Anne SANZ DE GALDEANO LEGARDA

PSIKOLOGIA

HEZIKETA SEXUALAREN BEHARRAK IDENTIFIKATZEKO PROTOKOLOA ETA ERANTZUN GIDA

TFG/GBL 2020

upna
Universidad Pública de Navarra
Nafarroako Unibertsitate Publikoa
Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Giza eta Gizarte Zientzien Fakultatea

Grado en Maestro de Educación Primaria /
Lehen Hezkuntzako Irakasleen Gradua

Lehen Hezkuntzako Irakasleen Gradua

Grado en Maestro en Educación Primaria

Gradu Bukaerako Lana
Trabajo Fin de Grado

HEZIKETA SEXUALAREN BEHARRAK IDENTIFIKATZEKO PROTOKOLOA ETA ERANTZUN GIDA

Anne. SANZ DE GALDEANO.
LEGARDA.

GIZA ETA GIZARTE ZIENTZIEN FAKULTATEA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

NAFARROAKO UNIBERTSITATE PUBLIKOA
UNIVERSIDAD PÚBLICA DE NAVARRA

Ikaslea / Estudiante
Anne SANZ DE GALDEANO LEGARDA

Izenburua / Título
Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida.

Gradu / Grado
Lehen Hezkuntzako Irakasleen Gradua / Grado en Maestro en Educación Primaria

Ikastegia / Centro
Giza eta Gizarte Zientzien Fakultatea / Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Nafarroako Unibertsitate Publikoa / Universidad Pública de Navarra

Zuzendaria / Director-a
Fernando. TREBOL. UNZUE.

Saila / Departamento
Psikologia eta pedagogia saila / Departamento de psicología y pedagogía.

Ikasturte akademikoa / Curso académico
2019/2020

Seihilekoa / Semestre
Udaberria / Primavera

Hitzaurrea

2007ko urriaren 29ko 1393/2007 Errege Dekretua, 2010eko 861/2010 Errege Dekretuak aldatuak, Gradu ikasketa ofizialei buruzko bere III. kapituluan hau ezartzen du: "ikasketa horien bukaeran, ikasleek Gradu Amaierako Lan bat egin eta defendatu behar dute [...] Gradu Amaierako Lanak 6 eta 30 kreditu artean edukiko ditu, ikasketa planaren amaieran egin behar da, eta tituluarekin lotutako gaitasunak eskuratu eta ebaluatu behar ditu".

Nafarroako Unibertsitate Publikoaren Haur Hezkuntzako Irakaslearen Graduak, ANECAk egiaztatutako tituluaren txostenaren arabera, 12 ECTSko edukia dauka. Abenduaren 27ko ECI/3857/2007 Aginduak, Lehen Hezkuntzako irakasle lanetan aritzeko gaitzen duten unibertsitateko titulu ofizialak egiaztatzeko baldintzak ezartzen dituenak arautzen du titulu hau; era subsidiarioan, Unibertsitatearen Gobernu Kontseiluak, 2013ko martxoaren 12ko bileran onetsitako Gradu Amaierako Lanen arautegia aplikatzen da.

ECI/3857/2007 Aginduaren arabera, Lehen Hezkuntzako Irakaslearen ikasketa-plan guztiak hiru modulutan egituratzen dira: lehena, oinarrizko prestakuntzaz arduratzen da, eduki sozio-psiko-pedagogikoak garatzeko; bigarrena, didaktikoa eta dizplinakoa da, eta diziplinen didaktika biltzen du; azkenik, Practicum daukagu, zeinean graduko ikasleek eskola praktiketan lortu behar dituzten gaitasunak deskribatzen baitira. Azken modulu honetan dago Gradu Amaierako Lana, irakaskuntza guztien bidez lortutako gaitasun guztiak islatu behar dituena. Azkenik, ECI/3857/2007 Aginduak ez duenez zehazten gradua lortzeko beharrezkoak diren 240 ECTSak nola banatu behar diren, unibertsitateek ahalmena daukate kreditu kopuru bat zehazteko, aukerako irakasgaiak ezarriz, gehienetan.

Beraz, ECI/3857/2007 Agindua betez, beharrezkoa da ikasleak, Gradu Amaierako Lanean, erakus dezan gaitasunak dituela hiru moduluetan, hots, oinarrizko prestakuntzan, didaktikan eta diziplinan, eta Practicumean, horiek eskatzen baitira Lehen Hezkuntzako Irakasle aritzeko gaitzen duten unibertsitateko titulu ofizial guztietan.

Lan honetan, oinarrizko prestakuntzako modulua oinarri teorikoetan zein gaiak irakasle lanbidearekin duen harremanean egin du ekarpena. Heziketa sexualaren beharra justifikatzeko eta identifikatzeko aukera emateaz gain sexu heziketaren oinarrizko

alderdiak azaltzeko aukera eman du, bide batez, gaur egungo hezkuntzan dauden sexu heziketaren hutsuneak azaleratuz.

Didaktika eta diziplinako modulua marko teoriko eta praktikoan garatzen dira. Sortutako protokoloaren bidez, heziketa sexuala nola landu behar den jakiteko eta era berean sexu heziketaren beharrak identifikatzeko eta hauek asetzeko aukera eman du.

Halaber, Practicum moduluak heziketa sexuala lantzeko beharra dagoela ziurtatzeko eta egiaztatzeko aukera eman du, hau da, Lizarra Ikastolan egindako praktikak ikasleek heziketa sexualaren beharra dutela egiaztatzeko aukera eman dute. Gainera, behar hau Nafarrora mugatzen ez dela ikusteko ere balio izan du. Palafox programari esker, atzerrian ikasteko aukerari esker, Chileko eskoletan ere heziketa sexuala landu beharreko irakasgaia dela ere ikusteko balio izan du.

Beste alde batetik, ECI/3854/2007 Aginduak ezartzen du, Gradua amaitzerako, ikasleek gaztelaniazko C1 maila eskuratuta behar dutela. Horregatik, hizkuntza gaitasun hau erakusteko, bi eletan idatziko dira lanaren “Sarrera” eta “Ondorioak” atalak. Honekin batera, gaztelera idatziko dira “3.2. Egileak / Autores”, “3.3 Marko legala” atalaren parte diren zenbait lege eta “3.8. Protokoloa” atala.

Laburpena

Gradu Bukaerako Lanaren helburu nagusia Lehen Hezkuntzako hezitzaileentzako "Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida" bat da. Horretarako heziketa sexuala lantzearen beharra aztertu eta justifikatu egin da.

Ildo beretik, lan honek hezitzaileek heziketa sexuala lantzeko ezagutza zientifiko eta profesionalak lortzearen beharra aldarrikatu eta frogatzeko xedeak dauzka. Horretarako, sexualitatea, haurren garapen psikosexuala, egileak, legedia, materialak, baliabideak, erakundeak eta gaur egungo sexu heziketaren inguruko ikerketa lan sakona egin da. Modu honetan, lortutako informazioa antolatuz eta ikaslegoaren ezaugarriak kontuan hartuz irakasleen esku-hartzea gauzatzeko material erraz eta praktiko bat sortu da.

