

HORDAGO!

DROGEN ERRONKARI AURRE EGIN



KASLENTZAKO
4
KOADERNOA





Neure buruaren jabe

→ menpetasuna

> nire ustez honako hau da menpetasuna...



> honako hau da droga-menpetasuna...



ote naiz...?!



02 fitxa

→ menpetasunik bai ala ez? horra hor gakoa!

> 1. egoera

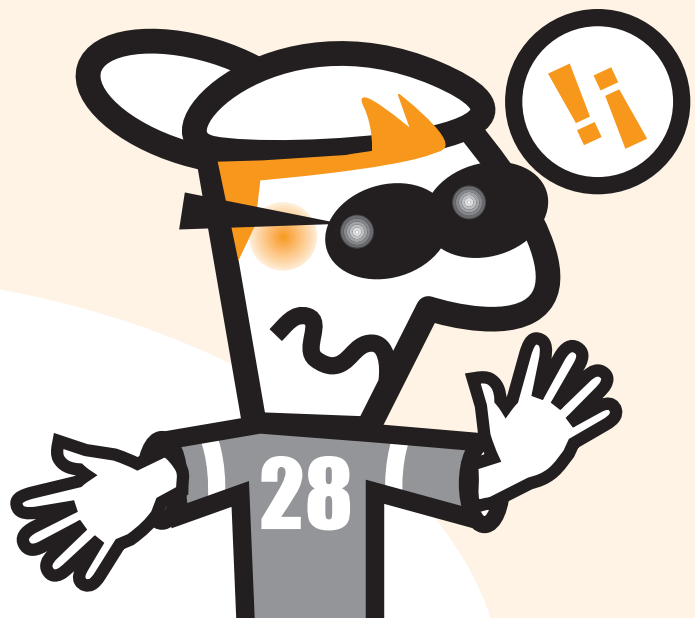
Badira bost urte Elenak egunero 25 zigarrotxo erretzen dituela. Oso deseroso sentitu zen senargaiak, musua eman ondoren, halako aurpegia jarri zionean. Behin baino gehiagotan konturatu da tabakoak hatsa eragiten diola. Amorrutik bizian dago, baina...

> 2. egoera

Badira bi urte Pedro asteburuko mozketaren dela. Lagunak nahikoa kezkatuta daude. Euren ere edan egiten dute, baina ez Pedrok beste. Noizbait larrialdietara eraman behar izan dute. Egunduekin zerbait esan zioten. Pedrok, ordea, den-dena kontrolpean zuela erantzun zien.

