

# Eguneroko birtualerako jarraibideak

Ikasleentzat eta irakasleentzat



Co-funded by the  
European Union





The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



The educational products (intellectual outputs) created within the project were published and made available under the Creative Commons license CC BY- SA 4.0.

**2. orria 35etik**

# Edukien taula

Zer da hau?.....	5
Zer da eguneroko birtual bat? .....	6
Aholkuak eta trikimailuak.....	8
1 Aukeratu tresna digital bat.....	8
2 Idatzi zerbait egunero .....	10
3 Euskarri desberdinak erabili .....	12
4 Kontatu istoriak.....	14
Zure eguneroko birtualerako jarraibideak .....	16
1 Zuri buruz .....	17
Informazioa aldez aurretik .....	17
2 Prestatu zure mugikortasuna .....	19
3 Maletaren zerrenda .....	23
4 Zure praktikei buruzko informazioa .....	24
5 Zure egonaldiari buruzko informazioa.....	26
6 Zure lehen lanaldiari buruz .....	27
Zure mugikortasunaren egunerokoa .....	28
1 Zure iritsiera-eguna .....	28
2 Zure lehen lan-eguna .....	29
3 Zure egunerokoaren sarrera.....	30

4	Zure irteera eguna .....	32
	Zure mugikortasunari buruzko hausnarketa .....	33
1	Pentsatu zure mugikortasunean .....	33
2	Pentsatu zure praktketan .....	34
3	Pentsatu zure sentimenduetan .....	34
4	Pentsatu zure etorkizunean .....	35

# Zer da hau?



Gida hau eguneroko birtual bat sortzeari buruzkoa da.  
Eguneroko birtual honen zati garrantzitsu bat egunkaria da.  
Eguneroko batean graba ditzakezu zure pentsamenduak,  
bizipenak eta sentimenduak.



Zure barne mundua esploratzen laguntzen dizu.  
Egunerokoak zure garapen pertsonalaren  
jarraipena egiteko aukera ematen dizu.  
Autokontzientzia hobetzen ere laguntzen du.



Gidak eguneroko birtuala izaten laguntzen dizu.  
Egunerokoa nola ezarri erakusten du.  
Adibidez, hau mugikortasun baten egunerokoa izan daiteke.  
beste herrialde batera.



Kasu honetan esan nahi du:  
Norbait mugitzen da leku batetik bestera.  
Mugikortasuna ERASMUS bidez antolatzen da.

ERASMUS+ gazteentzako programa bat da.  
Programak aukera ematen du,  
beste herrialde batzuetara bidaiatzeko.  
Han ikasi edo lan egin dezakezu.



# Zer da eguneroko birtual bat?



Hau eguneroko birtual baterako gida da.  
Jarraibide hauek erabil ditzakezu.  
zure bidaiarako eguneroko birtual bat sortzeko.  
Birtualak esan nahi du zerbait ez dela erreal edo ukigarria.  
Ordenagailu batean edo zure buruan baino ez dago.  
Irudiak edo ideiak gauza birtualak dira.  
Ordenagailuan edo jendearen buruan daude.

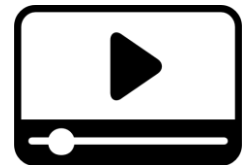


Aldizkari birtual batek informazio garrantzitsua dauka.  
zure bidaia eta eguneroko birtuala.  
Horrek esan nahi du bidaia-egunkaria aldizkari birtualaren parte dela.

Normalean eguneroko bat idazten duzu boligrafo batekin.  
Koaderno edo liburu bat da.  
Eguneroko birtuala egunerokoa baino modernoagoa da.  
Denek ez dute boligrafoarekin  
eta paperarekin lan egin nahi.  
Argazkiak inprimatu eta sartu.  
Eguneroko birtuala digitala da.



Digitalak esan nahi du ordenagailu batean  
sortzen duzula.  
tableta edo telefono mugikorra.  
Eguneroko birtuala ez da testua bakarrik.  
Argazkiak eta bideoak grabatu ditzakezu.



Edo ahots grabazioa.

Interneteko artxiboak ere gehitu daitezke egunkari birtualera.