Laburbilduz, hezitzaileek heziketa sexuala eskolan lantzeko baliabide gabeziari erantzun emateko abiapuntu den proposamena aurkezten da lan ekoizpen honetan.

Hitz gakoak: Protokoloa eta erantzun gida; beharra, ikerketa, ezagutza zientifikoa eta profesionala eta esku-hartzea.

Resumen

El objetivo principal del Trabajo de Fin de Grado ha sido la creación de un "Protocolo para identificar las necesidades de la educación sexual y una guía de respuestas" para los educadores y educadoras de Educación Primaria. Para ello se ha analizado y justificado la necesidad de trabajar la educación sexual.

El objetivo de este trabajo también ha sido reivindicar y demostrar que los educadores y educadoras deben adquirir conocimientos científicos y profesionales para trabajar dicha asignatura. Así, he realizado un gran trabajo de investigación sobre la sexualidad, el desarrollo psicosexual de los niños y niñas, los autores, la legislación, los materiales, los recursos, las instituciones y la educación sexual actual. He organizado la información obtenida y he creado un material sencillo y práctico para llevar a cabo la intervención del profesorado, siempre teniendo muy en cuenta las características del alumnado.

En definitiva, he producido material dirigido al profesorado ofreciendo a los profesores y profesoras un punto de partida para trabajar la asignatura de educación sexual en la

escuela.

Palabras clave: Protocolo y guía de respuesta; necesidad, investigación, conocimiento científico y profesional e intervención.

Abstract

The main goal of this end-of degree work has been the creation of a “protocol to identify the needs of the sexual education and an answer key” for the teachers of primary education. For that purpose, the need of putting sexual education to work has been analysed and proved through an exhaustive research activity.

The aim of this work has also been to claim and demonstrate that educators must acquire scientific and professional knowledge to work sexual education. Thus, a substantial research study has been done about sexuality, psychosexual development of children, authors, legislation, materials, resources, educational institutions and existing sexual education. In such a way the obtained information has been organized and a simple and practical material for the teachers' intervention has been created, always strictly taking into account the characteristics of the students.

All in all, material has been created intended to teachers, offering them a point of departure to work the sexual education at school.

Keywords: protocol and response guide; need, research, scientific and professional knowledge and intervention.

Eskerrak

Lehenik eta behin, eskerrak eman José Luis Garcíari, Nafarroako sexologo eta profesionalari, emandako aholkularitza eta eskainitako laguntzagatik.

Baita ere, Fernando Trebol Unzue den Gradu Bukaerako laneko tutoreari, etengabeko elkarlana eta aholkularitza emateagatik.

Azkenik, eskerrak eman nire familiari gradu bukaerako lan bat egiteko behar diren etengabeko iruzkin positiboak eskaintzeagatik.

Aurkibidea

Sarrera	1
1. Justifikazioa	3
2. Helburuak eta Galderak	5
2.1. Helburuak	5
2.2. Galderak	7
3. Oinarri teorikoa	9
3.1. Sexualitatea eta oinarrizko kontzeptuak	9
3.2. Egileak / Autores	25
3.3. Marko legala	29
3.3.1. Osasun sexuala	29
3.3.2. Aniztasun sexuala	29
3.3.3. Generoa	30
3.3.4. Haurtzaroa	30
3.4. Sexualitatearen garapena haurrengan	31
3.4.1. Sexualitatearen garapena (0-12 urte bitarte)	31
3.4.1.1. Haur Hezkuntza (0-6 urte bitarte)	31
3.4.1.2 .Lehen Hezkuntza (6-12 urte bitarte)	33
3.4.1.3. Bigarren Hezkuntza (12- 16 urte bitarte)	35
3.4.2. Abraham Maslow. Beharren piramidea.	43
3.5. Erakundeak	45
3.6. Materialak	52
3.7. AMIA / DAFO	55
3.8. Protokoloa	56
4. Garapena	57
4.1. AMIAren aplikazioa	57
4.2. Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa	59
Ondorioak	79
Bibliografia	85
Eranskinak	95
I. Eranskina. Heziketa sexuala lantzeko glosategia. Irakasleentzako materiala. Lehen Hezkuntza maila bakoitzerako egokitua.	95
II. Eranskina. José Luis García sexologo eta adituarentzako sortutako dokumentua eta galdetegia.	96
III. Eranskina. Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida.	109
Irudien aurkibidea	
1. Irudia. Heziketa sexuala lantzeko glosategia mailakatuta	23
2. Irudia. Abraham Maslow-ren beharren piramidea.	44
3. Irudia. AMIAren aplikazioa.	58
4. Irudia. AMIAren aplikazioa.	58
5. Irudia. AMIAren aplikazioa.	59
6. Irudia. Ikasgelarako antolakuntza-neurriak atala.	62
7. Irudia. Ikaslegoaren ezaugarriak identifikatzeko galdetegia.	63
8. Irudia. Ikasleen garapen sexuala “Desarrollo psicosexual” euskaratutako laburpenaren atal bat.	63
9. Irudia. Protokoloaren esku-hartzearen plangintza.	73

10. Irudia. Esku-hartzearen ebaluazio atala. 77
11. Irudia. Ikasleen beharrak identifikatzeko galdetegia. 77
12. Irudia. Irakasleek ebaluazio txostena egiteko eta proposamenak biltzeko galdetegia. 78

Taulen aurkibidea

1. Taula. Heziketa sexuala lantzeko glosategia. 11
2. Taula. AMIA ebaluazio sistemaren taula. 55
3. Taula. Protokoloaren 1. Atala “Beharren identifikazioa”. 59
4. Taula. Protokoloaren “Beharren identifikazioa” atala “Protokoloari dagokion edukia” atalarekin lotura duen azalpen gehigarrien lehengo atala. 60
5. Taula. Irakasleen prestakuntzarako egileak atala. 64
6. Taula. Irakasleen prestakuntzarako legedia atala. 64
7. Taula. Irakasleen prestakuntzarako erakundeak atala. 66
8. Taula. Irakasleen prestakuntzarako baliabideak eta materiala atala. 70
9. Taula. Irakasleen prestakuntzarako jarraitu eta kontuan izan beharreko irizpideak atala. 72
10. Taula. Protokoloaren noiz, non, nola, zer eta norekin atalak. 73

SARRERA

Nafarroako Unibertsitate Publikoko Lehen Hezkuntzako Irakasleen Graduko, zehazki 2019-2020ko promozioan, Gradu Bukaerako Lana egitea egokitu zait. Unibertsitateak eta tutoreak eskainitako GBL enpirikoaren formatua jarraitu eta nire lanaren zuzendariaren laguntzarekin batera aurrera eramatea lortu dut.

Aspalditik heziketa sexualaren inguruko lana egitea pentsatua nuen, horregatik hasiera batean gaiaren inguruko informazio-bilketa sakona egin nuen eta bizitako esperientziak bildu nituen gaia ahalik eta hobekien menperatzeko. Ondoren, gaiaren lanketa eta proposamen didaktikoa aurrera eraman nituen, lanaren ekoizpen finala heziketa sexuala lantzeko protokolo bat izateko helburu nagusiarekin.

