



BIDERATZE DIALOGIKORAKO GIDA

Dialogues & Design Ltd

**Gobierno
de Navarra**  **Nafarroako
Gobernua**



LAPIN YLIOPISTO
UNIVERSITY OF LAPLAND





AURKIBIDEA

<u>ZERGATIK IKUSPEGI DIALOGIKOA?</u>	<u>4</u>
<u>BIDERATZAILEAREN EGINKIZUNA ETA ZEREGINA</u>	<u>5</u>
<u>AURREIKUSTEKO HIZKETALDIAK</u>	<u>7</u>
<u>ETORKIZUN ONARI BURUZKO HIZKETALDIA BIDERATZEA</u>	<u>11</u>
<u>AURREIKUSTEKO HIZKETALDIETARAKO BESTE TRESNA BATZUK ESKAINTZEA</u>	<u>12</u>
<u>Arrainontzia:</u>	<u>13</u>
<u>Espazio dialogikoak</u>	<u>15</u>
<u>Gure kezkei heltzea</u>	<u>16</u>
<u>Hiru atal ditu formularioak:</u>	<u>16</u>
<u>Kezka eremuak</u>	<u>16</u>
<u>Gure kezkei talde txikian heltzea</u>	<u>17</u>
<u>Galdera eta erantzun dialogikoen tresna</u>	<u>18</u>
<u>Ikaste kafea</u>	<u>19</u>
<u>Paseo peripatetikoa</u>	<u>20</u>
<u>Puimala</u>	<u>21</u>
<u>Pentsatzeko sei kapela</u>	<u>23</u>
<u>Mahai inguru dialogikoa</u>	<u>24</u>
<u>HIZKETALDI INSTRUMENTALAK ETA SAKONAK</u>	<u>25</u>

SARRERA

Ikuspegi dialogikoari, bideratze dialogikoari eta tresna dialogikoei buruzko sarrera laburra da Bideratze Dialogikorako Gida. Hartzaileen bileretan, lantokiko bileretan eta prozesuetan, eta elkartruke eta lankidetzak parekideetan eta dialogikoetan oinarritutako ekitaldiak eta mintegiak antolatzea beharrezkoa den guztietan erabiltzen da.

Aurreikusteko hizketaldiak eta hizketaldi irekiak oinarri teoriko bera dute. Hala ere, hizketaldi irekiak batez ere osasun mentaleko zerbitzuetan erabiltzen dira pazienteak tratatzeko; aurreikusteko hizketaldiak, berriz, gizarte interakzioetan oinarritzen dira gehiago, bai familia eremuan, bai lan eremuan. Gainera, lehenengoak gogoetatsuagoak eta introspektiboagoak izaten dira, eta bigarrenak, berriz, aurreratzaileragoak eta aurreikusleagoak.

Honako printzipio eta ezaugarri hauetan oinarritutako zenbait tresna eskaintzen ditu gida honek:

- entzun interpretatu gabe
- sakontze galderak egin
- etorkizuneko egoerak aurreratu
- hitz egiteko txandak berdintasunez banatu
- espazio dialogikoak sortu
- alteritatea errespetatu

Lanerako tresnak dira, ez metodo zorrotzak. Tresnak aldatu eta modu askotan erabil daitezke. Aldatzea onartzen da, baldin eta emaitza dialogikoa bada, eta honako hauetan oinarritzen bada: entzutea, hitz egiteko txandak berdintasunez banatzea, baterako hausnarketa egitea eta alteritatea errespetatzea.



ZERGATIK IKUSPEGI DIALOGIKOA?

Normalean elkarriketa gisa ikusten duguna, berez, elkarren artean lehiatzen diren bakarriketak izaten dira. Ulertzen dugu elkarriketa hitz egitea dela, besterik gabe. Beste pertsonak esaten duenari arreta justua ematen diogu gure erantzuna prestatzeko. Pentsa dezakegu, mundu guztiak hitza hartzeko aukera baldin badu, elkarriketa egingo dugula, baina hizketaldia eta ikuspegi dialogikoa hori baino gehiago dira. Entzuten hasten da dena, ez hitz egiten, entzutea baita ikuspegi dialogikoaren muina.

Entzuteak (eta, batez ere, pertsonen hitzak interpretatu gabe entzuteak) besteengandik zerbait ikasteko aukera ematen du. Geure barne hizketaldietarako unea ere eskaintzen digu. Elkarri entzuten diogunean, komentarioekin eten gabe, ohartuko gara esandako hitzek nola egiten duten burrunba geure pentsamenduarekin. Konektatzeko modu bat da, elkarrekin pentsatzeko modu bat.

Egia esan, pertsonak berez gara dialogikoak. Harreman dialogikoetan sortzen gara. Hala hazten eta garatzen gara beste pertsona batzuekiko harremanetan. Jaakko Seikkula izen handiko katedradun eta hizketaldi irekiko metodoen garatzaileak dio gure garuna organo dialogikoa dela eta ez garela uste dugun bezain indibidualak (Seikkula 2009). Besteak behar ditugu geure nortasuna garatzeko, eta, beste pertsona horiek erantzuten digutenean, haientzako zerbait garen seinale ere bada. Neure nortasunean existitzen naiz. Ni "Bestea" naiz. Harreman dialogikoa subjektutik subjektura da, ez subjektutik objektura (ikus Martin Buber).

Gaitasun dialogikoetan eta bideratze dialogikorako trebetasunetan prestatzea da entzuten ikastea, galderak egitea, beste pertsona batzuei hitz egiten eta pentsatzen laguntzea, prozesu dialogikoak zuzentzeko gaitasuna izatea eta alteritatea errespetatzen dela bermatzea. Gure asmoa ez da beste pertsona batzuk kontrolatzea edo aholkuak ematea, baizik eta ahalduntzen eta beren burua hobeto zaintzen laguntzea, beste pertsona batzuen laguntzarekin.

Sarri askotan, profesional gisa eta "zenbait gauza dakizkigun" pertsona gisa (hau da, ezagutza adituak ditugunez), objektu moduan hartzen ditugu gure hartzaileak, ez dakiten pertsona moduan, guk lanbide heziketa, esperientzia eta trebetasunak

ditugulako. Hala ere, ez gaude hartzailearen lekuan; hura da han dagoen bakarra. Beraz, zer egin dezakegu protagonista bihurtzeko, ahalik eta gehienetan eta prozesuan profesional gisa ditugun kezkek arindu dituzan? Ikuspegi dialogikoa ikasten hasi.