Horrek irisgarritasuna hobetzen du.

Irisgarritasunak esan nahi du beste hainbeste pertsona daudela.  
ahal den neurrian, egunerokoa erabil daiteke.

Eguneroko birtuala aukera bikaina da.

Zure pentsamenduak parteka ditzakezu.  
esperientziak eta ideiak.



Gida honek aholkuak eta trikimailuak emango dizkizu.

Aholku hauek erabil ditzakezu sortzeko.

zure eguneroko birtuala aiseago.

Honekin egunerokoa lortuko duzu.

Interesgarriagoa eta pertsonalizatuagoa.



# Aholkuak eta trikimailuak



## 1 Aukeratu tresna digital bat

Aukeratu zure tresna digitala hasieran.

Horretarako, zuretzat onena zein den erabaki behar duzu.

### 1.1 Liburu elektronikoa

Liburu elektronikoa bat sortu nahi duzu?

Orduan BookCreator aplikazioa aukera ona da.



BookCreator-en hau guztuia erabil dezakezu:

- testuak
- atera argazkiak edo erabili argazkien karpeta irudiak
- bideoak grabatu edo gehitu
- grabatu edo gehitu ahots-grabaketak eta musika
- gehitu fitxategiak internetetik



Bookcreator-en eguneroko birtualaren argibideak hemen daude:

[Estekatu aldizkariari Book Creator](#)



Izena mugikortasunaren eta gaitasunaren egunkaria da.

## 1.2 Aurkezpena

Baina aurkezpenetarako tresna digital bat ere aukera daiteke.

Orduan bai, adibidez.

MS PowerPoint edo Keynote sistemekin lan egin.



Hau guztia erabil dezakezu PowerPointen edo Keynotean:

- Testuak
- Argazkiakatera edo argazki-karpetarako irudiak erabili
- Grabatu edo bideoak gehitu
- Ahots-grabazioak eta musika grabatu edo gehitu
- Internetetik fitxategiak gehitu



## 1.3 Podcast-a

Podcasta online entzun daitekeen irratsaio bat bezalakoa da.

Jendeak gai, istorio edo ideia ezberdinei buruz hitz egiten du.

Baina zeuk erabaki dezakezu noiz entzun nahi duzun.

Podcast bat grabatu nahi duzu?  
Ez da batere zaila!  
Mikrofono bat besterik ez duzu behar.  
eta smartphone bat edo tablet bat.



Podcasta grabatu dezakezu.  
ahotsaren grabazioarekin.  
Honek smartphone edo tablet batean funtzionatzen du.  
Zure sentimenduez hitz egiten duzu.  
eta bidaiako esperientziak.  
Grabatu zure istorioa.  
Gero beste pertsona batzuekin partekatu dezakezu.  
Beste batzuek entzun dezakete.  
Hobeto ulertzen dituzte zure esperientziak.



## 2 Idatzi zerbait egunero

Ohiko sarrerek idatzi behar dituzu.  
Saiatu egunero idazten.  
Edo gutxienez astean behin.  
Idatzi zure bizipenak, pentsamenduak eta sentimenduak.  
Hobeto ulertuko duzu bidaia..



Zergatik laguntzen du?  
Egunerokoa memoria tresna bat da.  
Gogoratzen laguntzen dizu.  
Zure bizipenekin lotuta egoten laguntzen dizu.  
baita bidaiaren ondoren ere.



Egunerokoak erakusten du nola ari zaren garatzen.  
Zure pentsamenduak antolatzen laguntzen dizute.



Helburu argiak jar ditzakezu zure egonaldirako.  
Helburuak lortu dituzun hobeto jakin dezakezu.

Bidaian atzera begiratu dezakezu.  
Horri erreflexioa deitzen zaio.  
Baliagarria da ikasi nahi baduzu.  
zure esperientzietatik abiatuz.



### 3 Euskarri desberdinak erabili

Eguneroko birtualarekin,  
Zure pentsamenduak grabatu ditzakezu.  
ideiak eta esperientziak digitalki.

Komunikabide ezberdinak erabil ditzakezu.  
Zure sarrerak interesgarriagoak dira.  
Egunerokoa aldatu egiten da.

