



Gizarte-diagnostikoa egiteko eta bazterkeria ebaluatzeko baliabide bateratuak

TERMINOLOGIA ETA IRIZPIDEAK

Norbanakoaren arloa

9. ALDERDIA.- GIZARTE-GAITASUNAK ETA -ABILEZIAK.

Alderdi honetan, gizabanakoak zer abilezia erabiltzen dituen ebaluatuko dugu. Ebaluazio hau egiten duen profesionalak gizabanakoaren inguruko pertsonengana joko du bildutako datuak benetakoak direla egiaztatzeko. Bestalde, gizabanakoaren jokabide instrumentalak aztertuko ditugu: eguneroko bizitzako egoerak konpontzeko zer abilezia, gabezia, zailtasun edo gatazka dituen jakin nahi dugu. Abilezia horiek estuki lotuta daude ulertzeko, komunikatzeko eta norberaren emozioak kontrolatzeko gaitasunarekin.

Denbora-irizpidea: besterik esan ezean, duela 6 hilabete hasi eta ebaluazio hau egin arteko aldia.

Ebaluazio-irizpidea: adierazleei balioak emango dizkiegu; batez ere, behaketa oinarri hartuta, zeina aldatu egingo baita, lehenengo mailako arreta izan edo bigarren mailako arreta izan. Edonola ere, gizabanakoaren azalpenak eta erantzunak aintzat hartuko ditugu. Halaber, kontuan hartuko dugu nola erantzuten dien gizarte-zerbitzuek egiten dizkioten eskakizunei.

Alderdi hau 4 azpialderditan banatu dugu: gizarte-gaitasunak, gaitasun kognitiboak, gaitasun instrumentalak eta beste gaitasun batzuk. Azpialderdi guztietan, hiru erantzun-aukera daude.

Baditu eta baliatzen ditu.

Ikusten da gizabanakoak aipatutako abileziak baliatzen dituela eta abilezia horien arabera jokatzeko duela.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Ez ditu baliatzen edo, ebaluazio hau egiten den unean, ez ditu egokiro erabiltzen (horrek esan nahi du ez dituela abilezia horiek).

Zailtasunen balizko arrazoiak: estutasun-egoera, kultura-alderdiak, hizkuntza eskas jakitea edo batere ez jakitea, erlijio- edo hezkuntza-alderdiak...

Ez ditu baliatzen.

Ikusten da gizabanakoak ez dituela abilezia horiek batere baliatzen. Agian, izan baditu, baina ez ditu agerian jartzen ebaluazioa egiten den unean, edo, agian, ezintasun aitortua du.

9.A. ALDERDIA.- Gizarte-gaitasunak.

9.A.1. adierazlea.- Harremanak izateko eta komunikatzeko oinarrizko abileziak.

Adierazle honen bidez, besteekin dituen harremanetan gizabanakoa hau egiteko gai den aztertuko dugu:

- o entzuteko, elkarrizketan jarduteko, eztabaidatzeko, argudiatzeko...
- o entzuteko, galdetzeko
- o hitzik gabeko mezuak sortzeko
- o errespetua, afektua eta estimua adierazteko
- o tolerantziaz jokatzeko eta besteak ulertzeko

Baditu eta baliatzen ditu.

Ikusten da elkarrizketan jarduten dela eta hitzik gabeko mezuak erraz sortzen dituela. Elkarrizketari ekiten dio, ideiak trukatzeko ditu eta aipatutako abilezietako batzuk baliatzen ditu.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Zaila egiten zaio elkarrizketari ekitea edo ideiak trukatea: bere burua aurkeztea, agur egitea, elkarrizketagai bat hizpidera ekartzea edo zerbait galdetzea.

Hitzik gabeko mezu gutxi sortzen ditu.
Gutxitan adierazten du begirunea edo esker ona.

❑ Ez ditu baliatzen.

Ez dio elkarrizketari ekiten eta ez du bere burua aurkezten, galderarik egiten eta ideiarik trukutzen. Oro har, ez du halako abileziarik.

9.A.2. adierazlea.- Asertibotasuna.

Asertibotasunak zera esan nahi du: eskatzen, uko egiten, negoziatzen eta malgua izaten jakitea, bakoitzak nahi duena lortzeko; betiere, besteen eskubideak errespetatuz eta gure sentimenduak argi eta garbi adieraziz. Asertibotasunez jokatzeko, gure pentsamenduez, sentimenduez, motibazioez, premiez eta gurariez jabetu behar dugu. Besteekin dituzten harremanetan, pertsona asertiboek honela jokatzeko dute:

- o Pertsona guztiak berdintzat hartzen dituzte: ez dira besteak baino gehiago edo gutxiago.
- o Irizpide malguak dituzte.
- o Kontrolatu ezin dituzten egoerak onartzen dituzte.
- o Bizi izan dituzten esperientziak oinarri hartuta, erabaki arduratsuak hartzen dituzte.
- o Arrakasta lortzeko gogoia dute, baina jabetzen dira emaitzak alderdi askoren baitan daudela.
- o Neurtutako arriskuak hartzen dituzte.
- o Besteen esperientziak aintzat hartzen dituzte.

❑ Asertibotasunez jokatzeko du.

Oro har, ikusten da gizabanakoak zuzenean adierazten dituela sentimenduak, ideiak, iritzia, eskubideak eta abar, mehatxurik edo kalterik egin gabe eta inor manipulatu gabe. Abilezia dezente ditu, aipatutakoetatik.

❑ Zailtasunak dauzka, eta gutxitan jokatzeko du asertibotasunez.

Besteak beste, zailtasun hauek ditu:

- o Besteen sentimenduak eta eskubideak ez ditu beti errespetatzen.
- o Komunikatzean, **jarrera pasiboa** du: ez ditu sentimenduak eta pentsamenduak adierazten, edo modu negatiboan eta desegokiro adierazten ditu (aitzakiak jartzen ditu, ez du konfiantzarik, beldur da...).
- o Besteen eskubideak soilik hartzen ditu kontuan.

❑ Ez du asertibotasunez jokatzeko.

Hau da:

- o Ez ditu inoren sentimenduak eta eskubideak errespetatzen.
- o Jarrera oldarkorak ditu: zuzenak (irainak, eraso fisikoak) edo zeharkakoak (aipamenak edo txantxa sarkastikoak, besteak irri garri uzteko).
- o Makurgaitza da, eta irrazionala.

9.A.3. adierazlea.- Sentimenduak adieraztea.

Hau da: sentimenduak —estimua, tristura, poza, maitasuna, beldurra, haserrea, gorrotoa, tentsioa, nahigabea, estutasuna— zuzenean eta, delako egoera kontuan hartuta, modu onean eta egokian adierazteko gaitasuna; adierazitako sentimenduaren eta egoeraren arteko kongruentzia.

❑ Sentimenduak adierazten ditu.

Sentimenduak adierazten ditu: aipatu egiten ditu, eta hitzez adierazten.

❑ Zailtasunak dauzka, eta gutxitan adierazten ditu.

Unea eta egoera zein den, zaila egiten zaio sentimenduak adieraztea.

Batzuetan, gainezka egiten du, eta sentimendu-adierazpen gehitxo erabiltzen ditu.

❑ Ez ditu adierazten.

Ez du batere sentimendurik adierazten. Agian, arazo horri lotutako diagnostikoren bat egin diote.

9.A.4. adierazlea.- Gatazkak konpontzeko abilezia. Indarkeria baztertzea, eta beste alternatiba batzuk baliatzea gatazkak konpontzeko.