> 3. egoera

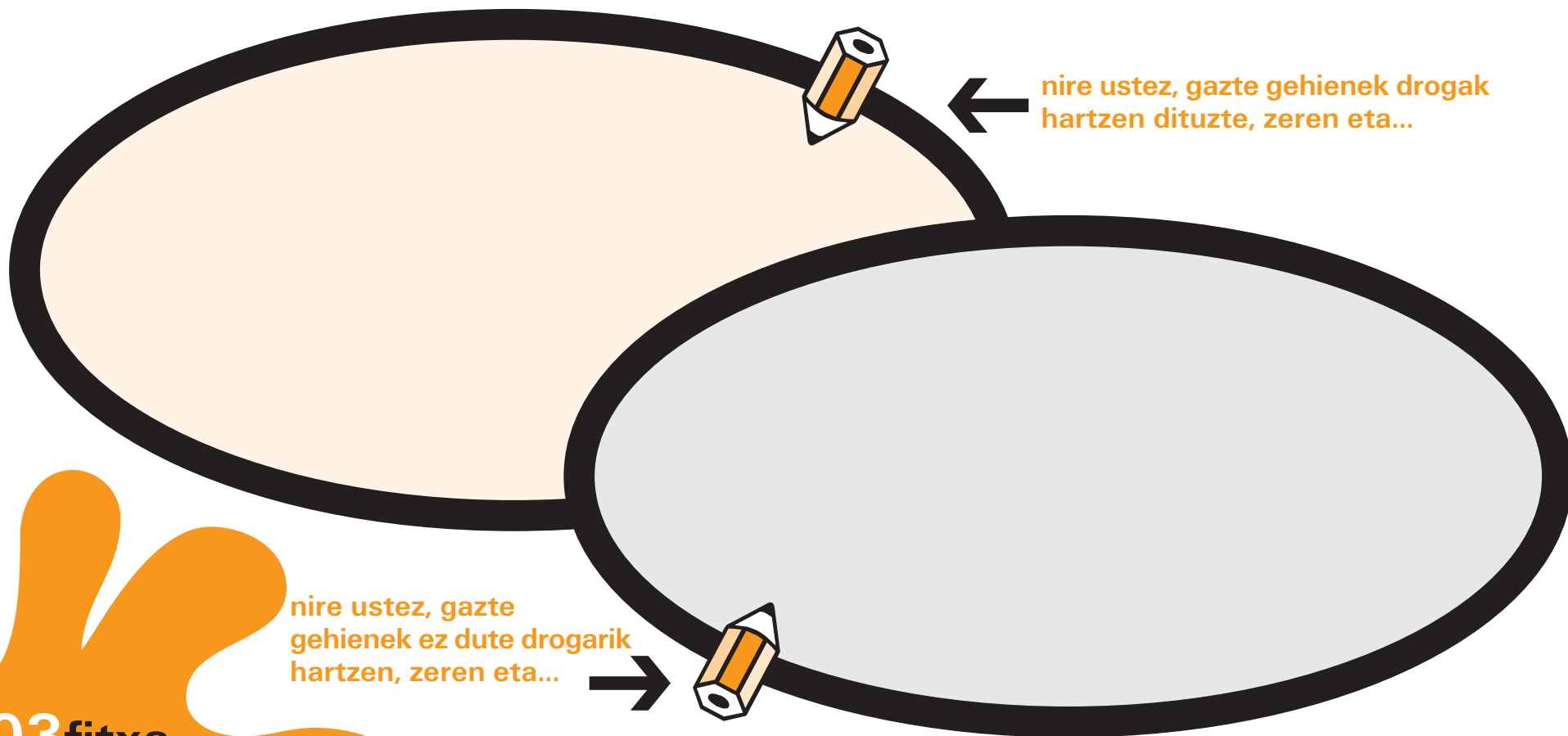
Ez duzu pilularik lortu, ala?, diotso Evak Juani. Zer egingo dugu orain, bada? Gau osoa emango dugu ezer hartu gabe? Nolatan egin duzu hori? Felix harri eta zur geratu da lagunaren arteko eztabaida entzutean. Bazekien noizean behin hartzen zituztela, baina ez zuen uste egoera hain larria zenik.





Guztiok hartzen ditu

→ zenbat gaztek hartzen dituzte drogak?



gu drogak!... ezta?



04fitxa

→ zure adineko zenbat gaztek hartzen dituzte drogak?

alkohola

tabakoa

kalamua

droga sintetikoak

kokaina

→ zenbat jendek hartzen du droga bakoitza?

nire iritzia

errealitatea

alkohola

tabakoa

kalamua

droga sintetikoak

kokaina

05fitxa

→ nolakoa ote da errealitatea nire taldean...?

*gogoan izan zure erantzunak anonimoak izango direla eta ariketa honetan baino ez direla erabiliko.

drogarik hartzen duzu?

zure taldeko zenbat lagunek hartzen dituzte drogak?

06fitxa



Gogorik dut

→ istorioa amaitu

→ 1. taldea

Isabel, Andres, Xabier eta Marta ikasturte-amaierako jaia prestatzen ari dira. Martak Luis nebari kaxa bat garagardo eskatu dio. Ikasturte-amaiera denez, ospatu beharrean daudela esan dio.

Zer erantzun dio Luisek?

- Nahi bezala amaitu istorioa, baina Luis aurka dagoela hartu kontuan. Luisen jarrera arrazoitu, zergatik dagoen aurka.

→ 2. taldea

Isabel, Andres, Xabier eta Marta ikasturte-amaierako jaia prestatzen ari dira. Martak Luis nebari kaxa bat garagardo eskatu dio. Ikasturte-amaiera denez, ospatu beharrean daudela esan dio.

