

Indarkeria matxistak eragindako
ondorioen aurrean, erreparazioa eta
dolua haur eta nerabeekin lantzeko gida.

Isiltasunetik hitzetara

SARRERA 7

1. HEZKUNTZA LAGUNTZARAKO ESPARRU OROKORRA 8

- 1.1. Gidaren zentzua eta kokapena 8
- 1.2. Erailketa matxista zauri kolektibo gisa 8
- 1.3. Haur eta nerabeak eskubideen subjektu gisa 9
- 1.4. Indarkeria izendatzea: zergatik den garrantzitsua “indarkeria matxista” esatea 9
- 1.5. Hezkuntza eremuaren eginkizuna: Terapiarik ez, neutraltasun faltsurik ez 10
- 1.6. Irakasleen eta hezkuntza taldearen zaintza emozionala 10
- 1.7. Koherentzia eta koordinazio komunitarioa 11

2. HAUR HEZKUNTZA 12

- 2.1. Doluaren bizipena, Haur Hezkuntzan 12
- 2.2 Haur hezkuntzan gertatutakoaz hitz egiteko gakoak 12
- 2.3 Haur hezkuntzako beharrak 13
- 2.4 Hezkuntza eremuaren eginkizuna 13
- 2.5 Haur Hezkuntzan saihestu beharrekoak 14
- 2.6 Haur hezkuntzako baliabideak eta laguntza proposamenak 15
- 2.7 Alerta seinaleak eta laguntza eskatzeko unea 15

3. LEHEN HEZKUNTZA 16

- 3.1 Doluaren bizipena, Lehen Hezkuntzan 16
- 3.2 Lehen Hezkuntzan gertatutakoaz hitz egiteko gakoak 17
- 3.3 Lehen hezkuntzako beharrak 17
- 3.4 Hezkuntza eremuaren eginkizuna 17
- 3.5 Lehen Hezkuntzan saihestu beharrekoak 18
- 3.6 Hezkuntzako baliabideak eta laguntza proposamenak 18
- 3.7 Alerta seinaleak eta laguntza eskatzeko unea 20

4. NERABEZAROA 22

- 4.1 Doluaren bizipena, nerabezaroan 22
- 4.2 Nerabezaroan gertatutakoaz hitz egiteko gakoak 22
- 4.3 Nerabezaroan landu beharreko alderdi espezifikoak 24
- 4.4 Ukatzen, probokatzen eta gutxien duten diskurtsoak 26
- 4.5 Hezkuntza eremuaren eginkizuna, Nerabezaroan 28
- 4.6 Nerabezaroan saihestu beharrekoak 29
- 4.7 Alerta seinaleak eta laguntzak eskatzeko unea 30
- 4.8 Alerta seinaleak eta noiz aktibatu euskarriak 31

5. FAMILIEKIN ETA KOMUNITATEA- REKIN KOORDINAZIOA 32

GIDAREN ITXIERA 34

GLOSARIOA 36

BIBLIOGRAFIA 37

I. ERANSKINA 38

II. ERANSKINA 39

III. ERANSKINA 42

SARRERA

Orion gertatutako erailketa matxistak komunitate osoa zeharkatu du, eta bere eragina hezkuntza-esparruetara ere iritsi da, bereziki haur eta nerabeengana. Testuinguru horretan, irakasleek eta hezkuntza-eremuan diharduten profesionalek maiz egin behar izaten diete aurre galdera, isiltasun, beldur eta askotariko erreakzioei, eta ez dira beti prestatuta sentitzen egoera horiei modu egokian erantzuteko. Hitz egin ala ez? Zer eta nola esan? Non jarri muga? Nola zaindu kalterik eragin gabe?

Gida hau irakasleei eta hezkuntza-eragileei laguntzeko sortu da, **2023ko maiatzaren 16an Orioko udalerrian jazotako María Lourdes del Hoyoren erailketa matxistaren** ondoren haur eta nerabeei sostengu emozional egokia emateko zereginen lagungarri izan dadin.

Ez da irakasleak terapeuta bihurtzea, ezta erantzun itxiak eskaintzea ere; helburua zaintza-, entzute- eta ulermen-marko bat eskaintzea da, ikuspegi komunitario eta genero-ikuspegitik abiatuta. Hezkuntza-bidelaguntza funtsezkoa da dolu-prozesua egiteko, indarkeriaren banalizazioa prebenitzeko eta espazio seguruak eraikitze, gertatutakoa izendatu ahal izateko. Gida hezkuntza-etapen arabera antolatuta dago, doluaren arloan egindako ekarpen teoriko eta praktikoak integratuz.

Material honek ez du baliabide espezializatuak ordezkatzeko asmorik, ezta gerta litezkeen egoera guztientzako erantzunik ere; aitzitik, eguneroko jardunean —ikasgeletan, taldeetan eta hezkuntza-esparruetan— baliagarriak izango diren orientabide praktikoak eta laguntza-irizpideak eskaintzea du xede.

Gidan jasotzen diren material eta baliabideek irakasleei erabakiak hartzeko prozesuan laguntzea dute helburu, esku-hartze itxiak eman gabe eta hezkuntza-testuinguru bakoitzera egokituz, haur eta nerabe bakoitzaren erritmoa eta beharrak errespetatuta.

1. HEZKUNTZA LAGUNTZARAKO ESPARRU OROKORRA

1.1. Gidaren zentzua eta kokapena

Gida hau eskubideetan oinarritutako ikuspegia feminista eta komunitario batetik eraiki da. Hori horrela, ulertzen da María Lourdes del Hoyoren indarkeria matxistaren ondoriozko hilketa ez dela gertakari isolatu edo pribatua, baizik eta **udalerrriaren bizitzan eta haren hezkuntza espazioetan eragin sakona izan duen indarkeria estrukturala**.

Marko komun honen helburua irakasleei eta hezkuntza taldeei **ulermen oinarri partekatu bat eskaintzea** da, bertatik haur eta nerabeei bidelaguntza eman ahal izateko, haien erritmoak, adierazteko moduak eta beharrak errespetatuz, isiltasunak, nahasmenak edo indarkeria gutxiesten duten diskurtsoak erreproduzitu gabe.

1.2. Erailketa matxista zauri kolektibo gisa

Indarkeria matxistaren ondoriozko hilketa batek ez dio soilik biktima zuzenari edo haren familia inguruneari eragiten. Ingurune hurbil batean gertatzen denean, Orioren kasuan bezala, **eguneroko bizitzan eragiten du**, segurtasunaren pertzepzioa aldatzen du eta komunitate osoa zeharkatzen duten **arrasto emozional kolektiboak** uzten ditu.

Hautzaroan eta nerabezaroan, eragin hori ez da, soilik, informazio esplizituaren bidez gertatzen, jarraian jaso ditugun hauek ere eragiten dute:

- Pertsona helduen elkarriketa eta isiltasunak.
- Zurrumurruen edo bertsio kontrajarrien presentzia, edo azalpen argirik ez egoteak.
- Herriko eta eguneroko espazioetako giro emozionalak.
- Erreferentziazko pertsona helduekin dituzten loturak, haiek ere eraginda daudenean.

Ikuspegi honetatik, **ez esku-hartzea ere esku-hartze modu bat da**. Isiltasunak, nahasmenak edo indarkeriaren banalizazioak segurtasun eza handiagoa sortzen dute, aldiz, hitz argi, zaindu eta lekutuek segurtasuna areagotzen dute. Hezkuntza-bidelaguntzaren ulermen markoak aukera eskaintzen du ondoeza eusten laguntzeko eta beldurra zein desorientazioa murrizteko.

GIDAREN TESTUINGURUA

2023ko maiatzaren 16an, Orion gertatutako María Lourdes del Hoyoren erailketa matxista.

1.3. Haur eta nerabeak eskubideen subjektu gisa

Gida honek **haur eta nerabeak eskubideen subjektu gisa aitortzen ditu**, ez babestu beharreko pertsona pasibo gisa. Ikuspegi horretatik ulertzen da:

- Babestea ez dela ezkutatzea edo kontrolatzea.
- Zaintzea ez dela isilaraztea.
- Bidelaguntzea ez dela diskurtso edo interpretazio itxiak inposatzea.

Adultozentrismoa, hau da, haurren eta nerabeen hitza, emozioak eta ulermen gaitasuna deslegitimatzea, **egiturazko-indarkeria forma bat** da, eta dolu eta indarkeria matxistaren testuinguruetan ere saihestu behar da.

Bidelaguntzeak **entzutea, izendatzea eta eustea** dakar. Honenbestez, errespetatuko dira, etapaz etapa: autonomia progresioa, etapa bakoitzak gertatutakoa ulertzeko duen gaitasuna eta haur eta nerabeek ondoeza adierazteko eta lantzeko dituzten modu desberdinak.

1.4. Indarkeria izendatzea: zergatik den garrantzitsua “indarkeria matxista” esatea

Gertatutakoa **indarkeria matxista** gisa izendatzea ez da aukera ideologiko bat, ezta gehiegikeria ere, baizik eta **tresna pedagogiko, etiko eta zaintzazkoa**. Indarkeriari hitz argiak jartzeak gertatutakoa ulertzea ahalbidetzen du, nahasmen, beldur edo erantzukizuna eta kaltearen jatorria lausotzen dituzten interpretazio gehiago sortu gabe.

Termino hori saihesteak edo adierazpen neutro edo zehaztugabeekin ordezkatzeak:

- Banakako edo testuingurutik kanpoko azalpenak indartzen ditu, hala nola kasu arraro bat izan dela edo pertsona gaizki zegoela.
- Diskurtso nahasgarriak, minimizatzaileak edo ukatzaileak elikatzen ditu.
- Zaildu egiten du haur eta nerabeek ulertzea zergatik gertatu zen gertatutakoa eta zer indarkeria mota dagoen jokoan.

Indarkeria matxista **adinaren eta testuinguruaren arabera egokituta izendatzen** badugu:

- Indarkeria marko estruktural batean kokatzeko aukera izango dugu, gertakari isolatu edo azaldu ezinezko gisa aurkeztea saihestuz.
- Biktimaren edo ingurunearen banakako zein kolektiboko erruduntzeak saihestuko ditugu.
- Beldur lausoa murriztuko dugu, hau da, edonori edozein unetan gerta dakiokkeen zerbait dela pentsatzea, azalpen ulergarri eta egokiak eskainiz.
- Harreman afektibo eta sozialetan indarkeriaren normalizazioa prebenituko dugu.

Hezkuntza esparrutik, argitasunez izendatzeak irakasleei erreferentzia heldu arduratsuak izateko aukera eskaintzen die, ondoeza eusteko interpretazioak inposatu gabe eta dolua zaintza eta koherentziatik bidelaguntzeko.

1.5. Hezkuntza eremuaren eginkizuna: Terapiarik ez, neutraltasun faltsurik ez

Hezkuntza eremua ez da espazio terapeutiko bat, baina bada harremanetarako, erreferentziarako eta irizpidea eraikitzeke espazio bat. Indarkeria matxistaren eta dolu komunitarioaren testuinguruetan, eskolak eta hezkuntza espazioak funtsezko toki bilakatzen dira haur eta nerabeen bizitzan.

Ikastetxearen rola da:

- Egonkortasuna eta jarraikortasuna eskaintzea, ingurune sozial eta emozionala asaldatuta dagoenean.
- Hitz argi eta zainduak eskaintzea, nahasmena, zurrumuruak edo isiltasunak daudenean.
- Ondoeza eustea, dramatizatu edo ukatu gabe, agertzen diren emozioak legitimatuz.
- Ikasgela eta hezkuntza espazioak morbo, probokazio edo indarkeriaren banalizaziorako gune bihur ez daitezen zaintzea.

1.6. Irakasleen eta hezkuntza taldearen zaintza emozionala

Hezkuntza-bidelaguntza posible izateko, beharrezkoa da aitortzea pertsona helduei ere eragin diela indarkeria matxistaren ondoriozko hilketak eta haren eragin komunitarioak. Irakasleak eta hezkuntza taldeak ikasleen testuinguru sozial eta emozional beraren parte dira, eta ez daude gertatutakotik kanpo.

Gida honek abiapuntutzat hartzen du honako hau:

- Ez dela beharrezkoa erantzun guztiak edukitzea edo une oro nola jokatu jakitea.
- Zilegi dela egoera honen aurrean astinduta, segurtasunik gabe edo gainezka sentitzea.
- Hezkuntza taldea zaintzea ezinbesteko baldintza dela ikasleak zaindu ahal izateko.

Horregatik, gomendatzen da:

- Zalantzak, ondoezak eta mugak hezkuntza taldearen barruan partekatzea, gainkarga indibiduala saihestuz.
- Irizpideak, mezuak eta kokalekuak koordinatzea, marko koherente eta zaindu bat eskaintzeko.
- Behar denean kanpoko laguntza eskatzea, hori porrot profesional gisa ulertu gabe.
- Bidelaguntza bakardadetik edo auto-eskakizun indibidualetik ez sostengatzea.

Irakasleen eragin emozionala aitortzeak eta zaintzeak ez du esku-hartze hezitzailea ahultzen; aitzitik, indartu egiten du, inplikaturako pertsona guztiekiko zintzoagoa, jasangarriagoa eta errespetuzkoagoa den bidelaguntza ahalbidetuz.

1.7. Koherentzia eta koordinazio komunitarioa

Indarkeria matxistaren ondoriozko hilketak eragin komunitarioa izan duenez, hezkuntza bidelaguntza ezin da ulertu ikasgelatik edo ikastetxetik isolaturako zeregin gisa, baizik eta harreman, diskurtso eta zaintza sare zabalago baten parte gisa.

Ikuspegi horretatik, hezkuntza bidelaguntzak honako hauek bilatu behar ditu:

- Koherentzia ikastetxearen, familien eta haur eta nerabeen bidelaguntzen ari diren beste eragile komunitarioen artean.
- Nahasmena, segurtasun eza edo eusteko zailak diren isiltasunak sor ditzaketen mezu kontraesankorrak saihestea.
- Partekatutako hizkuntza eta azalpen markoak zaintzea, kokaleku aniztasuna errespetatuz baina indarkeria matxista minimizatzen edo lausotzen duten diskurtsoak legitimizatu gabe.

Helburua ez da kontakizun bakar bat inposatzea edo bizipenak homogeneizatzea, baizik eta zaintza, errespetu eta erantzukizun kolektiboaren marko komun bat sostengatzea, dolua eta eragin emozionala modu koherentean eta udalerraren testuinguruan kokatuta bidelaguntzeko.

2. HAUR HEZKUNTZA

2.1. Doluaren bizipena, Haur Hezkuntzan

Lehen haurtzaroaz hitz egiten dugunean, gutxi gorabehera 0 eta 6 urte bitarteko aldiak ari gara. Garapenaren etapa honetan lotura afektiboak eraikitzen dira, hizkuntza pixkanaka garatzen da, eta munduaren ulermena berehalako esperientziei eta erreferentziazko pertsonen estuki lotuta dago.

Adin hauetan, doluaren bizipena ez da modu linealean edo guztiz hitzez adierazita agertzen; gorputzaren bidez, jolasaren bidez, jokabidearen bidez eta emozioen bidez agertzen da. Horregatik, irakasleen eta erreferentziazko pertsona helduen bidelaguntza bereziki esanguratsua da.

Haur txikiek oraindik ez dute atzeraezintasunaren nozio finkaturik; horregatik, galeraren lanketa modu tartekatuan ager daiteke. Gertatutakoa ulertzeko prozesu bat egin behar da, eta prozesu hori estuki lotuta dago gorputz esperientziarekin, jolas sinbolikoarekin eta erreferentziazko pertsona helduekin duten harremanarekin; haiek laguntzen diete gertatutakoa ulertzen.