Lehiara jo, jokabide oldarkorrak izan nahiz gatazketatik ihesi ibili beharrean, lankidetzaz-abileziak baliatzea gatazkak konpontzeko.

❑ Gatazkak konpontzeko abilezia du, eta gatazkak konpontzen ditu:

❑ Alternatibak / Irtenbideak bilatzen ditu, eta negoziatu egiten du.

Gatazkak konpontze aldera, alternatibak bilatzen ditu eta negoziatu egiten du ("biok irabazle"). Horiek dira, hain zuzen, haren estrategia nagusiak.

❑ Gatazkak saihesten ditu, badaki-eta bere jokabideak ondorio txarrak izan ohi dituela.

Gatazkak konpontzeko estrategia nagusiak dira gatazkak saihestea eta ihes egitea ("zu irabazle - ni galtzaile"). Jabetzen da bere jokabideak ondorio txarrak izan ohi dituela beretzat eta besteentzat.

❑ Zailtasunak dauzka, eta gatazkak gaizki samar konpontzen ditu.

Estrategia nagusiak dira gatazkak saihestea eta ihes egitea, baina ez da jabetzen estrategia horien ondorio negatiboek.

❑ Ez daki gatazkak modu egokian konpontzen.

- o Gatazkak konpontzeko estrategia nagusia da jokabide oldarkorra ("ni irabazle - zu galtzaile"). Ez daki beste era batera jokatzeko.
- o Ez du autokritikarik egiten: gatazka besteek eragiten dute beti. Egoerak modu distorsionatuan eta irrazionalki interpretatzen ditu.
- o Ez du gaitasunik edo zailtasunik ditu arazoak definitzeko, zergatiak aztertzeko, beste erantzun batzuk bilatzeko, laguntza eskatzeko, irtenbideak zehazteko...

9.A.5. adierazlea.- Frustrazioa onartzea.

Hau da: frustrazioa denbora-tarte luze batez onartzeko gaitasuna, frustrazio hori eragin zuen desira asetzen saiatu gabe, eta tentsioa gutxitzeko zeharkako biderik bilatzen saiatu gabe.

❑ Frustrazioa onartzen du.

Jabetzen da eta onartzen du ezin duela lortu nahi duen oro. Batzuetan, frustratu egiten da, baina frustrazioak eguneroko bizitzako egoera arruntzat hartzen ditu, eta gai da gainditzeko.

❑ Frustrazioa onartzea kostatzen zaio.

Zaila egiten zaio frustrazioak onartzea. Eskuarki, bere desirak ase daitezeko nahi izaten du, eta gatazkak konpontzeko irtenbideak errazak izan daitezela.

❑ Ez du frustrazioa onartzen.

Ez da gai frustrazioak normal gainditzeko: erantzun neurrigabeak eta ezegokiak ditu ezezkoa ematen badiote edo kontra egiten badiote.

Bere desirak asetzeko eskatzen die besteek, bai eta beti asetzeko eskatu ere.

Horretaz gainera, desirak eta premiak nahasten ditu.

9.B. ALDERDIA.- Gaitasun kognitiboa.

Orain arte bezala, 3 erantzun-aukera daude:

- Baditu eta baliatzen ditu.**
- Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.**
- Ez ditu baliatzen.**

9.B.1. adierazlea.- Oinarrizko gaitasun kognitiboak.

Informazioa 7 adierazle partzialetan xehatu dugu, gaitasunen arteko aldeak adierazteko:

- o Hizkuntzaren ulermena eta adierazpena.
- o Oroimen-gaitasuna (epe laburrean, ertainean eta luzean).
- o Arretari eta kontzentrazioari eusteko gaitasuna.
- o Nork bere buruari begiratzeko eta norberaren premiez jabetzeko abilezia.
- o Besteei begiratzeko eta besteen premiez jabetzeko abilezia.
- o Norberaren egoera modu errealistan aztertzeko gaitasuna.
- o Kausalitatea egozteko prozedura.

Dena den, ebaluatzaileak erantzun bat aukeratu beharko du: gai da, zailtasunak ditu edo ez du gaitasunik. Sistemak erantzunaren balioa erabiliko du kalkulua egiteko. Gero, ebaluatzaileak, beharrezkotzat joz gero, xehetasunak jasoko ditu, atal horretan edo beste batzuetan.

Esate baterako, profesionalak bigarren erantzuna markatuko du, baldin eta iruditzen bazaio aztertzen ari den gizabanakoak, oro har, gaitasun kognitiboetan zailtasunak dituela. Gero, nahi izanez gero, xehetasunak emango ditu. Esate baterako, baliteke oroimen-gaitasuna egokia izatea, baina besteen premiez ez jabetzea.

9.B.1.1. adierazle partziala.- Hizkuntzaren ulermena eta adierazpena.

Zeinuak, ikurrak eta hizkuntzaren beste osagai batzuk hautematearekin eta ulertzearekin lotutako gaitasunak baliatzen dituen aztertuko dugu.

- Baditu eta baliatzen ditu.**
Gramatika-egitura konplexuak erabiltzen ditu, eta kontzeptu abstraktuak ulertzen. Adierazteko eta ulertzeko gaitasuna du, nahiz eta noizbehinka zailtasunak izan (gauza jakin batzuk adierazteko eta ulertzeko).
- Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.**
Gramatika-egitura okerrak erabiltzen ditu, eta, horren erruz, adierazteko eta ulertzeko zailtasunak ditu. Halaber, gramatika-egitura oker horiek komunikazioa zailtzen dute.
- Ez ditu baliatzen.**
Gauzak adierazteko zailtasun handiak ditu, eta ulermen eskasa du; horren ondorioz, komunikazio-arazoak ditu. Arazoak ez dute zerikusirik hizkuntza ez jakitearekin. Agian, buruko lesio bat du, edo garapen atzerapena, edo buruko gaixotasun bat...

9.B.1.2. adierazle partziala.- Oroimen-gaitasuna (epe laburrean, ertainean eta luzean).

- o **Epe laburreko oroimena.** Oroimenean, 30 bat segundoz-edo biltzen den aldi baterako informazio ahazterazari deritzo. Epe luzeko oroimenean finkatu ezean, ahaztu egiten da.
- o **Epe luzeko oroimena.** Informazioa epe luzean biltzeko oroimen-sistemari deritzo. Informazio hori epe laburreko oroimenetik dator, eta iraganeko gertakarien oroimen autobiografikoen parte da, bai eta hizkuntzari eta gertakariei dagokien oroimen semantikoaren parte ere.

Baditu eta baliatzen ditu.

Epe laburreko, ertaineko eta luzeko oroimen ona du. Oro har, gai da epe laburrean eta ertainean gauzez oroitzeko. Agian, zailtasunak ditu bizi izan dituen pasarteetako batzuk gogora ekartzeko.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Erraz galtzen du arreta, eta hitzorduak, egitekoak eta halakoak gogorarazi behar zaizkio. Zailtasunak ditu epe luzeko eta ertaineko oroimenean bildutako informazioa gogora ekartzeko, edo egoera, data edo bizi izan dituen pasarte batzuk nahasten ditu.

Ez ditu baliatzen.

Oroimen urritasuna du, epe laburrean, ertainean eta luzean, eta zailtasun handiak ditu denboran, espazioan eta norbanakoaren arloan orientatzeko. Epe laburreko oroimena ere kaltetua du, eta, horren ondorioz, ezin ditu eguneroko bizitzako jarduerak egin. Ikasteko oztopo bat da oroimen urritasuna.

9.B.1.3. adierazle partziala.- Arretari eta kontzentrazioari eusteko gaitasuna.

Baditu eta baliatzen ditu.

