

Gender A B C

Bigarren Hezkuntzarako
heziketa-programa



Bikote barruko indarkeria

GenderABC (ABC Generoa) proiektuaren koordinatzailea da



eta abian jarri dutenak dira



Argitalpen hau Europar Batasuneko Eskubideak, berdintasuna eta Herritartasuna Programak (2014-2020) finantzatu du.



Bigarren Hezkuntzarako
heziketa-programa

Bikote barruko indarkeria

Heziketa-modulu hau **AIDOS** elkarteak landu dute GenderABC proiektuaren barruan.

Aurkibidea

Aurkibidea	2
I - atala: Sarrera	3
1. Xedea	3
2. Gai nagusiak	3
3. Gako-hitzak	4
4. Ikasketa-xedeak	4
5. Jardueren zerrenda	4
II - atala: Jarduerak	5
1. jarduera: <i>Espektroa</i>	5
• Testuingurua	5
• Gidoia	6
• Jarraibideak	7
2. jarduera: <i>Azterlan bat idatzi</i>	9
• Testuingurua	9
• Gidoia	9
• Jarraibideak	10
3. jarduera: <i>Maitasuna da...</i>	11
• Testuingurua	11
• Gidoia	11
• Jarraibideak	12
Saioaren egitura	13
Moduluen zerrenda	15

I - atala

SARRERA

1. Xedea

Modulu honen helburua da bikote barruko indarkeriaren kontzientzia hartzea, hau da, harreman afektibo-sexualetan nesken aurka nahita egindako indarkeria psikologiko, fisiko eta/edo ekonomikoko ekintzena. Kontrol mekanismo bat da eta gizonak emakumeei egindako botere-abusu modu bat.

Modulu honek tratu onean oinarritutako harremanen mugak, tasunak eta ezaugarriak aztertuko ditu, indarkeriazkoei kontrajarrita. Jarduerak nerabeen kulturari buruz hausnartzeko aukera emango dute, ezkongaietako harremanetako jokabideei dagozkien komunikazio mekanismoei eta gizarte arauari buruz, eta aukera emango dute tratu onean eta tratu txarrean oinarritutako harremanei buruz hausnartzeko ere. Bikote-harremanen barruko indarkeria sare sozialen bidez gauzatzen da sarritan, etengabeko kontrolerako testu-mezuak bidaliz, sare sozialetako guneetan nahi gabeko argitalpenak eginez, bikotekidearen sare sozialetako pasahitzak ezagutzea eskatuz eta abar.

Ezkongaietako genero-indarkeria 13 eta 19 urte arteko nerabeen artean gertatzen da eskuarki, eta abusu hitzezkoak, emozionalak, fisikoak, sexualak eta baita ekonomikoak ere hartzen ditu bere baitan. Helduen arteko bikote harremanetako indarkerian gertatzen den moduan, ezkongaietakoaren kasuan ere adina, arraza, erlijioa, maila sozioekonomikoa eta orientazio sexuala edozein izan daitezke¹.

2. Gai nagusiak

- Tratu oneko harreman afektibo-sexualak
- Ezkongaietako genero-indarkeria
- Maitasun erromantikoa
- Komunikazioa eta hitzezko abusua

¹ Irakurri gehiago hemen <https://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/teen-dating-violence-2014-a.pdf>

3. Gako-hitzak

Indarkeria zikloa • Ezkongaietako indarkeria
Bikote barruko eta bikotekide ohiarenganako indarkeria
Maitasun erromantikoa • Sexting-a • Ezkongaietako indarkeria

4. Ikasketa-xedeak

- Gazteak kontzientziatu harreman osasuntsuen garrantziaren gainean.
- Hausnarketa eragin eta aztertu zer faktorek jar ditzaketen nerabeak bikote-harremanetako indarkeria burutzeko arriskuan.
- Gazteak bikote-harremanetako abusuaren gainean hezi, eta ikasi nola bereizi tratatu oneko harremanak kontroletik eta manipulaziotik.
- Identifikatu nerabeen arteko harremanetan indarkeria gertatzeko arrisku handienak sor ditzaketen mezu kulturalak eta arau sozialak.
- Hizkuntzak eta komunikazioak tratatu oneko harremanak edo abusuzkoak eraikitzeko duten boterea ezagutu.

