

10. LAN-FITXA: INDARKERIA

HELBURUAK

1. Irizpide kritikoa bultzatzea, indarkeria harremanetan zelan sortzen den eta emakumeek egoera horretatik ateratzeko zein arazo daukaten hausnar dezaten.
2. Tratu txarrak jasaten dituzten emakumeei zein gizon erasotzaileei buruzko mitoei aurre egitea.

MATERIALAK

Deskonekta Zaitetz Tratu Txarretatik gida-liburuko 4. atala etam poster tolesgarria.

METODOLOGIA

Ariketa honetarako 50 minutu inguru behar dira.

- Euri-jasa egingo da arbelean jasotzeko ezagutzen dituzten tratu txar mota guztiak. Argi gelditu behar da tratu txar fisikoa ez dela tratu txar mota bakarra, errazen ikusten dena bada ere. Gerta liteke tratu txar psikologiko prozesu luzea egotea tratu txar fisikorik egon ez arren. Orduan lau tratu txar motak jasotzen dituzten kartelak erakutsiko ditugu. Kartel bakoitzeko tratu txar mota bat, beltzez eta letra handiz idatzita, urrunetik erraz ikusteko modukoak.
- Lau talde egingo ditugu, eta talde bakoitzean, *Deskonekta Zaitetz Tratu Txarretatik* gida-liburuko 20. eta 21. orrialdeko koadroak (*Sentimenduak, Sentsazioak, Portaerak* eta *Ondorioak* atalean) erabiliko dituzte eztabaidarako; Koadro horietan maitasunaren eta indarkeriaren arteko aldeak agertzen dira. Geroago, esandakoa talde handian komentatuko dute.

- *Nahasketaren labirintua* landuko dute; pausu guztiak aztertuko dituzte banan-banan, eta hortik ateratzeko moduak proposatuko dituzte, bai identifikaturik sentitzen den neska izanik, bai bere jokabideak bertan identifikatzen dituen mutila izanik.

Lanketarako bestelako aukerak:

1. Aukera

Maitasuna zelan desagertzen den indarkeria dagoenean aztertuko dute. Horretarako esaldiak erabiliko dituzte, euren esanahia, eta egoeratik zelan atera ahal den aipatuko dute. Horretarako, *Deskonekta Zaituz Tratu Txarretatik* gida-liburuko 24. orrialdeko *Eroaldi arriskutsua* erabiliko dute, bertan dauden esaldien esanahia aztertu, eta egoeratik zelan atera ahal den esango dute.

2. Aukera

Paula eta Imanolen komikia lantzea: mutilak zergatik erreakzionatzen duen horrela aztertuko dute, hala nola, neskak egoera horretatik ateratzeko dituen zailtasunak, erasoari aurre egiteko zailtasunak. Egoera honetatik ateratzeko aukerez ere hitz egingo dugu.

Kontuan har ezazu, bestelako aukera hauek erabiltzeko, denbora gehiago beharko duzula ikasgelan.

Oharra: Dinamika honetarako ezinbestekoa da begirunezko giroa sortaraztea, ikasleek euren iritzia eman dezaten, baita juzkatu barik entzun dezaten ere.

Txandak gorde behar dira, baten bat hitz egiten dagoenean beste guztiek entzun dezaten. Iritzia adierazteko arazo handien duten ikasleei eman behar zaie lehentasuna, beste batzuek bigarrenaz edo hirugarrenaz hitz egin badute.

Seinale ona litzateke tratu txarrei buruzko mitoak errazen onartzen dutenek euren hasierako iritzia zalantzan jartzea.

Ekintza osagarria:

Edukien atalean, genero-indarkeria ez onartzeko 10 oinarrizko arauak daude. Ikasgelan erabil daitezke, eta sasoi batez hormetan jarri.