Hona hemen adibide batzuk:



## Horrek laguntzen dizu:

#### Testua:

Testua erabil dezakezu zure pentsamenduak erakusteko.  
Idatzi zure esperientziak.  
sentimenduak edo ideiak.



#### Irudiak edo argazkiak:

Zure eguneroko orriak egin ditzakezu.  
argazkiekin koloretsuago.  
Argazkiak gehitu ditzakezu.  
Argazkiek gauzak erakuts ditzakete.  
lekuak edo pertsonak.  
Edo praktketan ari zarena.  
Gauza hauek garrantzitsuak dira zuretzat.





## Honek laguntzen dizu:

### **Bideoak:**

Bideoak irudiak mugitzea bezala dira.  
Prozesuak eta prozedurak  
hobeto erakusten dituzte.  
Une bereziak harrapatzeko edo  
zerbait azaltzeko erabil ditzakezu.  
Gehitu bideo hauek egunerokora.



### **Ahots-grabazioak:**

Ahots-grabazioak egin ditzakezu.  
Zure ahotsa eta soinuak grabatu ditzakezu.  
Pentsamenduak edo istorioak parteka ditzakezu.



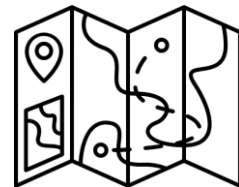
### **Interneteko estekak:**

Artikulu interesgarriari estekak gehitu diezazkiekezu.  
bideoak edo webguneak.  
Interneten aurkitu dituzu.  
Lotura hauek xehetasun gehiagorekin azaltzen dute zerbait.  
Edo zerbait berezia gogorarazi.



### **Mapak:**

Mapek kokalekuak erakusten dituzte.  
Eguneroko birtualeko mapak erabil ditzakezu.  
Erabil itzazu erakusteko non egon zaren  
edo non gertatu den zerbait.



## 4 Kontatu istoriak

Idatz dezakezu.

Zer da garrantzitsua zuretzat zure eguneroko birtualean.

Batzuetan hobe da istorioak kontatzea.

Istorioak biziak eta pertsonalak dira.



Istorioak garrantzitsuak dira.

Istorioek zure egunerokoa interesgarriagoa egiten dute.

Sentimenduak eta pentsamenduak erakusten dituzte.

Zure bizipenak biziartzen laguntzen dute.



Soilik hitzak idazten badituzu,

zure sarrerak aspergarriak izan litezke.

Istorioek pertsonala egiten dute zure egunerokoa.

Beste batzuek hobeto ulertzen dute.

bizi izan duzuna.



Eskupekoak aurki ditzakezu hemen.

Kontuan izan beharko zenukeena.

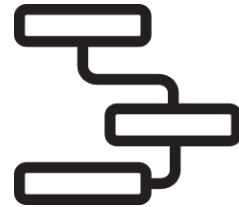




## Honek laguntzen dizu:

### Argia izan:

Zure istorioek ulerterrazak izan behar dute.  
Hitz argiak eta egitura argia erabili.  
Horrek lagunduko die besteei ulertzen  
zer esan nahi duzun.



### Deskribatu xehetasunak:

Xehetasunek biziago egiten dute zure istorioa.  
Deskribatu lekuak, pertsonak eta sentimenduak.  
Besteek hobeto ulertuko dute  
zuk bizi izan duzuna.



### Idatzi zure sentimenduei buruz:

Idatzi zure sentimenduei buruz.  
Partekatu zure sentimenduak zure istorioetan.  
Esan nola sentitu zaren eta zergatik.  
Horrek besteei laguntzen die zu hobeto ezagutzen.



### Egia esan:

Izan zintzoa zure istorioetan.  
Denek bizi dituzte gauza onak eta txarrak.  
Ondo dago alde onak eta txarrak erakustea.

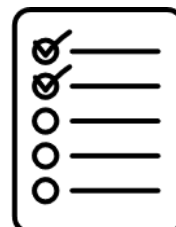


# Zure eguneroko birtualerako jarraibideak

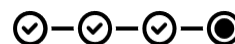


Zure egunkari birtualerako gida bat da.  
Gida hau erabil dezakezu edozein mugikortasunerako.

