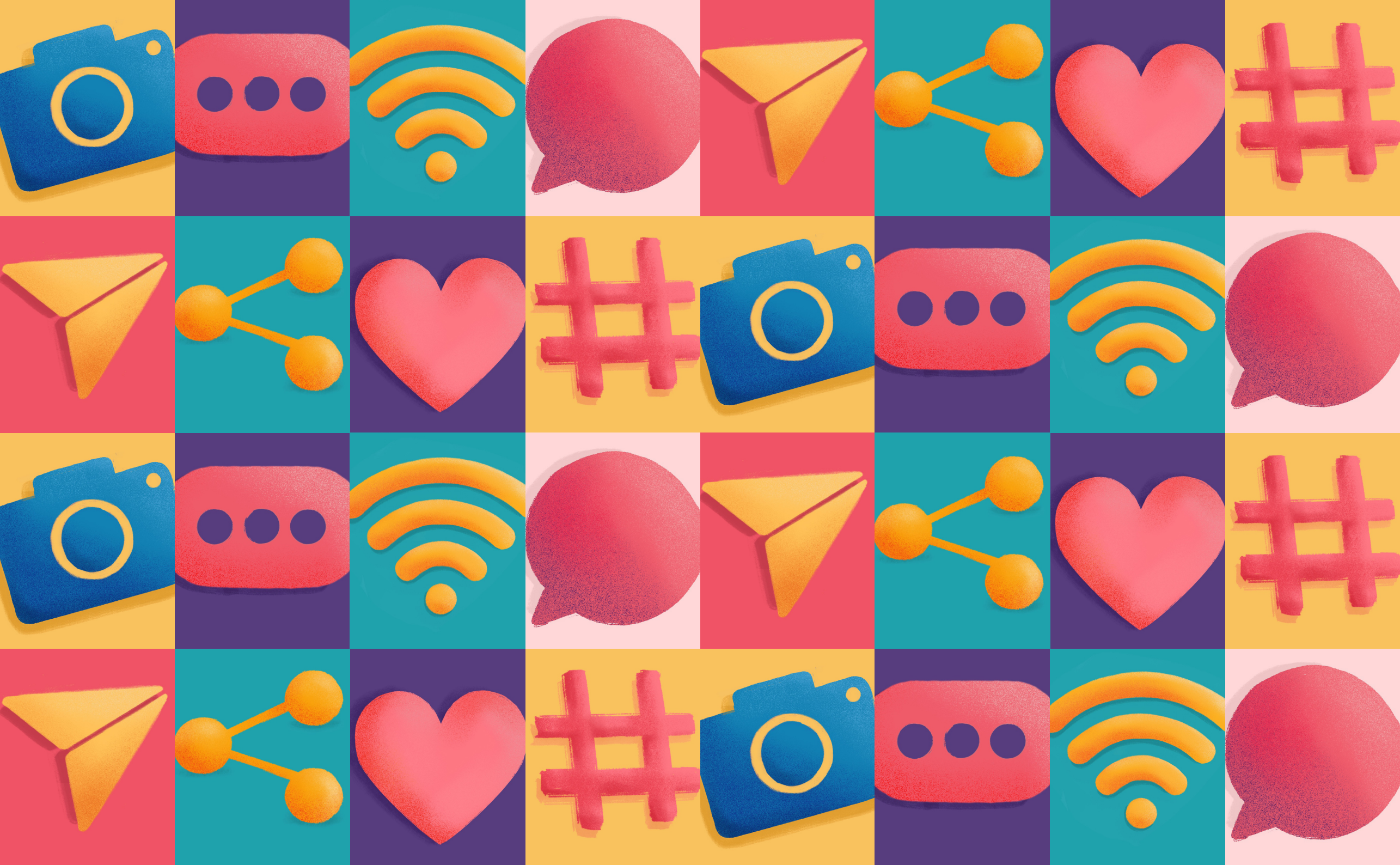


Ziberindarkeria Matxistak

EZAGUTZEKO ETA
LANTZEKO HEZKIDETZA-GIDA



#isilaraziindarkeria



AURKIBIDEA

Egileak:

Munduko Medikuak
Bailen kalea 1, etxabea (48003) Bilbo
Telefonoa: 944 79 03 22
euskadi@medicosdelmundo.org
www.medicosdelmundo.org

Diseinua eta maketazioa:

Karina Senatore

Ilustrazioa:

Irene Romero

Itzulpena:

 Labayru Fundazioa

Argitalpen hau doakoa da, eta ezin izango da helburu komertzialekin erabili. Baimenduta dago erreproduzitzea, iturria behar bezala aipatuz. Gida hau doan deskarga daiteke, PDF formatuan, hemen: <https://gender.semillaseducativas.org/>

7. AURKEZPENA

9. HIKTAK

13. NERABEZAROAK

17. MUINEAN IRAUTEN DUTEN INDARKE- RIA SINBOLIKOAK ETA EGITURAZKOAK

21. INTERSEKZIONALITATEA, HEL- DUKERIA, ANTIRRAZISMOA, KAPAZITIS- MOA ETA LODIFOBIA

25. SAREKO INDARKERIEN ZUZE- NEKO ADIERAZPENAK. ZIBERINDAR- KERIAK

31. AUTODEFENTSA, AHALDUNTZEA ETA ERANTZUN KOLEKTIBOA

37. IRAKASLEENTZAKO FITXA DI- DAKTIKOAK

47. KONTSULTATUTAKO ERREFE- RENTZIAKO BIBLIOGRAFIA



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO



GARAPENERAKO
LANKIDETZAREN
EUSKAL AGENTZIA
AGENCIA VASCA DE
COOPERACION PARA
EL DESARROLLO

AURKEZPENA

Hemen aurkezten dizuegun gida kontuz, arretaz eta, batez ere, lagunen artean idatzi eta sortu dugu. Sarean korapilatuta, eta nerabe eta gazteekin izandako lan-esperientziak partekatzeko gogoz, sare sozialen, genero-eskemen eta horien barruan izan daitezkeen diskriminazioen inguruan, bai eta sor ditzakegun erresistentzien eta babes- eta zaintza-sareen inguruan ere.

Teknologiak, edo HIKTak (Harreman, Informazio eta Komunikazio Teknologiak), halaxe deituko baitiegu, bizikidetzaz sozialerako egunero ditugun espazioen parte dira; beste pertsona batzuekin harremanetan jartzeko eta (haiekin) bizitzeko tresna eta kanal bihurtu dira. Pentsa dezagun konfinamendu- eta ziurgabetasun-garaietan konexio-modu horiek lagungarri izan zitzaizkigula beste pertsonengandik hurbil sentitzeko.

Lanbide-esperientziaren eta ikerketaren arabera, espazio birtual horietan erreproduzitzen diren kode tradizionalak aldatu badira ere, txertatu egiten dira desberdintasun sozialean oinarritutako kalte eta hertsapeneko mekanismo zaharrak. Offline munduan gertatuko litzatekeen bezala, online munduak indarkeria berberak errepikatzen ditu, gure gizartea blaitzen duten matxismoa, arrazakeria, kapazitismoa, dibertsofobia eta lodifobia.

Onartuta Sareak gaitasun izugarria duela aldatzeko eta laguntzarako eta erresistentziarako espazio kolektiboak sortzeko, gure ustez, beharrezkoa da lan pedagogikoa eta hezkidetzakoa sortzea,

sareetan izaten diren ziberindarkeriak ulertzeko, ezagutzeko eta ikusarazteko, eta hezkidetzaz-orientabideak ematea online mundutik (eta munduan) aldatzeko, oinarritutako arazo sozialak ardatz gisa hartuta. Horrela, alde batetik, gida honek konpromisoa hartzen du ziberindarkeria matxistak ikusarazteko eta horiei buruz kontzientziatzeko, eta, bestetik, estrategia erresistentea izan nahi du sare barruan ere aliantzak ehuntzeko eta laguntza-erantzunak emateko.

Erresistentzia eta indarkeria horiek zeharka agertzen dira edozein belaunalditan, eta, beraz, nolabait identifikatzen bazara, ez kezkatu; ziberindarkeria matxistak edozein adinetan ager daitezke. Hala ere, oraingo honetan arreta berezia eskaini nahi diogu nerabezaroari.

Gida honek hezkuntza eta eztabaidarako baliabide izan nahi du. Baliabide erabilgarria nerabeekin eta gazteekin lan egiten dutenak gidatzeko. Era berean, eskatzen dizugu burua zabalik edukitzeko eta interpelatzen uzteko; izan ere, nerabeekin lan egiteko autokritika egin behar duzu zure nerabe-prozesuarekiko, egungo nerabe-belaunaldia arbuaitzen hasi gabe, bizi eta sentitzen dutena ulertuta.

Espero dugu orrialde hauetatik gozatzea, guk landu eta idaztean gozatu dugun beste, eta baliagarriak izatea, bai maila pertsonalean, bai gazteekin lan egiten duzunean.

1. HIKTak



Gure aroan tresna teknologikoek baldintzatzen dute. Eragin-trukea izateko, komunikatzeko eta erlazionatzeko dugun moduak espazio horien eragina du. Informazioa eta komunikazio arina eta berehalakoa funtsezko elementuak dira gure egungo gizartean, garrantzizkoa baita beste pertsona batzuek sortutako informazioa eskuratzea.

Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologia (IKT), jatorrian, informazioa emateko, prozesatzeko eta transmititzeko baliabide elektronikoak ziren. Alabaina, sare sozialak agertzean, erabat aldatu zen komunitatearen, sarearen, identitatearen, komunikazioaren eta informazioaren kontzeptua. Orain, tresna horiek espazio garrantzitsuak dira sozializazioarako, hezkuntzarako, harremanetarako, komunikazioarako eta norberaren

entretanimendurako; beraz, interesgarria da hainbeste ez hitz egitea nerabegaroko IKTez, baizik eta HIKTez (Harreman, Informazio eta Komunikazio Teknologia).

HIKTen hiperrerealitatearen ezau-garri nagusiak dira arintasuna, unibertsaltasuna, abiadura, bat-batekotasuna eta izaera aldakorra. “Berria” dena “iragan” da etengabe, “on” ez egoteak esan nahi du errealitatetik eta bizi dugun mundutik “off” gaudela.

Sarean (ko)habitatzeak esan nahi du harreman asko aldi berean azkar izatea eta erreproduzitzea. Hau da, barneratzen garen tokian, interakzio digital ugarietan murgiltzen gara, zeintzuek eragiten duten gure burua irudikatze, pentsatzeko, sentitzeko, jokatzeko eta gure identitatea islatzeko moduan, eta horrek aukera ematen digu beste komunitate batzuk sortzeko eta munduak elkarrekin konektatzeko.

Hala ere, aukeraz betetako espazio horien atzean, interes kapitalistak eta desberdintasun sozialak aurkitzen ditugu, eta, gainera, “offline” mundutik datozen baldintzapen tradizionalak markatzen dituzte. Horregatik, garrantzitsua da tresna horiekin lan egiten dugunean errealitatearen ikuspegi konplexuagoa izatea. Hau da, sareetan ikusten ditugun indarkeria-seinaleek zerikusia dute gure egungo gizartearen abiapuntuko desberdintasunekin. Sarean islatzen dira, betikotzen ditugun arazo sozialen ispilua balitz bezala.

HIKTetik urrun bazaude, garrantzitsua da berrikustea eta esploratzea, espazio horiek zer aukera ematen duten jakiteko. Horien barruan egonda bakarrik sor dezakegu aldaketa ekarriko duen kritika zilegi bat.

Nerabezaroaz ari garela kontuan hartuta, sarea gune ezin hobea da beren identitateekin esperimintatzeko eta berdinekin identifikatzeko; erreferenteak hartzeko eta beren kode kulturalak sortzeko lekua da.

HIKTekin lan egiteko asmoa ez da haien espazioak inbaditzea, baizik eta jakitea zer erabiltzen duten eta harremanetarako zer aukera duten. Garrantzitsua da, logelekin edo egunkari pertsonal zaharrek egiten dugun bezala, espazio horietan ere behar duten intimitatea aurkitzea. Helduok laguntzaile izatea eta gidari-lana egitea espazio horietan erabilera kritikoagoa eta zainduagoa egiteko, sare horietaz duten beharrezanean eragin gabe, sozializatzeko berezko espazioa diren aldetik.

HIKTAK Z BELAUNALDIAN, DATU INTERESGARRI BATZUK!

European Institute of Gender Equalityk lortutako datuen arabera, 16 eta 19 urte bitarteko nerabeen %98² egunero erabiltzen ditu tresna teknologikoak, eta Estatuan, berriz, %99k. Sexuari erreparatuta, ez dago ia alderik. Gazteek egunero erabiltzen dituzte HIKTak, etengabe, haien eguneroko bizitzaren parte dira.

Gazteen Euskal Behatokiaren 2019ko txostenaren arabera, EAEko nerabeek bizitza digitalean gehien erabiltzen dituzten kanalen artean bideo-jokoak (%50), YouTube (%80) eta sare sozialak (%99,7) daude. Gainera, haien estatistiketan ikus daitekeenez, 15 eta 30 urte bitarteko gazteek gehien egiten dituzten jardueren artean honako hauek daude: Smartphoneekin musika entzutea (%81,9), filmak ikustea (%52), YouTube, Vimeo eta

beste plataforma batzuetako bideoak ikustea (%43,1) eta bideo-jokoekin jolastea (%14,8)³.

