

NOLA LANDU SEXUALITATEA HEZITZAILEON EGUNEROKOAN



Oinherriko bazkide sustatzaileak:

Artziak Kooperatiba, Dindaia Fundazioa, Elgoibarko Izarra, Hezten Aisialdi Euskaltzalea, Hik Hasi pedagogia-ekimena, Hiruki Larroxa Kooperatiba, Irrien Lagunak Kluba, Kukulaisi Aisiadiraiko Topagunea, Oarsoaldeak Garapen Agentzia, Piliñi Plaeta, Taupa Euskaltzaleen Mugimendua, Ttakun Kultur Elkartea, Arrasateko Txatxilipurdi euskara eta aisiadiko elkartea, Bizkaiko Urtxintxa Eskola, Zirimola: Ikastolen elkarteko Aisiola aisiadiko taldea, Kokoriko Alaiardeako ekingtzen faktoria.

Koaderno honen egileak:

Oinherri herri hezitzaileak sustatzeko elkartea. Lantaldeko partaideak: Hiruki Larroxa Kooperatiba eta Txatxilipurdi Elkartea

Laguntzaileak:

Txatxilipurdi Elkarteko ludoteka eta gaztetxokoetako hezitzaileak

Maketazioa:

Tapuntu Kooperatiba

Ilustrazioak:

Enaut Aiarzaguenena Bravo

Inprenta:

Gertu inprimategia

Babeslea:



Ale honen ISBN:

978-84-09-69162-3



Nola landu sexualitatea hezitzaileon egunerokoan

Eraikuntza kolektibo bat izan da esku artean duzun liburuxka hau, Oinherriren gainontzeko liburuxkak bezalaxe. Oinherri Herri Hezitzaileak Sustatzeko Elkarteak osatzen dugun eragile zein elkarteek elkarrekin eta elkarrengandik ikasiz sortu duguna.

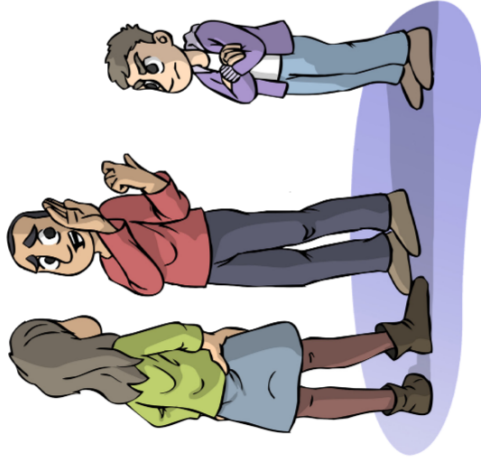
Hezkuntza formalean zein ez-formalean, bizitzako edozein alderditan eta edozein momentutan, sexualitatea agertzen zaigu. Ezin gara sexualitatearen alderdi erotikora mugatu: esnatzen garen unetik lo hartzen dugunera arte, gure buruarekin, beste norbaitekin zein taldean agertzen zaigun sexualitatea, eta, askotan, haur eta nerabeekin lanean ari garenean, esaterako, ez dakigu nola esku hartu.

Liburuxka hau praktikoa izatea nahi dugu, erabilgarria izatea, baliagarria; tresna gisa balio izatea nahi dugu: hezitzaile gisa esku hartzeko orduan zailantzak ditugunean liburuxka honetara jotzea nahi dugu.

Sorkuntzan ariketa kolektiboa izan den gisan, erabilpenean ere ariketa kolektiboa izan dadila nahi dugu. Sorkuntza aipatuta, eskerrak eman nahi dizkiegu bereziki Arrasateko Txatxilpuri Elkarteak hezitzaileei. Mila esker zuek bizitako esperientziak laborategi-saioetan elkarbanatzeaz gain, horietarako esku-hartze hezigarria proposatzeko ariketa egiteagatik. Ziur gaude zuen lana Euskal Herriko txoko txikienetan ere baliagarria izango dela.

Balio dezala, beraz, aisialdi hezitzailean (zein beste edozein eremutan) esku-hartze eraginkorrak sortzeko. On egin dagizue!

Sarrera	7
Sexualitatearen kontzeptu-esparrua	10
Sexualitatearen definizioa eta dimentsioak	10
Sexualitate hegemonikoaren kritika eta alternatiba	15
Sexualitatearen eremuak sexu-hezkuntzan	18
Sexu-hezkuntzan, gu ere eredu!	21
Egoera errealak eta jardunbide egokiak	24
Zure txanda!	66
Baliabide interesgarriak	72



Liburuxkaren helburua eta ikuspegia

Liburuxka honek aisialdi hezitzailearen eta hezkuntza ez-formalaren testuinguruan sexualitatea lantzeko tresna izan nahi du. Sexualitatea askatasunez, autonomiaz eta errespetuz bizitzeko bideak eskaintzen ditu, hezikidetza sexualetik (sexu-hezkuntza ikuspegi feministatik) abiatuta. Material hau hezitzaileentzako gida bat da, haur eta nerabeekin sexualitatearen inguruko hausnarketa eta lanaketa sustatzeko.

Liburuxkaren helburua ez da soilik informazioa ematea, hausnarketa kritikoa piztea eta eredu hegemonikoak zalantzan jartzeko gaitasuna gartzea ere bada. Sexualitateari buruz hitz egitea ezinbestekoa da pertsona guztiek beren gorputzak, desirak eta harremanak modu osasuntsuan eta errespetuzkoan eraiki ahal izateko. Hori dela eta, ikuspegi pedagogiko eta inklusiboa garatu nahi dugu, sexualitatea bizitzaren osotasunean ulertuz eta haren dimentsio guztiak kontuan hartuz.

Sexualitatearen lanketaren garrantzia aisialdi hezitzailearen esparruan

Aisialdi hezitzailea eta hezkuntza ez-formala gune pribilegiatuak dira sexualitate modu naturalean eta egokian lantzeko. Eskolako sexu-hezkuntza garrantzitsua den arren, sarritan ikuspegi biologizistara edo arriskuen prebentziara mugatzen da. Aisialdian eta eskolaz kanpoko hezkuntzan, ordea, harremanak eta bizipenak modu irekiagoan eta informalean aztertzeko aukera dago.

Sexualitatea lantzea eremu hezitzaile guztietan da beharrezkoa, baina aisialdian esparruan abantaila esanguratsuak ditu:

1. **Hurbiltasuna eta konfiantza:** gazteek askotan giro lasaigo eta irekiagoan hitz egin dezakete sexualitateari buruz, eskolan baino erosoago sentituz.
2. **Eredu alternatiboak sortzea:** genero- eta harreman-eredu hegemonikoak apurtzeko espazio seguruagoak sor daitezke.
3. **Plazeraren eta autonomiaren ikuspegia lantzea:** ez da soilik arriskuen prebentzioa aztertzen, baizik eta sexualitatea esperientzia aberasgarri eta askatzailetzat ulertzen da.

1. **Elkarrizketa eta zalantzak argitzea:** aukera gehiago: espazio informalen bidez, haur eta gazteek sexualitateari buruz dituzten galderak naturaltasunez egiteko aukera izaten dute.

Horregatik, hezitzaileak gai izan behar dira gazteen interes eta kezak ulertzeko, sexualitatea modu askatzailean lantzeko eta informazio fidagarria eta errespetuzkoa eskaintzeko.

Nori dago zuzenduta?

Liburuxka hau sexualitatea landu nahi duen edozein hezkuntza-eragileri zuzendua dago; nahiz eta aurrerago aurkeztuko ditugun egoerak hezkuntza ez-formalean planteatu eta hezkuntza ez-formaleko hezitzaileek landu. Hortaz, liburuxka hau ondorengoei zuzenduta dago:

- Hezitzaileak
- Familiak
- Haur eta gazteekin lan egiten duten bestelako profesionalak

Sexu-hezkuntza ikuspegi feministatik egitearen garrantzia

Sexualitatearen lanketa ezin da ulertu ikuspegi feministatik abiatzen ez bada. Heteropatriarkatuak eta genero-estereotipoek eragin handia dute

sexualitatea ulertzeko moduetan, eta sarritan gizakion bizipenak eta aurrerak mugatu egiten dituzte. Hori dela eta, beharrezkoa da sexualitatea era justu, askatzaile eta askotarikoan lantzea.

Hezkidetzako sexualak honako elementu nagusi hauek biltzen ditu:

- **Genero-estereotipoak apurtzea:** maskulinitate- eta feminitate-eredu tradizional eta hegemonikoak zalantzan jartzea, askotariko identitate eta adierazpenak onartuz.
- **Botere-harremanak aztertzea:** harremanetan ekitatea sustatzea eta desberdintasunak identifikatzea.
- **Autonomia eta plazera sustatzea:** sexualitatea autonomiatik, desiratik eta plazeretik bizitzeko eskubidea aldarrikatzea.
- **Sexu-aniztasuna aitortzea:** desiraren orientazio, genero-identitate eta harreman-eredu guztiak ikusaraztea eta hegemonikoak ez diren kiko errespetua bultzatzea.
- **Indarkeria matxisten prebentzioa:** Indarkeria matxista eta harreman toxikoak antzemateko eta prebentzeko tresnak eskaintzea.

Sexualitatea era positiboan, askatzailean eta osasuntsuan bizitzeko, beharrezkoa da norbanako guztien eskubideak bermatzea eta aniztasuna ikusaraztea eta ospatzea. Horregatik, hezkidetzako sexuala gizarte bidezkoago eta parekideagoa erailtzeko tresna pedagogiko ezinbestekoa da.



Sexualitatearen kontzeptu-esparrua

Sexualitatearen definizioa eta dimentsioak

Zer da sexualitatea?

Sexualitatea fenomeno askotarikoa eta konplexua da, eta dimentsio desberdinak hartzen ditu: ezaugarri genetikoak, anatomikoak, fisiologikoak, psikologikoak, etikoak eta soziokulturalen multzoa baita.

Ez da soilik ekintza erotikotara mugatzen, baizik eta gure izateko, loturak eta harremanak eraikitzeko eta desiratzeko moduen parte da. Sexualitatea, pertsona bakoitzaren identitatearekin, gorputzarekin, emozioekin edo/eta alderdi sozialekin lotuta dago.

Historikoki, sexualitateari buruzko ikuspegi desberdinak izan dira, eta gehienetan ikuspegi biologikista edo moralista nagusitu da. Hala ere, egungo ikerketek argi uzten dute sexualitatea ez dela kategoría itxi bat, esperientziak, kulturak, hezkuntzak eta norberaren hautuek baldintzatzen duten dimentsio integrala baizik.

Sexualitatearen dimentsioak aztertzean, ezinbestekoa da ohartzea alderdi fisikoak, psikologikoak eta soziokulturalak guztiz lotuta daudela. Sexualitatea ez baita modu isolatuan garatzen, ingurune jakin batean, historia eta gizarte-testuinguru baten barruan garatzen da. Hortaz, sexualitatea ezin da ulertu faktore biologiko hutsetan oinarrituta; desirek, emozioek, gorputza-ren esperientziek eta kulturalki eraikitako ideologiek elkarri eragiten diote, eta gure bizipen sexualak eraiki.

Sexualitatea, beraz, ez da errealitate estatiko edo iraunkor bat. Izan ere, historian zehar, sexualitatearen inguruko ideiak aldatu egin dira eta, egun, oraindik ere, eztabaida politiko, sozial eta kultural ugari sortzen ditu.

Hortaz, sexu-hezkuntza integral bat eskaintzeko, beharrezkoa da sexualitatea dimentsio desberdinetatik aztertzea eta ikuspegi zabal bat eskaintzea.

Sexualitatearen dimentsio nagusiak

1. Gorputza

Sexualitatearen dimentsio fisikoak, gure gorputzak sexualitatean duen paperari egiten dio erreferentzia. Gorputza da gure esperientzia sexualen oinarria, eta, horregatik, funtsezkoa da haren ezagutza eta zaintza egokia lantzea. Ondorengo hauek aintzat hartuz:

- **Gorputzaren ezagutza eta onarpena:** pertsona orok bere gorputza ezagutzeko eta errespetatzeko eskubidea du. Horregatik, gorputz-aniztasuna eta normatibitate fisikoaren kritika beharrezkoak dira gorputzaren autoestimua eta ongizatea lantzeko.
- **Gorputzaren funtzionamendua eta plazera:** gorputzaren anatomia eta funtzioei buruzko informazio egokia izateak garrantzi handia du. Horregatik, gorputzaren prozesu guztiak jakiteak norbere ezagutzan sakontzeko eta gorputza zaintzeko estrategiak garatzeko aukerak handitzen ditu.
- **Garapen eta aldaketa fisikoan eragina:** bizitzako etapa guztietan gorputzean aldaketa handiak gertatzen dira. Hori dela eta, aldaketarik horiek ezagutzeak eta prozesu horietan laguntza egokia jasotzeak norberaren identitate sexuala eraikitzen laguntzen du.
- **Osasun sexuala, ugalketaz harago:** osasun sexualak ez ditu soilik ugalketa-prozesuak barne hartzen, sexu-transmisiozko infekzioen ezagutza, higieenea, elikadura eta norberaren gorputzarekiko errespetua ere barne hartzen ditu.



- **Gorputzaren gaitasuna plazera eman eta jasotzeko:** gorputzak plazeraz bizi izateko eta adierazteko duen gaitasuna funtsezkoa da sexualitatearen garapenean. Plazaren potentzialitateak eragin zuzena du norbanakoren ongizatean eta harreman afektibo eta sexualetan. Plazera ezagutzea eta modu osasuntsuan esploratzea eskubide bat da, eta horrek sexualitatearen esperientzia aske eta errespetuzkoago batera bideratzen du.

Gorputzaren dimentsioa lantzea, beraz, ezinbestekoa da gizakiek beren sexualitatea modu osasuntsuan eta autonomoan bizi ahal izateko. Horri zor zaito sexu-hezkuntza integrala beharrezkoa izatea gorputzarekiko harreman positiboa eta autokontfiantza garatzeko.

2. Biziapena

Sexualitatearen dimentsio psikologikoa norberaren esperientzia eta sexualitatea bizitzeko moduari dagokio. Sexualitatea ez da bakarrik ekintza fisikiko bat, baizik eta gure nortasunaren eta emozioen parte da. Dimentsio honen barruan sartzen dira honako hauek:

- **Sexualitatearen autoezagutza eta autoestimua:** norberaren bizipen sexualia norbere burua ulertetik abiatzen da. Autoestimua, autokontfiantza eta gorputzaren onarpena funtsezkoak dira sexualitatea modu osasuntsuan bizitzeko.
- **Identitate sexuala:** norberak bere burua sexuatu gisa nola ulertzen duen, hau da, genero-identitatearekin eta desiraren orientazioarekin lotutako bizipen pertsonalak. Identitate sexuala erakuntza dinamikoa da, eta faktore biologiko, psikologiko eta sozialek eragiten dute.
- **Sexualitatearen adierazpen pertsonala:** sexualitatea bizitzeko eta adierazteko modu pertsonalak askotarikoak dira, eta esperientziaren, desiraren eta testuinguru sozialaren arabera aldatzen dira. Norberaren beharrak, erritimoak eta esperientzia intimoak errespetatzea funtsezkoa da bizipen positibo bat izateko.
- **Intimitatearen erakuntza:** intimitatea harremanen esparruan ez ezik, bakarka ere erakitzten da. Norbere gorputzarekiko eta emozioekiko lotura lantzea ezinbestekoa da, baita espazio intimo segurua eta biltutako sortzea ere. Sexualitatea modu autonomoan eta presiorik gabe bizitzeko baldintzak ezagutzea garrantzitsua da.
- **Segurtasuna eta ongizate emozionala:** sexualitatea askatasunez bizitzeko, beharrezkoa da segurtasun emozionala eta ongizatea bermeztatzea. Sexualitatearen inguruko beldurrak, lotsak edo barnaritutako estigmak landu beharrezkoak dira, esperientzia positibo eta osasuntsuak sustatzeko.

