

“Esperientzia gara”

1. saioa

Bizitzan, esperientziak izaten ditugula, esperientzia horiek pertsona bezala itxuratzen gaituztela, une batzuetan, interpelatu, “haratago eraman” eta errealitate material eta immaterialetik ateratzen gaituztelako, bizitza aldatu eta transzendentziaren alderdira irekitzen gaituztela... ohartaraztea da saio honen helburua. Esperientziaren bitartez, eta ez ikaskuntza intelektual hutsez, ikasten eta ezagutzen dugu gure bizitzan benetan garrantzitsua dena.

SAIOAREN HELBURUAK

Helduak:

- Bizitzan, pertsona bezala itxuratzen, geure baitatik ateratzen eta transzendentziara irekitzen gaituzten uneak bizi ditugula konturatu.

Haurrak:

- Poztasun, tristura edo beldurrezko esperientziak bereizi.

GARAPENA

Hasteko, heldu eta haurrak elkarrekin daudela, aurkezpena egingo dugu. Saioan parte hartuko duen familia bakoitzak giro lasaian aurkezteko aukera izan dezala, lehenengo elkartzeko honen giro atsegina eta konfiantzazkoa eragin dezan taldean.

Lehen unearen ostean, eragileak saioaren edukiari sarrera orokorra egingo dio. Ostean, helduak eta haurrak banandu eta leku desberdinetara joan.

HELDUAK

1. Dinamika: “Nire bizitzako esperientziak”

Partaide bakoitzak idatz dezala ‘post-it’ batean bere bizitzan izan diren esperientzia sakonak (era guztietakoak: positiboak, negatiboak, pozgarriak, mingarriak,...). ‘Post-it’ bakoitzean esperientzia bat idatziko da. (Taldeen diren bikoteei, bikote bezala bizi izandako esperientziak adieraz ditzatela eskatuko diegu). Denbora emango zaie (musika jarrita izango da), behar adina ‘post-it’ bete ditzaten.

Horman edo batzar-lekuko mahaiaren gainean, pertsona baten silueta jarriko dugu eta bertan partaide bakoitzak idatzitakoa irakurri eta azaldu ahala, ‘post-it’ guztiak itsatsiko

dira. Papertxo guztiak itsatsiko ditugu aitatutako gorputzaren siluetan, nahiz eta batzuk errepikatuta egon.

Amaitzean, emaitzaren inguruan solasean jardungo dugu. Ondorengo galdera hauek edo antzekoak erabil ditzakegu solasaldia pizteko:

- Erraza ala zaila izan da esperientziak gogoratzea?
- Zeure buruari edo besteei entzun diozunari dagokionez, zerbait harrigarri gertatu zaizu?
- Baliteke batek baino gehiagok esperientzia bera adieraztea. Zer esan nahi du horrek? (denok bizi ditugu une batean ala bestean funtsezko esperientzia batzuk)
- Esperientzia horiek, zer zerikusi dute gaur egun zarenarekin? Edo, beste era batera esanda, berdina, pertsona bera izango zinatekeen delako esperientzia horiek bizi izan ez bazenitu?
- Zer dela-eta jo dituzu hauek –eta ez beste batzuk- esperientzia garrantzitsu eta sakontzat? Zerk bihurtzen du gertaera, hartu-eman edo bizipena esperientzia sakon? Zer gertatu behar du horretarako?
- Fedeak badu zerikusirik zure bizitzako esperientziarik garrantzitsuenekin?¹
- Zehaztuko zenuke une honetan zuretzat funtsezkoa den esperientzia? (Taldean elkarren arteko konfiantza sumatzen bada, hausnartutakoa batera jartzeko eska daiteke).

2. Idazkia: “Giza esperientzia”

“Giza esperientzia” izenburua duen idazkia irakurriko dugu taldean. Ondoren, elkarriketan jardungo dugu, ondorengo galderok edo antzekoak abiapuntutzat hartuz:

- Zer ekarri dizu burura idazki honek? Aipatu zer gertatu zaizun deigarri, zertan ez zatozen bat, zerk harritu zaituen gehien...
- Aipatu bizitzan esperientziaz ikasi duzun gauzaren bat
- Fedea, esperientzia da zuretzat?²
- Zer diosku guzti honek guraso bezala? Zein galdera eragiten digu?
- Zein esperientzia lehenetsi eta biziarazi nahi diot nire seme edo alabari? Zer egingo dut (edo egiten dihardut) hori ahalbideratzeko?
- Lehenetsuna ote dute niretzat eta nire seme-alabarentzat Erich Frommek aipatzen dituen hil edo biziko bost behar handiak?

