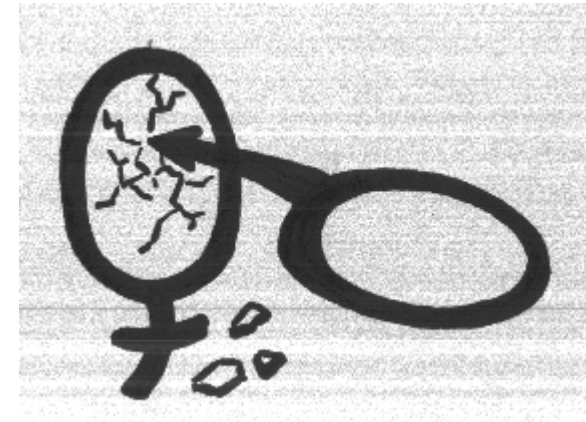


# GENERO BORTIZKERIAREN PREBENTZIORAKO JARDUERA DIDAKTIKOAK

I rakaslearentzako materiala



Andaluziako Hezkuntza Sailaren  
"Genero Bortizkeriaren Prebentziorako Materiala"  
lanetik egokitua



## AURKI BIDEA

### HELBURUAK

#### IRAKASLEARENTZAKO JARRAIBIDEAK

1. FITXA: IRAINA - ONESPENA
2. FITXA: MEHATXUA - ESKUBIDE BAT ALDARRIKATZEA
3. FITXA: ABUSU PSIKOLOGIKOAREN AURREAN JARDUTEKO
4. FITXA: SEXISMOA
5. FITXA: NIRE GORPUTZA NIREA DA
6. FITXA: AUTOESTIMA LANTZEN
7. FITXA: NIRE BELDURRAK
8. FITXA: NIRE AMORRUA
9. FITXA: NIRE TRISTURA
10. FITXA: NIKERONI IZATEKO ESKUBIDEA
11. FITXA: GENERO BORTIZKERIA JUSTIFIKATZEKO MITOAK
12. FITXA: EZ EZAZU BIKTIMA ERRUDUNTZAT JO.

## HELBURUAK

Elkartasunezkoak, orekatuak eta eraikitzaileak diren harremanak sortzea pertsonekin, egoera sozial ezagunetan.

Bizitza eta bizikidetasuna gidatzen duten oinarritzko baloreak ezagutzea eta haien arabera jokatzeko.

Indarkeriarik gabe bizitzeko aukera emango dizkieten jokoerak eta gaitasunak gazteengan garatzea, indarkeria beren baitan eta besteengan antzemanaz eta babesteko gaitasunak garatuz.

Helburu hauek eskuratzeko gazteek jakin behar dute:

- ✓ Pertsona guztiok eskubidea dugula:
  - Botere gehiegikeriarik gabe bizitzeko
  - Gehiegikeria edo bortizkeria jasanez gero kontatzeko.
  - Babesa jasotzeko eta laguntza eskatzeko
  - Poza zein atsekabea, beldurra eta amorrua sentitzeko eta adierazteko.
  - Kideak eta nagusiengandik irainik jasan gabe bizitzeko.
- ✓ Inork ez duela eskubiderik:
  - Ez fisikoki ez psikologikoki besteak erasotzeko.
  - Inork ezin da behartu nahi ez duena egitera.
  - Beste pertsona baten gorputza bortxatzeko edo ukitzeko bere probetxu pertsonalerako.
- ✓ Eta:
  - Emozioak egoki adieraz daitezke.
  - Abusu psikologikoa existitzen da: irainak, mehatxuak...
  - Badaude konfiantzazko pertsona helduak.