Gaiaren sakontasun, gaiaren lanketan dirauten hutsune eta gaia tabu eta ahaztua izateak, zalantzarik gabe, oztopo eta buruhauste asko sorrarazi dizkit lana egiterakoan. Hala ere, azkeneko emaitzari jaramon eginez, nahiko harro eta pozik geratu naiz, beti ere hobekuntzak egiteko aukerak daudelarik.

Horrela, irakurleak heziketa sexualaren eta batez ere sexualitatearen inguruan gehiago ikasteko aukera izango du. Alde batetik, heziketa sexualaren oinarri teorikoak eta haurren garapen psikosexualaren inguruko informazio zientifikoa eta profesionala eskainiz eta hori lantzeko baliabideak azalduz. Bestetik, irakasleei zuzendutako heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida aurkeztuz. Gauzak horrela, nire lana irakurtzeko gonbidapena helarazten dizuet.

INTRODUCCIÓN

Me ha correspondido hacer el Trabajo de Fin de Grado en Maestro en Educación Primaria en la Universidad Pública de Navarra, concretamente en la promoción de 2019-2020. He seguido el formato empírico ofrecido por la Universidad y con la ayuda del director del trabajo lo he podido llevar a cabo.

He estado pensando en trabajar en educación sexual durante mucho tiempo, por lo que inicialmente recopilé información detallada sobre el tema y reuní mis experiencias para dominar el tema lo mejor que pude, y luego realicé una propuesta didáctica, con el deseo de crear un protocolo para los profesores y las profesoras.

Al ser un tema profundo, un tema olvidado y tabú que ha tenido muchas lagunas y aún las tiene, es un trabajo que me ha causado muchos obstáculos y dolores de cabeza. Sin embargo, mirando el resultado final, estoy muy orgullosa y feliz del trabajo realizado, teniendo muy presente la idea de que siempre hay oportunidades para mejorarlo.

Este trabajo permitirá al lector aprender más sobre educación sexual y especialmente sobre la sexualidad. Por un lado, proporcionando información teórica y profesional sobre los fundamentos teóricos de la educación sexual y el desarrollo psicosexual de los niños y niñas, además de presentar los recursos para trabajar en esto. Por otro lado, presentando un protocolo y una guía de respuesta para identificar las necesidades de la educación sexual. Siendo ese el caso, los invito a leer mi trabajo.

1. JUSTIFIKAZIOA

Heziketa sexuala betidanik ahaztuta egon den alor garrantzitsua izatearen ondorioz urte asko behar izan dira haurren behar afektibo-sexualak onartuak izateko. Nahiz eta Nafarroan argitalpen, material eta baliabide ugari dauden, oraindik ere irakasleentzako bilduma sintetiko, erabilgarri eta praktiko baten beharra agerikoa den heinean, sexuari eta berdintasunean oinarritutako hezkuntzari erantzuteko lana duzu hau; heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida bat eskaintzen duena, alegia. Haurrek sexualitate positiboa eta arriskurik gabekoa bizi behar dute eta hori heziketa sexuala ikastetxeetan txertatzearekin lortu daiteke.

Sexualitateak kontrol politiko eta erlijiosoen menpe urte asko jasan ditu, nahiz eta pertsona guztiak sexudunak izan, nahiz eta pertsona guztiak sexualitatea jaiotzatik hil arte bizi dugun. Egia da sexualitatea botere politikoetatik urrun kokatzen den gaia dela baina urte asko eman ditu debeku eta errepresio modelo baten menpe. Aipatzekoa da hezkuntzan gaia beste modu batean jorratzen hasi den arren, oraindik, ugalketa eta egitura fisiologikoaren azalduetan ematen dela eta, horrenbestez, erlazio afektibo, emozio eta harreman sozialekin erlazionatuz lantzearen beharra dagoela. Esandakoaren harira, hezitzaileek duten informazio eta formazio faltagatik sexualitatea gelan lantzeko zailtasun handiak daude eta horrek oinarrizko ezagutzen, kontzeptuen, nahasketa dakar. Hortaz, behin betiko sexualitatearen tabua gainditzeko asmoz heziketa sexuala txikitatik beldurrik gabe, modu aske, zientifiko eta profesional batean lantzea proposatzen da gradu bukaerako lan honetan. Hezitzaile eta sexologia arloan lan egiten duten pertsonek amets egiten duten heziketa sexuala eskaini ahal izateko irakasle, familia eta ikasleen arteko lankidetza sustatzea ezinbestekoa dela goraipatuz. Inoiz ez da erraza izan gurasoekin sexuaren inguruan hitz egitea eta hauei zalantzak galdetzea. Horregatik, beldur eta lotsa horiek atzean uzteko elkarlanean oinarritutako heziketaren beharra dago.

Egia da gaur egun heziketa sexuala lantzeko baliabide ugari daudela baina zalantzarik gabe Internet da gaur egun informazio iturri nagusiena. Ikasleek zein adituek (irakasleek) informazio ugari lor dezakete Interneten bitartez. Hori horrela izanik, gertakizun sexualen ikaskuntza gehiena Internetek eta pornografiak eskainitako jarrera sexualengandik lortzen dute neska eta mutilek, honako ondorioari bide emanez:

Pornografia da gaur egungo heziketa sexuala. Pornografiak jarrera sexual arriskutsuak, isilpekoak, bortitzak eta irrealak islatzeaz gain, emakumea gizonaren menpe egon behar den pertsona gisa, objektu gisa, adierazten du. Haurrek imitazioaren bitartez asko ikasten dutela adierazi dute aditu askok eta hori bera gertatzen da ikasleek pornografia ikusten dutenean, jarrera sexual irrealak eta desegokiak ikasten eta erreproduzitzen dituzte haien osasun sexuala eta besteena arriskuan jarriz. Gainera, haurren imitazio horiek askotan bortxaketa eta jazarpen sexualen eragile dira. Hori dela eta ezinbestekoa da txiki txikitatik neska eta mutil guztiei heziketa sexuala eskaintzea, ongizatean, norberaren gorputzaren ezagutzan, errespetuan eta berdintasunean oinarritutako sexu heziketa alegia. Hori lortzeko helburuarekin heziketa sexuala lantzeko glosategia ere aurkituko duzu lan honetan, zeinetan sexu heziketaren alderdi psikobiologikoa, sozio-afektiboa, sozio-kulturala eta alderdi biopsikosoziala osatzen duten kontzeptuen esanahiak biltzen diren.

Afektibitatea, emozioak eta sentimenduak, sexualitaterekin batera lantzeak ikasleentzako aberasgarria den ikaskuntza esanguratsua eskaintzea dakar. Edonork du bere sexualitatea modu librean bizi eta, are gehiago, prozesu horretan sentsazio zein emozio desberdinak sentitzeko eskubidea. Haurrei txikitatik hori irakasteak hain garrantzitsua den adimen emozionala aberasteko aukera eskaintzen du. Beraz, hezkuntzak, sexuaren alorrean pertsona libreak eta autonomoak hezteko testuinguru paregabea eskain dezake, sexu heziketa profesionala irakatsiz.