Gai da arreta eta kontzentrazio handiz egin beharreko zereginak (liburuak eta prentsa irakurtzea eta ulertzea, xakean eta halako jolasetan parte hartzea...) ongi egiteko, bai eta denbora luzez egiteko ere (30 minutuz baino gehiagoz). Oro har, gai da kontzentratzeko eta arreta jartzeko. Dena den, noizean behin, zailtasunak ditu, eta zailtasunek eragotzi egiten diote zeregin jakin batzuk egitea, bai eta luzaz kontzentratzea eta arreta jartzea eskatzen duten zereginak egitea ere.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Zailtasunak dauzka arretari eta kontzentrazioari eusteko, zeregin bat egiten ari denean. Erraz galtzen du arreta (kanpo-estimuluek arreta galarazten diote, gaiz aldatzen du, aspertu egiten da...).

Ez ditu baliatzen.

Ezin du arreta jarri eta kontzentratu, eta, horren erruz, ezin ditu zeregin errazak egin (etxeko oinarrizko eginbeharrak egin, jolas errazetan parte hartu...).

9.B.1.4. adierazle partziala.- Nork bere buruari begiratzeko eta norberaren premiez jabetzeko abilezia.

Norberaren buruaz jabetzeko eta nork bere burua ulertzeko, kontrolatzeko eta motibatuzko abileziak: norberaren premia fisikoez eta emozioez jabetzea, estimuluak hautematea, jokabideren bat aldatu behar duen ebaluatzea.

Baditu eta baliatzen ditu.

Bere buruaz eta bere premiez jabetzen da.

Premiak ongi identifikatzen, ezartzen eta lehenesten ditu.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Zailtasunak ditu bere buruaz jabetzeko. Zailtasunak ditu lehentasunak ezartzeko.

Ez ditu baliatzen.

Zailtasun handiak ditu autobehaketarako. Ez du autokontzientziarik, eta horrek eragotzi egiten dio premiak ongi identifikatzea, ezartzea eta lehenestea.

9.B.1.4. adierazle partziala.- Besteei begiratzeko eta besteen premiez jabetzeko abilezia.

Besteei testuinguru jakin batean zer gertatzen zaien ulertzeko abileziak, bai eta besteen gogo-aldarteari, jokabideari eta desirei dagokienez egokiro jokatzeko abileziak ere. Besteen lekuan jartzeko gai izatea.

Baditu eta baliatzen ditu.

Besteen premiak hautematen ditu, eta premia horiez jabetzen da. Besteen premiak ongi identifikatzen, ezartzen eta lehenesten ditu.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Besteen premiak ez ditu beti hautematen eta interpretatzen.

Ez ditu baliatzen.

Autobehaketarako muga nabarmenak ditu, eta, horren ondorioz, ezin ditu besteen premiak ongi identifikatu, ezarri edo/eta lehenetsi.

9.B.1.6. adierazle partziala.- Norberaren egoera modu errealistan aztertzeko gaitasuna.

Abileziak izatea modu errealistan ikusteko nor garen, zer nahi dugun, zer lehentasun eta desira ditugun, eta horren arabera jokatzeko.

Baditu eta baliatzen ditu.

Argi eta garbi ulertzen du bere egoera, eta badaki zer aukera dituen egoera hori aldatzeko.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Zailtasunak ditu bere benetako egoera zein den ulertzeko eta lehentasunak ezartzeko.

Ez ditu baliatzen.

Ez da gai bere benetako egoera aztertzeko, eta, horren erruz, ezin ditu helburu eta lehentasun egokiak ezarri.

9.B.1.7. adierazle partziala.- Kausalitatea goztekko prozedura.

Gure inguruan gertatzen diren gauzen eta guri gertatzen zaizkigun gauzen zergatiak interpretatzeko abileziak. Zerikusia du kontrol-lokusarekin, hots, nori egozten diogun gertatzen diren gauzen erantzukizuna. Erantzukizuna kanpo-kausei egotz diezaikegu —gertatzen diren gauzak gure jardueren ondorio dira—, edo barne-kausei —zoriari, patuari, zorteari edo besteen aginteari eta erabakiei—.

Baditu eta baliatzen ditu.

Behar bezala interpretatzen ditu gertatzen diren gauzen kausak. Badaki bere ekintzen, besteen ekintzen eta inguruabarren garrantzia baliosten.

Zailtasunak dauzka, eta gutxi baliatzen ditu.

Joera du erantzukizuna kanpo-kausei goztekko eta gertakariak bere jardunarekin zerikusirik ez dutela esateko. Dena den, egoera jakin batzuetan, konturatzen da bere ahalegina, jarduna eta ez amore ematea garrantzitsuak direla.

□ Ez ditu baliatzen.

Gertatzen diren gauzen erantzukizuna kanpo-kausei egozten die. Ez du erantzukizunik hartzen, eta ez du arrakastarik onartzen. Gerta daiteke bere burua erruduntzat jotzea.

9.B.2. adierazlea.- Laguntza eskatzea eta aholkuei jarraitzea.

Laguntza non eskatu eta lortu jakiteko abileziak, bai eta jasotako laguntzari eusteko abileziak ere. Abilezia horiek bereziki garrantzitsuak dira laguntza-sare pertsonal eta sozial bat eratzeko.

□ Gai da laguntza eskatzeko eta aholkuei jarraitzeko.

Abileziak ditu laguntza egokiro bilatzeko eta eskatzeko.

□ Zailtasunak dauzka.

Zailtasunak dauzka laguntza bilatzeko edo egokiro eskatzeko. Noiz edo noiz, unean uneko laguntza lortzen du, baina kosta egiten zaio harremanari eustea.

□ Ez du halako gaitasunik.

Ez du batere gaitasunik lagundu diezaiokeen norbaitengana joateko, are gutxiago laguntza eskatzeko.

9.B.3. adierazlea.- Gertakariak aurrez ikustea eta ondorioak iragartzea.

Hausnartzeko abilezia, bai eta norberaren jokabideek norberari eta besteei zer ondorio ekarriko dizkien kalkulatzeko abilezia ere. Abilezia hori duena gai da

- o gauzak antolatzeke eta planifikatzeko.
- o denbora kudeatzeko.
- o ondorioak iragartzeko.

□ Gai da gertakariak aurrez ikusteko eta ondorioak iragartzeko.

Gertakariak aurrez ikusten ditu, gauzak iragartzen ditu, denbora kudeatzen du, eta gauzak antolatzen eta planifikatzen ditu.

□ Zailtasunak dauzka.

Ez ditu ondorioak iragartzen. Laguntza behar du denbora kudeatzeko eta gauzak antolatzeke eta planifikatzeko.

□ Ez du halako gaitasunik.

Zailtasun handiak ditu errealitatea aztertzeke eta gauzak iragartzeko. Zailtasun horien erruz, ezin du bere bizitza ongi kudeatu.

9.B.4. adierazlea- Eskura dituen laguntzak eta baliabideak ebaluatzeke trebetasuna.

Hauek aintzatesteke abileziak: norberaren indarguneak —gai garela eta zerbaiten parte garela aitortzea—, gizarte-baliabideak —baliabide horiek identifikatzea, eta baliabide jakin bat beharko dugula aurreikustea— eta bigarren mailako sareen laguntza.

□ Gai da eskura zer laguntza eta baliabide dituen ebaluatzeke.

□ Zailtasunak dauzka.

Zailtasunak ditu eguneroko bizitzako arazoei aurre egiteke eskura dituen baliabide pertsonalak eta sozialak identifikatzeko.

□ Ez da gai eskura zer laguntza eta baliabide dituen ebaluatzeke.

Ez daki zer baliabide pertsonal eta sozial dituen eskura.

