</i>) 2. Munstro harrapatzailea 3. Mugimenduak ezagutzen! 4. Gure <i>hacka</i> 5. Saioaren hausnarketa (<i>postest</i>)
5. Saioa: Jaio, bizi eta hil	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zer da bizi zikloa? (<i>pretest</i>) 2. Zer diote ipuintxoek? 3. Animalia-emozio 4. Istorio historialariak 5. Azken hausnarketa (<i>postest</i>)

5.6. SAIOEN AZALPENA

Aurreko taula kontuan izanda (ikus 4. taula) ondorengo lerroetan saio bakoitzaren nondik norakoa azalduko da.

Lehenengo saioa ez da heriotza doluarekin zerikusia izango duen saioa izango (ikus 2.1. eranskina). Lehenengo saio hau ikasleen egoera emozioanala nolakoa den ikusteko erabili eta haien emozioak nola azaleratzen dituzten ikusteko erabiliko da. Horretarako, guztira bost jarduera egingo dira. Horietako bi gorputza berotu eta haien emozio ezberdinak adierazten hasteko erabiliko da eta beste bi jarduera emotikono ezberdinen bitartez egingo den lanketa emozionala egiteko (ikus 6.1. eranskina). Azkenik, 5. jarduera, saioaren hausnarketarako erabiliko da eta, bertan, ikasleek saioan zehar aztertutakoa azalera eta sentitu dutena adierazteko aukera izango dute (ikus 5.1. eranskina). Azken jarduera honetara denboraz ongi iristeko aukera badago, hurrengo saioetan landuko denaren sarrera txikia egiteko erabili ahalko da ere. Hurrengo egunetan egin beharrekoaz hitz egiteko aukera egongo balitz, interesgarria izango litzateke emozioen lanketa bat egingo dela aipatzea eta ez dela heriotza dolu gaia landuko.

Bigarren saioa esku-hartze honek landuko duen gaiaren sarrera izango da (ikus 2.2. eranskina). Saioaren sarrerarekin hasi baino lehen galdetegi txiki bat bete beharko dute (ikus 5.2. eranskina). Ondoren, sarrera egiteko, joko-jolas ezberdinak erabiliko dira, guztira hiru jolas. Jolas guzti hauek bi fase izango dituzte: “rol aldaketa” fasea izena duena eta “hiltzen” diren fasea. Bi fase hauek bereiztea garrantzia izango du, izan ere, laugarren jardueran egingo den hausnarketa eta gaiaren sarrera bi fase hauen inguruko galderen bitartez egingo baita. Azken jarduera honetan, ikasleek adierazten dituzten nahiak, galderak, aurre-ezagutzak... ezinbestekoak izango dira eta horretarako irakasleak galdetegi bat pasako du, ondoren ikasleek bakarka erantzun dezaten (ikus 5.2. eranskina). Denbora balego, ikasleek haien iritzia hitzen bitartez azalertzeko aukera emango zaie, ikasleen interakzioa aktibatuz.

Hirugarren saioak, heriotza doluan agertzen diren emozioei buruzko lanketa izango du ardatz (ikus 2.3. eranskina). Horretarako aurreko saioan egindako jolasak alde batera utzi eta bost jarduera ezberdin egingo dira. Lehenengo jarduera saioaren sarrera izango da eta beste saioetan bezala eta gorputza aktibatzeke erabiliko da. Ondoren, erabiliko diren lau jarduerak progresiboak izango dira, non baliabide ezberdinak (ipun musikatua, egoera ezberdinak, txarteltxoak...) erabiliko diren (ikus 6.2. eranskina). Azkenik, seigarren jardueran

ikasleek hausnarketa egiteko tarteak izango dute. Bertan, saioan zehar sentitu dutena galdetegi baten bitartez adierazteko, aukera emango zaie (ikus 5.3. eranskina).

Laugarren saioa erritualei buruzkoa izango da (ikus 2.4. eranskina). Saioaren lehen hamar minutuak erritualak zer diren azaltzeko erabiliko da. Horretarako, lehenik irakasleak ikasleen aurre-ezagutzak aktibatu nahian, *pretest* bat pasako die (ikus 5.4. eranskina). Aurre-ezagutzak aktibatu ondoren, irakasleak baliabide eta materialetan agertzen den bideoa jarriko die (ikus 6.3 eranskina). Behin erritualak zer diren azaldu denean, saio honetan zehar Zelanda Berrian egiten duten *hacka* egingo dela azalduko zaie. Dena den, beste kultura bateko ikasle bat egongo balitz eta ikasle honek beste erritual bat egiteko proposamena egingo balu, egiteko aukera emango litzaioke. Horretarako, irakasleak ikasleak ezagutu beharko ditu eta horrelako egoera bat ikusiko balu, saio honetan agertzen diren jardueren moldaketa bat egin beharko luke. Esku-hartze honetako laugarren saioan, sarreraz gain agertzen diren jarduerak hiru izango dira. Sarreraren ondoren egingo den jarduera ikasleen gorputza eta ahotsa berotzeko eta aktibatze balioko du. Bigarrena, berriz, taldeetan daudelarik, *hackan* ohikoak diren mugimendu batzuk fitxa ezberdin batzuetan marraztuta banatuko zaizkie eta mugimendu horiek entsaiatu beharko dituzte (ikus 6.3 eranskina). Behin mugimenduak ezagututa, beste taldeetan nahastuko dira eta taldekide berriei haien mugimenduak azalduko dizkiete. Horrela, talde berrietan mugimendu ezberdin guztiak ezagutuko dituzte, ondoren, haien *hacka* sortu eta beste taldekideen aurrean erakusteko. Azkenik, aurreko saioetan bezala, azkeneko bost minutuak hausnarketarako erabiliko dira. Honetarako, ikasleek *posttest-a* bete beharko dute (ikus 5.4. eranskina).

Azkena izango den bosgarren saioak bizitzaren zikloa izango du ardatz (ikus 2.5. eranskina). Saio honetako jarduera guztietan heriotza eta heriotza doluari buruzko ipuinak erabiliko dira. Lehenengo jarduera bizitzaren zikloaren inguruko aurre-ezagutzak aktibatze balioko du ikasleek *pretestaren* bitartez, informazioa bilduko da (ikus 5.5. eranskina). Ondoren, sarrerarekin jarraitzeko, irakasleak ikasleei *Estirar la pata o cómo envejecemos* izeneko ipuina irakurriko die (ikus 6.4. eranskina). Honekin amaitu ondoren, beste hiru jarduera ezberdin egingo dira, antzerki bat egiten bukatzeko. Antzerkia egin ondoren, saioaren eta esku-hartze osoaren hausnarketa egingo da (ikus 5.5. eranskina). Esku-hartze osoaren hausnarketa egiteko momentuan, irakasleak aurreko egunetan egindakoa berreskuratzea gomendatzen da, esku-hartzeari itxiera polit bat emanez.

Puntu honekin amaitzeko, eranskinetan, saio bakoitzean egingo diren dinamika guztiak modu zehatzago batean azalduko dira (ikus 2. eranskina). Horretaz gain, jardueraren denboralizazioa, erabili beharreko materiala, taldekatzea zein izango den, jarduera zein espaziotan aurrera eramango den eta jarduera batzuetan beharrezkoak diren ohar garrantzitsuak azalduko dira.

5.7. EBALUAZIOA

Ebaluazioari dagokionez, irakasleak ikasleak ebaluatzeko modu ezberdinak erabiliko ditu. Honen arrazoi nagusia, honelako gai konplexu baten aurrean, ahalik eta modurik zehatzenean ebaluatzea izango da bai modu kuantitatibo eta baita kualitatibo batean ere. Horretarako, irakasleak erabiliko dituen tresnak ondorengoak izango dira (ikus 3., 4., eta 5. eranskinak).

5.7.1. BEHAKETA TAULAREN ERABILERA

Irakasleak saio guztietan zehar behaketa taula (ikus 3. eranskina) bat izango du. Honen bitartez, irakasleak ikasleen prozesua izango du kontuan. Horretarako, irakasleak behaketaren bitartez, harremanetan (errespetua, laguntasuna, enpatia, bestelakoak...), jarrerazko edukietan (parte-hartzea, ezagutzei aurre egiteko estrategiak, arreta, motibazioa...) eta gaiari buruzko edukietan (heriotza, heriotza dolua, erritualak, emozio eta sentimendu ezberdinak, estrategiak...) zentratuko da. Behaketa taula hau saio bakoitzaren amaieran egingo den hausnarketarako baliagarria izango da, izan ere, irakasleak aukera izango baitu saioan zehar behatutakoaz galdera eta azalpen ezberdinak egin eta saioa behar bezala borobiltzeko.

5.7.2. LORPEN ADIERAZLEEN ARABERAKO EBALUAKETA

Bestalde, irakasleak ere lorpen adierazleen (ikus 4. eranskina) taula erabiliko du. Bertan, esku-hartze osoa biltzen dituen helburu didaktikoak ageriko dira. Helburu didaktiko hauek hiru atal ezberdinetan bereizita egongo dira: lehenik, Gorputz Hezkuntzako ikasgaiaren inguruko helburu didaktikoak azalduko dira; Bigarrenik, Gorputz Adierazpenaren inguruko helburu didaktikoak eta, azkenik, heriotza doluaren gaiaren inguruko helburu didaktikoak. Helburu didaktiko bakoitzak bi eta lau lorpen arteko adierazleak izango ditu eta irakasleak hauen baitan ebaluatzen ari den helburu didaktikoa lortu duen, ez duen erabat

lortu edo ez duen lortu adieraziko du. Lorpen adierazleen taula osatzeko momentuan, behaketa taula ondoan izatea oso lagungarria izango da, lorpen adierazleen taula zehaztasun osoz bete ahal izateko.

5.7.3. OHIKO GALDETEGIA ETA PRETEST/POSTEST ARABERAKO EBALUAKETA

Azkenik, ikasleek saioaren arabera, *ohiko galdetegi* eta *pretest/postest* formatuan (ikus 5. eranskina) egongo diren galderak erantzun beharko dituzte. Ohiko *galdetegiak* lehenengo eta hirugarren saioaren amaieran egingo dira eta hauen helburua ikasleek emozioen eta saioan zehar sentitu dutenaren inguruko ezagutzak jasotzea izango da. Bestalde, *pretest/postest* formatuan egingo diren galdetegiak bigarren, laugarren eta bosgarren saioan egingo dira. Saioaren hasieran, *pretest* formatuan saioan zehar jorratuko den gaiaren inguruko galdera ezberdinak erantzun beharko dituzte gaiaren inguruko aurre ezagutzak nolakoak diren ezagutu eta aktibatzeko. Ondoren, saioaren amaieran eta *postest* formatuan, saioan jorratutako gaiaren inguruko galdera zehatzak izango dituzte. Galdera zehatz hauen bitartez, ikasleek saioan zehar egindako dinamika ezberdinen bitartez jorratutako edukiak bereganatu eta dituzten ikusteko egingo da.

5.8. MATERIALAK ETA BALIABIDEAK

Ondorengo puntu honetan, esku-hartzea aurrera eramateko gomendatzen den material eta baliabideak agertuko dira (ikus 6. eranskina). Proposatutako material guztia erabiltzea erabat beharrezkoa ez bada ere, gomendagarria eta lagungarria da. Hala ere, ikasleak eta irakasleak heriotza eta heriotza doluari buruz hitz egiteko bestelako material eta baliabideekin ohituta egongo balira (ipuinak, abestiak, irudiak...), esku-hartze hau ere prest legoke beste material horiekin praktikara eramateko.

6. ONDORIOAK

Nahiz eta lanean proposatzen den esku-hartzea ezin izan den praktikan jarri, gai honen inguruan lan egiteak ondorio ezberdinetara iristeko aukera eskaini dit.