Nafarroa osasun sexuala lantzeko baliabide publiko asko dituen lurraldea den arren, oraindik ere hainbat gai nagusi konpondu edo erantzun gabe dituen lurraldea izaten jarraitzen du; hala nola, abortua, heziketa sexuala… Hori dela eta, ikastetxeetan heziketa sexuala lantzea oraindik erronka handia da. Erronka handia baina beharrezkoa. Genero indarkeria, bortxaketak, sexu jazarpena… ekidin behar dira eta hori lortzeko haurrei txikitatik intimitate sexuala eta askatasun sexuala zer den irakatsi behar zaie besteak beste. Haurrek edonon eta edonoiz askatasun sexual osoa dutela ulertu eta barneratu behar dute, hau da, intimitate sexualari bai edo ez esateko gaitasuna izan behar dute. Hori lortuz gero, sexu jazarpen asko aurreikusi eta ekidin egingo direlako.

Aipatutako guztiaren harira, ezberdintasun sozialek, are gehiago, gizon eta emakumeen artean ematen direnak, sexua botere arma gisa erabiltzea eragiten dute. Horri aurre

egiteko berdintasunean oinarritutako heziketa eskaini behar zaie gaur egungo ikasleei. Hori lortzeko heziketa sexuala dugu beste hainbat alor ditugun bezala, sexu heziketa zehar arlo bezala lantzea proposatuz.

Laburbilduz, hezkuntzak, ez bakarrik heziketa sexualak, aipatutako alderdi guztiak landu behar ditu lehentasunezko modu batean. Hezkuntza sexuala, berdintasuna da, baino batez ere, zeharkakoa eta ikasgai guztietan txertatu beharrekoa. Geletan aipatutako jarrera guztiak landu behar dira modu antolatu batean. Haurrek, entzun, irakurri, behatu eta aktiboki parte-hartu behar dute askatasun indibidualean, eta sexu erlazioak izateko elkarrekiko akordioan, eta beti ere errespetuz. Oso garrantzitsua da ikasleei sexualitatea polita eta posiblea dela adieraztea soilik elkarrekiko akordioa denean eta libreki hori erabakitzen dutenean.

2. HELBURUAK ETA GALDERAK

Ondorengo atalean gradu amaierako lanaren helburuak eta hauekin harreman zuzena izango duten galderak jasotzen dira. Planteatutako helburuen iturburua gaur egungo eskoletan dagoen heziketa sexualaren beharrean kokatzen da. Bestalde, galderak heziketa sexuala arloari dagozkion kezka orokor eta errealei erreferentzia egiteaz gain, edozein hezitzailek gaiaren inguruan izan dezakeen ezjakintasunaren aurrean izan ditzakeen galderak dira.

2.1. Helburuak

1. Gaur egungo hezitzaileek ikasleek heziketa sexuala lantzeko dituzten beharrak identifikatzea.

Garrantzitsua da heziketa sexualaren beharren iturburua zein den aztertzea eta ondo ezagutzea, ikasleekin abiapuntu horretatik lan egiten hasteko eta lan prozesua beharren araberakoa izateko.

2. Heziketa sexuala lantzearen beharra eta onurak identifikatzea.

Beharrezkoa da lantzen ari diren edukiek izan ditzaketen onurak identifikatzea eta hauek baloratzea, heziketa sexualaren beharra egiaztatzea garrantzitsua izango den bezala.

3. Ikasleen sexualitatearen garapen prozesua identifikatzen jakitea eta

erespetatzea.

Haur eta gazten sexualitatearen prozesu osoa ezagutzea ezinbestekoa da hauek momentu bakoitzean behar duten laguntza jaso dezaten eta informazio hori erabilgarria izateko haien garapen prozesurako.

4. Hezitzaileentzako haurren sexualitatearen garapenaren edozein momentutarako laguntza zein materiala eskaintzea.

Hezitzaileek haurren sexualitatearen prozesu osoan zehar gertatzen diren berezitasunak ezagutzea ezinbestekoa da, ikasleentzako material egokia sortu edo lortu ahal izateko eta haientzako esanguratsua izateko.

5. Ikasleek haien gorputza ezagutzeko prozesuan laguntza zein informazioa izatea.

Hezitzaileek gaiaren inguruko jakintzak izan behar dituzte gerora ikasle bakoitzak dituen kezka eta beharrei erantzun zuzena eman ahal izateko. Informazio edo laguntzaren aukeraketa hezitzaileen lana izango da. Hortaz, beharrezkoa da irakasleek ikasleak behatzea, hauen sexualitatearen garapen prozesuaren jarraitzaile izatea eta, batez ere, hezitzaileek heziketa sexualaren ezagutza zientifikoa eta profesionala islatzea.

6. Ikasleek heziketa sexualaren inguruan izan ditzaketen zalantzak aurreikustea eta hauen erantzuna ematea.

Ikasleak bizi diren testuinguruak ezagutu behar dira, ikasleek izan ditzaketen zalantzak edo kezkak ezagutu ahal izateko.

7. Hezitzaileek ikasleek heziketa sexualaren inguruan izan ditzaketen zalantzak aurreikustea hauei erantzun egokia eta zuzena ematea ahalbidetuko du.

Irakasleak ikasleak baino pauso bat aurrerago egon beharko dira beti, aurreikusi beharko dituztelako ikasleen erantzun, galdera eta kezkak. Hezitzaileek hezkuntza sexuala alorrean oinarri teoriko zuzena (profesionala eta zientifikoa) izatea beharrezkoa da.

8. Ikasleek lortu dezaketen informazioa egiaztatzen jakitea eta honekin lan egiteko gai izatea.

Ikasleak informazio asko lortu dezakete hezkuntza sexualari buruz, hortaz, beharrezkoa eta ezinbestekoa da haurrei lortzen duten informazioa egokia eta zuzena den ikusteko

mekanismo edo prozedurak irakastea.

9. Hezitzaileek heziketa sexuala noiz, nola eta norekin lantzen jakitea. Irakasle, ikasle eta familien arteko lankidetza sustatuz.

Ikasleen sexualitate prozesuak zenbait etapa desberdin dituen heinean, hezitzaileek etapa bakoitzean behar izango duten laguntza aurreikustea eta horretarako materiala zein baliabideak izatea beharrezkoa da.

2.2. Galderak

I. Zergatik existitzen da gaur egungo eskoletan heziketa sexuala lantzearen beharra?

Heziketa sexuala beti izan da hezkuntzan landu ez den alor garrantzitsua. Honen presentzia eskoletan areagotzeak ikasle, familia zein hezkuntza kide guztiei onurak ekarriko dizkie, ikasleen garapen afektibo-sexuala hobetuz, indartuz eta sexualitatearekin zerikusia duten arazoak saihestuz.

1. Zeintzuk dira heziketa sexuala lantzearen onurak?

Heziketa sexuala eskolan lantzeak ikasleei haien sexualitateak jasaten duen garapen prozesuak eragiten dituen kezkak eta zalantzak argitzea ekartzen du, ikasleei haien gorputzak ezagutzeko aukera emanez, haien sexualitateak izandako aldaketak ulertuz eta haurren testuinguruko pertsona guztien arteko lankidetza edo ulermena bermatuz.