Zehatzago, txosten horrek berak dioenez, gehien erabiltzen diren sareen artean WhatsApp (%96,7) eta Instagram (%89,9) daude. Txostenak jasotzen ez badu ere, esperientzia profesionalaren eta Erresuma Batutik datozen artikuluko berri batzuen arabera, ezin dugu aipatu gabe utzi Tiktok eta gazteen artean izaten ari den eragina. Era berean, ezin ditugu ahaztu harremanetarako aplikazioak, hala nola Tinder, Wapa (lesbianen kolektiboak erabilia) eta Grindr (gayen kolektiboak erabilia bereziki) sare sozial ospetsuak.

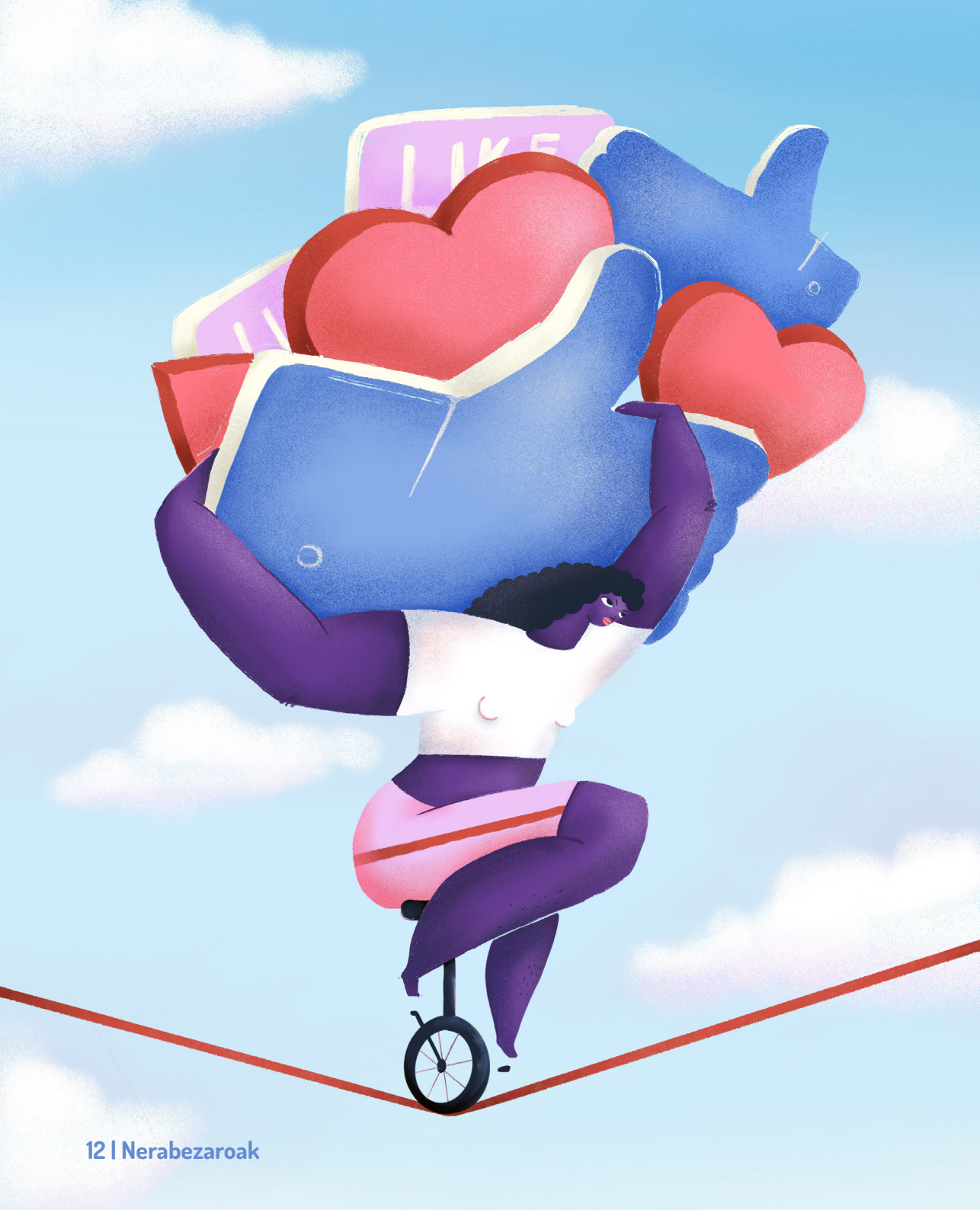
Eta ez dugu ahaztu behar bideo-jokoak dibertitzeko lekuak direla, baina harremanetarako toki ere badirela. Izan ere, Euskadin 10 mutiletik 8k egunero erabiltzen dituzte bideo-jokoak, baina, kasu honetan, 10 neskatik 2k baino ez dituzte erabiltzen⁴. Joko edo dibertimendu-tresna gisa ulertzeaz gain, juntadizo birtualak egiteko eta Twitch plataformaren bidez jolasten diren beste pertsona batzuei jarraitzeko ere erabiltzen dira. Bideo-jokoak, beraz, aisialdirako eta erreferenteak eta ereduak hartzeko lekuak ere badira gaur egun.

3. Datu gehiago Gazteen Euskal Behatokian. (2019). Euskadiko gazteak eta sare sozialak. https://www.gazteaukera.euskadi.eus/contenidos/informacion/ovj_investigaciones_publicacion/es_10717/adjuntos/sare_sozialak_19_c.pdf

4. Datu gehiago argitalpen honetan: Linares, E. (2019): El Iceberg digital machista. Vitoria-Gasteiz, Emakunde. https://www.emakunde.euskadi.eus/contenidos/informacion/certamen_publicaciones/es_def/adjuntos/vi_certamen_emakunde_2018.pdf

Gazteen Euskal Behatokiaren azken txostenari jarraiki (2020)⁵, itxialdian HIKTak konpainia garrantzitsua izan dira gazteentzat. Gehien egiten zituzten jardueren artean hauek ditugu: lagunekin edo familiakoekin hitz egitea edo txateatzea (%75,7k lehen baino gehiago egiten zuen), filmak edo telesailak ikustea (%68,1k lehen baino gehiago) eta bideo-jokoekin jolastea (%62,9k).

5. Datu gehiago Gazteen Euskal Behatokian. (2020). Dinos Como Lo Llevas. https://www.gazteaukera.euskadi.eus/contenidos/informacion/ovj_otras_publicaciones/es_liburuak/adjuntos/DinosComoLoLlevas_Informe.pptx-2_c.pdf



Nerabezaroak

Nerabezaroak.⁶ Belaunaldi helduek etengabe jarri dituzte nerabeak zailantzan, beren portaera eta interesengatik, eta etengabe gutxietsi dituzte haien kezak, heldukeriaz jardunez, “adin-kontuak” direla argudiatuta. Hala ere, nerabeak ulertzeko eta haiekin batera lan egiteko, ezinbestekoa da haien kodeak hartuta lan egitea.

Egiten dutena, ikusten dutena eta sareetan azaltzen dutena epaitu aurretik, hausnarketa pertsonala egin dezakezu. Nolako nintzen adin horretan? Zer interesatzen zitzaidan eta zer ikusten nuen? Nola tratatzen nituen nire familia eta irakasleak? Nolakoak ziren nire lagunak? Zer zegoen modan garai hartan? Modari aurre egiten al nion? Arriskuak hartu eta gauza berriak esperimentatzen nituen?

6. Baliabide interesgarri gehiago kontsultatzeko: Espacio cibereducativo de Adolescentes y Cuerpos. <https://www.adolescenciasycuerpos.org/> Kanarietako Berdintasun Institutua. Guías sobre derechos sexuales y reproductivos para las mujeres jóvenes. https://www.gobiernodecanarias.org/igualdad/organismo/los_servicios_al_publico/ediciones_publicaciones/publicaciones_del_ici/guias-sexualidad/

Nerabezaroa arriskuko jokabideak onartzeko aldia da, emozioak esperimentatzeko beharrarekin eta berritasunarekin lotuta, gure jatorrizko familietan irakatsitako hura urratzeko eta aldatzeko unea. Identitate propioa ikasi eta eraikitzeko modu bat da, belaunaldi bereko pertsonekin harremanean eta kontraste etengabean, horien artean onarpena bilatuko baitugu. Etapa hau oso garrantzitsua da etapa goiztiarragoetan eskuratutako zituzten genero-kodeak bereganatzeko.

Bizitzako aldi honetan, portaera-rolak, hizkuntza, janzkera eta portatzeko moduak finkatzen dira. Nerabezaroak berak bere “kultura” eraikitzen du, eta, horretarako, praktika, arau eta araudi komunak sortzen ditu, zeintzuek hierarkiak ezartzen dituzten, gustuen, harremanak izateko erraztasunen eta ospaeren arabera.

Nerabe bakoitzak modu bakar eta desberdinean bizi du bere nerabezaroa, eta nerabe adina nerabezaro daude. Nerabeak egitura soziokulturalen, testuinguru historikoaren, une horretan nagusi diren gizartearen eredu sozialen eta balio nagusien mende daude.

Z belaunaldiari erreparatuz, presio sozialak jasotzen ditu, kontraesan ugari-ekin. Idealizatu eta saltzen diren produktuek kontraesan hori erreproduzitzen dute. Adibidez, askatasun- eta berdintasun-mezuak dituzten produktuak saltzen dira, lan-esplotazioa jasaten duten pertsonak eginak, eta lan-baldintzak errespetatzen ez diren establezimenduetan salgai jarriak.

Gauza bera gertatzen da etengabe ikusten eta jarraitzen duten erreferente, serie eta filmekin. Berdintasunezko diskurtsoarekin bizi dira, baina ez da praktikan jartzen. Alabaina, nerabezaroko ekintzak epaitu aurretik, gure ingurura eta gure kulturak irakasten dituen mezu sotil eta sinbolikoei begiratu behar diegu.

Ukaezina da gorputzak nerabezaroan hartzen duen zentraltasuna, beren harremanetan eta beren burua ulertzean. Etapa horretan aldaketa fisiologikoak hasten dira, eta horiek ulertu eta erantzun bat eman beharko diete. Erantzun zailak eta konplexuak irudituko zaizkie, gure kulturaren errepikatzen diren kontraesanengatik eta genero-estereotipoetan eta mendebaldeko prototipo zurieta oinarritutako irudiaren idealizazioa sustatzen delako.

Irudiaren idealizazio hori gaixotu eta min egitera iristen da. Gorputz dikotomikoen (emakumea / gizona) idealak sortzen dira, estereotipatuak, eta argaltasunean eta zurtasunean mugatutako gorputz-arketipoekin. Ideal horrek, zorion- eta arrakasta-mezuarekin bilduta, bizitzan arrakasta izatearen sinonimotzat du gorputzaren gurtza. Indarkeria sinbolikoaren modu bat da, eta, zalantzarik gabe, kalte egiten dio nork bere buruari barrutik begiratzeko duen moduari.

Femeninotzat irakurritako gorputzetan eskatzen da bereziki gorputza gurtzea. Gorputz horiek autobaeztapen eta autobaloraziorako iturri bihurtzen dira, gainerako pertsonen gustukoa izateari dagokionez. Lotzen dituzten mandatu eta arauen barruan, emakumeen gorputzek toki garrantzitsua hartzen dute nesken arrakastarako. Neskek haurtzarotik jasaten duten kosifikazioaren kulturaren barruan sartzen da besteen gustukoa izan beharra, batez ere gizonen gustukoa izatea, eta beren gorputzak produktuak saltzeko objektu gisa jartzea.

Horrekin batera, testuingurua hipersexualizatua eta hiperrerotizatua dago, batez ere, eta horrek esan nahi du “sexya izatea” ondo baloratzen dela nerabezaroaren kulturaren barruan. Baina, aldi berean, betebeharrak arkaikoenarekin ere bizi dira: beren sexualitatea isiltasunetik, okultismotik eta ahalketik aztertzen dute. Adibidez, “pinpirina” izan daiteke, baina ez gehiegi, “pasatzen” bazara estigmatizatuta eta etiketatuta gera baitzaitezke.

Mezuen anibalentzia horrek segurtasunik eza sortzen du nerabeengan; objektu inperfektutzat hartzen dituzte beren burua, exijituz eta presionatuz etengabeko perfektzioaren premia horretan, eta horrek etengabeko frustrazioa sortzen du beren sexualitatea bizitzeko moduari eta beren gorputzari dagokienez.

Bestetik, nerabezaroan, kode maskulinoak berariaz zuzenduta egoten dira gizentasuna eta sendotasun fisikoa erakustera, eta emozionaltasunarekin, feminitatearekin eta homosexualitatearekin zerikusia duen guztitik bereiztera eta nabarmenki

balidazioa behar du, eta, beraz, horrek presio sozial handia sortzen du, taldearen “parte” izateko beharragatik.

Era berean, etapa honetan oso ohikoa da mutilek “lagun gisa tratatzea” beste mutil batzuk eta “gizonen (heterosexu-alen) arteko” itunak sortzea. Horrek nagusitasun-egoera bermatzen die neskekiko. Izan ere, neskei elkarren artean lehiatzen irakasten zaie (itxura fisikoagatik, mutilekin erlazionatzeko), eta mutilei, berriz, gizonen anaitasun-itunean.