Lehenik, gai honen inguruko lanketaren garrantziaz hitz egin nahiko nuke. Lanean zehar, hezkuntza komunitatean aritzen diren protagonistei egindako galdetegian ([ikus 1. eranskina](#)) eta heriotza doluan aditua denari egindako elkarrizketan ([ikus 7. eranskina](#)) argi eta garbi ikus daiteke gai hauen lanketaren garrantzia oso handia dela. Egia da, azkenaldian COVID-19ak eragin duen egoeratik, gaiaren lanketa duela urte batzuk baino handiagoa izaten ari dela, baina oraindik asko dago egiteko, batez ere irakasleen formakuntzari dagokionean, hauek izango baitira hurrekin kalitatezko lanketa aurrera eramango dutenak. Bestetik, gai honek duen garrantzia kontuan izanik, bat nator Herranek eta Cortinak (2009) diotenarekin, Hezkuntza Curriculumean txertatuta egon beharko lukeela, hauren garapenaren alderdi garrantzitsuenetako bat delako. Horrela bakarrik eskainiko lioke hezkuntza komunitateak merezi duen lekua.

Bigarrenik, oro har, gaia lantzeko eskolek aurrera eramaten dituzten esku-hartzeak norabide berdinekoak izaten dira, estatikoak. Normalean ikasleek hausnarketak ahoz, idatziz edota marrazkien bitartez egiten dituzte, adinaren arabera. Honekin ez da esan nahi lanketa hauek ondo ez daudenik, baina bai ikasle guztiek ez dituztela beti erraztasun berdinak horrela hausnartzeko, ez direlako eroso sentitzen. Aipatutako lanketa mota hauek osatzeko asmoz sortu da Gradu Amaierako Lan honetan proposatutako esku-hartzea, non ikasleek sentitzen dutena gorputzaren bitartez adierazi eta lantzeko aukera izango duten.

Hirugarrenik, lan honen alderdi teorikoan behin baino gehiagotan azaltzen den ideia aipatu nahiko nuke: pertsona bakoitza ezberdina dela eta heriotza eta heriotza doluari aurre egiteko era ezberdinak izan ditzakeela. Horregatik, argi dago egoera desberdin hauek bideratzeko hezkuntzak modu desberdinak eskaini behar dituela, bai modu prebentiboan, baita paliatiboan ere. Honekin bat, azpimarratu nahiko nuke Heriotza Pedagogia eta Dolu Pedagogiaren ekarpena, hauek baitituzte kalitatezko lanketa egiteko kontuan izan beharreko jarraibideak eta erremintak.

Laugarrenik, gai honen trataerak behar duen naturaltasunaz hitz egin nahiko nuke. Azken finean, heriotza eta heriotza dolua bizitzan zehar ikasleek oso gertutik bizi izan duten edo biziko duten egoera bat da eta horren aurrean gaiaren inguruko lanketa aurretik,

momentuan zein ondoren ahalik eta modu naturalenean egiteak garrantzia izango du, gauzak diren bezala azalduz eta inongo mito eta taburik erabili gabe.

Laburbilduz, hezkuntza komunitateak ikasleei kalitatezko hezkuntza integrala eskaini behar die, arlo akademikoaz gain, eguneroko bizitzarako prestatuko dituen beste alderdiak kontuan hartuz.

7. MUGAK ETA HOBEKUNTZA PROPOSAMENAK

Behin nire lana bukatu ondoren, prozesuan zehar izan ditudan mugak aipatu nahiko nituzke lehenik. Ondoren, hobekuntza posibleak aipatuko ditut modu hipotetiko batean, nire mugarik handiena esku-hartzearen alderdi praktikoa gauzatzeko aukera ez izatea izan baita.

Goian aipatu bezala, ezin izan dut nire esku-hartzea praktikara eraman arrazoi nagusi batengatik. Nire praktikaldia amaitu zenean, esku-hartzea oraindik lehen fasean nuelako. Behar nuen materiala, ebaluazioa... oraindik osatu gabe zegoen eta momentu hartan horrela aurrera eraman banezakeen ere, ez zen egoerarik hobereana horretarako eta bertan aterako ziren emaitzak eta ondorioak ez ziren fidagarriak izango. Gainera, gaia lantzeko erabili dudan enfoke berri honen inguruan, ezer gutxi egin zegoen aurretik eta honek lan prozesua zaildu dit, nahiz eta oso interesgarria eta aberasgarria izan den. Lan prozesuaren une ezberdinetan aukera izan dut ezagutza ezberdinak aditu ezberdinengandik jasotzeko (psikologoa, musikaria, Bidegin Elkarteko formakuntza...).

Lanaren bukaera aldean izan dudan beste muga garrantzitsu bat ebaluazioarena izan da, gaia Curriculumean txertatuta ez dagoelako eta horrelako gai konplexu baten aurrean haurrak ebaluatzea zaila delako. Zailtasun honi aurre egin nahian, esku-hartzearen ebaluazioa modu kuantitatiboan eta kualitatiboan egitea erabaki dut, tresna ezberdinen bitartez: behaketa taula, pretest/protest formatuan egindako galdetegiak, galdetegi arruntak eta ebaluazio irizpideen taula. Dena den, sortutako ebaluazio tresna hauen fidagarritasuna eta erabilgarritasuna frogatzeko, esku-hartzea benetako egoera erreal batera eraman beharko litzateke aurrera.

Aurrekoaren harira, eta aipatutako muga nagusi horri aurre egin nahian, nire hobekuntza proposamena honako hau litzateke: egun bukatuta dagoen lan honen esku-hartzea praktikara eramatea, bertan ikusi ahal izango baita benetan sortutako esku-hartze honek funtzionatzen duen edo ez. Hala balitz, beste hobekuntza bat proposatuko nuke ere denboralizazioari dagokionean. Berez, esku-hartzea ordubeteko bost saio ezberdinetan egiteko egituratuta dago baina komenigarria izango litzateke saio bakoitza lasaiago egiteko aukera bermatzea, bakoitzari ordu eta erdiko iraupena eskainiz. Hau hola posible ez balitz, beste hobekuntza saio gehiago eransteara izango litzateke, bost saioetatik zazpi saioetara pasaz eta bertako jarduerak lasaiago eginaz.

8. ERREFERENTZIAK

- Abarca, M., Marzo, L. eta Sala, J. (2002). La educación emocional en la práctica educativa de primaria. *Bordón. Revista de pedagogía*, 54 (4), or. 505-518.
- Álvarez, R. R. (2015). El proceso de duelo en la escuela. Prevención, evaluación e intervención. *Padres y Maestros/Journal of Parents and Teachers*, (363), or. 46-52.
- Andonegi, I., Ormazabal, T. Pascual, A.M., Rosas, R., eta Ugalde, A. (2016). *Dolu Prozesuetan Hezkuntza Jarduerak egiteko Orientabideak*. Bakun.
- Arnaiz, V. (2003). Diez propuestas para una pedagogía de la muerte. *Revista Aula Infantil*, 12 (122), or. 59-61
- Azpeitia Ruiz, O. (2016). Gorputz Adierazpena eta emozioak lantzen ikerkuntza-ekintzaren bidez: irakasle talde baten ibilbidea.[Doktorego tesia]. Euskal Herriko Unibertsitatea. Donostia.
- Bellver, A., Gil-juliá, B., eta Ballester, R. (2008). Duelo: evaluación, diagnóstico y tratamiento. *Psicooncología*, 5(1), or. 103-116.
- Cortina, M., eta de la Herrán, A. (2008). La educación para la muerte como ámbito formativo: más allá del duelo. *Psicooncología*, 5(2), or. 409-424.
- Díaz, P. (2011). *Hablemos de Duelo: manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes*. Fundación Mario Losantos del Campo.
- Fundación Mario Losantos del Campo. (2012). *Explícame qué ha pasado*. Loreto Cid.
- Gallardo Vázquez, P. (2006). El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años). *Cuestiones pedagógicas*, 18, or.145-161.
- Guerra Santiesteban, J. R., Zeballos Chang, J., Angulo Porozo, C. H., Gosssenovich Campoverde, D. A., Borja Santillán, M. A., eta Campoverde Palma, P. D. R. (2018). Educación emocional. Abordaje del proceso de la muerte en la escuela. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37 (2), or. 87-94.

- Herrán, A. eta Cortina, M. (2009). La muerte y su enseñanza. *Diálogo Filosófico*, 5 (75), or. 499-516
- Ibinaga Garitaonandia, I. (2020). *Konpetentzia emozionalen lanketa Gorputz Adierazpenaren bitartez*. (Gradu Amaierako Lana). Euskal Herriko Unibertsitatea, Gasteiz
- Izagirre, P. (2003). Bizitzarako hezi: Heriotzarako hezi. Heriotza hezkuntzan. Hik Hasi. *Xangorin*, 12 (4000), or.5-43.
- Kübler-Ross, E. eta Kessler, D. (2006). *Sobre el duelo y el dolor*. Ediciones Luciérnaga.
- Laín, P. (1996). *Cuerpo y alma*. Espasa.
- López, U. (2016). *Proyecto de innovación sobre el abordaje de la muerte a través de las representaciones visuales en Educación Infantil a realizar en el CEIP Amara Berri*. (Gradu Amaierako Lana). Universidad Camilo José Cela, Madrid.
- Martínez, J. R. (2002). La expresión oral. Contextos educativos. *Revista de educación*, (5), or. 57-72.
- Mulas, M. A. J. (2014). Revisión bibliográfica sobre la muerte y el duelo en la etapa de educación infantil. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 7(1), 221-232.
- Nomen Martín, L. (2007). *El duelo y la muerte. El tratamiento de la pérdida*. (1. ed.). Ediciones Pirámide
- Orcasita, L. eta Uribe, A. (2010) La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychologia*, 4(2). 69-82
- Oviedo Soto, S. J., Parra Falcón, F. M., eta Marquina Volcanes, M. (2009). La muerte y el duelo. *Enfermería global*, (15), or 1-9.

- Payás, A. (2014). *El mensaje de las lágrimas. Una guía para superar la pérdida de un ser.* (1. ed.). Paidós
- Piñero Fernández, B. (2016). *Morir: la muerte como ámbito de intervención de la educación social.* (Grado Amaierako Lana). Universidad de Santiago de Compostela, Santiago de Compostela (España)
- Real Academia Española, (2014). Edición del Tricentenario,. *In Diccionario de la lengua española.* (23, or. 2432). Espasa.
- Sierra Zamorano, M. A. (2000). *La Expresión Corporal Como Contenido de la Educación Física Escolar.* [Doktorego Tesia]. Facultad De Educación Universidad Complutense de Madrid. Madrid.
- Tena, A. G., eta de Pedro, A. I. I. (2019). El duelo de la muerte en la etapa de la adolescencia. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), or. 93-100.
- Tizon, J. L. (2004). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigación y asistencia.* (1. ed.) Paidós eta Fundació Vidal i Barraquer.
- Tizón, J. eta Sforza, M. (2007). *Días de duelo encontrando salidas.*(1. ed.). Alba.
- Vallés, C. (2014). *El trabajo de las emociones en los contenidos de Educación Física.* (Grado Amaierako Lana). Universidad de Valladolid, Valladolid.
- Vega, M. D. J. B. (2009). Enfoques teóricos sobre la expresión corporal como medio de formación y comunicación. *Horizontes pedagógicos*, 11(1), or. 1-128.
- Vicente, M., Sanz, M., Prados, M., eta Marínez, J. (2010). La comunicación entre la familia y el centro educativo, desde la percepción de los padres y madres de los alumnos. *Education siglo XXI*, 28 (1), or. 157-187.

Vizcarra Morales, M. T., Villalba Moya, I., Rodriguez San Juan, E., Otegi, A., Urkijo Cela, I., Martinez de Guereñu, A., ... Laskurain, L. (2010). *Gorputz adierazpena lehen hezkuntzan*. EHUko Ikasmateriaren Sare Argitalpenak.