2. Haurren sexualitatearen garapenaren prozesuan noiz esku hartu behar dute hezitzaileak? Nola identifikatu dezakete irakasleek haien ikasleek haien gorputza ezagutzen hasi direla eta heziketa sexualaren beharra dutela?

Hezitzaileek haurren garapen psikosexuala nolakoa den eta zein momentutan dagoen ezagutu behar dute ikasleak behatuz eta haien adierazpenak egoki interpretatuz.

3. Nola lagundu behar diete irakasleek ikasleei sexualitatearen inguruko zalantzak dituztenean? Banaka? Taldeka?

Hezitzaileek ikasle guztiak ongi ezagutu eta behatu behar dituzte hauen galderak modu kooperatiboan lantzeko edo banaka lan egiteko. Ikasleen beharren arabera hezitzaileek erabaki beharko dute nolako esku-hartzea gauzatu.

4. Hezitzaileek sexuaren inguruan noiz hitz egin behar dute ikasleekin? Familien esku hartzea gauzatu behar dute?

Hezitzaileek ikasleen familiekin lankidetzan aritu beharko dira haurren garapen psikosexualaren prozesu osoan zehar, beti ikasleen onurarako. Hala ere, ikasle bakoitza modu indibidualean aztertzea eta bakoitzak dituen beharrak identifikatzea izango da eginbeharretako bat. Ikasle bakoitzak desberdin biziko duelako bere garapen psikosexuala.

5. Zein informazio edo zein laguntza eskaini behar diete irakasleek ikasleei haien gorputza ezagutzeko prozesuan sortzen diren zalantzak argitzeko?

Hezitzaileek gaiaren inguruko jakintzak izan behar dituzte gerora ikasle bakoitzak dituen kezka eta beharrei erantzun zuzena eman ahal izateko. Informazio edo laguntzaren aukeraketa hezitzaileen lana izango da, hortaz, beharrezkoa da irakasleek ikasleak behatzea, hauen sexualitatearen garapen prozesuaren jarraitzaile izatea baina batez ere, hezitzaileek heziketa sexualaren ezagutza zientifikoa eta profesionala izatea.

6. Noiz erabili behar dute irakasleek heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida?

Hezitzaileek Lehen Hezkuntzako zikloaren hasieratik erabili beharko dute protokoloa, heziketa sexuala zeharkako modu batean landu behar da ikasleekin. Hala ere, ikasleak heziketa sexualaren inguruan kezkak edo zalantzak adierazten dituztenean erabiltzea aproposa izango da ere. Gainera, irakasleek gelan alor hau lantzeko beharra identifikatzen duten bakoitzean erabili dezakete.

7. Nola egiaztatu dezakete ikasleek lortu dezaketen informazioa baliagarria eta ziurra dela?

Hezitzaileek ikasleei lortu duten informazioa zuzena eta egiazkoa dela ziurtatzeko teknika edo baliabideak eskaini beharko dizkiete. Hortaz, hezitzaileek ikasleei informazio iturri profesionalak eta zientifikoak eskaini behar dizkiete.

8. Noiz, nola eta norekin landu behar da heziketa sexuala eskolan? Eta zer motatako heziketa sexuala da landu behar dena?

Hezitzaileek haiek jasotako hezkuntza sexuala alde batera utzi beharko dute gaur egungo beharretara egokitutako hezkuntza sexuala eskainiz. Horretarako ikasleen testuinguruak

aztertu eta behatu behar dituzte. Irakaslegoak sexu heziketa irakasteko oinarri zientifiko eta profesionala izan beharko du. Garrantzitsua izango da irakasle, ikasle eta familien arteko lankidetza bermatzea, eskainiko den hezkuntza sexuala guztiontzako aberasgarri eta esanguratsua izateko.

9. Ikasleen interesek garrantzia dute heziketa sexuala lantzeko orduan?

Ikasleen interesetatik lantzen hasi behar dira hezitzaileak heziketa sexuala, haurren atentzioa eta interesa lortzeko. Haurren konfiantza lortu behar dute hezitzaileek, askotan sexualitateari buruz hitz egitea zaila suertatzen delako gizartean ezarritako iritzi estereotipatuen errua dela eta.

10. Zein faktore/alderdi izan behar dira kontuan heziketa sexuala lantzerako orduan? Zergatik?

Hezitzaileek ikasleek sexuaren inguruan hitz egiteak sortzen dituen beldurrak, lotsak eta intseguritateak kontuan hartu behar dituzte.

11. Eragina dute irakasle zein gurasoen bizipen pertsonalek ikasleen sexualitatea epaitzeko unean? (Irakasleek izandako hezkuntza sexuala)

Irakasle bakoitzak izan duen sexualitatearen garapenari buruz hausnarketa egin behar du, norberak bere sexualitatea berezitasunez bizitzen duelako eta garai desberdinetan bizitzeak aldaketa asko dakarrelako.

3. OINARRI TEORIKOA

3.1 Sexualitatea eta oinarrizko kontzeptuak

Gizakia sexudun jaiotzen da. Bizitzako lehen egunetatik bere gorputza arakatzen hasten da, eta pixkanaka gero eta alderdi konplexuagoak eraikitzen ditu sorkuntza eta sinesmenei dagokionez.

Gizakiaren garapenaren etapa bakoitzean, sexualitateak agerpen desberdinak ditu. Hala ere, harrigarria da nola pertsonengan hain beharrezkoa eta atsegina den sexualitatea askotan frustrazio foku bilakatu daitekeen. Honen zergatia heziketa sexualaren falta da.

Sexualitatea faktore biologikoekin, psikologikoekin, sozioekonomikoekin, kulturalekin,

etikoekin eta erlijio/espiritualekin harremantzen den kontzeptua da. Sexualitatearen barruan kokatzen dira, generoa, identitate sexuala, orientazio sexuala, erotika, lotura afektiboa, plazera, maitasuna eta ugalketa, besteak beste.

Sexualitatea ez da dikotomia auzi bat. Hori dela eta, sexualitatearen barnean kokatzen ditugun alderdi guztiek bi muturren artean egon daitezkeen aldaera guztiak kontuan hartzen dituzte (Agud, C., 2020).

Sexualitatea sexu bakoitzaren bereizgarri diren ezaugarri anatomikoen, fisiologikoen eta psikologikoen multzoa dela aipatu dugu. Gizabanakoaren izaera osatzen duten ataletako bat da, eta pertsonen arteko afektibitatea eta komunikazioa adierazteko modu bat ere.

Sexu organoen eginkizunari (heldutasun sexualari, beraz) lotu zaio luzaroan sexualitatea, baina Freudek, bere ikerketen ondorioz, bestelako oinarri batzuk ezarri zituen sexualitatea aztertzeko:

- Sexu bizitza ez da nerabe aroan hasten, jaiotzetik denbora laburrera baizik.
- Sexu senak ez du, nahitaez eta beti, beste sexukoengana jotzen, sen hori sexu berekoenganako, norberenganako edota animalienganakoa ere izan baitaiteke.
- Sexualitatea (sexuari dagokiona, alegia) eta sexu organoei lotutako jarduera ez dira gauza bat eta bera, zabalagoa baita sexualitatearen esparrua sexu organoen jarduerari dagokiona baino.
- Bizitza sexuala, berez, atseginari lotua da. Sexualitatearen muinean, hortaz, atseginaren bilaketa dago, eta ez ugaltzea (bigarren hau beste haren ondorio fisiologikoa, eta ez ezinbestekoa baino ez baita).