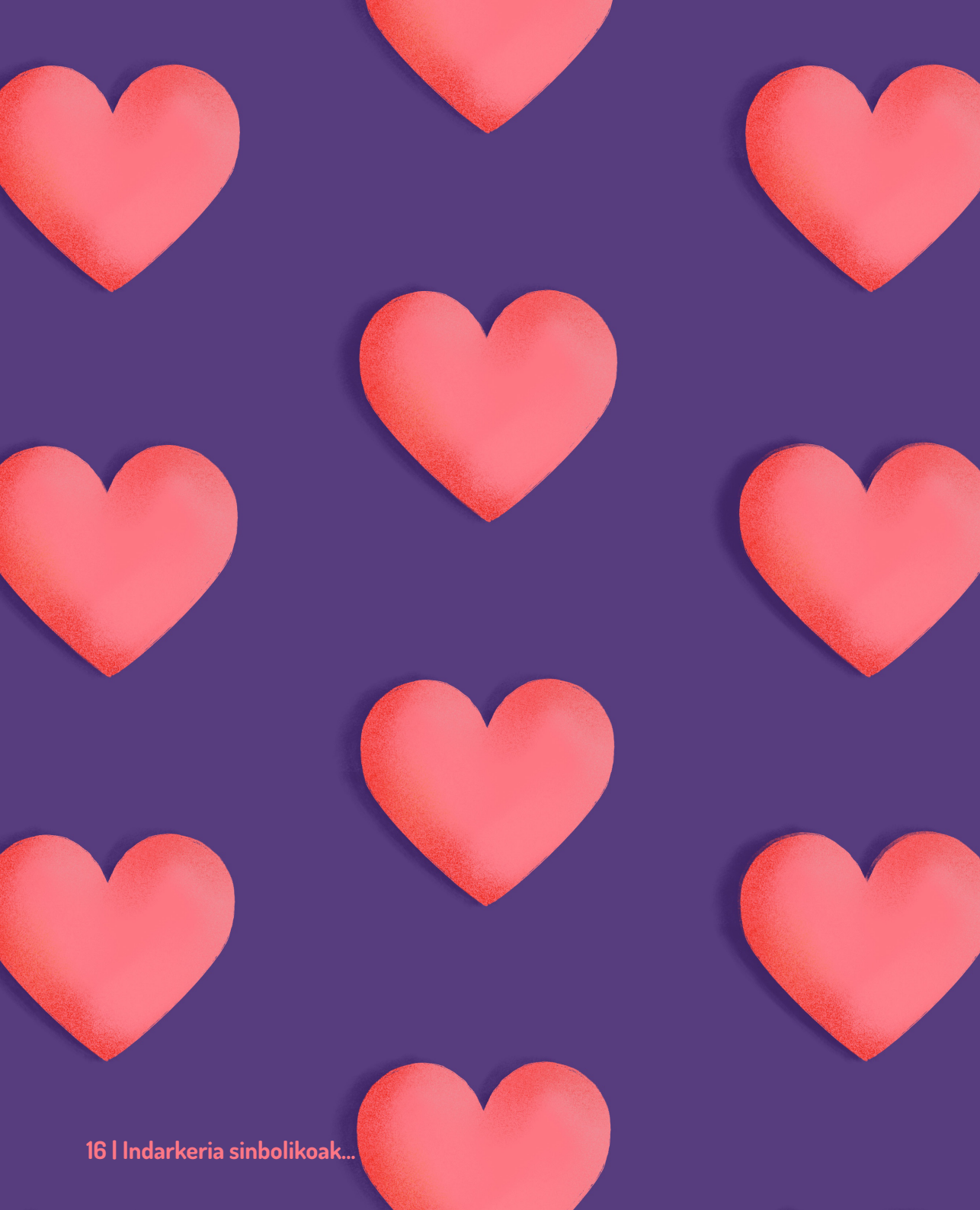
Nerabezaroko kultura maskulinoan, orokortu egiten dira “mutilek ez dute hainbeste arazorik” eta antzeko sinesmenak, baita “adiskidetasun faltsuaren” ideia ere; izan ere, errealtatean, hutsune argia dago laguntza emozionalari dagokionez, eta ulermen-lotura sendoak dituzte haien artean, “nagusiak” direla onartu eta irudikatu nahi dutelako. Ikasgelan ozenago hitz egitea, protagonismoa hartu nahi izatea, espazio publikoa gehiago erabiltzea, aktiboa izatea. Buruan sartutako handitasun hori beren gorputzen presioaren bidez irudikatzen da, gihartsuak eta indartsuak izan behar baitute.

Mutilengan eta neskengan modu bereizgarrian sozializatutako arketipo eta eskakizun horiek desberdintasun handiak sortzen dituzte nerabeen bizikidetzan bertan; izan ere, generoaren arabera ezarritako arauak hausten dituzten pertsona guztiak estigmatizatuta eta kaltetuta geratzen dira. Azken urteetan, bullying edo ziberbullying-a aipatzen da arazoaren sintoma gisa, baina, funtsean, kontua da mandatu eta desberdintasun sozialak erreproduzitzen

dituztela, besteak beste, hierarkiarekin, lehiarekin, identitatearekin, generoarekin, sexualitatearekin, arrazakeriarekin eta kapazitismoarekin zerikusia dutenak. Nerabezaroan ikusten ditugun indarkerietan, desberdintasun sozialen hierarkiak eta kultura nabarmentzen dira.

Pentsa dezagun gure nerabe-garriko taldeez. Arreta handiagoa jartzen al zitzaion ozenago hitz egiten zuenari? Irakasleen kontra egiten zutenek onarpena jasotzen zuten? Futbola ez eta irakurtzea gustuko zuten mutilak nola zeuden ikusita? Nola tratatzen zituzten mutil isil eta ikasiak? Zer pentsatzen zuten neska erbeldeei buruz? Nork egin ohi du zarata gehien? Nork hartzen du leku gehiago? Zein profil izaten dute?

Ez dugu aipatu gabe utzi nahi Z belaunaldiak bere erresistentziak sortu eta sustatu dituela, eta gero eta ohikoagoa dela genero-eskemak hausten dituzten pertsonak aurkitzea, beren burua feministatzat dutenak, maitatzeko eta izateko modu desberdinak normalizatzen dituztenak. YouTube eta Tiktok bezalako plataformen gorakadarekin, nork bere burua munduari erakusteko modu desberdinak ikusarazi ahal izan dira, eta haiekin konektatu; belaunaldi oso aldarrikatzaile eta erresistente baten adibideak dira. Gure belaunaldietan ba al zen aukerarik sexu- eta genero-dibertsitateari buruz gaur egiten diren eztabaidak egiteko? Ezagutzen al genituen adierazpen feministak, arrazakeriaren aurkakoak edo globalizazioaren aurkakoak, eta bat egiten al genuen haiekin?



Muinean irauten duten indarkeria sinbolikoak eta egiturazkoak

Johan Galtung-en indarkeriaren triangelua kontuan hartuta, pertsonen arteko harremanetan erreproduzitu ditzakegun indarkeria-motak indarkeria-mota bat baizik ez dira (zuzeneko indarkeria), abiaburuko desberdintasun sozial batean (egiturazko indarkerian) oinarrituta dagoena eta sinesmen, mito eta estereotipoen bidez indarkeria hori betikotzen eta legitimatzen duen kultura batean funtsatuta, hizkuntzan, arauetan eta idealetan (indarkeria sinbolikoa)⁷ sinbolikoki erreproduzitzen den kultura batean.

Genero-eskemak estereotipo bitarren bidez erreproduzitzen dira espazio digitaletan: maskulinoak eta femeninoak. Horren adibide bat dugu web-orrien diseinua. Nola diseinatzen dira moda eta edertasunari buruzko orriak? Nola diseinatzen dira bideo-jokoen orriak? Spamak eta gorputz femenino erotizatuak objektu gisa zatika erabiltzen dituzten mezu bisualen bonbardaketak sinbolikoki erakusten dute ingurune horietan errepikatzen den kosifikazioa.

7. Modu praktikoa hausnartzeko, Miriam Herbón, lanire Estébenez eta Norma Vazquezen gida kontsulta daiteke (2006). *Violencia Bella*. MedicUs Mundi - BFA. <https://www.medicusmundi.es/storage/resources/publications/56fa66228aa11.pdf>

EMAKUMEEN GORPUTZAREN KOSIFIKAZIOA

Interneten eta sarearen hastapenetan, askatasun eta adierazpen gorpuzgabeko lekuekin amets egiten genuen; baina plataforma birtualen aurrerapenak eta haietan interes kapitalistak (eta, jakina, matxistak, arrazistak, kapazitatistak...) sartzeak garrantzi berezia eman dio irudiari. Besteren begiradaren bidez baloratzen dugu geure burua, eta “erakusleho sozial birtual” baten aurrean gaude. Gaur egun, irudi ugariaren eraginpean bizi gara, bertigo eta azkartasun handiz. Iru-diaren bidez baloratzen eta komunikatzen dugu elkar. Izan ere, honako hauek pentsatu eta zalantzan jar genitzake: Zenbat aldiz gelditzen gara testu luze bat irakurtzen? Zenbat aldiz geratzen gara albiste baten titularrarekin eta ez dugu haren iturria ikertzen? Eta, aitzitik, zenbat denbora ematen dugu irudiak edo bideoak begiratzen?

Iru-diaren eztanda horren adibide on bat da argazkian eta bideoan oinarritutako Tiktok, Instagram eta antzeko sareek izan duten gorakada. Sare horien bidez, irudiak azkar lerratzen dira, eta eragin sinboliko zirrargarria sortzen dute sare horietan ikustea normalizat jotzen dugun horretan.

Irudi horietako asko ideal kapitalista eta genero-estereotipo horien ondorio dira, eta horrek irudi “ideal” bat sortzen du, faltsua eta kaltegarria dena gorputzarekiko harremanetarako. Iru-diaren ideal hegemoniko bat sortzen da, eta, hor, emakumeei eskatzen zaie meheak eta txikiak izatea, baina

bihurgunedunak; gizonei, berriz, itxura ke-mentsua eta indartsua erakustea.

Mainstream kultura (edo kultura nagusi) gisa eraikitzen denak ikusezin bihurtzen ditu beste zapalkuntza-modu batzuk, hala nola arrazakeria, eta este-reotipo zuria eta edertasun-ideal bat lehenesten ditu, azal-tonuen, gorputz-formen eta ile-formen dibertsitatea onartu gabe, pertsona arrazializatuak “salbuespentzat” hartzen baititu.

Ikusten ditugun irudiek duten indar sinbolikoak, eta inoiz ikusten ez denak duen inpaktuak, iruditeria bat sortzen dute normalizat hartuko denaz eta bestetasuntzat hartuko denaz, eta horrek markatuko ditu gure harremanak eta jantziak, eta identitateak ere moldatuko ditu. Araudi sinboliko bat sortzeak zaugarritasun fisikoa eta norberaren gorputzaren ikuspegi kaltegarria sortzen ditu, moldatu egin behar baita ideala lortzeko.

Irudi kosifikatu eta instrumenta-lizatu hori bereziki bizia da emakumeen gorputzetan. Hautzarroan bizi izan duten sozializazioa dela-eta, neskek ikasten dute beren gorputza eta edertasuna direla beren komunikazioaren eta arrakastaren muina. Baina, gainera, sarean joera nabarmena dago emakumeen gorputzen irudi hipersexualizatu eta hipererotizatu izateko (meheak, gerri estuak, atzealde eta bular nabarmenak); objektu publizitario eta erotiko gisa erabiltzen da, eta gorpuztasunei buruzko kultura misoginoa sortzen du.

Nolabait esan genezake “online” errealtatea “offline” errealtatearen isla dela, eta genero digitala historikoki eraiki den generoaren erreplika dela. Eraikuntza femenino eta maskulino

digital asko kategoria tradizionalen ondorioa dira, eta kode dikotomiko, bitar eta asimetrikoetan oinarrituta daude. Hala ere, kode horiek aro digitalaren eta postmodernoaren berezko ezaugarriekin (irudia, azkartasuna, hedapen handia...) erreproduzitu eta elkarrekin bizi dira, eta errealtate konplexu samarra sortzen dute, aldi berean, iraganaren eta nagusi den kultura heteropatriarkalaren isla dena.

MAITASUN ERROMANTIKOAREN IDEALAREN (ERRE) PRODUKZIOA⁸

Genero-ideal eta -eskema tradizio-nalei mekanismo patriarkalen bidez eusten zaie, horiek bide ematen baitute rol horiek (erre)produzitzen jarrai dezaten. Zehazki, nerabeek gehien normalizatu duten mekanismo patriarkal ideologikoetako bat aipatu nahi genuke: “maitasun erromantikoaren ideala”.

Maitasun erromantikoa maitasun hegemoniko heterosexualaren ideala da, kulturak, politikak, ekonomiak eta eragile sozializatzaileek elikatua. Garrantzi sinbo-

liko berezia hartu du Mendebaldean, eta zoriontasunaren eta osotasunaren ardatz bihurtzera iritsi da, bereziki emakumeengan. Maitasun hori klabe monogamoetan, heterosexualetan eta zurietan diseinatuta dago, eta, horren ondorioz, ikusezin bihurtzen dira maitatzeko modu ugariak eta desberdinak eta era askotako harreman-ereduak.