Beste metodologia batzuen aldean, ikuspegi dialogikoa desberdina da, halaber, bi pertsonaren arteko harremana delako (medikua-pazientea, irakaslea-ikaslea, gizarte langilea-familiako kidea eta abar), alderik bakoitzaren errespetatuz eta beste pertsonari bere buruari lagun diezaion bultzatuz, bere profesionalen laguntza ireratu onarekin. Kontua ez da profesional batek hartzaileari zer egin behar duen esatea, baizik eta hitz egiten eta gauzak egia bihurtzen laguntzea. Etorkizuneko ekintzetan jartzen da arreta, eta, beraz, aurreikusleak dira hizketaldiak. Iragana aztertuta, informazioa lor dezakegu, baina ez aurrera egiteko gaitasuna.



BIDERATZAILEAREN EGINKIZUNA ETA ZEREGINA



Aurreikusteko hizketaldiak bideratu egiten dira, eta egitura bat dute. Bideratzaiek esan nahi du beste pertsona batzuei laguntzea pentsatzen, hitz egiten eta entzuten, eta konfiantzazko, segurtasuneko eta berdintasuneko ingurunean egitea hori guztia.

Alde horretatik, bideratzaileak:

- pertsoneri laguntzen die hitz egiten eta entzuten, galderak eginez, ohar publikoak hartuz eta erabilitako denbora ondo aprobetxatuko dela ziurtatuz; eta
- bermatzen du pertsonen berdintasunean parte hartzea, seguru sentitzea eta errespetuzko diskurtsoa egitea.

Hizketaldia gidatzen du, baina ez du emaitza jakin baterantz eramaten bilera. Kasutik kanpoko pertsona da, eta hizketaldietan oinarritzen da, ez edukian.

"Entzuteko saiakerekin" hasten da hizketaldia bideratzeko gaitasun eta trebetasun dialogikoei buruzko prestakuntza, hori funtsezko jarduera baita. Ondoren dator galderak egitea, ohar publikoak hartzea eta prozesua fase batetik hurrengora bideratzea.

Hizketaldi bideratzaileak ez du moderatzen. Ez ditu parte hartzaileen komentarioak interpretatzen, ez du laburpenik egiten edo ondorioz ateratzen, eta ez du programa jakirik. Pertsoneri akonpainatzen die, pentsatzen eta hitz egiten laguntzen die, baina erakundetik eta kasutik kanpo. Batez ere, kontua da hizketaldi batean nola egon, ez hizketaldi horren edukia edo gaia. Hizketaldia (dialogikoki) gidatzen du, ez du ondorio jakin baterantz eramaten. Parte hartzaileengandik sortzen dira ondorioa eta inplementazio plana; bideratzaileak hori egiten laguntzen die, ez besterik.

Laburbilduz, hizketaldiak gidatzeak esan nahi du hitz egiteko aukera berdintasuna eskaintzea, pertsonak seguru sentiaraztea, alderik alderi errespetatzea eta pertsonen elkarrekin pentsatzen eta beren pentsamendua aberasten laguntzea, ate berriak ireki eta aurrera begiratu ahal izan dezaten, betiere jakitun izanik etorkizuna iritsi egingo dela nolanahi ere eta, hala, galdera hau planteatzea: "Zer etorkizun mota nahi dugu?"

Nola egiten dira zehazki bideratze lanak?

Bi bideratzaile izaten dira, eta plan baten arabera banatzen dute lana. Sarritan, batek elkarriketa egiten die parte hartzaileei, eta besteak ohar publikoak hartzen ditu. Jakina, erabiltzen ari den tresna dialogikoaren baitan egongo da betiere. Bideratzaileek eginkizuna alda dezakete saioan zehar. Ohar publikoak hartzeak

esan nahi du pertsona guztiek ikus dezaketela zer idazten den eta zuzenketak proposa ditzaketela. Ondoren, hartutako oharren kopia bana bidaltzen zaie parte hartzaile guztiei.

Bilera bat bideratzera joan aurretik, bideratuko duten pertsonen plan bat ezarri behar dute eta zer tresna erabiliko diren aukeratu. Prest egon behar dute, halaber, plana egin ahala aldatzeko, behar denaren arabera. Bilera egingo den lekura garaiz iritsi behar dute gela ikusteko, aulkiak eta mahaia (behar izanez gero) modu dialogikoan antolatzeko eta modu dialogikoan lan egiteko prestatzeko.

Bideratzaileek lana antolatzen dute bileran zehar, hitz egiteko txandez arduratzen dira, denbora kontrolatzen dute eta laguntza ematen dute galderak eginez, elkarrizketak eginez eta jarraibideak emanez.

Bileraren ondoren, iritziak jasotzen dituzte, bai ahoz eskatuta (baina komentatu gabe), bai ebaluazio formulario baten bidez. Bakarrik geratzen direnean, saioari buruz gogoeta egiten dute bideratzaileek.



AURREIKUSTEKO HIZKETALDIAK

Gida hau aurreikusteko hizketaldiei buruzkoa da. Funtsean, etorkizuna aurrez ikusten ari gara. Helburua da kezka bat arintzea, garapen prozesu bat aurrera eramatea, jarduteko moduak aldatzea edo beste alaketaren bat eragitea. Eragiketa horiek guztiek arreta etorkizunean jartzeko ideia dute barne. Aurreikusteko hizketaldietan saiatzen gara aztertzen zer etorkizun mota izango litzatekeen onena pertsona guztientzat eta nola iritsi hartara.

Etorkizuneko alternatibak eta haiek izan ditzaketen ondorioak aztertzen dituzten hizketaldiak dira aurreikusteko hizketaldiak. Horrela egiten badut, zer gertatuko ote da? Hori egiten badut, zer eragin izango ote du?

Honako galdera hau egiten da batzuetan: "Zergatik ez gara egungo arazoetan zentratzen eta gure energia haietan jartzen "etorkizun onarekin amets egin beharrean?". Hasteko, zenbait inplikazio ditu "arazo" terminoak. Askotan hasten gara eztabaidatzen nork eragin duen arazoa (hau da, nork duen errua). Norbaitek arazo bat duela adierazteak eraman gaitzake pertsona horri bere arazoaren errua leporatzera edo balio judizioak egitera. Hori ez da modurik onena lankidetzaren giroa sortzeko, nahi ez den egoera bat konpontzeko. Azken batean, norena da hizpide dugun arazoa? Ez dago arazo orokorrik, eta pertsona baten arazoa ez da nahitaez arazo beste batentzat. Halatan, "arazoez" hitz egin beharrean "kezkez" hitz egiten dugu. Kezkak subjektiboak dira eta norbaitenak dira beti, eta norbaitenak direnean, kezka horiek arintzeko interesa dago.