Zer erantzun dio Luisek?

- Nahi bezala amaitu istorioa, baina Luis alde dagoela hartu kontuan. Luisen jarrera arrazoitu, zergatik dagoen alde.

→ 3. taldea

Martak eta lagunak ez dituzte gogoko 14-16 urte arteko nerabeentzako alkoholik gabeko jaiak. Gezurrezko nortasun-agiriak egin dituzte, “benetako” dantzalekuetan sartu ahal izateko. Dantzalekuan sarrera erakusteko orduan, Anarekin egin dute topo. Anak ondo baino hobeto daki ez dutela leku horretan sartzeko legezko adinik.

Zer esan die Anak?

- Nahi bezala amaitu istorioa, baina Ana aurka dagoela hartu kontuan. Anaren jarrera arrazoitu.

→ 4. taldea

Martak eta lagunak ez dituzte gogoko 14-16 urte arteko nerabeentzako alkoholik gabeko jaiak. Gezurrezko nortasun-agiriak egin dituzte, “benetako” dantzalekuetan sartu ahal izateko. Dantzalekuan sarrera erakusteko orduan, Anarekin egin dute topo. Anak ondo baino hobeto daki ez dutela leku horretan sartzeko legezko adinik.

Zer esan die Anak?

- Nahi bezala amaitu istorioa, baina Ana alde dagoela hartu kontuan. Anaren jarrera arrazoitu.



→ 5. taldea

Gurasoak ez daudenez, Enrikek jaia antolatu du etxean. Lagun asko gonbidatu ditu. Mariok kaxa bat garagardo ekarri du.

Zer esan dio Enrikek?

- Nahi bezala amaitu istorioa, baina Enrike aurka dagoela hartu kontuan. Enrikeren jarrera arrazoitu: zergatik dago aurka?

→ grupo 6

Gurasoak ez daudenez, Enrikek jaia antolatu du etxean. Lagun asko gonbidatu ditu. Mariok kaxa bat garagardo ekarri du.

Zer esan dio Enrikek?

- Nahi bezala amaitu istorioa, baina Enrike alde dagoela hartu kontuan. Enrikeren jarrera arrazoitu: zergatik dago alde?



nolako
balioak
hartzen
ditudan
kontuan ↓

• Kontsumoaren aurkako jarrera justifikatu dezaketen **BALIOAK**:
erantzukizuna / segurtasuna / kontrola

• Kontsumoaren aurkako eta aldeko jarrera justifikatu dezaketen **BALIOAK**:

Plazerra / Onespena /
Soziabilitatea / Norberaren irudia,
modan egotea, "lasai" egotea, aldarte
ona izatea

• Kontsumoaren aldeko jarrera justifikatu dezaketen **BALIOAK**:

Elkartasuna / Taldekidetasuna /
Adiskidetasuna / Autoafirmazioa /
Independentzia / Benetakotasuna /
Zuzentasuna

→ aholku-saioa

Kazetariak: aste honetan bi gutun iritsi dira erredakziora, eta erantzun egin behar diezue.

Kaixo, Marta dut izena eta 16 urte ditut:

Duela zenbait aste lagunek mutil nagusi batzuk ezagutu zituzten eta pozez txoratzen daude. Autoa eta dirua dute, dantzalekuetara eta jaietara joaten dira...

Orain dela aste pare bat, eurekin geratu ziren eta nik, egia esan, oso txarto pasatu nuen. Nik banekien gogoko ez nituela, baina, lelotzat har ez nintzaten, joan egin nintzen. Oso deseroso, urduri, kezkatuta egon nintzen. Ez nekien etxera garaiz iritsiko ginen, gehiegi edango zuten... Ez dakit, hamaika gauza nituen buruan. Azkenean, ez nuen batere gozatu. Tira, ez dira nire gustukoak.

Asteburu honetan, eurekin geratu dira berriro, baina naizen modukoa izateko erabakia hartu dut eta joango ez naizela esan diet adiskideei. Batetik, neure buruaz harro nago; eta bestetik, bakarrik geratuko ote naizen beldur naiz. Zer egin dezaket?