Maitasun erromantikoa filmen, abestien, serieen eta liburuen bidez saldu eta sozializatu da, besteak beste. Eta mezuen transmisio horrekin batera, mito batzuk indartu dira. Maitasun erromantikokoaren mitoek sinetsarazten eta normalizatzen dizkiguten jarrerak eta portaerak askatasuna kaltetzen dute gure harremanetan, mugatu eta okertzen dute.

Idea faltsuak sortzen dira, esaterako, “maitasunagatik sufritu behar da”, “jeloskortasuna maitasunaren zati bat da”, “pertsona bakar bat maita daiteke”, “bentako maitasuna eskusiboa eta posesiboa da”, “lehenbiziko amodioa bezalakorik ez da egongo”, “beste nonbait bada guretzako moduko pertsona”, “maitasunari esker, beste pertsona aldatu egiten da”.

Nerabezaroan, lehen harremanekin esperimintatzen hasten da, eta, beraz, nerabeak lehen hitzordu horietara joaten direnean, motxila handi bat eramaten dute maitasun-idealei buruz haurtarotik xurgatu dituzten mitoz beteta. Mito horiek, zalantzarik gabe, nahasmenaren sorburu dira, lehen harreman horietan zer den normala eta zer ez jakiteko, eta bide ematen dute maitasunaren izenean harreman bortitzak, kaltegarriak eta mendekoak justifika ditzaten.

8. Nerabeekin genero-indarkerian esku hartzeko eskuliburu erabilgarri bat kontsultatzeko: Ianire Estébanez eta Norma Vázquez. (2016). Manual para prevenir la violencia de género en los centros escolares. Eusko Jaurlaritzaren Hezkuntza Saila. <http://minoviomecontrola.com/wp-content/uploads/2013/04/Manual-para-prevenir-la-violencia-de-genero-en-los-centros-escolares.-Vazquez-Estebanez.-Berritzegune-Nagusia.pdf>



Interseksionalitatea, heldukeria, antirrazismoa, kapazitismoa eta lodifobia

Sareetan sortzen diren desberdintasunak eta indarkeriak ulertzeko, konplexutasunetik begiratu behar diegu. Baina, era berean, garrantzitsuena da bakoitzak ondo begira ditzan bere portae-rak, jarrerak eta kodeak.

Desberdintasunak ez dira inoiz berez sortzen, ezta banaka ere. Faktore eta kode

kultural ugari daude haien sorburuan, eta ezin ditugu horiek bereizi indarkeriazko portaera bat aztertzeko. Sarean ikusten dugun irain horrek zer zerikusi du neska izatearekin? Beltza izatearekin? Trans izatearekin? Esandako guztiarekin batera, ezin baitira bereizi gorputzean interseksionatzen duten zapalkuntza-aldagai guztiak?

Kimberlé Creenshaw-ek definitu-tako ikuspegi interseksionaletik abiatuta, gure identitateek eta gorputzek hainbat zapalkuntza-sistema har ditzakete –klase soziala, generoa, arrazakeria, kapazitismoa, heldukeria, espiritualtasuna...–, horiek elkarren artean konektatzen eta intersektatzen dira, eragin-trukea dute eta errealitate desberdinetan txertatzen dira, bizipen banakakoak, taldekoak eta kolekti-boak eratzeko⁹.

Ikuspegi interseksionalak aukera ematen du desberdintasun-ardatzak tesuinguruan jartzeko, eta, horrez gain, tresna analitikoak eskaintzen ditu zapalkuntza-sistemei aurre egingo dieten estrategiak proposatzeko. Bestalde, aukera eskaintzen du boterearen, pribilegioaren eta erantzukizun sozialaren dimentsioak identifikatzeko.

Horrela, ikuspegi honi esker, aztertutako dimentsioetan barneratu ahal gara, aurreiritziak eta estereotipoak ezagutzeko eta aztertuz; izan ere, laguntza ematen digu arrazakeria, jatorria, klase soziala, sexu-identitatea, dibertsitate funtzionala eta beste aldagai batzuk direla-eta sistema sozialean erreproduzitzen diren zapalkuntzak hautemateko.

9 Sexu-dibertsitatea lantzeko gida batzuk kontsultatu nahi badituzu, honako hauek aholkatzen dizkizugu: COGAM, MADRILGO LGTB+ KOLEKTIBOIA. (2020) Guía diversidad afectivo- sexual y de identidad de género. https://www.cogam.es/wp-content/uploads/2020/03/GuiaEducacion_AltaSinMarcas.pdf Madrilgo Unibertsitate Konplutentsea. Antropología, diversidad y convivencia (2020). Guía somos Diversidad. https://observatoriofiex.es/wp-content/uploads/2020/07/guia_somos_diversidad.pdf Emakumearen Institutua. (2015) Guía Abrazar la diversidad. https://www.inmujer.gob.es/actualidad/Novedades-Nuevas/docs/2015/Abrazar_la_diversidad.pdf

Hasierako edozein gertakariren aurrean, garrantzitsua da geure buruari galdetzea eta begiratzea zer botere-ardatz eta desberdintasun sozial ezkututzen diren erasoen atzean, proiektatzen ditugun mezu, diskurtso eta irudien atzean. Pertsona guztiak sozializatzen gara zapalkuntza eta pribilegioko sistemetan; beraz, motxila hori kentzea zaila da, eta gure diskurtsoetan txertatzen dugu, errealitate batzuk ikusezin bihurtuz eta barrutik ateratzen zaizkigun erresistentziak erreproduzitzen.

Helduok erabiltzen dugun esparru horietako bat heldukeria da. Heldukeria adinaren ondoriozko botere-desberdintasunean oinarritutako jokabide, jarrera eta sinesmenen multzoa da, eta haurren eta gazteen diskriminazioa, zapalkuntza eta balio-galtzea du ondorio. “Ikasiko duzu”, “hemendik urte batzuetara esango didazu”, “hori txorakeria hutsa da”.

Heldukerian ardaztutako ikuspegiaren ohiko jarrerak dira haien ezagutza gutxietea, haien bizipenak ez balioestea, haien arazoak adinaren ondorio direla pentsatzea. Hori aldatzeak eta hain asimetrikoak ez diren jarretatik gazteekin hitz egin ahal izateko heldukeriaz ohartu behar dugu.

Halaber, Europako eta Mendebaldeko sistema batean sozializatu bazara, arrazakeriazko jarrerak eta portaerak izango dituzu txertatuta zure diskurtsoan, Mendebaldeko kultura arrazista baita abiaburutik. Mendebaldean nagusitu diren sistema kolonialistek erakutsi digute gure egiteko moduak bakanak eta onak direla, gainerakoei indarrez ezarri behar zaizkiela, eta ikuspegi hori gure memorietan geratu da txertatuta. Arrazakeriaren ondorioz, instituzioek lege arrazistak bultzatzen eta

legitimatzen dituzte, eta arrazakeria begirada, keinu, hitz eta irudietan ere ematen da aditzera. Ezinbestekoa da berrikuspen antirrazista eta dekoloniala egitea, nondik hitz egiten dugun, non kokatzen garen eta munduari nola begiratzen diogun eta nola interpretatzen dugun aldatzeko.

Online zein offline munduan izan daitezkeen erasoen aurrean, arrazakeriaren aurkako jarrera kontzientea hartu behar dugu, eta alternatibak eman behar ditugu era askotako kulturak eta arrazialitateak ikusarazteko¹⁰.

Kapazitismoa da ohartu gabe erreproduzitzen dugun beste esparru zapaltzaile bat, estrukturalki eta emozionalki inguratzen baikaitu. Kapazitismoak asimetria sortzen du kulturaren eta botere-erabileraren dibertsitate funtzionala duten pertsonen aurka; gure hirietan eta eskoletan txertatzen da, eta gure portaeretan eta jarreretan ere bai, zer hartzen dugun kontuan eta zer ez. Espazioak errazten al du dibertsitate funtzionala duten pertsonen presentzia? Hizkuntza eta kode asimilagarriak erreproduzitzen al ditugu dibertsitate funtzionala duten pertsonentzat?

Azkenik, landu beharreko beste begirada-esparru bat lodifobia da¹¹. Bai sarean, bai paperezko publizitatearen munduan, muturreko argaltasuna idealizatu da, eta gorrotoaren diskurtsoa orokortu

10 Arrazialitateak eta antiarrazakeria lantzen dituzten gida interesgarri batzuk: SOS Racismo. No discriminación y combate del racismo y la xenofobia. <https://sosracismo.eu/wp-content/uploads/2016/06/Guia-NoDiscriminacionC3%B3n.pdf>

11. Para trabajar la gordofobia en clase se puede utilizar el libro de Magdalena Piñeyro (2019). 10 gritos contra la gordofobia. Arte Mapache.



Sareko indarkerien zuzeneko adierazpenak. Ziberindarkeriak

Desberdintasun sozialak, genero-eskema eta gure kulturak erreproduzitzen dituen estereotipoak online plataformetan txertatzen dira klik bakoitzarekin, eta ziberindarkeriak sortzen dituzte. Offline bizitzan gertatzen den bezala, gure begientzat eta gure zentzumenen pertzepzioarentzat ikusezina den kultura-haztegi horrek sortzen ditu desberdintasunak eta tentsioak; eta, beraz, indarkeria, bai off bai online, desberdintasun horren adierazpena izango da, geure burua desberdin, botere-harremanetan eta hierarkizatuta ikusteko modu horren adierazpena.

Horregatik, ikasgelan ziberindarkeria horiek lantzeko, garrantzitsua da alde aurretik berrikuspen bat egin eta zalantzan jarri izana. Beraz, gida honetako aurreko kapituluak alde batera utzi badituzu, hobe duzu atzera egitea, ziberindarkerien sorburu diren sustraiak sakonki ulertu ahal izateko.

*“Sare sozialetan, indarkeriak publiko eta ikusgarri egiten ari dira, eta gizarte gisa oraindik konpondu gabe ditugun arazoak selfie batean bezala ikusten dira”.*¹²

12. Ziberindarkeriak lantzen dituzten beste gida interesgarri hauek kontsulta ditzakezu: Ianire Estébanez (2018). #yonocompartoviolenca. La ciberviolencia hacia las adolescentes en las redes sociales. Andaluziako Emakumearen Institutua. <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/La%20ciberviolencia%20hacia%20las%20adolescentes%20en%20las%20redes%20sociales.pdf>
Extremadurako Emakumearen Institutua - Agora. (2020). El amor no es a golpe de click. <https://ciudadano.gobex.es/documents/1062617/0/El+amor+no+es+a+golpe+de+CLICK.pdf/6016041a-9be7-471d-bbd0-146d48a0c2ac>
Cosladako Udala. Berdintasun eta Dibertsitateko Zinegotzigoa. (2019). Enredate. Una guía para entender y prevenir la violencia machista on-line entre jóvenes-http://www.bandomovil.com/archivos/ampagonzalo-deberceo/131219142455_GUIA_enREDate.pdf

HASI AURRETIK, ZER DA “ZIBERJAZARPENA” EDO “ZIBERBULLYINGA”?

Bi hitz horiek berdin erabil ditzakegu, baina bigarrena, oro har, gehiago erabiltzen da gazte eta nerabeekin.

Erasoak modu kaltegarrian, oldarkorren eta nahita izaten dira, denbora luzez edo behin eta berriz, kanal digitalen (sare sozialak, web-orriak...) eta gailu elektronikoen bidez, eta, hainbat modutan, botere-harreman asimetrikoa ezarri nahi dute pertsona edo pertsona-talde baten eta biktima baten artean.

Bi adierazpen horiek antzekotasuna dute jazarpen eta bullying tradizionalarekin, batez ere jatorrian eta arrazoiengan. Hala ere, plataforma berrien bidez egiten direnez, jasotako eta hautemandako erasoak dituzten areago indartzen duten ezaugarriak gaineratzen zaizkie honelako erasoak. Jazarpena intentsitate handiagoz hautematearen arrazoi nagusiak hauek dira:

1) Erasotzailearen balizko anonimotasunak aukera ematen du zigorgabetasun handiagoa egon dadin, eta, horrela, kalte handiagoa egin eta babesgabetasun-egoera handiagoa eragiteko;

2) Erasok behin eta berriz eta etengabe gerta daitezke, oso azkar, eta litekeena da pertsona askok batera eta berehala egitea;

eta 3) Jazarpena “ikus-entzule” askoren aurrean egiten da eta zabalkunde handia du, eta, ondorioz, umiliazio publikoa dago tartean.

Hiru baldintza horiek errazten dute ziberindarkerien iraunkortasuna, berehalakotasuna eta hedapen publiko globala; horrek segurtasunik ezaren eta kezka sentimendua sortzen du, bai eta belduraren sentsazioa ere biktimarengan, inoiz ere “salbu” edo aske ez sentitzea.

ZIBERJAZARPENARI BURUZKO DATU INTERESGARRI BATZUK:

- Europako azterlan baten arabera, ziberjazarpenaren biktimizazioak nerabezaroaren %12a hartzen zuen (12 eta 21 urte artean) (Tsitsika et al., 2015).
- Estatuan, Calvete eta beste egile batzuek egindako azterketa baten arabera (2016), nerabeen %52,5ak (14-18 urte) ziberjazarpena jasoa zuen noizbait.
- Genero Berdintasunaren Europako Institutuak (EIGE, 2018) zioenez, neskak mutilak baino ziberjazarpen gehiago jasaten dute (%9 versus %6, hurrenez hurren). Eta UNESCOri jarraiki (2017), azterlanari erantzun zioten Europako nesken %12k adierazi zuen ziberjazarpena sentitu zuela, eta mutilen artean %8k sentitu zuen.