10. FITXAKO EDUKIAK: ZERIKUSIRIK EZ!

Datuak ateratzea ez da beti erraza. Badago indarkeria isilean sufritzen duen emakume asko: ez dute jendeak jakiterik nahi; gertatzen zaiena ez dela indarkeria pentsatzen dute, beldur dira, mehatxatuta daude, inork ezin diela lagunduko uste dute... Genero-indarkeriaren biktimen kopururik larriena, ezagutzen ez dugun kopurua da. Atera ahal ditugun kontuak salaketa jartzen ausartu diren emakumeak gehitzean aterako ditugu. Horiexek dira aipatuko ditugun zifrak, arazoa zein larria den zehazkiago jakin dezazun.

Euskal Autonomi Erkidegoan, Ertzaintzaren komisaldegietan, azken hiru urteetan egindako salaketetatik honako datuok atera ditzakegu:

- 3000 salaketa baino gehiago dago indarkeriazko delitu eta faltengatik etxeko esparruan: 12-39 urteko emakumeak, bere bikotekideek edo bikotekide ohiek egindako erasoak izan dira. Hauek dira periodo honetako salaketa guztien % 33,77.
- 868 salaketa indarkeriazko delitu eta faltengatik etxeko esparruan: 29 urte baino gutxiago duten emakumeak, eurekin familia-harremanen bat zuten gizonen egindako erasoak. Hauek dira periodo honetako salaketa guztien %32,13.
- 29 urte baino gutxiago duten 563 neskak salaketa jarri dute sexu-askatasunaren aurkako delituak direla eta. Hori da periodo honetako salaketen % 68,32

Indarkeria ez da helduen arazo eskusiboa. Neska gazteen aurkako indarkeria dago, eta gehienetan, erasotzailea mutil gaztea izaten da. Horra hor errealitatea, batzuek zelan gertatzen den, eta zer egin daitekeen ez badakite ere; batzuek garrantzia kendu nahi badiote ere. Arazoa desagerrarazi nahi badugu, zabal ditzagun begiak!

Hainbat tratu txar mota:

- ❑ **Fisikoa:** zaplastakoak, bultzadak, kolpeak... hiltzeraino.
- ❑ **Psikikoa:** gutxiestea, iraintzea, burlak, oihua, mehatxuak, errua botatzea...
- ❑ **Sexuala:** emakumearen aurkako edozein sexu-kontratu, bikotearen barneko bortxaketak, sexu-irainak, objektu sexual baten moduan tratatzea.
- ❑ **Ekonomikoa:** dirua edukitzea eragozte, edota bere egoera ekonomikoari buruzko informazioa eragozte, baita lan-merkatutik apartaraztea ere, etxeko diruaren kontrolik edukitzen ez uztea eta berarenak diren herentziak gestionatzeko eskubidea ez onartzea.

Tratu txarrak jasaten dituzten emakumeei dagokienez:

- ❑ Emakume hauek ez dute indarkeria sortzeko probokatzen.
- ❑ Erasoek beldurra sortarazten dute, ernegua, ezintasun sentsazioa... eta zaila izaten da halako batean zelan erantzungo dugun jakitea. Emakume asko paralizaturik sentitzen da indarkeriaren mehatxuaren menpe.
- ❑ Tratu txarrak jasaten dituzten emakumeak ez dira koldarrak, ausartak baizik. Tratu txarrei egin diete aurre, eta euren burua defendatu dute; beti lortu ez badute ere, egoera horretatik ateratzeko modua bilatu dute.
- ❑ Tratu txarrak jasan dituzten emakumeak markaturik gelditzen dira psikologikoki, baina horrek ez du esan nahi pasiboak direnik, ezta ezjakinak direnik edota beldur direnik ere.
- ❑ Lehenengo erasoaren ondoren, emakumeak pentsatu ohi du zerbait pasakorra dela, eta ez dela berriro ere gertatuko.
- ❑ Tratu txarrak jasaten dituen emakumeak bikotekideari laguntzeko obligazioa daukala pentsatu ohi du, izan ere, gehienetan, pentsa molde horren menpean hezi dute.

