

OINARRIZKO SEXU HEZIKETARAKO PROIEKTUA

NESKAK eta MUTILAK

*Neskak eta mutilak
liburuan oinarritutako
proiektu sexologikoa*



Giza Sexu Izatea ulertzea gizakiei subjektu sexuatuak izateagatik gertatzen zaiguna ulertzea da. Hau da, nola sexu batetaz eta besteaz osatzen goazen gure biografia osoan zehar, norberak bere izateko modu berezi eta bakarra garatuz. Eta nola, anitzak izateagatik, elkar erakarri, bilatu eta maitatzen dugun.

Proiektu honekin, eta Giza Sexu Izatearen marko teorikoan¹ oinarrituz, kalitatezko Sexu Heziketaren premiazko eta garrantzizko beharrari erantzutea da gure asmoa, helburu nagusietako bat izanik laguntza eskaintzea modu positibo batean norberak bere burua zein besteenaz ezagutzen, onartzen, errespetatzen, espresatzen, partekatzen eta bizitzen ikasteko.

Sexu Heziketaz letra larriz mintzatzen gara; ezagutza eta ideiak partekatuz baloreak sustatzen dituen Sexuen Heziketaz. Bizitzako garai guztietan garatu ahal eta behar den heziketa da, eta ez soilik nerabezaroan.

Sexuen elkarbizitzarako hezten eta sexua balio bat bezala jorratzen duen kalitatezko Sexu Heziketa; sexu aniztasuna konprenitzen laguntzen duena, antzekotasunak zein desberdintasunak onartuz eta baloratuz; gizaki guztiok, gizaki izateagatik, subjektu sexuatuak, sexualak, erotikoak eta maitaleak garela ulertarazten duena; geure identitatea onartua eta errespetatua izatea behar dugula, desirak sentitzen ditugula, elkar erakartzen dugula eta elkarrengandik hurbil sentitzeko irrika dugula, geure sexua edota gaitasun psikiko nahiz fisikoak direnak direla ere. Baloreen lanketa sustatzen duen Sexu Heziketa, eta ez soilik arriskuen prebentziora mugatzen dena.

Horretarako, Sexologian formakuntza duten profesionalak behar ditugu, epaitu gabe aniztasuna ulertzen laguntzen dutenak: sexuen ezagutza eskuratuz, sexuen modu, ñabardura eta berezitasunekin; Giza Sexu Izatea [sexua, sexualitatea, erotika, amatoria...] aberastasun iturri bezala ulertarazten ere lagunduz; sexualitatearekiko jarrera positiboa sustatuz eta jakingurazko begirada ulerkor eta maitakorra sustatuz, egiazkoak egiten gaituen aniztasuna baloratuz eta onartuz.

Proiektu hau *Neskak eta mutilak*² liburuko argazki eta kontakizunetan oinarritzen da. Material berritzaile eta paregabe hau oso heziketa tresna eraginkorra da, haurrentzako identifikazioa ahalbidetzen duelako; errealak ez diren marrazkietan edota asmatutako kontakizunetan oinarritzen diren ohiko planteamendu teorikoekin askoz zailagoa suertatzen dena. Material hau errealitatean aurki daitekeen aniztasunaren erakusgarria da. Bertan, neska eta mutil hauek beraien bizipenak, ezaugarriak, gustuak partekatzen dituzte... hitza ematen zaie, horrela beraien istorioen benetako protagonistak bilakatuz, eta ikasleek bere burua islatua ikusi ahaliko dute istorio horietan. Neska-mutil hauen argazkien bidez, eta haien errealitate hurbil eta benetakoetan esandako bat-bateko esaldi xumeekin, Giza Sexu Izatearen alor desberdinei buruzko ezagutzak eta oinarritzko ideiak helarazten dira, gaiaren inguruan hausnartzeko baliagarriak izango direnak, ez soilik besteak ezagutu edota ulertzeko, baizik eta bereziki norberak bere burua ezagutzeko, norberaren izateko eta bizitzeko modu berezia onartuz eta baloratuz.

¹ Efigenio Amezuak garatutako marko teorikoa, Incisex Institutu Sexologikoan, www.sexologiaenincisex.com

² *Neskak eta mutilak*. Aingeru Mayor eta Susana Monteagudo. Litera Libros. www.literalibros.es

2. LEHEN ETA BIGARREN HEZKUNTZARAKO ESKU-HARTZE PROPOSAMENA

3

Oinarrizko Sexu Heziketarako Proiektu honek esku-hartze proposamen integrala eskaintzen du, heziketa-komunitatearen hiru zutabeak barne hartuz: ikasleak, irakasleak eta familiak.