9.B.5. adierazlea.- Bulkadak behar bezala erabiltzea eta kontrolatzea.

Norberaren emozioak hautematea, emozio horiek gure jokabidea nola aldatzen duten konturatzea eta emozioak egokiro erabiltzea.

□ Gai da bulkadak behar bezala erabiltzeko eta kontrolatzeko.

Gai da bere emozioei buruz hausnartzeko, emozioen kausak identifikatzeko eta alternatibak proposatzeko.

Bere jokabidea kontrolatzen du: ez du beretzat eta besteentzat arriskutsua den jokabiderik.

□ Zailtasunak dauzka.

Jokabide aldakorra du, eta zailtasunak ditu bulkadak kontrolatzeko. Batzuetan, bidegabeki eta neurrigabeki erantzuten die estimuluei.

□ Ez da gai bulkadak behar bezala erabiltzeko eta kontrolatzeko.

Bulkada-ekintza bat egin ostean, lasai eta aske sentitzen da. Gerta daiteke erru-sentimenduak izatea eta bere burua gaitzestea.

Erraz asaldatu eta urduritu ohi da.

9.C. ALDERDIA.- Gaitasun instrumentalak.

9.C.1. adierazlea.- Lagunak egitea.

Bestekin interakzio-ekintzak egiteko eta interakzio-jokabideak izateko abileziak. Oinarrizko interakzioak dira errespetua, maitasuna, estimua, begirunea eta onarpena adieraztea eta besteen kritikei eta sentimenduei erantzutea, eta interakzio konplexuak dira interakzioak hastea eta interakzioei denbora-tarte batez eustea (interakzioek testuingururako eta gizarte-ingurunerako egokiak izan behar dute). Abilezia horiei esker, bata bestearekiko estimua eta interes komunak oinarri dituzten adiskidetasun-harremanak izaten ditu.

□ Gai da lagunak egiteko.

□ Zailtasunak dauzka.

□ Ez da gai lagunak egiteko.

9.C.2. adierazlea.- Adiskidetasunari eustea.

Bata bestearekiko estimua eta interes komunak oinarri dituzten adiskidetasun-harremanei eusteko abileziak. Horrek esan nahi du gai izan behar duela besteen eskaerei erantzuteko, aukeratzeko, partekatzeko eta zintzotasunak eta alderdikierarik ezak zer esan nahi duten ulertzeko. Halaber, gai izan behar du besteen lekuan jartzeko, ulertzeko eta haiekin jarduteko.

□ Gai da adiskidetasunari eusteko.

□ Zailtasunak dauzka.

□ Ez da gai adiskidetasunari eusteko.

9.C.3. adierazlea.- Komunitateko baliabideak erabiltzea.

Adierazle honetan, ekintza hauekin lotutako abileziak aztertuko ditugu:

- Hitzorduak eskatzea, administrazio-kudeaketak egitea (izena ematea, eskaerak egitea...).
- Baliabideei buruzko informazioa eskatzea.
- Ezezagunekin aldi baterako harremanak eta loturak egitea, helburu jakin baterako.
- Ingurune formaletan, gizarte-estatus handiagoko postuetan dauden pertsonekin harreman jakin batzuk sortzea eta harreman horiei eustea.

- Gai da komunitateko baliabideak erabiltzeko.
- Zailtasunak dauzka.
- Ez da gai komunitateko baliabideak erabiltzeko.

9.C.4. adierazlea.- Osasun-aginduak betetzea.

Adierazle honetan, osasun-aholkuak eta -aginduak betetzeko abileziak aztertuko ditugu; zehazki, aholku eta agindu horiek ulertzen eta betetzen (baldin eta delako aginduekin bat badator) dituen aztertuko dugu. Halaber, osasun-aginduak betetze aldera egunero egin beharreko ekintzak egiten dituen aztertuko dugu.

- Gai da osasun-aginduak betetzeko.
- Zailtasunak dauzka.
- Ez da gai osasun-aginduak betetzeko.

9.C.5. adierazlea.- Komunitateko bizitza kontuan hartzea eta bertan parte hartzea.

Komunitateko bizitza sozialaren alderdi orotan parte hartzearekin lotutako abileziak.

Egoera berean daudenekin, ezagunekin, ezezagunekin eta arrotzekin jardutea.

Gizarte-arauen arabera jardutea besteekin.

Jardueri buruzko aurreikuspenak egitea eta denbora kudeatzea eta malgutasunez jokatzeko, jardueretan parte hartzeko.

- Gai da komunitateko bizitza kontuan hartzeko eta bertan parte hartzeko.
- Zailtasunak dauzka.
- Ez da gai komunitateko bizitza kontuan hartzeko eta bertan parte hartzeko.

9.C.6. adierazlea.- Aisialdia antolatzea.

Aisialdi-jardueretan parte hartze aldera, jardueri buruzko aurreikuspenak egiteko, denbora kudeatzeko eta malgutasunez jokatzeko abileziak; zehazki, hainbat zeregin egiteko beharrezkoak diren denbora eta espazioa aldi berean edo ondoz ondo prestatzeko, bideratzeko eta antolatzeko abileziak.

- Gai da aisialdia antolatzeko.
- Zailtasunak dauzka.
- Ez da gai aisialdia antolatzeko.

9.D. ALDERDIA.- Beste gaitasun eta abilezia batzuk.

9.D.1. adierazlea.- Nork bere burua zaintzea (higienea, arropa, medikazioa...).

- Gai da bere burua zaintzeko.
Itxura zaindua du edo horretan saiatzen da; horretaz gainera, badaki itxura egoerara egokitzen (lana, hitzordu pertsonalak, aisialdia...).
- Behar izanez gero, sendagilearenera-edo jotzen du.
- Zailtasunak dauzka.

Egoera edo garai jakin batzuetan, itxura narrasa eta zabarra izaten du. Ez da higieaz, arropaz eta janariaz arduratzen. Zailtasunak ditu osasuna zaintzeko eta babesteko.

Ez da gai bere burua zaintzeko.

Oro har, itxura narrasa eta zabarra du, eta ez du bere burua zaintzen.

Ez du ahaleginik egiten itxura eta usaina hobetzeko, ez eta bere burua zaintze aldera gutxieneko ohitura batzuk berriro hartzeko ere.

9.D.2. adierazlea.- Beste pertsona batzuekin batera bizitzea.

Bizilagunekin dituen harremanei eusteko abileziak, bai eta harreman estuak eta sentimentalak izateko eta gizarte-arauen arabera jokatzeko abileziak ere.

Gai da beste pertsona batzuekin batera bizitzeko.

Zailtasunak dauzka.

Ez da gai beste pertsona batzuekin batera bizitzeko.

9.D.3. adierazlea.- Erabakiak bere kabuz hartzea.

Eguneroko bizitzako egoerei modu kritikoa, autonomoan eta arduratsuan aurre egiten laguntzen duten abileziak:

- o Bere kabuz pentsatzen du, kritikoa da eta errealitatea arrazionalki aztertzen du.
- o Egoerak ebaluatzen ditu eta erabakiak hartzen ditu, inoren onespeneraren beharrik gabe.
- o Modu arduratsuan hartzen ditu erabakiak: hartutako erabakiez jabetzen da, eta ondorioak onartzen ditu.
- o Ez ditu erabakiak oharkabean hartzen; hau da, bere erabakiak ezereztatzen dituzten kanpo-presioen pean.
- o Egoera jakin baten alternatiben alde onak eta txarrak ebaluatzen ditu, eta egindako aukeraren ondorioak onartzen ditu.

Gai da erabakiak bere kabuz hartzeko.