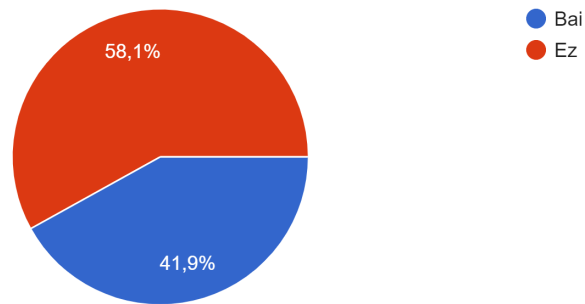
9. ERANSKINAK

1. eranskina. Hezkuntza komunitateari egindako galdetegiaren erantzunak

1. Izan al duzu hezkuntza arloan heriotza doluaren inguruan esperientzarik?

Izan al duzu hezkuntza arloan heriotza doluaren inguruan esperientziarik?

62 erantzun



1. grafikoa. Heriotza doluan izandako esperientzia

2. Aurreko galdera baiezkoa bada, azaldu nolakoa izan den zure esperientzia.

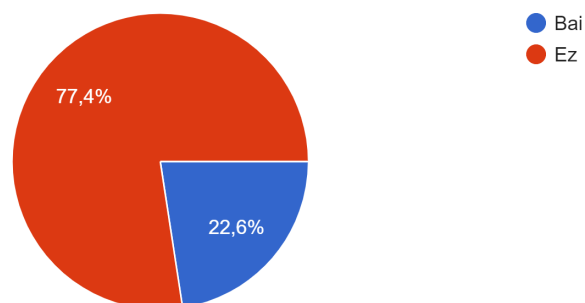
- Bai, ikasleen guraso edo anaia -arrebak zendu direnean
- Gogorra eta aberatsgarria
- Ikasle bat hil zitzaigun eta heriotza protokoloa aplikatu genuen ikastolan, nagusiki bere gelakideengan zentratu. Bestetik senide gertukoak galdu izan dituzten ikasleekin banakako aholkularitza saioetan aritu izan naiz euren doluan lagundu saiakean.
- Gogorra, ikasle baten ama hil denean. Kasu honetan familiak aurretik doluaren inguruko lanketa egin zuten eta horrek ikaragarri lagundu zien
- Ikasle bat hil zenean, psikologo batekin
- Gogorra, askotan ez dakizula nola jokatu edo zer esan, gizartean ere da naturaltasunez tratatzen ez den gaia
- Ikasleren baten gurasoen heriotza bapatekoa, ikaskide baten heriotza, irakasle baten suizidioa,...
- Ikasle garaian nik bizitakoa.
- Ikasle bat hil egin zen eta gelakideekin dolua landu genuen.
- Adibide ezberdinak egon izan dira:
 - Ikasleren bati gelan dagoela eta aitona edo amona hil zaiela komunikatu izan dietenean telefono dei bitartez.
 - Ikasleren bati aita edo ama hil zaienean, ikasle horien lagunek duten sufrimenduan lagundu behar izatea.
 - Ikasle baten ama edo aita hil denean, ikaslearekin berarekin egon behar izatea.
- Ikasle baten ama hil da.

- Haur baten amona hil zen (5 urteko haurra). Amona oso gertukoa zuen. Hil ondoren gelara joan zenean, ez zidan momentuan ezer esan...bainan marrazki bat egiteko eskatu nien handik gutxira eta amona margotu zuen. Horrek gaiaz hitz egiteko aukera eman zigun...
- Dolu terapeuta moduan esku-hartzeak egin izan ditut eskolan, irakasleekin eta ikasleekin.
- Lankideen, ikasle edo guraso/senideen heriotzak bizi izan ditugu
- Aurreko hiru urteetan ikasle baten ama eta beste biren aitak hil dira. Duela urte batzuk ikasle bat hil zitzaidan istripuz.
- Hainbat ikasleren aiton-amonen heriotza gertatu da tutore eta irakasle arrunta izan naizenetan.
- Aita eta amaren heriotza
- Oso oso gogorra
- Unibertsitatean ikasgai batean bi astez landu genuen.
- Ikasle baten aita hil zen DBH 2n bere tutore nintzela
- Nire bizitza profesionalean zehar zenbait ikasleen senideen heriotza bizi izan dut. Oso momentu "arraroak"izan dira, gehienetan ez dakizulako ezta zer esan ere.
- Txikienekin normalean energiaren zikloarekin lotu izan dut heriotza, nolabait bizitza guztiek aportatzen dutelako bai fisikoki bai espiritualki.
- laz tutore izan nintzen gelako mutil baten aita duela pare bat urte hil zen. Mutilak bere momentuan ez zuen dolu prozesua bizi izan.
- Egokia. Espezialista baten laguntza izan genuen eskuhartzea antolatzeko

3. Izan al duzu hezkuntza arloan heriotza doluaren inguruan formakuntzarik?

Izan al duzu hezkuntza arloan heriotza doluaren inguruan formakuntzarik?

62 erantzun



2. grafikoa. Heriotza doluaren inguruko formakuntza

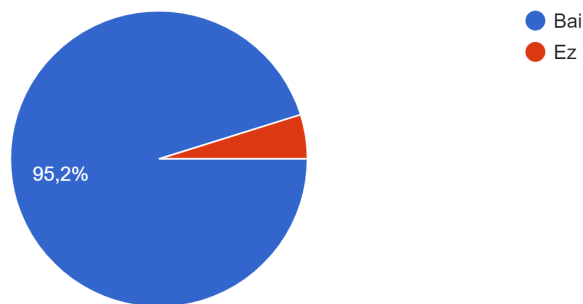
4. Aurreko galdera baiezkoa bada, azaldu nolakoa izan den zure formakuntza.

- Orientazio arlokoa.
- Udaletxeko Haur Babesekoek eskeinia.
- Dolua bera zer denaren eta nolaz ulertzen dugunaren inguruko formakuntza ezberdinak jaso izan ditut; batzuk orokorragoak, besteak zehaztasun gehiagokoak edota esperientzia pertsonalagoetan oinarriturikoak.
- Hitzaldietara joan izan naiz, adituekin hitz egin izan dut, artikulua irakurri izan ditut, etab.
- Unibertsitateko ikasgai batean zeharka landu genuen.
- Goiz bateko ikastaroa egin nuen. Dolugela, Bidegik antolatua.
- Bai, dolu espezializazioan hezkuntzan eta eskolan heriotza nola landu ikasi nuen.
- Bolondresa eta ikastolatik kanpo. Ikastolan ikastaro bat LHri zuzendua.
- Unibertsitatean ikasgai batean bi astez landu genuen.
- Unibertsitatean zeharka landu dugun gaia izan da.
- Egokia, Berritzegunearen bitartez.

5. Garrantzitsua iruditzen al zaizu ikasleekin heriotza dolua lantzea?

Garrantzitsua iruditzen al zaizu ikasleekin heriotza dolua lantzea?

62 erantzun

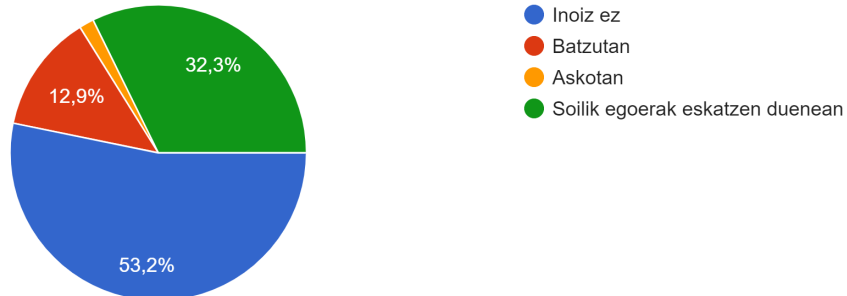


3. grafikoa. Ikasleekin heriotza dolua lantzearen garrantzia

6. Noizbait landu al duzu ikasleekin heriotza dolua?

Noizbait landu al duzu ikasleekin heriotza dolua?

62 erantzun



4. grafikoa. Ikasleekin heriotza dolua landu duten

7. Zure ustez, behar den bezala lantzen al da eskoletan heriotza dolua? Zergatik?

- Ez, ez zaio behar duen espazio, eta zainketa emozionala eskaintzen. Izan ere, heriotza gai tabú bezala jo, eta gertuko baten heriotza aurrez aurre izan arte haur, gazte zein heldu batek ere bere azaletan bizitzen ari den momentu horretan dola prozesuari aurre egiteko, jakintzarik gabe aurki daiteke. Ezinbesteko papera jokatzeko du hezkuntzak, lanketa hori egin eta norberak herramienta horiek garatzeko gaitasuna eskaintzen badio.
- Ziurrenik hobeto landu daiteke
- Ez
- Ez, tabu bat da
- Nere kasuan garbi dago ezetz
- Ez. Gizartearen parte garen heinean oraindik bide luzea egiteko duen eremua dugu heriotza.
- Helduok gara gidari hezkuntzan eta normalkuntza behar handia duela esango nuke gaiak oraindik ere.
- Protokoloak baditugu baina are eta gertutasun nahiz maiztasun gehiagoz jorratu beharko genuke. Egunerokoan txertatu, curriculumean osatu... hain esperientzia esanguratsua dena zabaldu, landu egin beharko genuke, baina ez gai solte modura, bizitzaren parte natural modura baizik. Horretarako oraindik helduok asko daukagu ikasteko eta egiteko.
- Normalean lantzen denean, gelakideren bati norbait hil zaiolako izaten da eta ez modu prebentibo batean
- Sufritzen ari direnekin nola enpatizatu.
- Ez. Irakasleok ez gaituzte prestatzen. Berez inor ez dago heriotzari aurre egiteko prest.

- Dudan esperientziagatik (urte gutxi daramazkit irakasle moduan), gaia etxean jorratzea bilatzen da eta iruditzen zait eskolak zerbait ukitu beharko lukeela oinarri bat eskaintzeko.
- Ez dakit zer egiten den orokorki. Baina nire esperientziaren arabera heriotza naturaltasunez landu beharreko gai bat da. Poza, tristura, dolua eta beste emozioen kudeaketarekin egiten den modura jokatu behar da. Heriotza ez da gai arrotz gisa hartu behar. Baina aldi berean, ez zaio bestelako tratamendua eman behar, jaiotzari ematen ez zaion gisan.
- Adin gabekoen arloan ez daukat nahikoa informaziorik. Lanbide heziketan naturaltasunez hitz egin dugu gaiari buruz
- Uste dut orokorrean oso gutxi lantzen dela; askotan gertuko kasu bat gertatzen denean baino ez
- Ez. "Tabu" Bat dela iruditzen zait eta garrantzi handia du haur guztien garapen emozionalean.
- Ez, segurtasun falta dela eta, ez dakigulako nola jokatu.
- Ez da gehiegi tematizatzen
- Uste dut modu orokorrean ezetz, ez dela behar bezala lantzen. Baina gela jakin batean, oso gertuko heriotza gertatzen denean, orduan egiten da zerbait.
- Ez da lantzen. Gizartean orokorrean tabua dirudi eta eskola oraingo ez da horretan sartzen, nahiz eta pertsona baten hezkuntza integralaren funtsezko parte izan. Agian beldurra dago, ikasle eta familiek nola erreakzionatuko duten.
- Ez... egunerokotasunean beste gauza batzuek jaten digute denbora, baina aspaldian darabilkit buruan gaia nola landu.
- Gai konplikatu delako eta ez dugulako gure burua prest ikusten horretarako
- Saiatzen bagara ere, hutsune handia dago
- Ez. Heriotza norberaren gainkarga emozional moduan ulertzen da. Gauza indibidual moduan eta ez modu kolektibo batean landu daitekeen errealitate baten parte bezala.
- Ez da behar bezala lantzen oso modu indibidualean ari garelako egoera hauetan. Tutorea zaren gelan horrelako gertaera bat suertatzen bada, zuri tokatzen zaizu horri aurre egitea. Preparazio berezirik izan ezean, zuk zeuk bilatu behar duzu modua horri aurre egiteko (zure sentsibiltatea, zure komunikatzeko gaitasuna, orientatzailearekin egin dezakezun kontsulta..)
- Nik uste dut puntualki lantzen dela, kasu konkreturen bat gertatzen denean, ikaslearekin eta klaseko ikasleekin eta lagunekin.
- Ez. Irakasleok ez gaudelako prest eta ez da gai erraza
- Ez da lantzen
- Ez. Gizartean ere ez delako hitz egiten
- Nik dakidala ez da lantzen, ikaslego osoarekin ez.
- Heriotzaz ez da sekula hitz egiten.