Jarraibideek egunkaria sortzen lagunduko dizute.  
Egunkaria nola sortu erakusten dizu.



Kaxa bat aurkituko duzu gai bakoitzerako aholkuekin.  
Kutxa honek hau dirudi:



## Aholkuak

Galderak aurkituko dituzu kutxan.  
Galdera hauek zure egunerokoa betetzen lagunduko dizute.  
Zure egunerokoan galderen erantzunak erregistratzen dituzu.



# Informazioa aldez aurretik



## 1 Zuri buruz

“Niri buruz” atalean zure informazio pertsonala dago. Zuri buruzko informazioa da. Zure egunerokorako garrantzitsuak dira.



Hau da zure izena, adibidez. Izen-abizenek egunerokoa norena den adierazten dute. Zure argazki bat ere gehitu dezakezu.



## Aholkuak

Galdera hauek zure buruaz idazten lagun diezazukete:

Nola duzu izena?

- Zenbat urte dituzu?
- Zein herrialdetan bizi zara?
- Zein hizkuntzatan hitz egiten duzu?



Nondik zatozen jakitea ere garrantzitsua da.

Non bizi zara?

Zein da zure jaioterria?



Zure herrialdeko jendeak

beste hizkuntza bat hitz egin dezake.

Horregatik da garrantzitsua jakitea

zein hizkuntzatan hitz egiten den.

Eta zein ondo hitz egiten dituzun hizkuntza hauek.



## Aholkuak

Galdera hauek zure buruaz idazten lagun diezazukete:

- Zein beste hizkuntzatan hitz egiten duzu?
- Zein ondo hitz egiten duzu hizkuntza honetan?
- Nola sentitzen zara hitz egiten duzunean?



## 2 Prestatu zure mugikortasuna

Zure mugikortasunerako prestatu beharko zenuke.

Ona da aldez aurretik  
zerbait jakitea zure anfitrioiak.

Interneten aurki dezakezu informazio hau.



### 2.1 Zure herrialde anfitrioiari buruz

Idatzi zure anfitrioiaren izena zure egunerokoan.

Again jakingo duzu zerbait herrialde honi buruz.

Gero egunerokoan ere idatz dezakezu.



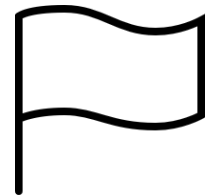
Mapako herrialde anfitrioiak ere bila dezakezu.

Edo globo batean.

Interneten ere bila dezakezu informazioa.

Banderaren argazkia bila dezakezu.

Irudia zure egunerokoan sar dezakezu..



### Aholkuak

Galdera hauek lagungarriak izan daitezke idazteko:

- Zein herrialdeetara zoaz?
- Zein hiri edo udalerritan zabilta?
- Zein da herrialdeko bandera?



## 2.2 Dirua zure harrera-herrialdean

Garrantzitsua da, halaber, zure herrialde anfitrioiaren dirua ezagutzea.

Again euroekin ordain dezakezu.

Baina baliteke beste txanpon bat egotea.

Orduan, dirua aldatu beharko duzu.



### Aholkuak

Galdera hauek zure anfitrioiari buruz idazten lagunduko dizute:

- Bertan euroarekin ordaindu al daiteke?
- Zein da erabiltzen den txanpona herrialdean?



## 2.3 Garraio publikoa zure harrera-hirian

Ziur dakit zein hiritara zoazen.

Hiri handia da?

Edo txikia da?

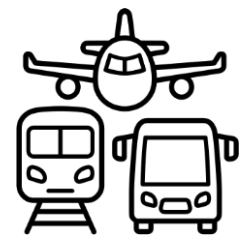
Informazio garrantzitsua da zuretzat.

Hiri handi batean garraio publikoa behar da.

Leku batetik bestera joan ahal izateko.

Hiri txiki batean, maiz iristen zara helmugara oinez.

Zer garraio publiko dago han?



Hiriaren edo udalerrriaren argazkia ere bila dezakezu.  
Argazkia ere gehi diezaiokezu zure egunerokoari.