Ikasleekin esku-hartzea egin aurretik irakasle eta familiei ikasleekin egingo den lana aurkezten zaie, oinarrizko prestakuntza emanik ikasleen/semi-alaben zalantzak eta galderak hobeto jaso ahal izateko.

Ikasleekin esku-hartzea Lehen Hezkuntza eta Bigarren Hezkuntzako 1. eta 2. mailako taldeekin egiteko diseinatu da.

Irakasleekin (eta ikastetxeko beste langileekin) esku-hartzea:

- Ikasgelako esku-hartzea egingo den ikastalde(ar)en irakasleei zuzendua.
- Ikastetxeko beste irakasleak ere gonbidatuta daude, eta baita idazkariak, atezainak, garbitzaileak, sukaldariak... ere.
- Edukiak:
 - Giza Sexu Izatea ezagutzeko oinarrizko ideiak.
 - Ikasleekin erabiliko den materiala eta metodologiaren aurkezpena.
 - Nola jaso eta lagundu ikasleek planteatu ahal dituzten gaiak, eta baita ikastetxean orokorrean eman daitezkeen bestelako egoerak ere.
- Iraupena: 2 orduko saio 1.
- Aukerazkoa: Beste saio bat programaren bukaeran, proiektuan zehar sortutako zalantzak edota galderak partekatzeko.

Familiekin esku-hartzea:

- Ikasgelako esku-hartzea egingo den ikasleen guraso edota arduradunei zuzendua.
- Edukiak:
 - Giza Sexu Izatea ezagutzeko oinarrizko ideiak.
 - Ikasleekin erabiliko den materiala eta metodologiaren aurkezpena.
 - Nola jaso eta lagundu seme-alabek etxean planteatu ahal dituzten gaiak.
- Iraupena: 2 orduko saio 1.
- Aukerazkoa: Beste saio bat programaren bukaeran, proiektuan zehar sortutako zalantzak edota galderak partekatzeko.

Ikasleekin esku-hartzea, ikasgelan:

- Talde dinamiken bidez egiten da.
- Giza Sexu Iztearen ulertzeko oinarritzko ideiak planteatzea eta haiei buruz hausnartzea da helburua.
- 2 unitate didaktikoz eta itxiera-saio batez osatua dago.
- Bi unitate didaktikoetan *Neskak eta mutilak* liburuko argazki eta kontakizunak erabiltzen dira Giza Sexu Iztearen arlo desberdinei buruzko hausnarketa eta elkarriketa giroa sortzeko.
- Lehen Hezkuntzako taldeetan 1. unitate didaktikoa amaitu ondoren ikasleek, txandaka, *Neskak eta mutilak* liburua etxera eramango dute astebeteko epean, haien guraso edota arduradunekin batera [edota baita beste senideekin ere] irakurri eta komentatzeko. Horrela, etxean, beraien garapenean erabakigarriak diren gaien inguruan komunikazioa eta elkarriketa sortzeko aukera sortuko da. Garrantzitsua da itxierako saioaren aurretik ikaskide guztiek liburua etxera eraman izana.

1. Unitate didaktikoa: «Sexu aniztasunaren balioa»

- Ikastalde batean 45-50 minutuko bi saioz osatua dago.
- Unitate honetan sexu-aniztasuna lantzen da ondoko gaiei buruzko hausnarketak ahalbidetuz: sexuak, sexu-identitatea, neska eta mutil bakoitzaren izateko eta espresatzeko modu desberdinak...

2. Unitate didaktikoa: «Sexualitatearen bizipena»

- Ikastalde batean 45-50 minutuko bi saioz osatua dago.
- Unitate honetan ondoko gaiei buruzko hausnarketak ahalbidetzen dira: sexualitatea, gorputza, pubertaroa, harremanak, familia-aniztasuna...

Programaren itxiera

- Esku-hartzean zehar aurkeztutako ideien berrikuspena.
- Zalantzak, galderak eta beharrezko azalpenak.
- Lehen Hezkuntzan:
 - Saio hau ikasle guztiek *Neskak eta mutilak* liburua etxera eraman ondoren egiten da.
 - Taldekako *Neskak eta mutilak* liburuaren sorkuntza:
 - Saio honetarako ikasle bakoitzak gustukoa duen bere argazki bat ekarri behar du.
 - Ikasle bakoitzak bere ezaugarriei buruz eta neska edo mutil izateko bere moduari buruz idatziko du.
 - Koaderno batean sortuko dugu ikasgelako *Neskak eta mutilak* liburua, orrialde bakoitzean ikasle bakoitzaren argazkia eta idatzitako testua itsatsiz.
 - Liburu hau ikasgelan geldituko da.
- Programaren itxiera eta agurra.