- Ez da behar bezala lantzen, gizartena oro har nahiko tabu den gaia delako, eta hezkuntzako profesionalok ere ez gaudelako behar bezala prestatuak gaia ondo lantzeko.
- Egia esan, ez dut daturik galdera hau erantzuteko.
- Ez; alde batetik, ez dugu formakuntzarik. Bestetik, oso gauza pribatua da eta ikasle guztiek ez dute zurekin partekatu nahi.
- Inondik inora ere ez. Gure gizarteko tabu handienetakoa delako zoritxarrez. Hezkuntza gizartearen isla da.
- Nik dakidala, ez da lantzen.
- Ez, nik daramatzadan 5urtetan ez da inoiz landu.
- Bai
- Ez, emozioen gestioa ez da gehiegi lantzen, orokorrean
- Ez. Sipleki ez delako lantzen.
- Ez. Irakasle gehienek gai honekiko prestakuntza gutxi dutela iruditzen zait eta honen ondorioz, ikasleekin gai honetaz hitz egin behar dutenean deseroso sentitzen direla iruditzen zait.
- Ez, ikasleekin ez da gehiegi hitz egiten horren inguruan. Eta badituzte kasu ezagunak, familietan eta baita klasekideen artean (haur minbizia...)
- Ez dugu lantzen
- Ez dakit ziur nirean asko lantzen den ala ez beste ikasgairen batean, baina gehiago landu beharko litzatekela uste dut
- Nire esperientziaren arabera behintzat ez da lantzen gaia. Orokorrean dolu hauek modu ixilean, pertsonalean bizitzeko joera dugula gizarte honetan esango nuke.
- Ez
- Orokorrean ez. Gai deserosoa eta zaila delako pertsona guztiontzat, nahiz eta landua izan maila pertsonal batean zaila da modua razional batean ulertzea hola egingo Varela. Hala ere, aukera dagoen guztietan hitz egin beharko genuke hurrekin, ez ahazteko hor dagoela...bizitzaren parte dela heriotza.
- Ez, irakasleak ez gaude prestaturik horretarako eta ez dugu prestutasunik, hanka sartuko dugunaren beldurrez eta egoera larritu.
- Ez .Ez zaio behar bezalako garrantziarik ematen
- Ez. Ez dago denetarako denborarik. Baina honetarako UD bat prestatzen ere garrantzitsua iruditzen zait
- Ez, oraindik ere gizartean tabu gaia delako
- Ez dakit, ez dut ezagutzen
- Nire esperientzia kontutan izanik, kasuistikarik ez badago gelan, ez da gaia inondik inora lantzen. Niri justu ez zait inoiz holarik tokatu, beraz ez dut aukerarik izan gaia lantzeko. Kasuren bat egon

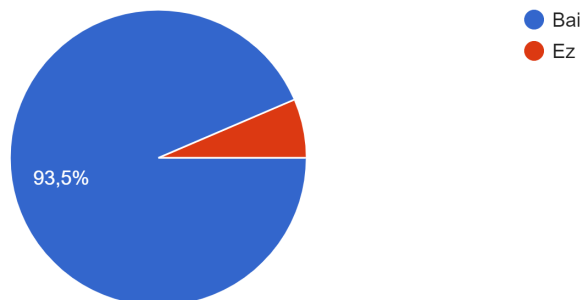
edo ez, bizitzan zehar gerta daiteken ustekabeko baten aurrean gaudela pentsatzen dut. Hori dela eta, irakaslek formatzeko aukera izatea eta ikaslek egoera horiei aurre egiteko baliabideak izatea ezinbestekoa iruditzen zait.

- Ez.
- Normaltasuna berrezkuratzeko nahian, askotan ez dugu behar den bezala hitz egiten; ez diogu heriotzari bere espazioa ematen eta horrek "tabu" bihurtzen du gaia.
- Ez behar lukeen bezala. Beldurratik. Heriotza eta dolu gaiak geure prozesu propioetara eramaten gaitu, norberaren bizitza eta heriotza planteatzera.
- Ezkututzen den gaia da dudarik gabe eta gizartean tabua den posizio horretatik aldentzeko bidea egiteke daukagu oraindik.
- Ez, oraindik orain gai "tabua" delako.
- Ez dut uste lantzen den gai bat denik. Askotan kasurenbat egotera itxoiten da eta gehienetan berandu izaten da.

8. Beharra ikusten duzu eskoletan heriotza doluari buruzko lanketa ezberdinak egitea?

Beharra ikusten al duzu eskoletan heriotza doluari buruzko lanketa ezberdinak egitea?

62 erantzun



5. grafikoa. Heriotza doluari buruzko lanketa ezberdina

9. Aurreko erantzuna baiezkoa bada, aipatu nolako jarduerak aurreikusten dituzun.

- Zainketa emozionala lantzen duten tailer desberdinak, heriotzaren zein doluaren fase desberdinak ulertzeko jarduerak, bakoitzak heriotz bat Nola bizi/ edo bizi zezakeen hausnartzea eta honen aurrean emozioak Nola kudeatuko zukeen pentsatzera eraman gaitzaten ariketak, dokumental, laburmetrai baten lanketa (esaterako gaixotasunen ingurukoren bat (los invisibles)), lan-istripu ondorioz hildako langile/en berri baten lanketa (heriotzaz beraz gain beste egungo sistema kapitalistaren inguruan hausnartzera eraman gaitzakena),
- Orientazio arlokoak
- Egoera ahalikneta errelistetatik abiatuz ikasleak prestatzeko bideak jarritz
- Hitza eman beharko genioke. Norbere esperientziez hitz egin beharko genuke. Unitateetan edukien artean txertatu beharko genuke, emozioei hitza eman, emozio hain sakona bizi dugun unean nolaz sentitu ohi edo gintezkeenaren inguruan hitz egin, elkarrekin partekatu, prozesuaz hitz egin, arinduz joango den prozesua, hitza, irudia eta denbora emanaz. Askok deskribatu, azaleratu, argitara ekarri, eta horrela utziko dio ezkutuan egoteari.
- Mundu guztiak pasako duen prozesu bat izango denez, garrantzitsua ikusten dut gai honi buruzko ezagutzak izatea.
- Irakasleentzako eta ikasleentzako. Egoerak ezarri, kasuez hitz egin. Nor bere esperientzia azaldu....
- Ikuspegi ezberdin bat emango nioke. Bizitza aprobetsatzeko modu bat, amaiera bat egonik hortaz disfrutatzen denbora bat eskainiz. Jarduera moduan, Coco pelikula ikusi eta horrekin gaia plazaratu eta denon arteko eztabaida sortu (ikuspuntu positiboa indartuz eta gaia normalizatuz).
- Doluaren prozesu osoa landuko nuke bere faseak aztertuz, eta heriotza normaltasunarekin landuko nuke, denek jasango baitugu galerarenbat edota heriotza bera.
- Hizketa jarduerak, idatzizko agur eskutitzak edo poemak, artelanak,...
- Adituekin formakuntza edota esperientziak partekatu
- Heriotza "normaltasun" baten barruan erakutsiko duten jarduerak. Pertsona minduta dagoen unean denez, goxotasunez landu behar da gaia, de sentimenduetatik. Adituek fase desberdinak bereizten dituzte doluan; horietan oinarrituko nintzateke jarduerak sortzeko.
- Sentimenduen adierazpena bideratzen laguntzen duten jarduerak. Eztabaida eta parte hartzea sustatzen duten jarduerak. Aurretik konfidantza eta errespetuzko giroa lortzen laguntzen duten jarduerak eginez.
- Sentimenduen identifikazioa, gaiari buruz hitzegitea...
- Tutoretza saioak aprobetxatzeko nitzake gaiari heltzeko.
- Unitateetan gauza normal moduen agertu beharko zan gaia dala pentsetan dot. Hots, modu organiko batean landuko nuke klasean, euren ariketen parte moduan, klimari buruzko irakurkiak irakutzen

dabezen moduen, heriotzaz eta doluaz mintzatzen diren irakurgaiak, unitateak. Irakasleontzat dolua eta heriotza lantzen daberen workshopak izatea oso lagungarria izango zan.

- Txikitatik hasita, maila ezberdinetan, ikasleei egokitutako jarduerak. Ni ez naiz aditua baina txikiei ipuina kontatu eta horren inguruan hitzegin edo antzestu; gorako mailetan kultur ezberdinetan heriotzari nola egiten dieten aurre ezagutu (istorioak, dokumentalak...); Bigarren Hezkuntzan irakasgaireren arabera debateak egin edo talde lanak antolatu heriotzaren inguruko aspektu ezberdinak lantzeko (sinismen ezberdinak, "errito" ezberdinak, ...). Eutanasiako gaia pil-pilean dago eta geletan tratatzea ez litzateke gaizki egongo.
- Barneko sentimenduak nola azalatu erakusten duten jarduerak. Artistikoak batez ere, iruditzen zaidalako nork bere espresibidea topatu behar duela.
- Ez dakit nola landu daiteken baina egoera konkretuetan gertuko norbait galdu duen ikasleei laguntzea zaila da. Gainontzenoentzat oso urrun dagoen Gaia da eta nolabait tabu dena
- Ez dakit
- Heriotza narurala den fasea dela gure bizitzan azalduz.
- Antzeko prozesua bizi izan duten pertsonen testigantza entzutea oso aberasgarria izan liteke; baita eskolan bertan antzeko esperientzia bizi izan duten edo bizitzen ari diren horien arteko "grupo de apoyo" bat sortzea.
- Ikasleentzako zein irakasleentzako formakuntza falta da alor honetan.
- Ez dakit nola lan litekeen.
- Edozeini gerta dakiguen zerbait da, horregatik pertsona fisiko baten esperientzia entzutea eta bere azalean jar arazteak, lahun dezake egoera ulertzen. Ondoren, bai irakasle eta bai ikasleei, egoera horiek modurik onenean nola gestionatu jakiteak lagunduko liguke. Zergatik horren garrantzitsua ta ohikoa den gai bat Tabua da denontzako. Hitz egin dezagun.
- Heriotza bat gertatzean heldu behar zaio
- Emozioen gestioa eta naturaltasuna lantzeko, eta minaren inguruan hitz egiteko jarduerak
- Egia esan ezin dut une honetan jarduera zehatz batean pertsatu, baina uste dut oso interesgarria litzatekeela gai hau tutoretza planetan txertatzea adibidez.
- Sekuentzia didaktiko baten bidezko lanketa burutuko nuke. Hau da, beste edozein gai lantzen den modura.
- Gertatu daitekeen zerbait dela eta ikasleen sentimenduak landu, lagundu expresatzen.
- Maila guztietan progresio batez konzientziario lan ezberdinekin... kontutan izanda gaur egungo gizartean, istripuak direla eta gaixotasun kopuru (minbizi) handia dagoela...
- Egia esan zaila egiten zait jarduera zehatz bat imajinatzea, agian dolua bizi izan duten pertsona batzuen testigantzak helaraztea izan daiteke aukera bat.
- Hasteko lehenengo formakuntza mínimo bat irakasleen artean.