5. Jardueren zerrenda

	 Jardueraren izena	 Iraupena guztira	 Materialak	 Garrantzia ²
1	Espektroa	45 minutu	• Papera • Errotuladoreak eta boligrafoak • Ondorioak jartzeko kartela • Espektroen kopiak	☆☆☆
2	Azterlan bat idatzi	45 minutu	• Papera • Boligrafoak	☆☆☆
3	Maitasuna da...	45 minutu	• Papera • Post-itak • Boligrafoak	☆☆☆

² Jarduerak izarrekin sailkatzen dira (izar bat eta hiru izar bitarteko sailkapenarekin) garrantziaren arabera; adibidez, "oso gomendagarria" den jarduera bat hiru izarrekin sailkatzen da.

II - atala

JARDUERAK

I. jarduera Espektroa ☆☆☆



Jardueraren iraupena guztira

45 minutu
Prestatzea: 10
Egitea: 25
Segimendua: 10



Materialak

- ☐ Papera
- ☐ Errotuladoreak eta boligrafoak
- ☐ Ondorioak jartzeko kartela
- ☐ Espektroen kopiak

→ TESTUINGURUA

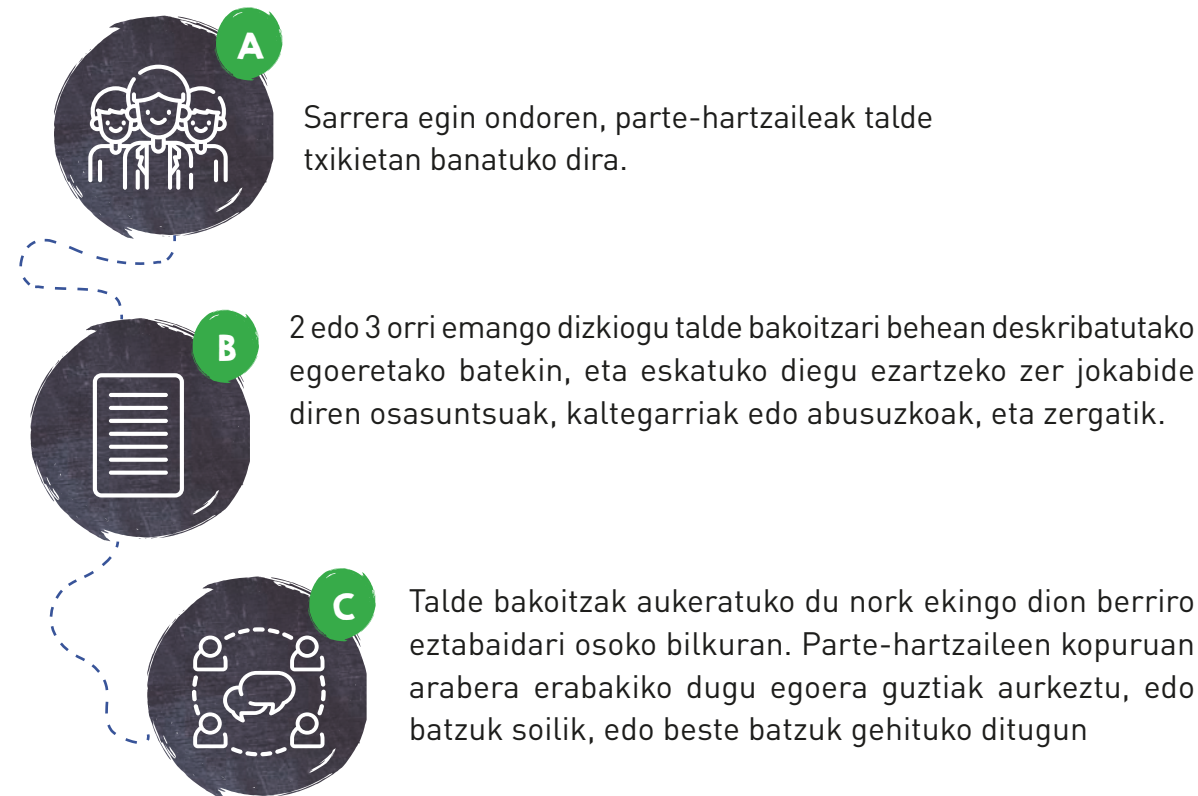
Jardueraren sarrera moduan, nerabeen arteko harremanez hitz egingo dugu. Harreman orok konfiantza eta konplexutasuna sortzen du, eta harreman afektibo-sexual batek areago. Gure gogoak eta gure bikotekidearen gogoak gatazkan jar daitezke, eta oso zaila izan daiteke gure eta gure bikotekidearen emozioak, premiak eta sentimenduak interpretatzea, komunikatzea eta kudeatzea. Batzuetan, nahastuta sentitzen gara, eta ez dugu ulertzen bikotekide ona edo txarra garen harreman batean.