Tratu txarrak ematen dituzten gizonei dagokienez:

- ❑ Fisikoki indartsuak izan daitezkeen arren, psikologikoki oso debilak dira, euren bikotearekiko menpekotasuna baitaukat, bizitzeko bikotea behar dute ondoan.
- ❑ Ez dute euren buruekiko ziurtasunik, horregatik erabiltzen dute kontrola bikotekidea menpean edukitzeko.
- ❑ Gatazkei aurre egiteko indarkeria baino ez dakite erabiltzen, horixe da eurentzat errespetaturik eta balioztaturik sentitzeko modua.

- ❑ Ez dute euren erantzukizunik onartzen, indarkeria bikotekidearen erruz gertatzen dela esaten dute.
- ❑ Tratu txarrak ematen dituen gizona bere bikotekidearen independentziaren beldur izaten da, bikotekideak utziko duelako beldur.
- ❑ Indarkeria hori bikotekidearen kontra baino ez dute erabiltzen.
- ❑ Kontrola erabiltzeko eta bikotekidea menpean edukitzeko asmoa daukate.
- ❑ Ez dira gaixoak, gizon normalak baizik.
- ❑ Ez dute zertan drogazalek edo alkoholikoak izan.
- ❑ Unibertsitate-ikasketak eduki ditzakete ala ez.
- ❑ Ez dute zertan gizarte-maila baxukoak edo etorkinak izan.

GENERO-INDARKERIA EZ ONARTZEKO OINARRIZKO ARAUAK

1. ESKUBIDE-BERDINTASUNEAN MAITE ZAITUT, BENETAN MAITE ZAITUT ETA.

Bikote hitzak pareta esan nahi du, nire iguala den bat, nire mailan dagoena, ez gorago, ez beheiago. Hau ez da ordu batzuetarako kontua, ezta oporretarako edo astebururako ere. Berdintasuna etengabe egon behar da bikote-harreman onak sortuko baditugu.

2. EZ DAGO ERASORAKO AITZAKIARIK; ERASOA INOIZ EZ DA NORMALA, EZ ERASO FISIKOA, EZ PSIKOLOGIKOA, EZTA SEXU-ERASOA ERE.

Ez dugu pentsatu behar erasoa beroaldi bat dela, berriro ez dela gertatuko, eta “hainbesterako” ez zela izan. Desberdintasunak eta zailtasunak normalak dira, gatazkak osasungarriak dira harremanei aurre egiteko... horrek ez dauka indarraren erabileraz eta abusuaz zerikusirik, ezta kontrolatzeko eta besteen gainetik gaudela erakusteko nahiarekin ere.

3. EZ DAGO BEGIRUNERIK GABEKO MAITASUNIK

Bikotekideari begirunez tratatzeko eskatu behar diogu; elkarri zaindu eta baloratu egin behar dugu.

4. EZ ERASOTZEA AUKERATU AHAL DUZU

Eraso egiten duenak eraso egitea aukeratzen du. Egin ahal duela eta egiteko eskubidea duela uste du. Neska zein mutila izan, denok kontrola dezakegu gure jokabidea. Agresibitatea kontrolatu egin ahal izateak indartu egiten du geure autoestimua, baita bestearena ere. Jarrera horrek indartu egiten gaitu, baretu eta ongizatea sortarazten du.

5. MAITASUNAK GEHITU ETA BIDERKATU EGITEN DU

Maitasunak ez du kentzen, ez du banatzen, gehitu eta biderkatu baizik. Ezin banaiz ni neu izan, neu naizena ahaztu behar badut harreman batean jarraitzeko, zerbaiten susmoa dago. Bikotekide bakar batek utzi behar badu dena, berak egin behar baditu errenuntzia guztiak, zerbait ondo ez dabilen seinale. Maitasunaren eragiketetan beti irabazi behar dugu. Orduantxe jakingo dugu bide onetik goazela.