- Haur hezkuntzan egoerak eskatzen duenean bakarrik lantzea ikusten det. Haurrak mundial ikusteko modua "nahikoa" delako oraindik. Egunerokoan heriotza agertzen bada bakarrik landuko nuke: familiakoren bat hiltzen bada edo bestela ere, animalia, xomorro, landarék hiltzean gai az argi eta garbi hitz egin
- Nola landu. Zer eskaini. Norengana zuzendu. Informazioa orokorrean. Profesionalak zuzendu saioak.
- Errealitatera gerturaketa, role playing, ikus-entzunezko edukien bidez...
- Adimen emozionalaren bitartez landuko nuke: sentimenduen semaforoa.
- Heriotzari buruz hitz egingo nuke gelan, kasuistika ezberdinak landuz (senide baten heriotza, maskota baten heriotza, eskolako kide baten heriotza...).
- Enpatiaren lanketa.
- Eszenatoki ezberdinen lanketa.
- Espresioa: gorputzaren bidez, abestien bidez, plastikaren bidez, hitzaren bidez...
- Razionalizazioa: nola konposatu organikoek laguntzen duten lurra aberazten eta horrek landareak sortzen, eta horrek animaliak elikatzen, eta abar... hau da, bizitzaren zikloa.
- Kurtsoak, formakuntza eta, batez ere, lanketa pertsonalarekin.
- Adinaren arabera egokitutako jarduerak planteatu beharko lirateke. Idazlanak, irakurketak, ahozko kontakizunak etab bezalako jarduera tradizioetatik at ere joan gaitzkeela iruditzen zait gorputz adierazpen etab lotutako jarduera garaikideak aplikatuz.
- Heriotzaren naturalizazioarekin landutako ipuinak, unitate didaktikoak, filmak etab. lantzea.
- Heriotza bezalako gai baten aurrean, nire ustez, haurren emozioen lanketa egin behar dela. Beraz, emozioen lanketatik bideratuko nuke.

2. eranskina. Saio fitxak

2.1. 1. saioko saio fitxa

Taula 5. 1. saioko saio fitxa.

1. saioa: Emozio lanketa orokorra	
<p>Saioaren deskribapen orokorra: Saio honen bitartez, emozioen lanketa orokor bat egin nahi da. Horretarako, jarduera ezberdinak erabiliko dira. Hurrengo saioetan emozioen lanketa egongo denez, saio honek ikasleek emozioekiko dituzten ezagutzak, jarrerak, jokabideak aztertzekeo balioko du.</p>	
1. Jarduera: Musikaren erritmora	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Eremuak markatzeko txinoak
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Gimnasioa lau eremu ezberdinetan zatituko da. Eremu bakoitzak emozio ezberdin bat izango du. Ikasleak musikaren erritmoa jarraituz, gimnasiotik zehar korrika ibiliko dira, baina eremuaren arabera, haien espresioa ezberdina izango da. Eremuetan egon daitezkeen emozioak ondorengoak izan daitezke: tristura, poztasuna, harridura, frustazioa.</p>	
2. Jarduera: Bat, bi, hiru, txoriak kaka egin du!	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Ikasle bat paretan baten kontra jarriko da, begiak besoekin estalita. Beste jokalariek guztiak paretatik urrun jarriko dira. Horien helburua paretaraino iristea izango da. Begiak estaliak eta paretari begiratzen ari denak, "bat, bi, hiru, txoriak kaka egin du!" esango du eta bira emango du beste jokalariei begiratzeko. Beste guztiak aurrera mugituko dira, paretan dagoenak "bat, bi, hiru, txoriak kaka egin du!" esaten duen bitartean. Baina esaldia bukatutakoan gelditu egin beharko dira, gorputzaren bitartez, haiek nahi duten emozio bat adieraziz, paretan dagoenak mugitzen ikus ez ditzan. Mugitzen ikusiz gero, atzera itzuli beharko dute. Paretara iritsitakoan, "txori!" esan beharko dute eta paretan ukitu.</p>	
3. Jarduera: Non da nire emotikonoa?	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Emotikono txartelak
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Ikasle bakoitzari kopetean txarteltxo bat pegatuko zaio. Txarteltxo bakoitzean emozio bat adieraziz emotikono bat azalduko da. Ezinbestekoa izango da ikasleek kopetean duten emotikonoa zein den ez jakitea, ondoren hitz gabeko komunikazioa erabiliz, kopetean zein emotikono duten jakin beharko baitute, jarraian, haien berdina non dagoen asmatzeko.</p>	
<p>Oharrak: - Jarduera honen bitartez, ondorengo taldekatzea eginda egongo da.</p>	
4. Jarduera: Emotikono antzerkia	
Denbora: 20 minutu	Materiala: Aurreko jardueran erabilitako emotikonoak

Taldekatzeta: 4ko taldeak	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: 4ko taldetan daudelarik, irakasleak egoera ezberdinak jarriko ditu eta ikasleek 3 minutuko antzerki bat sortu beharko dute, aurreko jardueran izan dituzten emotikonoen emozioak ardatz izanik. Antzerkia sortu ondoren, beste ikaskideei egingo diete eta haiek bertan agertzen diren emozioak eta istorioa asmatu beharko dute.</p>	
<p>Oharrak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Irakasleak jar ditzakeen egoeren adibideak: <ul style="list-style-type: none"> - Kotxearekin istripu bat - Eskolako patioan baloiarekin jolastuz - Pelikula bat grabatzen - ... 	
5. Jarduera: Saioaren hausnarketa	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzeta: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Talde osoa borobilean eseri eta ebaluazio galdetegia bete beharko dute. Bestalde, irakasleak egingo dizkien galderen bitartez, saioa zer iruditu zaien eta nola sentitzen diren azaleratzeko aukera emango zaie.</p>	
<p>Oharrak:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Irakasleak egin ditzakeen galderak: <ul style="list-style-type: none"> - Zer iruditu zaizue gaurko saioa? Zer moduz aritu zarete? - Zein izan da gehien gustatu zaizuen ariketa? Eta gutxien gustatu zaizuen ariketa? - Saioan zehar egin dugunetik, zer aldatuko zenukete? - Nola sentitu zarete? - Prest al zaudete hurrengo saioan gaiari buruz gauza gehiago ikasteko? 	

2.2. 2. saioa fitxa

Taula 6. 2. saioa fitxa

2. saioa: Zer da heriotza dolua?	
<p>Saioaren deskribapen orokorra: Saio hau heriotza eta heriotza doluaren sarrera egiteko erabiliko da. Horretarako, joko-jolas ezberdinak erabiliko dira. Joko-jolas hauen dinamika berdina izango da, hau da, lehenengo 5 minututan ikasleak ez dira hilko. 5 minutuak pasa ondoren, hiltzen hasiko dira.</p>	
1. Jarduera: Saio hasiera	
Denbora: 5 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Heriotza doluari buruzko lanketarekin hasi baino lehen, ikasleek gaiarekiko dituzten aurre ezagutzak zeintzuk diren ezagutzeko pretest bat bete beharko dute.</p>	
2. Jarduera: Balo maltzurra	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Baloia
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Taldekide batek beste taldekide bati baloia jaurti eta botea eman ondoren gorputzean ematen badio, eseri egin beharko du. Libratzeko, eserita dagoelarik baloia errekueratu eta eserita dagoela ere taldekide bati eman beharko dio.</p>	
<p>Oharrak: - Azken bi minututan eseri ordeztu, hiltzen hasiko dira.</p>	
3. Jarduera: Krokodriloz betetako gimnasio jolasa	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Marrak dauden zona
<p>Deskribapena: 3 harrapatzaile egongo dira (krokodrilok) eta beste guztiak iheslariak izango dira. Hauek zelaietako marretatik joan beharko dute. Harrapatzaileak libreki joan daitezke zelaitik, baina harrapatzeko garaian marra baten gainean egon beharko dute. Iheslaria harrapatua izan bada, harrapatzailearekin rolak aldatuko ditu.</p>	
<p>Oharrak: - Zazpi minutu pasa ondoren, harrapatuak izan direnak hil egingo dira.</p>	
4. Jarduera: Azeria, oiloa eta sugea	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Eremua bereizteko txinoak eta taldeak bereizteko zapiak
Taldekatzea: 3 talde	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena:</p>	

Hiru talde egingo dira (azeriak, oiloak eta sugeak) eta denen artean jolas eremu bat mugatuko da. Eremu horretan talde bakoitzak etxea non duen erabakiko du. Taldeak bereizteko koloretako zapiak erabiliko dira. Jolas eremu hori errespetatuz, talde bakoitzak beste talde bateko jokalariai harrapatu beharko ditu. Adibidez, azeriek oiloak, oiloek sugea eta sugeek azeriak. Behin harrapatuak izan direnean, harrapatzaileen etxera joan beharko dute. Harrapatuak izan direnak askatzeko, bere taldekideko batek harrapatua dagoen zonaldera sartu beharko du. Behin barruan dagoelarik, bere taldeko guztiak salbu geratuko lirateke.

Oharrak:

- Hasieran harrapatuak izan direnak berriz ere libre geratzeko aukera izango dute. Baina ondoren, harrapatuak hil egingo dira. Talde bateko partaide guztiak hil egiten direnean, jolasa gelditu eta hausnarketarako momentua izango da.

5. Jarduera: Zer da heriotza?

Denbora: 15 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Jarduera honen bitartez, heriotza doluari buruzko sarrera egingo da. Bertan, aurreko jolasetan gertatzen zenetik abiatuz, (hil egiten zirela) zer den hiltzea eta horrek sortzen duen guztiaz hitz egiteko aukera emango da. Horretarako, irakasleak bideratzaile lanak egingo ditu eta ikasleak haien bizipenak eta ezagutzak plazaratzea gonbidatuko ditu. Bestalde, jarduera honen bitartez, ikasleek gaiarekiko dituzten aurre ezagutzak zeintzuk diren ezagutuko ditu, hurrengo egunetan hauen inguruko lanketa sakonago bat egiteko asmoz. Horretarako, postest formatuan ageriko den galdetegia bete beharko dute.

Oharrak:

- Ez da inor hitz egitea behartua sentitu behar.

2.3. 3. saioa saio fitxa

Taula 7. 3. saioa saio fitxa

3. saioa: Heriotza doluan agertzen diren emozioen lanketa	
<p>Saioaren deskribapen orokorra: Saio hau heriotza doluan agertzen diren emozioen lanketa egiteko erabiliko da. Horretarako, marko teorikoan aipatzen diren emozioak oinarri izanda, hurrek aurreko saioan plazaratzen dituzten emozioetan zentratuko da.</p>	
1. Jarduera: Emozio sarrera	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Ikasleak gimnasio guztian zehar mugitzen ibiliko dira. Irakasleak mugimendu ezberdinak, ekintzak, pertsonaiak... eta emozio ezberdinak aipatzen joango da. Ikasleek, berriz, haien gorputzaren bitartez, irakasleak esandakoa irudikatu beharko dute. Adibidez, dantzaria-triste, Superman- urduri, korrika-nahasia...</p>	
2. Jarduera: Koloretazko besarkadak	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Koloretazko txartelak
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Hurrei txartel bana emango zaie. Txarteltxo hauek kolore batekoa izango dira. Musika jarrita dagoen bitartean, hurrek gelatik dantzan ibili beharko dute eta gelditzean, ondoan duen pertsonari besarkada bat eman beharko dio. Elkarri txartelak erakutsiko dizkiete eta kolore berekoak badira, elkarrekin geratuko dira jolasa bukatu arte, desberdinak badira, berriz, bere bikotearen bila jarraitu beharko dute. Berriz ere musika ipiniko da eta gelditzean, aurreko berdina egin beharko dute. Eta horrela guztiak bere bikotearekin elkartu arte.</p>	
3. Jarduera: Ispilu musikatua	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Musika
Taldekatzea: 2naka	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Ikasleak binaka aurrez aurre jarriko dira. Bietako bat gidaria izango da eta gorputz atal ezberdinak erabiliz irakasleak jarriko duen musikak transmititzen dion emozioa azalatu beharko du. Besteak, berriz, ispilu bat izango balitz bezala, bere bikoteak egiten dituen mugimenduak kopia beharko ditu. Ikasle bakoitzak 30-60 segundu izango ditu gidari izateko. Ondoren, bikotekidea hautsi eta beste ikaskide batekin jarduera berdina egingo du. Bikotekidea hautsi baino lehen, besteak adierazitako emozioa zein izan den asmatu beharko du.</p>	
4. Jarduera: Emozioz emozio	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Emozio ezberdinen paperak
Taldekatzea: 5ko taldeak	Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Ikasleak 4ko taldetan banatu eta talde bakoitzari emozio ezberdinen paperak emango zaizkio, taldekide bakoitzari papertxo bana, zehazki. Taldekide bakoitzak gainontzekoen aurrean tokatu zaion emozio horren antzezpena egin beharko du, eta besteek asmatu beharko dute. Horrela, taldekide guztiek besteen emozioak antzeztu arte.