HAURRAK

Zirkuluan jarrita, erlaxazio-ariketa labur batzuk egingo ditugu: lepoa, sorbaldak, masailezurra eta muskuluak. Ariketa hauei esker, haurren arreta erakarri ahal izango dugu.

1. Masailetan masajeak eman, leuntasunez atximur eginez.

¹ Taldearen osaketa eta kideen fede esperientzia kontuan hartuta, eragileak ikusiko du delako kontu hau une honetan sartzeari komeni den ala ez, hurrengo multzoetan ere horretan sakonduko dela kontuan hartuta.

² Orain ez gara larregi luzatuko kontu honetan, beste saio batzuetan beren-beregi landuko dugulako.

2. Ahoa ireki eta itxi; begiak gogor kliskatu; gogor barre egin eta erlaxatu; imintzioak egin; mihia atera.
3. Burua mugituko dugu bai eta ez esanez, burua leunki okertuz.
4. Sorbaldak altxatu eta jaitsi. Sorbaldekin zirkuluak egin aurrerantz eta atzerantz.

Ondoren, gaiari lotutako hiru dinamika proposatzen ditugu. Hirurak egin daitezke edo bat edo bi aukeratu, talde bakoitzaren denbora eta espaziora eta taldearen eraketara (haurren kopurua eta adina) egokituz.

- **“Paseatzera”**

Zutik eta biribilean jarriko dira. Guk esateaz batera, hasi daitezela gelan hara eta hona ibiltzen, nahi duten moduan, normalean egiten duten bezala. Hogeita hamar segundotan egingo dugu hori. Denboraren buruan, hasierako biribilera itzuli.

Ibiltzeko erak ere adierazten du nola gauden, zer gertatzen zaigun; horregatik, hainbat lagunen ibiltzeko era irudikatuko dugu: ikaratuta dagoen norbaitena; pozik dagoen norbaitena; haserre dagoen norbaitena; oso triste dagoen norbaitena... Seinalea egiteaz batera hasiko dira eta beste seinale baten ostean, geratu. Orduan, biribilera bueltatuko dira.

- **“Entzun eta itxaron”**

Gelan ibiltzen jarraituko dugu, astiro eta askatasunez, bizkarra zuzen dugula, hari batek burugainetik tira egingo baligu bezala; arnasa hartuko dugu patxadaz, eskuak eta besoak lasai...

Gelditu eta grabatutako hotsak (Baliabideak: “Hotsak”) entzungo ditugu. Delako hots horiek era bateko eta besteko egoeratan azaltzen dira eta zirrara desberdinak eragiten ditu batzuegan eta besteengan. Gelako lau lekutan, kolore desberdinetako kartulinazko aurpegiak jarriko ditugu, poza, tristura, haserrea eta beldurra adieraziz. Hots bakoitza entzun ondoren, sentitu duena (poza, tristura, haserrea, beldurra) adierazten duen lekuan koka dadila. Batzuek, zer dela-eta jarri diren leku horretan adierazteko eska diezaiekegu.

Grabatutako egoerak (Baliabideak: “Hotsak”):

Haurrak jolasean	Autoen talka, balaztadak	Anbulantzia
Ekaitza	Zisterna	Barre-algarak
Zirkoko musika	Suspense-pelikulako musika	Garrasiak
Ate-kolpea	Lehoia	Atea kirrinka egiten

- **Nola nago gaur?³**

³ Zati hau familian egin daiteke (batez ere haurrak oso txikiak badira), gurasoen eta seme-alaben partaidetzarekin. Kasu honetan, beraien artean elkarriketan jarduteko unea ahalbideratu beharko genuke, une horretan nola sentitu diren, zerk pozten edo tristetzen dituen... agertzera emateko.

Azkenik, gaur bere egoera ondoen adierazten duen kartulinaren ondoan jartzeko eskatuko zaie. Astia emango zaie horretarako eta azaldu ere egingo dute zergatik jarri diren hor eta ez beste inon. Katekista edo begiraleak lagundu diezaioke haurrari gauzak ondo adierazten eta bere emozioa azaltzen.

Dinamikari amaiera emateko, hurrek esan dezatela ze egoera, unek... eragiten dien poz edo tristura edo beldur edo haserre gehien.

AZKEN UNEA DENAK ELKARTURIK

Saioari amaiera emateko, gurasoak eta haurrak berriz elkartuko dira eta elkarrekin bizitzan hazten eta beraien nortasuna osatzen lagundu dieten esperientziengatik esker oneko otoitza egingo diote Jainkoari. Familia bakoitzak adieraz dezala bere esker ona garrantzitsutzat duen zerbaitengatik. Azkenean, esker oneko abestiren bat kantatuko da.