## IRAKASLEENTZAKO JARRAIBIDEAK

- ✓ Koaderno txiki hau irakasleak erabiltzeko da, ez aurkezpena ez hizkeraren aldetik, ez dira ikasleei egokitutako fitxak.
- ✓ Malgutasuna: irakasleak ikasleen mailari egokitu beharko dizkio; lan txostenak, hizkuntza, istorioak eta jarduerarako proposamenak aldatuz.
- ✓ Izenak klaseko norbaitenarekin bat etorriko balira, aldatzea komeniko lirateke.
- ✓ Jarduerarako proposamenen jarraibideak aldatu daitezke irakaslearen irizpidez, taldearen ezaugarrien arabera (ideien zaparrada, taldeka pentsatzea, bikoteka, banaka).
- ✓ Egokia izan daiteke ondorioak ikasleek koadernoetan idatziz jasotzea edo txarteletan antolatzea.
- ✓ Ez dira gutxietsi edo arbuia behar banaka egiten dituzten ekarpenak, ikasleek benetan sentitzen dutena adierazten jarrai dezaten (ondorioak, gaia batera jartzean zuzen daitezke).
- ✓ Jardueren garapenean egokia da ikasleengan behatzea izan ditzaketen generoenganako aurreiritziak eta jarrera bortitzak, esku hartu ahal izateko.

## 1.FITXA: IRAINA - ONESPENA

Irain bat esaten dizutenean min ematen edo haserretzen zaituen zerbait da. Irainek irain egiteko soilik balio dute. Iraina hitzen bitarteko bortizkeria da.

Onespena, ongi sentiarazten duen zerbait da, norbait zarella sentiarazten dizuna.

### Jarduerarako proposamena:

⇒ Irakur itzazu aurreko definizioak ozenki.

⇒ Arbelean idatzi:

*Atsegina    Ergela    Langilea*  
*Eskuzabala    Ezgauza    Traketsa*

I kasleari txanda eman iezaiozu adjektibo bakoitza iraintzat edo onespentzat hartzen duen esan dezan.

⇒ Arbelean idatzi klasean gehien erabiltzen diren irainak, (txandaka)gero debekatu eta barkamena eskatzera behartzeko.

***Inork ez du inor iraintzeko eskubiderik eta egiten bada barkamena eskatu behar da.***



## 2.FITXA: MEHATXUA - ESKUBIDEA EXIJITU

Norbaitek esaten dizunean min emango dizula edo zerbait oso txarra gertatuko dela ez baduzu berak nahi duena egiten, mehatxatuta zaude. Mehatxuak beldurra sortarazteko tresna gisa erabiltzen dira eta emakumei eta umeei egindako gehiegikeriekin batera agertu ohi dira.

Eskubide bat exijitzen denean, gure eginbeharra betetzea da, eta alderantziz.

### Jarduerarako proposamenak:

⇒ Arbelean idatzi eta sailkatu:

*"Egin duguna amari kontatzen badiozu, jo egingo zaitut"*

*"I tzuliko dizkidazu nire arkatzak edo tutorearekin hitz egingo dut"*

*"Ni iraintzen jarraitzen baduzu, irakasleari esango diot"*

⇒ Ondoko istorio hau irakurri:

*Kristina eta Pedrok elkarrekin jolasten dute. Pedrok eskatzen dio Kristinari bizikleta eta honek uzten dio hogeit hamar minutuz. Kristinak Pedrori eskatzen dio bizikleta itzultzeko eta honek ezetz esaten dio eta kentzen saiatzen bada zaplasteko bat emango diola esaten dio. Kristinak orduan esaten dio, itzultzen ez badio, ez diola inoiz gehiago utziko.*

Eskubidearen exijentzia eta mehatxuaren artean ezberdintzea eskatu.

⇒ Hitz egiteko txanda eman, bakoitzak bizi izan dituen mehatxu edo eta eskubidea exijitzearen esperientziak kontatzeko.

*Inork ez du eskubiderik beste inor behartzeko bere gorputzarekin eta bere ondasunekin egin nahi ez duena egitera.*

*Pertsona orok du eskubidea EZ esateko, eskaera baten aurrean.*

## 3.FITXA: ABUSU PSIKOLOGIKOAREN AURKAKO EKINTZA

Abusu psikologikoa, sufrimendua edo gutxiestea sortzen duen edozein ekintza eta edozein jokaera da eraso psikologikoa.