5. Jarduera: Egoerak

Denbora: 15 minutu

Materiala: Ez da materialik behar

Taldekatzeta: 5eko taldeak

Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Ikasleak 5eko taldetan banatuko dira. Irakasleak egoera ezberdinak ezarriko dizkio talde bakoitzari. Hauek mimika erabiliz, egoerak antzeztu beharko dituzte, ondoren, beste taldekoei antzezteko eta hauek bertan gertatzen den egoera eta emozioak asmatzeko. Egoeran antzeztu behar dituzten emozioen arabera (4. jardueran erabilitakoak), ikasleak aurreko saioan entzundako musika erabiltzeko aukera izango dute.

6. Jarduera: Saioaren hausnarketa

Denbora: 5 minutu

Materiala: Ez da materialik behar

Taldekatzeta: Talde osoa

Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Talde osoa borobilean eseri eta ebaluazio galdetegia bete beharko dute. Bestalde, irakasleak egingo dizkien galderen bitartez, saioa zer iruditu zaien eta nola sentitzen diren azaleratzeko aukera emango zaie.

Oharrak:

- Irakasleak egin ditzakeen galderak:
 - Zer iruditu zaizue gaurko saioa?
 - Zer moduz aritu zarete?
 - Zein izan da gehien gustatu zaizuen ariketa? Eta gutxien gustatu zaizuen?
 - Saioan zehar egin dugunetik, zer aldatuko zenukete?
 - Nola sentitu zarete?
 - Prest zaudete hurrengo saioan gaiari buruz gauza gehiago ikasteko?

2.4. 4. saioko saio fitxa

Taula 8. 4. saioko saio fitxa

4. saioa: Zer dira erritualak?

Saioaren deskribapen orokorra: Saio honen bitartez, erritualei buruzko ezagutza eskainiko zaie. Horretarako, saioaren lehen minutuak haurren aurre ezagutzak zeintzuk diren jakiteko erabiliko dira. Ondoren, saioaren helburua, Zelanda Berrian egiten den bezala, Hacka bat sortzea izango da, baina horretarako, aurretik jarduera ezberdinak egingo dira.

1. Jarduera: Zer dira erritualak?

Denbora: 10 minutu

Materiala: Zelanda Berriko herritarren *Hacken* bideoa

Taldekatzea: Talde osoa

Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Jarduera honetan saioan zehar landuko den gaiari buruzko sarrera bat egingo da. Sarrera egin ondoren, ikasleek galdetegia (*pretest*) bete beharko dute. Behin galdetegia bete ondoren, "Zer dira erritualak?" galdetuko zaie ikasleei eta haien erantzun ezberdinen bitartez, erritualak zer diren definitzea lortuko da. Behin erritualei buruzko informazioa eskaini eta ikasleek jaso ondoren, irakasleak Zelanda Berrian egiten diren *Hacken* bideo bat jarriko du erritual honi buruz hitz egiteko. Bukatzeko, saio honen amaieran horrelako *Hacka* bat sortu beharko dutela adieraziko zaie.

2. Jarduera: Munstro harrapatzailea

Denbora: 10 minutu

Materiala: Ez da materialik behar

Taldekatzea: Talde osoa

Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Jarduera honetarako, ikasle bakoitza munstro ezberdin bat izango denez, bakoitzak bere oihera eta ibilera sortu beharko du. Behin sortu dutela, bik harrapatzaile rola izango dute eta beste guztiek iheslari rola. Jolasean zehar, munstroak izango balira bezala aritu beharko dute. Iheslaria harrapatua bada, harrapatzailearekin rola aldatuko ditu.

3. Jarduera: Mugimenduak ezagutzen!

Denbora: 5 minutu

Materiala: Mugimendu ezberdinen fitxak

Taldekatzea: 4ko taldeak

Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Ikasleak lau taldetan banatuko dira. Irakasleak talde bakoitzari lau fitxa ezberdin banatuko dizkio. Fitxa horietan mugimendu ezberdinak azalpen txiki baten bitartez azalduko dira, hauek irakurri eta egiteko.

4. Jarduera: Gure *hacka!*

Denbora: 30 minutu

Materiala: Aurreko jardueran erabilitako fitxak

Taldekatzea: 8ko taldea

Eremua: Gimansioa

Deskribapena:

Aurreko jardueretan erabilitako mugimendu ezberdinetan oinarrituz, talde bakoitzak *Hacka* sortu beharko du. Sortze prozesurako 20 minutu izango dituzte, eta ondoren, beste taldekideen aurrean aurkeztu beharko dute.

5. Jarduera: Saioaren hausnarketa

Denbora: 5 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
Deskribapena: Talde osoa borobilean eseri eta saioaren inguruko galdetegia (<i>postest</i>) bete beharko dute. Ondoren, irakasleak egingo dizkien galderen bitartez, saioa zer iruditu zaien eta nola sentitzen diren azaleratzeko aukera emango zaie.	
Oharrak: <ul style="list-style-type: none">- Galderak:<ul style="list-style-type: none">- Zer iruditu zaizue gaurko saioa?- Zer moduz aritu zarete?- Zein izan da gehien gustatu zaizuen ariketa? Eta gutxien gustatu zaizuen?- Saioan zehar egin dugunetik, zer aldatuko zenukete?- Nola sentitu zarete?- Prest zaudete hurrengo saioan gaiari buruz gauza gehiago ikasteko?	

2.5. 5. saioa fitxa

Taula 9. 5. saioa fitxa

5. saioa: Jaio, bizi eta hil!	
<p>Saioaren deskribapen orokorra: Saio honetan zehar bizitzaren zikloaren azken momentuari emango zaio garrantzia. Horretarako ipuin ezberdinak eta antzerkia erabiliko da.</p>	
1. Jarduera: Zer da bizi zikloa?	
Denbora: 5-10 minutu	Materiala: Ipuina: Estirar la pata o cómo envejecemos
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Saioarekin hasi baino lehen, ikasleek gaiaren inguruko galdetegia (pretest) bete beharko dute. Bizitzaren zikloari buruzko ezagutzak eta hausnarketa egiteko, irakasleak Estirar la pata o cómo envejecemos izena duen ipuina irakurriko du. Behin irakurrita, ikasleek gaiaren inguruko iritzia eman eta hausnarketak egingo dituzte.</p>	
2. Jarduera: Zer diote ipuintxoek?	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Ipuinak
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Irakasleak ipuin ezberdinak jarriko ditu eta ikasleek gimnasio guztian zehar mugituz entzuten dutena nahi duten bezala adierazi beharko dute. Guzti hau haien gorputzarekin antzeztu beharko dute.</p>	
3. Jarduera: Animalia-emozio (taldekatze jarduera)	
Denbora: 5 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Jarduera hau taldekatze jarduera izango da. Horretarako, ikasle bakoitzari emozio eta animalia bat emango zaio. Ikasleek haien gorputza eta onomatopeiak erabiliz, emozio eta animalia berbera dutenekin elkartu beharko dute.</p>	
4. Jarduera: Istorialariak	
Denbora: 30 minutu	Materiala: Ipuinak
Taldekatzea: 5eko taldeak	Eremua: Gimnasioa
<p>Deskribapena: Taldea bakoitzak ipuin bat izango du. Ipuin bakoitza istorio ezberdin bat izango den arren, denek bizitzaren zikloa izango dute oinarri. Hortaz, talde bakoitzak ipuina oinarri izanda haien istorio bat sortu beharko dute, ondoren, beste taldekoei antzezteko. Antzerkia prestatzeko gimnasioan dagoen materiala erabiltzeko aukera izango dute.</p>	
5. Jarduera: Azken hausnarketa	
Denbora: 10 minutu	Materiala: Ez da materialik behar
Taldekatzea: Talde osoa	Eremua: Gimnasioa

Deskribapena:

Talde osoa borobilean eseri eta saioaren inguruko galdetegia (posttest) bete beharko dute. Ondoren, irakasle eta ikasleen arteko interakzioaren bitartez, esku-hartzeari itxiera emango zaio.

3. eranskina. Behaketa taula

Taula 10. *Behaketa taula*

BEHAKETA TAULA		
Saioa:	Data:	Taldea:
BEHAKETA MOTA	OHARRAK	
HARREMANAK (errespetua, laguntasuna, enpatia, bestelakoak...)	BERDINEN ARTEAN	
	IRAKASLEAREKIKO	
JARRERAZKO EDUKIAK (parte hartzea, ezagutzei aurre egiteko estrategiak, arreta, motibazioa...)		
GAIARI BURUZKO EDUKIAK (heriotza, heriotza dolua, erritualak, emozio eta sentimendu ezberdinak, estrategiak...)		
BESTELAKOAK		

4. eranskina. Lorpen adierazleen taula

 Taula 11. *Lorpen adierazleen taula*

LORPEN ADIERAZLEEN TAULA				
HELBURU DIDAKTIKOAK	LORPEN ADIERAZLEAK	LORTU DU	EZ DU ERABAT LORTU	EZ DU LORTU
Gorputzak izan ditzakeen mugimendu ezberdinetaz kontziente izateko, jarduera ezberdinei aurre eginez, gaitasun eta trebetasun fisiko zein motor ezberdinak erabili.	Bere gorputza mugitzeko duen gaitasunaz jabetzen da.			
	Nahi dituen mugimendu ezberdinak egiten ditu.			
	Ezezagunak dituen mugimenduak ulertu eta egiten ditu.			
Jarduera ezberdinek eskatzen duten alderdi teknikoari aurre egiteko, keinu eta mugimendu ezberdinak eginez, gorputzaren mugikortasunaz kontzientzia izatea.	Prest dago ateratzen ez zaizkion mugimenduak hobetzeko.			
	Azaldutako keinu eta mugimendu teknikoak ulertu eta egiten saiatzen da			
Gainontzeko ikaskideen nahiak eta zailtasunak identifikatzea, hauengan arreta jarritz eta behatuz, ondoren, besteek dituzten zailtasunetan laguntzeko.	Bere burua pixkanaka ezagutzeko doa.			
	Taldean lan egiten du.			
	Prest dago bere gelako edonori laguntzeko.			

Gorputzaren adierazpen-baliabideak erabiltzea eta taldean inplikatzeko ideiak, sentimenduak eta emozioak adierazteko eta pertsonaia zein egiazko eta asmatutako istorioak antzezteko.	Taldean inplikatzeko da eta behar bezala lan egiten du.			
	Egoera ezberdinei aurre egiteko estrategia ezberdinak erabiltzeko gai da			
	Ideiak, sentimenduak eta emozioak adierazteko eta pertsonaia eta egiazko eta asmatutako istorioak antzezteko gai da.			
Egoera ezberdinetan gainontzeko ikaskideen emozioak identifikatzea, hauengan arretoa jarri eta behatuz, ondoren bizi prozesuan laguntasun harreman osasuntsuak eraikitzea.	Bere ikaskideen sentimenduak eta emozioak identifikatu eta hauen aurrean enpatiaz jokatu du.			
	Bere ikaskideak laguntzeko prest dago.			
	Bere ikaskideez arduratzen da.			
Musika eta testuinguru ezberdinetara egokitzea, gorputzaren mugimendu ezberdinez baliatuz, musikak momentu bakoitzean sentiarazten diona adierazteko.	Musikaren bitartez bizitzen duena hitzez eta hitzik gabe adierazteko gai da.			
	Musika erritmo ezberdinetara egokitzen da.			
Jarduera eta dinamika ezberdinen bitartez, heriotza dolu testuinguru	Heriotza doluaren inguruko ezagutzak jasoditu.			
	Jarduera eta dinamika ezberdinen bitartez jasotzen			