Lan hau osatzeko eta egindako ikerketari koherentzia emateko ezinbestekoa da sexualitatearekin harreman zuzena duten kontzeptuak azaltzea eta menperatzea. Ondorengo taulan irakasleek heziketa sexuala lantzeko erabili dezaketen glosategia eskura daukate, irakatsi beharreko hitzak zenbait alderdiren arabera multzokatuta daudela: Alderdi psikobiologikoa, alderdi sozio-afektiboa, alderdi sozio kulturala eta alderdi biopsikosoziala. Taula honetako informazio bilduma iturri bibliografiko desberdinek eskainitako informazio desberdina konparatuz eta aztertuz sortu da, ikasleentzako egokiena den informazioa hautatuz. Hori dela eta, Wikipedia, Harluxet, UPV/EHUren Sexologia hiztegiak bezalako iturrietatik jasotako informazioa aurkitzen da. Informazio zaharra ere aurkitzen da, gai honen lanketaren beharra gaurko kontua ez

delaren seinale. Hezkuntza sexuala lantzeko materiala eta informazioa zaharkitua eta berritu gabe dagoelaren aztarna alegia.

1.Taula. Heziketa sexuala lantzeko glosategia

HEZIKETA SEXUALA LANTZEKO GLOSATEGIA	
ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA Psikobiologia, psikologia (gizakiaren portaera eta erantzunak aztertzen dituen zientzia) eta biologia (gizakiaren alderdi biologikoak aztertzen dituen zientzia) elkartzean gizakion jarrerek sortutako galderak erantzuten dituen zientzia da. Psikobiologiaren helburua gizakiaren jarrerak ulertzea da irizpide biologikoetatik abiatuz.	ALUA. Kanpoko genital femenino deitutakoak edo alua: Pubertaroaren ondoren ilez estaltzen den pelbisaren gaineko eremu beratz horren azpian daude, ezpain handiak eta txikiak eta klitoria dira. (Nafarroako osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua, 2019) BARNEKO GENITAL FEMENINOAK. Barneko genital femeninoak deitutakoak dira bagina, umetokia eta obulutegiak. Bagina alutik umetokira doan hodi muskular elastikoa da. Baginaren paretek, kitzikapen sexualaren hasieran, fluido koloregabe bat sortzen dute, hezetasuna eta lubrifikazioa ematen dituena. Baginaren sarreratik hurbilen dagoen zatia, batez ere aurrealdeko pareta, oso sentikorra da, eta gune hori estimulatzeak sentsazio atseginak eman ditzake. Umetokiak, kitzikapenaren momenturik gorenetan, plazerez dar-dar egin dezake eta plazer uhinak gorputz osora zabaldu. (Nafarroako osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua, 2019) EMAKUMEA. Emakumea edo, Ipar Euskal Herrian, emaztea gizaki emea da. Bereziki emea heldua denean erabiltzen da terminoa eta neska izaten da haurtzaro eta nerabezaroan erabiltzen den izena. (Wikipedia, 2020) GAZTAROA. Gaztaroa haurtzarotik heltzarora doan bizitza-aldia da. Gaztaroa bizi duen pertsona bati gazte deritzo eta gazteen multzoak gazteria osatzen du. Definizio kronologikoaz gainera, gazteria asmo, iritzi, esperientzia eta jokabide bereziak dituen giza-taldea da. Soziologiatik ikuspuntu zenbait nabarmendu dira gazteria definitzerakoan. Batzuk trantsizio-aldia izatea nabarmentzen duten bitartean, beste zenbaitek itxaropena eta bizitza-aukera ezberdinak ematen dituen aro moduan azaltzen dute. Lausoa eta anitza izateaz gainera, estereotipoz kutsatutako kontzeptua da, maiz gazte guztiak gazte gutxi batzuekin identifikatzen baitira. Nazio Batuen Erakundearen arabera 10-24 urte bitartean luzatzen da eta hiru alditan bereizten da: hasierako nerabezaroa (10-14 urte), bukaerako nerabezaroa (15-19 urte) eta gaztaro betea (20-24 urte). (Wikipedia, 2020) GENITAL MASKULINOAK. Genital maskulino deitutakoak dira batetik, zakila eta eskrotoa edo barrabil zorroa (kanpoko genitalak), eta bestetik, barrabilak (barneko ugalketa-organoak). Zakila, eta batez ere bere bukaera, glandea, bai eta eskrotoa ere, barrabil zorroa, fereka edo laztanekiko oso sentikorrak dira. Neurri desberdinetakoak izan daitezke, eta horrek ez du eraginik funtzionamendu sexualean, ezta sexu harremanen plazerean ere. Eiakulazioan, uretratik semena ateratzen da, likido zurixka bat, espermatozoideak edo zelula ugalkorrak dituena; espermatozoideak obuluarekin elkartuz gero, haurdunaldia hasten ahal da. Bada likido bat semenaren eiakulazioaren aurretik nahi gabe isurtzen dena, uretratik

gernuaren errestoak garbitzeko, eta likido horretan ere egon daitezke espermatozoideak, beraz, horrekin ere gerta daiteke haurdunaldia. (Nafarroako osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutua, 2019)

GENITALA. Organo sexuala. Emakumezkoen organo genitalak, obulutegiek, bulbak, falopio tronpek, umetokiak eta baginak osatzen dute. Gizonezkoen organo genitalak berriz, bi barrabilek, epididimosak, hodi deferenteak eta hodi eiakulatzaileek (prostata, uretra eta seminal besikula) osatzen dute. Gizonen kanpoko genitalak berriz barrabil-zorroak duen barrabilez eta zakilaz osatuta dago. (Diccionario medico, 2020)

GINEKOLOGIA. Ginekologia emakumeen ugaltze-aparatuarekin lotutako gaixotasunetaz arduratzen da espezialitate medikoa da. Ginekologoak dira esparru honetako espezialistak. Ginekologiarekin batera obstetrizia izeneko medikuntza adarra ere bada, emakumearen haurdunaldiaz, fetoaz eta erditzeaz arduratzen dena. Abortuari dagokionez ere ginekologoak dira prozesu horretaz arduratu behar diren espezialistak. (Wikipedia, 2020)

GIZONA. Gizona gizaki arra da. Oro har, gizon hitza gizaki ar heldua izendatzeko erabiltzen da, eta heldugabeez aritzeko mutil erabili ohi da. Bestalde, gizon hitzak erabilera orokorragoa dauka zenbaitetan, eta gizateria osoa adierazteko ere erabil daiteke. Gizaki hitza bera gizon hitzarekin erlazionatuta dago. (Wikipedia, 2020)

GONORREA. Gonorrea edo Gonokozia Neisseria gonorrhoeae izeneko bakterioak eragindako patologia da. Sexu bidez transmititutako gaixotasunen artean ohikoenetariko bat da.
Bakterio patogenoak gizakia du gordailu bakarra. Gonokokoa mikrobio oso sentikorra da, bizkarroi-bizitzara moldatua, gizakiarengandik kanpo bizi ezin duena. Horrek azaltzen du (sifili kasuaren antzera) gaitzaren kutsapen-bidea, kontaktu zuzenaren bidez ematen dena. (Wikipedia, 2020)

GORPUTZA. Izaki bizidunetan gorputza atal fisikoari deritzo. Gizakietan batez ere, gorputza arimarekin, pertsonalitatearekin eta jarrerekin erlazionatzen da. Bakoitzak bere gorputza du eta beraz, bere gorputzaren jabe da.