Etaparen honetan:

- **Heriotza aldi baterako edo itzulgarri gisa bizi daiteke**, eta horrek galdera errepikakorrek eragin ditzake hildako pertsona noiz itzuliko den jakiteko, edo une jakin batzuetan itzuliko denaren itxaropena dutelako.
- **Pentsamendu magikoa agertzen da**; horrek haurrek sinestea eragin dezake gertatutakoa haiek egin, esan edo pentsatutako zerbaitekin lotuta dagoela, erru edo nahasmen sentimenduak sortuz.
- **Ondoeza sarritan jokabidearen bidez adierazten** da hitzaren bidez baino gehiago, hizkuntza oraindik garapen prozesuan baitago. Hori ikusi daiteke, hala nola: loaren aldaketetan zein atzerakadetan; adibidez jada gainditutako jokabideetara itzultzean; negarreak, maizetan; suminkortasunean edo galeraren agerpena modu sinbolikoan duten jolas errepikakorretan.

Adierazpen horiek ez dira berez alarma seinale, haurtzaroko dolu prozesu baten barruan espero litezkeen eta normalak diren erreakzio gisa ulertu behar dira, batez ere, gertakariak eragin komunitario handia izan duenean.

2.2 Haur hezkuntzan gertatutakoak hitz egiteko gakoak

Indarkeria matxistaren ondorioz eragindako hilketa baten aurrean, bereziki garrantzitsua da egia esatea eta xehetasunetan ez sartzea, betiere, hizkuntza eta eragin emozionala zainduz.

Oinarritzko printzipioak:

- **Egia esatea. Hitz erraz eta zehatzak erabili**, haien ulermen mailara egokituta.
- **Eufemismo nahasgarriak ez erabiltzea**, adibidez “joan da” edo “lo dago”. Izan ere, heriotzaren itzulgarritasunaren edo aldi baterakotasunaren ideia indartu dezakete eta haur txikietan nahasmena sortu.
- **Galdetzen dutenari bakarrik erantzutea**, eta beharrezkoa ez den informaziorik ez gehitzea.
- **Azalpena behar adina aldiz errepikatzea**.

Azalpen egokiaren adibidea:

Oso gauza larria eta oso bidegabea gertatu da. Gizon batek kalte handia egin dio emakume bati, eta hark egindakoaren ondorioz, emakumea hil egin da. Orain jende asko triste eta haserre dago; pertsona helduak hemen gaude zu/zuek zaindu eta babesteko.

2.3 Haur hezkuntzako beharrak

Etaparen honetan, garrantzitsua da erreferentziazko pertsona helduekin seguru, zainduta eta bidelagunduta sentitzea, ez gertatutakoa ulertzea.

Beharrak:

- Erreferentziazko pertsona helduak eskuragarri, lasai eta presente egotea.
- Segurtasuna ematen duten **errutina** egonkorak.
- **Emozioak adierazteko baimena**, zuzendu gabe.
- Pertsona helduak triste egon arren, beraien **zaintza bermatzen** dutela ikustea.

Ohikoa da agertzea:

- **Jokabide erregresiboak**, hala nola: hatza xurgatzea, ohea bustitzea, txupetea eskatzea edo jada gaindituta zeuden jokabideetara itzultzea.
- **Harreman fisikoa eta gertutasuna eskatzea**.
- **Galerarekin lotutako jolas sinbolikoak**.

Jokabide horiek ez dira ez erreprimitu, ez atzerapauso problematiko gisa interpretatu behar; aitzitik, ondoezaren adierazpide emozional gisa ulertu behar dira eta haurren garapenaren berezkoak dira.

2.4 Hezkuntza eremuaren eginkizuna

Hezkuntza espazioek indarkeria matxistaren ondoriozko hilketa baten ondoren, ezinbesteko funtzioa betetzen dute emozioak eusteko, sostengatzeko eta normalizatzeko garaian. Kontua ez da dolua “konpontzea”, marko eta espazio seguru eta aurreikusgarri bat eskaintzea baizik, haurrek gertatutakoa beren erritmoan landu dezaten.

Gomendioak:

- Ohiko **errutinak mantentzea**, segurtasun eta egonkortasun elementu gisa.
- Jolas eta **adierazpen sinbolikorako espazio bidelagunduak eskaintzea**, non pertsona helduak eskuragarri egongo diren behatzeko, eusteko eta behar denean hitzak jartzeko.
- Isiltasunak eta **hitzik gabeko adierazpenak errespetatzea**, kontakizunak edo azalpenak behartu gabe.
- **Ikasgelako giro emozionala zaintzea**, nahiz eta ondoeza leku eta modu desberdinetara agertu daitekeen.
- Sortzen diren emozioak ulergarriak direla adieraztea haurrei eta jakinaraztea egoeraz arduratzen diren pertsona **heldu arduratsuak daudela**.

Helburua izango da haurra emozionalki eustea, egunerokoan presentzia, koherentzia eta zaintza eskainiz, eta ez hainbeste “gaia lantzea”.

2.5 Haur Hezkuntzan saihestu beharrekoak

Haur Hezkuntzan doluaren bidelaguntzan, garrantzitsua da saihestea praktikak zeinetan haur txikietan nahasmena, beldurra edo desregulazio emozionala areagotzea eragin dezaketen, nahiz eta intentzioa babestea izan.

Saihestea gomendatzen da:

- Hilketarekin lotutako irudi, bideo edo albisteak erakustea.
- Morboan eta gehiegizko xehetasun bortizetan oinarritutako kontakizunak, asaldagarriak direnak eta ulermenik eskaintzen ez dutenak.
- Lasaitzeko mezu faltsuak edo orokortzeak esatea. Adibidez “hau ez da inoiz berriro gertatuko” moduko adierazpenik ez, errealitatearen kontra badoaz, segurtasun eza sor dezakete.
- Agertzen diren emozioak isilaraztea, gutxiestea edo ukatzea, bai haurretan, bai bidelaguntzen duten pertsona helduetan.

Salbuespen garrantzitsua:

ADIBIDE PRAKTIKOA: 1. KASUA

Haur batek galdetzen du ea ama izango den eraila izango den hurrengo edo aitak antzeko zerbeit egin dezakeen.

Nola lagundu

Argi eta lasai erantzutea, bere segurtasuna indartuz eta bere inguruko pertsona heldu arduradunek babesteaz eta zaintzeaz arduratzen direla azalduz. Isiltasuna edo ihesbideak saihestu behar dira, baina aldi berean beharrezkoa ez den alarmarik sortu gabe segurtasun zehatza eskaini.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eraskinetan.)

2.6 Haur hezkuntzako baliabideak eta laguntza proposamenak

Haur Hezkuntzan, baliabideak bidelaguntzaren euskarri gisa erabili behar dira, ez derrigorrezko jarduera gisa, ezta gaia zuzenean sartzeko tresna gisa ere. Helburua ez da “hilketa lantzea”, baizik eta marko seguru bat eskaintzea, haurrek behar dutenean adierazi, landu eta galdetu dezaten.

Baliabide narratiboak

Ipuinek lagun dezakete ondoezari hitzak eta irudiak jartzen, hizkuntza sinbolikoaren bitartez. Gomendatzen da:

- **Emozioei, galerei edo zaintzei buruz hitz egiten duten kontakizunak** aukeratzea, xehetasun bortizik gabe.
- Irakurtzea hausnarketak edo eztabaidak **behartu gabe**: helburua galderak egiteko tarte irekitzea da, ez “ondorio” bat gidatzea.
- **Taldean zer aktibatzen den behatzea** eta agertzen dena lasaitasunez sostengatzea, elkarriketa “ixteko” presarik gabe.

(Eraskinetan etaparen arabera egokiak diren ipuinak eta materialak jasotzen dira.)

Ikasgelako eguneroko bidelaguntzarako proposamenak

Ipuinez gain, baliagarriak izan daitezke eguneroko zaintzan oinarritutako ekintza erraz eta jarraituak:

- **Segurtasun-errituak**: errutina egonkorak mantentzea, aldaketak aurreikustea eta pertsona helduak arduradun direla indartzea.
- **Adierazpen sinboliko bidelagundurako espazioak**: jolas sinbolikoa, marrazki librea, modelatzea, eraikuntza eta antzekoak, non pertsona heldua eskuragarri egongo den behatzeko eta behar denean hitzak jartzeko.
- **Oinarritzko hizkuntza emozionala**: emozioak identifikatzen laguntzea. Adibidez, “haserre zaude, beldurtuta zaude edo triste zaude”, zuzendu edo gutxietsi gabe.
- **Giroa zaintzea**: hilketari buruzko helduen arteko elkarriketak haurren bistan ez egitea eta ikastetxeko pertsona helduen artean mezu koherenteak ematea.

2.7 Alerta seinaleak eta laguntza eskatzeko unea

Haur Hezkuntzan, erreakzio asko eragin ditzake eragin komunitario handiko gertakari batek, hala nola: erregresioak, suminkortasuna, jolas errepikakorra edo lo aldaketak. Hala ere, komeni da laguntza espezializatua eskatzea honako hau behatzen bada:

- **Ondoez bizi eta iraunkorra**, asteak igaro arren eta eguneroko bidelaguntza egon arren gutxitzen ez dena.
- **Loaren edo elikaduraren alterazio larriak** eta luzaroan mantentzen direnak.
- **Norbere buruaren aurkako jokabideak**, hiltzeko nahia adierazten duten hitzeko adierazpenak edo muturreko indarkeriarekin lotutako jolas errepikatuak, antsietate handia sortzen dutenak.
- **Isolamendu nabarmena**, erretiratze iraunkorra edo jada finkatuta zeuden trebetasunen galera esanguratsua, denbora luzez.

Kasu horietan, gomendatzen da orientatzailearekin, komunitateko baliabideekin edo zerbitzu espezializatuarekin koordinazioa aktibatzea, ondoeza bere kabuz pasatuko dela itxaron gabe.

3. LEHEN HEZKUNTZA

3.1 Doluaren bizipena, Lehen Hezkuntzan

Lehen Hezkuntzaz hitz egiten dugunean, gutxi gorabehera **6 eta 12 urte** bitarteko hurrez ari gara. Etapa honetan, pentsamendu logikoa sendotzen da eta kausalitatearen ulermen gaitasuna handitzen da, nahiz eta erregulazio emozionala eta esperientzia konplexuen lanketa oraindik eraikitzen ari diren.

Etapa honetan, haurrek badakite heriotza atzeraezina dela, baina oraindik zaila egiten zaie haren ondorio emozional guztiak barneratzea. Zergatik gertatu da moduko kausazko galderak egiten hasten dira eta gertatutakoari zentzua aurkitzeko beharra handitzen zaie.

Ingurune hurbilean gertatutako indarkeria matxistaren ondoriozko hilketen testuinguruan, **ohikoa da:**

- **Beldurak agertzea** orokorra izan ohi da, berriro gertatuko ote den edo pertsona hurbilak galduko ote diren beldurra, esaterako.
- **Errudun sentimenduak azaltzea**, halako pentsamenduekin, besteak beste: abisatu izan banu edo han egon ez banintz.
- **Emozio bizi eta kontraesankorrak nahastea**, hala nola: tristura, amorrua, haserrea edo ez sinestea.
- **Txandakatzea itxurazko normaltasun uneak eta negarrak, suminkortasunak edo haserreak.**

Erreakzio horiek ohikoak dira haurren dolu prozesuetan, bereziki gertakaria publikoa eta hurbila izan denean eta eragin komunitario handia izan duenean.

ADIBIDE PRAKTIKOA: 2. KASUA

Haur batek galdetzen du ea antzeko zerbait gerta daitekeen berriro herrian edo bere ama arriskuan egon daitekeen.

Nola lagundu

Argi eta lasai erantzun, beldurra gutxietsi gabe eta berme irrealik eskaini gabe. Azaldu indarkeria matxista existitzen dela, baina ez dela bidezkoa eta ez lukeela gertatu behar; hori saihesteko prebentzio programak egiten direla, eta hala ere gertatzen denean, pertsona helduek eta erakundeek esku hartzeko eta babesteko erantzukizuna dutela. Indartu bere inguruan zaintzen duten eta ardura hartzen duten pertsona helduak daudela.

(Kasuaren garapena III. eranskinetan.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 3. KASUA

10 urteko neskato batek, hilketa gertatu eta hiru urtera, amarekin lo egiten jarraitzen du, antzeko zerbait berriro gertatzeko beldurrez.

Nola lagundu

Ulertzea beldurra berriro ager daitekeela edo denboran zehar mantendu daitekeela, bereziki gertakariak eragin komunitario handia izan duenean. Emozioa balioztatzea, barregarri utzi gabe eta autonomia goiztiarra behartu gabe. Segurtasuna indartzea, babesten duten pertsona helduak eta baliabideak existitzen direla azaltzea, eta behatzea beldurak eguneroko ongizatean modu esanguratsuan eragiten duen ala ez.

(Kasuaren garapena III. eranskinetan.)

3.2 Lehen Hezkuntzan gertatutakoaz hitz egiteko gakoak

Haur Hezkuntzarekin alderatuta, Lehen Hezkuntzan garrantzitsua da gertatutakoa argiago izendatzea, betiere xehetasun bortitz edo morbosorik eman gabe.

Oinarrizko printzipioak:

- **Azalpen argiak**, koherenteak eta adinera egokituak eskaintzea, kontraesanak edo mezu nahasgarriak saihestuz.
- **Indarkeria matxista dela izendatzea**, hizkuntza egokituz. Adibidez, azaltzea gizon eta emakumeen arteko diskriminazio-sistemaren barnean gertatzen den indarkeria mota bat dela, non gizon batzuek emakumeen gain boterea eta kontrola baliatzen duten, kaltea eta sufrimendua eraginez.
- **Galderak egiteko aukera ematea eta erantzun guztiak ez daudela aitortzea**, azalpen zaindu gabeak inprobisatu gabe.
- **Banakako edo patologizatzaileak diren azalpenak saihestea**, esaterako erotuta zegoen edo kasu isolatua izan zen bezalako. Finean, indarkeriaren egiturazko jatorria lausotzen baitute.

3.3 Lehen hezkuntzako beharrak

Beharrak:

- **Haurrak entzutea eta serioski jasotzea**, adierazten dutena gutxietsi gabe.
- Egoera honen aurrean agertzen diren **emozioak normalak direla baieztatzea**.
- **Jakinartzea badaudela egoeraz arduratzen diren** eta zaintzen duten **pertsona heldu** arduratsuak zein baliabideak.
- **Sentitzen dutena adierazteko** espazioak izatea, zuzendu edo epaituak izan gabe.

3.4 Hezkuntza eremuaren eginkizuna

Haur Hezkuntzan, hezkuntza zentroak erreferentzia eta babesleku pribilegiatu bihurtu daitezke, batez ere, erailketa matxistaren eraginak familietan eta komunitate ingurunean ere agertzen direnetan.

Horrenbestez, hezkuntza eremuak lagundu dezake:

- Informazioa antolatzen, zurrumurruak, kontraesanak edo **azalpen nahasgarriak saihesten**.
- **Nahasmenduak identifikatzen**, beti ere ez direnak adierazten familia ingurunean, baina bai, aldiz, hezkuntza eremuan.
- **Laguntzen dolua taldean egiten**, eta horretarako, espazio bat eskaintzen zaintzarako eta elkarrekin ulertzeko.

Gomendatzen da:

- **Zaindutako espazio zehatzak ahalbidetzea** (asanblea, tutoretza, hitzaldi taldea), marko argi eta muga zehatzekin.
- **Elkarrizketetarako errespetuzko arauak adostea**, hizkuntza zein bestelako arauak zainduz.
- **Familiarekin koordinatzea** kontakizun koherente bat mantentzeko, kontraesanetan oinarritutako mezuak edo isiluneak saihestuz.