Datu estatistikoak ikusita, badirudi ez dagoela desberdintasun adierazgarririk eta esanguratsurik nesken eta mutilen artean. Baina gure esperientzia profesionalarekin eta egindako azterlanetan oinarrituta, ziberindarkerian dauden genero-ebidentziak ez dira kuantitatiboak, egiturazkoak baizik.

Neska batek jasan dezakeen zuzeneko ziberindarkeriari gehitzen badizkiogu emakumeen gorputzen aurka kolektiboki egiten diren indarkeria sinboliko guztiak, eta kontuan hartzen badugu sareetan dagoen gorrotozko hizkuntza misogino eta sexista handia (ikerketa hauetan ez da ziberjazarpen gisa kalifikatzen), neskengan izan ditzakeen esanahiak, inpaktua eta ondorioak jokabide zehatzetik harago doaz.

Egitura- eta gizarte-desberdintasunekin aritzean, garrantzitsua da arreta jartzea gure begiek nekezago hauteman dezaketen horretan. Ziberindarkeriak azterketa estatistikoetan zenbatu eta erregistratzen dena baino gehiago dira. Sarean esaten denarekin eta esaten ez denarekin du zerikusia, eta, aurreko kapituluetan azaldu dugun bezala, genero, identitate, arrazakeria, kapazitismo eta beste faktore batzuen ondoriozko botere eta diskriminazioak biltzen ditu.

Duela gutxi arte, Internet inguruan izaten diren erasoak terminologia anglosaxoien bidez deitu izan zaie, hala nola, *sexting*, *grooming*, *sextorsión*, *cyberbulling* eta bikotearen jazarpena teknologia berrien bidez.

Terminologia feminista eta hurbila geureganatu nahian —izendatzen ez dena (perspektibarekin) ez baita existitzen—, eta erasoak sakoneko arrazoiak identifikatu nahian, gida honetan **ziberindarkeria matxistak** aipatuko ditugu, termino horrek barnean hartzen baitu plataforma digitalen bidez izaten diren eta jatorrian mekanismo matxistak dituzten eraso-mota desberdinak.

Ziberindarkeria matxista horien forma hauek identifikatuko ditugu: Ziber-

jazarpen sexista, ziberjazarpen sexuala, ziberjazarpen LGTBBIQA+fobikoa eta ziberkontrola.

Proposamen hau nerabe eta gazteen taldeekin egindako prestakuntza-esperientzien emaitza da, baina, beharbada, beste modu asko egongo dira sarearen barruan eraso egiteko eta desberdintasuna sortzeko. Gainera, etengabe aldatzen ari denez, adibide eta forma berriak azalduko dira atergabe, hemen aurkezten ditugunez gain.

a. Ziberjazarpen sexista. Umilazioa neska izateagatik

HIKTetan izaten diren eta genero-estereotipoetan oinarritzen diren hitzak eta portaerak hartzen ditu barne; adibidez, gorputz-irudiari zuzendutako erasoak, edo neska batek eduki behar duen portaeraren estereotipoa, genero-estereotipoak erreproduzitzen dituzten eta emakumeak gutxiesen dituzten irainak, iruzkinak eta irudiak.

ERASO HORIEK ANTZEMATEKO ZENBAIT ADIERAZPEN:

- Neskei irain lodifoboak egitea sare sozialetan.
- Emakumeen gorputzen baliozko-tasunari buruzko berariazko iruzkinak, esaterako, nesken gorputzei puntuazio bat jartzea Instagram edo Tiktok bidez.
- YouTuber eta instagramer feministen aurkako eraso eta iruzkin sexistak.

- Plataforma digitaletan irain matxistak oro har egitea (txiste matxistak, gaizki izendatuta).
 - Emakumeentzat iraingarriak diren irudiak zabaltzea, objektu gisa azaltzen edo deskalifikatzen dituzten irudiak.
- ** Oharra: *Gazteen artean, normalizatu da hater hitza erabiltzea (gorrotatzailea), eta, beraz, eraso horiek normalizatu dira.*

b. Ziberjazarpen sexuala. Baimenik ez ematea.

Barne hartzen ditu HIKTetan neska baten duintasunaren edo balioaren aurka egiten diren sexu-izaerako jarrera, hitz eta portaera guztiak, bereziki, beldurtzeko, umiliatzeko edo iraintzeko bada; adibidez, haren baimenik gabe haren intimitateko argazkiak eta/edo bideoak bidaltzea eta zabaltzea.

ERASO HORIEK ANTZEMATEKO ZENBAIT ADIERAZPEN:

- Sexu-izaerako edo izaera intimoko neska baten argazkiak/bideoak bidaltzea, haren baimenik gabe, hainbat sare sozialen bidez.
- Neskak sexu-objektu gisa tratatzen dituzten argazkiak zabaltzea (WhatsApp, Instagram... bidez).
- Neskaren sexualitateari buruzko galderak egitea neskak nahi gabe.
- Haren espazio digitalean sartzea eta sexu-izaerako iruzkinen bat egitea, adibidez, bere sarean edo igo duen argazkiren batean idaztea mundu guztiak irakur dezan.

- Argazki/bideo intimo edo sexual bat bidaltzeko xantaia egitea
- ** *Garrantzitsua da ziberjazarpen sexuala eta sexting-a bereiztea. Sexting-a adostu-tako praktika bat da, eta bertan inplikatu-tako alde guztien baimena dago sexu-gaiez hitz egiteko eta aztertzeko. Sexting-ak sexua esploratzeko eta esperimintatzeko beharri baizik ez lioke erantzungo. Sexu-praktika adostua da, eta ez genioke begiratu behar ikuspegi alarmista batetik eta heldukeriaz. Arazoa ziberjazarpen sexualarekin sortzen da; izan ere, hor ez dago baimenik, eta nekengan sexualitateaz agertzen den ideiak errudun bihurtzen ditu.*

c. Ziberjazarpen LGTBQA+fobikoa. Intolerantzia.

Egitura eta mekanismo matxisten ondorioz, diskriminazioak eta desberdintasunak sortzen dira sistema heteropatriarkalak eraiki dituen moldeak —bai identitateagatik, bai sexu-joeragatik, bai adierazpenagatik— hausten dituzten pertsona guztien kontra. Erasoren horiek, aurrekoak bezala, plataforma digitaletan izaten dira, eta, beraz, ziberjazarpen LGTBQA+fobikoaz hitz egin dezakegu.

Jazarpen horri buruzko datu batzuk. Ikasleen erdiak baino gehiagok adierazi du ziberjazarpen LGTBQA+fobikoaren lekuko izan dela, LGTBQA+ izateagatik edo “itxura hori izateagatik”, eta %8k adierazi du ez dakiela ikusi duen. Gainera,

ikasleen %24,11k adierazi du ezagutzen duela abusu-mota hori jasan duen pertsonaren bat.¹³

ERASO HORIEK ANTZEMATEKO ZENBAIT ADIERAZPEN:

- LGTBQA+ pertsonen buruzko eduki iraingarria duten mezuak web-educietan eta sare sozialean zabaltzea, sexu-identitate eta -orientazio normatiboetan sartzen ez diren pertsonen gaitzespena orokortzeko.
- Irain LGTBQA++fobikoak sarean YouTube, Instagram edo Tiktok erreferenteen aurka.
- Irudi eta bideo iraingarriak bidaltzea mezu homofoboekin, transfoboekin, lesbofoboekin...

d. Ziberkontrola. Norberaren espazioa ez errespetatzea

Sare sozialen bidez, portaera kontrolatzea litzateke. Adibidez, bikotekidearen profilak, kontuak eta egoerak kontrolatzea, eta “benetako maitasun-egintza” eta “konfiantzako ekintza” gisa balioestea. Bikoteak sare sozialen eta gailu mugikorren bidez egiten duen jazarpen eta kontrol honek bide ematen du indarkeriazko eta

menpekotasuneko harremanak izateko eta normalizatzeko.

Garrantzitsua da aipatzea, indarkeriazko harremanetan, HIKTek aukera eman dezaketela kokapena eta etengabe-ko kontaktua errazteko, eta horrek zaildu egiten duela haustura eta mugak ezartzea, eta, aldiz, modua ematen duela balizko errepresaliak izateko eta, horietan, neskak dira kaltetuenak. Genero-sozializazioak txikitatik irakasten die neskei kontrola, babes, zaintza eta maitasun-gisa bizitzeko, eta, horrek, batzuetan, zaildu egiten du bere espazio pertsonalean mugak hauteman ditzaten.

Hauek dira erasorik ohikoak: berehala erantzuteko eskatzea, sare sozialeko kontuak jagotea, argazkiak edo kokapena eskatzea non dauden edo zertan ari diren egiaztatzeke, argitaratzen dutena kontrolatzea eta gustuko ez dituzten edukiak ezabatzeko eskatzea, xantaiak eta mehatxuak. Horrek ondorio txarrak ditu neska nerabearengan, hala nola bere bizitzaren gaineko kontrol-falta, erruduntasuna, larritasuna eta lotsa.

¹³ Ziberbullying LGTBfobikoa. Intolerantzia modu berriak. COGAM. <https://cogameduca.files.wordpress.com/2016/03/4-ciberbullying-lgbt-fc3b3bico-informe-completo-web.pdf>

Autodefentsa, ahal- duntzea eta erantzun kolektiboa



Indarkeria horiek gure mugikarren, tableten eta ordenagailu-pantailen hondoan geratzen badira ere, garrantzitsua da beti aipatzea sareek urratzeko duten gaitasuna, eta horien barruan erresistentziak sortu direla irudi kaltegarri eta estereotipatu horren aurrean. Azkenaldian, mugimenduak eta juntadizoak izan dira, gorputz desberdinak eta lotura sexoafektiboen eredu desberdinak agerian jartzeko, baita estereotipoak hausten dituzten bestelako identitateak, jantziak eta produktuak ere.¹⁴

14. Andaluziako Juntaren beste gida bat (2017), sarean dauden baliabide alternatiboak eta erresistentziak jasotzen dituena: <https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/publicacion/19/09/redessociales.pdf#page=72&zoom=100,0,0>

Aurre egin daiteke. Sareak eta aliantzak sor daitezke matxismoaren eta LGTBIQA+fo-
biaren aurka. Izan ere, plataforma horiek du-
ten gaitasun handienetako bat da munduak,
pertsonak, pentsamenduak eta aldarrikape-
nak elkarri lotzea. Hala, hainbat aldaketa eta
aliantza egin dira gunehorietatik; adibidez,
Txilen performance bat, (“El violador eres tú”)
sortu zen, eta sareetan publikoki ikusaraziz al-
darrikapen eta borroka sinboliko bihurtu zen
mundu osoan.

Sareek aukera ematen digute bo-
rrokak gureganatzeko, ikusarazteko eta
eraldatzeko. Taldeko sentimendua eta sen-
timendu kolektiboa gaitzeko, nazioz hara-
indiko oztopoak gainditzeko, indarkeria
matxisten hainbat modu agerian jarri ahal
izateko, eta, orobat, horiei aurre egiteko eta
erresistenteak izateko estrategia desberdi-
nak ere ikusarazteko.

HIKTak alternatiba feminista bihurtu ahal dira, ikusarazteko tresna gisa erabili nahi dituenarentzat. Izan ere, ziberfeminismoz ari gara, sarean eta saretik eraldatu nahi duen mugimendu propio gisa, seguruagoak, berdintasun gehiagokoak eta malguagoak diren espazioetan (ko)habitatzeke, hain zuzen, estereotipoak hausteko eta gorputzekin eta identitateekin esperimentatzeko aukera emango dituzten espazioetan.

LGTBIQA+ kolektiboak ere espazio egokia aurkitu du sareetan, ezarritako kanonen aurka borrokatzeko eta aurre egiteko, eta haien gorputzetan eta bizitzetan egiten ziren zapalkuntzak urratzeko; eta, horrez gain, genero-agindu tradizionalak gainditzen dituzten identitateak aztertu ahal izateko, ikuspegi indibidual eta kolektibo batetik.

Sareak ahalduz pertsonalerako eta kolektiborako agertoki gisa har litezke, bide ematen baitute sexu-identitateak performatzeko (antzezteko).