Zertarako aurrez ikusi? Etorkizuna iritsi egingo da, gustatu ala ez. Dauden arazoetan jartzen badugu arreta eta norbaitek konpontzeko zain bagaude, bai, etorkizunean sartzen ari gara, baina modu pasiboan edo erreaktiboan. Aurreikusteko hizketaldiak jarrera eta ikuspegi proaktiboak sortu nahi dituzte. Aurrez ikusten dugunean, aurrera begiratzen dugu.

Ezin dugu aurrera egin informazioan eta gertaeretan soilik oinarrituta, horrek ez baitigu aurrera egiten uzten. Motibazioa, zentzua eta borondatea ere behar dira.

Aurrez ikusteak kezkak, erronkak eta bizitza bera geure gain hartzea ere esan nahi du. Gauza berriei argi eta garbi aurre egitea, ekiten hastea eta ahalduntzea da kontua.



AURREIKUSTEKO HIZKETALDIEN ENTRENAMENDUAREN EGITURA

Aurreikusteko hizketaldiak Finlandian garatu ziren lan tresna gisa. 2000. urtearen hasieratik, herrialde horretako Osasun eta Ongizate Institutu Nazionalak horrelako hizketaldiak erabiltzeko trebatzen ditu profesionalak. Prestakuntza prozesua bi etapatan egiten da: 1) bideratze lanaren teoria eta praktika, eta, pertsona prest sentitzen denean, 2) saiakera praktikoak. Tutoretza edo gainbegiratze sistema lokalaren eta/edo ikastaroko ikaskideen sarearen laguntza izan dezake trebatzen ari den bideratzaileak.

Nafarroan, prestakuntza prozesua hamar modulutan egin zen 2023ko otsailetik 2024ko apirilera bitartean, 138 orduko prestakuntza presentziala eta linean. Hasieratik argi geratu zen ikastaroko ikasleek prestakuntza handia zutela eta urteak zeramatzatela tokian bertan praktikatzeko. Zituzten ezagutzak erabiltzen eta ikuspegi dialogikotik birformulatzen lagundu besterik ez genuen egin behar. Hasieran oinarri teorikoa jaso nahi zuten eta ondoren ariketa praktikoak egin, baina teoria geroago eman genuen. Hainbat saiakera egituratutan jardun zuten, eta, noizean behin, hitzaldi laburrak antolatu genituen, aurreikusteko hizketaldien ikuspegiaren alderdi teorikoekin laguntzeko.

Eguneroko lanean aurre egin behar zieten egoerekin lotua zegoen alderdi teorikoa. Hezitzaile gisa, haien lan egiteko moduari erreparatu genion eta jarraibide espezifikoekin lagundu genien. Aldi berean, informazio baliagarri nahikoa eman genien ikuspegi dialogikoari buruz. Prozesuan zehar, Laponiako Unibertsitateak ikasleen eta hezitzaileen material ugari bildu zuen, ondoren ebaluatzeko.

Hasiera batean, prestakuntza teoriko handiagoa behar zutela uste zuten ikasleek. Hurrengo saioan, ohikoa baino saio teoriko luzeagoa jaso zuten. Erantzunak harritu egin gintuen orduan, haxe esan baitzuten: "Ez dugu hainbeste teoria nahi!". Zergatik? Arian-arian konturatu ziren printzipio dialogikoak barneratzen ari zirela beren esperientzia praktikoan oinarrituta.

Badira zenbait printzipio pedagogiko, aurreikusteko hizketaldiei buruz prestakuntza ematerakoan:

- Eginez ikastea.
- Elkarlana.

- Ezagutzaren eraikuntza sozial eta pertsonala: "Ni ez naiz zu prestatzen ari; zu zara zeure burua prestatzen ari zarena".
- Gauzak modu dialogikoan egiten dira.
- Irakaslearen eta ikaslearen arteko harremana "subjektutik subjektura" da, **ez** "subjektutik objektura".
- Saioak ez dira gehiegi zehaztu behar alde zaureratik. Prozesuak malguak izan behar du, etengabe egokitu ahal izateko ikasleen beharretara eta haien bilakaerara.
- Ikasleek berek eraikitzen dituzte beren ezagutzak eta ulermena, urratsez urrats, esperientziei buruzko hausnarketan oinarrituta.

Horrenbestez, ikuspegi dialogikoarekin ikasteko, hizketaldietan parte hartu behar dugu.

Etorkizun Onari buruzko Hizketaldia da bideratze prestakuntzaren osagai nagusia. Etorkizun Onari buruzko Hizketaldiari "lehenengo tresna dialogikoa" dei dakioke, egitura eta progresio argiak baititu, oinarritzko galdera batzuk ditu bideratzaileak erabil ditzan, eta, azkenik, inplementazio plan bat. Etorkizun Onari buruzko Hizketaldia ikasi eta praktikatu, funtsezko alderdi hauek ulertuko ditu bideratze lanetan trebatzen ari den pertsonak:

- hizketaldia zer den
- hizketaldi batean nola 'egon'
- hizketaldia nola bideratu
- nola bermatu parte hartzaile guztiak seguru sentitzea, ahalduntzeko aukera izatea eta entzuteko eta hitz egiteko denbora berdina izatea
- nola jokatu behar dugun abiapuntutik inplementazio plana sortu arte



ETORKIZUN ONARI BURUZKO HIZKETALDIA BIDERATZEA

Tresnaren deskribapena:

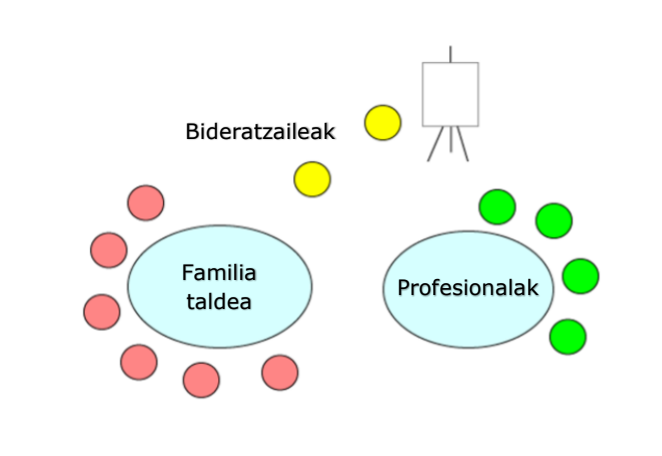
Tresna bat da Etorkizun Onari buruzko Hizketaldia, eta, haren bidez, bideratzaileek etorkizuneko egun on batera "joateko" eskatuko diete parte hartzaileei. Hizketaldiaren hasieran, etorkizuneko egun on horren data definituko da; gai edo kezka batean asko aurreratu den unea. Ez du egungo datatik gertuegi egon behar, ezta etorkizunean urrunegi ere (hilabete batzuk edo urte bat edo bi falta daitezke). Etorkizunari begiratzean, etorkizuneko egun on horri begiratzean, bideratzaileak ez dira ari parte hartzaileei jolas batean parte hartzeko eskatzen; benetako egoera bat aurrez ikusteko eskatuko zaie.