GUTUNA

1



09 fitxa



Kaixo, Pedro dut izena eta 16 urte ditut.

Gutun hau idazten dizuet aspaldidanik ez nagoelako oso gustura lagunekin.

Ni oso lotsatia naiz; eurak ez, ordea. Atentzioa ematea dute gogoko, neskatan joatea, parrandak egitea... Nik beste gauza batzuk ditut gustuko, askoz hobeto sentitzen naizelako. Dena dela, eurekin egotea ere badut gogoko, lagunak ditut eta.

Bi asteburutan, tabernaz taberna ibili beharrean auzoko ziberrera edo zinera joango naizela esan diet. Hala ere, alde batera utziko ote nauten beldur naiz. Zer egin dezaket?

ERANTZUTEKO ORDUAN, TALDEEK HONAKO ALDERDI HAUEK IZAN BEHARKO DITUZTE KONTUAN...

- Marta eta Pedro lagunak ez bezalakoak dira. Nolanahi ere, euren interes pertsonalak berresten dituzte. Nola balioetsi daiteke euren jarrera?
- Beste era batekoak izateko eta bestela pentsatzeko eskubiderik dugu? Zergatik?
- Taldearen menpe egon behar gara beti?
- Batzuetan, benetan sentitzen dugunaren arabera jokatzeari, ondo sentiarazten ez gaituzten ondorioak sor daitezke. Zer izan daiteke egokiena?
- Nola berretsi dezakegu geure nortasuna, taldearen babespean ez gaudenean?



Zer egingo zenuke zuk?

erabakiak hartzeko prozesua

→ Mertxeren kasua

Mertxe hamalau urte zituela hasi zen lehen zigarrotxoak erretzen. Orain, hamasei urte ditu eta hamar zigarrotxo baino gehiago erretzen ditu egunero.

Lagunekin irteten denean eta asko erretzen duenean, buruko min desatsegina izan ohi du.

Merezi ez duela erabaki du eta erretzeari utzi nahi dio.

Aste honetan, ahalegin handia egin du ez erretzeko, baina asteburua iritsi da, eta, lagunekin irten denez, erretzeari ekin dio berriro.

- **Nola egongo ote da Mertxe hurrengo egunean?**
 - **Zergatik hasi ote da Merxe berriro erretzen?**
 - **Zer behar ote du Mertxek tinko eusteko?**

10 fitxa

→ hona hemen nire dekalogo...

11 fitxa





→ txangoa egingo dugu

Ikasturtea amaitzear dago eta txangoa egin nahi duzue.
Txangoaren inguruko erabaki guztiak hartu behar dituzue:

1 Iraupena (egun bat, bi egun, astebete...)

2 Helmuga

3 Joan-etorriak

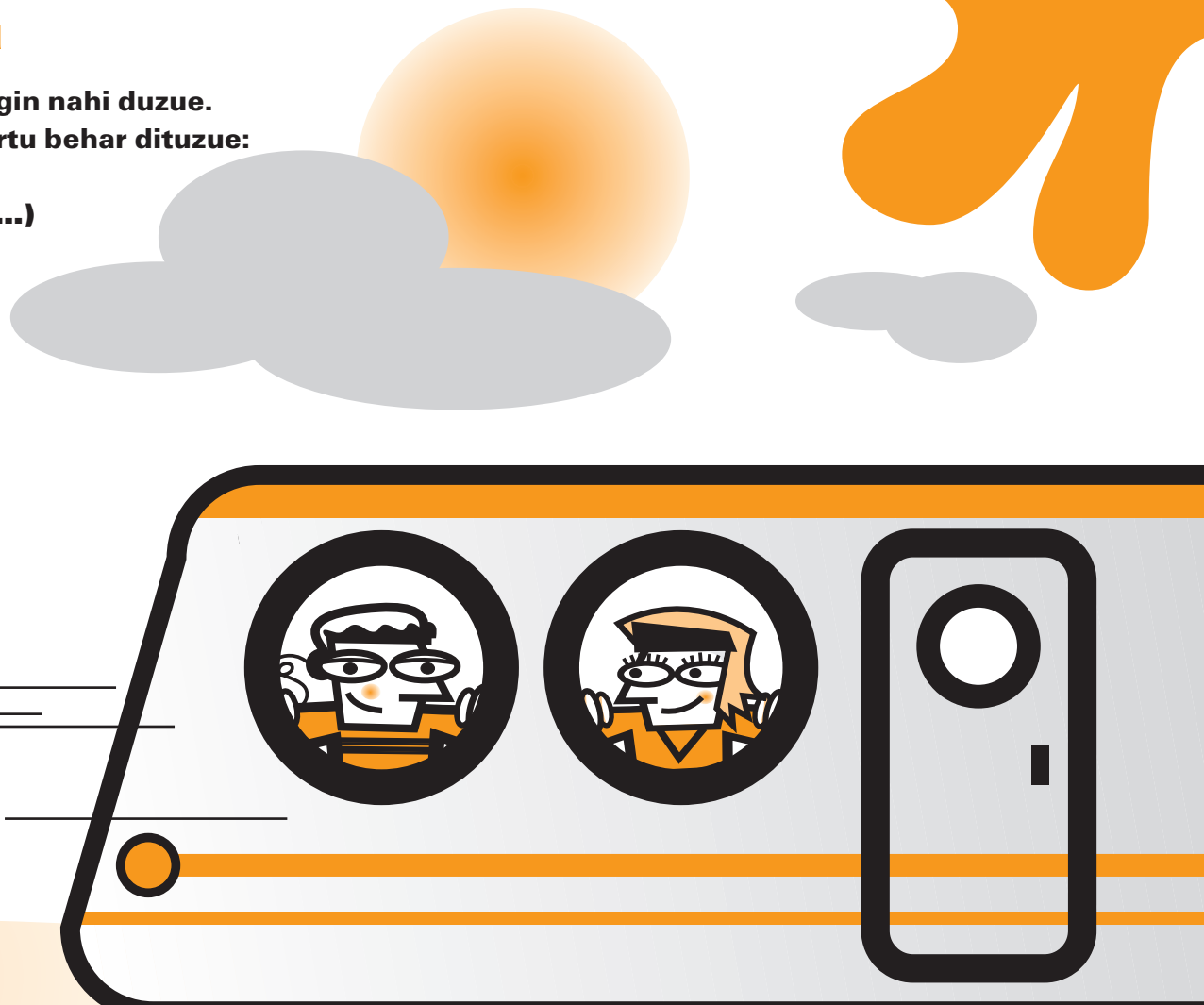
4 Ostatua (beharrezkoa izango balitz)

5 Helduen laguntza (bai ala ez)

6 Nortzuk (onartzen badira)

7 Arauak: ordutegiak...

8 Finantziazio-iturriak





→ asertiboak izaten ikasten

→ Marta auzoko ziberkafetegian dago, Internetera noiz konektatuko zain. Une batez oharkabetu eta beste pertsona batek aurea hartu dio.

Erantzun pasiboa:

> Honako hau pentsatu du Martak:
- «Mutil hau lotsagabea da, gero! Nolatan ausartu da niri lekua kentzen?»
Zergatik ez du itxaroten bere txanda izan arte, nik egin dudana bezala? Neuk ere gustura kenduko nioke lekua ez itxaroteko!
> **Marta oso haserre eta urduri dago.**

Elkarrizketa pasiboa:

- Marta (ahopeka): **Mutil honek azal lodia du benetan!**
- Beste bat (oso serio): **Ezer esan duzu?**
- Marta: **Ez, ez. Ezer ez.**

Erantzun agresiboa:

> Honako hau pentsatu du Martak:
- «Honek ez dit lekua kenduko! Bere txanda izan arte itxaron beharko du, guztiok bezala! Lelotzat hartu nau, ala?»
> **Marta haserre bizian dago.**

Elkarrizketa agresiboa:

- Marta (oso haserre): **Aizu, zu baino lehenago nengoen ni!**
- Beste bat (oso serio): **Ezer esan duzu?**
- Marta: **Bai. Ez egin entzungorrena. Ni zu baino lehenago nagoela diotsut. Kokoteraino nago, zenbat lotsagabe daude auzo honetan, gero!**
- Beste bat: **Aizu, laguna dut eta, lekua utzi nahi badit, zuri bost axola.**
Marta: **Bai zera! Ez didazu lekua kenduko. Niri bost axola hori zure laguna den ala ez. Beraz, nire atzean jarri edo arazoak izango dituzu.**

12 fitxa

Erantzun asertiboa:

> Honako hau pentsatu du Martak:
- «Hara bestea, besteoi lekua kendu nahian! Ez zait ondo iruditzen hori egitea. Jendeak ez ditu gainerakoak errespetatzen. Egia esan, ezin dut ezer egin besteak lekua utz ez diezaion, baina pentsatzen dudana esango diot, behintzat»
> **Martak segurtasuna du bere buruarengan.**

Elkarrizketa asertiboa:

- Marta (irmo bezain lasai): **Aizu, barkatu, etorri berria zara eta ez zait ondo iruditzen niri lekua kentzea. Besteok luzaroan egon gara zutik gure txandaren zain.**
- Beste bat: **Zer gertatzen da? Laguna dut eta, lekua utzi nahi badit, zuri bost axola.**
- Marta: **Bai zera! Bera ni baino lehenago heldu denez, nahi beste denbora egon daiteke konektatuta. Zu, ordea, etorri berria zara eta ez duzu niri lekua kentzeko inolako eskubiderik. Ordu erdi daramat hemen eta ez da bidezkoa.**
- Beste bat: **Hara, berak nahi duena egin dezake, eta zuk ezin duzu ezer egin lekua uzten badit.**
- Marta: **Arrazoi duzu, ezin dut ezer egin, baina berriro diotsut oso txarto iruditzen zaidala niri lekua kentzea. Ez dut uste halakorik egiten dizutenean gogoko duzunik.**
- Beste bat: **Nahikoa da, utz nazazu bakean!**

«Aprendiendo a comunicarse con eficacia»
E. Manuel García, Ángela.



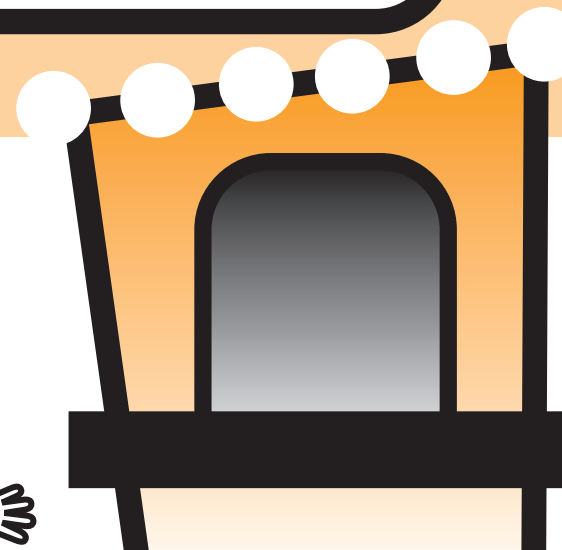


13 fitxa

→ **presioei aurre egiteko orduan, ez da beti erraza asertiboa izatea**

Zure ustez asertiboak ez diren
erantzunak azpimarratu. ↓

↓ Asertiboagoak izan daitezke erantzun
horiek?





Zer egiten du jendeak?