### Jarduerarako proposamenak:

⇒ Ondoko istorioa irakurri:

*Pepe eta Rosa elkarrekin ateratzen dira eta bikote dira. Pepek Rosa berarekin beranduago arte gelditzea nahi du. Rosak ez du gogorik eta ezetz esaten du. Pepek orduan ergela dela eta utzi egingo duela eta beste neska batekin hasiko dela esaten dio.*

Eskatu ikasleei banaka istorioaren bukaera bat idatz dezaten.

⇒ Zer uste duzue esango dutela Peperen lagunek?  
Zer esango dute Rosaren lagunek?

⇒ Batera jarri. Batera jartzean saiatuko gara abusua eta eskubidea exijitzea egon diren bereiz dezaten eta Rosak EZETZ esateko eskubidea duela uler dezaten.

*Luzera begira, abusu psikologikoa jasateak autoestiman kalte handiak eragiten ditu.*



#### 4. FITXA: SEXISMOA.

Emakumea izateagatik sortutako ezberdintasunei eta ezaugarri kaltegarriak ezartzean datzan jokaera multzoari sexismo deritzogu. Emakumeari abantailak ukatzen zaizkio sortzen diren ezberdintasuna eta mailaketen bidez.

Jokaera hauek herri edo etnia batzueganakoak direnean xenofobia deitzen zaie.

##### **Jarduerarako proposamenak:**

- ⇒ Ondoko esaldiak arbelean idatzi:
- Neskak negartiak dira.
  - Neskak ergel xamarrak dira.
  - Mutilek ez dute negar egiten.
  - Gizonezkoek emakumezkoek baino gehiago dakite.
  - Neskek ez dute balio futbolerako.
  - Emakumeek etxea zaindu behar dute.
  - Emakumeek lana kentzen diete gizonei.

Txandaka iruzkinik egin gabe esaldi bakoitzaren ondoan jarri Egia edo Faltsua den.

- ⇒ Ondoren, komentatu behar da erantzun guztiak faltsuak direla, pertsona guztiak eskubide berdinak ditugula eta gaitasunak eta abilitateak besteek zer espero duten eta zer erakusten diguten arabera direla. (Erantzunak sexuaren arabera alderatu)

***Sexismoa eta arrazakeria  
txanpon beraren bi aldeak dira.***

#### 5. FITXA: NIRE GORPUTZA NIREA DA.

Badaude neska eta mutilak beren heldueganako menpekotasunagatik abusuak jasaten dituztenak. Botere abusuak jasaten ikasten dute eta barneratuta dute beren izaeran arrunta izango balitz bezala.

##### **Jarduerarako proposamenak:**

- ⇒ Bakarka, 15 minutuz, heldu bat jotzen dituela eta beraiek defendatzen saiatzen direla, marrazteko eskatu. Gero, txandaka galdetu zeinek jotzen dituen eta zer egiten duten beren burua babesteko adieraz dezatela. Irtenbide eranginkorrenak eta indarkeriarik gabekoak azpimarratzen saia daitezela.

- ⇒ Ondoko istorioa irakurri:

“Juanik Julio izeneko osaba du, oso atsegina da eta berarekin beti txantxatan ibiltzen da. Batzuetan bisitan etortzen denean opari bat ekartzen dio. Gurasoak ez zeuden batean eseri zen sofan Juanirekin. Gero, Juanik oso ondo ulertzen ez zituen gauzak esaten hasi zen baina deseroso sentiarazten zioten. Gero, askoz okerrago sentiarazi zuen modu batez ukitzen hasi zen. Juanik bazekien berari gustatzen ez zitzaion eta gaizki sentiarazten zuen zerbait heldu batek egiten bazion, ezetz esan behar zuela. Juanik osaba Juliori EZ, esan zion, eta gurasoei kontatu zion”.

Ozenki eta txandaka edo idatziz erantzun: Zer egingo zenuke zuk?

Erantzun eraginkorrena azpimarratu: EZETZ esan eta gero norbaitek aintzat hartu arte KONTATATU.