Etorkizun Onari buruzko Hizketaldian, bideratzailearen lana da etorkizuneko egun on baten egoera definitzen laguntzea, egun horretara iristeko esparrua eraikitzea eta parte hartzaileei ezarpen plan zehatza egiteko eskatzea.

Etorkizun Onari buruzko Hizketaldia oso erabilgarria da hartzaileentzat, baina baita lan inguruneko garapen prozesuetan eta bestelako egoeretan ere.

Tresna nola erabili:

Ondoko irudian ageri da parte hartzen duten pertsona guztiak nola koka daitezkeen:



1. irudia. Etorkizun Onari buruzko Hizketaldian parte hartuko dutenak eta bideratzaileak kokatzeko ereduak

Bideratzaile batek parte hartzaileei elkarrikketa egingo die, eta besteak ohar publikoak hartuko ditu rotafolio batean edo proiektore bati konektatutako

ordenagailu batean. Bertaratutako pertsona guztiek ikusteko moduan jarri behar dira bideratzaileak hartu dituen oharra, eta oraindik ez da interpretaziorik egin behar esan denari buruz.

Etorkizun Onari buruzko Hizketaldia funtsezko galdera batzuetan oinarritzen den arren, bideratzaileak ere laguntzen du hizketaldia aurrera eramateko galderak eginez.

1. Urtebete pasa da eta gauzak nahiko ondo doaz. Nola doaz zuretzat? (kide bakoitzari) (Zerekin zaude bereziki pozik?) + elkarrizketatuak esandakoan oinarritutako galdera gehigarriak.
2. Zer egin duzu bilakaera positibo hori lortzeko? Nork lagundu dizu eta nola? + galdera gehigarriak.
3. Zerk kezkatzen zintuen "duela urtebete" eta zerk murriztu du zure kezka?

Prozesuaren amaieran, inplementazio plan zehatza egingo dute parte hartzaileek.



AURREIKUSTEKO HIZKETALDIETARAKO BESTE TRESNA BATZUK ESKAINTZEA

Etorkizun Onari buruzko Hizketaldia tresna dialogiko oso erabilgarria eta funtsezkoa da kasu eta egoera askotarako, baina, batzuetan, prozesu dialogiko laburragoa edo "arinagoa" behar izaten da. Hurrengo atalean, tresna dialogiko erabilgarri eta egoki batzuk aurkeztuko ditugu, bai bezeroentzat, bai beste kasu batzuetarako (adibidez, lan bilerak, mintegiak, ekitaldiak eta garapen proiektuak). Horietako askori "ideia erauntsiaren tresna" ere esaten zaie, baina, hemen eta testuinguru honetan, horiek erabiltzeko modu dialogikoa aurkeztuko dugu. Tresna horiek erabiltzen dituen bideratzaile dialogikoak zer egiten duen ere azalduko dugu.

Arrainontzia:

Tresnaren deskribapena:

Arrainontziaren teknika erabiltzeko, barneko zirkulu bat osatu behar dute pertsonak eta gai jakin bati buruzko hizketaldia egingo dute; kanpoko zirkuluak, berriz, entzun egingo die, beren pentsamenduak formulatuko dituzte eta beren barne hizketaldia ezarriko dute. Ez dutenez hizketaldian parte hartuko, kanpoko zirkuluko pertsonak gogoeta egin dezakete entzuten dutenari buruz dauzkaten pertzepzioen ikuspegitik, eta, horri esker, elementu berriak sartu ahal izango dituzte hizketaldian hitz egitea egokitzen zaienean. Beste pertsona batzuei hitz egiten entzutean eta haien gorputz hizkuntzari erreparatzen diogunean ere konektatzen gara hizketaldiarekin maila metakognitiboan.

Nola erabili arrainontzia:

Eztabaidatu beharreko gaia aukeratu ondoren, barneko zirkuluan sartzeko eskatuko diegu 4-5 pertsonari. Borondatezkoa izan daiteke, edo zozketa egin daiteke bertaratutakoen artean, edo, bestela, bideratzaileak aukera ditzake. Talde zehatzaren baitan egongo da, eta honako irizpide hauek hartuko dira aintzat: elkar ezagutzen al dute? Nola senti daitezke seguruago? eta abar.

Barneko zirkuluko kideak elkar ikusteko moduan eseriko dira. Kanpoko zirkuluko pertsonak barruko zirkulua inguratuko dute.

Arrainontzian, bideratzaileak ez du hizketaldian parte hartuko, baina aurretiazko jarraibide batzuk emango ditu. Barneko zirkuluaren hizketaldia bideratu behar bada, bideratzaileak aulki bat hartuko du eta zirkuluan eseriko da. Galderak egin edo jarraibideak eman ondoren, zirkulutik aterako da. Kanpoko zirkulutik kanpo ere jar daiteke, edo haren barnean. Ez da ohar publikorik hartuko.

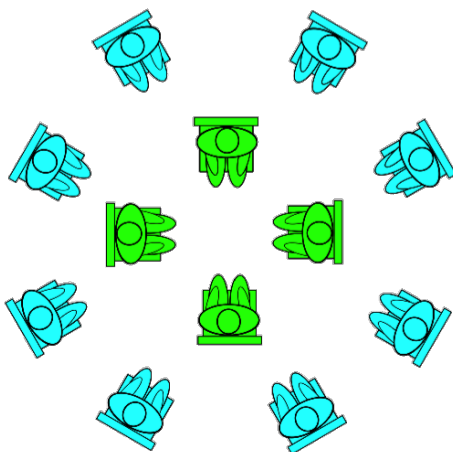
Barneko zirkuluko hizketaldiak iraun duenean bideratzaileak beharrezkotzat jo duen denbora, barneko zirkuluko kideak lekuz aldatuko dira kanpoko zirkuluko pertsonekin. Bideratzaileak kanpoko zirkulura igaro diren parte hartzaileei eskatuko die pentsatzen jarraitzeko, baina isilik egoteko, barruko zirkuluko kide berriek hizketaldiarekin jarraitzen duten bitartean. Egoeraren arabera, hari berari jarrai diezaioke edo beste ikuspegi bat har dezakete.

Beharra sortzen bada, bideratzaileak esku har dezake barne zirkuluko ei galderak eginez. Bestela, argibideak ematera eta/edo denbora kontrolatzera mugatu daiteke, beharrezkoa bada.

