**B) DIAGNOSTIKO TXOSTENA**

**1.Kasua aztertu eta ulertu ondoren, eta zure interpretaziopean, zein da zure ustez arazoaren  definizio zehatza (ez BEA‐ren diagnostikoa edo egoeraren deskribapena). Erabil ezazu 3 lerro.  (0.1 puntu). Baita adierazi ere kasua heltzeko aukeratu duzun kokapen eremua.**

EREMUA:  Lan-osasuna

ARAZOA DEFINITU:  Betidanik lanarekiko sentitu duen estresa (perfekzionamendua justifikatzen duena, adibidez) distresa bilakatu da, eta horrek hainbat ondorio fisiko, psikologiko zein sozial eragin ditu (izan obsesioak edota autoritarismoa).

**2. Arazoa  deskribatu  ondoren  eta  Bearen  jokabidea  ulertuz  eta  dugun  informazioa  kontuan  hartuz, nola kontsideratu daiteke Bearen portaera ? (bakarra aukeratu). (0.1 puntu).**

a) Pertsonalitate NAHASTE bat. Portaerek tratamendu psikologikoa eskatzen dute.

b) Pertsonalitate JOERA bat. Portaerek bere inguruan inpaktu negatiboa dute.

**3.Emandakoen artean, zure ustez, zeinek eskaintzen du Bearen portaera ulertzeko markorik egokiena ?  (bakarra hautatu eta labur justifikatu 6 lerrotan) (0.1 puntu):**

1. Bea idealista bat da eta lanarekin erreta dago. “Burn out” egoera batean dago.

2. Gizarte  trebetasunak  falta zaizkio bere lanean. Ez daki ekipo edota  talde lana egiten.  Honek, estres egoera sortu dio. Luzatu ezkero, estres kronikoa bihur daiteke, konplika  daitekeena zenbait nahasteekin.

3. A motako pertsonalitate nahaste bat. Zein ?

4. B motako pertsonalitate nahaste bat. Zein ?

5. C motako pertsonalitate nahaste bat. Zein ?

6. Pertsonalitate nahastea ez zehaztua. Labur azaldu zein:

7. A motako pertsonalitate joera bat. Zein ?

8. B motako pertsonalitate joera bat. Zein ?

9. C motako pertsonalitate joera bat. Zein ? Nortasun nahaste obsesibo-konpultsiborako joera (jarri dut nortasun gabe)

10. Pertsonalitate joera ez zehaztua. Labur azaldu zein:

**4. Zein esku‐hartze mota da egokiena kasu honetan ? Bakarrik izena eman: (0.1 puntu).**

Langileei zuzendutako asistentzia programa egokiena ilitzatekeela uste dut.

**C) AURRE-ESKUHARTZE TXOSTENA**

**1. Erikak  erabaki  bat  hartu  beharko  du.  Zeintzuk  dira  Erikaren  aukera  posibleenak ?  (0.05  puntu) (eskaini sintetikoki 3 gehienez):**

 a) Pestakuntza eta laguntza eman, aholkularitza-zerbitzuen edo ongizate-programekin konbinatuz.

 b)  Lan-modalitatea malgutzea proposatu.

c)Itxaropen eta muga argiak ezarri, bai egitura organizatiboari dagokionean, bai lanari dagokionean.

 **2.Beak zer egin beharko luke bere aldetik egoera modu egokian bideratzeko ? Lan aldaketa,  postua  aldatu,  bertan  gelditu,  prestatu  gehiago,  psikoterapian  hasi,  psikiatra  edo  medikuarengana joan, trebetasun sozialak edo konpetentziak eskuratu, lan baja bat hartu ?  Ongizate ikuspegi batetik, justifika ezazu hartuko zenukeen aukerarik garrantzitsuena. (0.05  puntu) (4 lerrotan).**

Argi eta garbi, ez litzateke lanpostu honetatik joan beharko; modu horretan, arazoa baztertu, ez konpondu eta beste lanposturen batean arazoa erreproduzitzeko aukera agertuko litzaioke. Beraz, psikoterapian hasi, trebetasun sozialak hobetu eta erakundearen partetik jaso beharko lukeen laguntza guztia asimilatu beharko zuen, bere eta bere ingurukoen ongizaterako.

**3. Zein  da  zure  ustez,  eta  ikuspegi  psikosozial  batetik,  bilatu  beharko  litzatekeen  helburu  nagusia ? (0.1 puntu) (2 lerrotan).**

Bearen zein gainerako langileen ongizate fisiko eta mentala. Hori lortzeko, erakundea zeharkatzen dituen arazoak solbentatu beharko ziren modu independientean, betiere, egitura zein gainerako problematikak kontuan hartuta.

**4.Erakundeak ba al du erantzukizunik Bearen egoeran? Baiezkoa bada zure erantzuna, azaldu  enpresak aplika dezakeen estrategia Bea inplikatzeko ? (0.1 puntu) (4 lerrotan).**

Bai, guztizkoa. Erakundetik komunikazio irekia susta daiteke, ikuspegia Bearen, kasu honetan, behar espezifikoetara egokitu eta aplikatutako soluzioak aldian-aldian ebaluatu eta egokitu. Estrategia horiek Bearen ongizatean eta produktibitatean lagun dezakete, eta, aldi berean, haren perfekzionismoari eta joera obsesibo-konpultsiboei heltzen diete.

**5. Aipatu duzun esku‐hartzearen ezaugarri nagusiak zerrendatu. (0.1 puntu). (10 lerrotan).**

Lehenengo galderan aipatutako lehenengo aukeran sakontzeari ekingo diot, Erikak aplikatuko zukeena, nahiz eta erakundearen garrantzia azpimarratu dudan arestian.Proposatutako esku-hartzea Beari perfekzionismoa eta joera obsesibo-konpultsiboak kudeatzen laguntzeko prestakuntza eta laguntza ematean datza. Hori lortzeko, denboraren kudeaketari, estresaren kudeaketari eta lana eta familia uztartzeari buruzko hainbat tailer eta prestakuntza-saio eskain daitezke. Aurre-egiteko mekanismo horiek eskaintzean, Beak hobeto maneiatu dezake perfekzionismorako eta portaera obsesiborako joerak. Gainera, Giza Baliabideetako sailak ere antolatuta, laguntzeko programak, aholkularitza-zerbitzuak eta ongizate-programak eskain daiteke. Azken batean, helburua da Beari bere ongizatea, lan-errendimendua eta, oro har, bizi-kalitatea hobetu dezaketen trebetasunak eta baliabideak garatzen laguntzea.