- **Esperientzia sexualen erakuntza:** sexualitatearen bizipena ez da aldi bakarreko prozesua, etengabe erakitzten den esperientzia baizik. Kulturalak, hezkuntza eta harremanek eragina dute sexualitatea bizi eta ulertzen dugun moduan. Esperientzia horiek modu kritiko eta askean aztertzea lagungarria da norberaren bidea aurkitzeko.

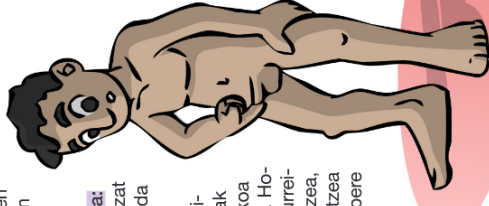
Bizipen sexualaren eta arlo psikologikoaren dimentsioa lantzea ezinbestekoa da norberaren sexualitatea askatasunez eta segurtasunez bizitzeko. Haurtzaroen eta nerabezaroen jaskotako mezuak eragin zuzena baitute pertsonen sexualitatearen autoezagutzan eta garapenean.

3. Desira

Desira sexuala eta emozioak elkarrekin lotuta daude, eta gizarteak horien inguruan erakitako diskurtsoek eragin handia dute gure desirak bizitzeko moduan. Dimentsio honen barruan sartzen dira honako hauek:

- **Desiraren erakuntza soziala eta pertsonala:** desira ez da soilik izaerara biologikoko zerbait, testuinguru sozial eta kultural baten barruan erakitzten den zerbait baizik.
- **Afektibitatea eta harreman intimoak:** afektibitatearen adierazpena eta intimitatearen garrantzia ezinbestekoak dira harreman osasuntsu eta errespetuzkoak erakitzeko.
- **Desiraren aniztasuna eta orientazioa:** desiraren orientazioaren aniztasuna aintzat hartzea eta errespetatzea ezinbestekoa da gizarte inklusibo bat erakitzeko.

Desira sexuala etengabeko bilaketa eta erakuntza pertsonalaren parte da, eta norberak bere desira ezagutzea eta arakatea funtsezkoa da sexualitatea modu autentikoan bizitzeko. Horrelarako, beharrezkoa da barnaritutako aurreiritziak, eskema moralistak zalantzan jarritzea, emozioak eta nahiak askatasunez esploratzea eta esperientzia berrii irekita egotea. Norbere desiraren ezagutza prozesu dinamikoa denez, horrek harreman osasuntsuak erakitzten eta norbere sexualitatea modu aberasgarri eta askatzailean bizitzeko laguntzen du.



4. Lotura eta harreman-praktikak

Harreman-praktiken dimentsioa lantzea ezinbestekoa da sexualitatearen askatasunez eta errespetuz bizitzeko. Izan ere, sexualitatearen inguruko heziketa ez da soilik informazio teorikoa transmititzea, balioak eta gaitasun kritikoa garatzea ere bada. Harremanak, desira, afektibitatea eta praktika sexualak zein erotikoko ulertzeko modu desberdinak daude, eta horiek guztiak gizarte-testuinguruak baldintzatzen dituzte. Horregatik, beharrezkoa da ondorengo hauetan azpimarra jartzea:

- **Praktika sexual eta erotikoen aniztasuna:** sexualitatea eta desira adierazteko modu ugari daude, eta horiek guztiak zilegi dira, betiere adostasunaren eta errespetuaren printzipioak betetzen badira.
- **Harreman afektibo eta sexualen askotariko dinamikak:** harreman-eredu tradizionalak (monogamia, bikote-harremanak) ez ezik, harreman irekiak, polimaitasuna edo beste harreman-eredu batzuk ere gero eta aitorugabeak izaten ari dira. Eta, gure eguneroko harreman mota guztien arteko (familia eta odolikidetasun-harremanak, laguntasuna...) hierarkizazioa zailtzen jartzen ari dira. Horien guztien konfigurazioa guztiz kulturala denez, existitzen diren harreman-aukerak guztiak aztertu behar dira.
- **Adostasuna eta autonomia sexuala:** praktika sexual eta erotikorok adostasunean oinarrituta egon behar du. Adostasuna ez da soilik "bai" esatea, plazeretik eta borondatez hartutako erabakia izan behar du. Autonomia sexuala, bestalde, norberaren nahiak eta mugak ezaigutzeko eta errespetatzeko gaitasuna da; sexu-hezkuntzaren oinarri gisa ulertu behar da.
- **Sexualitatea eta afektibitatea bizitzako etapa guztietan:** sexualitatea ez da soilik gaztarorekin edo helduarorekin lotzen, haurtzarotik zahartzarora arte aldatzen eta garatzen baita. Gorputzaren eta desiraren aldaketek ez dute sexualitatearen esperientzia mugatu behar, baizik eta horiei egokitzeko tresnak garatu behar dira.
- **Sexualitatearen eragin sozial eta kulturalak:** gizarteak eta kulturak sexualitatearen bizipena eta gauzatzea baldintzatzen dute. Sexualitateari buruzko tabuak, moralak eta erlijio-sinesmenek eragina dute pertsonen esperientzia sexualetan, eta funtsezkoa da horiek sexu-hezkuntzatik aztertzea.

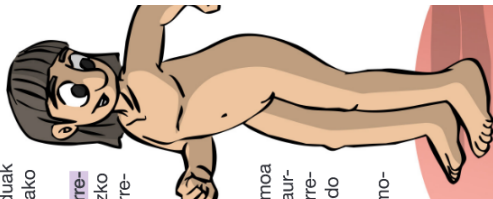
Harreman-praktiken dimentsioa lantzea ezinbestekoa da, norbanakoek beren sexualitatea modu autonomo eta kontziente batean bizi dezaten, eta errespetuan eta askatasunean oinarritzen diren harremanak eraiki ditzaten.

Sexualitate hegemonikoaren kritika eta alternatibak

Sexualitate hegemonikoaren ezaugarriak

Sexualitate hegemonikoa nagusiki dominazio eta sumisioaren logikan oinarritzen da, non harreman sexual eta erotikoko boterearen bidez artikulatzen baitiren. Historikoki, gizarteak eredu sexual eta erotikoki jakin batzuk inposatu ditu, eta eredu horiek hainbat ezaugarri nagusi dituzte:

- **Dominazioaren/sumisioaren logika:** harreman sexual zein erotikoki ghehietan nagusi den eredu botere-harremanetan oinarritzen da. Genero-rol estereotipatuak, gizonak subjektu aktibo eta dominante gisa aurkezten dira, eta emakumeak zein bestelako nortasun eta gorputz ez-hegemonikoak, berriz, subjektu pasibo eta esaneko gisa.
- **Androzentrismoa, sexista eta zisheteroaurtuta:** androzentrismoak gizonen esperientzia eta ikuspegia unibertsaltzatzen ditu, eta emakumeen zein bestelako nortasun eta gorputz ez-hegemonikoaren sexualitatea bigarren mailan uzten du. Gainera, zisheteroaurtutak gizartearen desiragarritzat jotzen diren harreman-ereduak heterosexualitatearen barruan kokatzen ditu, eta bestelako desira eta harreman ereduak baztertu edo gutxietsi.
- **Koitozentrismoa, genitalizatua, falozentrismoa eta erredukzionista:** sexualitate hegemonikoak zakilaren bidezko sarketa eta genitalen bidezko plazera kokatzen ditu harreman erotikoen erdigunean, eta bestelako praktikak eta esperientziak bigarren mailako gisa aurkezten ditu. Horrek sexualitatearen askotariko adierazpenak gutxiesten ditu, eta desira eta plazera genitaletara mugatzen ditu.
- **Monogamo-ekzkontidea:** bikote heterosexual monogamo harreman-eredu goren, zilegi eta desiragarri bakartzat aurkezten da. Beste harreman-eredu batzuk, hala nola harreman irekiak edo polimaitasuna, patologizatu egiten dira edo moraliki gaitzesten dira.
- **Moralista-arautzailea:** sexualitate hegemonikoak arau moral zorrotzak inposatzen ditu; desira eta praktika erotikoki batzuk zilegi jotzen dituen bitartean, beste batzuk gaitzesten edo zigortzen ditu.



Helduzentrismoa: haur eta gazteen sexualitatearen aitortza-falta

Sexualitate hegemonikoaren beste ezaugarri garrantzitsu bat helduzentrismoa da, hau da, haur eta gazteen (zein adinekoen) sexualitatea ukatzea edo patologiatzat hartzea. Horren ondorio nagusiak honako hauek dira:

- **Sexualitatearen eredu erreproduktibista eta helduzentrista:** sexualitatea ugalaketa-prozesura mugatzen duen ikuspegi baten ondorioz, haur eta gazteen sexualitateari zlegitasuna ukatzen zaio. Ondorioz, gazteek informazio eta espazio seguru gutxiago dituzte sexualitatea modu osasuntsuan bizitzeko eta esperimentatzeko.
- **Desira eta plazeraren aitortzarik eza:** askotan, haur eta gazteen desira eta plazer sexualak tabu gisa ikusten dira, eta horrek informazio egokirik ez ematea dakar. Informazio egokia, adin bakoitzari egokitutakoa, oinari zientifiko egiaztatua duena eta iturri fidagarrietatik eskuratzen dena litzateke. Gainera, informazio horrek balio etikoak errespetatu behar ditu eta pertsonen autodeterminazio sexualarekin zein eskubide sexualekin loturaketa egon behar du. Horrez gain, autonomia sexuala eta autoezagutza garatzeko behar dituzten tresnak ukatzen zaizkie, eta haien esperientziak beldurra, errua edo zigorra eragiten dute.
- **Sexu-hezkuntza paternalista eta prebentzionista:** sexu-hezkuntza gazteentzako arriskuen prebentzioari buruzko mezuetan oinarritzen da, baina ez du desira eta harremanen inguruko ikuspegi positiborik eskaintzen. Horregatik, sexu-hezkuntzatik, ezinbestekoa da haur eta gazteen agentzia sustatzea eta informazioa ematea, sexualitatean egon daitezkeen arriskuez haragoko lanketa pedagogikoa ziurtatzeko.

Sexualitatearen ikuspegia zabalduz

Sexualitate hegemonikoaren aurrean, sexualitateari buruzko ikuspegi zabalago sustatu nahi dugu, zeinak askatasuna, plazera eta aniztasuna erdiagun jarzen duen:

- **Sexualitatea, koitoaz eta bikote-harremanez harago:** sexualitatea ez da soilik sarketan edo bikote-harreman tradizionaletan oinarritzen. Praktika sexual eta erotikoak askotarikoak dira, eta norberak bere sexualitatea nahi eta beharren arabera bizitzeko eskubidea du.
- **Plazeraren eta autonomia sexualaren aldarrikapena:** sexualitatea ezin da soilik arriskuen prebentziara mugatu. Praktika orokorikoa eta plazererikiko ikuspegi positiboa eta autonomia bultzatzea funtsezkoa da, pertsona guztiek beren sexualitatea askatasunez eta segurtasunez bizitzeko aukera izan dezaten.

- **Identitateen, gorputzen eta desiren aniztasuna:** sexualitatearen ikuspegi alternatiboek desiraren, gorputzen eta identitateen aniztasuna aitortzen dute. Zisheteroarautik harago, sexualitateak askotariko orientazio eta praktikak har ditzake, eta guztiek merezi dute zlegitasuna eta errespetua.

Sexualitatea ikuspegi intersektionaletik ulertzea

Arestian aurreratu bezala, sexualitatea ezin da modu isolatuan aztertu, baizik eta pertsonen bizipenak zeharkatzen dituzten hainbat faktore sozial, ekonomiko eta kulturalekin lotuta ulertu behar da. Alegia, ikuspegi intersektionaletik abiaturik, honako errealitate edo aztergai hauek kontuan hartzea garrantzitsua da:

- **Klase soziala eta ballabideen eskuragarritasuna:** pertsona guztiek ez dute aukera berdina osasun sexualerako, hezkuntzarako edo norberaren identitatea askatasunez garatzeko, ballabideen banaketa desberdinek sexualitatearen bizipenaren eragin zuzena baitute.
- **Arrazializatutako pertsonen errealitateak:** arrazismo estrukturala eta aurreiritzi kulturalak arrazializatutako pertsonen gorputzekiko eta desirekiko diskurtsoetan islatzen dira, eta estereotipo eta diskriminazio zuzen bilakatu.
- **Desgaitasuna duten pertsonen errealitateak:** desgaitasuna duten pertsonak askotan bazterketa handiagoa jasaten dute sexualitatearen inguruan, haien desira, plazera eta harremanak askotan ukatuak edo infantilizatuak izaten direlako.
- **LGBTBI+ pertsonen errealitateak:** zisheteroarauak LGBTBI+ pertsonen beren identitatea eta harremanak askatasunez bizitzeko aukerak eta moduak mugatzen ditu sistematikoki, eta haien eskubideak eta beharrak esplizituki gutxietsi eta ezkutatu.
- **Lodifobia eta gorputzaren estandar estetikoak:** gorputzaren inguruko presio eta arau sozialek loditasuna estigmatizatzen dute, eta gorputzen desgaitasuna arautu. Lodifobiak pertsona lodia gertatu eta haien desira sexuala gutxiesten du, eta gorputz eta desira guztien zlegitasuna ukatu.
- **Adinari lotutako diskriminazioa:** sexualitatearen bizipena heldutasunarekin lotzen denean, pertsona adinekoek edo oso gazteek sexualitatea bizitzeko eskubidea gutxiesten da. Horregatik, adinaren arabera ezarritako muga sozialak hautsi eta adin guztietako sexualitateen onarpena bultzatu behar da.

Sexualitatearen eremuak sexu-hezkuntzan

Gorputzaren garapena eta aniztasuna

Gorputza eta horren garapena sexualitatearen oinarri dira. Hazkuntza-prozesuan, pertsonen gorputza aldatzen doa, eta prozesu horiek nor-maltasunez bizitzea ezinbestekoa da autoestimua eta norberaren identifikatzea erakitzeko. Gorputz-aniztasuna ulertzea eta onartzea funtsezkoa da arau estetiko mugatzaileek eragindako presio sozialak saihesteko. Horretarako, sexu-hezkuntzak gorputzaren aldaketen inguruko informazio fidagarria eman behar du, eta edertasun-kanon bakar baten gainetik pertsona guztien gorputzak zilegi direla azpimarratu.

Harreman interpertsonalak eta sare afektiboak

Sexualitatea harremanen bidez gauzatzen da, eta, horregatik, ezinbestekoa da harreman afektibo eta sozial osasuntsuak garatzea. Elkarrekin-ko errespetua, komunikazio asertiboa eta emozioen adierazpen askea funtsezkoak dira harreman positiboak erakitzeko. Sare afektiboek pertsonen garapenean eta ongizatean duten eragina lantzea beharrezkoa da, harreman-eredu anitzak eta aukera desberdinak kontuan hartuz.