Bideratzaileak honelako jarraibideak eman ditzake hasi aurretik:

- Barneko zirkuluko pertsonak hitz egingo dute eta elkarri begiratuko diote, baina ez dute interakziorik izango kanpoko zirkulukoekin, ezta bideratzailearekin ere.
- Hizketaldian, entzun eta ekarpen laburrak egin behar dira, ez hitzaldi luze bat eman edo aurkezpen bat egin.
- Pertsona bakar batek hitz egingo du aldian, eta besteek entzun egingo dute.
- Kanpoko zirkuluko pertsonak entzun, behatu eta beren barne hizketaldiak izango dituzte, baina ez dute iruzkinik egingo bideratzaileak eskatu ezean.

Arrainontzia



2. irudia. Arrainontzian, hizketaldian ari diren pertsonak barruko zirkuluan eseriko dira, eta kanpoko zirkulukoek behatu egingo dituzte.

Pertsona gehiagorekin ere egin daiteke hizketaldia arrainontziaren teknika erabiliz, aldi berean arrainontzi ugari antolatuta. Oinarrizko bertsioan taldea hainbat talde txikiagotan banatzen da, eta parte hartzaile kopuru berdina egoten da talde bakoitzean. Talde guztiek denbora berdina izango dute hitz egiteko. Azkenean, ez da beharrezkoa emaitza zehatzik lortzea, baizik eta entzun eta hitz egin ondoren, denek hobeto ulertuko dute landutako gaia.

Espazio dialogikoak

Tresnaren deskribapena:

Tom Erik Arnkil-ek sortu zituen espazio dialogikoak. Espazio horiek “ba” pentsamendu japoniarrean eta Kyotoko Eskolan oinarritzen dira, bereziki Nishida Kitaroren pentsamenduan. Kontua da bilera bat edo ekintza dialogiko bat planifikatzeko orduan espazio dialogikoen terminoetan pentsatzea. Bilera bat *a posteriori* ebaluatzeko metodoa ere izan daitezke espazio dialogikoak (adibidez, bestelako zerbait egin behar ote genuen? edo egin genuenak zergatik funtzionatu ote zuen hain ondo?).

Tresna nola erabili:

Bilera bat planifikatzean espazio dialogikoak erabiltzeak esan nahi du hizketaldian eragina izan dezaketen hainbat ikuspegitatik aztertzea gaia. Ez du bideratze prozesua zuzenean gidatzen, baina esparru gisa balio diezaioke. Hizketaldira gonbidatzeko orduan kontuan hartu beharrekoa egiaztatze zerrenda ere bada. Hasteko, errazena da aulkiak eta mahaia jartzea (beharrezkoa bada) bileran (espazio fisikoa). Ilaratan esertzea eta norbaitek jendearen aurrean hitz egitea modu monologikoan; modu dialogikoan elkar ikusi behar dugu.



3. irudia. Espazio Dialogikoak, Tom Erik Arnkilen arabera.

- Espazio fisikoa antolatzea, hizketaldia bultzatzeko. / ESPAZIO FISIKOAK
- Denbora nahikoa izatea eta hizketaldia bultzatzeko moduan banatzea. /

ESPAZIOAK DENBORAN

- Pertsona garrantzitsuak sartzeara eta espazio sozialean integra daitezen laguntzea. / ESPAZIO SOZIALAK
- Espazio mentala sustatzea, errespetuzko jakin-minari eta enpatiari irekia betiere. / ESPAZIO MENTALAK
- Topaketetan diskurtso dialogikoa zaintzea besteekin batera, diskurtso baimendua saihestuz. / DISKURTZO ESPAZIOAK.

Gure kezkei heltzea

Tresnaren deskribapena:

Aurreikusteko hizketaldien ardatza da gure kezkei heltzea. Tresna hau erabil dezakezu pertsona batekin, familia batekin edo lantalde batekin hitz egiteko. Tom Erik Arnkil eta Esa Eriksson autoreen '*Taking up one's worries*' liburuan azaltzen da zertan datzan eta nola erabili.

Norbaitek beste pertsona bati buruz kezkaren bat duenean, prestakuntza prozesua dago lehenik, eta, ondoren, hausnarketa formularioa erabiltzen da. Formularioak galdera batzuk ditu hizketaldia bideratzen laguntzeko.

Tresna nola erabili:

Gure kezkari heltzea

– Mendekotasuna duen pertsonaren egoera aurreratzeko formularioa –

Hiru atal ditu formularioak:

A atala: Osatu lehenengo atala zeure kezkari heldu behar diozunean.

B atala: Osatu bigarren atala plana egiten ari zarenean.

C atala: Osatu hirugarren atala egoera aztertu eta ebaluatu ondoren.

Kezka eremuak

Tresnaren deskribapena:

Kezka eremuak gure kezkei heltzeko prozesuaren parte dira, baina bereiz ere erabil daitezke tresna indibidual gisa edo beste tresna batzuekin lotuta.

Tresna nola erabili:

Kezka eremuak erabiliz, parte hartzaileei eskatuko zaie beren kezka egoera eta horrelako egoeretan jarduteko dauden aukerak aztertzeko. Norberaren kezka aztertzeko pentsatua dago, ez hartzaileak edo parte hartzen duten beste batzuk sailkatzeko tresna gisa.

Kezka subjektiboko eremuak (T.E.Arnkil eta E.Eriksson)

KEZKARIK GABEKO harremanak	Harremanak KEZKA TXIKIEKIN	Harremanak EREMU GRISEAN	Harremanak KEZKA HANDIEKIN
	Kezka txikiak edo zalantzak; geure laguntza aukeretan konfiantza izatea.  Baliabide osagarrien beharrari buruzko pentsamenduak	Gero eta kezka handiagoa; norberaren aukerekiko konfiantza murriztu edo agortu egiten da.  Argi eta garbi sentitzen dugu laguntzaile eta kontrolatzaile osagarrien beharra.	Etengabeko kezka handia: haurra/pertsona/pazientea arriskuan. Norberaren baliabideak agortuak.  Aldaketak eta segurtasuna berehala behar dira.

4. irudia. Kezka eremuak, norberaren kezka kategorizatzen, ez hartzaileenak eta parte hartzaileenak

Gure kezkei talde txikian heltzea

Tresnaren deskribapena:

Gure kezkei talde txikian heltzea oinarritzko ereduaren aldaketa da. Bost lagun inguruko talde batean hainbat aukera aurki ditzakezu elkarrekin erabiltzeko.

Kontua da ez dagoela kezka orokorrik. Pertsona bakoitzak harreman pertsonala du egoera jakin batekin, nahiz eta erakunde berean eta egoera berarekin lan egin. Inork ezin du erabat ulertu beste pertsona baten kezka, eta, beraz, ez da ideia ona zure kezka besteei helaraztea.