## Aholkuak

Galdera hauek zure anfitrioiari buruz idazten lagunduko dizute:

- Zenbatekoa da hiria edo herria?
- Oinez erraz ezagutu dezakezu?
- Zein da bertan dagoen garraio publikoa?



### 2.4 Hizkuntza zure harrera-herrialdean

Zure herrialdeko hizkuntza  
ikertu dezakezu Interneten.  
Agian zuk hitz egiten duzu.

Ez baduzu hizkuntza hitz egiten, laguntza dago.  
Aplikazio batzuek itzultzen lagun diezazukete.  
Hiztegi bat eraman dezakezu.

Interneten arakatu duzu.  
zure herrialde anfitrioiari buruzko informazioa jasotzeko.  
Eta zure bidaia laster hasiko da.

Orduan, garrantzitsua da zu honetarako prestatzea.  
Maletak egiteko zerrenda bat beharko duzu.





## Aholkuak

Galdera hauek lagungarriak izan daitezke herrialde buruz idazteko:

- Harrerako herrialdeko hizkuntza hitz egiten duzu?
- Zein ondo hitz egiten duzu hizkuntza honetan?
- Nola sentiarazten zaitu hizkuntza hau hitz egiteak?



### 3 Maletaren zerrenda

Maletaren zerrenda berezia da.  
Idatzi zerrenda horretan.  
Zurekin eraman nahi duzuna.  
Ziurtatzen laguntzen dizu.  
ez dezazula ezer garrantzitsurik ahaztu.

Arropa, komunak, dokumentuak eta  
beste gauza batzuk idatzi ditzakezu.

Idatzi zure maleten zerrenda zure egunkarian.  
Horrela ez duzu ezer ahaztuko eta lasai bidaiatuko duzu.  
Hau adibide bat da zure maleta zerrendarako:



#### Maleta zerrenda:

- Pasaporte
- E-Card
- Dirua edo ATM txartela
- Mugikorra edo smartphon-a
- Kargatzeko kablea
- Barruko erropa
- Arropa egokia
- Oinetako egokia
- Nezeserra
- Botikak
- Ogitartekoa eta edaria (bidaiarako)



## 4 Zure praktikei buruzko informazioa

Praktikak atzerrian egiten ari barara,  
enpresari buruzko informazioa behar duzu.  
Hau garrantzitsua da ondo prestatuta egoteko.



Enpresari buruz gehiago jakin beharko zenuke.  
Informazio asko aurki dezakezu enpresaren webgunean.

Edo informazioa bila dezakezu.  
Interneteko beste leku batzuetan.  
Informazio honek lagunduko dizu.  
Praktiketarako hobeto prestatzeko.



### Aholkuak

Galdera hauek lagungarriak izan daitezke  
zure praktiketarako enpresari buruzko informazioa aurkitzeko:

- Nola du izena nire enpresak?
- Non dago konpainia?
- Zer egiten du enpresa honek?
- Ba al dago webgunerik?
- Badago enpresaren logotipoa?
- Enpresa handia da?
- Zenbat pertsonak egiten dute lan han?





Zure zereginak zeintzuk izango diren jakin beharko zenuke.

Hau garrantzitsua da praktiketan.

Badakizu zer erantzukizun dituzun.

Orduan badakizu zer egingo duzun.

Honek praktikak prestatzen lagunduko dizu.

Orduan jakingo duzu zer espero duen zure nagusiak zugandik.

Han zer ikasiko duzun ere jakin dezakezu.

Honek zure lanean lagunduko dizu.



## Aholkuak

Galdera hauek lagungarriak izan daitezke:

- Nor da nire kontaktua?
- Zer lan egingo dut enpresa honetan?
- Zein zeregin ezagutzen ditut?
- Zein eginkizun dira berriak niretzat?
- Non ikusten dut erronka bat?



## 5 Zure egonaldiari buruzko informazioa

Praktikak egiten ari zara atzerriko herrialde batean.

Dena berria da zuretzat.

Horregatik da garrantzitsua ondo informatzea.

Adibidez, bidaiaz eta egonaldiaz.