Zailtasunak dauzka.

Ez da gai erabakiak bere kabuz hartzeko.

9.D.4. adierazlea.- Bizitzako krisialdiei aurre egitea.

Abileziak ditu arazoak ulertzeko, bai eta arazo horiei aurre egiteko eskura zer baliabide dituen ohartzeko ere:

- o Arazoei aurre egiteko motibazioa du eta bulkadak kontrolatzen ditu.
- o Erabakiak hartzen ditu.
- o Eguneroko jarduerak egiten jarraitzen du.
- o Erantzukizunak hartzen jarraitzen du.
- o Estresa kudeatzen du.

Gai da bizitzako krisialdiei aurre egiteko.

Zailtasunak dauzka.

Ez da gai bizitzako krisialdiei aurre egiteko.

9.D.5. adierazlea.- Bizileku bat aurkitzea.

Gai da bere familia- eta ekonomia-egoerara egokitzeko, etxebizitza bat edo ostataleku bat bilatzen duenean.

Behar izanez gero, lehen eta bigarren mailako harreman-sareetako kideei laguntza eta aholkuak eskatzen dizkie.

- Gai da bizileku bat aurkitzeko.**
- Zailtasunak dauzka.**
- Ez da gai bizileku bat aurkitzeko.**

9.D.6. adierazlea.- Lana bilatzea.

Lana bilatzeko gaitasuna lotuta dago lehen aipatu ditugun gaitasun kognitibo eta instrumental batzuekin. Kontua da lana bilatzeko gaitasun eta jarrera egokiak dituen ebaluatzea, eta, hala badagokio, gaitasun eta jarrera horiek erabiltzen dituen ikustea.

- Gai da lana bilatzeko.**
- Zailtasunak dauzka.**
- Ez da gai lana bilatzeko.**

9.D.7. adierazlea.- Lanpostu bati eustea.

Lanpostu bati eusteko, gizabanakoak zenbait abilezia eta gaitasun landu behar ditu: lan-arauak bete behar ditu, agindutakoaren arabera egin behar du lan eta lanpostuan etengabe hobetzeko konpromisoa edo jarrera izan behar du. Betekizun horiek direla eta, gatazkak gerta daitezke langileen artean edo nagusiekin, eta gatazka horiek lanpostu hori galtzea ekar dezakete, edo etorkizunean berriro ez kontratatzea.

- Gai da lanpostu bati eusteko.**
- Zailtasunak dauzka.**
- Ez da gai lanpostu bati eusteko.**

9.D.8. adierazlea.- Gizarte-babeserako sistemak erabiltzea eta eskubideak baliatzea.

Harremanekin lotutako abileziak, harremanen bidez gizarte-laguntza lortzeko, babeserako sistemak baliatzeko eta eskainitako laguntza jasotzeko.

Hainbat gaitasun erabiltzen dira: gaitasun kognitiboak (ulermena, arreta, laguntza eta aholkuak eskatzeko gaitasunak), interaktiboak eta komunikaziozkoak, bai eta instrumentalak ere.

- Gai da gizarte-babeserako sistemak erabiltzeko eta eskubideak baliatzeko.**
Babeserako sistemetara edo beste informazio-iturri batzuetara jotzen du.
Hori ez egiteak ez du esan nahi, ezinbestean, gaitasunik ez duenik. Egoera eta arrazoiak aztertu behar ditugu.
- Zailtasunak dauzka.**
Sistema horietara jotzen du, baina profesional batek orientatuta edo ikuskatuta.
- Ez da gai gizarte-babeserako sistemak erabiltzeko eta eskubideak baliatzeko.**
Ez ditu babeserako sistemak erabiltzen, arazo pertsonalak (adina, kultura, inhibizioa...) edo osasun-arazoak dituelako, laguntza-sarerik ez duelako edo baliabideetara jotzen ez duelako.

10. ALDERDIA.- HEZKUNTZA - PRESTAKUNTZA - INFORMAZIOA - TREBAKUNTZA.

Denbora-irizpidea: besterik esan ezean, duela 6 hilabete hasi eta ebaluazio hau egin arteko aldia.

10.1. adierazlea.- Amaitutako ikasketen maila.

Adierazle honetan agertzen den sailkapena EUSTATEk erabiltzen dituen ikasketamailetan oinarritzen da. EUSTATEN sailkapenaren eta sailkapen honen arteko alde handienak hauek dira: 1) sailkapen honetan analfabeto funtzionalak sartu ditugu; 2) eskolaurreko ikasketak eta lehen mailakoak bitan banatu ditugu; eta 3) bigarren mailako ikasketetan eta goi-mailakoetan, xehetasun batzuk sartu ditugu.

Ikasketak jatorrizko herrialdean egin dituzten atzerritarrei dagokienez, ikasketahorien maila aintzatetsiko dugu, homologatuta izan edo ez; izan ere, gizabanakoaren ulermen-, ezagutza- eta kultura-maila aztertzea da kontua, eta ez titulu jakin bat duen ala ez egiaztatzea.

Analfabetoa edo analfabeto funtzionala.

Pertsona bat analfabetotzat hartzen da, baldin eta ez badaki ezein hizkuntzatan irakurtzen edo idazten. Analfabeto funtzionaltzat hartzen da, baldin eta, irakurtzen eta idazten jakin arren, zailtasunak baditu gaitasun horiek eskatzen dituzten eguneroko bizitzako jarduerak egiteko.

Ikasketarik gabea.

Badaki irakurtzen eta idazten, baina ez du ikasketarik egin.

Eskolaurreko ikasketak.

Ama-eskola, haurtzaindegia eta antzekoak.

Lehen mailako ikasketak.

OHO, haur-hezkuntza, lehen mailako hezkuntza eta antzekoak.

Lanbide-ikasketak.

Lanbide-hezkuntza, lanbide-moduluak eta prestakuntza-zikloak.

Bigarren mailakoak.

Oinarrizko batxilergoa eta baliokideak, goi-mailako batxilergoa, BBB edo DBH, unibertsitateko hautapropa eta antzekoak.

Erdi- edo goi-mailako ikasketak.

Ingeniari teknikoen eta perituen ikasketak, irakasle-ikasketak, erizaintza-ikasketak eta maila bereko ikasketak. Goi-mailako ikasketak egin ditu, eta hiru ikasturte gainditu ditu.

Goi-mailako ikasketak.

Lizentzia-ikasketak, goi-mailako ingeniariak eta halakoak, doktoretza-ikasketak eta espezializaziokoak. Gaur egungo gradu-ikasketak.

10.2. adierazlea.- Aribideko prestakuntza.

10.2.1. adierazlea.- Nahitaezko eskolatzeko-adina (6-16 urte) duten adingabeen eskolatzeko.

- Eskolatua.**
- Eskolatua, baina zailtasunak izan ditu: eskola-hutsegiteak edo bestelako jokabide batzuk, ikasketak uztekoan egon dela adierazten dutenak.**
- Eskolatu gabea.**
 - Eskola-porrota.
 - Ikasketak behar baino lehenago utzi ditu.

10.2.a. adierazlea.- Eskola-errendimendua.

Normala.

Ohiko eskola-errendimenduaren antzeko errendimendua. Arazorik ez.