Tresna nola erabili:

Bideratzaileak taldekide bakoitzari lagunduko dio, pertsona bati aldian. Bere kezka azaltzeko eskatuko dio. Pertsona bakoitzaren mintzaldiaren amaieran, bideratzaileak eskatuko dio esaldi batean adierazteko bere kezka nagusia (edo handiena). Esaldia rotafolio batean idatziko da (ohar publiko gisa). Bigarren txandako gaia honako hau da: zer egingo du pertsona horrek lehen txandan aipatu

duen kezka arintzen saiatzeko? Berriz ere, esaldi bakar batean adierazteko eskatuko zaio pertsona bakoitzari, eta hori ere rotafolioan idatziko da.

Bi txandaren ondoren, bideratzaileak taldeari eskatuko dio eztabaida dezatela zer egin dezaketen elkarrekin, entzun dituzten kezka guztiak arintzeko. Ona da proposamen pare bat baino ez egotea, eta, askotan, jarraipen bilerak ere behar izaten dira.

Galdera eta erantzun dialogikoen tresna

Tresnaren deskribapena:

Nafarroan egindako hizketaldien bideratzaile izateko ikastaroko ikasleengandik sortu zen galdera eta erantzun dialogikoen tresnaren ideia. Dialogues & Design Ltd enpresak aldatu egin du tresna bihurtzeko.

Bilera dialogiko bateko parte hartzaileen galderak jasotzea da helburua. Norberaren esperientzietan, ideietan eta itxaropenetan oinarritzen dira galdera horiek. Taldeko hizketaldian galdera pertsonalak (garrantzitsuak) jaso ondoren, erantzuten hasiko dira. Horri esker ikasiko da pentsamenduen aniztasuna ulertzen: zenbat modutan azter dezakegu kontu hau edo gai hau?

Tresna nola erabili:

Bileraren hasieran, 5 edo 6 pertsonako taldeak osatuko dira. Hainbat talde egon daitezke aldi berean gauza bera egiten. Talde bakoitzean, bileraren gaiari buruz zer esperientzia dituen deskribatuko ditu parte hartzaile bakoitzak. Beren "historia" kontatzeko eskatuko diegu, gaiarekin nola lotuta dauden eta gai horri buruz duten esperientzia pertsonala azaltzeko. Helburu nagusia ez da historiak kontatzea, eta baliteke 3-5 minutu baino ez irautea. Beren kontakizuna amaitzen dutenean, beren historiari buruzko galdera bat egingo diote taldeari. Hala, galdera batekin amaituko da esperientzia pertsonalaren deskribapena. Galdera beren koadernoetan idatziko dute, eta taldeko gainerako kideek beren historiak kontatzen dituzten bitartean, bere galdera berrazter dezake parte hartzaile bakoitzak ("hau galdetu nahi al dut benetan?") eta aldatu.

Historia guztiak entzun ondoren, azken galderak (pertsona bakoitzeko bat) ohar publiko gisa idatziko dira rotafolioko orri baten ezkerrean. Eskuinaldean,

galderen erantzunak idatziko dira. Taldeak, txandaka, galdera bakoitzari helduko dio eta haren inguruan eztabaidatuko du. Taldeak aukera dezake kide bakoitzak bere erantzuna idaztea galdera bakoitzari (bereari izan ezik), galdera bakoitzak hainbat erantzun izan ditzan. Txandaka, taldeak hizketaldia egin dezake galdera bakoitzari buruz, eta erantzun adostu bakarra eman.

Hainbat talde gai bera lantzen ari badira, komeni da galderak eta erantzunak gainerako taldeekin partekatzea, adibidez, pertsonen gelan zehar banaka ibiltzen utzita, beste talde batzuetako rotafolioetako galderak eta erantzunak irakurtzeko eta toki berean gelditu diren beste pertsona batzuekin hizketaldi laburrak izateko. Espazio irekiaren teknika esaten zaio horri.

Ikaste kafea

Tresnaren deskribapena:

Ideiak eta pentsamenduak garatzeko eta partekatzeko pentsatua dago ikaste kafea. Elkarlanean oinarritzen da eta modu askotan alda daiteke. Gai bat lantzen da talde txikietan, eta gero beste talde batzuk bisitatzera joaten dira.

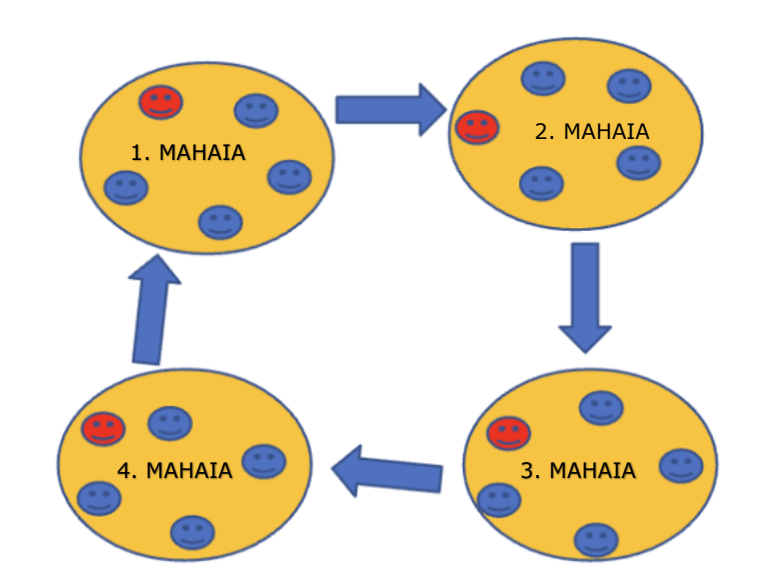
Tresna nola erabili:

Bideratzaileak jarraibideak emango ditu, denborez arduratuko da eta parte hartzaileen galderei erantzungo die, baina ez da taldeetan geratzeko eztabaida bideratzeko. Ariketa hasi aurretik, hizketaldiaren oinarritzko printzipioak gogoraraziko zaizkie parte hartzen duten pertsonen: pertsona bakarrak hitz egingo du aldian eta besteek entzun egingo dute. Mintzaldiak laburrak dira.