Errespetua harreman osasuntsu ororen oinarria da. Baina zer da errespetua zehatz-mehatz eguneroko bizitzan? Errespetuak esan nahi du konturatzea gure bikotekidea pertsona osoa dela, eta ez soilik zuk lortu nahi duzun zerbait lortzeko modua. Hau da, badakizu zure bikotekideak zure aldean esperientzia eta iritzi ezberdinak dituela, eta horrekin ados zaude.

Harreman guztiak bezala, nerabeen bikote-harremanak espektro baten barruan daude: osasuntsuak, kaltegarriak edo tarteko zerbait. Emakumeek abusuzko jarrera izan dezakete beren gizonezko bikotekideen aurka, eta gizonezkoek osatutako bikoteen zein emakumezkoek osatutako bikoteetan ere aurki daiteke indarkeria; hala ere, indarkeria mota hori askoz ere murriztagoa da eta ez da genero-diskriminazioan eta gizonen eta emakumeen arteko botere harremanetan oinarritzen.

Jardueraren xedea da **ezagutzea zer nolako jokabideak** gertatzen diren harreman osasuntsuetan, **kaltegarrietan eta abusuzkoetan, eta jokabide ezberdinen arteko aldeak zerrendatzea**.

→ GIDOIA



Egoeren adibideak³:

- Bikotekideak esaten dizu oso berezia zarela eta zu berarentzat oso garrantzitsua zarela.
- Zure bikotekideak gustuko ez duzun izen batez edo ezizen batez deitzen dizu; baina erabiltzeari uzten dio hala egiteko eskatzen diotuzenean.
- Zure bikotekideak zure gustuak onartzen ditu, eta maite dituzun gauzak egitera bultzatzen zaitu.
- Bikotekidearen falta sentitzen duzu lagunekin oporretan zoazenean, baina hala ere izugarri ondo pasatzen duzu.
- Zuk eta zure bikotekideak elkarrekin gauzak partekatu ditzakezuela sentitzen duzu, baina gauza batzuk maila pribatuan ere gorde ditzakezuela ere bai.
- Zure bikotekideak esaten du ez duzula benetan maite, nahiago duzulako lagun batekin zinemara joan berarekin bakarrik egon baino.

- Zuk eta bikotekideak adosten duzue gaur gauean ez diozuela elkarri mezurik bidaliko edo elkarri deituko, baina lagunekin kalean zauden bitartean zure bikotekideak hainbat aldiz deitu dizu eta mezuak bidali dizkizu “Zure falta sentitzen dut” esanez.
- Bikotekideak uko egiten dio zure lagunekin egoteari, baina espero du zuk zeure lagunekin ondo pasatzea.
- Zure aurreko bikotekideak nahiko zenukeena baino mezu gehiago bidaltzen dizkizu, eta haserretu egiten da ez badiozu erantzuten.
- Zure bikotekideak zure sare sozialetako kontuak eta whatsappak kontrolatzen ditu.
- Zure bikotekideak mehatxu egiten dizu esanez zuen bizitza sexualaz hitz egingo diela beste batzuei edo argazki pribatuak edo testuak partekatuko dituela.
- Zure bikotekideak opariak ematen dizkizu, baina horren truke zerbait eskatzen dizu, hala nola dirua edo sexu-harremanak.
- Zure bikotekideak zure eskuko telefonoa apurtu du esanez denbora gehiegi ematen duzula eskuko telefonoarekin.