6. INDARKERIA EZ DA GAIXOTASUNA

Eraso egiten duten mutilak ez dira gaixoak, beraz, ezin dira osatu. Gaixotasunak tratatu ahal dira, batzuetan osatzen dira eta beste batzuetan ez. Mutil batzuek pentsatzen dute neskak baino gehiago direla, eta horregatik egiten dute eraso... boterea eta kontrola lortzeko. Horren aurkako tratamendua honako hau da: hanka egitea arineketan. Tentagarria izan daiteke pentsatzea arazo hauek berba eginez konpon daitezkeela, negoziatuz, edota promesa eginez; oxala horrela gertatuko balitz! Baina ez da egia, errealitatean horrek ez du funtzionatzen.

7. MAITASUNA EZ DA INDARKERIAREN AURKAKO ANTIDOTOA

Indarkeriaren aurkako antidotoa indarkeriarik eza da. Ez ezazu energia gehiagorik gastatu, ea horrelakoak zergatik egiten dituen zeure buruari galdezka; maite bazaitu ea zergatik jokatzen duen horrela zeure buruari galdezka. Maitasun-harremanak lana dakar, lan zoragarria eta erakargarria, garatzen uzten digun lana, gogorra izan arren. Maite zaituenak ez dizu negarrik eragingo, barrea eragingo dizu, pentsaraziko dizu. Ez ezazu pentsa pertsona bat biziki maite baduzu lortuko duzula bere jokabidea aldatzea. Denbora alferrik gastatuko duzu, eta sufrimendua handitzea baino ez duzu lortuko.

8. INDARKERIA JASATEA EZ DA MERITUA

Zure harremana okertzen hasten denean, normala da pentsatzea hobera egingo duela; arazoa konpontzeko ahaleginak egingo dituzu, eta ulergarria da. Dena dela, pentsa ezazu une batez, noiz arte? Noiz arte aguantatuko duzu? Zenbat sakrifizio egin behar duzu horrelako harreman bat edukitzeko? Zenbat toleratu behar duzu? Zenbat galdu duzu? Zenbat lagun, zenbat denbora, zenbat ilusio, autoestimua, bat-batekotasunerako aukerak?... serioki pentsatuz gero, kontuak ez direla zure alde ateratzen konturatuko zara.

9. MAITASUNAK EZIN DU EDOZER LORTU

Maitasuna ureztatu beharreko sentipena da. Maitasunak samurtasuna dakar, bestea zaintzea, pasioa, eta une latzenetan laguntzen digu. Maitasunak ez du, ordea, miraririk egiteko balio; ez du indarkeriazko izaera aldarazten, ez du harreman txarra hobetzen, eta baten batek ez badu daukan arazoa onartzen, maitasunak ez dio lagunduko.

10. INDARKERIA EZ DA HUSKERIA

Indarkeria sufritzen duten neskak ez dira tuntunak, debilak. Inoiz seguru pentsatu dutela: "Niri ez zait horrelakorik gertatuko" edo "Gertatzen bazait lehenengo aldia nahikoa izango da alde egiteko; ez dut horrelako mutil bat aguantatzeko asmorik... ezta zoratuta ere! Ondo da, baina badirudi horrela pentsatzea ez dela prebenitzeko txertoa. Indarkeria sufritzen duten neskak suntsipen-harreman batean murgiltzen dira, eurak konturatu ez arren. Euren bikotekideekiko lotura ez da maitasunean oinarritzen, kontrolean baizik.

Indarkeria Giro Txarreko Zoparen osagai nagusia da, eta usain txarra dauka. Kasu egin zeure usaimenari, EZ ezazu jan, ez horixe!

Poster tolesgarriaren alboetako batean indarkeriari buruzko ideia gehiago dago, hala nola indarkeria horren funtzioari buruzkoak mutilen zein nesken kasuan.