Erreminta pertsonalak: autoestimua, autonomia, negoziazioa...

Autoestimua eta autonomia sexualia garatzea beharrezkoa da norberaren desirien eta mugen ezagutza lantzeko. Pertsonak norberaren beharrak, desioak eta mugak ezagutzeko eta errespetatzeko gai izatea garrantzitsua da, bai eta beste pertsonenak ere. Komunikazioa eta adostasuna lantzea ezinbestekoa da harreman osasuntsuak erakitzeko eta indarkeria matxistato edo presio sozialak ekiditeko.



Jokabide sexuala: plazera, desira, jarduera erotikoa
Plazera eta desira pertsona bakoitzaren esperientzia intimoaren parte dira, eta ezin dira tabutzat tratatu. Sexu-hezkuntzak desira sexualaren aniztasuna aitortu eta ulertarazi behar du, bai eta jarduera erotikoa modu seguruan eta autonomoan bizitzeko tresnak eman ere. Sexualitatea esperientzia positibo eta askatzailetzat ulertzeko, ezinbestekoa da informazio fidagarria eta zientifikoa eskaintzea.

Osasun sexuala, infekzioez harago: higieenea, prozesu fisiologikoei buruzko ezagutza...

Osasun sexuala sarritan sexu-transmisiozko infekzioekin (STI) solik lotzen bada ere, askoz haratago doa. Higieene pertsonalaren garrantzia, gorputzaren prozesu fisiologikoak eta horiek sexualitatean zer-nolako eragiten duten ulertzea ezinbestekoa da. Menstruazioa, eiakulazioa, hormona-aldaketak eta beste prozesu batzuk lantzea beharrezkoa da pertsonen gorputzarekiko konfiantza eta ezagutza sustatzeko.

Gizartea eta kultura: genero-rolak, sexu-aniztasuna...

Sexualitatea ezin da gizarte- eta kultura-testuingurutik kanpo ulertu. Genero-rolen eta sexu-aniztasunaren gaineko ikuspegi kritiko bat garatzea beharrezkoa da pertsonak askatasunez eta presiorik gabe hazteko. Asotarikako genero-identitateak eta harreman-eredu desberdinak lantzea

funtsezkoa da, sexualitatearen inguruko ikuspegi zabala eta inklusiboa garatzeko. Estereotipoetatik haratago, sexu-hezkuntzak askotariko aukerak onartzea eta balioztatzea sustatu behar du.

Eskunde sexualen adierazpen unibertsala

Sexualitatea pertsona ororen (haur eta gazteak barne) eskubide bezala ulertzea funtsezkoa da. Sexu-eskubideek pertsonen autonomia, plazera eta osasuna bermatzen dituzte, eta norbanakoek beren sexualitatea askatasunez eta errespetuz bizitzeko duten eskubidea aitortzen dute. Mundu-mailako hainbat erakundek eta dokumentuk onartu dituzte, besteak beste, World Association for Sexual Health (WAS), Nazio Batuen Erakundea (NBE) eta Yogyakarta Printzipioak. Sexu-eskubideen adierazpena ezinbestekoa da sexu-hezkuntza inklusibo eta askatzailea garatzeko.

1. Askatasun sexualerako eskubidea

- Pertsona orok bere sexualitatea libreki adierazteko eskubidea du.
- Indarkeria, esplorazioa eta sexu-abusu mota guztiak baztertu behar dira.
- Edozein garai eta testuinguruan errespetatu behar den eskubidea da.

2. Gorputzaren autonomia, osotasun eta segurtasun sexualerako eskubidea

- Norbanakoak bere bizitza sexualari buruzko erabakiak libreki hartzeko eskubidea du.
- Indarkeria, mutilazioa edo tortura ez jasateko eta gorputza segurtasunez gozatzeko eskubidea bermatu behar da.
- Norberaren etika pertsonalean eta sozialaren testuinguruan errespetatu behar da.

3. Pribatutasun sexualerako eskubidea

- Pertsona orok bere sexualitatea intimitatean bizitzeko eskubidea du.
- Besteren eskubideak urratzen ez diren heinean, erabaki eta portaera pertsonalak zilegitzat hartzen dira.

4. Berdintasun sexualerako eskubidea

- Diskriminazio oro saihesteko eskubidea bermatzen da, sexu, genero, adin, etnia, maila sozioekonomiko, erlijio edo gaitasun desberdinen arabera.
- Sexualitatea justizia sozialaren ikuspegitik errespetatu behar da.

5. Plazer sexualerako eskubidea

- *Pertsona orok bere sexualitateaz gozatzeko eskubidea du, baita autotortismoaren bidez ere.*
- *Plazera ongizate fisiko, intelektual eta espiritualaren iturri gisa aitortzen da.*

6. Emoziozko sexu-adierazpenerako eskubidea

- Sexualitatea ez da ekintza fisikoetara mugatzen; emozioen eta afektuen bidez ere adierazi behar da.
- Ereka, goxotasuna eta maitasuna adierazteko eskubidea jasotzen du.

7. Sexu-elkartze aserako eskubidea

- Pertsona orok erabaki dezake ezkontzea ala ez, banatzea edo nahi duen harreman-eredia erakitzea.
- Harreman-elkartze arduratsua aukeratzeko askatasuna bermatzen du.

8. Ugalkortasunari buruzko erabakiak libre eta arduraz hartzeko eskubidea

- Haurrak izateko ala ez izateko, haien kopurua eta erditzeen edo adopzioen arteko denbora-tarteak erabakitzeko eskubidea du pertsona orok.
- Askotariko ugaltze-metodoak erabiltzeko eta askotariko familia-ereduak sortzeko aukera bermatzen du.

9. Ezagutza zientifikoan oinarritutako informazioa jasotzeko eskubidea

- Sexualitateari buruzko informazio fidagarria jasotzeko eskubidea bermatzen du.
- Informazio hori metodo zientifiko eta etikoetan oinarrituta egon behar da.
- Gizarte osoarentzako eskuragarri eta zabaldua izan behar du.

10. Sexu-hezkuntza integralerako eskubidea

- Sexu-hezkuntza jaiotzetik zahartzarora arte jasotzeko eskubidea bermatzen du.
- Gizarte-erakunde guztiek sexu-hezkuntzaren hedapenean parte hartu behar dute.

11. Osasun sexualaren arretarako eskubidea

- Pertsonen osasun sexuala zaindu eta babesteko eskubidea bermatzen du.
- Osasun sexualaren prebentzioa, tratamendua eta arreta medikoa eskuragarri egon behar dira.
- Sexu-desorekak, infekzioak eta bestelako arazoak prebenitzeko eta tratatzeko mekanismoak bermatu behar dira.

Sexu-hezkuntzan, gu ere eredu!

Sexu-hezkuntzan hezitzaileon papera ezinbestekoa da, eta horrek hezitzaileon curriculum (sexual) ezkutua edo "motxila" propioa kontzienteki aztertzea eskatzen du. Sexualitateari buruzko diskurtso, jarrera eta aurreiritziaren transmisioa kontuan hartzea funtsezkoa da benetan askatzaila, inklusiboa eta koherentea den sexu-hezkuntza garatzeko. Hezitzaileok autohausmarketa garatu eta ikuspegi eraldatzaile bat txertatu behar dugu, gazteek beren sexualitatea modu aske eta errespetuzkoan gara dezaten.

Hezitzaileon rolaren garrantzia sexu-hezkuntzan

Hezitzaileok funtsezko eginkizuna dugu haur eta nerabeekin lantzen den sexu-hezkuntzan. Ez bailara soilik informazio-transmisore hutsak; eredu, bitartekari eta bidelagunak gara, gazteen esperientziak eta pentsamenak eraldatzeko ahalmena dugunak. Horregatik, ezinbestekoa da hezitzaileok sexu-hezkuntzari buruz dugun ikuspegia eta jarrera kontziente eta arduratsua izatea.

- **Hezitzaileon autohausmarketaren garrantzia:** norberaren sexualitatearen, gorputzaren, harremanen eta genero-roleri buruzko ideien inguruko hausnarketa ezinbestekoa da.

- **Ikuspegi inklusiboa eta feminista:** hezitzaileok generoa, desiraren orientazioa eta sexu-identitateen aniztasuna errespetatzen duen ikuspegia izan behar dugu.

- **Zalantzak eta aurreiritziak lantzea:** hezitzaileok gure aurreiritziak identifikatu eta horiek haur eta gazteen garapen sexualari nola eragiten dioten hausnartu behar dugu.

Hezitzaileon curriculum (sexual) ezkutua: heziketan eragiten duen dimentsioa

Esan bezala, curriculum espalizatuz gain, curriculum ezkutuarak ere eragin zuzena du sexu hezkuntzan. Curriculum ezkutua ez dira planifikatutako edukiak, espazio hezitzailean modu inkontzientean transmititzen diren balioak, jarrerak eta arauak baizik.

- **Hezitzaileon portaera eta diskurtsoak:** modu esplicituan esaten ez diren mezu asko gorputz-adierazpenaren, erreakzioen eta isiluneen bidez transmititzen dira.

- **Generoa eta harreman-eredua:** zer harreman mota aurkezten ditugu zi-legitizat? Monogamia, heterosexualitatea edo harreman tradizionalak sustatzen ditugu?

- **Plazera eta desira anitzen zilegitasuna:** plazera eta desira sexuala tabuizat tratatzen baditugu, gure curriculum ezkutuar mezu errepresibo bat transmitituko du.

Gure sexualitatearen alderdiak nola transmititzen ditugun aztertzea

Hezitzaile bakoitzak sexualitatearen inguruan gure ideiak, bizipenak eta sinismenak ditugu, eta horiek inkontzienteki transmititzen ditugu hezkuntza-testuinguruetan. Horregatik, beharrezkoa da autoanalisi kritikoa egitea eta hainbat aldagai aztertzea:

- **Maskulinitate- eta femininitate-ereduak:** zein irudi transmititzen dugu genero-roleri buruz?

- **Sexualitateari buruzko diskurtsoak:** zer hitz erabiltzen ditugu? Gai tabuak edo eufemismoak erabiltzen ditugu?

- **Sexualitatearen adierazpenak errespetatzea:** hezitzaileok haur eta nerabeek sexualitatea nola bizi duten ulertu eta errespetatu behar dugu.

Sexualitate osasuntsu eta positiboa sustatzeko estrategiak

Arestian aipatu bezala, sexualitatea lantzeko ikuspegi integrala eta askatzaile baliatu behar da. Ez da soilik prebentzioan oinarritu behar, baizik eta norbanakoaren autonomia eta plazeraren ikuspegia barneratu behar du. Horregatik, hona hemen hezitzaileok aurrera eraman ditzagun estrategiak:

- **Autonomia sexuala bultzatzea:** norberaren nahiak, mugak eta desioak ezagutzeko eta errespetatzeko gaitasuna garatzea.

- **Plazeraren zilegitasuna alortzea:** plazera ez da tabua izan behar; baizik eta sexualitate osasuntsu eta aske bultzeko eskubide gisa ulertu behar da.

- **Norberaren gorputzarekiko konfiantza lantzea:** autoezagutzaren eta autotesimuraren bidez, pertsonak beren sexualitatea askatasunez eta segurtasunez bizi ahal izatea sustatzea.

- **Begirada inklusiboa eta askatzaila txertatzea:** aniztasun guztien onarpena, gorputz-aniztasuna, sexu-identitateak eta orientazio ezberdinak barne hartuz.

- **Komunikazioan eta adostasunean oinarritutako eredu osasuntsuak sustatzea:** errespetuzko eta berdintasunezko harremanetan oinarritutako irizpideak garatzea.

Egoera errealak eta jardunbide egokiak

Egunerokotasunean etengabe agertzen zaigu sexualitatea, bizitzako edozein alderditan. Hezitzaileok, beraz, haur eta nerabeekin lan egiten dugunean ere, etengabe aurkitzen dugu sexualitatea gure eguneroko jardunean, eta, sarri, egoera horien aurrean esku hartu behar dugu. Egungo errealitatearen isla diren zenbait egoera suertatu ohi dira, batzuetan heldu bezala espero ez direnak ere bai, eta momentu horietan, zein gerora begira, esku-hartzearekiko zalantzak sortzea ohikoa da.

Horregatik, atal praktikiko hau osatzeko, Arrasateko Txatxilipurdi elkarteak kudeatzen dituen ludoteka zein gaztetxokoetan lan egiten duten hezitzaileekin hainbat saio eraman ditugu aurrera laborategi-formatuan. Beraien egunerokoan hurrekin eta nerabeekin sortzen zaizkien egoerak lantzea eta, irizpide orokor batzuk aintzat hartuta, egoera horietan nola esku hartu pentsatzea izan da asmoa. Horixe da, beraz, ondorengo orrietan jaso duguna: hurrekin eta nerabeekin izandako egoera errealak, egoera horien aurrean esku hartzea pentsatzeko irizpide orokorrak, esku hartzeko proposamenak eta egoeran gehiago sakontzeko eta lantzeko dinamika posibleak.

Hezitzaile den orori baliagarria izango zaiola uste dugu, antzekoak diren egoerak sor daitezkeela pentsatzen baitugu, irizpide orokorrek beste egoera batzuei erantzuteko balio dezaketelako. Proposatzen diren esku-hartzeek, gainera, inspirazio gisa ere balio dezakete. Atera probetxua, beraz, ondorengo proposamenari, badu eta horretarako mamia.

Ludoteka



Atal honetan Arrasateko ludoteketan kokatutako 3 egoera landuko ditugu. Hezitzaileek beraien jardunean bizitako egoera errealak biltzen ditu, baita egoera bakoitzari lotutako irizpide orokorrak ere. Hortik abiatuta, esku hartzeko proposamen bat garatu dute hezitzaileek: momentuan eta ondoren emango luketen erantzuna jasotzen da, zeharkako lanketa posibleekin eta kontuan izateko ohar garrantzitsuekin. Azkenik, gaiarekin lotutako dinamika praktikoak proposatzen dira. Dinamika konkretu horiek LHtik aurrera egiteko proposatzen dira. Batetik, lehenengo laborategi saioan identifikatutako egoera errealak sei urtetik aurrerako haurretan antzeman zirelako, eta, bestetik, hausnarketarako eta eztabaidarako dinamika gidatu horiek egokiagoak direlako 6 urte gorakoentzat. Adin txikiagokoentzat, beren garapena dela eta, konplexuegiak izan daitezke.

Jolas sinboliko sexualen aurrean...

Jolas sinbolikoa normalizatzea eta testuinguruan jartzea

- Haurren garapena ulertu. Adibidez, haurtzaroko etaparen garapen sexualari dagozkion ezaugarriak ezagutu.
- Dramatizatu eta erreprimitu gabe esku hartu. Adibidez, jolas sinbolikoan ager daitezkeen gai edo jokabideak ez epaitu, baizik eta ulertu eta orientatu.

Adostasunean eta errespetuan oinarritutako muga argiak ezartzea

- Adostasunari eta baimenari buruzko lanketa egin. Adibidez, jolasean parte hartzen duten guztien adostasuna beharrezkoa dela ulertarazi.
- Segurtasun emozionala eta fisikoa zaindu. Adibidez, ziurtatu jolasa ez dadila bihurtu inorentzat deseroso edo arriskutsu.