***Norbaitek, ezaguna edo ez, min egin nahi badizu  
edo ukitu nahi bazaitu nahasten edo ikaratzen  
zaituen eran, esan EZ, ALDE EGIN, eta KONTATU.***



## 6.FITXA: AUTOESTIMA

Autoestima nire burua zaintzeko, baloratzeko, errespetatzeko eta osotasuna erasotzen duena mugatzeko dudan modua da. Bai erasotzaileak bai erasoak pairatzen duenak autoestima baxua dute. Erasotzaileak autoestima faltsua lortzen du, beste pertsona batengan indartsu sentituz. Erasoak pairatzen duenak, berriz, autoestima lortzen duela iruditzen zaio, besteen desioetara makurtuz gero.

### Jarduerarako proposamenak:

- ⇒ Pentsatu eta gero, txandaka, norbere buruaren ezaugarriren bat esan (gustuko duena). Adibidez, ni adoretua naiz, sentibera naiz, indartsua naiz, langilea, azkarra ...)
- ⇒ Arbelean ezaugarriak idatzi behar dituzte. Hauek ez direla sexu kontuarengatik ezberdintzen adierazi behar zaie eta ohikoak ez direnak azpimarratu behar dira, esaterako adoretua neskengan edo atsegina mutilengan.
- ⇒ Helduak izatera iristean gustatuko litzaizkiekeen bi lanbideetan marraztu behar dute euren burua.
- ⇒ Marrazki bakoitzaren aurkezpen motza eta bat-batekoa. Gehienek ohiko lanbideak aukeratzen badituzte beste irudi bat egitera bultzatu, oraingoan bere sexuarentzat ohiko ez den lanbide bat aukeratu.
- ⇒ Azpimarratu behar da pertsonak garatu ahal dituztela gaitasun ezberdinak eta hauek ez dutela zer ikusirik sexuarekin, eta ezberdintasun guztien gainetik pertsona bezala berdina gaitasuna.

***IZATEAREN ilusioa, ez edukitzearena, autoestima laguntzen du eta nortasuna garatzeko bideak aurkitzen laguntzen du.***

## 7.FITXA: NIRE BELDURRAK

Beldurra, biziraupenerako beharrezko emozioa da, amorrua eta minarekin batera, baina erreprimitzen direnean, oinaze fisiko eta psikiko sortu ditzakete. Beldurraren erabilpen zuzenerako lehen urratsa onartzea da. Erasotzaileek ez dituzte euren beldurrak onartzen, biktime batengan botatzen dituzte baizik.

### Jarduerarako proposamenak:

- ⇒ Ariketaren abiapuntua, guztiok beldurrak ditugula onartzetik dator. Galde ezazu, zeintzuk dira zureak? eta arbelean idazten hasi.
- ⇒ Ostein, ozenki irakur dezatela beldurren zerrenda eta bakoitzak berea identifikatuko du eskua altxatuta "NIREA" esanez.
- ⇒ Ondoko istorioa irakurri:

*"Lagun batek Karlosengandik nahi duena lortzeko bere atzetik ibiltzen da, jotzen du eta iraintzen du. Hau duela urtebete gertatzen da. Karlosek gero eta ikara handiagoa du eta lagunak eskatzen dion guzti-guztia egiten du. Egun batean papertegi batetik itsaskin batzuk lapurtzeko eskatzen dio. Karlosi lapurtzea ematen dion beldurra bere lagunak egiten dionaren adinakoa da. Karlosek gehien sentitzen duena beldurra da. Zer egin dezake?"*

Ondoko erantzunak arbelean idatzi eta txandaka zein aukeratzen duten esan dezatela:

- 1- Lagunari astindu bat eman
- 2- Talde bat elkartu, laguna jotzeko.
- 3- Beste biktimekin elkartu eta irakasleei jakinarazi.
- 4- Ezer ez
- 5- Beste batzuk

***Irtenbiderik onena indarkeria gutxien eta biktimentzako babes gehien sortzen duena da.***



## 8.FITXA: NIRE AMORRUA

Amorrua beste pertsona edo gauza baten aurrean desatsegina, gorrotoa edo aurkako sentimendua da. Ongi erabiltzen bada laguntzen du eta indarrak ematen ditu norbere burua babesteko bidegabekeriaren aurka. Pertsona batzuen aurrean erreprimitzen den amorrua beste pertsona edo animalia batzuegan bota daiteke.