3.5 Lehen Hezkuntzan saihestu beharrekoak

Lehen Hezkuntzan garrantzitsua da praktika batzuk saihestea, azalpenek nahasmena, beldurra edo indarkeriaren banalizazioa areagotu dezaketelako.

Gomendatzen da saihestea:

- **Xehetasun esplizituetan sartzea**, ulertzen ez direnak eta astunak izan daitezkeenak.
- Morboan, zurrumurruetan edo **bertsio ez egiaztatutan oinarritutako azalpenak**, beldurra eta desinformazioa elikatzen dituztenak.
- **Errealak ez diren mezuak** edo absolutuak ("hori inoiz ez da gertatzen", "hemen ez da berriz gertatuko"), errealitateak gezurtatzen dituenen, eta gainera, segurtasun eza sortzen dutenak.
- **Indarkeria justifikatzen, gutxisten eta erlatibizatzen duten diskurtsoak**. Edozein modutan aurkeztuak, salbuespen, ezinbesteko edo garrantzi txikiko gisa.

Indarkeria matxistaren izendapenak ez du alarmarik sortzen, hitz egoki, argi eta adinarekin bat datozenak erabiliz gero. Kontrakoa, ulermena sustatzen dute, beldurra murriztu eta prebentzioan laguntzen du, azalpenerako marko arduratsu eta koherentea eskainiz.

3.6 Hezkuntzako baliabideak eta laguntza proposamenak

Haur Hezkuntzan, baliabideak **hezkuntza-bilaguntzaren sostengu gisa** erabili behar dira, ez behartutako jarduera moduan eta ezta "hiletaren lanketa zuzenaren" modu gisa ere. Helburua da gertatutakoa ulertzeko, adierazteko eta zaintzeko markoa eskaintzea, dolua egiten laguntzeko eta indarkeria matxista ulertzeko gakoak lantzeko; adinari egokituak, gutxietsi gabe eta alarma sortu gabe.

Baliabide narratiboak

Izan ere, material narratiboak emozioak adierazten eta galera ulertzen errazteko balio dezakete, betiere zainduta eta testuinguruan kokatuta erabiltzen badira.

Gomendatzen da:

- Dolua, emozioak eta loturak zaintzaren eta errespetuaren begiradatik lantzen dituzten ipuinak aukeratzea, xehetasunezko indarkeria adierazpiderik edo morborik gabe.
- Galderak edo emozioak sortzen direnean laguntza gisa erabiltzea, ez gaiaren inposizio moduan.
- Interpretazio itxiak saihestea, haur bakoitzari bere eritmoa errespetatzea, norberaren zentzu propioa sortzen utziz.
- Haurtzarorako egokiak diren adibide batzuk eranskinetan jasotzen dira, horien artean Mara (Nerea Hernández) eta Ari ikusezina (Miriam Tirado).

Ikaslegako egunerokorako laguntza-proposamenak

Narrazio baliabideez gain, eguneroko hezkuntza-praktiketan daude laguntzarako baliabideak:

- Zaindu hitza hartzeko eta emateko espazioak (asanblea, tutoretza, elkarriketa zirkulua). Errespetua oinarri izango duten arau argiak jarriko dira eta parte hartzea hautazkoa izango da.
- Emozioen eta harremanen inguruko lanketa sustatu, haurrak sentitzen dutena identifikatzeko laguntza eskaini eta elkar-zaintza, mugak eta errespetuari buruzko hausnarketak sustatu, moralizatu edo erruduntzat jo gabe.
- Taldeko giroaren zaintza. Gaizki sentiarazi dezaketen barreak, isiltasunak edo iruzkin deshumanizatzaileak lantzea klasean.
- Familiekin koordinatu, mezu koherenteak mantentzeko eta gertatutakoari buruzko azalpen kontrajarriak saihesteko.

ADIBIDE PRAKTIKOA: 4. KASUA

Haur batek beldurra adierazten du erailketa gertatu zen lekutik pasatzeko, edo ez du espazio horrekin lotutako jarduera batean parte hartu nahi.

Nola lagundu

Sentimendua gutxietsi gabe balioztatu eta alternatiba seguruak eskaini: ibilbidea aldatu, hurbiletik lagundu edo gelatik parte hartzea ahalbidetu (mezu bat idaztea, marrazki bat egitea edo keinu kolektiboa prestatzea fisikoki tokira joan gabe). Era berean, jarduera beste espazio batean egitea proposa daiteke, taldeak segurutzat jotzen duena.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eranskinetan.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 5. KASUA

Taldeak proposatzen du gertatutakoa adierazteko abesti bat idazteai, mural bat egitea edo zerbait sinbolikoa prestatzea.

Nola lagundu

Prozesua lagundu, hau betebeharrak bat bihurtu gabe eta ezin egona badago, ez behartu erakustea. Zaindu jarduera elkarren arteko errespetua eta garapenaren markoaren baitan, morboa erakustea saihestuz.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eranskinetan.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 6. KASUA

Haur talde batek erailketa gertatu zen lekutik hurbil igaro behar du. Haur batzuek beldurra adierazten dute edo bankura edo espazio zehatz horretara gerturatzeari uko egiten diote.

Nola lagundu

Sentimendua balidatu, gutxietsi edo barre egin gabe. Saihestu indarrez adieraztea "gainditu" egin behar dutela. Alternatiba seguruak eskaini: ibilbidea aldatu, hurbiletik lagundu edo parte hartzeko modu desberdinak baimendu, lekuarekin lotutako jarduera sinboliko bat badago. Saiatu indartzen gaur egungo segurtasunaren sentsazioa.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eranskinetan.)

Bidelaguntzarako **materialak hezitzaile eta irakasleentzat**:

Irakasleentzako eskubideetan oinarritutako hezkuntza-bidelaguntza feminista eta komunitariorako materialak dira, ez dira ikasleentzako irakurketa materialak.

- Aranda Quirós, C. (2014). [*El duelo infantil en la escuela: protocolo de intervención*](#). Lehen Hezkuntzan espero daitezkeen erreakzioak ulertzen laguntzen du eta hezitzaileen erantzuna optimizatzen, kasu, noiz lagundu behar den ikasgelatik eta noiz behar duen esku-hartze espezializatuagoa zehazteko.
- Fundación Mario Losantos del Campo (FMLC). [*Explicame qué ha pasado*](#). Adin desberdinetan heriotzaren eta doluaren inguruko azalpenak emateko argibideak eskaintzen ditu, eta kolektiboan duen eragina dela eta, hizkuntza egokirako gakoak eskaintzen ditu.
- Eusko Jaurlaritza. [*Haurtzaroko eta Nerabezaroko doluari buruzko gida*](#).

Material horiek aukera eskaintzen die **irakasleei**:

- Indarkeria matxista egiturazkoa dela ulertzeko.
- Indibidualizazioa edo patologizazioa sahisteko.
- Eskubideetan oinarritutako hezkuntza-bidelaguntza feminista eta komunitarioa kokatzeko.

3.7 Alerta seinaleak eta laguntza eskatzeko unea

Lehen Hezkuntzan, dolu prozesuak sortzen dituen erreakzioez gain, laguntza eskatzea komeni da honako hauek agertzen badira:

- Erru sakona eta iraunkorra, edo eguneroko bizitzan eragiten duen beldurra.
- Jarrera, errendimendu edo harremanetan aldaketa bortitzak eta denboran etenik ez dutenak (agresibitate iraunkorra, isolamendua, eskolara joan nahi ez izatea).
- Errepikatzen diren sintoma fisikoak, kausa medikorik gabe, deserosotasunarekin lotura dutenak (minak, gaixotasunak, etenik gabeko lo egiteko ezina).
- Desesperantza adierazpen errepikatuak, norbere buruari kalte egiteko ideiak edo minaren seinaleak, hezkuntza-bidelaguntzarekin eusten ez direnak.

Gomendatzen da orientatzailearekin, zerbitzu espezializatuekin eta familiarekin koordinatzea, zaintza bermatuz eta ikasleei erruduntasunik ez egotziz.

ADIBIDE PRAKTIKOA: 7. KASUA

8 urteko haur batek kontzentrazio arazoak eta eskola errendimendu txikia ditu hilketa gertatu zenetik. Maiz distraitzen da, ez ditu zereginak amaitzen eta suminkorrago agertzen da.

Nola lagundu

Aztertu ea ondoez emozionala ari ote zaion oztopatzen arreta-gaitasuna. Denbora gehiago eskaintzea (ariketa egiteko epe-muga luzatzea, zereginak zatikatzea, erregulatzeko espazioak sortzea), sentitzen duena baliozkotzea eta familiarekin koordinatzea. Eta ondoezak denboran irauten badu, orientaziora bideratzea.

(Kasuaren garapena III. eranskinetan.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 8. KASUA

Atsedendian, haur talde batek parkean gertatutakoa komentatzen du eta, testuingurua ulertu gabe, eraiketaren egoera imitatzen du. Ikaskide batzuek deserosotasuna adierazten dute.

Nola lagundu

Argi eta lasai esku hartu, eta azaldu ez dela jolasteko edo imitatzeko kontua. Indarkeria matxista dela izendatu eta biktimarekiko eta kaltetuak senti daitezkeenekiko errespetua indartu. Ondoren, adinari egokitutako elkarriketarako tartea eskaini.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eranskinetan.)

4. NERABEZAROA

4.1 Doluaren bizipena, nerabezaroan

Nerabezaroan, **12 eta 18 urte** bitarteko aldiari buruz ari gara, gutxi gorabehera. Garapenaren etapa horretan aldaketa fisiko, emozional eta sozial sakonak ezaugarritzen dute, baita identitatearen, autonomiaren eta pentsamendu kritikoaren eraikuntzak ere.

Nerabezaroan heriotzaren inguruko ulermen kognitiboa erabatekoa da, baina horrek ez du esan nahi, nahitaez, emozionalki lantzeko gaitasun handiagoa dagoenik. Dolua era askotara bizi daiteke, eta, batzuetan, tartekatu litezke kontraesankorrak izan daitezkeen egoerak, urruntze uneak edota erreakzio emozional biziak.

Inguru hurbilean gertatutako hilketa matxisten testuinguruetan, **maiz ikusten dira:**

- Amorruari, bidegabekeriari edo ezintasunari lotutako **erreakzio biziak agertzea**, ikasle nerabe batzuegan intentsitate handiagoz ager daitezkeenak, batez ere biktimarekin identifikazio handia dagoenean.
- **Itxurazko axolagabekeria defentsa modu** gisa.
- **Harreman afektiboekiko beldurra** eta mesfidantza.
- **Biktimarekin edo gertuko ingurunearekin identifikatzea.**
- Gertatuakoa **saihesteko jokabideak adieraztea**, hala nola: "orrialdea pasatzeko" edo gehiago ez hitz egiteko beharra.

Erantzun horiek ez dute esan nahi eragiten ez dienik, etapari aurre egiteko estrategia gisa kokatu behar dira, eta bidelaguntzaren ikuspegi feministatik ulertu eta lagundu behar dira.

4.2 Nerabezaroan gertatutakoaz hitz egiteko gakoak

Nerabezaroan funtsezkoa da **diskurtsoa ez infantilizatzea** eta, aldi berean, nerabeak gehiegizko erantzukizun emozionalarekin ez zamatzea. Helburua da informazio argia eta ulermenerako espazioak eskaintzea, gertatutakoa landu ahal izateko, jarrerak inposatu gabe eta berehalako erantzunak eskatu gabe.

Oinarrizko printzipioak:

- **Indarkeria matxista dela argi eta garbi adieraztea**, adinari eta testuinguruari egokitutako hizkuntza erabiliz.
- Gogoeta blokeatzen duten eta gaitzespena sortzen duten **diskurtso moralizatzaileak, sinplifikatzaileak edo erruduntasuna sustatzen dutenak saihestea.**
- **Borondatez hitz egiteko espazioak ahalbidetzea**, isiltasunak eta erritmo desberdinak errespetatuz.
- **Emozio kontraesankorrak** (amorrua, tristura, beldurra, axolagabekeria, nekea) daudela onartzea, horiek hierarkizatu eta zuzendu gabe.

Formulazio egokiaren adibidea:

"Gertatu zena ez da gertaera isolatua, ezta esplika ezina ere. Kontrolarekin, boterearekin eta gizonen eta emakumeen arteko bereizkerietan sustraitzen den indarkeriaren adierazpiderik bortitzena da. Horri buruz hitz egitea ez da inor seinalatzea edo jarrera hartzera behartzea, aukera eskaintzen digu gertatutakoa ulertzen, hitzak jartzen eta horren aurrean modu kontzienteago eta zainduagoan jarduten."

Irakasleentzako argibideak:

Indarkeria egiturazkoa dela azaltzeak aukera ematen die nerabeei uler dezaten gertatutakoa ez dagoela banakako erabaki isolatuen edo akats pertsonalen mende. Isiltasunak nahasmena, beldurra edo diskurtso sinplifikatzaileak sortzen ditu, beraz, hitz egitea eta azaltzea gomendatzen da. Ikuspegi horretatik jarduteak ahalbidetzen du emozioak legitimatzen, erruduntasuna murrizten eta doluari eusten, interpretazio itxiak inposatu gabe.

ADIBIDE PRAKTIKOA: 9. KASUA

Ikasle batek adierazten du bere bikotekideak dioela hilketa ez dela matxista izan, baizik eta depresio baten edo arazo pertsonal baten ondorioa.

Nola lagundu

Elkarrizketa genero begiradatik harago kokatu, azaldu indarkeria matxista kontrolean eta bereizkerietan oinarritutako harreman eredu bidez eraikitzen dela; aitzitik ez dela banakako egoera emozionalen bidez agertzen. Adierazi indarkeria justifikatzeko edo erlatibizatze normalizazio dinamiken parte izan daitekeela.

(Kasuaren garapena III. eranskinean.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 10. KASUA

Ikasle talde batek adierazten du hilketa "bikote kontu bat" edo "gaizki ulertu bat" izan dela, indarkeria matxistaren testuinguruari garrantzia kenduz.

Nola lagundu

Esku-hartu sahiesteko gertatutakoa arintzen, gatazka pribatua izan beharrean, gizonen eta emakumeen arteko diskriminazioari lotutako egiturazko indarkeria izan zela azaldu. Eta adierazi gutxiesteak indarkeria normalizatzen ere laguntzen duela.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eranskinean.)

4.3 Nerabezaroan landu beharreko alderdi espezifikoa

Nerabezaroan, hilketa matxista baten ondoren hezkuntza-bidelaguntza emateko, dolua, sozializazio digitala eta harreman afektiboen eraikuntza zeharkatzen duten dimentsio espezifikoei erreparatu behar zaie. Ardatz horiek ez dira eduki isolatu gisa landu behar, baizik eta elkarri lotutako prozesu gisa, nerabeek indarkeria, zaintza eta loturak ulertzeko duten moduan eragiten baitute.

a) Dolua eta trauma

Nerabezaroan ezin da marraztu doluaren inguruko ibilbide zuzen edo aurreikusgarririk, oso modu desberdinetan adieraz daiteke, pertsonaren eta bizitzako unearen arabera.

Garrantzitsua da:

- **Dolua lineala ez dela onartzea**, eta itxuraz normalak diren uneak eta erreakzio emozional biziak tartekatuta daitezkeela onartzea.
- **Adierazpen emozionala eta isiltasuna baliozkotzea**, hitz ez egitea gertatutakoari aurre egiteko modu bat ere izan daitekeela ulertuta.
- Laguntza espezifikoa behar dela **adierazten duten alarma zantzuak detektatzea**, hala nola: muturreko isolamendua, substantzien kontsumoa, jokabide arriskutsuak edo portaeran bat-bateko aldaketa iraunkorrak.

