

III.- Contexto **SITUACIÓN CONCRETA** (Intervención operativa)

IIIer PASO

IVº PASO

Vº PASO

VIº PASO

ANTSIETATEA

Loturaren haustura

Larritasuna
urduritasuna
ustutasuna

Aldaketa
psikofisikoak

GARAPENERAKO

- . Oinarrizkoa
- . Behar-beharrezkoa
- . Ezinbestekoa

Egoera arrisksuetan erantzuteko gaitasuna

Aldaketa prestakuntzarako egokitzeko gaitasuna

GARRANTZITSUA

~~Nirbana~~

Garapenerako ahalbideratzaile bihurtzea

Antsietate kopuru bat

Ona bizitzeko

Gehiegi

Garapena oztopatzen du

J. TIZON : "Apuntes para una Psicología basada en la Relación " 97-110 orrialdeak.

T. GIL
J.L. De la MATA
J. COYA

O. PARTZIALA

~~DISOZIAZIOA~~

Asetuta beteta sentitzea
NARTZISISMOA PRIMARIOA

Konfiantza
Mesfidantza

O. OSOA

DISOZIAZIOA

PROIEKZIOA

Agresibitatea (loturaren haustura) (O)arengan bota

NARTZISISMO SEKUNDARIOA

Autonomia
Loba
Zalantza

ANTSIETATE PERTSEKUTORIOA

ANBIBALENTZIA

Loturaren haustura bere errugatik berak eragindako minagatik

Ekimena
Errua

ANTSIETATE DEPRESIBOA

-Boikota/zuriketan
-Mesfidantza
-Inpunitatea
-“Ez duzu esan”
-“Ez didate uzten”

ANTSIETATE KONPONTZAILEA SEINALEA

Ekizpena
Gutxiagolatasuna

. Jokua bere baitan ez kokatu
. Beti zerbaiten falta
- “Nik bakarrik ezin dut”
- “Naturalizazioa”

Irakaslea

T.DEMOSTRATIBOAK

- . Aldaketa asko: irakasleak akordioak guneak
- . Planifikazio eza

- . HITZAK JARRIZ
- . PROZESUA ARGITUZ
- . PARTIZIPAZIOA BULTZATUZ
- . Galdetuz
- . Diskriminatuz
- . Sailkatuz
- . Informazioa emanez

- . Kontrola
- . Hierarkia
- . Burokrazia
- . Kontaktu hotza
- . Elkarrenganako mesfidantza
- . Itaunketak

T.NARRATIBOAK

- . DESKRIPZIOAK
- . ORDENAZIOA
- . AKZIOA ZENTZUA
- Mina eta sufrimendua ez ukatuz
- Errua sentituz
- Lorpenak ikusiz
- Alde osasungarriak azalduz eta hoiekin kolaboratuz
- Idealizaziotik aniztasunera



2002 Itziar Beizama

T.REFLESIBOAK

- . ADIERAZLE BERRIAK BARNERATUZ
- . Barneko hutsunea betez: lana
- . Pausoz pauso eginez
- . Kexak bideratuz
- . Mugak/ errekurtsioak onartuz