Garrantzitsua da garraio aukerarik onenak ezagutzea.

Ostatu eroso eta segurua aurkitu beharko zenuke.

Non geratuko zaren jakin behar duzu.

Ostatuari buruzko informazioa.

Auzoak lagunduko dizu.

Hobeto aurkituko duzu zure bidea.

Zure egonaldia atseginagoa izango da.



### Aholkuak

Galdera hauek lagunduko dizute bidaia antolatzen:

- Noiz hasten da nire bidaia?
- Noiz itzuliko naiz etxera?
- Zenbat egun emango ditut hemen?
- Nola joango naiz hara?
- Zenbat iraungo du bidaia?
- Non geratuko naiz?



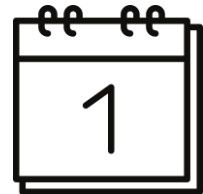
## 6 Zure lehen lanaldiari buruz

Lehen lanegunerako prestatzen.

lehen urratsa da praktikaldi arrakastatsu baterako.

Lehen eguna arazorik gabe egin dezakezu.

Itxura ona eman dezakezu.



Informazio garrantzitsua dago lehen lanegunerako.

Honek lagunduko dizu.

Lagungarria da zure ikuskatzailea nor den jakitea.

Edo nola jantzi behar duzun.



### Aholkuak

Galdera hauek lagungarriak izan daitezke:

- Zein egunetan hasten dira nire praktikak?
- Nola iritsiko naiz nire lantokira?
- Noiz hasten da lanean?
- Non dago topagunea?
- Nori jakinarazi behar diot?
- Zer jantzi behar dut?



# Zure mugikortasunaren egunerokoa



Zure bidaia grabatu dezakezu praktketan.

Egunero hitz egiten duzu zure bizipenez eta abenturez.

Orrialde bat sor dezakezu egun bakoitzerako.

Argazki bat ere atera dezakezu egunero.

Argazki batek informazio garrantzitsua erakusten du.

Zure mugikortasun-egunerokoa bizia eta interesgarria izango da.

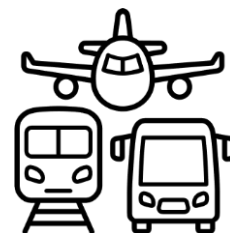


## 1 Zure iritsiera-eguna

Iritsiera-egunean zure mugikortasun-egunkarian sartzea bereziki garrantzitsua da..

Idatzi zer gertatu zen lehen egunean.

Praktikak egitera joan zinenean..



### Aholkuak

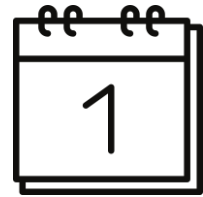
Ondorengoak grabatu dezakezu:

- Nolakoa izan zen bidaia?
- Haserre zeunden?
- Atzerapenik edo arazorik izan zenuen?
- Zerbait berezia bizi izan zenuen?



## 2 Zure lehen lan-eguna

Sarrera hau erabil dezakezu zure praktikaren hasiera grabatzeko.



Gero gogoratuko duzu zein zirraragarria izan zen zure lehen eguna. Oroitzapen ona da etorkizunerako.



### Aholkuak

Partekatu egun hartan sentitu zenuena.

- Urduri edo urduri nengoen gaur?
- Beldur nintzen?
- Nork hartu nau gaur?
- Zein izan dira nire lehen inpresioak lantoki berrian?



### 3 Zure egunerokoaren sarrera

Erregistratu hemen zure praktiketako egun bakoitzean gertatutakoa.

Eta zure aisialdian egunero bizi izan zenuena.

Informazio hau zure egunerokoan grabatu dezakezu.

Egin sarrera bat egun bakoitzerako.



#### Aholkuak

Galdera hauek lagunduko dizute:

- Zer lan egin dut?
- Norekin lan egin dut?
- Zeinek lagundu dit gaur?



#### 3.1 Zure zereginak eta jarduerak

Idatzi zer egin zenuen praktiketako egun bakoitzean.



#### Aholkuak

Partekatu nola bizi izan duzun gaurko eguna.