Hezkuntzaren helburua ez da klinikoki esku-hartzea, baizik eta identifikatzea ondoezak noiz gainditzten dituen aurre egiteko garatzen diren ohiko gaitasunak eta laguntza egokiak aktibatzea.

b) Sare sozialak eta banalizazioa

Sare sozialek eta ingurune digitalek funtsezko zeregina dute nerabezaroan, eta hilketa matxistaren eragina areagotu dezakete.

Ohikoa da hauek aurkitzea:

- Gertatutakoarekin lotutako bideoak, irudiak edo zurrumurruak zabaltzea.

- Iruzkin morbosoa, deshumanizatzailerak edo probokatzaileak.
- Indarkeriaren normalizazioa umorearen, ironiaren edo arintasunaren bidez.

Eremu horretan, hezkuntza-bidelaguntzak eskutik izan behar ditu ardatz hauek:

- Biktimaren duintasuna errespetatzea, haren agerpena, barregarri uztea edo deshumanizazioa saihestuz.
- Eduki horiek hurbileko pertsonengan, ingurune komunitarioan eta taldean bertan duten benetako eraginaz jabetzea.
- Erantzukizun kolektiboa azpimarratzea sarean erabileran, zer partekatzen den, nola eta zer ondorioekin.

Kontua ez da kontrolatzea edo zentsuratzea, baizik eta ingurune digitalaren irakurketa kritikoa eta etikoa egiten laguntzea.

c) Generoa eta harremanak

Hilketa matxistak galderak, beldurrak eta nahasketak aktibatu ohi ditu harreman afektiboen eta genero ereduen inguruan.

Lanketarako hainbat ardatz:

- Maitasun erromantikoaren mitoa, zeinetan sakrifizioa, mendekotasuna edo maitasun guztia justifikatzen duen ideia legitimatzen duen.
- Jeloskortasuna, kontrola eta posesibotasuna afektu adierazpen normalizatu gisa.
- Maitasunaren eta sufrimenduaren arteko nahasmena, zaintza eta kontrola.
- Maskulinitateak eta frustrazioaren kudeaketa, genero aginduak eta horiek amorrutaren, boterearen eta indarkeriaren adierazpenean dituzten ondorioak nola eraikitzen diren aztertuta.

Lan honen helburua da harreman parekideagoak, seguruagoak eta indarkeriarik gabekoak pentsatzeko tresnak eskaintzea, prebentzioaren eta eraldaketaren ikuspegitik, eta ez errua egozte edo adieraztea.

ADIBIDE PRAKTIKOA: 11. KASUA

Nerabe batek adierazten du ez duela emakume izan nahi edo bere identitate “femeninoari” uko egiten diola, indarkeria pairatzeko beldurragatik.

Nola lagundu

Beldurra baliozkotu, emakume izateak nahitaez indarkeria dakarrela indartu gabe. Arazoa ez da emakumeen identitatea, diskriminazioa eta egiturazko indarkeria baizik. Pertsona guztiek segurtasunez eta duintasunez bizitzeko eskubidea dutela adierazi.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eranskinean.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 12. KASUA

Nerabe batek gertatutakoaren ondoren gizonen aurkako gaitzespen orokortua adierazten du, “denak berdinak dira” esanez edo aitaren irudiaren aurkako gorrotoa agertuz.

Nola lagundu

Haserre baliozkotu, ez orokortu eta indartu gizon guztiak biolentoak direnaren ideia. Azaldu indarkeria matxista egiturazkoa dela, baina ez dituela pertsona guztiak definitzen. Erantzunkizun indibidualaren eta gizartearen arduraren zein azterketa bat egiteko gogoeta-gune bat ahalbidetu eta sustatu.

(Kasuaren garapena III. eranskinean.)

4.4 Ukatzten, probokatzen eta gutxien duten diskurtsoak

Nerabezaroan indarkeria matxista ukatzten, erlatibizatzen edo minimizatzen duten diskurtsoak ager daitezke, bereziki eragin emozional handia duten testuinguruetan, hala nola, ingurune hurbilean gertatutako hilketak bati lotuta. Diskurtso horiek ez dira beti jarrera ideologiko sendo baten ondorio, askotan defentsa mekanismo gisa, probokazio gisa, taldeko kide izateko behar gisa edo eusteko zaila den errealitate batetik urruntze emozionalerako baliabide gisa funtzionatzen dute.

Ohikoa da diskurtso horiek sare sozialetan eta ingurune digitaletan zirkulatzea eta indartzea, polarizazioak, desinformazioak eta banalizazioak mezu sinplifikatuen edo deshumanizatazaileen zabalkundea errazten dutelako.

Hona hemen ohiko adibide batzuk:

- "Indarkeriak ez du generorik".
- "Hori harreman guztietan gertatzen da."
- "Badira hiltzen duten emakumeak ere."
- Gertatutakoari buruzko txantxak, ironiak edo iruzkin probokatzailerak.

Adierazpen horiek ez dira automatikoki sentsibiltate edo eragin faltaren seinale, baina hezkuntza komunitatearen aldetik erantzun argi eta zaindua eskatzen dute, nahasmendua, beldurra edo indarkeriaren normalizazioa indartu baititzaizkete.

Hezkuntza- bidelaguntzarako hainbat gako:

- Zuzeneko norgehiagoka, barregarri geratzea edo **umiliazio publikoa saihestu**.
- **Gela ez dadila bat-bateko eztabaida ideologiko bilakatu**, taldea polarizatuko duena.
- Elkarriketa kokatu biktimaren duintasunarekiko eta indarkeriaren benetako eraginarekiko **errespetuaren** esparruan.

Esku hartzeko jarraibide posibleak:

- Diskurtso ukatzaile batzuek errealitatea sinplifikatzen dutela eta arazoaren konplexutasunari aurre egitea eragozten dutela azaldu.
- Indarkeriaz eta benetako sufrimenduaz ari garenean, iritzi guztiek pisu bera ez dutela adierazi, batez ere, hurbileko testuinguru batean.
- Egiturazko esparrua (desberdinkeria, boterea, kontrola) sartu, ondoriorik ezarri gabe, pentsamendu kritikoa bultzatuz.
- Adierazpen askatasunak kaltea, gizatasuna galtzea edo ukatzea babesten ez dituela gogoratu.

Hezitzaileen erantzunaren adibidea:

"Hemen iritzi desberdinak ager daitezke, baina pertsona jakin batzuegan benetako ondorioak izan dituen indarkeriaz ari gara. Hau ez da gertatutakoa arintzeko edo probokazioa pizteko espazio bat, gertatutakoa ulertzeko eta horren inguruan nola hitz egiten dugun zaintzeko espazioa baizik".

Helburua ez da gatazka isilaraztea edo diskurtso bakarra inposatzea, baizik eta lanketa kritikoari laguntzea, probokazioak edo ukazioak sahistuz eta azkenean, doluaren, zaintzaren eta erantzukizun kolektiboaren fokua mugitu dezaten.

ADIBIDE PRAKTIKOA: 13. KASUA

Ikasle batzuek gertatutakoaren ardura biktimari egozten dioten iruzkinak egiten dituzte, "zerbait egingo zuen" esanez edo haren erabaki pertsonalak zalantzan jarriz.

Nola lagundu

Argi eta garbi esku hartzea erruduntasuna geldiarazteko, eta erantzukizuna beti indarkeria erabiltzen duenarena dela nabarmentzea. Biktima zalantzan jartzea desberdinkeria normalizatzen duen kultura baten parte dela azaltzea eta gogoeta kritikorako espazio bat sortzea, publikoki umiliatu eta seinaltatu gabe.

(Kasuaren garapena III. eranskinean.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 14. KASUA

Ikasle talde batek feminismoa gutxien duten komentarioak egiten ditu edo indarkeria matxista badenik zalantzan jartzen du.

Nola lagundu

Eztabaidari errespetuan eta pentsamendu kritikoan oinarrituta eustea, feminismoak berdintasuna eta emakumeen aurkako indarkeria desagerraraztea helburu duela azalduz. Ez legitimatu diskurtso ukatzaileak, baina ez erantzun borroka pertsonaletik.

(Kasuaren garapena III. eranskinean.)

ADIBIDE PRAKTIKOA: 15. KASUA

Ikasle talde batek "Indarkeria Matxista" dioen pankarta bat kentzen du ikastetxean, eta mezu misogino edo mespretxuzkoak zabaltzen ditu feministen inguruan.

Nola lagundu

Berehala, argi eta lasai esku hartzea, jokabidea gelditu. Errespetu falta dela eta indarkeria matxista erantzukizun kolektiboa eskatzen duen egiturazko arazoa dela azaldu. Mugak ezarri, umiliatu gabe, eta, ondoren, espazio labur eta zaindu bat ireki, gertatutakoaren zentzua, errespetua eta ekintza horiek komunitatean duten eragina lantzeko.

(Kasuaren garapen zabaldua III. eranskinean.)

4.5 Hezkuntza komunitatearen eginkizuna, Nerabezaroan

Hezkuntza eremuak funtsezko eginkizuna bete dezake ingurune hurbilean gertatu den indarkeria matxista kasu baten ondoren gazteak eusteko, gogoeta egiteko eta gaia taldean lantzeko espazio gisa. Eskolak ez ditu beste bidelaguntza gune batzuk ordezkatzeko, baina esparru egonkor eta segurua eskaini dezake, gertatutakoari hitzak jartzeko, ondoezari eusteko eta ulermen partekatua eraikitzeko.

Eta honetan, **hezkuntza esparrua** honako hau izan daiteke:

- **Leku segurua kritikoki** pentsatzeko eta zalantzak, emozioak edo kontraesanak adierazteko, epaitu gabe.
- Indarkeria justifikatzen, ukatzen edo **hutsaltzen duten diskurtsoak desmuntatzeko espazio bat**.
- Dolua lantzen eta gertatutakoa **genero ikuspegitik ulertzen lagunduko duen ingurunea**.

Gomendatzen da:

- **Talde txikietan lan egitea**, parte-hartzea eta zaintza errazteko.
- **Errespetuzko arau argiak ezartzea**, bereziki, elkarrizketa sentikorrean.
- Lekukotasun pertsonalak eta **kontakizun intimoak ez behartzea**.
- **Isiltasunak eta erresistentziak laguntzea**, interes falta dela ulertu gabe.
- Eragile komunitarioekin eta **beste baliabide batzuekin koordinatzea**, egoerak hala eskatzen duenean.

Eta honetako hezkuntza laguntza ez da dolaaren hasierako unera mugatzen; aitzitik, hausnarketa eta zaintza prozesuak ireki ditzake epe ertain eta luzera, indarkeria matxistaren normalizazioa murrizten eta errespetuan eta erantzukizun partekatuan oinarritutako lotura komunitarioak indartzen lagunduz.

4.6 Nerabezaroan saihestu beharrekoak

Doluari eta indarkeria matxistak nerabezaroan duen eraginari hezkuntzatik laguntza ematean, garrantzitsua da asmo on batetik abiatu arren, blokeoa, arbuioa, hutsalkeria edo nahasmen handiagoa eragiten duten eta indarkeria sinbolikoari dagozkion moduak errepika ditzaketen praktikak saihestea.

Honako hauek **saihestea** gomendatzen da:

- **Irakasleak autoritate moral gisa erakusten dituzten eta entzute eta hausnarketa kritikoa zailtzen duten diskurtso zigortzaile, elikatzaile edo arau emaileak**. Adibidez: "elkarrizketa hau gaizki dago eta kito" edo "kontrakoa pentsatzen duena oker dago" bezalako esaldiekin hastea, galderak, zalantzak edo ñabardurak egiteko aukerarik eman gabe eta akonpainamendua zuzentasun moralaren logikatik eginda.
- **Helduen laguntzarik gabeko eztabaidak**, bereziki jarrera polarizatuak, probokatzaileak edo ukatzaileak sortzen direnean, indarkeria justifikatu, probokazioa eragin eta gertatutakoa baligabetu dezaketelako. Adibidez: indarkeria matxistari buruzko "eztabaida askea" proposatzea, alde aurretik mugarik, zaintza irizpiderik eta esparru pedagogiko argirik ezarri gabe. Hezitzaileen esku-hartzerik ez badago, bide eman dezakete eragindako kaltea gutxiestera jotzen duten diskurtsoak sortzea, edota isekak egitea.
- **Eduki bortitzak, irudi esplizituak edo kontakizun morboak behin eta berriz erakustea**, bai ikasgelan, baita iragazi gabeko materialen bidez. Adibidez: hilketaren bideoak erreproduzitzea, irudi esplizituak erakustea edo gertakaria xehetasunekin kontatzea, "kontzientziatzeko" asmoz, horrelako edukiek ikasleengan izan dezaketen eragin emozionala eta metatze-efektua kontuan izan gabe.

- "Indarkeriak ez du generorik", "iritzi guztiek balio dute" edo "ez da politizatu behar" bezalako mezuetan adierazitako **neutraltasun faltsua**, egiturazko desberdintasunak ikusezin bihurtzen dituen eta indarkeria matxista gutxiesten edo ukatzen duten diskurtsoak legitimatu ditzakeena.
- **Sinplifikazio edo azalpen indibidualizatzaileak**, erasotzailearen nortasunean edo salbuespenezko egoeretan soilik oinarrituak, indarkeria matxistaren egiturazko esparrua itxuragabetzen dutenak. Adibidez: "erasotzailea erotuta zegoela", "buruko arazoak zituela" edo "salbuespenezko kasua izan zela" esanez azaltzea gertatutakoa, indarkeria mota horri eusten dioten botere, kontrol eta desberdintasun dinamikak aipatu gabe.
- Parte-hartzea edo **testigantza pertsonala behartzea**, batez ere, ikasleak bere esperientzia, bizipen emozionala edo posizionamendua partekatzeko prest sentitzen ez direnean. Adibidez: ikasleei esplizituki eskatzea gertatutakoak nola eragin dien edo antzeko egoerak bizi izan dituzten azaltzeko, isiluneak errespetatu gabe eta hitzik gabe edo zeharka parte hartzeko alternatibak eskaini gabe.
- **Urgentziazko edo inprobisaziotik erantzutea**, gaiaren ikuspegi pedagogikoa, hizkuntza eta espazioaren mugak pentsatzeko denborarik eman gabe. Adibidez: ikasgelan albiste edo iruzkin bat eman ondoren, gaia berehala lantzea, unean uneko presiotik erreakzionatuz, hezkuntza irizpide zaindu eta hausnartu batetik baino gehiago.

Praktika horiek saihestea funtsezkoa da hezkuntza esparruak indarkeria sinbolikoa errepika ez dezan; kaltea normalizatu, justifikatu edo hutsaltzen duten diskurtsoak indartu ez daitezen; eta nerabean prozesuarekiko errespetuzko eta arreta handiko laguntza kritikoa eskaintzeko.

4.7 Alerta seinaleak eta laguntza eskatzeko uneak

Dolua ulertzeko eta laguntzeko baliabideak

- Mario Losantos del Campo Fundazioa (FMLC). Azaliezadazu zer gertatu den, haur eta nerabeen heriotzaz eta doluaz hitz egiteko gida. Bereziki baliagarria nerabezeroan.
 - Haurren eta nerabeen arteko doluaren arteko desberdintasunak ulertzeko.
 - Eragin kolektiboko testuinguruetan hezkuntza esku-hartzeak orientatzeko.
 - Erreakzio emozional biziak edo kontraesankorrak patologizatu gabe laguntzeko.
- Díaz Seoane, P. Mintza gaitezen doluaz. Haur eta nerabeekin heriotza lantzeko eskuliburu praktikoa. Honako hauetarako gako argiak ematen ditu:
 - Nerabezeroan espero daitezkeen erreakzioak eta alarma seinaleak bereizteko.
 - Hezkuntza eremurako orientabide zehatzak jasotzeko.
 - Dolua dimentsio kolektibo eta komunitariotik pentsatzeko, ez soilik indibidualetik.