Parte hartzaileen taldeak mahaien inguruan eseriko dira edo rotafolioaren aurrean zirkuluerdian jarritako aulkietan. Taldeek zeregin bera edo gai nagusiarekin lotutako zeregin desberdinak izan ditzakete. Talde bakoitzak modu independentean lan egingo du, eta ohar publikoak hartuko ditu mahai gaineko folio handi batean, rotafolio batean edo folio batean horman. Denboraldi batez lan egin ondoren (bideratzaileak zehaztuko du hori), taldeko kide guztiak, bat izan ezik (irudiko emoji gorria), beste mahai batera joango dira. Geratu den pertsonak esandakoaren laburpen txiki bat egingo dio talde etorri berriari. Ez da aurkezpen osoa, eta oso laburra izan behar du. Talde berriak gaiarekin jarraituko du, baina

ez da aurreko taldearen hizketaldi bera izango. Asmoa da lehen taldeak utzi duen lekutik jarraitzea.

Ikaste kafea



5. irudia. Ikaste kafean, pertsonak mahai batetik bestera mugituko dira, bideratzailearen jarraibideak betez.

Taldeak hainbat aldiz aldatuko dira mahai edo leku batetik bestera, dagoen denboraren arabera.

Paseo peripatetikoa

Tresnaren deskribapena:

Eskola Peripatetikoa Aristotelesek sortu zuen. "Peripatetiko" izena antzinako grezieratik dator, *peripatētikos* (περιπατητικός) hitzetik, eta "noraezean ibiltzea" esan nahi du. Elezaharrak dioenez, Aristoteles paseoan ibiltzen omen zen filosofia irakasten zuen bitartean.

Paseatzea egokitzen da ikuspegi dialogikora; izan ere, pentsatzen eta hitz egiten den aldi berean zerbait fisikoa egiteak lagun diezaieke pertsonari beren pentsamendu prozesuak askatzen, bai eta irekiera berriak sortzen ere. Bileraren esparru tradizionala hautsi ere egiten du ibiltzeak, eta modalitate dialogikoagorantz eramaten du. Ibiltzea ona da, halaber, berotze hizketaldia izateko.

Tresna nola erabili:

Bideratzaileak galdera bat, zeregin bat edo gai bat planteatu diezaieke parte hartzaileei eta hari buruz hitz egin behar dute paseatzen ari diren bitartean. Taldeek ez dute handiegiak izan behar, taldekideek elkarri entzun behar baitiote oinez doazela. Hiru pertsona da zenbaki egokiena ibiltari taldearentzat. Paseoan zehar, oinarritzko printzipio dialogikoen arabera garatuko da hizketaldia: pertsona bakar batek hitz egiten du aldian eta mintzaldiek laburrak izan behar dute.

Bideratzaileak denborak gainbegiratuko ditu eta noiz itzuli behar duten adieraziko die parte hartzaileei. Itzuli ondoren, taldeak elkar daitezke talde handiagoak osatzeko eta ohar publikoekin hitz egiteko, edo, bestela, aldeztu aurretik jarduerarako prestatutako galdetegi bati erantzun diezaizkete banaka. Oso erabilgarriak dira norberak mugikorrean bete ditzakeen lineako galdetegiak.

Puimala

Tresnaren deskribapena:

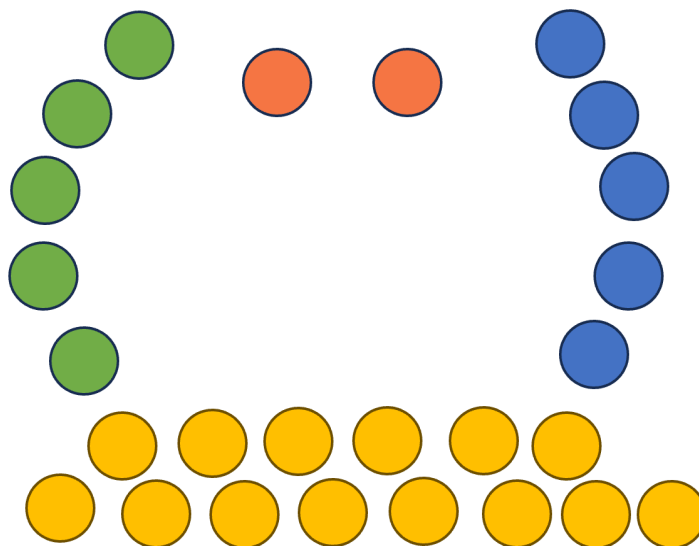
Finlandiako udalerriek beren lan egiteko eta herritarrei zerbitzuak emateko modua garatzeko esperientziak eta jardunbide egokiak partekatzeko aukera emango zieten tresnak garatzeko proiektu batean sortu zen "Puimala" hizketaldia. Puimalaren ideia da beste talde baten hizketaldia entzutea, norberaren esperientzian islatzea eta ideia berriak lortzea norberaren pentsamenduak edo jardura ereduak garatzeko edo pentsamendua freskatzeko.

Tresna nola erabili:

Puimalan bi talde egon ohi dira, eta aukeratutako gai bati buruz edo bilerarako gonbidapenean adierazitako gaiari buruz hitz egin behar dute. Hirugarren talde bat ere egon daiteke, entzuleena. Hizketaldian ari diren taldeei "barneko zirkuluak" esaten zaie, eta zirkuluerdian edo ilaran eseriko dira beste taldearen aurrean. Publikoa eremu horretatik kanpo eseriko da, eta "kanpoko zirkulua" esaten zaio.

Bideratzaileak barruko zirkuluen artean kokatuko dira, baina talde bakoitzak bestea ikusteko aukera blokeatu gabe. Ondoren, galdera bat egingo diote edo gai bat azalduko diote barneko lehen zirkuluari, hizketaldia hasi ahal izateko. Bideratzaileek hizketaldia bultza dezakete galderak eginez, baina, batez ere, taldeei utzi behar diete hizketaldia beren kabuz kudeatzen. Barruko beste zirkuluak entzun egingo du. Denbora jakin bat igaro ondoren, bideratzaileak beste taldearengana jo dezake, eta hizketaldiarekin jarraitzeko eska diezaieke entzun dutena oinarri hartuta, baina hizketaldi bera errepikatu gabe. Beste galdera edo zeregin bat ere planteatu dakieke. Hizketaldi horren ondoren, bideratzaileak lehen taldera jo dezake berriro eta beste galdera bat egin diezaieke, edo bigarren taldearen hizketaldia eta berena konparatzeko eskatu. Aldaketa hori hainbat aldiz egin daiteke talde batetik bestera, dagoen denboraren arabera. Barneko bi zirkulu horiekin hitz egin ondoren, bideratzaileek iruzkinak edo ikuspuntu berriak eska diezazkiokete entzule taldeari (kanpoko zirkulua), eta barneko zirkuluetara itzuli ekarpen horiekin. Bukatzeko gutxi falta den uneren batean, entzule taldea ere elkarriketatu daiteke. Zirkuluen aldaketa hori hainbat modutan egin daiteke, hizketaldiak aurrera nola egiten duen ikusita eta dagoen denbora kontuan hartuta.