→ JARRAIBIDEAK



- **Azken osoko bilkuran, kartelean idatziko ditugu harreman osasuntsuak, kaltegarriak eta abusuzkoak definitzen dituzten ezaugarriak, taldeek horiek adierazten dituzten heinean, eta parte-hartzaileen hausnarketa bultzatuko dugu, hemen behean aurkeztutakoaren antzeko sailkapen batean oinarrituta.**
- **Horrez gain, honako taula hau ere emango diegu⁴.**

³ Hemendik egokitua: *Healthy Relationship High School Educators Toolkit*, (Institutuetoako hezitzaileen harreman osasuntsuetarako tresnak); online eskuragarri hemen: <https://www.loveisrespect.org/wp-content/uploads/2016/08/highschool-educators-toolkit.pdf>

⁴ Online eskuragarri hemen: <https://www.loveisrespect.org/wp-content/uploads/2016/08/highschool-educators-toolkit.pdf>

Harremanak espektro baten barruan daude: Harreman guztiak espektro n barruan daude, osasuntsuen eta abusuzkoen artean, edo tarteko guneren batean. Hona hemen harreman osasuntsuetan, kaltegarrietan eta abusuzkoetan gertatzen diren jokabideak.

OSASUNTSUA	KALTEGARRIA	ABUSUZKOA
Harreman osasuntsu bat izateak esan nahi du zu eta zure bikotekidearen artean dagoela: Komunikazioa: modu irekian hitz egiten duzue arazoez, elkar entzuten duzue eta elkarren iritziak errespetatzen dituzue. Bejirunea: bestea estimatzen duzue den bezala. Elkarren muga emozionalak, digitalak eta sexualak errespetatzen dituzue. Konfiantza: zure bikotekideak esaten duena sinesten duzu. Ez duzu premiarik sentitzen elkarrenganako konfiantzaren balioa "frogatzeko". Zintzotasuna: zintzoak zarete elkarrekin, baina ez duzue elkarri dena kontatu beharrik. Berdintasuna: erabakiak elkarren artean adostuta hartzen dituzue, eta elkarrekiko exigentzia maila bera duzue. Denbora pribatuaren gozamina: biok gozatzen duzue bikotekidearekin ez zaudeten denboraz, bakarka zein beste pertsona batzuekin. Bakoitzak aparteko denbora izateko duen premia errespetatzen duzue.	Harreman kaltegarrian izan zaitezke bikotekide baten edo bion aldetik baldin badago: Komunikazio falta: arazoak sortzen direnean, elkarren aurka borrokatzen zarete edo ez duzue arazo horietaz elkarrekin hitz egiten. Errespetu falta: bikotekide batek edo biek ez ditu edo ez dituzte aintzat hartzen bestearen sentimenduak eta/edo muga pertsonalak. Konfiantza falta: bikotekide batek ez du uste besteak bere pribatutasuna urratzeko eskubidea duenik. Zintzotasun falta: bikotekide batek edo biek gezurrak esaten dituzte. Kontrolatzeko saioak: bikotekideetako batek uste du bere desioak eta aukerak bestearenak baino garrantzitsuagoak direla. Denbora guztia bikotekidearekin egon beharra: zeure bikotekidearen giroan baino ez duzue gizarte harremanik.	Harremanetan abusua gertatzen da bikotekide bat: Era mingarrian, mehatxagarrian, iraingarrian edo gutxiesgarrian komunkatzen denean. Bestearen sentimenduak, pentsamenduak, erabakiak, iritziak edo segurtasun fisikoa errespetatzen ez dituenean. Bikotekideari min fisikoa ematen dionean edo zauritu egiten duenean, kolpekatuz, zaplaztekoak emanez, itoaraziz, bultzatuz edo zapalduz. Bikotekideari berak egindako kalteen errua egozten dionean, bere abusuzko ekintzak zuzitzeko, eta/edo abusuzko jokabidea minimizatzen duenean. Bikotekidea kontrolatzen eta isolatzen duenean esanez zer jantzi behar duen, norekin atera daitekeen, eta zer egin dezakeen. Bikotekideari presioa egiten dionean edo behartu egiten duenean nahi ez dituen gauzak egin ditzan. Bikotekidea mehatxatzen du, min ematen dio edo xantaia egiten dio erresistentzia jartzen badu edo ezetz esaten badu.