Eskasa. Balizko zergatiak:

- o Ikasteko zailtasun arinak:
 - Arreta: kontzentrazioa, barreiamendua...
 - Hunkiberatasuna: emozio ezegokiak, autoafirmazio eskasa...
 - Oroimena: gauzez oroitzeko zailtasunak
 - Pertzepzioa: forma geometrikoak, irudi/hondoa eta abar kopiatzea
- o Interes eta motibazio gutxi.
- o Osasuna: tratamendu mediko luzeak, errehabilitazioa, ospitaleratzeak, sendatze-aldiak.
- o Irisgarritasun arazoak daude ikastetxeetan.
- o Gizarte- eta kultura-ingurune baztertua (etnia eta kultura ugari, zonalde degradatuak...).
- o Beste leku batzuetako ikasleek zailtasunak dituzte hezkuntza-egitasmora egokitzeko: ikasketa-maila, tituluak...

Txarra. Balizko zergatiak:

- o Ikasteko zailtasun larriak:
 - Arreta: kontzentrazioa, barreiamendua...
 - Hunkiberatasuna: emozio ezegokiak, autoafirmazio eskasa...
 - Oroimena: gauzez oroitzeko zailtasunak
 - Pertzepzioa: forma geometrikoak, irudi/hondoa eta abar kopiatzea
- o Interes edo motibazio eza.
- o Osasuna: tratamendu mediko luzeak, errehabilitazioa, ospitaleratzeak, sendatze-aldiak.
- o Irisgarritasun arazoak daude ikastetxeetan.
- o Gizarte- eta kultura-ingurune baztertua (etnia eta kultura ugari, zonalde degradatuak...).
- o Ikasle etorkinek zailtasunak dituzte hezkuntza-egitasmora egokitzeko: ikasketa-maila, tituluak...

10.2.2. adierazlea.- Aribideko prestakuntza: lanerako adina (16-65 adina).

Adierazle hau ebaluatzeko, komeni da aurrez Euskal Enplegu Zerbitzuaren orientazioa izatea, gizabanakoaren enplegagarritasun-maila hobetzeko zer informazio jaso behar duen jakiteko.

- Prestakuntza-ikastaro bat egiten ari da.**
- Izena eman du, baina ez da beti joaten. Interes gutxi, motibazio falta edo ezina.**
- Ez da prestakuntza-ikastarorik egiten ari.**

10.3. adierazlea.- EAeko hizkuntza ofizialak jakitea.

Bazterkeria ebaluatzeko, sistemak erantzun-aukera positiboena hartuko du kontuan. Esate baterako, norbaitek gaztelania badaki eta ez badaki euskara, gaztelaniari emaniko balioa hartuko dugu kontuan. Izenburuan esaten denez, kontua da hizkuntzetako bat edo biak dakizkien jakitea.

Ez dakien hizkuntzari —edo gutxien dakien hizkuntzari— buruzko datuak informazioa izateko baino ez dira jasoko. Euskararen egoera asko aldatzen da eskualde batetik beste batera; horregatik erabaki dugu horrela jokatzea.

Badaki

Hitz egiten, ulertzen, irakurtzen eta idazten du.

- euskara.
- gaztelania.

Gutxi edo desegokiro daki

Zenbait oztopo ditu. Esate baterako, ulertzen du baina ez du hitz egiten, edo irakurtzen du baina ez du idazten...

- euskara.
- gaztelania.

Ez daki

- euskara.
- gaztelania.

10.4. adierazlea.- Internet erabiltzea.

- Erabiltzen du.**
- Ez daki behar bezala erabiltzen, eta gutxi erabiltzen du.**
- Ez daki erabiltzen eta ez du erabiltzen.**

10.5. adierazlea.- Informatika: ezagutza eta erabilpena, erabiltzaile gisa.

- Erabiltzen du.**
- Ez daki behar bezala erabiltzen, eta gutxi erabiltzen du.**
- Ez daki erabiltzen eta ez du erabiltzen.**

10.6. adierazlea.- Gizarte- eta kultura-errealitateari buruzko informazioa.

Gizabanakoak badu informazioa

- bere inguruari buruz, oro har.
- kulturalki onartzen eta gaitzesten diren ohiturei eta jokabideei buruz.

Gizabanakoak ez du behar adina informazio

- bere inguruari buruz, oro har.
- kulturalki onartzen eta gaitzesten diren ohiturei eta jokabideei buruz.

Ez du informaziorik

- bere inguruari buruz, oro har.
- kulturalki onartzen eta gaitzesten diren ohiturei eta jokabideei buruz.

10.7. adierazlea.- Gizarte-eskubideei eta gizarte-babeserako sistemei buruzko informazioa.

Informazio egokia eta nahikoa du eskubideei eta prestazioei buruz.

Ez du informazio egokia eta nahikoa eskubideei eta prestazioei buruz.

Ez du informaziorik eskubideei eta prestazioei buruz.

Hiru aukeretan, gizabanakoak arlo hauei buruzko informazio nahikoa duen adierazi ahal izango da:

- Gizarte-zerbitzuak.
- Osasungintza.
- Hezkuntza.
- Lana:
 - Lan-eskubideak.
 - Lan-baimenak (atzerritartasuna).
- Etxebizitza.
- Enplegua.
- Diru-sarrerak bermatzeko errenta.
- Gizarte Segurantza.
- Asiloa, atzerritarrentzako babeslekua.
- Mendetasuna.
- Eskubide zibilak; hala nola jagoletza, mantenua, homosexualen ezkontza, izatezko bikotea...

Ebaluatzaileak erantzun nagusia markatu beharko du —informazio egokia du, ez du informazio egokia edo ez du informaziorik—. Gero, beharrezkotzat joz gero, xehetasunak jasoko ditu, atal horretan edo beste batzuetan.

10.8. adierazlea.- Gizartean parte hartzeko zerbitzuei eta baliabideei buruzko informazioa.

Informazio egokia eta nahikoa.

Badaki inguruan zer zerbitzu eta baliabide dauden, badaki nola jo zerbitzu eta baliabide horietara eta eskaintzei buruzko informazioa lortzeko sareen parte da (sare horien bidez unean uneko informazioa jasotzen du eskaintzei buruz).

Ez du informazio egokia eta nahikoa.

Ez du informazio nahikoa gizartean parte hartzeko baliabide batzuen eskakizunei eta baldintzei buruz. Batzuetan, ez ditu gauzak oso argi, arlo horri dagokionez.

Ez daki ondo zer egin baliabide horiek eskuratzeko.

Ez du informaziorik.

Ez daki zer baliabide eta zerbitzu dituen bere udalerriko gizarte-bizitzan parte hartzeko. Informazio-sareetatik kanpo dago.

**10.4. ALDERDIA.- GIZABANAKOAK LANERAKO DITUEN BALIABIDEAK
(lan-adina duten pertsonak: 16-65 urte)**

Azpialderdi honen adierazleak enplegarritasun-mailaren ebaluazioarekin lotuta daude. Komeni da enplegarritasun-maila Euskal Enplegu Zerbitzuarekin lankidetzan aztertzea eta ebaluatzea.

10.A.1. adierazlea.- Lan-merkatuan sartzeko prestakuntza akademikoa.

Prestakuntza lan-merkatuan sartzeko egokia den erabakitzeke, kontuan hartuko ditugu, batetik, egindako ikasketak, eta, bestetik, eskualdeko lan-merkatuaren eskakizunak.

Egokia.

Prestakuntza akademikoa egokia da, baldin eta, gizarteratzen eta laneratzen laguntzeaz gainera, besteek gizabanakoaz duten irudian eragin positiboa badu.

- Akademiek titulua ezagutzen dute.
- Prestakuntza ez-arautua, baina zonaldeko estandarera egokitzen dena.
- Bigarren mailako ikasketak.
- Lanbide-zikloko ikasketak.
- Erdi- edo goi-mailako titulua.

Ez da egokia eta nahikoa.