<p>batean sor daitezkeen egoera eta bizipen ezberdinetaz jabetu, ondoren egoera erreal bat sortzen den momentuan ezagutzak izan ditzan egoerari aurre egiteko.</p>	<p>dituen bizipenak errealitatean gerta daitezkeen egoerekin alderatzeko gai da.</p>			
<p>Esku-hartzean zehar landuko diren jarduera ezberdinen bitartez, heriotzari eta heriotza dolua gaiari buruz naturaltasun eta normaltasun osoz hitz egiteko ohitura eskuratzea.</p>	<p>Heriotza eta heriotza doluaz naturaltasunez hitz egiteko gai da.</p>			
	<p>Heriotza eta heriotza doluari buruzko iritzia modu kontziente batean emateko gai da.</p>			
<p>Heriotza eta heriotza doluari buruzko ezagutzak handitzea, bi gai hauen inguruan naturaltasunez hitz egiteko, ikasleek aurrera eramango dituzten jarduera ezberdinetan agertzen diren estrategiak baliatuz.</p>	<p>Heriotza eta heriotza doluaz gehiago jakiteko prest dago.</p>			
	<p>Naturaltasunez adierazten du gaiaz hitz egin nahi duen hala ez.</p>			
<p>Heriotza doluaren lanketan norberaren emozioak eta sentimenduak identifikatzea, ondoren dinamika ezberdinen bitartez, hauengan</p>	<p>Esku-hartzean zehar sentitzen duena adierazteko erraztasuna du.</p>			
	<p>Momentuan bertan sentitzen duena adierazten du.</p>			

kontzientzia zabaldu eta norberak bere barne kudeaketa egiteko.	Heriotza doluak eragin ditzakeen sentimendu eta emozioetaz kontzientzia du.			
	Sentitzen ez duen beste edozein emozio interpretatzen du.			
Heriotza eta heriotza doluaren inguruko taldekako zein bakarkako hausnarketak egiteko, jorratzen diren dinamika eta jarduera ezberdinetatik heriotza eta heriotza doluaren inguruko informazioa prozesatzeko eta ulertzeko gai izatea.	Heriotzak eragin diezaiokeenaz hausnartzeko gai da.			
	Heriotza doluari buruz taldean hitz egiteko gai da.			
	Gaiaren inguruko zalantzak identifikatzeko eta hauei aurre egiteko gogoak adierazten ditu.			
Oharrak				

5.2. 2. saioan erabiliko diren galdetegiak

Pretest galdetegia

Izen-abizenak:	Data:		
Gela:			
• Heriotza hitza entzun duzun lehen aldia al da?	BAI	EZ	EZ DAKIT
• Eta "heriotza dolua" hitza?	BAI	EZ	EZ DAKIT
• Heriotzaren bat bizi izan al duzu gertu?	BAI	EZ	EZ DAKIT
• Aurreko galdera baiezkoa bada, azal ezazu (noren heriotza izan den, noiz gertatu den, zein arrazoiengatik...)			
• "Heriotza" hitzak zer sentiarazten dizu?			
• Heriotzaren inguruan gehiago jakitea gustatuko al litzaizuke? Zer?			
• Heriotza eta heriotza doluari buruz hitz egiteko momentuan, norekin sentitzen zara erosen? Borobildu aukeratutako erantzuna(k).			
	Gurasoekin	Lagunekin	Irakaslearekin
			Anai-arrebekin
	Familiako beste norbaitekin		Inorekin

Posttest galdetegia

Izen-abizenak:	Data:		
Gela:			
<ul style="list-style-type: none"> Jakingo al zenuke heriotza zer den azaltzen? 	BAI	EZ	EZ DAKIT
<ul style="list-style-type: none"> Aurreko galdera baiezkoa bada, azal ezazu. 			
<ul style="list-style-type: none"> Jakingo al zenuke heriotza dolua hitza azaltzen? 	BAI	EZ	EZ DAKIT
<ul style="list-style-type: none"> Aurreko galdera baiezkoa bada, azal ezazu? 			
<ul style="list-style-type: none"> Gustuko al duzu gai honen inguruan hitz egitea? 			
<ul style="list-style-type: none"> Nola sentitu zara heriotza doluaz hitz egiteko momentuan? 			

5.4. 4. saioan erabiliko diren galdetegiak

☐ Pretest galdetegia

Izen-abizenak:	Data:						
Gela:							
<ul style="list-style-type: none"> • “Errituala” hitza entzun duzun lehen aldia al da? <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>BAI</td> <td>EZ</td> <td>EZ DAKIT</td> </tr> </table> • Zer da erritual bat? Azal ezazu. • Ezagutzen al dituzu erritual ezberdinak? • Noizbait parte hartu al duzu horietako erritual batean? <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>BAI</td> <td>EZ</td> <td>EZ DAKIT</td> </tr> </table> • Aurreko galdera baiezkoa bada, azal ezazu? (norenean?, noiz?, zergatik?...) • Erritualen inguruan gehiago jakitea gustatuko al litzaizuke? Zer? 		BAI	EZ	EZ DAKIT	BAI	EZ	EZ DAKIT
BAI	EZ	EZ DAKIT					
BAI	EZ	EZ DAKIT					

☐ Postets galdetegia

Izen-abizenak:	Data:			
Gela:				
<ul style="list-style-type: none"> • Jakingo al zenuke errituala zer den azaltzen? <table style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>BAI</td> <td>EZ</td> <td>EZ DAKIT</td> </tr> </table> • Aurreko galdera baiezkoa bada, azal ezazu? • Zein izan da saioan zehar landu duzun errituala? • Zertarako erabiltzen dute saioan zehar landutako errituala? • Zein beste erritual ezagutzen duzu? • Gustuko al duzu gai honen inguruan hitz egitea? • Nola sentitu zara erritual gaiaz hitz egiteko momentuan? 		BAI	EZ	EZ DAKIT
BAI	EZ	EZ DAKIT		

5.5. 5. saioa erabiliko diren galdetegiak

☐ Pretest galdetegia

Izen-abizenak:	Data:
Gela:	
<ul style="list-style-type: none"> • “Bizi ziklo” hitza entzun duzun lehen aldia al da? <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> BAI EZ EZ DAKIT </div> • Zer da “bizi zikloa”? • Jarraian azal itzazu bizi zikloa duten bi adibide. • “Jaio, bizi eta hil” irakurtzean zer datorkizu burura? • Bizi zikloaren inguruan gehiago jakitea gustatuko al litzaizuke? Zer? 	

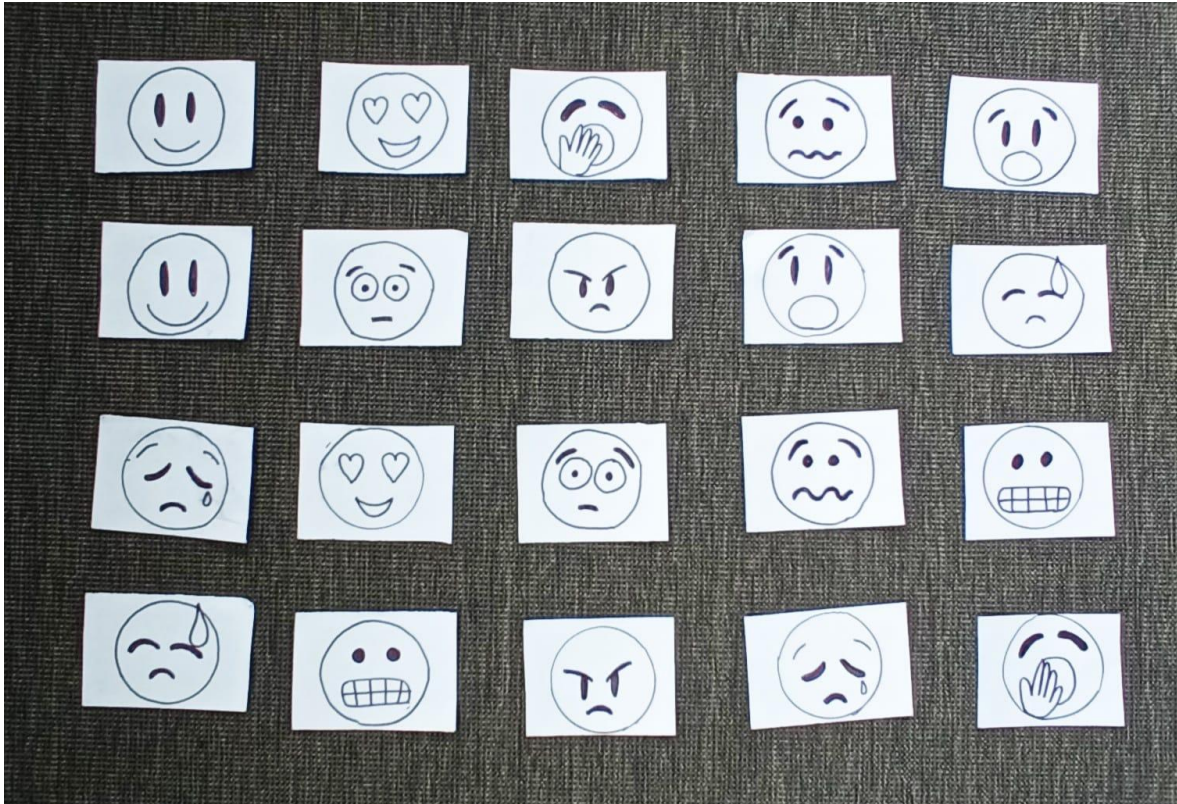
☐ Postest galdetegia

Izen-abizenak:	Data:
Gela:	
<ul style="list-style-type: none"> • Jakingo al zenuke bizi zikloa zer den azaltzen? <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 5px;"> BAI EZ EZ DAKIT </div> • Aurreko galdera baiezkoa bada, azal ezazu. • “Jaio, bizi eta hil” irakurtzean zer datorkizu burura? • Zer adierazi nahi du “<i>Estirar la pata o cómo envejecemos</i>” izena duen ipuinak? • Landutako ipuinen batekin identifikatu al zara? • Gustuko al duzu gai honen inguruan hitz egitea? • Nola sentitu zara bizi zikloaz hitz egiteko momentuan? 	

6. eranskina. Saiotan erabiliko den materiala

6. 1. 1. saioan erabili beharrekoa

➤ EMOTIKONO TXARTELTXOAK (2., 3., eta 4.jarduerak)



1. IRUDIA. Emotikonoen txarteltxoak.

6.2. 3. saioan erabili beharrekoa

➤ MUSIKA ERABILGARRIA

- MINA ATERATZEKO MUSIKA

- Barber, S. (2016). Adagio for strings [abestia]. In *Samuel Barber: Adagio for Strings; Piano & Violin Concerto; 4 Choral Pieces*. Musical Concepts. <https://open.spotify.com/track/5iOCKx6HHxWgnc3MHSeHAz?si=XVaGTvdsR0SL4qwx-e4d1g>
- Bach, J. (2016). Orchestral Suite n.3, II.Air [abestia]. In *Bach - Air- Suite No.3*. Music LabCollective. https://open.spotify.com/track/6jSjQp1SLD2eo9PUEQr0dL?si=BET_EQbiQHOjESu8M96CHA

- Ugalde, E. (2007) . Miserere [abestia]. In *Sacred Places*. Electra Women's Choir.
<https://open.spotify.com/track/7GLjTTbR2BETmboFmCfJwk?si=6EgavqV0QYmc-CaPzk47KQ>
- Whitacre, E. (2010). Sleep [abestia]. In *Light & Gold*. Eric Whitacre.
https://open.spotify.com/track/78BLTUqTCCHuptFEGejEoS?si=C0T-U9TdSPqghQ_uLVeTJA
- Gjeilo, O. (2015). Ubi Caritas [abestia]. In *Lux*. Hyperion UK.
https://open.spotify.com/track/5dWbusm6ucdqle5iDC16IW?si=a72ongAvTx2X4h1__fVspQ
- ASIMILAZIORAKO MUSIKA
- Josef Rheinberger, J. (2011). Abendlied [abestia]. In *A choral Tapestry*. Hyperion UK.
<https://open.spotify.com/track/0p6rDBRL9aoGtUQX2kp6Am?si=7e8GnHmHT7SRVwq0IsR-PA>
- Whitacre, E. (2010). Seal lullaby [abestia]. In *Light & Gold*. Eric Whitacre.
https://open.spotify.com/track/1ZqzUiCQICQmjtpbFZYwnt?si=SZ_TUevGTX-hWBdV-c9b9g
- Newman, T. (2002). Road to perdition [abestia]. In *Road to perdition*. Decca.
<https://open.spotify.com/track/1ybtJbR4ARqmjl6dD2VtYU?si=wm7fSLgSShCHR6SwJkQSiA>
- Gerrard, L. (2007). Now we are free [abestia]. In *The Best Of Lisa Gerrard*. 4 AD.
https://open.spotify.com/track/1OdgWYrTg6hKwydZGGS1EH?si=Cz1NOSkQSAGlqs_dO7ImFuQ
- TRANSFORMAZIORAKO MUSIKA
- Portman, R. (2001). Main title [abestia]. In *Chocolat*. Hyperion UK.
https://open.spotify.com/track/1Ddyiol2yXhLwR1pn5Hczk?si=gNJMOYzdScqZM2cM3rc_6Q