Elkarrizketarako eta hausnarketarako espazioak sortzea

- Galdera irekiak egin. Adibidez: "Zer esan nahi du zuentzat jolas honek? Nola sentitzen zarete jolasten zaretenean?"
- Komunikazio emozionala sustatu. Adibidez, haurrek euren emozioak eta esperientziak partekatu ahal izateko ingurune segurua sortu.

Neska talde batek ludotekan etxetxoak/txokoak sortzen ditu. Bertan "Egia edo erronka"-ra jolasten dira, beren inguruko haurrek "musukatzen ari dira" eta antzeko esaldiak esaten dituzten bitartean. Hezitzaileak, gustura dabilizan ziurtatu nahian, horiei galdetu eta gustura dabiltzala esaten dute. Egun batzuk geroago, zenbait familia gerturatzaren hasi dira haurrak ludotekara zertara doazen adieraziz. Kezkatuta, haurrak elkar musukatzerara joaten direla heldu zaie batzuei; musuak ematera bakarrik joaten direla entzun dutelako, ama batek elkari musuak ematen egon direla ikusi duelako... Guraso batzuk haurrek jakin-min handia dutela esaten dute eta denon artean konponbide bat eman beharra dagoela aipatzen dute.



Jolas sinbolikorako alternatibak proposatzea

- **Rolak dibertsifikatu.** Adibidez, genero- eta botere-dinamikak errepikatzen ez dituzten jolasak sustatu.
- **Jolasetan bidelagun izan.** Adibidez, haurrak autonomoak izan daitezuten utzi, baina behar denean orientazioa eskaini.

Ikuspegi hezigarria txertatzea

- **Harreman osasuntsuei buruz hitz egin.** Adibidez, haurrei jolasa harremanak eta errespetua lantzeko aukera gisa aurkeztu.
- **Hizkuntza egokitu.** Adibidez, gure ikuspegia edo gure beldurrak zertan oinarritzen diren azaldu, haurrek erabiltzen duten hizkuntzara egokitu.

Etika profesionaletik jardutea

- **Pribatasuna eta konfidentzialtasuna mantendu.** Adibidez, haurren jolasaren agertzen diren istorioak edo egoerak ez epaitu eta euren pribatasuna errespetatu.
- **Familiak kontu handiz inplikatu.** Adibidez, familiei ondorengo hau galdetu: "Zuen haurrek gaur jolas batean identitate ezberdinak esperimentatu dituzte. Zer iruditzen zaizue? Nola uste duzue lagundu dezakezuela jolasa etxean ere errespetuz eta askatasunez gartzen?".

Familiekin...

Entzute aktiboa eta epairik gabeko jarrera edukitzea

- **Familien kezak baliozkotu.** Adibidez: "Ulerzten dugu egoera honek kezkatzea eta galderak piztea; eskerrik asko gugana hurbildu izanagatik".
- **Ez gutxietsi eta ez dramatizatu.** Adibidez, familen kezkei erantzutean, tonu lasaia eta orekatua mantendu eta ez erori alarmismoan, ezta gutxiespenean ere.

Lasaitasuna eta profesionaltasuna transmititzea

- **Etiketa edo interpretazio helduzentrikoak saihestu.** Adibidez: "Garantzitsua da gogoratzea haurrek ez dietela gure esanahi bera ematen ekintza horiei; halentzat jolas sinbolikoa da, ez ekintza kontziente erromantikoa edo intimoa".
- **Hezitzaile gisa dugun rola hitz egin.** Adibidez, azaldu familiei hezitzaileen lana jolasaren bidezko ikaskuntza sustatzea eta segurtasuna bermatzea dela.

- **Esku-hartze hezigarria nabarmendu.** Adibidez: "Jolas horiek behatzen ditugunean, adostasunari, errespetuari eta denak eroso egoteari buruz hitz egiteko esku hartzen dugu".

Komunikazioa familia bakoitzera egokitzea

- **Balioen antzitasuna onartzea.** Adibidez: "Familia bakoitzak sexualitatea ulertzeko bere modua duela ulertzen dugu. Gure ikuspegia hezitzailea da beti, aniztasunarekiko errespetuan oinarritua".

Haurren sexu-garapenaren ezagutzatik informazioa ematea

- **Portaera normalizatu.** Adibidez, familiei haur txikien sexualitatearen garapena azaltzea, alarmismoak saihesteko.
- **Jolas sinbolikoan naturaltasuna defendatu.** Adibidez: "Oñiko da adin hauetan jolasaren bidez esploratzea. Ludotekan, errespetuari, mugel eta harreman osasungarriei buruz ikasteko aukera gisa interperatzen dugu".
- **Epaia eta erruduntasunaren inpaktu negatiboa azpimarratu.** Adibidez: "Garantzitsua da jolas horientatik errudun edo lotsatuta sentiarazten dituzten erreakzioak saihestea; horrek eragin negatiboa izan dezake intimitatearekin eta emozioekin duten harremana gartzeko moduetan".

Ludoteka babeserako eta zaintzarako espazio gisa aurkeztea

- **Espazioa segurua dela azpimarratu.** Adibidez: "Ludotekan haur bakoitzaren ongizate fisikoa eta emozionala zaintzen ditugu. Jolasak gainbegiratu eta orientatzen ditugu, denak eroso senti daitezten" edo "Edozein elkarrekinza adostu behar dela azaltzen diegu, eta aukerak eskaintzen dizkiegu jolasa adostutako mugeetatik aldentzen bada".

Lankidetzeta eta balliadeak eskaintzea

- **Elkarriketa eta lankidetzeta jarraituati atea ireki.** Adibidez: "Gai horiei etxean nola heldu zailentzari baduzue, gu prest gaudete horretan laguntzeko".
- **Sexu-hezkuntza integrala gomendatzea/eskaintzea.** Adibidez: "Arrasateko Emakume Txokoak aholkularitza sexologikorako zerbitzua kudeatzen du, eta, nahi baduzue, gaiari buruzko prestakuntza antola dezakegu familientzat".

Hezitzaileek proposatutako esku-hartzea

Momentuan

Haurrekin:

- Egoera lasaitasunez hartu.
- Epaikeitarik gabe haurrekin galdera irekiak naturaltasunez egin, konfiantzatik hitz eginda.
- Haurrak eroso daudela ziurtatu eta denon artean adostutako arauen inguruan galdetu.
- Behatzen gaudela eta jolasen sartu gabe, arauak errespetatu ezean gertatu daitekeenaren inguruko iradokizunak eman.

Ondoren

Hezitzaileekin:

- Kezkak, beldurrak zein zalantzak partekatu, elkarri lagundu eta hausnartu.
- Koordinazio-bileran, ideia berriak jasotzeko helburuarekin, gainerako hezitzaileekin partekatu.
- Gaiaren inguruan formakuntza jaso eta informazioa bilatu.
- Diskurtso bateratua prestatu, gurasoengana jo behar denean denok mezu berdina emateko.

Zeharka

Taldearekin zuzenean:

- Haurrekin gaia lantzeko konplizitate momentu bat sortu. Nondik dator jolasaren interesa? Nola sentitzen dira? Zergatik gustatzen zaie? Zein da identifikatzen dugun beharra? Zer dago horren atzean?
- Ondoren, beharren arabera, esku hartzeren bat antolatu: tailerrak, zabalitzen kutxa...

Ludotekean zeharka:

- Egunerokotasunean gaiaren inguruko ipuinak eta liburuak eskuragarri jarri; baimena eta mugak landu jolasetan.
- Mezuak denel eman, guztientzako bateratuak (adibidez: "ez baduzu nahi, ez duzu zertan egin behar").

Familliarekin:

- Lasaitasuna mantendu eta beraien zalantzak profesionaltasunez entzun, haurren garapenean ohikoa dela azaltzen salatu (ludotekan edo ludotekatik kanpo gertatuko dela argi utzi).
- Ludotekan arauak eta mugak daudela azaldu.
- Beraien ongizatea garrantzitsuena dela azaldu, umeak babestuta eta zainduta daudela egoera horiek pasatzen diren bitartean.
- Haien zalantzak eta kezkak entzun, haurren behar eta interesak kon-tuan hartuta, ludotekan lanketa egingo dugula alpatu. Nahiz eta ludo-tekan izan, kalean ere pasa daitekeela esan.
- Behar izatekotan, bilera orokorra proposatu.

Ohar osagarriak

- * Udaleko sexologia-aholkularitzako zerbitzuari haurren adin-tartearen araberako sexu-garapenari dagozkien ezaugarriak eskatu, gurasoei eskuragarri jartzeko.

* Gurasoei segurtasuna transmititzeko, hezitzaile lantaldean sexualitateari eta sexu-hezkuntzari lotutako konpentziak (formakuntzen, jardunaldien zein bestelakoen bidez ikasitakoak) partekatu; lantaldeak sexualitatearen pedagogikoki lantzeko dituen gaitasunetan azpimarra jarri.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena

Afektuen mapa.

Helburua

Afektua adierazteko modu desberdinak aztertzea, norberaren mugak ezagutzeta eta elkarren arteko errespetua sustatzea.

Gomendatutako adina

6-11 urte.

Materiala

Paper handia edo kartulinak, koloretako errotulagailuak, afektua adierazteko moduen irudiak (besarkadak, masaileen musuak, eskuak elkarri ematea, etab.).

Garapena

1. **Idea-jasa.** Taldeari galdetu nola adierazten dioten afektua beste pertsona batzuei eta zerrenda bat egin arbel edo paper handi batean. Erantzunak honako hauek izan daitezke: besarkadak, musuak, hitz politak esatea, opariak egitea, elkarri eskua ematea, etab.
2. **Maitasun-mapa:** ume bakoitzari gorputzaren silueta duen paper bat eman. Bertan, gorputzaren atal desberdinetan idatziko edo marraztuko dute nolako afekzio motak gustatzen zaizkien, eta non (adibidez, "besarkatzea gustatzen zait" besoetan, "eskua ematea gustatzen zait" eskuetan).
3. **Mugei buruzko hausnarketa:** azaldu pertsona guztiek ez dituztela gustuko afektua adierazteko modu berdinak. Anima itzazue umeak euren mapa partekatuzera (nahi badute, beti erabakiak errespetatuz).

Itxiera eta hausnarketa

Taldeari galdetu zer ikasi duten eta nola errespetatu ditzaketen besteen mugak. Indartu ondorengo ideia hau: bakoitzak bere afektu-adierazpen propioak dituela, eta norbait ukitu aurretik beti balmena eskatu behar dela.

Egoera

Haur batek besteen aurrean zakila erakutsi du. Ondoko haurren erreakzioak askotarikoak izan dira: harridura, barreak... Horren aurrean, hezitzaileek esku hartu eta gorputza esploratzeko espazio itxi edo pribatuagoen egokitasunaz eta hori egiteko beste pertsonen baimenaren behararen inguruan hitz egin diete. Horrela, haurrak komunean sartu dira. Bat pixa egiten ari den bitartean, bestea bere zakila ukitzen ari da. Momentu horretan, hezitzailea komunean sartu da eta hori ikusi du. Horetako haur batek, afektu bila, hezitzaileari aurpegia hartu eta musua eman dio ezpainetan eta arreata deitzeko titiak ukitu dizkio. Ondoren, ipurdia ere ukitu dio eta barre egin du. Horren ostean, besteak ere ipurdia ukitu dio.

Irizpide orokorrak

Haurren exhibizionismoaren aurrean...

Lasai erreakzionatzea eta portaera normalizatzea

- Haurren sexu-garapenetik interpretatu. Adibidez, haurren jakin-mina eta portaerak garapenaren parte direla ulertu, interpretazio helduzen-trikoak saihestuz.
- Epaiketa edo erreakzio alarmistak saihestu. Adibidez: "Ulerzen dugu zure gorputzarekiko jakin-mina izatea, baina garrantzitsua da ikastea noiz eta non erakutsi gorputzeko atal batzuk".

Errespetuari eta pribatutasunari buruzko muga argiak ezartzea

- Gorputz-atari pribatuaren kontzeptua sartu. Adibidez: "Gure gorputza berezia da, eta atal batzuk pribatuak dira. Honek, adibidez, komunean edo familiarekin etxean erakusten dira".
- Baimenari eta adostasunari buruz hitz egin. Adibidez: "Beste pertsona baten gorputza ukitu aurretik, beti galdetu behar dugu".

Taldean errespetuzko giroa sustatzea

- Gainerako haurren erreakzioak kudeatu. Adibidez: "Ez dugu beste gorputzari buruz barre egiten. Gorputz guztiak desberdinak eta bereziak dira, eta errespetatu egin behar ditugu".
- Arreta birlideratu. Adibidez, gorputzari buruzko jolasak edo elkarriketak modu hezitzailean orientatu, eta beste gai batzuez ere hausnartzeko bidea eskaini.



Hausnarketarako espazioak eta momentuak sortzea

- Gorputzari eta intimitateari buruz hitz egin. Adibidez, haurren adinera egokituak hizkuntza erabiliz, gorputzaren zaintza, pribatutasuna eta intimitatea lantzeko espazioak sortu.
- Baliabide didaktikoak erabili. Adibidez, ipuinak, liburuak, istorioak edo antzerki-jolasak erabiliz, gorputzaren eta intimitatearen inguruko kontzeptuak landu.

Prebentzio- eta lankidetzakuspegiarekin jardutea

- Ludotekan arau argiak ezarri. Adibidez: "Gaur haurrekin hitz egin dugu gorputzaren pribatutasunarekiko errespetuaz. Hori naturala da haren garapenean, baina garrantzitsua da mugak ezagutzen ikastea. Nahi izanez gero, etxean ere lan egiteko ballabideak eskaini diezazkiekegu".
- Familiarekin lankidetzan aritu. Adibidez, gorputzari buruzko jolasak edo elkarriketak modu hezitzailean orientatu, eta beste gai batzuez ere hausnartzeko bidea eskaini.

Haurrek hezitzailean gorputz-mugak gainditzeko dituztenean...

Momentuan muga argiak eta errespetuzkoak ezartzea

- Berehalako erantzun lasaia. Adibidez: "Ulerzen dut jolastu edo matxuratu erakutsi nahi izatea, baina ez dago ondo ni ukitzea nire baimenik gabe. Beste modu batera ere erakutsi dezakegu matxurak, esaterako, beste bat eskatuz edo hitz eginaz".
- Mugak normalizatu. Adibidez: "Guztiok ditugu gure gorputzarekin eroso edo deseroso sentitzen garen momentuak eta horietan mugak ezartzen ditugu. Garrantzitsua da elkarri galdetzea ea eroso gauden".
- Muga osasungarriak erakutsi. Adibidez, haurren jakin-mina eta portaerak garapenaren parte direla ulertu, interpretazio helduzentrikoak saihestuz.
- Segurtasun- eta konfiantza-jarrerari eutsi. Adibidez, hezitzailearen jarrerak haurrei segurtasuna transmititu behar die, autoritatea irmotasuneik eta konfiantza goxotasuneik praktikatu.

Adierazpen emozional eta afektiborako alternatibak eskaintzea

- Arreta edo afektuaren beharra birlideratu. Adibidez: "Nire arreta behar baduzu, eska diezadakezu hitzak erabiliz edo eskua altxatuz. Zuretzat nago hemen".

- Afektu positiboko dinamika sustatu. Adibidez: "Besarkada adostuak", "hitz politak" eta antzeko praktikak sustatu.