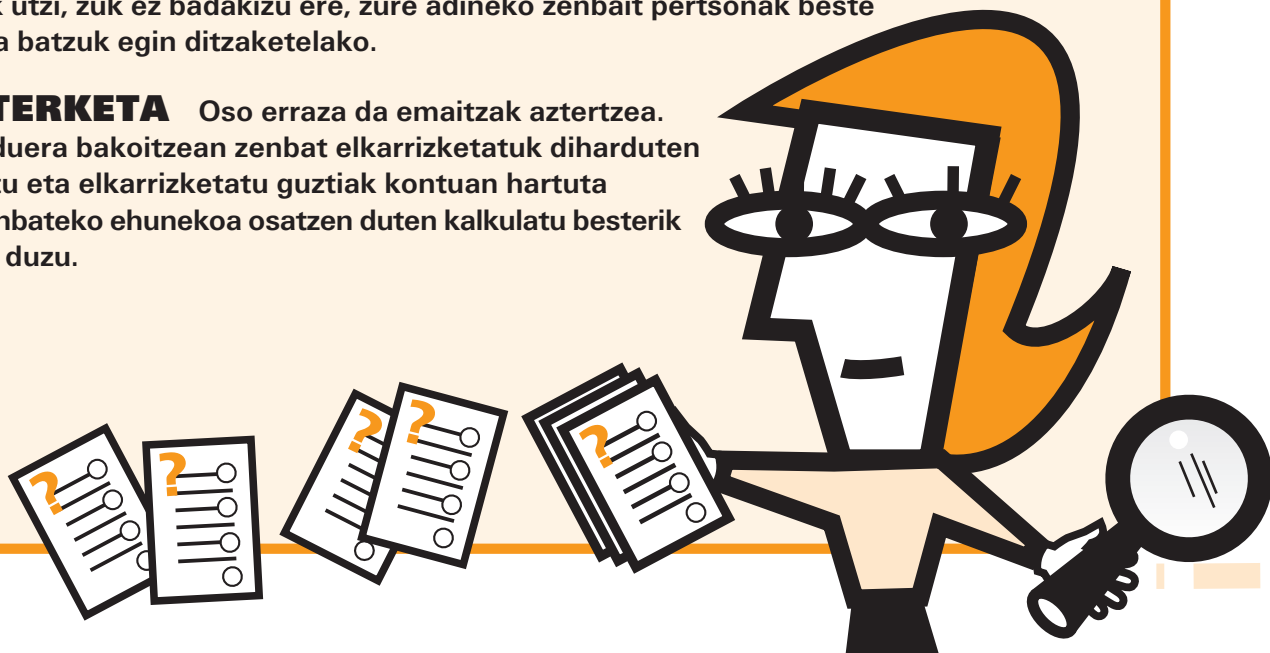
→ ikerketarako eskema



LAGINA Elkarrizketatuko ditugun pertsonak dira. Era askotakoak izan behar dira, jasotzen dugun informazioa desberdina izan dadin. Ez dago lagun-taldeko hiru kideri elkarrizketa egiterik, ez duelako ezertarako balio. Jarduera asko desberdinak izan arren, parekotasun gehiegi ere egongo dira seguruenik. Hobe da elkarrizketa zenbait girotako pertsonari egitea. Seguruenik, osagai asko eta asko antzekoak izango dira, baina aniztasuna ere handiagoa izango da aldi berean.

GALDETEGIA Ikerketarako tresna besterik ez da. Anonimoa izan behar da. Zuk badakizu nori egiten diozun elkarrizketa, baina ez du beste inork zertan jakin. Aisialdia betetzeko bururatzen zaizkizun aukera guztiei buruzko galderak egin xehetasun handienez. Hala ere, zuriuneak utzi, zuk ez badakizu ere, zure adineko zenbait pertsonak beste jarduera batzuk egin ditzaketelako.

AZTERKETA Oso erraza da emaitzak aztertzea. Jarduera bakoitzean zenbat elkarrizketatuk diharduten batu eta elkarrizketatu guztiak kontuan hartuta zenbateko ehunekoa osatzen duten kalkulatu besterik ez duzu.





A cartoon character with a large, white, rectangular head and a single large eye. It has spiky black hair and a small orange mole on its cheek. The character is wearing an orange long-sleeved shirt with two horizontal stripes and grey shorts. It is riding a skateboard and giving a thumbs-up with its right hand. A speech bubble is coming from its head. In the background, there are two black diagonal lines and a dashed line on the ground.

**Gogoan izan zalantza
gehiago badituzu
www.ordago.net
web orrian sar
zaitezkeela eta den-dena
azaldu diezagukezula.
Zalantza guztiak argitzen
ahaleginduko gara.**



edex
fundación