- Bingen, H. (1997). Instrumental dance [abestia]. In *Hildegard Von Bingen/ Ordo Virtutum*. Sequentia.
<https://open.spotify.com/track/4fFABGNG9ZbThvsrGF63AL?si=y-VBoX55Q-gbHwvqUy3N1Q>
- Ugalde, E. (2018). Dizdizka zeruan [abestia]. In *Eva. Alaia*.
<https://open.spotify.com/track/4zSX5Xxb1FmDDkGIGqTbQg?si=k7nV0sg6Q1qtQhlf8m6gpQ>
- Graham, C. (2014). Tabula rasa [abestia]. In *Burning Up*. Candy Rat Records.
https://open.spotify.com/track/0TsMuOgOA6yvoe76RvLBz2?si=r9BIY6QiQkqZu_mPiCvv5Q
- McGlynn, M. (2014). Cúnnla [abestia]. In *Illuminations*. Danu.
<https://open.spotify.com/track/5IVcDyeLa3idSvI4e4euzA?si=5FGCu0U2SlipR7txzXb9Q>

6.3. 4. saioan erabili beharrekoa

- **ZELANDA BERRIKO HILETA BATEKO HAKA** (1. jarduera)
 - Soulz Talosaga. (2015eko azaroaren 30a). *Tribute hakaz for Jonah Lomu* [bideoa]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=oVD3v0CPXJA>
 - World Rugby. (2017ko abuztuak 17). *HAKA! New Zealand perform haka after winning the Women's Rugby World Cup* [bideoa]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=uzg4rJJNX30&ab_channel=WorldRugby

➤ MUGIMENDU EZBERDINEN ADIBIDEAK (3. eta 4. saioak)





2. ARGAZKIA. Mugimendu ezberdinen 1. irudia.

6.4. 5. saioan erabili beharrekoa

➤ ERABILGARRIAK DIREN IPUINAK (1., 2. eta 4. jarduerak)

Taula 12. Ipuin erabilgarriak

IZENBURUA	IDAZLEA	EDITORIALA	URTEA	GAIA	HIZKUNTZA	ORRIALDE KOPURUA	IRUDIA
<i>Estirar la pata o cómo envejecemos</i>	Cole Babette	Ediciones destino	1996	Bizi zikloa	Espainera	36	
<i>Mara</i>	Nerea Hernandez Herran	Begiko	2019	Dolua	Euskara	36	
<i>Agur Aitona</i>	Jelleke Riktken	Ttarttalo	2018	Heriotza	Euskara	24	
<i>Amaren Intxaurrak</i>	Julio Soto Ezkurdia eta Maite Mutuberria	Katxiporreta	2020	Heriotza	Euskara	29	

<p><i>No es fácil pequeña ardilla</i></p>	<p>Elisa Ramón</p>	<p>Kalandraka</p>	<p>2004</p>	<p>Heriotza doluaren naturaltasuna</p>	<p>Euskara, Galego, Katalana, Portugesara, Espainiera</p>	<p>40</p>	
<p><i>Te echo de menos</i></p>	<p>Paul Verrept</p>	<p>Juventud</p>	<p>2001</p>	<p>Heriotza eta heriotza dolua</p>	<p>Espainiera</p>	<p>25</p>	

7. eranskina. Adituari egindako elkarrizketaren transkripzioa

ITXASO RODRÍGUEZEKIN ELKARRIZKETA

Itxaso Rodríguez Bidegin (Doluaren eta gaixotasun larriaren laguntza zerbitzua) elkarteko talde terapeutikoko partaidea da. 2011-2016 urte bitartean, Euskal Herriko Unibertsitatean psikologia ikasketak aurrera eraman zituen, ondoren, Bartzelonako Unibertsitatean *Dolu, trauma eta galera larrietan Master counselling integratzaile-erlazionala* egiteko.



1. Nola definituko zenuke heriotza? Eta heriotza dolua?

Heriotza bizitzaren parte bat bezala ikusten dut nik. Guk dakigula, bizitzaren amaiera izango da, baina, nire ustez, gauza askoren hasiera ere. Egia esan, ezin dizut definizio zehatz bat eskaini, baina erlazioei dagokienez, pertsona hori gurekin gehiago ez egotearen gertaera izango da, oso egoera potentea.

2. Nola definituko zenuke heriotza dolua?

Pertsonak naturalki bizitzen dugun prozesu adaptatibo bat bezala ikusten dut. Hau oso definizio xumea da, baina moldaketa prozesu sano bat da eta naturalki ematen dena. Bertan emozio potente oso ezberdinak egongo dira eta ohiko sententzioa da bizitzen diren emozioak negatiboak izatea, baina ez da guztiz negatiboa izango. Nik normalean ondorengo adibidea erabiltzen dut: pisu berri batera joatean, pisura moldatu arte ez gara guztiz eroso sentitzen, ezta? ba, heriotza doluarekin berdina gertatzen da, galdu dugun pertsona hori gabe bizitzen ikasi behar dugu. Gauza asko aldatzen dira pertsona bat hiltzean eta ez bakarrik pertsona ez dagoela, erlazioak, bizimodua, norbera... Beraz, nik prozesu adaptatibo natural bat bezala ikusten dut. Are gehiago, unibertsala eta indibudala ere dela esango nuke. Indibiduala diot norberaren historiarekin, izaerarekin, sinismenekin... bat egingo duelako.

3. Gaur egungo gizartean gai tabu asko dago. Zure ustez, heriotza dolua gai tabua al da? Zergatik?

Asko epaitzen da dolua zenbat iraun edo nola bizitu behar den, baina zuk galdetzen badiozu semea galdu duen aita bati ea dolua noiz amaitu zaion, ondorengoa esango dizu:

inoiz ez. Gauza da, egoerak zertara eramaten zaituen. Azken finean, pertsona bakoitzak norberaren historia izango du eta horren arabera heriotza doluari aurre egiteko era ezberdinak izango ditu. Antsietate handia egoten da doluan, antsietatea ez da soilik arnas arazoa, emozioen gorabeherak sortzen dutelako. Honekin esan nahi dudana da, antsietatea handitzen denean, pertsona horren egoera emozionala ez dela guztiz orekatua izango.

Guzti hau dela eta, heriotza dolu prozesua askotan gaixotasun bat bezala ikusten da eta ez zaio behar bezalako atentziorik jartzen.

4. Gaur egungo eskoletan lantzen al da heriotza dolua? Zure ustez, gai garrantzitsua al da eskoletan lantzeko? Nola lantzen da?

Sistemak askotan ez du lehenago lantzen uzten, baina ikasleei galdetzen badiezu, badira batzuk gaiari buruz hitz egin nahi izaten dutenak eta baita alderantziz ere, gaiari buruz hitz egiteko prestatuta ez daudenak. Kasu hauetan, haurrari aukeratzeko aukera eman behar zaio eta inoiz ez gaiaren inguruan hitz egitea behartu.

Bestalde, eskolek askotan elkartera deitzen dutenean, zerbait pasa ondoren izaten da, irakasle edo ikasle bat hil delako, gurasoren bat hil delako... Azken aldi hiru dei izan ditugu gai honen inguruko ezagutzak jakiteko beharra izan baitute. Baina esaten dizudana, guregana, batez ere, dolu prozesuan dauden eskolak, ikasleak, gurasoak... izaten dira eta, ondorioz, gure lana modu paliatibo batean egiten da.

Dena den, badira kasuak modu prebentiboan gaia landu nahi dutenak eta informazioa jasotzeko galdetuz deitzen digutenak. Bestalde, heriotza eta heriotza doluari buruzko hitzaldiak, tailerrak, ikastaroak... ere egiten ditugu nahi duen pertsonak guregana etorri eta gaiaren inguruan ezagutza jaso dezan.

5. Eskoletan heriotza dolua lantzeko bi dira pedagogia ezagunenak: *heriotza pedagogia* eta *dolu pedagogia*. Zure ustez, zein da gaur egungo eskoletan landu beharko litzatekeen pedagogia? Landu al daitezke biak batera?

Guk dolu pedagogiaren bitartez egiten dugu lan, azken finean, dolu prozesuan laguntzen dugulako. Dolua lantzeko garaian, heriotzaren aldetik egiten dugu lan, baina dolua ez da soilik heriotzarekin lotuko; oso egoera ezberdinekin lotu baitaiteke, adibidez, bikotekidearekin uztea, eskolaz aldatzea, anai txiki bat izatea... Orduan dolu prozesua egoera askotan eman daiteke. Heriotza doluari aurre egiteko dolu pedagogia landuko nuke.

Heriotza pedagogia, berriz, zerbait intelektuala ere izan daiteke, zer den heriotza, nola gertatu daitekeen, kulturalki nola bizitzen den... Baina bueno, dena oso bateratua egon daiteke, ze bata bestearekin elkar lotuta doazelako. Nik uste dut bereizketa hori dela nagusia, baina berriro diot, bi pedagogien batura egin daitekeela.

6. Nolako jarrerak aurki daitezke gaur egun?

Oso ohikoak dira mitoak erabiltzea. Adibidez, *denborak dena konponduko du, sentitzen duzun mina ez azaleratzeak indartsuagoa egingo zaitu...* Baina bueno mitoak normalean gure sinesmenetan oinarrituak izaten dira.

7. Zein da, zure ustez, gaur egungo irakasleek gai honen inguruan duten ezagutza maila?

Irakasle ezberdinekin gai honen inguruan hitz egiterakoan, irakaslearen historia zein den argi eta garbi ikusten da. Berez, formakuntza eskolak kasuren bat izaten duenean edo beharra sumatzen dutenean egiten da eta ez da irakasleak bere kabuz hartuko duen erabaki bat. Heriotza dolua lantzen denean, garbi ikusten da irakasleak zein punturarte landu duen bere bizitzan zehar heriotza dolua, izan ere, bere bizipenekin lotuko baitu.

8. Zure ustez, ba al daude eskoletan heriotza dolua lantzeko proposamenak ala falta direla uste al duzu?

Nik uste dut geroz eta gehiago daudela, baina gehiago egon beharko liratekeela.

9. Zergatik da ezinbestekoa heriotza dolua lantzea? Ez lantzeak ondorioak izan ditzake?

Doluan dagoen pertsona horrek izan ditzakeen beharrei atenditzea eta kontuan izatea da garrantzitsua eta inoiz ez ekiditea. Nik uste dut hori dela garrantzitsuena. Heriotza bizitzaren faktore bat da, hor dago eta dolua uneoro bizitzen ari gara. Hau ekiditen bada edo lantzen ez bada, pertsonak errekurtsu gutxiago izango ditu bere bizitzarako. Beraz, irakasleek, orientatzaileek... ez badute ikasleen behar hori atenditzen, ikasleak gabeziak izango ditu. Nire ustez, haur batek sentitzen duena jasotzen ez bada eta behar duen segurtasuna eskaintzen ez bazaio, haur horri egoerak eragin negatiboak sortuko dizkio eta, ondorioz, sozializateko momentuan, ikasketetan, familian... arazoak izan ditzake. Beraz, guzti hau eskoletan zaindu behar dela uste dut, bereziki segurtasuna eta zainketa emozionala eskainiz.