### Jarduerarako proposamenak:

- ⇒ Galdetu ikasleei txandaka zerk ematen dien amorrua eta arbelean idatz dezatela. (Adb.: Niri amorrua ematen dit iraintzen nautenean, niri entzuten ez nautenean, niri iletik tiratzen badidate)
- ⇒ Ondoren, amorrueen zerrenda ozenki irakur dezatela begiak itxita dituztela eta bakoitzak berea errekonozitzen duenean eskua altxatuz, esan dezatela "NIREA", amorrua, gorputzaren zein ataletan sentitzen duen seinalatzen duen bitartean.
- ⇒ Adierazi behar da babesten lagunduko diguten irtenbideak bilatzeko, baliagarri izan daitekeela amorrua. Arestian emandako adibideetan amorrua botatzeko modu egokiak aztertu behar dituzte. Indarkeriarik gabe konpontzen diren egoerak indartu behar dira, sentitzen duguna adieraziz eta nahi duguna eskatuz, erasotzaileak ez gaitzan biktima-objektutzat jo.

Adb.: Ez dut zuk ni iraintzea nahi, gaizki senti arazten nau.

***Erasotzaileek ahul eta menpeko ikusten dutenengan bideratzen dute bere amorrua: emakumeak eta umeak.***

## 9.FITXA: NIRE TRISTURA

Tristura, pena edo oinaze psikikoa, beste emozio garrantzitsu bat da biziraupenean egokitzeke eta oreka mantentzeko. Emozio hau askatzeko oso era egokia da NEGARRA. Gure gizartean erabat gutxiesten den jokaera, gizonengan batez ere, negarraren ordezt ikasten dute bere frustrazioak biolentziaren bidez askatzen.

### Jarduerarako proposamenak:

- ⇒ Arbelean idatzi behar dute:  
*"Guztiok sentitzen dugu noizbait tristura, etsipena edo mina. Gure gorputzak badu tristura arintzeko era bat: NEGARRA. Egoera hauetan negar egitea beharrezkoa da eta eskubidea ere bai. Batzuetan negar egiteko ausarta izan beharra dago.."*
- ⇒ Txandaka, galdetu zer gertatu ohi den negar egiten denean, zeintzuk esaten ohi duten zerbait eta zer esan ohi duten.
- ⇒ Koadernoan idatz dezatela eta gero irakurri:  
*"Norbaite hiltzen denean pena handia ematen du eta negar egitea behar bat da eta giza eskubide bat".*
- ⇒ Ondoko istorioa irakurri:  
*"Pedro oso triste dago, bideo kontsola oparitu diote eta bere anaia zaharrenak ez dio jolasten uzten. Pedrok bere gurasoei esan die baina anaia esan die gezurra dela eta haiek sinisten diote. Pedro oso triste dago eta ez daki zer egin, zer egin dezake?"*
- ⇒ Txandaka arbeleko aukeren artean erabaki:  
*1- Borroka, bideo kontsola nahi duen aldira.  
2- Gurasoei berriro ere esan.  
3- Ezer ez, jasan eta kito.  
4- Gurasoei eskatu zerbait egiteko bera oso gaizki sentitzen delako eta sentitzen duelako ez dutela maite. Esan, biek batera hitz egiteko eta denbora bien artean banatzeko.*(Erantzun honek adierazten du sentitzen duena, irtenbideak ematen ditu eta ez du erasorik suposatzen.  
***Gure kulturak emozioen adierazpena ahalbidetzen du neskengan negarraren bitartez eta mutilengan amorruearen bidez.***



## 10.FITXA: NI NERONI IZATEKO ESKUBIDEA

Pertsona guztiak berdinak gara gizatasunaren aldetik, eskubide eta erantzukizun berdinekin. Era berean pertsona bakoitza bakarra da eta besteengandik ezberdina eta eskubidea du bere ezberdintasunak errespetatuak izan daitezen.