Beste zapalkuntza baten aurkako borroka beste adibide bat da emakume "afroek" eta arrazializatuak plataforma horietan egiten dutena. Zenbait neska gazte beltz eta arrazializatu kanal horretan sartu dira, sinergiak eta sare kolektiboak sortzeko, kalte egiten dien sinbolismo hegemoniko zuria desnormalizatzeko, hari aurre egiteko eta deseraikitzeke, eta beren gorputzak eta azalak zauritzen ez dituzten tresnaz, irudiz eta narratibez jabetzeko, eta beren kolektiboari ikusgarritasun handiagoa eman eta errealitate birtualean dibertsitate gehiago egon dadin lortzeko. Landutako gaiak jorratzen dituzten instagra-

mer, youtuber eta tiktoker batzuk kontsulatzeko, zerrenda hauek proposatzen dizkizuegu. Murgildu, ikusi eta erabili ikasgelan material gisa, eta bilatu antzeko kontu gehiago zerrendari gehitzeko (asko daude-eta!):

Sexualitateak, gorputzak eta plazerak

- @miriam_al_adib, ginekologoa eta irakaslea. Hitz egin dezagun baginez.
- @lapsicowoman, psikoterapeuta, sexologoa. Youtubeko kanal bat du, bere bideoak ikasgelan landu daitezke.
- @yaniaconcep, psikologoa eta hezitzaile afektibo-sexuala. Hezkuntza-pilulak egiten ditu gorputzei, elkarketa erotikoei, autoplazerari eta norberaren maitasunari buruz.
- @yoligoyodecido, emakume gazteak Bilbon elkartzeko taldea.
- @mamacasquet, sexualitatean espezializatutako kazetaria, oso bideo interesgarriak eskegitzen ditu.
- @santamandanga, sexu-hezkuntzako plataforma.
- @black_rainbow_art, maistra, lodi-fobia eta belztasunari buruzko postak idazten ditu.
- @pitu_aparicio, hezitzaile soziala eta sexualitateetan, autoestimuan eta adikzioetan irakasle.
- @masalladelorgasmo, terapeuta sexuala, emakumeen plazerari buruz hitz egiten du.
- @alrtmachisi, sare sozialetan dagoen matxismoa eta arrazakeria ikusarazten ditu.

- @lamthior, komikoa, nagusi den maskulinitasuna berrikusi eta deseraikuntzari buruzko bideoak zintzilikatzen ditu XXI. mendeko gizonentzat.
- @ggavilanoficial, psikologoa eta sexologoa. Tiktoke honek zalantza jartzen du nagusi den maskulinitasuna.
- @matusantamaria, gorputzak, plazer eta desioak ilustratzen ditu.
- @martatorron, fisiosexologoa.
- @menstruita, hezkuntza menstrual, sexuala, emozionala eta feminista.

Dibertsitate sexuala

- @motherofqueer, LGTBQ+ errealitateak ilustratzen eta ikusarazten dituen artista.
- @42ointerlude, artista eta gorputz trans beltzei buruzko performanceen egilea.
- @queeravengers
- @colectivo_ayllu, ekintza antikolonialen eta disidentzia sexualen kolektiboa.
- @roygalan, sexu-dibertsitateari eta maskulinitasunei buruz idazten du.
- @badbixsamantha
- @transnobarie, idazlea eta irakaslea.
- @lgtbailamos
- @somos_aces, asexualitateari buruzko edukia ikusarazi, eta postak idazten dituzte.
- @virutamusica

Antiarrazakeria

- @hanan_midan, tiktoker antiarrazista, umorea lantzen duena.
- @luciambomio, arraza, genero
- @mohagerehou, arrazakeria aztertzen duen kazetaria.

- @4sani, giza eskubideen defendatzailea.
- @hija_de_la_tamazgha, gizarte-hezitzailea, postak idazten ditu zainketen eta identitateen garrantziari buruz.
- @hijadeinmigrantes, hainbat kanpainaren sustatzailea, hala nola #votaresunderecho eta #tecedounacita
- @thimbo_oficial, aktorea
- @regularizacionyabizkaia
- @soseracismo
- @suspensoalracismo, ikasgeletako eskola-jazarpen arrazista ikusarazten eta salatzen du.
- @paipaimagazine, Asiako diasporaren aldeko eta haientzako aldizkari digitala.
- @revista_negrxs
- @cnaae_afrikar komunitate beltza eta afrikarren ondorengoena.
- @united.minds.libros, idazle afrikarren eta diasporako idazleen liburuetan espezializatutako liburu-denda.
- @catarsiabn, asiarren ondorengo kolektiboa.
- @jeffreypans, saiakera-egilea, liburuak gomendatzen ditu.
- @_fahafahana_gizarte-hezitzailea, hezkuntza antiarrazistari buruzko postak idazten ditu.

Feminismoak

- @laguirapodcast, emakume beltzen eta afrikarren ondorengo esperientziak ikusarazten ditu.
- @pamelapalenciano, komunikatzailea eta aktorea, ez dute bakarrik kolpeek min ematen.
- @kamipnasqo, ijitoen feminismoa ikusarazten du.

- @afrofeminas, emakume afrikar ondo-rengoei buruzko komunikabidea.
- @thebonitachola, feminismo dekolonialari buruzko komunikatzailea.
- @desireebelal, komunikatzailea eta feminismo antiarrazistari buruzko idazlea.
- @lola.vendetta, ahalduzko ilustratua.
- @herlanlly_rg, matxismoa troleatzen du.
- @gitanasfeministas
- @femicidio_net, feminizidioaren datu-basea Espainiako estatuan.
- @pikara_magazine, aldizkari digital feminista.
- @feminismos_saharais, emakume saharar feministen eta askotarikoen komunitatea.
- @locayopodcast, osasun mentalari eta feminismoei buruzko podcasta.
- @observatorio_noctambulas, gaueko aisialdiko inguruneetako sexu-indarke-riari buruzkoa.
- @ianireestebanez. Psikologia feminista, emozionala ere politikoa delako.
- NBE Emakumeak kanpaina, Google-ren bilaketetako iradokizun sexisten aurka. Ikus hemen: <http://www.unwomen.org/en/news/stories/2013/10/women-should-ads>
- Advocates for youth. Aholkuak eta estrategiak LGBTQ gazteentzako gune segurua sortzeko: Ikus hemen: <http://www.advocatesforyouth.org/publications/publications-a-z/496-tips-and-strategies-for-creating-a-safe-space-for-glbtc-youth>
- Stop Gordofobia. StopGordofobia ekimenak ezarritako edertasun-kanonak kritikatu nahi ditu, eta artikulu teorikoak argitaratzen ditu loditasunaren eraikuntza kulturalen generoak duen eragina aztertzeko, eta artikulu pertsonalak gorputz lodien esperientziari buruz. Ikus hemen: <http://www.stopgordofobia.com>

ORO HAR, MUGAK GAINDITU DITUZTEN MUGIMENDUAK ETA ESLOGANAK ERE SORTU DIRA. HONA HEMEN ADIBIDE BATZUK:

- Sexismocotidiano. #sexismocotidiano-ko gertakariak azaltzeko eta katalogatzeko proiektu globala. Ikus hemen: <https://twitter.com/SexismoES>
- Byefelipe. Instagrameko kontu bat da, gaitzespena kudeatzen ez dakiten eta bortizki jokatzeko duten gizonen abuzko iruzkinak posteatzen dituena. Ikus hemen: <https://instagram.com/byefelipe/>

Izan ere, gure ingurunetik hurbil dagoen adibide gisa, Bilbon, itxialdian, arrazakeriaren aurkako erresistentzia-kutxa bat egin zen migratzaileentzat eta arrazializatuentzat, eta beste bat etxeko emakume enplegatuei eta arrazializatuei baliabideak emateko, itxialdian arretarik gabe geratu baitziren:

- <https://www.ecuadoretxea.org/urgen-apoyos-a-caja-de-resistencia-antirracista-para-sobrevivir-a-la-cri-sis-del-covid-19/>

Eta hasierako esperientzia gisa, blogak eta webguneak erabil ditzakezue, ezagutza eta informazioa transferitzeko konektatutako gela propio bihurtzeko. Hala, zenbait egile feministek eraldaketaren adibide bihurtu diren web-orriak sortu dituzte:

- <http://minoviomecontrola.blogspot.com/>
- <https://www.donestech.net/>
- <http://www.porlosbuenostratos.org/>
- <https://autodefensa.online/>

Sare sozialetatik egindako erresistentzia horiek, ekintza kolektiboek eta edukien eta webguneen eraikuntzek izaera politiko eta sozial biderkatzailearekin jokatu dute, eta aukera eman dute hau lortzeko:

- 1) kolektibo horien aurkako erasoak ikusaraztea,
- 2) errealitate horien gaiak eta bizipenak gizartearen ertzean ez geratzea,

eta 3) pertsonak, bereziki nerabezeroan, arazoekin identifika daitezten lortzea, eta izandako sentimenduei eta esperientziei erantzuna eta zentzua ematea.

Horrela, HIKTak sendotasun- eta erresilientzia-mekanismo gisa uler daitezke, dibertsitate-, ekitate- eta berdintasun-kuota handiagoak sustatzen baitituzte. Ildo horretan, izaera eta helburu pedagogikoa dute, sormena sustatzen dutelako eta aukera ematen dutelako nerabeek parte hartzeko ildo indartsuagoak sortzeko eta dibertsitatea agerian jartzeko. Barrutik eta elkarrekin bizi gairela, erresistenteak izanik eta sareak sortuz, nola hautsi irakats dezakegu, bell hooks-ek esango lukeen bezala.

Horretan hasi behar dugu ;-D



IRAKASLEENTZAKO FITXA DIDAKTIKOAK

1. Ziberjazarpen sexuala

Zure mugikorrean neska baten irudi sexuala jasotzen duzun bakoitzean, litekeena da norbait hari min ematen saiatzen aritzea, eta litekeena da haren baimenik gabe zabaldu izana, neskak, sexualki agertzen direnean, umiliatu egin ahal direlako ideia hedatuz. Estereotipoak eta sinesmenak erabiltzen ditugu, sexualitatearen erruduntasuna emakumeengan jartzeko, *urdangak* deituz, eta gizonek beti beren sexu-konkistak zabaldu nahi izango dituztela pentsatzeko, *txapeldunak* deituz; baina hori ere indarkeria matxista da.

ETA ZUK ZER EGINGO DUZU IRUDI HORREKIN? ZABALTZEN JARRAITUKO DUZU?

- Esaiozu bidaltzen dizunari emakumeek eskubidea dutela beren sexualitatea esperimentatzeko.
- Isildu ziberindarkeriak.

1.

LANDU BEHARREKO HELBURUA

- ↳ Eredu sexista tradizionalak emakumeengan jartzen du EZETZ esateko erantzukizuna, eta gizonei aukera ematen die ez entzuteko edo gainetik pasatzeko.
- ↳ Onartzea zer dakarren baimenak, eta sareen bidez edukiak zabaltzeak baimen hori izan gabe.
- ↳ Ziberindarkeria-mota horren lekuko izan diren identifikatzea.
- ↳ Onartzea baimenik gabe edukiak ez erreproduzitzeak eta ez zabaltzeak duen garrantzia, eta egoera horien aurrean kolektiboki erantzuteko beharra.

2.

NOLA LANDU ZIBERINDARKERIA HAU

Ziberjazarpen sexualak bat egiten du nesken kulturaren egiten dugun umiliazio sozialarekin, haien “ohorea” edo balioa zikinduta balego bezala. Erreparatu nola biralak diren eduki sexual askotan neskak umiliatuta agertzen diren; horietako askotan mutilak ere agertzen dira, baina batez ere nesken sexualitatea iraintzen jarraitzen da. Emakumeak ezin dira sexualki agertu, emakumeen gorputzak besteen gozamenerako gorputzak direlako. Hala, beraz, gure kultura matxistak zigortu egiten ditu hori egiten dutenean, eta baimentzen du haienganako irain kolektiboa, etiketa moduan: “urdanga, erraza”.



3.

GALDETU IKASLEEI

1. Jaso al duzue inoiz eduki sexualizaturik zuen mugikorrean edo sareetan?
2. Zer sentitzen duzue iristen zaizuenean? Ikusi al duzue zer irain egiten dizkieten argazkietan azaltzen diren neskei?
3. Zuen ustez, beren buruari argazkiak egiten dizkieten neskek jendaurrean erakusteko egiten dute?
4. Eta norbaitek horretarako egingo balu, urdanga bat izango litzateke?
5. Zure ustez, mugikorrean irudi hori agertzearen errua neskarena edo beste pertsona batzuen al da?
6. Zure ustez, ondo ikusita dago iragarkietan sexualizatutako emakumeen gorputzak azaltzea?
7. Baina beraiek biluztea erabakitzen dutenean ez?
8. Nola deituko zenieke baimenik eskatu gabe ezagutzen ez dituzten nesken argazkiak zabaltzen dituzten pertsonari?

AZALDUTAKO SEXU-BAIMENARI BURUZKO BIDEOA ERE IKUS DEZAKEZU (<https://youtu.be/E4WTnJC-MrH8>), eta, ondoren, talde txikietan jarri, ziberjazarpen sexuareko egoera bati erantzun kolektiboa emateko estrategiei buruz eztabaidatu dezaten.

1. Nola erantzun dezakegu kolektiboki ziberindarkeria horien aurrean?
2. Ezagutzen al duzu nesken esperientziarik, laguna den beste neska batek bere gorputza erabiltzeko duen eskubidea defendatzeko jendaurrean agertzea erabaki duenik?
3. Inoiz bururatu al zaizu eduki sexualizatuak bidaltzen dizkizun pertsonari esatea gehiago ez bidaltzeko?
4. Zer gertatu da?

Erraztu bizipen pertsonalak adieraz ditzaten, baina gogoan izan: kontua ez da erruari buruz eztabaidatzea, baizik eta errua kentzea (gure buruari) eta sakoneko arazo kulturala identifikatzea. Emakumeek eskubidea dute beren sexualitatea eta gorputza askatasunez adierazteko, eta, horretarako, garrantzitsua da emakumeen gorputzak objektu gisa saltzen dituen kosifikazioaren eta hipersexualitatearen kultura kritikatzeko, eta iraintzen, umiliatzen eta erasotzen dutenak erantzule egitea. Halaber, publizitateko adibideak erabil ditzakezu, gure kulturaren etengabe kokatu eta saltzen baitira gorputz horiek hor, eta agerian utz dezakezu bakarrik iraintzen dugula emakumeek berek erabakitzen dutenean beren gorputza ikusaraztea.