Baimenari eta errespetuari buruz irakastea

- Hizkuntza haurren garapen-mailara egokitu. Adibidez: "Norbaitek abisatu gabe zu ukitzea nahi ez duzun bezala, niri ere baimena eskatu behar didazu hori egin aurretik".
- Ez abiatu hausnarketa kolektiborik ondoren haurren baimenik gabe. Adibidez, gertatutakoa taldean landu nahi badugu, haurrari aurretik galdetu; ez lotsarazteko edo deseroso sentiarazteko. Baimenaren eta errespetuaren eredu izan.

Hezitzaileek proposatutako esku-hartzea

Momentuan

Haurrekin:

- Lasaitasunetik hitz egin, ez epaiketatik, eta horretarako lekua eta momentua ez dela adierazi, baita posible dela inguruan dagoen jendeak hori ikusi nahi ez izatea ere, deseroso sentitzea.
- "Alternatibak" eskaini: noiz, non, zeinekín, nola... egin dezakeen.

Beste haurrekin:

- Erreakzio ezberdinak dituzten haurrekin hitz egin; paraleloki, gorputzari zein gorputz-atale "naturaltasuna" eman.
- Haur horien momentu horretako sentimendu eta emozioei lekua eman.
- Egoerak deseroso sentiarazi badu norbait, lekua eman bere muga edo sentimenduak adierazteko.

Hezitzaileek:

- Diskurtso bateratua izan une oro: haurra ez epaitu, lotsarik ez eragin...
- Gurasoak bila datozenean, gertatutakoaren inguruan hitz egin, egoerari "naturaltasuna" eman ez eta, gurasoen arabera, hitzak neurtzen saiatu gertatutakoa adierazterako orduan.

Ondoren

Hezitzaileek:

- Gainerako hezitzaileekin konpartitu (zer geratu den, nola sentitu garren...), beste ikuspegi batzuk lagungarriak izan daitezkeelako.
- Formatu.

Zeharka

Haurrekin:

- 3-6 urte: Ipuin-kontaketa: "La bici de Lola", "Zure gorputza zurea da".
- 6-8 urte: "Zure gorputza zurea da" liburua baliatu eta haurrekin batera "Sexualitatearen txokoa" sortu ipuin horretako atal desberdinak landuz (gorputz-atalak, mugak, sekretuak...).
- 9-12 urte: Talde txikietan hausnarketara bideratutako saioa(k). Adibidez, "Zure gorputza zurea da" liburuan agertzen diren gai ezberdinen lanketa (gorputz atalak, mugak, sekretuak, sentimenduak, bizipenak...).

Ohar osagarriak

- * Hezitzaileok ohartzea askotan erakusten dena zakila dela, eta ez alua. Hori ere haurrekin lantzeko erabili.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena

"Nire gorputza, nire espazioa"

Helburua

- Haurrei erakustea zein gorputz-atal diren pribatuak.
- Afektibitatearen, jolasaren eta jokabide desegokiak arteko aldea azaltzea.
- Norberaren eta besteen mugekiko errespetua sustatzea.

Gomendatutako adina

6-11 urte.

Materiala

- Gorputzaren atal desberdinak erakusten dituzten irudiak (marrazkiak edo siluetak).
- Kartulinak hitz hauekin: "publikoa", "pribatua", "baimena", "kontaktu", "jolasa" ...
- Hausnarketarako egoerak deskribatzen dituzten txartelak.

Garapena

Gorputza eta bere espazioak

- Silueta edo panpina bat erakutsiko zaie eta zera galdetuko zaie:

Zein gorputz-atal erakusten dugu leku publikoetan? (Adibidez: aurpegia, eskuak). Zein gorputz-atal dira pribatuak? (Adibidez: genitalak, ipurmasailak, bularra). Norberaren gorputza ezagutzea normala dela azalduko zaie, baina espazio pribatuetan egitea komeni dela (logelan edo komunean, adibidez).

Zeintzuk dira egokiak, eta zeintzuk ez?

- Egoera desberdinak dituzten txartelak aurkeztuko dira eta egokiak diren ala ez eztabaidatuko da:
- "Lagun batek eskuetatik heldu dizu jolasteko" (egokia)
- "Norbaitek komuneko intimitatean zure zakila ukitu du" (desegokia)
- "Lagun batek besarkatu egiten zaitu pozik dagoelako" (egokia)
- "Norbaitek zure baimenik gabe ukitzen zaitu" (desegokia)
- Azalduko da gure gorputza gurea dela eta inork ez duela eskubiderik gure baimenik gabe ukitzeko.

Baimena eta errespetua

- Norbait ukitu aurretik baimena eskatzearen garrantzia azalduko da (nahiz eta jolasan edo afektibitate-keinuetan izan).
- Bikoteka, umeek ekintza bat proposatuko dute (eskuak ematea, besarkatzea, bostekoa ematea), eta besteak esango du gustuko duen ala ez.
- "Ez" esaten denean errespetatu egin behar dela azpimarratuko da.

Ixtiera eta hausnarketa

- Galdetuko zaie zer ikasi duten euren gorputzaz, mugez eta errespetuaz.
- Azalduko da gorputzaren esplorazioa normala dela, baina leku egokietan egin behar dela eta beste inor ezin dela inplikatu baimenik gabe.
- Indartuko da kontaktu fisikoa beti adostuta egin behar dela eta deseroso sentitzen badira edo zerbait ulertzen ez badute, heldu fidagarri bati kontu diezaioketela.

Egoera

Mutilak egoten diren (generoaren eta adinaren arabera espazioak banatuta daudela ikus daiteke) ludotekako espazio bateko txoko batean mutil batek bihotzak marraztu ditu eta beste batek "mutilek ez dutela hori egiten" esan diola entzun duzu. Aldi berean, beste mutil bat negarrez hasi da eta haur batek "nik horregatik ez nuke negarrik egingo" esan dio hezitzaileari "gizonezkoek ez dute negarrik egiten" esaldiarekin batera. Emozioen kudeaketa landu beharrekoa dela argi ikusten du hezitzaileak. Mozorroen txokoa ere badago ludotekan, eta haurrek jantziak erabiltzerako orduan "hori neskena" edota "hori mutilena" dela eta antzeko komentarioak entzun dituzte hezitzaileek. Aldi berean, batzuk azazkalak margotzen dabilta. Erijiogatik margotzen ez dituzten haurrak daude.



Irizpide orokorrak

Genero-estereotipoen aurrean...

Genero-rol eta -adierazpenen aniztasuna sustatzea

- Generoarekin loturiko mugak zabaltu. Adibidez, haur guztiak normalean "beste generoarekin" lotzen diren jolasetan, zereginetan edo roletan parte hartzera gonbidatu.
- Askotariko ereduak ikusarazi. Adibidez, ipuinetan, jolasetan eta material didaktikoetan askotariko rol eta identitateak sartu.

Genero-estereotipoei buruzko hausnarketarako espazioak irekitzea

- Galdere irekiak erabili. Adibidez: "Zergatik uste duzue mutilak ezin dutela negarrik egin?"
- Estereotipoen eraginari buruz hitz egin. Adibidez: "Ikusi duzue jostailu-dendetan jostailuak kolore desberdinen arabera antolatuta daude-lab? Zuen ustez, zergatik egiten dute hori?"

Etiketarik gabeko emozioak eta portaerak baloratzea

- Emozioak unibertsalak direla indartu. Adibidez: "Tristura sentitzea

edo negar egin nahi izatea denok sentitzen dugu batzuetan, ez du axola mutila zaren".

- Etiketak indartzea saihestu. Adibidez: "Mutlak zakarrak dira edo nekak delikatuak dira eta antzeko esaldiak ez dira onartzen ludotekan".

Banakako gustuekiko eta hautuekiko errespetua sustatzea

- Ezohiko hautuak onartu eta baliozkotu. Adibidez: "Zure aukera oso interesgarria da, nire ereduaz zara! Ideia bikaina iruditzen zait!".
- Ezberdintasunek aberastu egiten dutela irakatsi. Adibidez, haurrak ohartarazi aniztasunak taldea aberasten duela eta ez dela "normale-na" denaren arabera epaitu behar.

Egunerokoan eredu izatea

- Eredu izan: Adibidez, gizonezko hezitzaile batek zaintzari lotutako jolasetan parte har dezake.

Genero-arauen transgresioen aurrean, erlijio-sinismen edo kulturagatik deseroso sentitzen diren haurrekin...

Haurrekin entzute aktiboa eta errespetu kulturala praktikatzea

- Haurraren sinismenak ezagutzea eta deserosotasuna baliozkotzea. Adibidez, "Ulertzen dugu gaitzetzeko haurrak egiten ari diren berria edo desberdina izan daitekeela zure etxean edo komunitatean ezagutzen duzunarekiko. Jakin nahi genuke nola sentitzen zaren".
- Inposizioak saihestu. Adibidez: "Ludotekan gauza askorekin esperimentatu dezakezu, baina ez da beharrezkoa dena egitea. Zure eritimoa eta sinismenak errespetatuko ditugu".

Pedagogia antirrazizistatik abiatuz, talde-elkarrizketa sustatzea

- Hausnarketa kolektiborako guneak sortu. Adibidez, talde-hausnarketa sustatu, haur guztiak euren esperientziak eta ikuspegiak partekatzeo aukera izan dezaten.
- Estigmatizazioak saihestu. Adibidez, desberdintasunak azpimaratu beharrean, aberastasun moduan aurkeztu, haurrek beren burua epaituta senti ez dezaten.

Ludotekan aniztasunetik eta elkarrekiko errespetutik jardutea

- **Ludoteko arauak** balio unibertsal gisa azaldu. Adibidez: "Ludotekan uste dugu pertsona guztiak nahi bezala jantzi, jolastu edo adieraz daitezkeela, beterie gainerakoak errespetatzen baditugu. Horrek ez du esan nahi denok berdin egin behar dugunik, desberdintasunekin bizi gaitzkeela baizik".
- **Eredu askotarikoak eta positiboak proposatu.** Adibidez, jolas, material eta erreferenteen bidez kultur aniztasuna ikusgarri bihurtu.

Hezitzaileek proposatutako esku-hartzea

Momentuan

Haurrarenkin:

Esan duenarekin edo dutenekin:

- Esaten duenaren zergatira joan. Galderak egin (talde osoari egin dakizkiote) informazioa eskuratzeko: "non entzun duzu? Zergatik esaten duzu hori? Zer egiten dute mutilak?" ...
- Alderdi emozionalaren inguruan galdetu. "Zergatik esan duzu hori? Zerk eragiten dizu? Eta beste bati eragingo dio zure modu berdinean?"

Mezua jasotzen duenarekin edo dutenekin:

- Nola sentitu den galdetu. Alderdi emozionala landu. Nola sentitu den horri izena jarri.
- Talde horrekin esku hartzeko denbora bat eman eta denbora batera galdetu. Seinaltatu ez izateko eta sentitzeko.

Azazkalak margotzearen gaia

Margotzen duenak:

- Onartu, nahia dago, baina ludotekatik kanpo egoera zaurgarrian utzi behar dugula jakinda, haur eta hezitzaileen artean geratu.
- Batzuk nahiz eta nahi, badakigu ludotekatik kanpo arrazoi ezberdinekangatik ez dituztela azazkalak margotzen. Hezitzaile eta hauraren artean zeozer bilatu: "Hemen margotuko dugu baina etxera joatean kenduko dugu".

Ez duenak margotu:

- Ez dugu indartuko edo sustatuko.

Ondoren

Gurasoekin:

- Lasaitasunetik haien zalantzak, galderak entzun eta baliozkotu.
- Aldi berean, ludotekako mugak argi azaldu (zertan sinesten dugun esan).
- Beti ulermenetik hitz egin.
- Esaldi estereotipatuen lanketa ludotekatik aparte, etxean ere egin (eskolatik... etortzen baitira askotan).

Zeharka

Aurreikuspen-lanak:

- Behaketaren bidez, egiten dutena indartu egoera horiek gertatzea sailhesteko.
- Estereotipoetatik at dagoen zerbaite egiten ari bada, indartu.
- Daukagun materialari buelta bat eman (liburuak, moztorroak...).
- Erabiltzen diren liburuak, musika... zaindu.
- Egunerokotasunean ematen diren egoeren aurrean (gaiarekin lotutakoak) hausmarketara bideratutako elkarriketak sustatu; koordinazio-bilera batean, esaterako.
- Gainerako hezitzaileekin partekatu.
- Lider positiboa baliatu.
- Hezitzaileok eredu izan.

- Estereotipoak apurtzea bultzatzen duten mezuak helarazi (modu nar-turalean, zeharka). Egunerokotasunean sortzen diren egoerak gorai-patu, zeharkako moduan helarazten joateko.

*Botere-harremanak: askotan horrelako mezuak botatzen dituzten haur-rak harreman horietan botere handiena dutenak izaten dira. Egoera batzuen aurrean behintzat botere harremanak lantzea beharrezkoa dela ikusten da.

Ohar osagarriak

- * Sexualitatearen paradigma lantzea eta norberaren lanketa per-sonala egitea, gero haurrekin eta familiarekin esku hartzeko.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena	"Nor da nor?"
Helburua	• Genero-estereotipoak identifikatzea eta horiek zalantzan jartzea. • Jarduera, josteta eta emozioen adierazpenean aniztasuna sustatzea. • Haurren artean errespetuzko jarrerak eta hausnarketa kritikoa bultzatzea.
Gomendatutako adina	6-11 urte.
Materia	• Paper-orriak, arkatzak, kartoizko txartelak, mozorroak eta irudiak.
Garapena	1. Hasierako hausnarketa 1.1. Galderak eta solasaldia • Haurrak borobilean eserita, honako galdera hauek planteatutako dira: - "Badaude nesken eta mutilen jolasak?" - "Guztiok senti ditzakegu emozio berberak?" - "Zerbait egitea gustatzen bazaizu eta norbaitek esaten badizu hori ez dela zure generokoa, zer egingo zenuke?" • Haurrei haien esperientziak partekatzeko gonbidapena egingo zaie. Inor behartu gabe, baina parte-hartzea sustatu. 2. "Genero-txartelak" 2.1. Banaketa eta pentsaraztea • Haurrei generoarekin lotutako hainbat hitz edo ekintza izango dituzten txartelak banatuko zaizkie. Adibidez: - "Futbolaria", "Ile-apaintzailea", "Indartsua", "Sentikorra", "Lidera", "Negar egiten du", "Arrosa gustatzen zaio", "Berdea gustatzen zaio", "Makilatzen da", "Ez da ausarta", "Superheroiak gustuko ditu", "Margotzea gustatzen zaio", "Antzeztea gustatzen zaio", "Lagun ona da" ... • Haurrei eskatutako zaie hitz horiek nesken, mutilen edo bien artean banatzeko.

2.2 Txartelen azterketa	• Behin guztiek sailkatu dituztenean, taldean aztertutako dugu. - "Zergatik jarri duzu hau nesketan/mutiletan/bietan?" - "Norbaitek beste leku batean jarriko luke?" - "Hau benetan hala da edo uste dugulako da hala?"
2.3 Ezabatu mugak!	• Hezitzaileak mahai gainean dauden kategoriak ezabatutako ditu (neske-na/mutilena) eta denak nahastea proposatuko du. • Haurrei galdetuko zaie: - "Norbaitek nahi du beste leku batean jartzea?" - "Badago denok egin ezin dugun ezer?"

3. Adierazpen askea	
3.1. "Nire orria, nire aukera"	• Haurrek marrazki bat egingo dute, nahi duten moduan. • Bakoitzak zerbait esanguratsua margotuko du bere burua adierazteko (arropa, emozioak, ekintzak...). • Bukatutakoan, banaka azalduko dute: - "Zergatik margotu duzu hori?" - "Badago ezin duzula egin esan dizuten baina zuk egin nahi duzun zerbait?"