Material horiek **ez daude ikasleek zuzenean irakurtzeko pentsatuta**, irakasleentzako euskarri gisa baizik, eta bidelaguntza segurtasunez eta irizpideetan oinarrituta egiteko baliagarriak dira. Horrelako baliabideek aukera ematen diete irakasleei indarkeria egiturazko esparru batetik izendatzeko, hezkuntzaren alorreko diskurtsoari koherentzia eusteko eta negazionismoa edo erruduntasuna indartu dezaketen sinplifikazioak saihesteko.

Hezkuntza-bidelaguntzan erabiltzeko proposamenak

Honela erabil daitezke:

- Tutoretzetarako, hausnarketa guneetarako edo talde txikietarako laguntza gisa.
- Irakasleak galdera konplexuen edo diskurtso polarizatuen aurrean orientatzeko esparrua gisa.
- Hezkuntza taldearen barruan irizpideak koordinatzeko oinarri gisa.

Baliabideek ez dute hezkuntza harremana ordezkatzen, ezta eguneroko laguntza ere, baina irakasleei elkarrizketa zailei eusteko, inpaktu emozionala zaintzeko eta indarkeria matxista eskubideetan oinarritutako ikuspegi feminista eta komunitariotik azaltzeko tresnak eskaintzen dizkie.

(Material narratiboen, giden eta baliabideen multzo osoa modu antolatuan jasotzen da [eranskinetan](#), hezkuntza etapaka bereizita).

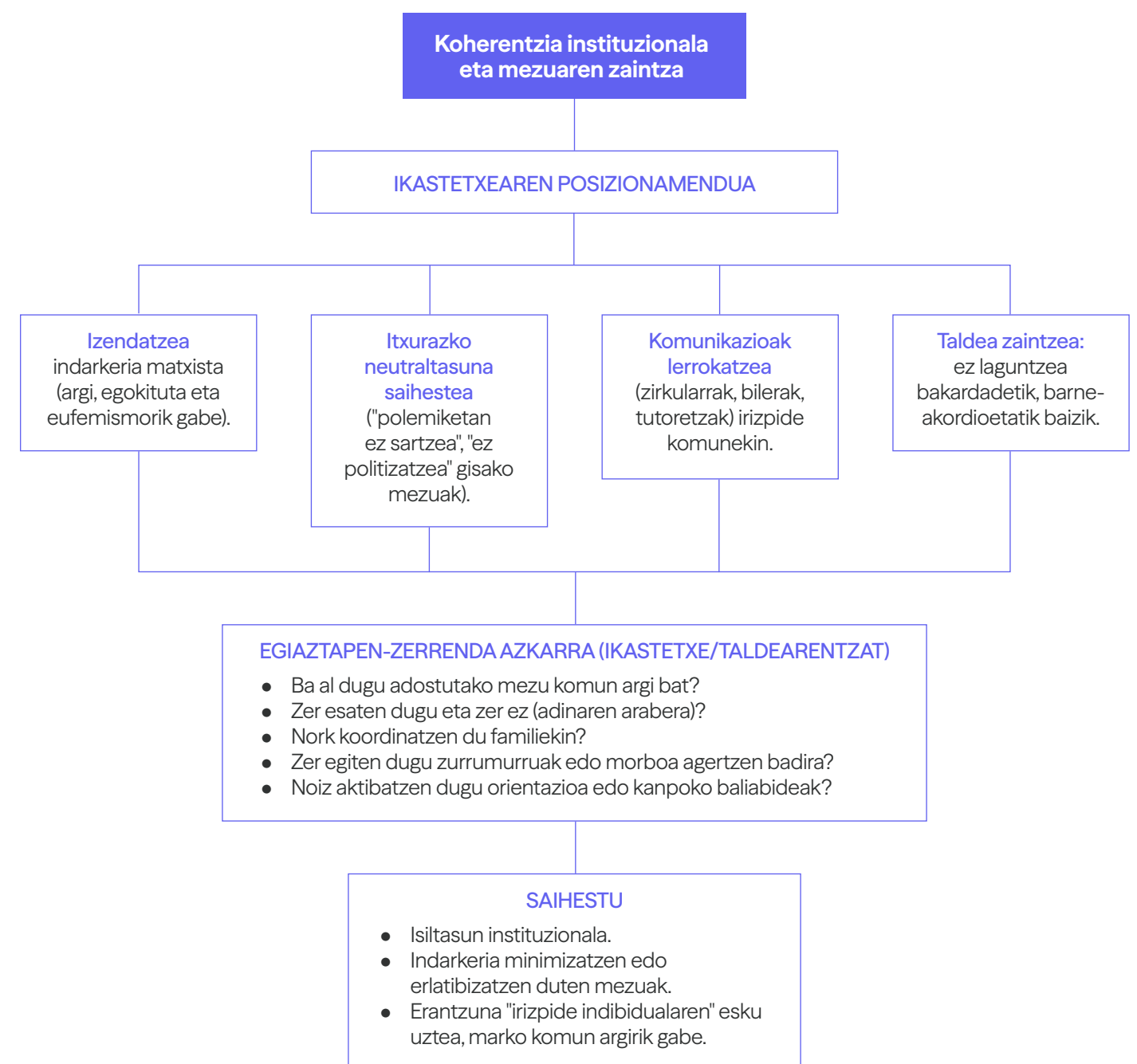
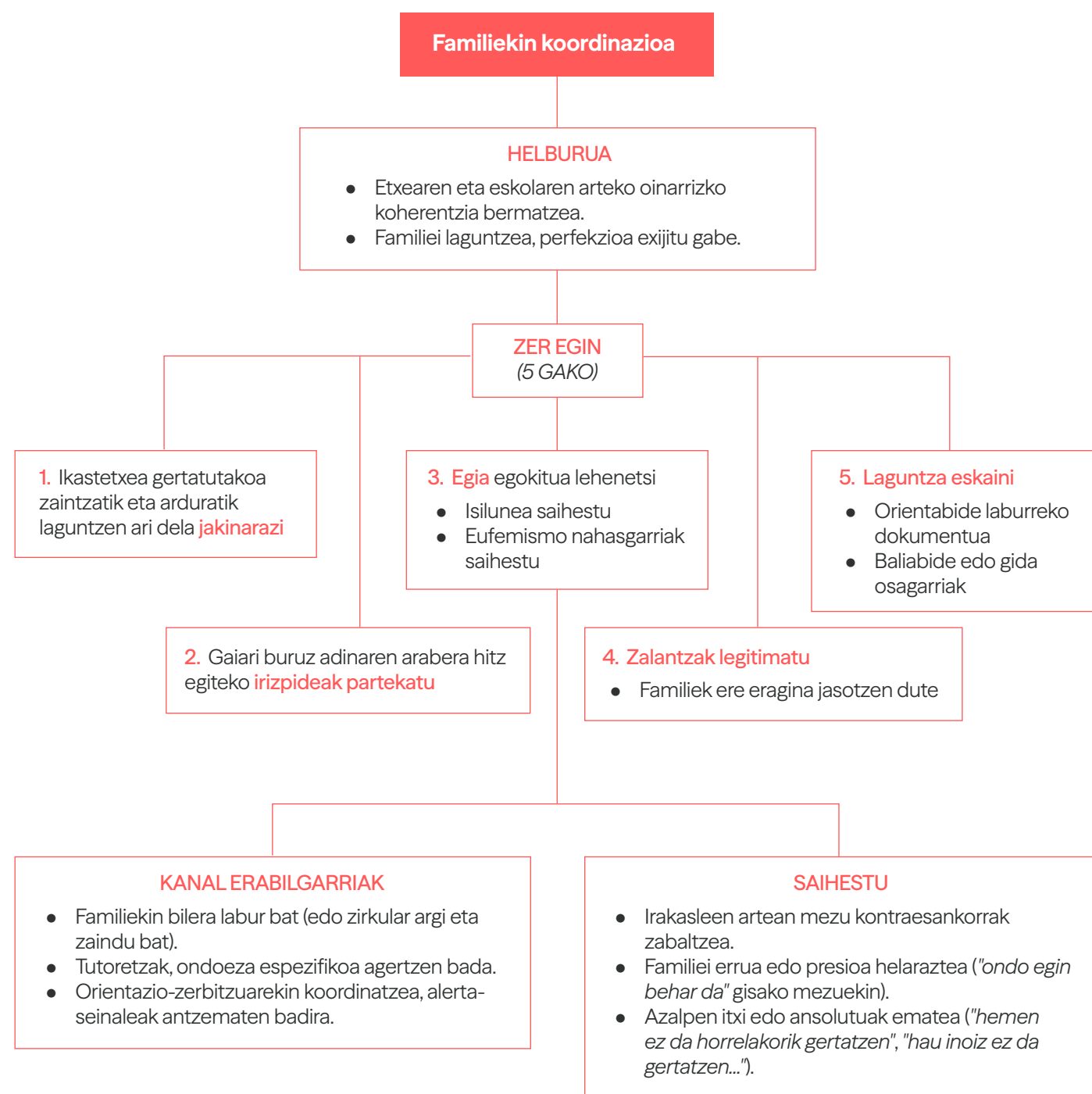
4.8 Alerta seinaleak eta noiz aktibatu euskarriak

Nerabezeroan, erantzun batzuk biziak edo kontraesankorrak izan daitezke, patologiarik gabe. Hala ere, komeni da **babesak aktibatzea**, honako hauek ikusten badira:

- **Muturreko isolamendu** iraunkorra, gizarte deskonexio nabarmena edo ekintzetan parte-hartzeari uztea.
- **Substantzien kontsumoa**, arrisku jokabideak edo autolesioak.
- **Bat bateko aldaketak, iraunkorrak eta nahasgarriak** (muturreko suminkortasuna, etsipena, ezintasuna eragiten duten antsietate sintomak).
- **Suizidioari lotutako ideien adierazpen zuzenak edo zeharkakoak**, edo indarkeria etxean edo harremanetan.

Zentroaren eginkizuna ez da klinikoki esku-hartzea, baliabideen aktibazioari eustea eta horiek behatzea eta koordinatzea baizik (orientazioa, zerbitzu espezializatuak eta sare komunitarioa), konfidentzialtasuna eta babesa zainduz.

5. FAMILIEKIN ETA KOMUNITATEAREKIN KOORDINAZIOA



GIDAREN ITXIERA

2023ko maiatzaren 16an Orion gertatutako Maria Lourdes del Hoyoren hilketa matxistak arrasto sakona utzi du komunitatean eta herriko hezkuntza guneetan. Gida hau eragin kolektibo hori aitortzetik eta gertatutakoa gutxietsi eta gertakari isolatu batera murriztu gabe laguntza esparru bat eskaintzeko beharretik sortu da.

Dokumentua eraikitzeko, erreferentziazko material feministak, haurren eta nerabeen doluaren esparruko ekarpenak eta beste udalerrri batzuetan landutako gida instituzionalak eta komunitarioak hartu dira oinarri gisa. Iturri horiei esker, genero ikuspegia, ikuspegi komunitarioa eta haurrak eta nerabeak eskubideen subjektu gisa aitortzen dituen esparru koherente bat egituratu ahal izan da.

Horrelako testuinguruetan laguntzeak ez du esan nahi erantzun guztiak izan behar direnik, ezta mina konpondu behar denik ere. Eustea, izendatzea eta zaintzea esan nahi du, posizionamendu argi batetik abiatuta. Erreferentzia heldu arduratsuak eskaintzea esan nahi du, ingurua nahastuta dagoenean, isiluneak, zurrumurruak edo indarkeria gutxiesten duten diskurtsoak agertzen direnean.

Gida honetan hezkuntza etapa guztiak zeharkatzen dituen esparru komun bat planteatu da, parapen-etapak eta dolua egiteko moduak errespetatuz. Indarkeria matxista egiturazko fenomeno gisa izendatzeko gakoak eskaini dira, desberdintasuna ikusezin bihurtzen duten azalpen indibidualizatzaileak edo neutraltasunak saihestuz. Laguntza emozionalerako, familiekiko eta komunitatearekiko koordinaziorako eta, beharrezkoa denean, baliabideak aktibatzeke orientabideak ere jaso dira.

Honen helburua ez da errezeta itxiak eta protokolo zurrinak eskaintzea. Helburua da zaintza eta koherentzia esparru bat eskaintzea, irakasleek segurtasun handiagoz jardun ahal izan dezaten, beren mugak eta laguntza premiak ere aintzat hartuta.

Maria Lourdes del Hoyoren hilketa matxistaren osteko doluan laguntzea ez da salbuespenezko egoera bati erantzutea soilik. Hezkuntza erantzukizun zabalagoa hartzea ere bada: harreman berdinzaleagoak, kontzienteagoak eta indarkeriarik gabeak eraikitzen laguntzea, ikuspegi feministatik, komunitariotik eta eskubideetatik abiatuta.

GLOSARIOA

Adultozentrismoa

Sinesmenen eta praktiken sistema, pertsona helduak autoritate eta legitimitate erreferentzia bakartzat hartzen dituen, haur eta nerabeen hitzari, esperientziari eta ulertzeko gaitasunari balioa kenduz.

Dolua

Galera esanguratsu baten aurrean aktibatzen den prozesu emozionala, kognitiboa eta erlazionala. Haurtzaroan eta nerabezaroan ez da lineala, eta hainbat modutan adieraz daiteke, tarteka edo kontraesanean.

Dolu kolektiboa

Komunitate batek partekatzen duen prozesua, bere inguruneari eragiten dion gertaera traumatiko edo bortitz baten ondoren. Inpaktu emozional komuna, aldaketak gizarte giroan eta ulermen esparru partekatuen beharra dakar.

Generoa

Eraikuntza sozial eta kulturala, gizonei eta emakumeei rol, itxaropen, portaera eta ezaugarri bereiziak esleitzen dizkiena. Ez da sexu biologikoaren baliokidea; aitzitik, boterea eta harremanak antolatzen dituzten arau sozialen bidez eratzen da. Generoak eragina du boterearen banaketan, zaintzan eta gizarte- kalteberatasunean.

Maskulinitasuna

Kultura jakin batean gizon batek nola "jokatu" behar duen definitzen duten arau, itxaropen eta agindu sozialen multzoa. Ez da biologikoa, testuinguru historiko eta kulturalaren arabera aldatzen den eraikuntza soziala baizik. Hainbat forma har ditzake; maskulinitasun guztiek ez dute menderatzerik edo indarkeriarik sortzen.

Maskulinitate hegemonikoak

Boterean, kontrolean, menderatzean eta kalteberatasuna ukatzean oinarritutako maskulinitate eredu sozialak, harremanetan indarkeria normalizatzen lagun dezaketenak.

Patriarkatua

Sistema sozial, kultural eta politikoa, gizonezkoen nagusitasunean eta gizonen eta emakumeen arteko boterearen banaketa desberdinean oinarritua.

Zisnormatibitatea (edo zisnorma)

Pertsona guztiak jaiotzean esleitutako generoarekin identifikatzen direla eta bat etortze hori genero identitatearen forma "normal" edo baliozko bakarra dela onartzen duen sinismen sistema. Transak eta ez bitarrak ikusezin bihurtzen eta diskriminatzen ditu.

BIBLIOGRAFIA

Aranda Quirós, C. (2014). *El duelo infantil en la escuela*: Protocolo de intervención.

Artaraz Ocerinjaúregui, B., Sierra García, E., González Serrano, F., García García, J. Á., Blanco Rubio, V., eta Landa Petralanda, V. (2017). *Haurtzaroko eta nerabezaroko doluari buruzko gida. Ama, aita eta irakasleentzako prestakuntza*. Bizkaiko Medikuen Elkargoa.