2. Ziberjazarpen sexista

Sare sozialetan nesken gorputzarekiko irainak ikusten dituzun bakoitzean — potoloak eta itsusiak direla esanez, haiekin inork oheratu nahiko ez lukeela esanez, edo harrikoa egitera bidaliz —, agindu sexistak azaltzen dira berriz, ikusten ditugun pertsona guztiei esaten baitigute modu bakarra dagoela neska izateko, onartzen eta gustatzen den modu bakarra, eta gainerako izaerak ez direla *normalak* edo *gaizki* daudela. Estereotipoek eta sinesmenek bultzatuta, uste dugu neskek besteen gustukoak izan behar dutela, eta, hala ez bada, kolektiboki zigortuko ditugula; baina hori ere indarkeria matxista da.

ETA ZUK ZER EGINGO DUZU MEZU HORIEKIN? UTZIKO DUZU BEHIN ETA BERRIZ ESAN DITZATEN?

- Jazartzen duenari esaiozu neskak ez direla gustatzeko eta kontsumitzeko gorputzak.
- Isil itzazu ziberindarkeriak.

1.

LANDU BEHARREKO HELBURUA

- ↳ Edertasun-eredu tradizionala, neskei mehe, sexy eta zuri izatea ezartzen baitie, eta mutili, berriz, indartsu eta gihartsu izatea.
- ↳ Onartzea zer dakarten indarkeria sinbolikoak eta emakumeen aurkako mezu misoginoek.
- ↳ Ziberindarkeria-mota horren lekuko izan diren identifikatzea.
- ↳ Onartzea zein garrantzitsua den txiste eta gezur sexistak ez errepi-katzea eta egoera horien aurrean kolektiboki erantzuteko beharra.

2.

NOLA LANDU ZIBERINDARKERIA HAU

GALDETU IKASLEEI ZEIN ESTEREOTIPO ERREPikatzen dugun neskei buruz gaur egun, eta zein diren sareetan nesken kontra gehien ikusten dituzten irainak.



3.

GALDETU IKASLEEI

1. Zein da ideal gisa saltzen diguten neska-eredua?
2. Zein dira neskei onartzen zaizkien portaerak eta zein onartzen ez zaizkienak?
3. Identifikatu al duzue mutili baimentzen zaien eta neskeengan zigortzen den jokabideren bat?
4. Zuen ustez, dugun edertasun-ereduak zigortzen al ditu normatiboak ez diren emakumeen gorputzak?
5. Zuen ustez, emakume beltzak, potoloak, dibertsitate funtzionala dutenak, ederrak al dira gure iruditeriaren barruan?

Garrantzitsua da agerian jartzea ez dagoela edertasun-modu bakarra, ezta gorputz-modu bakarra ere. Baina, gainera, pilula honetan, gogoeta egin dezakegu sareetan emakumei eta gorputz ez-normatiboek buruz agertzen diren irainen aurrean kolektiboki erantzuteko beharraz.

ERANTZUN KOLEKTIBOAREN ADIBIDE BAT NETFLIXEN SEXEDUCATION SERIEAN DUGU: neska bat espazio publikoan jazartzen dute eta beldurra hartzen du autobusean bidaiatzeko. Zenbait ikaskidek laguntzeko erabakia hartzen dute, bakarrik joan ez dadin.
https://www.youtube.com/watch?v=aDu_L6v9KTY

Esaeizu saia daitezen adibideak aurkitze publikitatean, serieetan, telebistan, sarean...: normalean kontsumitzen dugun edertasun mehe, zuri eta heterozentratuaz bestelakoak diren edertasun-ereduak. Youtuber arrazializatuak, instagramer eta tiktoker feministak jarri ditugu aurreko atalean, eta bertara jo dezakezu adibideak aurkitzeko.

Erraztu haien bizipen pertsonalen adierazpena, baina gogoan izan kontua ez dela edertasun-eredu bat jartzea normatibo gisa edo bestearen gainetik hobea balitz bezala, baizik eta identifikatzea emakume eta gizon izateko dauden moduen dibertsitatea eta gorputzen dibertsitatea, normaltasunaren eta giza dibertsitatearen parte gisa. Giza espeziearen arau bakarra dibertsitatea da. Funtsezkoa da dibertsitate hori ikusaraztea eta erreferenteak aurkitzen saiatzea, arauetatik ateratzen diren pertsonak gehiago ez zigortzeko.

3.

Ziberkontrola

Uste baduzu normala dela mezu bat bidali eta segituan zure bikotekideak erantzun behar izatea, eta uste baduzu non eta norekin dagoen esatea konfiantzaren erakusgarri dela, maitasun erromantikoaren idealak eragina du zugan. Izan ere, irakatsi digute norbait maitatzeak posesibotasuna eta jelsia dakartzala, dena pertsona batekin egin nahi izatea. Neska bat maite baduzu, berak ez duela bere espazioaren beharrik izango, ez bere buruarentzako denbora edo mugen beharrik ere. Fusio eta mendekotasuneko harremanei buruzko mitoak ere indarkeria matxista dira.

ETA ZUK ZER EGINGO DUZU ZURE BIKOTEKIDEAREN ESPAZIOAREKIN?

- Maite duzunaren askatasuna maitatu behar duzu. Maite zaituenari esaiozu aske maite zaitzan.
- Isil itzazu ziberindarkeriak.

1.

LANDU BEHARREKO HELBURUA

- ↳ Emakumeengan dagoen mendekotasun-eredua eta gure kulturaren betikotzen den maitasun erromantikoa.
- ↳ Onartzea kontrola nagusitasun-modu bat eta botere-harreman bat dela.
- ↳ Ziberindarkeria-mota horren lekuko izan diren identifikatzea.
- ↳ Mitoak desegiteak duen garrantziaz onartzea eta bestelako harreman-moduak ezagutzea, askatasuna, errespetua eta elkar zaintzea dakartzatenak.

2.

NOLA LANDU ZIBERINDARKERIA HAU

GARRANTZIA DU AZTERTZEAK ZER ESPERIENTZIA DUTEN KONTROLARI BURUZ, ERA GUZTIETAKO HARREMANETAN (FAMILIAN, LAGUNEKIN, BIKOTEKIDEEKIN).



3.

GALDETU IKASLEEI

1. Erraz identifikatzen al dute pertsona batek kontrolatzen dituenen?
2. Zein da haien muga edo noiz sentitzen dute larritasuna?
3. Desberdina al da kontrolatzen zaituena zure familiako pertsona bat edo zure bikotekidea bada?

Jarri talde txikietan, gure kulturaren gehien agertzen diren maitasun erromantikoaren mitoak azter ditzaten. Esaietu mito horiek Internet bidez bilatzeko eta gainerako ikaskideei azaltzen saiatzeko. Identifikatu beharko dute zein diren, haien ustez, kaltegarrienak pertsona berdinen arteko askatasun-harremanak ezartzeko.

ERA BEREAN, ESAIEZU BI ZIRKULU MARRAZTEKO BEREN BIKOTE IDEALA IRUDIKATZEKO: ZIRKULU BATEK BEREN ESPAZIO PERTSONALA IRUDIKATUKO DU (NI) ETA BESTEAK BIKOTEKIDEAREN ESPAZIO PERTSONALA IRUDIKATUKO DU (BERA).

4. Nola erlazionatuko lirateke bi zirkulu horiek?
5. Bat bestea baino handiagoa izango litzateke?
6. Nonbait elkartuko dira, edo bananduta egongo al dira?
7. Zure bikotekideaz aparte, garrantzitsua den zer besterik sartuko zenuke zure espazio pertsonalean?
8. Zer partekatuko zenuke bikotekidearekin?

Erraztu haien bizipen pertsonalen adierazpena, baina gogoan izan kontua ez dela nola erlazionatu behar duten esatea, baizik eta gogoeta kritiko bat egitea, mendekotasunetik urrun eta interdependentzian eta elkarren zaintzan ardaztuta dauden bikotekideak aurkitu ahal izateko. Garrantzia du identifikatzeak, harreman batean, kontrola ez dela maitasunaren froga, baizik eta posesibotasunaren eta beste pertsona menderatzearen erakusgarri. Eta gizartean bidali dizkiguten mezuek bide ematen diote kontrol horri, hor ez baita errespetatzen beste pertsonaren espazioa-denbora.

4.

Ziberjazarpen LGTBIQA*fobikoa

Pertsona bat sare sozialetan jazartzen dutenean “arraroa, gaya, transa, lesbiana, bisexuala, arrazializatua, lodia” izateagatik, litekeena da jokabide hori birala izatea, baldin eta pertsona horrek babes-erantzunik jasotzen ez badu. Hala, ezarritako araudietatik ateratzen diren pertsonen kontra gure gizartean dagoen intolerantzia soziala errepikatzen da, sareetan gorroto-mezuak zabalduz. Pertsonen ustezko “normaltasunaz” dauden estereotipoei eusten diegu, eta ezkututzen dugu bakoitzak izateko, sentitzeko eta jokatzeko dituen modu askotarikoak; eta hori ere indarkeria matxista da.

ETA ZUK ZER EGINGO DUZU JAZARPEN HORI IKUSTEN BAZUZU? ZERBAIT ESAN AHAL DIZU HORI EGITEN DUTENEI?

- Jarri agerian izateko dauden modu askotarikoak, inor ez baita normaltasunaren adibide. Normaltasuna dibertsitatea da.
- Isil itzazu ziberindarkeriak.

1.

LANDU BEHARREKO HELBURUA

- ↳ Identitate zis eta heterosexuaren inguruan dagoen sexualitatearen ideia normatiboarekin haustea.
- ↳ Sexu- eta genero-dibertsitatea gizartean hazkunde kolektiborako elementu gisa onartzea.
- ↳ Ziberindarkeria-mota honen lekuko izan diren identifikatzea.
- ↳ Eduki LGTBIQA+fobikoak ez erreproduzitzeak duen garrantzia onartzea, eta egoera horien aurrean kolektiboki erantzuteko beharra.

2.

NOLA LANDU ZIBERINDARKERIA HAU

PILULA HONI BURUZKO BIDEOA IKUSI ONDOREN, GARRANTZITSUA IZANGO DA ONARPENAREKIN BALIOZKOTZEA, IZATEKO, SENTITZEKO ETA ADIERAZTEKO MODU GUZTIAK NORMALAK DIRELA IDENTIFIKATUZ, NAHIZ ETA ARAU GISA SALDU DUGUTEN IKUSPEGI HETEROSEXUALETIK ATERA.



3.

GALDETU IKASLEEI

Erraztu eztabaida; beti da garrantzitsua elkar errespetatzea, arau heterosexuak eta zis-etatik ateratzen diren pertsonen aurkako irainak sareetan ikusi ohi dituzten identifikatzeko.


1. Mezu LGTBIQA+fobikoak ikusten dituzue sareetan?
2. Ba al dakizue zer den transfobia?
3. Zuen ustez, ohikoa al da Interneten gorroto-hizkuntza LGTBIQA+ kolektiboko pertsonen kontra?
4. Zuen ustez, LGTBIQA+ pertsona arrazializatuek irain gehiago jasotzen dute sareetan?

Jarri talde txikietan, LGTBIQA+ letra bakoitzak zer esan nahi duen azal dezaten. Utz iezaezu hitz egiten sexu- eta genero-dibertsitatea ikusarazten duten eta haien erreferentziak ezagunak diren erreferentziak, erduei eta pertsonen buruz.

Pol-en bideoa ere jar dezakezu. Pol gizon trans bat da, eta matxismoa bere larruan nola pairatu zuen kontatzen du. <https://www.youtube.com/watch?v=NR2C6JwLXSE>

Miguel Nash-en “Maricón, bujarra eta nenaza” bideoa ere erabil dezakezu mutilen aurkako jazarpenaz hitz egiteko <https://www.youtube.com/watch?v=7hhuHDfLqDs>

Gonbida iezaezu kolektiboko pertsonen izandako esperientzia pertsonalei buruz hitz egin diezazuten, eta eman bidea beren bizipen pertsonalak adieraz ditzaten. Jarri arreta berezia norbaitek bere burua LGTBIQA+ gisa ikusarazi nahi badu, errespetu handiz har dezaten. Ez onartu taldean kritikarik txikiena ere bisexuala, lesbiana, trans, gay... den ikasleen kontra, eta moztu ildo horretan sor daitekeen edozein irain. Pertsonen identitatea ez da zalantzan jartzen, ez da eztabaidatzen, ez da kritikitzen. Sustatu askatasunetik izateko, sentitzeko eta adierazteko moduen aldeko laguntza kolektiboa. Dibertsitatea da norma.