Itxiera eta hausnarketa	• Ideia orokorrak planteatu: - "Zer ikasi duzu gaur?" - "Zerbait desberdin pentsatzen duzu orain?" - "Zer egingo zenuke norbaitek esaten badizu zerbait neskena/mutilena dela?" • Haurrek partekatu nahi dutena entzungo dugu eta taldeari eskerrak emango zaizkio.
--------------------------------	--



Atal honetan Arrasateko gaztetzokoetan kokatutako 3 egoera landuko ditugu, arestian ludotekaren kasuan erabilitako egitura berdinari jarraituz. Hezitzaileek beraien jardunean bizitako egoera errealak biltzen dituzte, baita egoera bakoitzari lotutako irizpide orokorrak ere. Hortik abiatuta, hezitzaileek esku hartzeko proposamen bat garatu dute: momentuan eta ondoren emango luketen erantzuna jasotzen da, zeharkako lanketa posibleekin eta kontuan izateko ohar garrantzitsuekin. Azkenik, gaiarekin lotutako dinamika praktikoak proposatzen dira.

Nerabe batek bere inguruko bi pertsona “lialtzen” dabilzan bitartean mugikorrarekin grabatzen ditu, eta bideoa bere lagunen artean zabaltzen du. Zabalkunde horrek, inongo mugarik izan gabe, dimentsio handia hartzen du inguruan. Hori gutxi balitz bezala, grabaketa egin duen nerabe horrek berak sare soziale-tatik beste nerabe batzuekin hitz egiten duenean, WhatsApp edo Instagrametik adibidez, bestearen argazki edo bideo erotikoak eskatzen ditu etengabe. Bideo edo argazki horiek esparru pribatuan gera daitezke, edo ez, eta nerabe horrek nahi duenean publiko egin.

Irizpide orokorrak

Baimenik gabeko grabazioaren aurrean...

Egoerari kontu handiz eta enpatiaz heltzea

- Bideoan grabatutako pertsonak arretaz entzun eta babesa eskaini. Adibidez: grabatutako pertsonai galdetu nola sentitzen diren eta zer behar duten kaltea konpontzeko.
- Inudiak grabatu dituen mutilari arretaz eta epaitu gabe entzun. Adibidez: "Zer gertatu zen ulertu nahi dugu, kontatu ahal diguzu zergatik grabatu eta partekatu zenuen bideoa?"
- Pribatutasunaren garrantzia azpimarratu. Adibidez: "Pertsonak beren bizitza pribatutik zer partekatu erabakitzeo eskubidea dute. Garrantzitsua da hori errespetatea".
- Konfidentialtasunari eutsi.

Erantzukizuna zein konponbiderako eta erreatauraziorako ekintzak sustatzea

- Eragindako kaltearen konponketa eta erreataurazioa sustatu. Adibidez: "Garrantzitsua da gure ekintzen erantzukizuna onartzea. Zer uste duzu egin zenezakeela egoera konpontzeko?"

Baimenari eta etika digitalari buruz hezte

- Gaztetxokoan baimen esplizituz hitz egin. Adibidez: "Garrantzitsua da grabatu aurretik baimena eskatzea edo partekatu aurretik baimena eskatzea, bereziki hain pertsonala bada".
- Baimenik gabe partekatzearen ondorioei buruz hausnartu: ondorio emozional, sozial eta legalak ulertzen lagundu.



Sexualitateari, harremanei eta elkarrekiko errespetuari buruzko elkarriketa sustatzea

- Harremanei eta mugei buruz hausnartzeko espazioak ireki. Adibidez, gazteak harreman osasuntsuak, adostasuna eta norberaren mugak errespetatzearen garrantziaz jabetzeko guneak sortu.
- Gizarte-estereotipoei eta -presioei buruz hausnartu. Adibidez, gazteek identitateari, intimitateari eta pribatutasunari buruz dituzten aurkeirizkiak eta presio sozialak aztertu.

Familieko lankidetz

- Familiak inplikatu, beharrezkoa bada. Adibidez, egoeraren larritasuna ebaluatu eta, beharrezkoa bada, familiak informatzea eta inplikatzeko aztertu.
- Hezkuntza-baliabideak eskaini. Adibidez, gazteei eta familiei teknologiaren erabilerrari, intimitateari eta baimenari buruzko baliabideak eskaini, hausnarketa eta prebentzioa sustatzeko.

Sare sozial digitaletan irudi intimoak eskatzeari buruz...

Desioa, mugak eta adostasuna ingurune digitaletan nola kudeatzen diren lantzea

- Azaldu nola elkareragiten duten desioak, konfiantza-mailak eta mugek. Adibidez: "Garrantzitsua da ulertzea beste pertsona batzuei argazki intimoak eskatzea zilegi dela, betiere errespetatzen edo onartzen baduzu ez dituztela beti zurekin partekatuko. Era berean, argazkiak zurekin partekatuz gero, hirugarrenekin partekatzea halien baimenik gabe pribatutasuna urratzea da, eta ez da harremanak zaintzeko errespetuzko modu bat. Denok dugu 'ez' esateko eta gure intimitatea babesteko eskubidea".
- Ondorio emozionalak eta legalak islatu. Adibidez: "Jokabide horrek legeko ondorioak izan ditzake eta beste pertsona batzuk deseroso edo zaurgarri sentiaraz ditzake".
- Emozioen autoerregulaziorako tresnak eskaini. Adibidez: "Norbaitek zure argazki intimo bat eskatzen badizu eta presionatuta sentitzen bazara, nola joka dezakezu? Zer emozio sentituko zenituzke? Zein izan zitekeen presio horri aurre egiteko estrategia bat?".

Hezitzaileek proposatutako esku-hartzea

Momentuan

Gaztetxokoan dauden balibideak kontuan izanik, bi hezitzaile egoiteko, rolak banatu eta gatazkaren parte diren nerabeen artean banatuko ginateke, gatazka kudeatze aldera.

1. **hezitzaileak:** grabatuak izan diren nerabeekin egon, entzun eta bakesa eskaini:

- Nerabe horiek nola sentitzen diren entzun, pribatutasunaren garantzia azaldu. Gainera, beraien irudiak Interneten egoitea ondo iruditzen bazale, beraiek igo dezatela.
- Konfidentzialtasunari eutsi eta nerabeen sentimenduak kontuan hartu.

2. **hezitzaileak:** egoera grabatu duen nerabearekin esku-hartzea mar-txan jarri: epaitu gabe entzun eta haren jarrearen nondik norakoak ulertzen saiatu.

- Enapatia hori lantzeko irudi horiek grabatzearen eia partekatzearen ondorioen inguruan hitz egin. Nola sentitzen dira besteak hori egitean? Ondorioak denentzat direla azaldu, eta hein batean bere burua kaltezen duela azaldu. Forma desberdina hartu dezaketen ondorioak daudela adierazi.
- Grabatu duen bideo hori borratzea eskatuko zaio.
- Beste nerabeak ados badaude, nerabe horrek barkamena eskatzea.

Ondoren

Nerabeekin

- Egoeraren jarraipena (nola joan den egoera, noraino heldu den bi-deoa, nola sentitzen diren... Momentuko sentimenduez gain, bi aste-tara nola sentitzen diren galdetu).

Zeharka

Hezitzaile taldeak

- Gaztetxokoan baimen esplizituaz hitz egin.
- Baimenik gabe partekatzearen ondorioel buruz hausnartu.
- Tailer/lanketa ez-ofizialak: interesa duten gauzekin adibideak jarri; esa-terako, egun nerabeek kontsumitzen dituzten telebista-salokak zein sare sozialak. Formakuntzak jasorzea ondoren nerabeekin lantzeko. Horren inguruan beraiekin hitz egin (harreman toxikoak...).

- Kanpoko eragile edo pertsona batek hezitzaileei formakuntza eskaini, gero hezitzaileek estrategia desberdinak garatzeko bai praktikoki bai diskurtsiboki (sari nerabeek interes falta erakusten dute horren au-rreran, eta ez da horren eraginorra suertatzen).

Onar osagarriak

- * Egoeraren eta beharren arabera gurasoeikin lanketa egitea interesga-ria izango da, baita, hala ikusten den kasuetan, ikastetxearekin ere.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena

Nolakoa zara sare sozialetan? Ezagutu zure profila.

Helburua

- IKTen erabilera esparru publikoan eta pribatuan desberdintzea.
- Gazte eta nerabeek egiten duten gailuen erabileraren inguruko kon-tzientzia hartzea.

Gomendatutako adina

12-18 urte.

Materiala

- Baleztapenen orria inprimatuta.

Garapena

1. Kontsigna

Markatu "X" batekin hauetako ekintzaren bat egin baduzu edo egiten jarraitzen baduzu:

1. Sare sozialetan argazki intimoak argitaratzeko edo babestutako kontuak dituzten pertsonen argazki eta bideoak ikusteko profil faltsu bat egin dut.
2. Noizbehinka beste pertsonen irudi intimoak partekatzen ditugun WhatsApp taldetan parte hartzen dut.
3. Pertsona baten eduki pribatuak ikusteko bere sare sozialeko kontua hackeatzen saiatzen naiz.
4. Nire lagunen argazki intimoak igo eta elkarbanatzen ditut haien onarpenik gabe.
5. WhatsApp taldetara ezezaguneri irudi erotikoa edo pornografi-koak birbidaltzen ditut.
6. Nire sare sozialetara ezezaguna den eta biluzik dagoen pertsona baten irudia iristen zaidanean publikoki bere identitatea ezagu-tzea eta elkarbanatzea bilatzen dut.

- 7. Nire atal intimoen argazkiak ateratzen ditut eta beste pertsona batekin edo sare sozialetan elkarbanatzen ditut.
- 8. Beste pertsona batzuen irudi erotiko eta sexualak agertzen diren bideo-irudiaren parte hartzen ditut.
- 9. Webguneetara ezezagun bideo intimoa igotzen ditut.
- 10. Nire bikotekidearen (edo bikotekide ohiairen) bideo intimoa WhatsApp bidez eta onarpenik gabe ezezagunekin elkarbanatzen ditut.
- 11. Nire bikotekidearen onarpenarekin, sexu-harremanak izaten grabatzen dugun gure burua, baina soilik nik dauzkaten grabaketak.

Zure puntuazioa kalkulatu

- 0-2 puntu: Interneten eta sare sozialetan zure eta beste pertsona batzuen pribatasuna konprometitu dezaketen ekintza batzuk egin dituzu. Sareetan zure intimitate eta pribatasuna babesten ikasi.
- 3-8 puntu: Interneten erabilera arriskutsua egiten duzu, beste pertsona baten edo zure online erreputazioa kalteztzen ari zaitezke. Oroitu elkarbanatzen dituzun datuak publiko egiten direla. Internetik borratzeko zailak direla eta erabili zenituen gailuetan gordeta geratzen direla.
- 8 baino gehiago: Egiten duzun teknologien erabilera legez debekatua egon daiteke. Beste pertsona batzuen pribatasuna eta intimitatea kalteztzen ari zara. Egiten duzun sare sozialen erabilera hausnartzera eta aldatzera gonbidatzen zaitugu.

2. Kontsigna

- 1. 4 lantalde eratu.
- 2. Teknologien erabilera eta harreman birtualei dagokienaz, praktika on eta txarren zerrenda bat egitea eskatu.
- 3. Talde bakoitzaren zerrenda partekatu eta proposamen guztiekin zerrenda bakarra egin.
- 4. Sare sozialetan zabaltzen denaren, etikaren, errespetuaren, umiltasunaren, besteen eta norberaren zaintzaren eta antzeko balioen ardurak komun eta indibidualaren inguruan hausnartu.
- 5. Biztanle digitalaren praktika onen konpromiso bat sinatzera gonbidatu.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena

Argazki bat bidali... ez da ezer gertatzen...

Helburua

Gazte eta nerabeek onarpenik gabe irudi edo bideo intimoa edo erotikoak sareetan biral ez bihurtzeko har ditzaketen segurtasun neurmiak ezagutu ahal izatea.

Gomendatutako adina

12-18 urte.

Garapena

1. Kontsigna

Erabilgarri dauden aplikazio eta erremintak bilatu.

Ikertu eta sortu erantzun garatuak:

- Mugikorrak, tabletak eta ordenagailuetatik irudi eta bideoen pantaila-irudiak egitea ekidin daiteke?
- Existitzen dira sareetan bidaltutako irudi eta bideoak pantaila irudi bihurtzen uzten ez dituzten aplikazioak?

2. Kontsigna

Hurrengo kasua irakurri eta protagonistari bere intimitate eta pribatasuna babesten lagundu dezakeen iradokizunen bat idatzi. Zein segurtasun-neurri har ditzake?

"Pertsona bat ezagutu nuen Tinderren eta bi astez egon ginen hizketan. Nire zenbakia pasa nion eta WhatsApp argazki intimoa bidaltzen hasi zitzaidan. Bat-batean, ni biluzik agertzen naizen argazkiak bidaltzeko esan zidan. "Ez da ezer gertatzen" esan zidan. "Ez ditut elkarbanatuko". Argazki bat bidali nion eta segundo batzuk pasatu zirenean borratu egin nuen".

Azalpenean, hurrengo galdera hauei erantzun:

- Irudi bat bidali eta 10 segundotara borratzen bada, beste pertsonak pantaila-argazkia egin, gorde eta birbidali dezake?
- Zer gertatu daiteke irudia birbidaltzen ez bada baina irudia jaso duenak mugikorra galtzen badu?

Sexualitatearen inguruan hitz egiten hasi dira hezitzaileak gazte talde batekin. Gaiaz hitz egiterakoan barreak nabariak dira. Elkarriketan, besteak beste, “eso es de gays”, “puto maricón”, “ze nazka” ... esaldiak sartzen dituzte maiztasun handiz, batak bestea gutxietziz. Era berean, sinesmen ezberdinak dituzten nerabeak etortzen dira, batez ere, Sahara, Maroko, Mauritania eta Pakistangoak. Nerabe batzuekin homofobia, transfobia... lantzeko, hau da, sexualitate ez normatibo bat lantzeko, zailtasunak ikusten dituzte hezitzaileek. Hori-kin hitz egiteko esaten dietenean alde egiten dute. Maskulinitate-eredua oso barneratuta dutela antzematen dute hezitzaileek eta eredu horretatik aldentzen den pertsona iraintzen dutela. Erliijo edo sinesmen ezberdinen interpretazio hori etxetik dakartela eta mundua ulertzeko modu hori jasota dutela ikusten dute hezitzaileek eta horren kudeaketaz hausnartzen hasi dira. Protokolo edo jarraibide batzuen aukeraren inguruan pentsatzen hasi dira.

Gazteen jarrera homofobo eta transfoboaren...

Maskulinitatearen estereotipoak zalantzan jartzea eta horiei buruz hausnartzea

- Maskulinitate hegemonikoa zalantzan jarri. Adibidez: “Zergatik uste duzue lotzen dela ‘marikon’ hitza zerbait negatiboarekin? Zer eragin du hizkuntza mota horrek geure buruarengan eta besteengan?”

- Maskulinitatearen barruko aniztasuna ikusarazi. Adibidez, estereotipo horiek desafiatzen dituzten figura publikoen adibideak parteka ditzakezue.