Bielsa Soro, V. (2023). *Desenredando el duelo: Guía para acompañar en el proceso de duelo a niños y niñas víctimas de violencia de género*. Fundación Mario Losantos del Campo.

Díaz Seoane, P. (2016). *Hablemos de duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes*.

Emakunde – Instituto Vasco de la Mujer. (2020a). *Módulo I: Diversas formas de entender la violencia machista contra las mujeres*.

Emakunde – Instituto Vasco de la Mujer. (2020b). *Módulo II: Formas y ámbitos de la violencia machista contra las mujeres*.

Emakunde – Instituto Vasco de la Mujer. (2020c). *Módulo III: Marco legal y normativo de la violencia contra las mujeres*.

Emakunde – Instituto Vasco de la Mujer. (2020d). *Módulo IV: El impacto de la violencia y atención a las víctimas*.

Fundación Mario Losantos del Campo (FMLC). (2018). *Explícame qué ha pasado*.

InteRed. (2022). *Guía didáctica. Pensamiento crítico y prevención de discursos negacionistas entre la juventud*.

Orio Udala. (2025). *Erakundearen arteko arreta eta koordinaziorako tokiko protokoloa emakumeen aurkako indarkeria matxistaren arloan*.

Vázquez, N. (s.f.). *Cuaderno conceptual*. (Documento de referencia utilizado en la guía).

I. ERANSKINA

Hezkuntza baliabideak erabiltzeko irizpide orokorrak

Gida honetako eranskinetan jasotako baliabideak hezkuntza laguntzaren osagarri gisa erabili behar dira, ez jarduera derrigorrezko gisa, ezta hilketa matxista zuzenean aurkezteko bide gisa ere. Haien funtzioa da emozionalki sostengatzea, ulermen markoak eskaintzea eta ondoezaren adierazpena erraztea, betiere, etapa bakoitzaren erritmoak eta zaintza irizpideak errespetatuz.

Oro har, honako hau gomendatzen da:

- Baliabideak testuingurura egokitzea, taldearen une emozionala eta hilketa matxistak komunitatean izan duen inpaktua kontuan hartuta.
- Beti pertsona helduen presentzia eta laguntza bermatzea, erabilera autonomo edo testuingururik gabekoak saihestuz.
- Galderak, hausnarketak, eztabaidak edo testigantza pertsonalak ez behartzea; isiltasuna eta zeharkako adierazpena ere lanketarako modulegitimoak dira.
- Xehetasun bortitzak edo antsietatea eta nahasmena areagotu dezaketen edukien gehiegizko azalpena saihestea.
- Materialen erabilera ikasleen adinaren, heldutasunaren eta aniztasunaren arabera egokitzea, kontuan hartuta baliabide batzuk etapa desberdinetan berrerabili daitezkeela marko pedagogikoak ahalbidetzen badu.

II. ERANSKINA

Baliabide material eta narratiboak

A. Haur Hezkuntza (0–6 urte)

1. Emozioak lantzeko baliabideak

- **Nire lehen emozio neurgailua**
Egilea: Susanna Isern
Ilustratzailea: Mónica Carretero
Adina: +2
 Oinarrizko emozioak irudien bidez identifikatu eta izendatzen hasteko material egokia. Ondoeza laguntzeko aukera ematen du, zuzenean hitzez adierazi beharrik gabe.
- **Koloretako Munstroa**
Egilea: Anna Llenas
Itzulpena: Markel Lizasoain
Adina: 3–5 urte
 Eragin emozional kolektiboko testuinguruetan bereziki presente egon ohi diren tristura, haserrea edo beldurra bezalako emozioak antolatu eta aitortzeko baliagarria den ipuina.
- **Emoziotegia: Esan zer sentitzen**
Egilea: Cristina Núñez
Adina: +5 urte
 Hizkuntza emozionala zabaltzeko eta haurrek sentitzen dutena adierazteko bideak errazteko baliabide poetiko eta sinbolikoa, zuzenketa edo epairik gabe.

2. Heriotza eta dolua lantzeko baliabideak

- **BETIKO**
Egilea: Alan Durant
Adina: +3 urte
 Heriotzari buruz modu goxo eta samurrean hitz egiten duen ipuina, heriotza bizitzaren parte gisa ulertzen laguntzen duena.
- **Mara**
Egilea: Nerea Hernández
Adina: 5 urtetik aurrera
 Gertuko pertsona baten galerari buruzko kontakizuna, protagonistaren bizipen emozionaletik abiatuta; dολουaren identifikazioa eta adierazpena errazten ditu.

3. Indarkeria matxistara hurbiltzeko baliabideak

- **Las poderosas gafas mágicas (GAZ)**
Egilea: Verónica Pérez Gutiérrez
Ilustratzailea: Ana María Diez Laplaza
Adina: +6
 Indarkeria matxistaren inpaktua modu zaindu eta egokituan lantzeko aukera ematen duen ipuina, deskribapen esplizitu edo bortitzik erabili gabe.

B. Lehen Hezkuntza (6–12 urte)

1. Heriotza eta dolua lantzeko baliabideak

- **Mara**
Egilea: Nerea Hernández
Adina: +5
Gertuko pertsona baten galerari buruzko kontakizuna, haurtzaroko bizipen emozionaletik abiatuta; identifikazioa, ondoezaren adierazpena eta doluaren elaborazioa errazten ditu.
- **Ari ikusezina**
Egilea: Miriam Tirado
Adina: +6
Gertuko pertsona baten faltari, loturei eta zaintzaren jarraipenari buruz hitz egiteko aukera ematen duen ipuina, modu sinboliko eta emozionalki eskuragarrian.
- **Amaren Intxaurrak**
Egilea: Julio Soto
Itzulpena: Maider Mutuberria
Adina: +6
Heriotza bizitzaren zikloaren parte gisa kokatzen duen materiala, doluari buruz modu zainduan hitz egiteko marko kultural eta komunitario bat eskainiz.

2. Indarkeria matxistara hurbiltzeko baliabideak

- **Arturo eta Klementina**
Egilea: Adela Turín
Adina: 5 urtetik gora
Ipuin alegorikoa, estereotipo sexistez, desberdintasunez eta botere harremanez hitz egiteko baliabide egokia, modu egokituari eta ez bortitzean.
- **Los hombres no pegan (GAZ)**
Egilea: Beatriz Monco
Adina: 7–9 urte
Familia eta genero indarkeria lantzen dituen ipuina, maskulinitate bortitza eta hura sostengatzen duten botere egiturak zalantzan jarritz.
- **Hi Bai Matxista Zikina**
Egilea: Antton Dueso
Adina: 10–12 urte
Euskarazko kontakizuna, eguneroko matxismoa, genero rolak eta erantzukizun partekatua umore kritikoaren eta hausnarketa kolektiboaren bidez lantzeko.

3. Emozioak lantzeko baliabideak

Haur Hezkuntzan erabilitako emozioetan oinarritutako materialek Lehen Hezkuntzan ere balio dezakete, erabilera ikasleen hausnarketa eta adierazpen gaitasun handiagora egokituz eta taldearen une emozionala kontuan hartuta.

C. Nerabezaroa (12–18 urte)

Irakasleentzako eta hezkuntza eragileentzako baliabideak, laguntza modu egituratu eta koherentean sostengatzeko. Talde giroaren zaintza eta marko pedagogikoa materialaren erabileraren gainera lehenetsi behar dira.

1. Heriotza eta dolua lantzeko baliabideak

- **Explícame qué ha pasado (GAZ)**
Egilea: Fundación Mario Losantos del Campo (FMLC)
Heriotzari eta doluari buruz hitz egiteko gidalerroak eskaintzen dituen materiala. Bereziki erabilgarria doluaren adierazpen desberdinak ulertzeko eta inpaktu kolektiboko testuinguruetan laguntza egituratzeko.
- **Hablemos de duelo. Manual práctico para abordar la muerte con niños y adolescentes (GAZ)**
Egilea: P. Díaz Seoane
Hezkuntza eremurako erreferentzia materiala, nerabezaroan espero daitezkeen erreakzioak eta alerta seinaleak bereizten laguntzen duena, eta dolua ikuspegi komunitariotik ulertzeko gakoak eskaintzen dituena.

2. Indarkeria matxistara hurbiltzeko baliabideak

- **¡Basta! Guía de autodefensa feminista (komikia) (GAZ)**
Egilea: María Kronskey y Marion Le Muzic
Adina: +11
Nerabeei zuzendutako komikia, jokabide matxistak identifikatzeko eta autonomia, segurtasuna eta autozaintza indartzeko tresnak eskaintzen dituena.
- **Hi Bai Matxista Zikina**
Egilea: Antton Dueso
Adina: 10–12 urte
Eguneroko matxismoa, genero rolak eta erantzukizun partekatua umore kritikoaren bidez lantzeko aukera ematen duen kontakizuna.

3. Emozioak eta adierazpen emozionala lantzeko baliabideak

Aurreko etapetan erabilitako baliabide batzuek Nerabezaroan ere balio dezakete, erabilera nerabeen hausnarketa- eta adierazpen-gaitasun handiagora egokituz eta taldearen une emozionala kontuan hartuta.

III. ERANSKINA

Adibide praktikoek garapena

HAUR HEZKUNTZA

1. KASUA

Ama ere biktima izateko beldurra

LEHEN HEZKUNTZA

2. KASUA

Ziurgabetasuna eta beldurra familiaren segurtasunari buruz

1. Egoera

Haur batek galdetzen du ea bere ama hurrengo izango den edo ea bere aitak antzeko zerbait egin dezakeen.

2. Zer egon daiteke atzean

Haur Hezkuntzan, indarkeriaren ulermena mugatua da eta sarritan pentsamendu magikoarekin nahasten da. Haurrak gertaera edozein unetan errepika daitekeela interpreta dezake, eta bere familia propioari aplikatu.

Galderak ez du zertan adierazi bere inguruan indarkeriarik dagoenik; gertatutakoa bere esperientzia hurbiletik ulertzen saiatzen ari dela adierazten du. Hala ere, beldurra oso bizia edo iraunkorra bada, edo arrisku egoera baten susmoa pizten bada, arreta jartzea eta beharrezko balorazioa egitea komeni da.

3. Laguntzeko orientabideak

- Lasaitasunez eta argitasunez erantzutea: *“Ulertzen dut horrek beldurra ematea.” “Gertatutakoa oso larria da, baina horrek ez du esan nahi familia guztietan gertatuko denik.” “Pertsona heldu guztiek ez dute min egiten.”*
- Segurtasun konkretuaren ideia indartzea: *“Seguru zaude, eta pertsona helduok zaintzen zaitugu.”*
- Horrelako zerbait gertatzen denean arauak eta babesa daudela azaltzea: *“Badira halakorik berriro gerta ez dadin lan egiten duten pertsona helduak.”*
- Ez planteatu egoera hipotetiko edo alarmistarik: *“Horrelako gauzak askotan gertatzen dira.” “Edozein familiari gerta dakioke.”*

4. Saihestu beharrekoa

- Gaia saihestuz erantzutea edo gaia aldatzea, adibidez: *“Hori ez da orain hitz egiteko kontua.” “Ez pentsa horretan.”*
- Nahasmena areagotu dezaketen esaldi anbiguoak erabiltzea, adibidez: *“Horrelako gauzak gertatzen dira...”*
- Erantzun absolutuak ematea: *“Hori inoiz ez da gertatzen.” “Hemen halakorik ez da gertatzen.” Horrek helduen sinesgarritasuna ahuldu dezake.*
- Galderaren aurrean gehiegizko alarma erakustea: *“Zergatik galdetzen duzu hori? Zer gertatzen da zure etxean?” Testuingurua baloratu gabe familiarekin berehala harremanetan jartzea.*

1. Egoera

9 urteko neska bat galdezka hasten da, bere ama hil dezaketen edo antzeko zerbait bere familian gerta daiteken jakin nahian. Bere ingurune hurbilaren segurtasunari buruzko kezka etengabea adierazten du.

2. Zer egon daiteke atzean

Lehen Hezkuntzan, haurrek heriotzaren itzulezintasuna ulertzen dute eta balizko egoerak aurreikusteko gaitasuna dute. Gertuko hilketa baten ondoren, ohikoa da beldur orokortua eta zaurgarritasun sentrazioa agertzea.

Galdera hauek, askotan, kontrol eta segurtasun sentrazioa berreskuratzeko saiakerak izaten dira. Haurrak arriskua ulertu eta pertsona helduengan bermea bilatu nahi du. Hala ere, beldurra oso bizia edo iraunkorra bada, edo testuinguruarekin bat ez datorren kezka agertzen bada, komeni da arreta jartzea eta egoera baloratzeko, indarkeria egoeraren bat egon litekeen baztertu gabe.

3. Laguntzeko orientabideak

- Ez saihestu galdera, eta ez eman erantzun iheskorrik edo gaia aldatzera jotzen duen erantzunik.
- Ez saiatu inoiz gertatuko ez dela ziurtatzen.: *“Hori ez da inoiz gertatuko.”*
- Azaldu indarkeria matxista existitzen dela, baina ez dela onargarria eta ez dela gertatu behar.
- Segurtasun konkretua indartu: badaudela arduradun diren pertsona helduak eta babesa eskaintzen duten baliabideak azpimarratu.
- Gogorarazi indarkeria agertzen denean legeak, erakundeak eta esku hartzen duten pertsonak daudela.

4. Saihestu beharrekoa

- Beldurra gutxiestea: *“Ez pentsa tontakeriarik”.*
- Beldurretik erantzutea edo egoera hipotetikoak planteatzea.
- Dituen kezkak taldearen aurrean barrigarritzat jotzea.
- Nahasmena areagotzen duten azalpen anbiguoak ematea.

5. Laguntzak aktibatzeko unea

Beldurra iraunkor bihurtzen bada, antsietate biziak eragiten baditu, loari lotutako arazoak denboran luzatzen badira edo eskolako funtzionamenduan eragin nabarmena badu, komenigarria izan daiteke orientazio zerbitzuarekin eta familiarekin koordinatzea.

LEHEN HEZKUNTZA

3. KASUA

Denboraren joanaren ondoren beldurrak irauten duenean

1. Egoera

10 urteko neska batek amarekin lo egiten jarraitzen du, udalerrian antzeko hilketa bat berriro gerta litekeelako beldurrez, nahiz eta gertakaria izan zenetik hainbat urte igaro diren.

2. Zer egon daiteke atzean

Haurren dolua ez da lineala. Beldurrak garapenaren une desberdinetan berragertu daitezke, bereziki, ulermen kognitiboa helduago bihurtzen denean eta gertatutakoa ikuspegi berri batetik berrinterpretatzeko aukera dagoenean.

10 urterekin, neskak arriskuaren eta heriotzaren itzulezintasunaren kontzientzia handiagoa izan dezake, eta horrek zaurgarritasun sentsazioa berraktiba dezake.

Lagunduta lo egitea erregulazio emozionalerako estrategia izan daiteke, eta ez du zertan patologia baten adierazle izan.

3. Laguntzeko orientabideak

- Ez gutxietsi beldurra: “Hori aspaldi gertatu zen”, “Handiegia zara horretarako”.
- Segurtasun zehatz eta errealaren ideia indartu.
- Familiari lagundu ulertzen atzerapauso puntualak erregulaziorako estrategiak izan daitezkeela.

4. Saihestu beharrekoa

- Autonomia modu bortitzean inposatzea.
- Beldurra irrazionala edo neurritz kanpoko delak erakustea.
- Egoera ikaskideen artean barre egiteko aitzakia bihurtzea.

5. Laguntzak aktibatzeko unea

Beldurra areagotzen bada, isolamendua eragiten badu, eskolara joateari uko egiten badio edo antsietate sintoma iraunkorrak agertzen badira, komenigarria izan daiteke orientazio zerbitzuarekin edo baliabide espezializatuekin koordinatzea.