**KONTSULTATUTAKO
ERREFERENTZIAKO
BIBLIOGRAFIA**

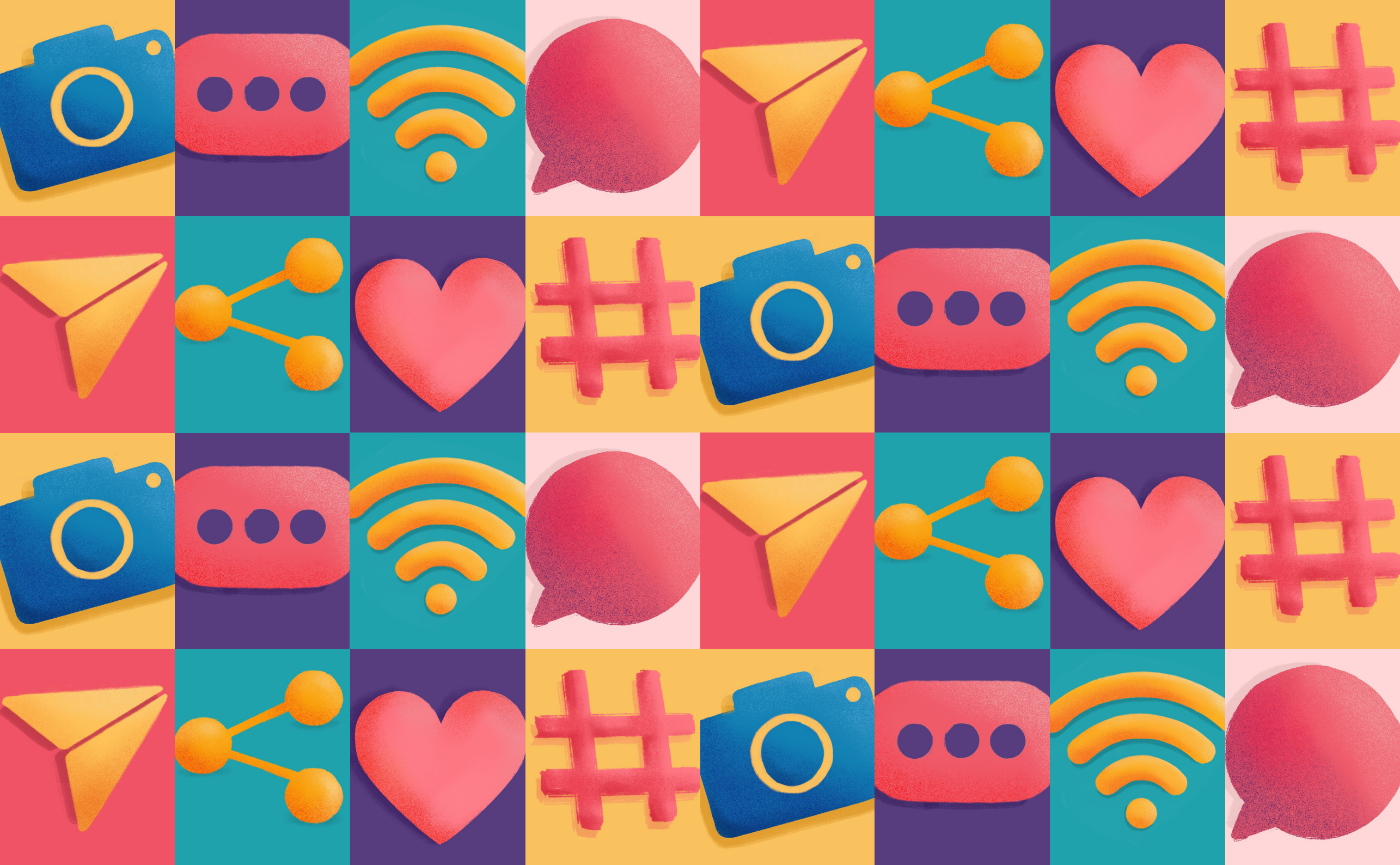
- Abreu, R. L. & Kenny, M. C. (2018). Cyberbullying and LGBTQ Youth: A Systematic Literature Review and Recommendations for Prevention and Intervention. *Journ Child Adol Trauma*, 11, pp. 81-97.
- Acevedo-Callejas, L. (2015). Queens and Jesters of YouTube: Communicating Gay/Lesbian Identities Through Humor in YouTube Channel Spanish Queens. *Sexuality & Culture*(20), 140-152.
- Aran-Ramspott, S., Fedele, M., & Tarragó, A. (2018). Funciones sociales de los youtubers y su influencia en la preadolescencia. *Comunicar*, 26(57), 71-80.
- Barua, A. (2012). Gendering the digital body: women and computers. *AI & Soc*(27), 465-477.
- Buelga, S. y Pons, J. (2011). Agresiones entre adolescentes a través del teléfono móvil y de internet. *Psychosocial Intervention*, 21, 91-101
- Buelga, S., Cava, M. J., & Musitu, G. (2010). Cyberbullying: victimización entre adolescentes a través del teléfono móvil y de Internet. *Psicothema*, 22, 784-789.
- Blackwell, C.; Birnholtz, J. & Abbott, C. (2015). Seeing and being seen: Co-situation and impresión formation using Grindr, a location-aware gay dating app. *New media & society*, 17 (7), Pp. 1117-1136.
- Bourdieu, P. (1999). *La dominación masculina*. Barcelona, España: Anagrama.
- Calvete, E., Orue, I., & Gámez-Guadix, M. (2016). Cyberbullying victimization and depression in adolescents: The mediating role of body image and cognitive schemas in a one-year prospective study. *European Journal on Criminal Policy and Research*, 22(2), 271-284.
- Cantera, I., Vázquez, N., & Estébanez, I. (2009). *Violencia contra las mujeres jóvenes: la violencia psicológica en el noviazgo*. Bilbao: Servicio de Mujer de Módulo Psicosocial Deusto- San Ignacio
- Delegación del Gobierno para la Violencia de Género. (2014). *El ciberacoso como forma de ejercer la violencia de género en la juventud: Un riesgo en la sociedad de la información y el conocimiento*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Díaz-Aguado, M. J. (2003). Adolescencia, sexismo y violencia de género. *Papeles del Psicólogo*, 23(84), 35-44.
- _ (2005). La violencia entre iguales en la adolescencia y su prevención desde la escuela. *Psicothema* 17 (4), pp. 549-558. ISSN 0214 – 9915.
- _ (2009). Prevenir la violencia de género desde la escuela. *Revista Estudios de Juventud* (86), pp. 31-46. ISSN: 0211-4364.
- Díaz-Aguado, M. J., & Carbajal, M. I. (2011). *Igualdad y Prevención de la violencia de género en la adolescencia*. Madrid, España: Universidad de la Complutense.
- Egan, E. D., & Hawkes, G. L. (2012). Sexuality, youth and perils of endangered innocence: how history can help us get past the panic. *Gender and Education*, 24(3), pp. 269-284. Doi:
- Elipe, P. Muñoz, M. & Del Rey, R. (2018) Homophobic Bullying and Cyberbullying: Study of a Silenced Problem, *Journal of Homosexuality*, 65:5, 672-686, DOI: 10.1080/00918369.2017.1333809
- Flores, P., & Browne, R. (2017). Jóvenes y patriarcado en la sociedad TIC: Una reflexión desde la violencia simbólica de género en redes sociales. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), 147-160.
- Frosh, S., Phoenix, A., & Pattman, R. (2002). *Young Masculinities*. New York, EEUU: Palgrave.
- García, A. C., & López, M. C. (2016). Adolescents and YouTube: creation, participation and consumption . *Revista de Investigación Social*, 61-89.
- Gobierno Vasco (2013). *La desigualdad de género y el sexismo en las redes sociales. Una aproximación cualitativa al uso que hacen las redes sociales las y los jóvenes en la CAPV*. Gazteiz: Colección Gazteak, 7.
- Herrera, C. (2010). *Construcción sociocultural del amor romántico*. Madrid, España: Fundamentos.
- Illouz, E. (2009). *El consumo de la utopía romántica, el amor y las contradicciones culturales del capitalismo*. Madrid, España: Katzeditorial.
- Jaspal, R. (2017). Gay Men's Construction and Management of Identity on Grindr. *Sexuality & Culture*, 21, pp. 187–204, DOI 10.1007/s12119-016-9389-3
- Jiménez-Albiar, M. I., Piqueras, J. A., Mateu-Martínez, O., Carballo, J. L., Orgilés, M., & Espada, J. P. (2012). Diferencias de sexo, características de personalidad y afrontamiento uso de Internet, el móvil y los videojuegos en la adolescencia. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 12(1), 61-82.
- Josang, A., & Ismail, R. (2002, June). The beta reputation system. In *Proceedings of the 15th bled electronic commerce conference* (Vol. 5, pp. 2502-2511).
- Kennedy, M. (2020). If the rise of the TikTok dance and e-girl aesthetic has taught us anything, it's that teenage girls rule the internet right now: TikTok celebrity, girls and Coronavirus crisis. *European Journal of Cultural Studies*, 23 (6), pp. 1069-1076.
- Lenhart, A. (2009). *Teen and Sexting*. Pew Research Center. Washington, D.C: Pew

Internet & American Life Project.

- Jane, E. (2018). Cyberhate, Feminist Flight and Fight Responses to Gendered. En M. Segrave, & L. Vitis, *Gender, Technology and Violence* (págs. 45-61). New York: Routledge.
- Martino, W., & Pallota-Chiarolli, M. (2005). *Being Normal is the only way to be. Adolescents perspectives on gender and school*. Sydney, Australia: Univerty of South Wales.
- Mishna, F., Schwan, K. J., Birze, A., Van, M., Lacombe-Duncan, A., & McInroy, L. A.-S. (2018). Gendered and Sexualized Bullying and Cyber Bullying: Spotlighting Girls and Making Boys Invisible. *Youth & Society*, 92-119.
- Mitchell, K. J., Jones, L. M., Turner, H. A., Shattuck, A., & Wolak, J. (2016). The Role of Technology in Peer Harassment: Does It Amplify Harm for Youth? *Psychology of violence*, 6(2), 193-204.
- Pineda, S., & Aliño, M. (1999). El concepto de la adolescencia. En F. Cruz, S. Pineda, N. Martínez & M. Aliño, *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la Salud en adolescencia* (pp. 15-23). Ciudad de la Habana, Cuba: MINSAP.
- Powell, A., & Henry, N. (2014). Blurred Lines? Responding to ‘Sexting’ and Gender-based Violence among Young People. *Childen Australia*, 39, 119-124.
- Renold, E. (1997). All They’ve Got on their brains is Sport, Maculinity and the Gendered Practices of Playground Relations. *Sport, Education and Society*, pp. 5-23. Doi: doi.org/10.1080/1357332970020101.
- _ (2002). Presumed: (Hetero) sexual, heterosexist and homophobic harassment among primary school girls and boys. *Childhood*, 9(4), pp. 415-434. Doi: 10.1177/0907568202009004004.
- Renold, E., & Allan, A. (2016). Bright and Beautiful: High achieving girls, ambivalent femininities, and the feminization of success in the primary school. *Discourse: studies in the cultural politics of education*, pp. 457-473. Doi: doi.org/10.1080/01596300600988606.
- Ringrose, J., & Renold, E. (2010). Normative cruelties and gender deviants: the performative effects of bully discourses for girls and boys in school. *British Educational Research Journal*, 36(4), pp. 573-596. Doi: doi.org/10.1080/01411920903018117.
- Ringrose, J., Harvey, L., Gill, R., & Livingstone, S. (2013). Teen girls, sexual double standards and ‘sexting’: Gendered value in digital image exchange. *Feminist Theory*, 14(3), 305-323.
- Ruiz, C. (2014). *La construcción social de las relaciones amorosas y sexuales en la adolescencia. Graduando violencias cotidianas*. Jaén, España: Diputación Provincial

de Jaén.

- Salamanca, P.; Janulis, P.; Elliott, M.; Birkett, M. & Mustanski, B. (2019). An Investigation of Racial and Ethnic Homophily on Grindr Among an Ongoing Cohort Study of YMSM. *AIDS and Behavior*, 23, pp. 302-311
- Strassberg, D. S., McKinnon, R. K., Sustaíta, M. A., & Rullo, J. (2012). Sexting by High School Students: An Exploratory and Descriptive Study. *Archives of Sexual Behavior*, 42, 15-21.
- Timmermans, E. & Courtois, C. (2018) From swiping to casual sex and/or committed relationships: Exploring the experiences of Tinder users, *The Information Society*, 34:2, 59-70, DOI: 10.1080/01972243.2017.1414093
- Tsitsika, A., Janikian, M., Wójcik, S., Makaruk, K., Tzavela, E., Tzavara, C., & Richardson, C. (2015). Cyberbullying victimization prevalence and associations with internalizing and externalizing problems among adolescents in six European countries. *Computers in Human Behavior*, 51, 1-7.
- Tubert, S. (2008). La construcción de la identidad sexuada en la adolescencia. En Instituto de la Mujer, *Imaginario cultural, construcción de identidades de género y violencia: formación para la igualdad en la adolescencia* (pp. 50-88). Madrid, España: Ministerio de igualdad.
- Turkle, S. (1997). *La vida de la pantalla. La construcción de la identidad en la era de Internet*. Barcelona: Paidós.
- Valdemoro, J. y Peyró, M.J (2009). Juventud y violencia de género. *Revista Estudios y Juventud*, 86. *Feminism & Psychology*, 28(1), pp. 69-89.



#isilaraziindarkeria



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO



GARAPENERAKO
LANKIDETZAREN
EUSKAL AGENTZIA
AGENCIA VASCA DE
COOPERACION PARA
EL DESARROLLO