Hizkuntza homofobo eta transfobo modu pedagogikoan baztertzea

- Berehala eta modu hezigarrian esku hartu. Adibidez: “Hizkuntza mota hori erabiltzek bestea pertsona batzuk mindu ditzake, nahiz eta asmo txarrez ez egin. Badakizue ‘marikola’ pertsona askorentzat oso iraingarria izan daitekeela? Zer uste duzue besteak?”

Enpatia eta aniztasunarekiko errespetua sustatzea

- Sexu- eta genero-aniztasunari buruz hezi. Adibidez: “Denok dugu sexualitatea modu desberdinean bizitzeko eta adierazteko eskubidea. Zer esan nahi du zuentzat norberak bere identitatea eta sexualitatea libreki bizitzeak?”



- Enpatia sustatu istorioen edo testigantzen bidez. Adibidez: herriko LGBTI+ taldeko edo talde transmariboloko norbait gonbidatu.

Gaztetokoaan espazio seguruak eta errespetuzkoak sortzea

- Errespetuzko arau argiak ezarri. Adibidez: "Espazio honetan, pertsona guztiak errespetatu eta onartu behar dira, orientazioa edo genero-identitate hartuan hartu gabe. Ez dago kalteak eragin ditzaizketen irain eta txantxetarako lekurik".
- Sexu-aniztasunaren aldeko parte-hartze aktiboa sustatu. Adibidez, generoari eta sexualitateari buruzko tailerrak edo eztabaidak, gazteek sexualitate desberdinak ezagutu, errespetatu eta ospatzeko aukera eduki dezaten.

Sexu-aniztasunaren aurrean, erlijio-sinismen edo kulturagatik egon daitezkeen talken aurrean

Gazteekin entzute aktiboa eta errespetu kulturala praktikatzeko

- Gazteen sinismenak ezagutzea eta deserosotasuna baliozkotzea. Honako hau esan diezaiokeuz: "Uleritzen dugu homosexualitatea edo transexualitatea berria edo desberdina izan daitekeela zure etxean edo komunitatean ezagutzen duzunarekiko. Jakin nahi genuke nola sentitzen zaren eta zalantzaren bat daukazu".
- Inposizioak saihestu: momentuan gazteen erantzunean edo jokabidean arreta jarri beharrean, gazteekin espazio bat sortu beste momentu batean, non gazteak bere kezak edo zalantzak adierazi ahal izango dituen baztertuta edo lotsatuta sentitu gabe.

Pedagogia antirrazistatik abiatuz, talde-elkarrizketa sustatzea

- Hausnarketa kolektiborako guneak sortu. Adibidez, taldeari ondorengo hau galdetu: "Nola ziurta dezakegu denok eroso sentitzen garela elkarrekin gauden bitartean?".
- Estigmatizazioak saihestu. Adibidez, ziurtatu deserosotasuna adierazten duen gaztea ez dela seinatua edo baztertua izango bere sinismen edo kulturagatik.

Gaztetokoaan aniztasunetik eta elkarreko errespetutik jardutea

- Gaztetokoko arauak balio unibertsal gisa azaldu. Adibidez: "Gaztetokoauste dugu pertsona guztiak nahi bezala jantzi, harremanak izan edo adieraz daitezkeela, betiere gainerakoak errespetatzen baditugu. Horrek ez du esan nahi denok berdin egin behar dugunik, berditasunean bizi gaitzkeela baizik".
- Eredu askotariko eta positiboak proposatu. Adibidez, jolas, material eta erreferenteen bidez kultur aniztasuna ikusgarri bihurtu.

Hezitzaileek proposatutako esku-hartzea

Momentuan

Nerabeekin

- berarekin hitz egin (zergatik esan dute, zerretarako, zein helbururekin...).
- Espazioak seguruak izan behar du, edozein pertsona ongi etorria dela azaldu eta halako esaldiekin edo iraikein mina eragin dezakegula adierazi. Gaztetokoaan artean ondorio orokor batzuk adostu. Horretarako, hezitzaileek formakuntza gehiago eduki eta diskurtso bateratua sortu.

Zeharka

Erlajioa

Nerabeekin: erlijioaren inguruan hitz egin. Horretarako, hezitzaileek oinarri eta interes bat eduki behar dugu (informatu, hitzaldi zein formakuntzeta tar hurbildu). Gainera garrantzitsua da hezitzaileek elkarrizketa ez monopolizatzea eta nerabeei ere hitza ematea. Erlajioa gai zabala da oso, eta hezitzaile gisa ere aukeratu dezakegu zein balo landu gure espazioan eta nola landu hori.

Maskulinitatea eta genero-rolak

Hezitzaileak eredu izatea, beste eredu batzuk erakutsi, pribilegioen inguruan hitz egitea, maskulinitateen inguruan hausnartzea, hitz egin ez aurreiritziak apurtzea... Bideratzeko: jolasak edo pelikula erabili. Hezitzaileen artean lanketa eta formakuntzak, talde hausnarketa (hezitzaile-bikoteko rolak identifikatu eta deseraiki).

Kultura

Kultura anitzeko nerabeen aurrean hezitzaileak nongoak diren besteak erakustea: jolasen bidez eta sukaldaritzaren bidez landu, mapak ikusi, kultura desberdinak ikusteko, bakoitzaren arau sozialak, kultura bakoitzaren sexualitatea nola kusi... Gazteen artean espazioa eman hitz egiteko. Kultur aniztasunari garrantzia ematea eta positibotzat ikustea.

Beste kulturetan sexualitatea nola bizi duten lantzea, epaitu gabe. "Ez dut epaitzen, baina hemen nola egingo dugu denok gustura egoteko" pentsatzen. Hezitzaileen partetik ulerkorragi izatea, ez epaitzea eta horretarako gure burua berraztertuta eta nerabeei feedbacka eskatu hezitzaileen inguruan.

Ohar osagarriak

- * Gaztetokoko espazio seguruak direla azpimarratu behar dugu, eta, horretarako, etengabeko lanketa egin behar da espazio seguruak eraikitzeko.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena

Mundu aldrebesa

Helburua

Aniztasun sexualarekin enpatizatu eta sexu-/genero-arauetara egokitzaren ez diren pertsonen jasaten duten diskriminazio eta biolentzia forma desberdinak ikustaraztea da helburua.

Gomendatutako adina

12-18 urte.

Materiala

Galdetegia paperean.

Garapena

Ariketa hau egiteko, pertsona bakoitzari behean ageri den galdetegi bat banatuko zaio paperean. Modu anonimoan betetzeko eskatuko zaie, bakarka. Behin galdetegi hau bukatuta, pertsona bakoitzari galdetuko zaio nola sentitu den edo zer pentsatu duen inkesta betetzen ari zuten bitartean. Ondoren, galdera bakoitza banaka landuko dugu, erantzonekin batera. Hona hemen hausnarketa hori dinamizatzeko egin daituzkeen galderak:

- Zer sentitu dute pertsona heterosexualek galdera hauek erantzutean? Eta heterosexualek ez direnek?
- Zein galdera egin zaitzue zentzugabea? Zergatik?

Dinamikarekin bukatzeko bide bat ikusiko dugu: "El mundo al revés: Heterofobia": <https://www.youtube.com/watch?v=Sh3vGaX-h7w>
Ondoren, ikus-entzunezkoaren inguruan hausnartuko dugu.

Galdetegia ondorengo hau da:

1. Noiz jabetu zinen heterosexuala zinela?

- a. Betidanik jakin izan dut.
- b. Nerabezaroan.
- c. Orain dela gutxi.
- d. Zalantzak ditut oraindik.

2. Asko kostatu zitzaizun heterosexualitatea onartzea?

- a. Bai, oraindik ere kostatzen zait.
- b. Apur bat.
- c. Oso pozik nago egia esan.

3. Ezagutzen dituzu antzeko kasuak?

- a. Bai.
- b. Ez.
- c. Ez dakit. Jendeak ez du horren inguruan hitz egiten.

4. Zure familiari kontatzea pentsatzen duzu?

- a. Bai, nik uste dut ulertuko dutela. Pertsona modernoak dira.
- b. Ez, ez nieke inoiz horrelakorik kontatuko.
- c. Ulertzea kostatuko litzaieke, pertsona oso tradizionalak dira.
- d. Egin dut.

5. Eta zure lagunei?

- a. Bai, nik uste dut ulertuko dutela. Pertsona modernoak dira.
- b. Ez, ez nieke inoiz horrelakorik kontatuko.
- c. Ulertzea kostatuko litzaieke, pertsona oso tradizionalak dira.
- d. Egin dut.

6. Sentitu duzu noizbait diskriminatu zaituztela heterosexuala izateagatik?

- a. Batzuetan.
- b. Bai, une oro.
- c. Ez.
- d. Ez, gustatzen zaidana gordetzen dudalako.

7. Inoiz joan zara psikologarenera zure burua onartzeko edo heterosexuala izateari uzteko?

- a. Bai, askotan.
- b. Tratamenduan nago.
- c. Beldurra ematen dit kontsultan ez ulertzea nire egoera.
- d. Ez, ez naiz "arazo" horregatik joan.

8. Zure orientazioa aldatzeko prozesurik egingo duzu?

- a. Ez dut behar. Pozik nago nire orientazioarekin.
- b. Ez. Nahikoa dut nire itxurak onartutako orientazioarekin bat egiten badu.
- c. Zalantzak ditut.
- d. Aurrerago, horrelako prozesuren bat abiatuko dut.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena

Idela galdua

Helburua

Sexu-, genero- gorpuz- eta familia-aniztasunaren inguruan ditugun ideia, aurreiritzi eta estereotipoak ezagutu eta deseraikitzea da helburua.

Gomendatutako adina

12-18 urte.

Materiala

Txartelak.

Garapena

Prestatutako txartel hauek hiru taldetan banatuko ditugu eta buruz behera jarriko ditugu. Dinamikarekin hasteko, 7 talde egingo ditugu eta talde bakoitzeko pertsona bati eskatuko diogu paper multzo bakoitzetik bat hartzeko. Taldera eraman eta txarteletan jartzen duena irakurri ostean, hutsik dagoen txarteltxoan esaldi osoak osatuko dituzten hiru esaldi idazteko eskatuko diegu. Ekintza hori bukatutakoan, ezkerrean dagoen taldeari pasatuko diogu idatzi berri dugun txarteltxoa (talde guztiak egin beharko dute hori); beste bi txartelak ez dira pasa behar-ko. Minutu batzuk utziko ditugu talde bakoitzak jasotakoa bere txarte- lekin osatu eta esaldi berrien inguruan hausnartzeko.

Bukatzeko, talde bakoitzak bozeramaille bat adostu eta esaldia irakurri beharko du, eta taldea ados edo desados dagoen adierazi beharko du, baita zergatia ere. Bitartean, apunteak hartuko ditugu euskarri batean, eta talde handian sortzen diren mito zein estereotipoen inguruan haus- nartuko dugu.

Lesbianak	→	Dira	→
Homosexualak	→	Ez dira	→
Bisexualak	→	Dute	→
Trans-ak	→	Ez dute	→
Intersex-ak	→	Inoiz	→
Heterosexualak	→	Beti	→
Familia LGBTI+	→	Beharko lukete	→

Egoera

Gaztetxokoan hainbat nerabe elkartu dira eta arratsalde pasa daude guztiak bertan. Gazteak komentario zein irain desberdinak egiten hasi dira beraien elkarrizketa barruan, pertsona ez normatiboen inguruan hitz egiten hasi direnean, adibidez: beste kuadrillako batzuei buruz ko- mentarioak eginez, edo kalean ikusitako beste pertsona batzuei buruz, etab. Beraien arteko konbertsazioa orokorra da, bizitzari buruzkoa, baina hezitzaile batzuk identifikatuta sentitu dira elkarrizketa horretako hainbat egoerare- kin. Egoera hori kontuan izanik, hezitzaile tal- dean normatiboak ez diren hezitzaile batzuk daude eta, horren ondorioz, egoera desberdi- netan norberaren sexualitate propioa nahi den bezala bizitzeko erronka zein oztopoak su- matzen ditugu. Hezitzaile taldearen paperetik, zein esku-hartze egingo genuke? Nola kudea- tuko genuke horrelako egoera bat norberaren egoera propioa kontuan izanik? Gure lankidea zaurgarritasun-egoera batean dagoela ikusten badugu, zer egingo genuke hura babesteko?

Irizpide orokorrak

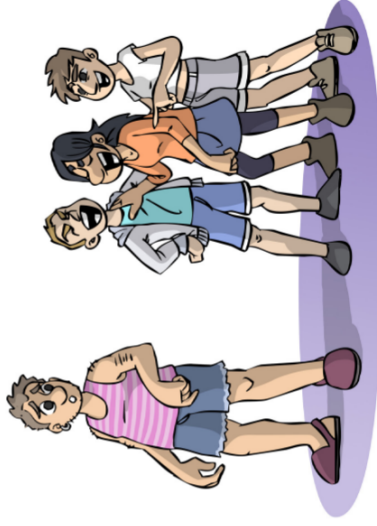
Gure hezitzaile lantaldean LGTBI+ pertsonak daudenean...

Taldeko LGTBI+ pertsonen pribatutasuna eta ongizatea babestea

- "Armairitutik ateratzea" ez da beharrezkoa. Adibidez: "Norbere kondizio sexuala ikusgarri egitea hautu pertsonala da eta ez da inondik inora beharrezkoa. Bakoitzak bere erritmoan eta bere modura kudeatu behar du bere identitatea".
- Taldearen barruan espazio seguru bat sortu. Adibidez, lantaldean elkarrekiko errespetua eta inklusioa bermatzeko giro seguruera eraihi.
- Eraso LGTBifoboen kontrako protokoloa sortu eta lan-eskubideekin lotu. Adibidez, LGTBI+ fobiaren aurkako mekanismo eraginkorrak eta langileen eskubideak babesteko neurriak garatu.

Lantaldea egoera lgbtifoboei aurre egiteko prestatzea

- Aniztasunari buruzko prestakuntza eman. Adibidez, lantalde osoak LGTBI+ errealitateen inguruko ezagutza izan dezan, prestakuntza integrala eskaini.
- Egoera posibleei aurrea hartu. Adibidez, irizpide argiak sortu portaeira edo iruzkin LGTBifobikoen kasuetan esku hartzeko.



Esku-hartzea despertsonalizatzea, biktimizazioa sailhesteko

- Lantaldearen erantzukizun partekatua dela ezarri. Adibidez, LGTBI+ pertsonak babestea talde osoaren ardura izan behar du, ez soilik kolektiboko kideena.
 - Ez izendatu LGTBI+ hezitzailea aniztasunaren ordezkari gisa. Adibidez: "Ez dugu espero behar LGTBI+ pertsona batek bere gain hartzea aniztasunaren inguruko lanaketa. Talde osoaren erantzukizuna da hori, eta denok dugu zeregina horretan".
- #### Gaztetokoaan errespetuaren eta aniztasunaren kultura sustatzea
- Aniztasuna balioan jarri. Adibidez, tailerretan, jardueretan eta materialetan LGTBI+ komunitateari buruzko erreferentzia positiboak sartu.
 - Diskriminazioarekiko zero tolerantziako mezu argi bat helarazi. Adibidez: "Gaztetoko honetan, jatorri, genero eta desiraren orientazio guztiek dute lekua. Edozein iruzkin edo ekintza diskriminatzale zuzenean eta irmoki salatuko dugu".