Programaren egokitzapena ikastetxearen beharretara

Proiektua bere osotasunean garatzea gomendatzen badugu ere, bere diseinu modularrengatik proiektua ikastetxe bakoitzaren beharretara (denboraren planifikaziora edo arlo ekonomikora) egokitu daiteke.

Proposatzen ditugun ondoko paketeak garatu daitezke, edota baita neurrira sortutako paketeak ere:

• Pack 1: Oinarrizko Sexu Heziketarako Programa Integrala

- Familiekin esku-hartzea.
- Irakasleekin esku-hartzea.
- Ikasleekin esku-hartzea:
 - Unidate didaktikoa I.
 - Unidate didaktikoa II.
 - Itxiera saioa.

• Pack 2: Oinarrizko Sexu Heziketarako Programa

- Ikasleekin esku-hartzea:
 - Unidate didaktikoa I.
 - Unidate didaktikoa II.
 - Itxiera saioa.

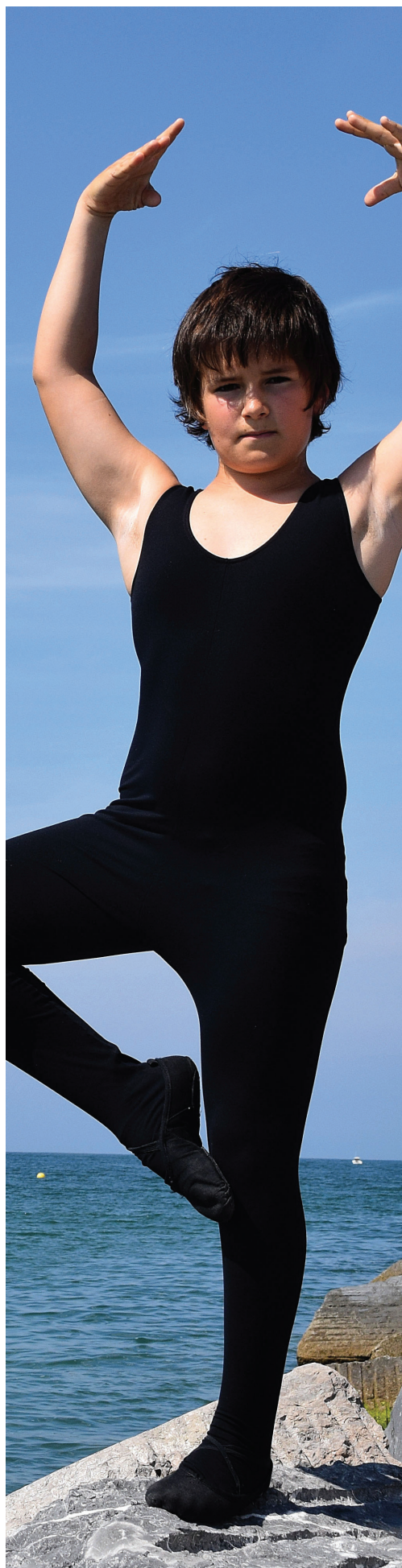
• Pack 3: Unitate didaktiko bat

- Ikasleekin esku-hartzea:
 - Bi unitate didaktikoetako bat.

Neskak eta mutilak liburuaren hornidura

Esku-hartzearen edozein formatuan *Neskak eta mutilak* liburuaren hainbat ale eskuratzea gomendatzen da, liburuaren irakurketa ikasgelan egindako lana osatzen eta zabaltzen duelako. Liburu horniketa izan daiteke:

- Ikasle bakoitzeko liburu bat + ikastetxeko liburutegirako liburu bat.
- 4 ikasleko liburu bat (Itxiera Saioa egin nahi bada 1. Unitatea bukatu eta hilabeteko epean).
- Ikasgelako bi liburu + ikastetxeko liburutegirako liburu bat.



3. HAUR HEZKUNTZARAKO ESKU-HARTZE PROPOSAMENA

3-5 urteko haurrentzat ere esku-hartze proposamen bat eskaintzen dugu. Talde horietan material manipulagarri bat erabiltzen dugu: «Neskak eta mutilak» Txartel-Jokoa. Material horrek sexuei, identitateei eta aniztasunari buruzko elkarriketak sortzea ahalbidetzen digu, beti errealitate zehatzetatik abiatuta, eta modu erraz eta dibertigarrian.

Esku-hartze honen iraupena: 45 minutuko saio bat edo bi.



4. PROIEKTU HAU ESKAITZEN DUTEN PROFESIONALAK

Sexu Heziketaren kalitatea bermatzeko esku-hartzea Sexologiako profesionalak egitearen garrantzia azpimarratu nahi dugu.

Beraz, proiektu hau eskaintzeko, Sexu Heziketan adituak diren Sexologiako profesionalen sare bat sortu dugu.