### Jarduerarako proposamenak:

⇒ NERONI IZATEKO, EZBERDINA IZATEKO ETA ERRESPETATUA IZATEKO ESKUBIDEAn oinarriturik adibide batzuk jarri, ikasleek beren iritzia eman dezaten eta beraiek jasandako esperientzia txarrak azaldu ditzaten:

Badu inork horrelako zerbait esateko eskubidea?

- Ez egin negarrik neskatxatxu bat ematen duzu eta.
- Ez egin oihurik niri.
- Ijitoak ez dira onak.
- Neska bat indartsua baldin bada mari-mutil da.
- Edo ni iraintzeari uzten diozu edo irakasleari eskatuko diot laguntza.
- Neska lodiak itsusiak dira
- Neska batzuek gaizki tratatzen naute.
- Zure lehengusinak baino nota hobekak ez badituzu ateratzen, ergela zarelako da.
- Ergel halakoa, nahiago du irakurri futbolekin aritu baino.

***Berdinak gara, eskubide berdinak ditugu eta ezberdintasunak errespetatuak izateko eskubidea dugu.***

## 11.FITXA: GENERO BORTIZKERIA

Hamabi urterekin mutilek zein neskek, dagoeneko, barneratu dituzte bikote barruko ABUSUAREN TOLERANTZIA suposatzen dituzten rolak. Neska batzuek mutilenganako menpekotasuna erakusten duten jokamoldeak garatu dituzte. Mutil batzuek genero pribilegiatuaren maila gorena suposatzen duten jokamoldeak garatzen dituzte eta ikasten dute beren pribilegioak eta hauen ondorengo abusuak justifikatzen.

### Jarduerarako proposamenak:

- ⇒ Egunkarietatik genero bortizkeriari buruzko berriak jaso eta haietako batzuk irakur ditzatela.
- ⇒ Galde iezaiezu ikasleei ea zergatik iruditzen zaien beraiei jotzen dituztela gizonek emakumeak. Ziurrenera aterako dira mito diren betiko arrazoi hauetakoak: mozkorrak daudelako, jeloskor daudelako, gaixo daudelako ...  
Argi geratu behar du erasokorrak diren gizonezkoak emakumeak jotzen dituztela indartsuagoak direlako eta emakumeengan agindu nahi dutelako, beren nagusiak izan nahi dutelako.
- ⇒ Galde iezaiezu ikasleei ea zergatik tratatu txarrak jasaten dituzten emakume gehienak geratzen diren bere erasotzailearekin. (Argi geratu behar du beldurra dutelako eta baliabide ekonomiko faltarengatik dela).
- ⇒ Galde iezaiezu ikasleei zer egin beharko lukeen andre batek, umeekin edo umerik gabe, bere senarra salatu eta gero, okerrago egongo dela uste badu.

***Ez dago justifikatzerik emakumeenganako eta haurrenganako bortizkeria edo abusia, delitu bat da.***





## 12.FITXA: BIKTIMA DENA EZ HARTU ERRUDUNTZAT

Biktima erruduntzat hartzea da emakumeenganako bortizkeria toleratzeko kulturak erabiltzen duen beste modu bat.

### Jarduerarako proposamenak:

⇒ Ozenki irakurri behar dute:

“Behin Rosa institutuan dagoela bere laguna den Gilermo hurbiltzen zaio eta gona altxatzen dio txaplatako bat emanaz. Rosa rokerak baten moduan janzten da gona motz eta estu batekin. Rosa izugarri haserretzen da eta Gilermok erantzuten dio gona hain motza jantzi ez balu ez lukeela ukituko”.

⇒ Bietako zeinek duen arrazoia eztabaida dezatela, txandaka.

Bukaeran argi gelditu behar du biktimari ez zaiola inoiz errua bota behar. Min ematen duenak du beti errua. Rosak nahi duen arropa janzteko eskubidea du.

⇒ Zer egin beharko luke Rosak Gilermok ez diezaion berriro gauza bera egin? ( kontatu eta irakasleei laguntza eskatu).

*Biktima erruduntzat hartzea  
erasoan parte hartzea da.*