2. jarduera Kasu praktiko bat idazten ★★★

**Jardueraren iraupena guztira**
45 minutu
Prestatzea: 5
Egitea: 20
Segimendua: 10

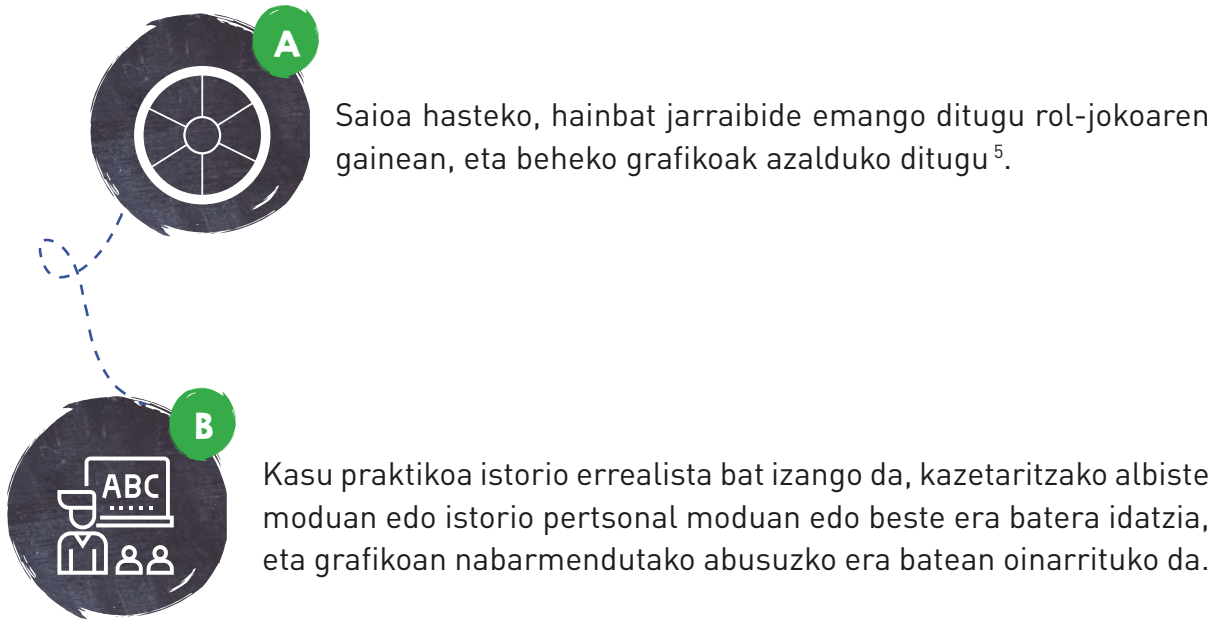
**Materialak**
☐ Papera
☐ Boligrafoak

→ **TESTUINGURUA**

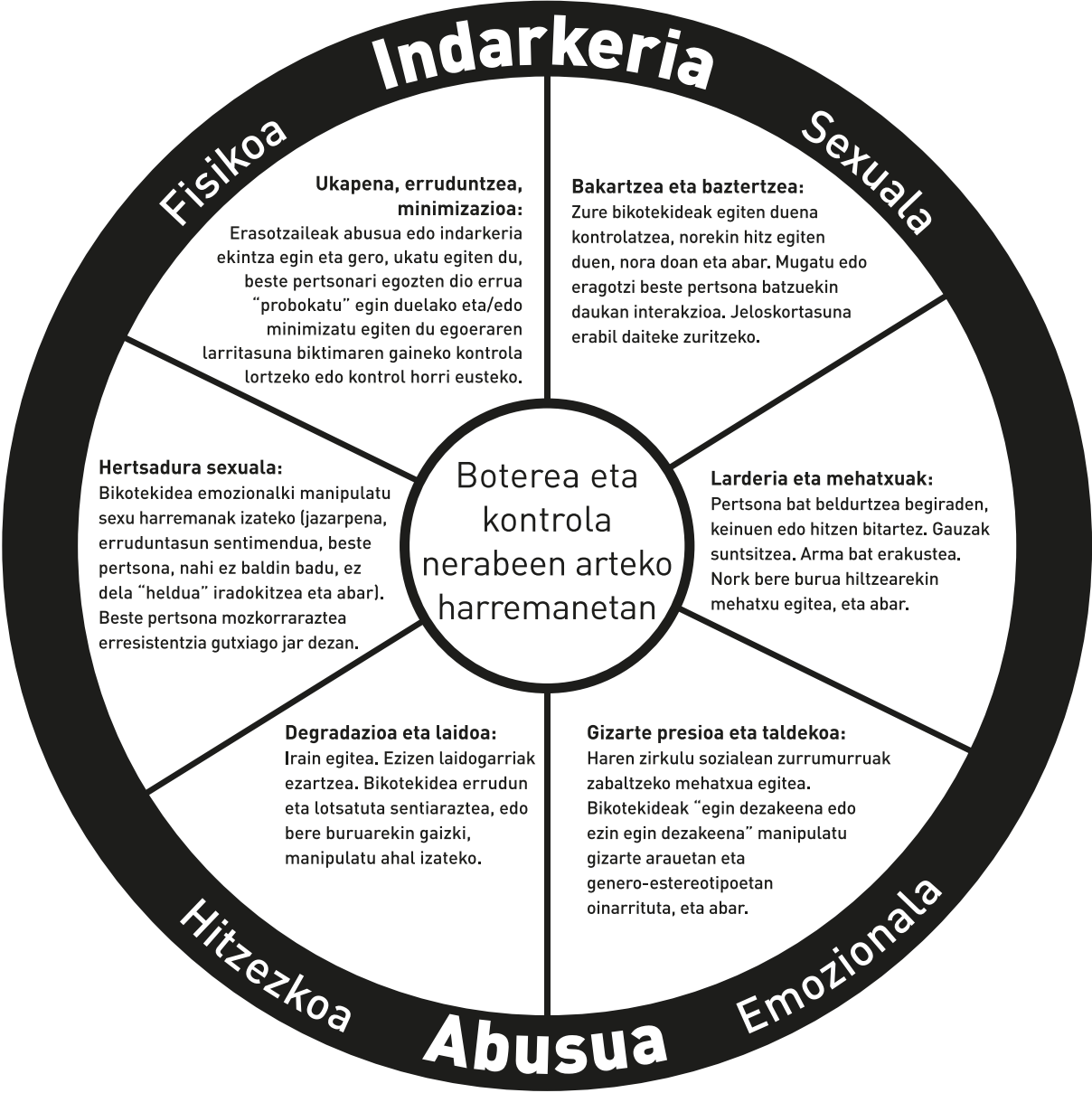
Jarduera honen xedea da parte-hartzaileek **hausnartu dezatela genero-indarkeriak ezkongaietako harreman** duten edo izan duten nerabeen artean izan ditzakeen forma nagusiei buruz; egoera errealistak irudikatzea eta enpatia sustatzea.

Parte-hartzaile bakoitzak hezitzaile baten rola hartuko du; hezitzaile horrek ezkongaietako genero-indarkeriari buruzko ikasgai bat prestatuko du, eta abusu modu bat edo gehiago islatzen dituen kasu praktiko bat idatziko du.