Prestakuntzak ez dio gaitasun nahikoa ematen lan-merkatuan sartzeko, eta, horretaz gainera, ez dio pertsonalki eta sozialki behar bezala garatzen laguntzen.

- Derrigorrezko hezkuntza amaitu du, baina zonaldeko estandarra baino baxuagoa da.
- Prestakuntza ez-homologatua; atzerrian ikasia.
- Ez du derrigorrezko hezkuntza amaitu.
- Ikasketak duela 20 urte baino gehiago amaitu zituen, amaitu gabe utzi zituen edo ez ditu eguneratu. Ikasketen maila zonaldeko estandarra baino baxuagoa da.

Ez du prestakuntzarik.

- Analfabetoa da.
- Analfabeto funtzionala da.
- Ez du ikasketarik.

10.A.2. adierazlea.- Lan-esperientzia.

Ebaluatzen ari garen gizabanakoak ematen duen informazioaren arabera ebaluatuko dugu, bai eta lehen mailako sareko kideek eta bigarren mailako sare komunitarioko kideek ematen duten informazioaren arabera eta agirien bidez frogatzen den informazioaren arabera ere (curriculumak, lan-bizitza, kontratuen kopiak...).

Oro har, lanean aritzean eskuratzen ditugun abileziez ari gara: errutinak betetzea, ordutegiak betetzea, elkarri eragitea, ekoiztea, emaitzak lortzea...

- Badu esperientzia: urtebete edo gehiago.**
- Lan-esperientzia gutxi du: urtebete baino gutxiago.**
- Ez du lan-esperientziarik.**

10.A.3. adierazlea.- Lanbide-prestakuntza.

Informazio egokia eta nahikoa.

Prestakuntza —arautua izan edo ez— egokia du.

Ez da nahikoa eta egokia.

Eskualdeko prestakuntza-maila kontuan hartuta, prestakuntza —arautua izan edo ez— ez da egokia edo nahikoa.

Ez du lanbide-prestakuntzarik.

Ez du lanbide-prestakuntzarik edo prestakuntza zaharkitua du.

10.A.4. adierazlea.- Lanerako motibazioa.

Lana bilatzeko edo lanpostuari eusteko asmoz etengabe ekintzak egiten aritzeari deritzogu motibazioa.

Maiz aritzen da lan-eskaintzen bila —enplegu-zerbitzu publikoetan, prentsan, Interneten, lagun-sarean, familia-sarean—, eta ikastaroak egiten ditu lana bilatzeko edo prestakuntza hobetzeko: lanbide-heziketako ikastaroak, hizkuntzak, elikagaien manipulazioa, ibilgailuak gidatzen ikasteko ikastaroak, informatika...

Nahikoa.

Eskasa.

Ez dago beti lanerako prest: lanpostuak uzten ditu edo eskaintzei uko egiten die.

Ez du lanerako motibaziorik.

Ez du interesik lana bilatzeko edo prestakuntza jasotzeko. Ez zaio iruditzen lanik ez izatea arazo bat denik.

11. ALDERDIA.- BIZI-DINAMISMOAK.

Hau guztia ebaluatu behar dugu: gizabanakoak bere buruarengan duen konfiantza, segurtasuna eta borroka egiteko gaitasuna, nortasuna eta autoestimua.

Inklusio-faktoreak dira, besteak beste, konfiantza, autoestimua, segurtasuna, errealizatzeko gogoia, motibazio sendoa, baikortasuna eta inizatiba izatea (Arantxa Rodríguez Berrio, 2004).

Aldiz, bazterkeria-faktoreak dira, besteak beste, konfiantza, nortasun eta autoestimua ahula izatea eta beldurra, ziurgabetasuna, segurtasunik eza, gogorik eza, ezintasuna, motibaziorik eza, ezkortasuna, ikuspuntutik eza eta frustrazio handia (enfrentamendua, indarkeria, pasibotasuna).

11.1. adierazlea.- Autoestimua, autokonfiantza.

Bizitzan zehar izan ditugun sententzioak eta bizipenak oinarri hartuta, geure burua ebaluatzen dugu. Horri deritzo, hain zuzen ere, autoestimua. Autoebaluazioa oso garrantzitsua da; izan ere, hein handi batean, haren baitan dago gure ahalmena zertzea eta bizitzan gauzak lortzea. Oro har, autoestimua ona dutenak gai dira

bizitzako erronkei eta erantzukizunei aurre egiteko. Autoestimu gutxi dutenek, aldiz, mugak jarri ohi dizkiote beren buruari.

Beren burua balioesten dutenek gauza positiboetan jartzen dute arreta, ez dituzte gauzak orokortzen, ez dute beren burua besteekin alderatzen eta lorpenez eta porrotez jabetzen dira.

Autoestimu gutxi dutenek, aldiz, gauzak orokortzen dituzte, beren burua hitz gutxiesgarriekin deskribatzen dute, errudun sentitzen dira, edozein egoera pertsonalizatzen dute, kontrolaren nondik norakoa deformatzen dute (kontrolaren falaziak darabiltzate, kontrolatzeko gaitasun edo erantzukizun gehiegi dutela edo batere ez dutela sentitzen dutelako) eta arrazoibide emozionalak erabiltzen dituzte.

Nahikoa.

- Oro har, bere buruarengan konfiantza du: nahi duena lortzeko gaitasuna duela sinesten du.
- Gai da edozein egoeratarara egokitzeko.

Ahula.

Aldatu egiten da bere buruaz duen pertzepzioa, bai eta pertzepzio horri lotutako sentimenduak ere: besteen onespena behar du etengabe, ez du kritikarik onartzen... Halaber, pentsamendu distorsionatuak izaten ditu.

Deformatua:

- Gehiegi: konfiantza gehiegi eta neurrigabeki.
- Gutxiegi: gauzaez dela eta ezertarako balio ez duela sentitzen du.

11.2. adierazlea.- Gogo-aldartea eta umorea.

- Kanpo-esperientziarekiko orekatua, egonkorra, egokia eta neurrikoa da.**
- Gogo eroria du edo etsita dago; egoera zein den ikusita, aldartea egokia eta neurrikoa da.**
- Erreakzio neurrigabeak: disforia eta euforia.**

Disforia dugunean, ondoezik, triste eta hutsik sentitzen gara. Halaber, gizabanakoaren aldarreak gorabeherak izan ditzake (tratamendu psikiatrikoa jaso edo ez).

11.3. adierazlea.- Aldatzeko gogoia eta helburuak.

Adierazle honetan, gizabanakoak zer helburu dituen aztertuko dugu, eta, hala badagokio, egungo egoera aldatzeko gogoia duen ikusiko dugu.

Nahikoa.

Helburu garrantzitsuak ditu bizitzan.

Eskasa.

Gizabanakoak modu nahasian eta oharkabean adierazten du zer helburu jotzen dituen beharrezkotzat eta desiragarritzat aurrera jarraitzeko edo aldaketak eragiteko.

Ez du helbururik.

Bizitzan ez du helburu garrantzitsurik.

Axolagabetasun-sentimenduak ditu.

11.4. adierazlea.- Erantzukizunak bere gain hartzea.

Bere gain hartzen du bere pentsamenduen, sentimenduen eta ekintzen erantzukizuna. Bere erabakien arabera bizi da, ez da kanpoko egoeren mende bizi, hots, ez da senideen ideien, besteren itxaropenen eta barneratutako asmoen mende bizi. Iniziatiba hartzen du, eta bere ongizatearen arduradun sentitzen da.