- Zer gertatu da gaur?
- Non izan ditut zailtasunak?
- Zerbait berezia bizi dut?



### 3.2 Zure arrakastak eta erronkak

Kontaiguzu zer gertatu den.

Eta zailtasunak zenituen lekuan.

Garrantzitsua da arrakastak grabatzea.

Zailtasunak erregistratzea ere garrantzitsua da.

Esperientzia horietatik ikas dezakezu.



### 3.3 Zure sentimenduak eta pentsamenduak

Idatzi nola sentitu zaren.

Pentsatu zergatik sentitu zaren horrela.



## Aholkuak

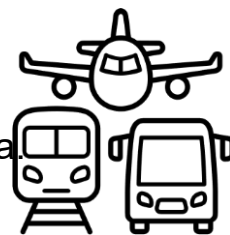
Partekatu egun hartan sentitu zenuena.

- Pozik nengoen, estresatuta, motibatuta, nekatuta?
- Zergatik sentitu naiz horrela gaur?
- Zer egin dezaket bestela bihar?



## 4 Zure irteera eguna

Erregistratu mugikortasunaren azken egunean gertatutakoa



### Aholkuak

Sarrera honetan honako hau idatz dezakezu:

- Zer zuen berezia agurrak?
- Nola iritsi naiz etxera?
- Zer alde dago nire lehen bidaiarekin alderatuta?
- Nola sentitu nintzen etxerako bidaiari?



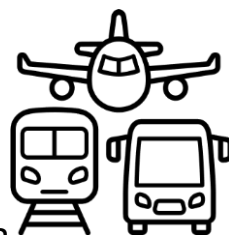


# Zure mugikortasunari buruzko hausnarketa



Hausnarketak esperientziak hobeto ulertzeko pentsatzea esan nahi du. Beste herrialde batera bazoaz, zure bizipenetan ere pentsatu beharko zenuke. Hartu denbora hau egiteko. Gogoeta on batek baditu puntu hauek:

## 1 Pentsatu zure mugikortasunean



Pentsatu nola sentitu zinen mugikortasunean. Eta mugikortasunak zure etorkizunean nola eragin dezakeen.



### Aholkuak

Partekatu zure mugikortasunari buruz sentitzen duzuna.

- Zer izan da polita niretzat mugikortasun honetan?
- Zer zen zaila niretzat?
- Zer ikasi dut mugikortasun honetan?
- Zein dira nire oroitzapenik onenak?
- Zer eramango dut etxera esperientzia honetatik?

## 2 Pentsatu zure praktketan

Pentsa zer egin zenuen praktketan.  
Eta nola eragin dezakeen zure etorkizunean.



### Aholkuak

Partekatu zure praktikei buruz sentitzen duzuna.

- Zer izan da niretzat praktketan?
- Zer izan zen erroka bat?
- Zer ikasi dut praktikaldian?



## 3 Pentsatu zure sentimenduetan

Pentsa ezazu zure herrialde anfitrioiaren dituzun sentimenduetan.  
Eta atzerriko enpresa batean lan egiten duenean.  
Horrek zure indarguneak eta  
ahuleziak ezagutzen lagun diezazuke.





## Aholkuak

Partekatu nola sentitu zinen herrialde anfitrioiari.

- Nola sentitu naiz?
- Zerk poztu nau?
- Zerk tristatu nau?
- Zerk haserretu nau?

## 4 Pentsatu zure etorkizunean

Praktiken ondorengo hausnarketa-denbora garrantzitsua da. Esperientzia berriak egin dituzu.

Lehenik esperientzia horiek kategorizatu behar dituzu.

Trebetasun berriak ikasi dituzu.

Orain erabil ditzakezu trebetasun hauek.

Etorkizunean zer egin nahi duzun ere pentsa dezakezu.

Edo etorkizunean zer helburu lortu nahiko zenituzkeen.

Hausnarketak zure mugikortasuna amaitzen laguntzen dizu.



Ikono guztiak [Canvatik](#) hartuak dira.



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



The educational products (intellectual outputs) created within the project were published and made available under the Creative Commons license CC BY- SA 4.0.

36. orria 35etik