Hezitzaileek proposatutako esku-hartzea

Momentuan

Hezitzaileen artean

- Arauan sartzen ez den hezitzaileari egoera azaltzea eta galdetzea ea eragiten dion ala ez. Laguntza eskaini eta argi utzi hezitzaileen artean babesa sentituko duela.
- Esku-hartzea nolakoa izango den erabaki. hau da, hezitzaile guztiok parte hartuko dugun edo distantzia hartu nahi duen.

Nerabeekin

- Momentuan bertan nerabeei zeozer esan edo ez pentsatu.
- Gaia despertsonalizatu (nerabeen aurrean hezitzaile hori fokutik kendu). Behar bada egunean bertan ez, baina beste egun batean nerabeekin elkarriketa bat sortu sexu aniztasunaren inguruan beraien iritzia galdetuz, horren inguruan zer pentsatzen duten galdetuz...

Ohar osagarriak

- * Gazteek egiten dituzten aipamenen arabera, gaien arabera elkarriketak bideratu, gai zehatzagoak lantzeko. Jakin-minetik hitz egiten ari direnekin, esaterako.
- * Hezitzaileon aldeik normala ez dena aintzat hartu eta balioan jarri.
- * "Norma" edo "araua" kontzeptuari buelta bat eman, eta mugatzailea dela jakinarazi.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena
Empatiatik aniztasunaren egunerokoa ulertuz
Helburua
Egunerokotasunean jasaten ditugun muga erreai, psikologiko eta sozialeri buruz hausnartzea da. Intersektionalitatean pentsatu, empatia garatu eta norberak bere gorputz eta identitateagatik dauzkan pribilegioak zalantzan jartzea.
Gomendatutako adina
12-18 urte.
Materiala
Espazioa.

Garapena
Lau edo bost boluntario eskatuko dira. Horiek guztiak alegiazko irteera-marra baten kokatuko dira, eta boluntario bakoitzari paper bat ezarriko zaio:
• Entzumen urritasuna duen neska latinaoa. • Neska transa eta heterosexuala. • Neska lesbiana eta beltza. • Mutil marokar eta bisexuala. • Gurpil-aulkian dagoen mutil gaya.

Bakoitza bere paperean sartu eta egunerokotasuneko hainbat egocera desberdin deskribatuko dira ozenki (hezkuntza-eremuko egocerei emango diegu lehentasuna). Esaldi bakoitzaren ostean, boluntarioei eskatuko zaie egocera horiek gauza baditzakete pauso bat aurrera emateko, eta, horrela ez bada, lekuan bertan gelditzea. Esaldiekin bukatzen dugunean, espazioan bertan ikusiko dugu nor lortu duen aurrera egitea eta nor ez, eta zergatiaren inguruan hausnartuko dugu.

Gaia lantzeko dinamika

Dinamikaren izena
Mitoak baztertzen.
Helburua
Homosexualitatearen mito zein sinismen faltsuak alboratzea izango da.

Gomendatutako adina
12-18 urte.
Materiala
Fitxak inprimatuta.
Garapena

Hasteko, lauzpabost pertsonako taldeak sortuko ditugu eta talde bakoitzak bozeramaille bat aukeratu du. Behean ageri den fitxa ereduaren orriak banatuko dira homosexualitateari buruzko baieztapenekin. Horiei buruzko hausnarketa zein komentarioak apuntatzeko eskatuko zaie, eta ados edo desados dauden eta zergatik esateko.

Ondoren, txanda bat egingo da baieztapen guztien artean, eta hezitzaileak esku-hartze desberdinak egingo ditu, beharrezkoa ikusten badu.

Bukaeran, denbora gehiago edukiz gero, beste eztabaida bat ere zabaldu dezakegu. Eztabaida horretan onarpen sozialean legeek nola lagundu dezaketen eta testuinguruan dauden ideietan nola eragin dezaketen azter dezakegu.

Fitxa

Egia edo gezurra den zehaztu:

1. Homosexualitatea bizio bat da.
2. Badakigu emakume bat lesbiana dela "marimutillak" direlako.
3. Gay guztiak emagizonak dira.
4. Zure sexu bereko pertsona batekin harreman sexuala edo fantasiak izateak gay edo lesbiana zarela esan nahi du.
5. Gay/lesbiana batek beti sexualki desiratzen ditu sexu bereko lagunak.
6. Gay eta lesbiana guztiak pertsona promiskuoak dira.
7. Pertsona batzuk homosexual bihurtzen dira beste sexuako pertsonekin harremanak izateko zailtasunak dituztelako.
8. Homosexual orok sexuz aldatu nahi du.
9. Homosexualitatea gaixotasun bat da, eta tratamendu mediko edo psikologikoaren bidez senda daiteke.
10. Lehen orain baino gay eta lesbiana gutxiago zeuden.
11. Gay eta lesbianak onartzen baditugu, orain baino gehiago izango dira.
12. Homosexual izateari utzi nahi dion pertsona batek egin dezake, benetan nahi badu.

Zure txanda!

Azken atal honetan zuek jarri nahi zaituztegu lanean. Horretarako, hiru dinami-
ka proposatzen dizkizuegu: hasteko, norberaren sexualitateari buruzko
hausnarketarako galderei egitea; ondoren, hezitzaileek laborategi-saioetan
aipatutako beste hainbat egoera jaso ditugu zuentzat eta egoera horietarako
zuek esku hartzeko proposamena sortzea da gure iradokizuna; azkenik, au-
toreko ariketak eginda, hurrungo ikasturtean zuen taldean/proiektuan/zerbi-
tuan/elkartean sexu-hezkuntza nola landuko duzuen pentsatzea proposa-
tzen dizkizuegu.

Norbere sexualitatea

Norbere sexualitateari buruzko ariketa introspektiboa egitea proposatzen dizue-
gu ondorengo dinami-ka honetan. Erantzun ondorengo galdera hauei eta, haus-
narketatik abiatuz, sala zaitzte ondorio zehatzak ateratzen:

- Sexualitatea dimentsio orokor gisa kontuan hartzen duten hezitzaileak gara?
- Noiz eta zein egoeratan kontuan hartzen edo lantzen dugu sexualitatea?
- Zer-nolako da gure jardura pedagogikoa? Nola lotzen dugu sexualitatearekin?
- Gure jardura pedagogikoa betaurerako moreak etengabe ditugu jantzita?
- Zein uste dugu dela gure jarrera? Autoritariora, demokratikoa, permisiboa...?
- Zer-nolako harremana dugu gure lanbideekin?
- Kontaktuzko eta afektuzko pertsonak gara?
- Zer-nolako da gure gorputz-adierazpena?
- Nola erabiltzen dugu gorputza?

- Haur eta gazteekiko afektuzko adierazpenak ditugu?
- Gure eguneroko egoera emozionala haur eta gazteekin partekatzen dugu?
- Gure autoestimiaz hitz egiten dugu haur eta gazteekin?
- Gure desiraren orientazioa libreki elkarbanatzen dugu haur eta gazteekin?
- Gure janzkerari buruzko hausnarketa sinbolikorik egiten dugu?
- Zein da transmititzen dugun maskulinitate-/feminitate-eredua?

- Zein da haur eta gazteek gurekiko duten konfiantza-maila?
- Haur eta gazteen harremanak kontrolatzen ditugu edo horiek ezagutu eta horietan
bideagun gisa eragiten saiatzen gara?
- Haur eta gazteen itxura fisikoari buruzko aipamenak egiten ditugu?

Zeuk esku hartu

Hezitzaileek laborategi-saioetan aipatutako pare bat egoera jaso ditugu zuen-
tzat, zuek esku hartzeko proposamena sor dezazuen. Ballagarri izango zaizue-
lakoan, esku-hartzea pentsatzeko txantiloia txertatu dugu egoera bakoitzaren
azpian, zuek ere erabil dezazuen.

Ludotekako egoera

Ludotekako egun batean musika jarriko gueue-
la aipatu genuen, euskal abestiekin DJ modura
ibiltzeko. Hori esan bezain pronto, haur bat asko
emozionatu zen. Musika jarri eta poz-
pozik alua
ukitzen hasi zen. Jaian dantzatzen, hizketan, ba-
rrezka... geundela, haur batek beste bati prakak
jaisten zizkiola ere ikusi genuen bestea lotsaraz-
teko asmoz. Era berean, festa-giroan geundela,
haur bat hezitzailearengana gerturatu zen afektu
bila eta muxu eman zion ezpainetan. Behin baino
gehiagotan egiten du hori.

Momentuan

Ondoren

Zeharka

Ohar osagarriak

Gaztetxokoko egoera

Gaztetxokoan bere gorputz eta identitatearekiko prozesuan dagoen nerabe bat dago. Gaztetxokoa bera espazio segurutzat hartzen du gazte-trans horrek, bertako hezitzaileengatik eta egunerokotasunean hurbiltzen diren nerabeengatik. Baina, gaztetxokotik irten eta ez du herria segurutzat sentitzen. Gainera, gorputzari dagokionez ere, ez da egungo edertasun kanonetan sartzen den gorputz normatibo bat, eta horrekin ere gatazkak izaten ditu, “puto gordo”, “ballena” eta antzeko hitzak jasotzen baititu egunerokotasunean eskolan.

Momentuan

Ondoren

Zeharka

Ohar osagarriak

Aurrera begira

Bukatzeko, aurreko ariketak eginda, hurrengo ikasturtean zure taldean zein proiektuan sexu-hezkuntza nola landuko duzun pentsatu. Horretarako, urteko programazio edo denbora mugatu baterako programazioa sortzeko momentuan kontuan hartzeko ondorengo hiru dimentsio hauek dituzue.





Fisikoa

Gorputza eta bere prozesuak ulertzea.
Norbere gorputza eta besteen gorputza zainitzea eta errespetatzea.
Seguru sentitzea eta gure osotasun edo integritate fisikoa zainitzea.
Gure identitatearekin bat datorren adierazpen estetikoa garatzea.
Plazera zerk ematen digun identifikatzea.
...



Soziokulturala

Elkarrizketarako eta konfiantzarako irekia egotea.
Gure inguruko pertsonekin modu esanguratsuan elkarrenergiteko gai izatea.
Gure erantzukizun eta eskubide sexualak ezagutzea.
Konpromiso etikoa izatea sexualki justuagoo eta solidarioagoo den gizarte bat eraikitzeo.
Errespetuz jokatzeko informazio edo errealitate sexual berrien aurrean.
Besteekin zintzoa, enpatikoa eta asertiboa izatea.
...



Psikologikoa

Gure autoestimua mailaz kontziente izatea.
Norbere eta besteen emozioak eta sentimenduak identifikatzea, ulertzea, adieraztea eta partekatzea.
Autokritikoa eta gogoetatsua izateko gaitasuna.
Sexualki erabaki askeak, arduratsuak eta autonomoak hartzea.
Sexualitateari buruzko ideiak, kezak edo nahiak besteekin partekatzea, egoerak ahalbidetzen duenean.
Kuriosoa izatea informazio edo errealitate sexual berrien aurrean.
Giza sexualitateari buruzko ezagutza nahikoa izatea.
Jakintzak ulertzeo, aztertzeo eta aplikatzeko gaitasuna izatea, norbere buruarekin eta besteekin etengabeo elkarrenerginean.
...



Fisikoa

Gorputz-morfologia.
Gorputz-atalak eta horien funtzioak.
Behar edota prozesu fisiologikoak (elkadura, loa, anasketa, txisa/kaka, hilerokoak/isurketak...).
Kitzikatze sexuala eta giza sexu-erantzuna (desira, eszitazioa, meseta, orgasmoa, ebazpena eta aldi errefraktarioa).
Gorputz-adierazpena (mugimenduak, posturak...).
Ahozko komunikazioa (tonua, intentsitatea, ahoskera...).
Zentzumenak.
Plazera (eta hura lortzeko/emateko praktika/prozesuak).
Gorputzaren autoesplorazioa.
Segurtasun eta integritate fisikoa.
Sexu-transmisiozko infekzioak.
Estetika.
Ugalketa-ahalmena.
Higienea.
...



Psikologikoa

Autoertzezioa (aitortza) eta autoestimua (konfiantza).
Emozio eta sentimenduen kudeaketa.
Integritate moralia eta koherentzia.
Autonomia.
Genero-identitatea eta autokontzeptua.
Genero-adierazpena.
Desiraren orientazioa autokontzeptua.
Desira eta mugen identifikazioa eta adierazpena.
Taldeko kide izatea.
Gozamena.
Irudimena eta sormena.
Balio moralak.
Jakintza-maila.
Aurreiritziak eta jarraerak.
Komunikaziorako tresnak.
...



Soziokulturala

Balio etikoak.
Arau sozialak (genero-arauak, arau sexualak, edertasun-ereduak...).
Harreman-sistemak.
Harreman-praktikak.
Harreman erotikook.
Parte-hartzea.
Gatazken konponketa.
Intimitatea + esparru publikoa/pribatua.
Afektibitatea eta adierazpen afektiboak.
Pornografia-ereduak.
Sare sozial digitalak.
Indarkeria sexualak (abusua, jazarpena, bortxaketa...).
...

Baliabide interesgarriak



AGEITOS, Norma (2016)
Sexualitatearen koloreak.
Euskadiko Gazteritaren
Kontseilua (EGK).



BATZUK (2018)
Giza gorpuza haurrei azaldua.
SUSAEITA argitaletxea.



FRESNEDO, Ibai eta ARBIOL, Egoitz (2023)
Armarutik Plazara! Sexu-aniztasuna DBHn eta
Batxilergoan lantzeko proposamen didaktikoa.
Hermaniko Udala.



GAZTEMATIKA (2022)
Sexualitatearen txokoaren gida.
GFAko Haur, Nerabe eta
Gazteen Sustapen Zerbitzua.



LÓPEZ, Ainhoa eta GORRITXO, Arkaitz (2018)
Gida didaktikoa. Feminitate eta
maskulinitate alternatibo, askotariko
eta berdinezaleak eraikitzen.
UNESCO Etxea.



MAYOR, Aingeru (2016)
Neskek eta mutilak,
identitate eta gorputza.
NAIZEN elkarte.



SANCHO, Nerea (2008)
Taupadak! Sexuen hezkuntza DBHn
lantzeko bidea. EREIN argitaletxea.



TRANS.eus web-orrialdea
Mugen Gainetik GKE eta
Gehitu elkarte.



SANCHO, Nerea (2007)
Klimak! Sexuen hezkuntza
LHn lantzeko bidea.
EREIN argitaletxea.



TORREGROSA, Itxaso (2019)
Sexu heziketa buruzko gida
Haur eta Lehen Hezkuntzako
irakasleentzat.
LAB sindikatua.



Euskarazko Wikipedia
(kontsulta orokorrerako)



KOADERNO BILDUMA

- 1  **Haurren aisialdi parte-hartzailea, euskalduna, hezitzailea eta herritarra garatzen**
- 2  **Nola sustatu haurren parte-hartzea ikuspegi feministatik**
- 3  **Nola egin udaleku parte-hartzailea**
- 4  **Nola egin ludoteka parte-hartzailea**
- 5  **Parkeak bizitzeko modu berriak**
- 6  **Jolasa: eskubidea eta errealitatea**
- 7  **Arte hezkuntza eta prozesu kolaboratiboak**
- 8  **Herri Antolamendua Herri Hezitzailearen ikuspegitik**
- 9  **Nerabezaroaren kultura eta parte hartzea**
- 10  **Eskola Kirola Gogoeta Kolektiborako Tresna**