→ **GIDOIA**



⁵ National Resource Center on Domestic Violence of Harrisburg, *Teen Dating Violence Prevention Education* (Nerabeen arteko harremanetako indarkeriaren prebentziorako heziketa); online eskuragarri hemen: https://vawnet.org/sites/default/files/assets/files/2016-10/ODVN_TDV-TeacherTraining.pdf



→ JARRAIBIDEAK

- Azken osoko bilkuran beren istorioak partekatzen badituzte, horiek etorkizuneko heziketa-programetan erabil daitezke.



3. jarduera Maitasuna da: ... ★★



Jardueraren iraupena guztira
45 minutu
Prestatzea: 5
Egitea: 20
Segimendua: 20



Materialak
☐ Papera
☐ Post-itak
☐ Boligrafoak

→ TESTUINGURUA

Jarduera honen helburua da **maitasun erromantikoaren idealari eta horrek genero-indarkeriarekin duen harremanari buruz gogoeta egitea**, eta erakustea kulturak, musikak eta komunikabideek tratatu oneko harremanetan, rolen berdintasunean, konfiantzan eta elkarrenganako errespetuan oinarritzen ez den maitasunaren ikuspegi bat eskaintzen digutela.

→ GIDOIA



Bihotz erraldoi bat marraztuko dugu paper zati handi batean eta hitz hauek idatziko ditugu bihotzaren gainean: "Maitasuna da..."



Parte-hartzaileei kantuetako, poemetako edo esaera zaharretako esaldi txikietan pentsatzeko eskatuko diegu, edo beren definizio propioa asmatzeko, eta bihotzera itsatsitako post-it batean idazteko.



Jarduera amaituko da bihotza ia guztiz estalita dagoenean.

→ JARRAIBIDEAK

Parte-hartzaileei esango diegu post-itetan jarritako esaldiez hausnartzeko, honako galdera hauei erantzunez:



- Kontzeptu eta egoera askok defini ditzakete maitasuna, baina maitasuna al dira?
- Ba al da genero-desberdintasunik maitasun-rolen definizioetan?
- Ezberdintasun horiek bultzatzen al dute gizonek bikote-harremanetan pribilegioko posizioak izatea?
- Maitasunaren eredua berdina al da sexu eta orientazio sexual guztien kasuan?
- Heteronormatibitateak homofobia sustatu al dezake?

Taldearekin eztabaidatu dezakegu nola oraindik ere maitasuna gizonen eta emakumeen botere harremanetan oinarrituta definitzen jarraitzen den gaur egungo kulturean. Ondorio moduan, maitasun erromantikoaren idealak genero-berdintasuneko harremanetan dituen ondorioei buruz gogoeta egitera gonbidatuko ditugu parte-hartzaileak.

Saioaren egitura

Moduluaren izena: Bikote barruko indarkeria

Ikastetxea: _____

Irakaslea, arduraduna:_____

Ikasgela (Ikasturtea eta data): _____

Parte-hartzaileen kopurua: _____

Data: ____/____/____ **Iraupena:** _____

Aukeratutako jarduerak: _____

Materialak (berrikusiak): ☐ bai ☐ ez

OHARRAK:

[illegible]

[illegible]

MODULUEN ZERREDA

Moduluen
Lehen
Hezkuntzarako
heziketa

Dokumentu
laguntzaileak

- 01 Gorputzaren segurtasuna / Emakumeen genitalen mutilazioa
- 02 Ahalduntzea eta komunikazio-gaitasunak
- 03 Generoan oinarritutako indarkeria
- 04 Generoaren arau sozialak eta estereotipoak
- 05 Giza eskubideak eta haurren eskubideak
- 06 Sexu-orientazioa eta genero-identitatea

- 01 Arriskuen ebaluazioa
- 02 Metodologia orokorra
- 03 Glosario orokorra

5

Gender A B C

Ek egindako proiektua:



End FGM
EUROPEAN NETWORK



ASSOCIAÇÃO PARA O PLANEAMENTO DA FAMÍLIA



Europar Batasunak
kofinantzatutako proiektua