LEHEN HEZKUNTZA

4. KASUA

Udalerriko espazio zehatz bati lotutako beldurra

1. Egoera

Batzuetan, komunitatean izandako inpaktua udalerriko espazio jakin batzuei lotuta ager daiteke. Gerta daiteke haur batek hilketa izan zen tokia zeharkatzeko beldurra adieraztea edo espazio horri lotutako jarduera batean parte hartu nahi ez izatea.

2. Zer egon daiteke atzean

Lekua arriskuaren edo mehatxuaren sinbolo bihurtu daiteke. Urteak igaro arren, karga emozional kolektiboa une jakin batzuetan berraktiba daiteke (urteurrenetan, oroimen ekitaldietan edo taldean izandako elkarriketetan).

Beldurra ez da gehiegikeria gisa interpretatu behar, ezta erresistentzia hutsa balitz bezala ere; emozioen lanketarako modu legitimoa izan daiteke.

3. Laguntzeko orientabideak

- Ez derrigortu haurra beldurra eragiten dion espaziora joatera eta ez gutxietsi beldurra “Hori aspaldi gertatu zen” edo “Ez dago arriskurik” gisako esaldiekin.
- Balidatu emozioa, eta testuinguru horretan segurtasunik eza sentitzea ulargarria dela aitortu.
- Alternatiba seguruak eskaini (ibilbidea aldatzea, hurbiletik laguntzea edo gelatik parte hartzeko aukera ematea).
- Taldeak espazio horretan jarduera sinboliko bat egiten badu, gelatik parte hartzeko aukera eskaini (mezu bat idaztea, marrazki bat egitea edo keinu kolektiboa bertara joan gabe prestatzea).
- Omenaldia edo jarduera taldeak seguru sentitzen duen beste espazio batean egitea proposatu.

4. Saihestu beharrekoa

- Beldurra barregarri uztea edo erlatibizatzea.
- Jarduera derrigorrezkoa bihurtzea.
- Haurra publikoki “beldurra duen pertsona” gisa seinalatzea.
- Parte hartzu dezan inposatzea, “beldurra gainditzeko”.

LEHEN HEZKUNTZA

5. KASUA
Taldearen ekimen sinbolikoak

1. Egoera

Taldeak berak proposatzen du abesti bat idaztea, mural bat egitea edo gertatutakoa adierazteko keinu sinboliko txiki bat prestatzea.

2. Zer egon daiteke atzean

Inpaktu emozionala modu kolektiboan lantzen saiatzen ari dira. Adierazpen sinbolikoak dolu komunitarioa kanalizatzeko modu osasungarria izan daitezke, baldin eta zaintzatik eta arduraz sostengatzen badira.

Prozesuan zehar emozio biziak agertu daitezke (tristura, amorrua, beldurra), eta horiek helduen laguntza eta presentzia eskatzen dute.

3. Laguntzeko orientabideak

- Ekimenari lekua eman, baina ez bihurtu derrigorrezko jarduera talde osoarentzat; parte hartzea borondatezkoa izan dadila, eta adierazteko modu desberdinak (isiltasuna barne) errespetatu.
- Prozesua hurbiletik eta lasaitasunez lagundu, helduaren presentzia erreferentziala bermatuz.
- Ager daitezkeen emozio biziak (tristura, amorrua, beldurra) sostengatu eta normalizatu, dramatizatu edo ukatu gabe, segurtasun marko baten barruan kokatuz.
- Hizkuntza eta edukia zaindu, jarduera oroimen eta errespetu markoan gera dadin, morboa, xehetasun desegokiak edo inor seinalatzeko dinamikak saihestuz.

4. Saihestu beharrekoa

- Parte-hartzea inposatzea edo adierazpena derrigortzea; dolua ez da modu berean bizitzen eta inor ez da publikoki azaltzera behartu behar.
- Jarduera ondoezaren erakustaldi publiko bihurtzea, taldearen aurrean.
- Umore desegokira, probokaziora edo banalizaziora lerratzen uztea.
- Jarduera beste behar emozional sakonago batzuk ordezkatzeko erabiltzea.

LEHEN HEZKUNTZA

6. KASUA
Hilketa gertatu zen tokira hurbiltzeko beldurra

1. Egoera

Lehen Hezkuntzako haur talde batek hilketa gertatu zen tokitik igaro behar du (adibidez, parke batetik edo banku jakin batetik). Haur batzuek segurtasun eza, errefusa edo bertara hurbiltzeko edota espazio horretan gelditzeko beldurra adierazten dute.

2. Zer egon daiteke atzean

Lehen Hezkuntzan, espazio fisikoek lotura emozional sendoa har dezakete gertaera traumatikoekin. Lekua beldurraren edo indarkeriaren oroigarri konkretu bihur daiteke, bereziki gertakariak komunitatean inpaktu handia izan badu.

Espazio horretatik igarotzeari uko egitea ez da dramatizazioa; babesteko modu bat izan ohi da. Haur batzuentzat, lekuak oraindik landu gabe dagoen karga sinbolikoa izan dezake.

3. Laguntzeko orientabideak

- Ez gutxietsi emozioa “Hori aspaldi gertatu zen” edo “Ez dago arriskurik” gisako esaldiekin.
- Beldurra erreakzio ulergarri gisa balidatu.
- Alternatiba seguru eta erritmo desberdinak errespetatzen dituzten aukerak eskaini.

Formulazio erabilgarriak: “Ulertzen dut leku horrek oso oroitzapen gogorrak ekartzen dizkizula”, “Ez dago arazorik gaur ez hurbiltzea nahiago baduzu.”, “Beste modu bat bilatu dezakegu parte hartzeko.” “Garrantzitsuena seguru sentitzea da”.

4. Saihestu beharrekoa

- Beldurra barregarri uztea edo heldugabetasun gisa interpretatzea.
- Prestaketarik gabe, bertara joateko beharra inposatzea.
- Egoera diziiplina arazo bihurtzea.
- Erosotasun faltagatik adierazpen emozionala baztertzea.

5. Laguntzak aktibatzeko unea

Beldurra beste espazio batzuetara hedatzen bada, denboran intentsitate handiz mantentzen bada edo eskolako funtzionamenduan eragin nabarmena badu (isolamendua, ukapen iraunkorra, antsietate handia), komenigarria izan daiteke orientazio zerbitzuarekin edo familiarekin koordinatzea.

LEHEN HEZKUNTZA

7. KASUA

Eskola errendimenduan
izandako eragina

1. Egoera

8 urteko haur bat kontzentrazio arazoak ditu eta eskolako errendimendua nabarmen jaitsi du hilketaren gertatu zenetik. Maiz distraitzen da, ez ditu lanak amaitzen eta suminkorrago ageri da.

2. Zer egon daiteke atzean

Komunitatean gertatutako indarkeria gertaera baten ondoren, nerbio sistema alerta egoeran gera daiteke. Haurrak beldurra modu esplizituan adierazten ez badu ere, gorputza erne egon daiteke.

Balizko azalpen batzuk:

- Erne egotea: inguruan gertatzen den horri begira egotea, ezarritako zereginetan eta jardueretan zentratu beharrean.
- Pentsamenduak etorri eta joanean bururatzea: nahi gabe eta bat batean agertzen diren oroitzapen edo irudiak.
- Etengabeko kezka: antzeko zerbait berriro gertatuko ote den beldurra.
- Erregulazio emozionalerako zailtasunak: suminduta egotea edo sentikortasun areagotua.
- Neke emozionala: energia gutxiago izatea, gertatutakoa barnean kudeatzeko egin beharreko ahaleginengatik.

Adin hauetan, ondoeza ez da beti hitzez adierazten; sarritan jokabidearen bidez agertzen da.

3. Laguntzeko orientabideak

- Ez interpretatu hasieratik egoera interes faltatzat edo ahalegin eskas gisa.
- Ikuspegia aldatzea: *“Ez du nahi”* pentsatzetik, *“Baliteke orain ezin izatea”*-ra igarotzea.
- Aztertu nola sentitzen den: *“Azkenaldian distraituago ikusten zaitut. Zelan zaude?”* *“Herrian gertatu zenetik, pertsona batzuk sentikorrago daude. Zuri ere antzeko zerbait gertatzen zaizu?”*
- Aldi baterako laguntzak eskaini: lanak zatitzea, eduki bolumena doitzea, atsedenaldirak laburrak baimentzea edota egunaren egitura aurrez azaltzea.
- Lorpen txikiak indartu. Aurrerapen partzialak ere ikusgarri egin.
- Familiarekin koordinatu.
- Ondoeza bizia, iraunkorra edo areagotzen ari bada, laguntzak aktibatzeak aukera baloratu.

4. Saihestu beharrekoa

- Porrotaren ideia indartzea (*“Azkenaldian ez duzu ezer ondo egiten”*).
- *“Alferra”*, *“motibaziorik gabea”* edo *“arazotsua”* bezalako etiketak erabiltzea.
- Aurreko errendimenduarekin konparazio erreprotxagarriak egitea.
- Jokabide aldaketaren aurrean, ez ikusiarena egitea, *“berez pasatuko zaiolakoan”*.
- Testuinguru emozionala egokitu gabe eskakizun akademikoak areagotzea.

LEHEN HEZKUNTZA

8. KASUA

Jolastorduan, gertatutakoaren
imitazioa edo banalizazioa

1. Egoera

Jolastorduan, haur talde batek gertatutakoa komentatzen du eta hilketaren eszena imitatzen hasten da, haren larritasuna ulertu gabe. Ikaskide batzuek deseroso sentitzen dira edo taldetik aldentzen dira.

2. Zer egon daiteke atzean

Gertatutakoa errepikatzea edo antzeztea inpaktu handiko zerbait ulertzeko saiakera heldugabea izan daiteke. Haurtzaroan, jolasa prozesatzeko mekanismo ohikoa da: hunkitzen duen hori errepikatu egiten da, haren esanahia guztiz ulertu gabe.

Halaber, erregulazio emozionalerako zailtasunen adierazpena izan daiteke, bideratu gabeko jakin-mina edo taldean arreta bilatzeko modu bat. Ez du zertan burla edo krudelkeria asmorik egon; askotan, gertakariaren larritasuna eta komunitatean duen eragina neurtzeko zailtasuna dago.

Aldi berean, jokabide horrek ondoeza sor dezake beste haur batzuegan, gertatutakoa karga emozional handiagoarekin bizitzen ari badira. Horregatik, helduen esku-hartzea beharrezkoa da, ez bakarrik banalizazioa geldiarazteko, baizik eta talde giroa babesteko.

3. Laguntzeko orientabideak

Imitazio edo banalizazio egoera bat antzematen denean, erantzunak berehalakoa, argia eta lasaia izan behar du. Ez da beharrezkoa jolastokian hitzaldi luzea egitea; nahikoa da muga ulergarri bat ezartzea eta helduen erreferentzia sendoa eskaintzea.

Jokabidea gelditzeko:

“Gelditu une batez. Hau ez da jolasa.” *“Imitatzen ari zaretena oso larria da.”* *“Hau orain bertan geldituko dugu.”*

Testuingurua labur kokatzeko:

“Gertatutakoa indarkeria matxista kasu bat izan zen. Ez da antzezteko edo txantxetan aritzeko kontua.” *“Badira oraindik gertatutakoa lantzeko prozesuan dauden pertsonak, eta errespetua behar dugu.”* *“Nahiz eta zuen asmoa ez izan, horrelako jolasek min egin dezakete.”*

Beste bide batera bideratzeko:

“Gertatutakoari buruz hitz egin nahi baduzue, gelan egin dezakegu modu egokian.” *“Orain jolasten jarraituko dugu, beste gai baten inguruan, eta nahi baduzue, gelan landu dezakegu.”* *“Zerbait jakin nahi baduzue edo zalantzarik baduzue, beste une batean landuko dugu.”*

Ikasleek “jolasten ari ginen soilik” erantzuten badute:

“Ulertzen dut ez zenuela minik egin nahi, baina pertsona batzuentzat mingarria izan daiteke.” *“Batzuetan ez gara egiten dugunaren eraginaz jabetzen.”*

Barre egiten badute edo gutxiesteko joera badago:

“Horrelako zerbaiten aurrean barre egitea ez da errespetuzkoa.” *“Ez da txantxa. Benetako indarkeria izan zen.”*

Helburua ez da berehalako zigorra ezartzea, baizik eta marko argi bat eskaintzea, indarkeria matxista izendatuz (dramatizaziorik gabe), eta muga argiak ezarriz zaintzatik, erantzukizunetik eta errespetu kolektibotik.

4. Saihestu beharrekoa

- Oihuka edo publikoki umiliatuz erreakzionatzea.
- Ez ikusiarena egitea, berez desagertuko delakoan.
- Zigor hutsera mugatzea, azalpenik eta marko pedagogikorik eskaini gabe.

NERABEZAROA

9. KASUA

Bikotekidearen ikuspegi indibidualizatzailea

1. Egoera

Ikasle batek komentatzen du bere bikotekidearen ustez hilketa ez zela indarkeria matxista izan, baizik eta erasotzailearen depresioaren edo arazo pertsonal baten ondorio.

2. Zer egon daiteke atzean

Nerabezaroan, harreman afektiboek identitatearen eraikuntzan leku zentral eta erabakigarria dute. Bikotekidearen iritzia pisu handia har dezake, eta errealitatea interpretatzeko erreferentzia bihur daiteke.

Indarkeria matxistaren aurrean, ohikoa da gertatutakoa indibidualizatzen duten diskurtsoak agertzea: “gaizki zegoen”, “kontrola galdu zuen”, “ez zekien zer egiten ari zen”. Azalpen mota horiek arreta desplazatzen dute, desberdintasun estrukturaletik erasotzailearen egoera emozionalera, arazo sozial bat kasu isolatu bihurtuz.

3. Laguntzeko orientabideak

Esku-hartzean komeni da aurrez aurreko konfrontazioa saihestea eta ikuspegi zabalago baterako galderak planteatzea.

Bikotekidea desakreditatu orde, eraginkorragoa izan daiteke markoa zabaltzen duten galderak egitea:

- “Zer esan nahi du ‘arazo pertsonala izan zen’ esateak?”
- “Depresioa duten pertsona guztiek indarkeria erabiltzen dute?”
- “Zein da gaizki egotearen eta indarkeria erabiltzearen arteko aldea?”

Argi utzi behar da:

- Indarkeria matxista ez dela soilik egoera emozional indibidualen bidez azaltzen.
- Depresioak edo ondoeza psikologikoak ez duela inor automatikoki erasotzaile bihurtzen.
- Indakeriak botere, kontrol eta parekidetasunean oinarritzen ez diren harremanekin desberdintasun harremanekin lotutako erabakiak ekartzen dituela.
- Erantzukizuna indarkeria erabiltzen duen pertsonarena dela.

Hausnarketa sustatzeko, honelako galderak ere erabil daitezke:

“Zer gertatzen da erasoia justifikatzen edo erlatibizatzen dugunean?” “Nori egiten dio mesede azalpen horrek, eta nor uzten du kanpoan?”

4. Saihestu beharrekoa

- Gaia saihestuz erantzutea edo gaia aldatzea, adibidez: *“Hori ez da orain hitz egiteko kontua”*. *“Ez pentsa horretan.”*
- Nahasmena areagotu dezaketen esaldi anbiguoak erabiltzea, adibidez: *“Horrelako gauzak gertatzen dira...”*
- Erantzun absolutuak ematea: *“Hori inoiz ez da gertatzen.” “Hemen halakorik ez da gertatzen.” Horrek helduen sinesgarritasuna ahuldu dezake.*
- Galderaren aurrean gehiegizko alarma erakustea: *“Zergatik galdetzen duzu hori? Zer gertatzen da zure etxean?” Testuingurua baloratu gabe familiarekin berehala harremanetan jartzea.*

NERABEZAROA

10. KASUA

Gutxiespen kolektiboa (“bikote harremanaren baitako kontua izan zen”)

1. Egoera

Ikasle talde batek adierazten du hilketa “bikote harremanaren baitako” izan zela edo “gaizki-ulertu” baten ondorio, indarkeria matxistaren testuinguruari garrantzia kenduz.