- Bere gain hartzen du erantzukizuna.**
- Batzuetan soilik hartzen du bere gain erantzukizuna.**
Arazoren bat dagoenean, pasibotasunez jokatzeko du, gehienetan.
- Ez du bere gain erantzukizunik hartzen.**
Arazoak-eta saihesteko joera du. Borondatez hartzen du biktimaren papera, eta erantzukizuna besteei egozten die. Gerta daiteke erru-sentimenduak izatea.

11.5. adierazlea.- Erresilientziarekin lotutako jarrerak.

Ezbeharrak jasateko, gainditzeko eta haietatik onik ateratzeko dugun ahalmena da erresilientzia.

- Erresilientziarekin lotutako jarrerak ditu:**
 - Jarrera baikorra.** Batez ere, inguruko alderdi positiboetan jartzen du arreta; hala ere, ez die arazoei eta arriskuei entzungor egiten. Argi eta garbi du zein den bere egungo egoera: gauza positiboetan jartzen du arreta, ez du, haatik, errealitatea bazter uzten. Mundua eta bere burua modu positiboan ikusten ditu. Hori da, hain zuzen ere, bere jarrera positiboaren abiapuntua.
 - Onarpen-jarrera.** Galerak, ezbeharrak eta gertakari desatseginak onartzen ditu, eta bizitzaren partetzat hartzen. Aldatu ezin diren gauzak onartzen ditu, bai eta bere mugak ere.
 - Irtenbideak bilatzeko joera.** Arazoak aldatzen saiatzen da, aukerak bihur daitezela.
- Zailtasunak ditu:**
 - Jarrera ezkorra, edo jarrera baikorra baina ez errealista.** Gauza deserosoak bazter uzten ditu, eta gauza ezatseginei entzungor egiten die.
 - Nekez onartzen ditu gauzak.**
 - Ez du irtenbideak bilatzeko joera handia.**
- Ez du halako jarrerarik:**
 - Jarrera guztiz ezkorra, etsipena.** Arazoak oso modu negatiboan ikusten ditu. Okerrerako aldaketetan biltzen du gogoa. Bere usteen baieztapentzat hartzen ditu krisi-egoerak. Porrotak eta hutsegiteak orokortzen ditu. Dena alferrik galdu delako ideia da nagusi. Etsipen-jarrera du. Bere gabeziak, gutxiagotasuna eta zorte txarra hartzen ditu arazo guztien iturburutzat.
 - Ez ditu gauzak onartzen.**
 - Arazoetan jartzen du arreta.**

11.6. adierazlea.- Harremanak: pertzepzio subjektiboa.

- Maitatua eta lagundua sentitzen da: ongizate emozionala.
- Bakar samar sentitzen da, eta laguntza gutxi duela sentitzen du.
- Bakarrik sentitzen da, eta inork ez duela maite sentitzen du: ondoez emozionala.

11.7. adierazlea.- Norberaren egoeraren kontzientzia.

- Gizabanakoak kontzientzia errealista du bere egoeraren gainean.
- Zailtasunak ditu bere egoera hautemateko, edo deformatuta hautematen du.
 - Zailtasunak ez ditu argi eta garbi hautematen.
 - Zailtasunak puzten ditu.
 - Zailtasunak txikiagotzen ditu.
- Ez du kontzientziarik bere egoeraren gainean.
 - Ez ditu zailtasunak hautematen, eta ukatu egiten ditu.
 - Zailtasunak puzten ditu.
 - Zailtasunak txikiagotzen ditu.

12. ALDERDIA.- BABESERAKO SISTEMEN ERABILERA.

12.1. adierazlea.- Lehen eta bigarren mailako sareei laguntza eskatzea.

Laguntza-eskaerak zerikusia du bizilekuarekin, diru-sarrerekin, lanarekin, bizikidetzarekin eta gizarte-harremanekin, gaixotasunarekin, desgaitasunarekin edo/eta mendetasunarekin.

- Laguntza behar izanez gero, laguntza eskatzen dio
 - lehen mailako sareari: senitartekoei zein besteri.
 - bigarren mailako sare komunitarioari.
 - bigarren mailako sare instituzionalari.
- Batzuetan baino ez dio laguntza eskatzen
 - lehen mailako sareari: senitartekoei zein besteri.
 - bigarren mailako sare komunitarioari.
 - bigarren mailako sare instituzionalari.
- Ez dio inoiz laguntza eskatzen
 - lehen mailako sareari: senitartekoei zein besteri.
 - bigarren mailako sare komunitarioari.
 - bigarren mailako sare instituzionalari.

12.2 adierazlea.- Bigarren mailako sareen laguntza behar du.

Gizabanakoak bigarren mailako sareen laguntza behar duela esango dugu, baldin eta gizabanakoak berak eta lehen mailako sareek gizabanakoaren oinarritzko premiak eta gizarte-premiak asetzen ez badituzte.

(Ikus laguntza-motak 5.2. adierazlean)

- Inoiz ez edo ia inoiz ez.
- Batzuetan edo aldizka.
 - Laguntza-mota:**
 - Instrumentala.

- Kognitiboa.
- Emozionala.
- Materiala.
- Oso maiz edo beti. Laguntza-mota:**
 - Instrumentala.
 - Kognitiboa.
 - Emozionala.
 - Materiala.

12.3. adierazlea.- Behar izanez gero, gizarte-baliabideak erabiltzea.

Gizarte-baliabideak erabiltzen dituen aztertuko dugu, baliabide horiek behar dituen edo ez kontuan hartu gabe (aurreko adierazlean adierazi dugu hori).

- Badu interesa. Baliabide horiek bere kabuz bilatzen ditu, eta erabili egiten ditu.**
- Ez du interes handirik. Gutxitan erabiltzen ditu.**
- Uko egiten dio baliabide horiek erabiltzeari.**

ZUZENBIDE- ETA ADMINISTRAZIO-EGOERA: Norbanakoaren arloa

T.17. adierazlea.- Nortasuna egiaztatzea.

Baditu agiriak, nortasuna, titularraren datuak eta herritartasuna egiaztatzen dutenak.

Bi aukera-mota daude, gizabanakoaren herritartasunaren arabera.

T.17.a.- Espainiako herritartasuna: NAN.

- Badu, eta indarrean dago.**
- Badu, baina iraungita dago.**
- Ez du: galdua, lapurtua edo erabili gabea.**

T.17.b.- Atzerriko herritartasuna: pasaporte edo herritartasuna egiaztatzen duen legezko beste agiri bat.

- Badu, eta indarrean dago.**
- Badu, baina iraungita dago.**
- Ez du: galdua, lapurtua edo erabili gabea.**

T.18. adierazlea.- Gizabanakoen sexuari buruzko erregistro-aipamena (Erregistro Zibilean) zuzentzea.

Martxoaren 15eko 3/2007 Legeak, pertsonen sexuari buruzko erregistro-aipamenaren zuzenketa arautzen duenak, arautzen du, hain zuzen ere, transexualek jaiotza-agirian sexu-aipamena eta izena zuzentzeko egin beharreko prozedura.

- Izapideak egin ditu, eta izena aldatu du.**
- Izapideak egiten ari da.**
- Ez ditu izapideak egin.**
- Ez dagokio.**

19. adierazlea.- Erantzukizun penala.

- Ez du ebatzi gabeko auzi penalik.**
- Ebazteko dauden auzi penalak ditu. Hau da:**
 - Askatasuna mugatzen ez duten neurriak: isunak, komunitatearen aldeko lanak, erantzukizun zibila...
 - Askatasuna mugatzen duten neurriak.
- Neurriren bat betetzen ari da.**
 - Askatasuna mugatzen ez duten neurriak: isunak, komunitatearen aldeko lanak, erantzukizun zibila...
 - Askatasuna mugatzen duten neurriak.