HAURDUNALDIA. Emakume batek orokorrean bederatzi hilabetez umetokian ume bat garatzen duen prozesua da, eta ondorioz, emakumeak aldaketa fisiologikoak jasaten ditu. Emakume batek eta gizon batek harreman sexualak izatean eta haien espermatozoide eta obuluak Umetoki-tronpan elkartzen badituzte, espermatozoideak obulua ernalduko du eta zigotoa sortuko da. Enbrioia sortzen den momentuan, umetokira jaisten da eta momentu horretatik aurrera, enbrioi dena ume bihurtuko da. Bi partaideak emankorrak badira, prozesu honek ez luke urtebete baino gehiago iraun beharko. Halere, antzutasuna izatea gerta daiteke, hau da, MOEk (Munduko Osasun Erakundea) dioenez, antisorgailuak erabili gabe haurdun geratzeko ezintasuna. Kasuei erreparatuz, irtenbideei dagokionez, badira zenbait: Intseminazio artifiziala edo proba genetikoak. (Wikipedia, 2020)

HAURTZAROA. Haurra gizaki heldugabea da, nerabezarora oraindik heldu ez dena, gutxi gorabehera 14 urte baino gazteagoa. Gizakia haur den garaiari haurtzaro deritzo. Haurtzaroa gizakia garatu eta heldu egiten den garairik garrantzitsuena da, psikologia, adimen zein fisiologiaren aldetik. (Wikipedia, 2020)

	HILEROKOAREN ZIKLOA. Hilekoaren zikloa edo ziklo menstruala emakumeengan eta primate emeengan elkarren segidako bi hilekoen artean dagoen denboraldia da, hots, hileko baten lehenengo eguna eta hurrengo hilekoaren lehenengo egunaren arteko denbora tartea. Emakumeengan denboraldi horren batezbestekoa 28 egunetakoa da. (Wikipedia, 2020) IHESA. HIES edo Hartutako Immuno Eskasiaren Sindromea GIB izeneko birusaren kutsatzearen ondorioz sortutako kondizio sorta handi bati ematen zaion izena da. (Wikipedia, 2020) KLAMIDIASI. Klamidiasia Chlamydia trachomatis bakterioak eragindako gaixotasun infekziosoa da, harreman sexualen bidez transmititzen dena, eta traktu urogenitalari erasaten diona. Munduko herrialde garatuetan klamidiasia da sexu bidez transmititzen diren gaitzen artean ohikoena, eta jende gehiagori erasaten diona, sifili, gonokozia, HIESa edo herpes genitalaren aurretik. Chlamydia trachomatis bakterioak serotipo asko ditu. Serotipo batzuek trakoma izeneko gaitza sortzen dute, itsutasuna eragin dezakeen begien infekzio larria. Bakterio horren D eta K-ren arteko serotipoek, aldiz, infekzio genitalak eragiten dituzte, klamidiasi izenarekin ezagutzen direnak. (Wikipedia, 2020) KLITORIA. Gizakiengan, aluaren gainaldean eta alboetan dagoen atal zutikor bat da; zatirik handiena azalaren azpian ezkutuan dago, eta zati txiki-txiki bat, klitori glandea izenekoa, botoi itxurakoa, agerian dago aluaren gainaldean. Klitoriaren kilikadurak bagina lubrikatzen ere laguntzen du, eta horrela bagina estaldurarako prestatzen da. Emakumeen sexu plazererako atal garrantzitsua da: klitoria kitzikatuz, orgasmora hel daiteke emakumea. (Wikipedia, 2020) MENARKIA. Menarkia emakumearen lehenengo menstruazio edo hilerokoa da. 12 urte inguruetan, 2 urte gorabehera gehienetan, gertatzen da eta une horretatik aurrera emakumea haurdun suerta daitekeelako seinale moduan interpretatu ohi da. Neska gazteen kasuan, nerabezaroaren gertaera adierazgarrienetako bat da, baina ez bakarra. (Wikipedia, 2020) MENSTRUAZIO EDO HILEKOA. Menstruazioa edo hilekoa da karena duten ugaztun emeek hilero baginatik izaten duten odol-jarioa. Obulua obulutegitik kanporatu eta ernaltzen ez denean gertatzen da. Hilekoaren zikloaren azken faseetan, obulazio ostekoetan, gertatzen da odol-jarioa, endometrioa askatzen denean. Gizaki emeen —emakumeen— kasuan, menstruazio bateko odol-jarioa gutxi gorabehera 40-50 ml artekoa izaten da, eta odolez, endometrio-ehunez eta baginako bestelako jariakinez osatuta dago. Jarioaren iraupena hiru eta zazpi egun artekoa izaten da. (Wikipedia, 2020) NERABEZAROA. Nerabezaroa ume bat heldu bilakatzeko prozesu biologiko eta fisiologikoari deritzo, pubertaroarekin abiatzen dena. Umea eta heldutasuna bereizteko unea heldutasun sexuala da. Nerabezaroaren lehenengo erdialdean hazkuntza azkartzen da eta lehenengo tamaina lortzen da. Nerabezaroaren aurretik neska eta mutilen arteko ezberdintasuna genitalak baino ez dira. Baina nerabezaroaren ostean ezberdintasuna areagotzen dira eta emakume eta gizonen artean ezagunak direnak agertzen dira. (Wikipedia, 2020) ORGASMOA. Giza sexualitatean, orgasmo deritzo sexu-kitzikapenaren puntu gorenari dagokion erantzun fisiologikoari. Aurretik metatutako tentsio

sexuala askatu, eta sexu-atsegin sentsazioa izaten da genitalen inguruan. Orgasmoa gertatzen den bitartean, taupadak eta arnasketa maiztasun eta intentsitate handienera iristen dira. Era berean, gihar-tentsio handia eta uzkurtzeak gertatzen dira uzkiaren eta genitalen inguruan. Gizonezkoetan isurketa gertatzen da, eta emakumeetan ere, kasu batzuetan, G puntuarekin lotuta egon daitekeen orgasmo likidoa gerta daiteke. Erantzun fisikoaz gain, askotariko erantzun emozionalak ere gertatzen dira, zeinek intentsitate handiko plazeraz gain, oihuak, lantua edo irria eragin dezaketen. (Wikipedia, 2020)

SEXU BIDEZKO GAIXOTASUNA. Sexu-transmisiozko gaixotasuna edo sexu bidez transmititutako gaixotasuna (STG) harreman sexualen bitartez harrapatzen diren gaitzei deritzo. Gaixotasun hauen hedapenean eramaileek (hots, infektatuta dauden pertsonak eta gaitzaren sintomak ez dituztenak) eginkizun oso garrantzitsua jokatzen dute, jende asko kutsatu baititzakete harreman sexual ugari badituzte. (Wikipedia, 2020)

SEXUA. Sexua gizon edo emakume izatera eramaten gaituen prozesua da.

