

## Komunikazioaren eta familiako zaintzailearen garrantzia, mendekotasun - egoeran dagoen pertsonaren ahalik eta harreman onena izateko

### Hitzaurrea

Komunikazioa gizakion arteko harreman – prozesu behinena da, eta, huts egiten badu, arazoak ekar ditzake familia- eta gizarte- harremanetara, eta familia – nukleoaren bizi – kalitatean ereagin.

Bi lagun edo gehiagoren arteko pentsamendu, emozio, informazio eta beste esperientzia batzuen elkartrukea da “komunikazioa”. Jendeari gure nahiak eta gogo aldarteak ikusarazteko modua da, eta gizarte-, familia- eta lan – sare bateko parte garela jabetzeko modua ere bai – haien elkarrekintzak parte – hartzaile guztiengan ditu ondoarioak-.

Kapitulua honetan, mendekotasun - egoeran dagoen pertsonarekin zer – nolako komunikazioa duzun baloratzeko prozedurak eta jarraibideak aurkituko dituzu, bai eta zure komunikazio – trebetasunak hobetzeko gomendioak ere.

### Komunikazio - motak

Giza komunikazioa bi eratakoa izan ohi da: hitzeko mintzaira eta hitz gabeko mintzaira.

Hitzezko mintzaira hitzen bidez (ahozko hizkuntza) eta idatziz (idatzizko hizkuntza) egiten da.

Hitz gabeko mintzaira keinuen, begiradaren, ahots – tonuaren, gorputz – jarretaren, ukimenaren eta abarren bidez egiten da.

Behar bezala komunikatzeko, hitzeko eta hitz gabeko mezuek bat etorri behar dute. Esaten duguna bidaltzen ditugun hitz gabeko mezuen kontrakoa denean gertatzen dira komunikazio zailtasun asko.

Hitzekoko komunikazioari garrantzi handia ematen diogun arren, jendearekin dugun komunikazioaren %65etik %80ra hitz gabeko mintzairaren bidez egiten dugu. Hitz gabeko mintzaira gure komunikazio – ekintzako parterik garrantzitsuen da, eta, maiz, oharkabean erabiltzen dugu.

Hitz gabeko mintzaira izaten da sarritan komunikazio – arazoak konpontzeko elementu nagusia.

<b>Hitz gabeko mintzairaren esanahia</b>	
<b>Begirada</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Interesa. Begiratzuz bakarrik, hitz egiten dugunarekiko interesa erakusten dugu.</li></ul>
<b>Aupegiera</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Irribarre egiten badugu, aurpegiko muskuluak uzkuartzen baditugu, bekainak, betazalak, begiak, ezpainak era batera edo bestera mugitzen baditugu... hurbiltasuna, urruntasuna, aurkakotasuna adhieras dezakegu.</li></ul>
<b>Gorputzaren keinuak</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gorputzak bidaltzen dituen mezuak argiagoak dira hitzez dioguna baino. Beso eta eskuen mugimendu keinuek, buruarenek, entzuteko esertzeko moduak eta beste hainbat keinuk interesa, nekea, kezka, urduritasuna eta abar adierazten dute.</li></ul>
<b>Ukitze fisikoa</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Begikotasuna, enpatia, hurbiltasuna transmititzen du.</li></ul>
<b>Norberaren itxura</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kanpoko itxurak geure buruarekiko eta besteekiko nola sentitzen garen adierazten du.</li></ul>

## Komunikazio - arazoak

Hitz egiteko behar diren soinuak ondo egiteko zailtasunek (hizketa – nahasteak) edo hitzak ondo ulertzeko zailtasunek (hizkuntza – nahasteak) eragin ditzakete komunikazio – arazoak.

Nahaste horien kausak haurtzaroan ikus daitezke dagoeneko, hizkuntza ikasteko garaian, edo gerora ager daitezke, helduaroan.

Jendearekin behar bezala ezin komunikatzeak frustrazioa eragiten du, bakartasun – sentimenduak, isolamendua, depresioa eta, batzuetan, jokabide – arazoak ere sor ditzake, hala nola jarrera agresiboak, garrasiak, negatibismoa, etab.

<b>Komunikazio – arazoaren kausak</b>	
<b>Haurrak</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Entzumen – galera</li><li>• Adimen atzerapena</li><li>• Ikasteko zailtasuna</li><li>• Ahosabaiko nahasteak</li><li>• Haurrren garun - perlesia</li></ul>
<b>Helduak</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Garuneko tumoreak</li><li>• Iktusa (enbolia)</li><li>• Dementziak</li><li>• Garun - lesioa</li></ul>

## Komunikazio – arazoak identifikatzea

Komunikazio – arazoek forma asko izan ditzakete eta ez dira beti erraz igartzen.

Orain, komunikazio zailtasunak daudela adierazten duten egoera batzuk aurkeztuko ditugu. Zure inguruan komunikazio – arazorik baden jakiteko balioko dizute.

Zure senidea egon da egoera hauetakoren batean?

- Kosta egiten zaio hitzak aurkitzea eod hitz batetik bestera aldatzen du.
- Hitzak asmatzen ditu.
- Ez du arretarik jartzen norbaitek hitz egiten dionean.
- Zenbaitetan, gaizki interpretatzen ditu gauzak eta ez da fio zuk egiten duzunaz.
- Nahi duena adierazteko, ideiak azaltzeko edo gauzak eskatzeko zailtasunak ditu, eta blokeatu egiten da esaldiaren erdian.
- Neurritz kanpoko erreakzioa du zerbait galdetu edo esaten diozunean.
- Askoz gutxiago eta okerrago hitz egiten du edo hitz egiteari utzi dio.
- Gauza inkongruenteak edo zentzurik gabeak esaten ditu.
- Kezu da bakarrik dagoelako edo inork ulertzen ez duelako.
- Beldur funsgabeak ditu. Beldurtuta dago ageriko arrazoirik ez egonda ere.