Puimala hizketaldia



6. irudia. Puimalan, bideratzaileek (laranja) elkar ikusteko moduan antolatuko dituzte taldeak (berdea eta urdina) hizketaldian. Publikoa (horia) entzuleen posizio normalean edo barruko zirkuluen inguruan eser daiteke.

*Pentsatzeko sei kapela****Tresnaren deskribapena:***

Pentsatzeko sei kapela ideia erauntsiaren tresna da, eta aukera ematen du gai, kasu edo proposamen bati buruzko kontzeptu eta ikuspegi berriak sortzeko, ikuspegi desberdinetatik aztertzeko eta gai bati buruz esperimentatzeko edo pentsatzeko hainbat modu daudela ulertzeko. Aniztasuna ulertzea eta onartzea sustatu nahi da.

Tresna nola erabili:

Hizketaldian parte hartzen duten sei pertsona barruko zirkuluan eseriko dira, taldeko gainerako kideekiko aurrez aurre. Kapelak emango zaizkie (koloretako paper zati bat ere izan daiteke), eta kapelaren ikuspuntutik hitz egiteko eskatuko zaie (ez dute zertan beren ikuspuntutik hitz egin). Kapelak koloretakoak dira:

 Kapela zuria	Gertaeretan oinarritua. Proposamena edo kasua den bezala deskribatzea du ardatz, iritzi pertsonalik eta aurreiritzirik gabe; gertaerak eta datuak soilik aztertzen ditu.
 Kapela gorria	Emozionala. Proposamenaren edo kasuaren aurrean nola sentitzen den aztertzen du, bere emozioak eta sentimenduak adieraziz.
 Kapela beltza	Deabruaren abokatua. Proposamenak edo kasuak dakartzan arriskuak eta erronkak identifikatzea du helburu, eta alderdi negatiboak nabarmentzen ditu.
 Kapela horia	Baikorra. Proposamenaren abantailak identifikatzen ditu, eta zergatik den irtenbide ona, alderdi positiboak nabarmenduz.
 Kapela berdea	Idea sortzailea. Proposamena hobetzeko ideia eta irtenbide berriak ematea du helburu.
 Kapela urdina	Antolatzailea. Eztabaida laburbiltzea eta proposamenari edo kasuari buruz erabakiak hartzea du helburu.

Bideratzaileak kapelak banatuko ditu eta parte hartzaile bakoitzari modu dialogikoan hitz egiteko esango dio. Denborak ere kontrolatuko ditu. Sei kapelak erabil daitezke edo haietako bat bakarrik. Pertsona guztiek kolore bereko kapela daramatela ere has daiteke hizketaldia. Kapelarik ez badute eta koloretako paper zatiak eman bazaizkie, hitz egiten hasten direnean eskua altxatu behar dute paperarekin, publikoak ikus dezan zer kolore eman zaien. Bideratzaileak pertsonak alda ditzake barruko zirkuluaren eta publikoaren artean hizketaldian zehar, baina alde zuretik jakinarazi behar du.

Pentsatzeko sei kapela



Gertaeretan oinarritua



Emozionala



Deabruaren abokatua



Baikorra



Idea sortzailea



Antolatzailea

7. irudia. Pentsatzeko sei kapelen izenak.

Mahai inguru dialogikoa

Tresnaren deskribapena:

Ohituta gaude mahai ingurua norabide bakarreko elkarrekintza gisa ikusten. Dialogues & Design Ltd. enpresak bi norabideko gertakari bihurtu du. Entzuleek parte har dezakete eta hizlariari lagundu puntu garrantzitsuak azaltzen. Tresna hau egokia da 40 parte hartzaile edo gehiagoko taldeentzat, bi bideratzailerekin.

Tresna nola erabili:

Garrantzitsua da hizlarien eta bideratzaileen artean atariko bilera egitea. Pertsona guztiek prest egon behar dute mahai inguru dialogikorako. Egoerarekin ohitzera bultzatzen dira hizlariak. Ez diote zertan uko egin espezialisten zeregin tradizionalari. Gertatzen dena da saioa modu pixka bat desberdinean eramaten dela aurrera.

Aurkezpen txandaren ondoren, jorratu nahi duten lehen gai komunari buruz hizketaldia izateko eskatuko zaio hizlari taldeari. Aldi berean, publikoari eskatuko zaio talde txikietan hizketaldiak izateko, eta galdera bat egiteko hizlari taldearentzat. Galderak jaso eta rotafolio batean idatziko dira, gela osoak gogora ditzan.

Mahaia osatzen duten pertsonen elkarrekin erabaki duten gaiarekin hasiko dute prozesua. Hasierako hizketaldiaren ondoren, komeni zaien bidetik jarrai dezakete. Beharrezkoa bada, bideratzaileek lagun dezakete publikoak emandako galderak eginez.

Parterik onena amaieran iristen da, publikoak eztabaidan aktiboki parte hartzen duenean hizlari taldearekin. Hala ere, pertsona bakoitza hasieratik aktibo egon bada bakarrik gertatzen da hori.



HIZKETALDI INSTRUMENTALAK ETA SAKONAK

Azkenik, ikuspegi dialogikoa ez da erabili beharreko tresnei buruzkoa soilik; ez da metodo bilduma bat. Tresnak gure lanean erabiltzen ditugun elementuak dira, eta tresna dialogikoek hizketaldian laguntzen digute. Bideratzaileek tresnak erabiltzen dituzte, baina prozesu osoa gure baitan gertatzen da, geure barneko hizketaldietan, eta horiek desberdinak dira pertsona bakoitzarentzat.

Tresnez soilik ari bagara, ikuspegi dialogikoaren maila instrumentalean geratuko gara. Tresna horiekin ohitzen garenean, edo hizketaldiekin esperientzia handiagoa hartzen dugunean, gure esperientziak islatu ahal izango ditugu, eta, agian, teoriarekin lotu. Han hizketaldi maila sakonagoa aurkituko dugu, maila pertsonalean. Hizketaldietan parte hartuz, gure pentsamendua aberastu dezakegu, alteritatea errespetatzen ikas dezakegu eta konturatuko gara hori guztia geure pentsatzeko eta jarduteko modua aldatzen ari dela, geure garapen

pertsonaleko prozesuaren bidez. Horrela ziurtatuko dugu ez garela mugatzen kontzentratzera eta maila instrumentalean jarraitzera. Gizadia eta alteritatea sakonago ezagutuko ditugu, jakiteko nola aritu elkarlanean, nola lagundu besteei eta geuk ere nola jaso laguntza.