Hona hemen lurralde bakoitzean Proiektua eskaintzen duten entitate eta profesionalen zerrenda:

LURRALDEA		PROFESIONALA / ENTITATEA	KONTAKTUA	WEB, BLOG...
EUSKAL HERRIAN	Araba	Lourdes Pérez <i>Emaize Sexologia Zentroa</i>	lpj@emaize.com	www.emaize.com
		Mikel Resa <i>Oreka Zentroa</i>	oreka@centrosexologicooreka.com	 Centro Oreka
		Igor Navarro <i>IzanSex Arreta Sexologikoa</i>	inb.izansex@gmail.com	Instagram: izansex.sexologia
	Bizkaia	<i>Desirak Sexologia eta generoa</i>	info.desirak@gmail.com	 Desirak sexologia eta generoa
		Xandra Garcia <i>Sensa Bikoteari Arretarako Zentroa</i>	sexologaenbillbao@gmail.com	www.sexologaenbillbao.com
		Ares Piñeiro <i>Asoc. Errespetuz</i>	arespineirol@gmail.com	www.errespetuz.org
	Gipuzkoa	<i>Harremanak Osasun Zentroa</i>	harremanak@yahoo.es	www.harremanak.eus  Xandra Garcia
		Myriam Marcos	marymiry@hotmail.com	 Myriam Marcos
		Aitzole Araneta	aitzolearaneta@gmail.com	 Aitzole Araneta
	Nafarroa	Verónica Fernández <i>Aldebi Zentroa</i>	centroaldebi@gmail.com	 Masexvita
ESTATU OSOAN:				
Andalucía	Huelva, Sevilla, Cádiz, Córdoba	María Díaz Crujera	merydicru@hotmail.com	
	Granada, Málaga, Jaén, Almería	Eduardo Perujo	dubi@deporteydesafio.com	
Aragón	Huesca	Lucía Mendiando <i>Asesoría sexológica, Ayto. Huesca.</i>	asexoria@huesca.es	www.huesca.es
	Zaragoza	<i>Martinez Bardají Psicología y Salud</i>	consultas@psicologia-sexologia.es	www.psicologiaycoaching-zaragoza.es

REGIÓN		PROFESIONAL O ENTIDAD	CONTACTO	WEB, BLOG...
Asturias		Iván Rotella Ana Fdez. Alonso <i>Astursex Atención Sexológica</i>	ivanrotella@hotmail.com anina80@hotmail.com	www.atencionsexologica.es  Atención Sexológica Astursex
Cantabria		María Díaz Angulo <i>Mentha Psicología y Sexología</i>	sexedra@gmail.com	 María Díaz Angulo
Castilla- La Mancha	Guadalajara, Cuenca, Toledo	Paloma Trapero	palomatrapuado@gmail.com	 Paloma Trapero
	Guadalajara	Rebeca López	rebecalopez.sexologia@gmail.com	 Rebeca López Sexóloga
	Albacete	Pilar Bernal <i>Masexvita</i>	masexvita@gmail.com	 Masexvita
Castilla y León	Valladolid, Segovia, Palencia, Salamanca, Ávila, Zamora	Juan González <i>Xat Sexología</i>	jnsxlg@gmail.com	www.xatsexologia.es
	Burgos, Soria	Ruth Arriero Bárbara Sáenz <i>Serise Sexología</i>	info@serisesexologia.com	www.serisesexologia.com
Cataluña	Barcelona	Verónica Ramilo <i>Celebrem la Sexualitat</i>	ramilo123@gmail.com	 Verónica Ramilo
Galicia		<i>Asociación Sexus</i>	sexus.sexologia@gmail.com	 Asociacion Sexus
La Rioja		Ruth Arriero Bárbara Sáenz <i>Serise Sexología</i>	info@serisesexologia.com	www.serisesexologia.com
Madrid		Rebeca Juárez	rebecajuarezsanchez@gmail.com	www.rjsexologia.com
		Paloma Trapero	palomatrapuado@gmail.com	 Paloma Trapero
Murcia		Pilar Bernal <i>Masexvita</i>	masexvita@gmail.com	
Valencia	Alicante	Pilar Bernal <i>Masexvita</i>	masexvita@gmail.com	 Masexvita

Proiektuaren diseinua eta koordinazioa:

María Díaz Crujera
Rebeca Juárez
Penélope Alonso
Ana Fernández Alonso
Aingeru Mayor

***Neskak eta mutilak* liburuan oinarrituta:**



Laguntzailea:

**LIT-
ERA**

www.literalibros.com

Gomendatzen du:



Asociación Estatal de
Profesionales de la Sexología

[illegible]