2. Zer egon daiteke atzean

Nerabezaroan eta aurre nerabezaroan, iritzien eraikuntza ingurune sozial, familiar eta digitalak baldintzatzen du neurri handi batean. Sare sozialek, zenbait diskurtso mediatikok edo jarrera negazionistek indarkeria matxista gatazka pribatu edo bi pertsonaren arteko arazo puntual gisa aurkezten duten interpretazio markoak eskaini ditzakete.

“Bikote harremanaren baitako kontua izan zen” esateak arreta bideratzen du oinarrian egiturazkoa den desberdinkeria batetik harremanaren intimitatera. Horrela, botere eta kontrol dinamikak lausotu egiten dira, eta indarkeria desadostasun pertsonal gisa aurkezten da.

Halaber, baliteke irakasleen jarrera neurtzeko edo taldean eztabaida pizteko modu bat izatea. Edonola ere, helduen esku-hartzea funtsezkoa da gutxiespena narrazio nagusi bihurtu ez dadin.

3. Laguntzeko orientabideak

Erantzunak argia izan behar du, baina ez konfrontatzailea. Helburua ez da eztabaida irabaztea, baizik eta ulermen markoa zabaltzea.

Lagungarria izan daiteke:

- Lasaitasunez adieraztea ez dela gatazka pribatu bat, indarkeria matxista gisa aitortutako kasu bat baizik.
- Azaltzea egitura aipatzeak ez duela gizon guztiak akusatzea esan nahi, baizik eta gizarte bereizkerien funtzionamendua ulertzea.
- Gatazkaren eta indarkeriaren arteko bereizketa egitea: eztabaida guztiak ez dira indarkeria, baina kontrola, nagusitasuna edo eraso dagoenean, beste zerbait da.

Hausnarketa sustatzeko galderak:

“Zer ondorio ditu hau ‘bikotearen harremanaren baitako kontua’ deitzeak?”, “Zer aldatzen da indarkeria matxista gisa ulertzen dugunean?”, “Nori egiten dio mesede azalpen bakoitzak?”

Garrantzitsua da desadostasuna umiliatorik gabe adierazteko espazioa sostengatzea, baina indarkeria erlatibizatu gabe.

4. Saihestu beharrekoa

- Egoera eztabaida lehiakor bihurtzea.
- Ironiatik edo nagusitasun moraletik erantzutea.
- Taldea edo iritzia adierazi duen pertsona barregarri uztea.
- Pertsona bat publikoki adibide negatibo gisa seinatzea.
- Elkarriketa azalpenik gabeko esaldi zorrotzekin ixtea.

NERABEZAROA

11. KASUA

Emakume identitatearekiko errefusa beldurraren ondorioz

1. Egoera

Nerabe batek adierazten du ez duela emakume izan nahi hilketaren ondoren, indarkeria jasateko beldurra agertuz.

2. Zer egon daiteke atzean

Nerabezaroan, identitatea modu sakon eta esanguratsuan eraikitzen ari da. Ingurune hurbilean indarkeria matxista gertatzen denean, inpaktuak identitate prozesu hori zeharkatu dezake. Gazteak “emakume izatea” zaurgarritasunarekin, arriskuarekin edo mehatxuarekin lotu dezake, eta arbuioak beldurraren aurrean babes estrategia gisa funtzionatu dezake.

Ez da zertan identitatearen zalantza egonkor edo sakon bat izan behar; segurtasun pertzepzioaren aurreko erreakzioa izan daiteke. Mezu sozialek adierazten dutenean indarkeria mota jakin batzuk gehienbat emakumeen aurka zuzentzen direla, galdera inplizitua ager daiteke: “Naizenagatik arriskuan nago?”. Distantzia sinbolikoa kontrol sentsazioa berreskuratzeko saiakera bihur daiteke.

Halaber, amorrua, tristura edo bidegabekeriaren sentimenduaren adierazle izan daiteke. Askotan, esaldia ez da jarrera ideologiko finkatua, baizik eta inpaktu emozionala hitzez jartzeko modu bat.

3. Laguntzeko orientabideak

Garrantzitsua da beldurra balioztatzea, baina emakume identitatea eta biktimizazioa lotzen dituen mezua indartu gabe. Fokua dimentsio estrukturalera eramateak aukera ematen du azaltzeko indarkeriak ez dituela emakumeak definitzen, baizik eta arazo sozial baten adierazle direla.

Pertsona guztiek indarkeriarik gabe bizitzeko eskubidea dutela gogorraztea lagungarria izan daiteke zaurgarritasunaren pertzepzioa orekatzen, errealitatea ukatu gabe.

Helburua ez da ahalduntze hutsal bat eskaintzea, baizik eta beldurra izendatu eta lantzeko elkarrizketa zintzoa sostengatzea, beldurra identitate bihur ez dadin.

NERABEZAROA

12. KASUA

Gizonekiko arbuioa edo gorroto orokortua

1. Egoera

Nerabe batek gizonekiko arbuioa edo gorrotoa adierazten du gertatutakoaren ondoren, “denak berdinak dira” esanez edo erreferentziatzeko figura maskulinoekiko haserrea erakutsiz.

2. Zer egon daiteke atzean

Haserrea erreakzio ulergarria izan daiteke bidegabekotzat eta errepikakortzat jotzen den indarkeria baten aurrean. Inpaktua hurbila eta berria denean, emozioa modu bizi eta polarizatuan ager daiteke. Nerabezaroan, pentsamendu kritikoa sendotzen ari bada ere, sinplifikaziorako joerak bizirik dirau; horregatik, ondoeza sarritan orokortzeen bidez bideratzen da.

“Denak berdinak dira” esaldiak babes funtzioa bete dezake: amorrua adierazteko modu bat izan daiteke edo ulertzen zaila den zerbaiti koherentzia emateko saiakera izan daiteke. “Denak” esatea kontsolagarria izan daiteke zenbait unetan, errealitate konplexu bat ulertzeko saiakeran.

Laguntzarik gabe, orokortze horrek arazoaren ulermen sakonagoa zaildu dezake, analisia egitura sozialetatik kategoria zehatz batera eramaten duelako. Arriskua ez da emozioa bera, baizik eta haserrea irakurketa bakar bihurtzea.

3. Laguntzeko orientabideak

Garrantzitsua da emozioa balioztatzea, baina orokortzea indartu gabe. Lagungarria izan daiteke haserrea aitortzea —“*Ulertzekoa da horrelako zerbaiten aurrean amorrua sentitzea*”— eta hortik aurrera ñabardurak sartzea.

Egitura soziala eta erantzukizun indibiduala bereizteak analisia sostengatzen laguntzen du: indarkeria matxistak desberdintasun estrukturaleri erantzuten die, baina horrek ez du esan nahi pertsona guztiek modu berean errepikatzen dutenik.

Hausnarketa sustatzeko galderak erabil daitezke: “Zer esan nahi du ‘denak’ horrek?” “Zertan laguntzen du ideia horrek? Eta zer mugatzen du?” sostengatzea, baina indarkeria erlatibizatu gabe.

NERABEZAROA

13. KASUA Biktimaren erruduntzea

1. Egoera

Ikasle batzuek gertatutakoaren ardura biktimari egozten dioten iruzkinak egiten dituzte, hala nola, “berak probokatu zuen”, “zerbait egingo zuen” edo haren erabaki pertsonalak zalantzan jarriz.

2. Zer egon daiteke atzean

Biktimaren erruduntzea ez da erreakzio indibidual isolatua; indarkeria desegonkortzaile baten aurrean azalpen sinpleak behar dituen iruditeria sozial baten adierazpena da. Hilketak matxista bat gertatzen denean, haren dimentsio estrukturala aitortzeak harremanak, boterea eta generoa eraikitze moduetan desberdintasun sakonak daudela onartzea dakar. Horrek deserosotasuna sortzen du.

Ikuspegi psikosozial batetik, biktimari errua egozteak hainbat funtzio betetzen ditu. Batetik, antsietatea murrizten du: indarkeria norbaitek “zerbait gaizki egin duelako” gertatzen bada, gainerakoek segurtasun sentazio erlatiboa mantendu dezakete. Kontrol illusioa gordetzen da. Bestetik, identitate kolektiboak babesten ditu. Indarkeria matxista egitura izaeraduna dela onartzeak normalizatutako maskulinitate ereduak zalantzan jartzea eskatzen du.

Gaur egungo testuinguruan, gainera, indar handiz dabiltza manosfera deiturikotik eta broismo digitaletik datozen narrazioak. Espazio birtual horiek berdintasuna mehatxu gisa aurkezten dute, gizonak feminismoaren aurrean biktimizatzen dituzte eta indarkeria matxista gehiegikeria mediatiko edo manipulazio ideologiko gisa berrinterpretatzen dute. Diskurso horietan, biktimaren erruduntzea “arrazoizko” edo “zuzentasun politikoaren

aurkako” argudio gisa janzten da, eta identitatea eraikitzen ari diren nerabeentzat erakargarri bihurtzeko daiteke.

Askotan, ikasleek ez dute jarrera ideologiko finkaturik; sare sozialetako, foroetako, podcast-etako edo *influencer*-en diskurtsoak errepikatzen ari dira. Laguntza kritikorik gabe, narrazio horiek “zentsuzko” iritzi gisa finkatu daitezke.

3. Laguntzeko orientabideak

Esku-hartzea argia eta zaindua izan behar da. Diskurtso erruduntzailea geldiarazi behar da, baina adierazten duen pertsona umiliatu gabe. Isiltasunak legitimatu egiten du, konfrontazio oldarkorrak polarizazioa eragiten du.

Lagungarria izan daiteke erantzukizuna modu sinplean birkokatzea: **indarkeria beti da erabiltzen duenaren ardura**. Erabaki pertsonalek ez dute inoiz eraso justifikatzen.

Hausnarketa sustatzeko galderak erabil daitezke:

- “Zergatik aztertzen dugu berak zer egin zuen, eta ez hark zer erabaki zuen?”
- “Zein maskulinitate eredu dago indarkeria honen atzean?”
- “Zer eragin du iruzkin mota honek taldeko beste pertsonengan?”

Halaber, garrantzitsua da diskurtso digital batzuek planteatzen duten dikotomia faltsua desmuntatzea: indarkeria matxista aitortzeak ez du gizon guztiak akusatzea esan nahi, baizik eta desberdintasun sistema bat aztertzea. Egitura eta pertsona bereizteak analisia sostengatzen laguntzen du, orokortzeetan erori gabe.

NERABEZAROA

14. KASUA Feminismoarekiko arbuioa eskola testuinguruan

1. Egoera

Ikasle talde batek feminismoari buruzko iruzkin negatiboak egiten ditu, esanez “gehiegi exageratzen duela”, “emakumeak biktimizatzen dituela” edo “dagoeneko berdintasuna badagoela”. Iruzkin horiek hilketaren testuinguruan agertzen dira eta tentsioa sortzen dute gelan.

2. Zer egon daiteke atzean

Nerabezaroan ohikoa da norbere posizioa konfrontazioaren bidez eraikitzea. Jarrera kritiko edo probokatzaileak hartzea identitatearen eraikuntza prozesuaren parte izan daiteke, baita taldearen aitortza bilatzeko modua ere.

Testuinguru honetan, feminismoarekiko errefusak ez du zertan jarrera ideologiko landu eta koherente bat adierazten. Sare sozialetan, ingurune digitalean edo familian entzuten diren diskurtsoak errepikatzea izan daiteke, edo eskolan nagusitzat hautematen den diskurtsotik bereizteko beharra da.

Halaber, desberdintasun estrukturalak zalantzan jartzeak sortzen duen deserosotasuna egon daiteke atzean. Indarkeria matxistaz edo pribilegioez hitz egitean, pertsona batzuk interpelatuta sentitu daitezke, eta defentsatik edo gutxiespenetik erantzun.

Askotan, ukazio itxi bat baino gehiago, eztabaidaren sinplifikazioa agertzen da.

3. Laguntzeko orientabideak

Garrantzitsua da ez erantzutea konfrontazio pertsonaletik edo burla bidez. Polarizazioak jarrerak indartzen ditu eta analisia zailtzen du.

Eztabaida legitimoa eta egitateen ukazioa bereiztea komeni da. Gelan estrategiei, politikei edo ikuspegiei buruz eztabaidatu daiteke.

Lagungarria izan daiteke elkarriketa modu sinplean kokatzea:

- Gogoraztea feminismoak, bere oinarritzko definizioan, eskubide berdintasuna eta emakumeen aurkako indarkeria ezabatzea bilatzen dituela.
- Adieraztea indarkeria matxistaren existentzia zalantzan jartzea ez dela jarrera neutroa, eragin soziala duen jarrera dela.
- Pentsamendu kritikoa sustatzea egiturazko datu eta analisisetan oinarritua, eta ez probokazioetan.

NERABEZAROA

15. KASUA

Pankarta kentzea eta iruzkin misoginoak

1. Egoera

Ikasle talde batek indarkeria matxistaren aurkako pankarta bat kentzen du ikastetxetik, eta feminismoari edo indarkeriaren aurkako jarrera erakusten duten pertsonen buruzko mespretxuzko iruzkinak edo komentario misoginoak egiten ditu.

2. Zer egon daiteke atzean

Jokabidea hitz hutsetik ekintzetara igarotzen denean (pankarta kentzea), ez gaude soilik iritzi baten aurrean; ekintza horrek eragin zuzena du taldeko giroan eta marko kolektiboan.

Nerabezaroan, halako keinuek talde dinamikekin lotura izan dezakete: probokazioa, lidergoa bilatzea edo identitatea modu polarizatuan erakustea. Ikasle batzuek ikastetxearen jarrera instituzional argia inposizio ideologiko gisa bizi dezakete, eta konfrontaziotik erantzun.

Beste kasu batzuetan, burla egitea edo jasandako eragin emozionala gutxiestea defentsarako mekanismoa izan daitezke: barregarri uzteak une batez deserosotasuna arintzen du.

Ez da baztertu behar, halaber, ingurune digitaletan zirkulatzen duten diskurtsoen eragina, indarkeria matxistaren aurkako borroka gehiegikeria edo “doktrina” gisa aurkezten dutenen eragina. Hala ere, jatorria edozein dela ere, ekintzak ondorio sinbolikoak ditu: ikastetxearen babes eta errespetu markoa zalantzan jartzen du.

3. Laguntzeko orientabideak

Argi adierazi behar da pankarta kentzea eta mespretxuzko iruzkinak egitea ez direla “txantxa”, baizik eta komunitate osoari eta biktimaren memoriari eragiten dioten errespetu faltak. Ikastetxeak indarkeria edo diskriminazio oro gaitzesteko erantzukizuna du, eta jarrera hori ez da aukerakoa.

Argi eta labur adieraz daiteke:

- Ikastetxe honetan ez dira onartzen indarkeria barregarri uzten edo gutxiesten duten jokabideak.
- Eskola pertsona guztientzat espazio segurua da.
- Indarkeria gaitzesten duten sinboloek konpromiso instituzionala adierazten dute.

Muga ezarri ondoren, komeni da hausnarketarako espazio bat irekitzea. Helburua ez da inplikaturako ikasleak publikoki lotsaraztea, keinuaren esanahia aztertzea baizik.

Helburua ez da soilik ondorio diziplinarioa aplikatzea, ekintzaren inpaktu soziala ulertaraztea baizik.