SIFILIS. Sifilia gaixotasun infekziosoa da, zehazki benereoa, sexu harremanen bidez kutsatzen dena alegia. Gaur egun, herrialde garatuetan intzidentzia txikia dauka. Treponema pallidum izeneko bakterio gram-negatiboak eragiten du. Treponema hori patogeno hertsia da eta gizakia du gordailu bakarra (ezin da aske bizi gizakiaren gorputzetik kanpo). Sexu harremanen bidez transmititzen da gaitza. Bakterio eragilea oso sentikorra da, berehala hiltzen da gizakiaren gorputzetik kanpo; hori dela eta, kontaktu zuzenaren bidez besterik ezin da kutsatu sifilia. Bigarren transmisio-bidea sortzetikoa da: kutsatutako ama batengandik bere umekiarengana, alegia. Kasu gutxi batzuetan musu ematean ere kutsa daiteke, ahoan txankro sifilitikoak baldin badaude. (Wikipedia, 2020)

UGAL APARATUA. Ugal-aparatua, ugaltze-aparatua edo ugaltze-sistema organismo baten sexu ugalketarako elkarrekin lan egiten duten organoen sistema bat da. Ugaltze funtzio horretaz gainera, gizakiek askotan plazera lortzeko erabiltzen dute. (Wikipedia, 2020)

UGALKETA. Ugalketa organismo berrien sorkuntza da, aldez aurretiko organismoetatik abiaturikoa. (Harluxet, 2020)
Ugalketak espezieen iraupena ziurtatzen du eta bizidun guztien ezaugarri karakteristikoenetarikoa da. Modu nagusi bi erakusten ditu: ugalketa asexuala eta ugalketa sexuala.

Biologiaren ikuspegitik sexua ugalketarako prozesuari erreferentzia egiten dio. Prozesu honetan jaio behar den haurraren sexua definitzen da, harra edo emea. Baina gizakiengan sexua ez da soilik ugalketara mugatzen, izan ere, gizakiak sexua praktikatzen baitugu plazera lortzeko. (ConceptoDefinición, 2019).

ZAHARTZAROA. Hirugarren adina edo zahartzaroa pertsona batek bere bizi den eskualdeko bizi itxaropenera hurbildu edo gainditu egin duen bizitzaren aldia da. Zahartzaroan bizi den pertsona bati atso/agure edo adineko pertsona deitzen zaio. (Wikipedia, 2020)

ZAKILA. Giza zakila gizaki arrak sarpenerako erabiltzen duen sexu-organo bat da, eta gernua kanporatzeko erabiltzen den gernu-aparatuaren ataletako bat. Zakilaren parte dira radix edo sustraia, corpus edo gorputza eta

	epitelioa. Epitelio honek moko-azala izaten du zakil-mokoa estaltzen. Zakilaren gorputza ehunezko hiru zutabez osatua dago: bi zakilaren leize-gorputza dira alboetan, eta alde bentralean zakilaren gorputz arola. Gizaki arren uretra prostatatik igarotzen da, eta bertan lotzen da eiakulazio-hodien zuloekin zakileraino iritsi aurretik. Uretrak zakilaren leize-gorputza zeharkatzen du uretraren kanpoko zuloa aurkitu arte. Bide hau gernu zein ernal-haziarentzako hodia da. (Wikipedia, 2020)
ALDERDI SOZIO-AFEKTIBOA Alderdi sozio afektiboan eragile biologikoak, erlazio eragileak eta testuinguruaren araberako eragileak agertzen dira.	GUNE EROGENOAK. Gure soina sexuduna da. Pertsonek, oinetatik burura larruazal sentikorra dugu; horri esker sentitzen dugu eta sentiarazten dugu. Prestatuak gaude gorputzetik gorputzerako ukipen eta komunikaziorako. Gure soinean badira sexualki oso sentikorrak diren guneak, plazer sentsazioa eman dezaketen nerbio-bukaera asko dituztenak; horiei deitzen diegu gune erogenoak. Pertsona bakoitzari galdetuko bagenio, eta emaitzak bilduko bagenitu, ikusiko genuke gorputz osoa dela gune erogenoa: burua, belarriak, bularra, sabela, uzkia, alua, klitoria, zakila, barrabilak, hankak, oinak... Segun eta zein den esperientzia, gustuak, unea, hartu-emana, irudimena... Gure garuna alderdi oinarrizkoa eta garrantzitsua da gure desira sexualean. Funtsezkoak dira halaber plazera sortzen diguten gure estimulu eta esperientziak. Oroitzapenek, izandako esperientziek eta fantasiek kitzikapena eragin dezakete eta plazeraren ateak irekitzen lagundu. (Nafarroako Osasun Publikoko Institutoa eta Lan Osasunaren Institutoa, 2019) HARREMAN SEXUALA. Hasi desberdinak diren gorputzetatik, gustu desberdinetatik, estimulu desberdinetatik, eta iristen gara plazera ematen ahal diguten praktika sexualen aniztasunera. Gure gorputzak deskubritu, esploratu eta bizitzen ditugu beste gorputzekin ditugun hartu-emanetan. Badira praktika sexual asko aukeran: laztanak, musuak, masaiak... Horien artean, koitoa ere badago: koito orala, baginala eta anala. Funtsezkoa da praktika horiek ezagutzea, erabaki ahal izatea egin edo ez, zein praktika, noiz eta norekin. Sexu jarduera hastea norberaren erabakia da, eta aldatu egiten ahal da denborarekin. Beti errespetatu behar den erabakia da. EZETZ da EZETZ. Elkar ongi tratatu, zaindu eta komunikatuz gero, harremanak atseginak izanen dira. Preserbatiboa erabiltzea edozein koito motatan oinarrizkoa da sexu-transmisiozko gaixotasunak eta nahi gabe haurdun gelditzea ekiditeko. (Nafarroako Osasun Publikoko Institutoa eta Lan Osasunaren Institutoa, 2019) HEZIKETA SEXUALA. Sexu heziketaz hitz egitean, esku-hartze pedagogiko eta didaktiko desberdinak gain hartzen dira, beti ere ikuspegi zientifiko eta profesional batetik abiatuta, errespetuz eta modu positiboan pertsona guztien sexualitatean eta portaera sexualetan eragina izan dezaten, ikasleentzako aberasgarria, osasuntsua eta atsegina den esperientzia lortzeko helburuarekin. (Sexo, poder, religion y politica. José Luis Garcia, 2019) MAITEMINA. Beste pertsona batenganako suhartasun sexual eta pertsonalaren adierazpen gorena da. Desira eta erakarpena hartzen ditu barne, baina horien aldean, pertsona jakin batekin "txoratua" egotea da, eta pertsona hori bakartzat eta ordezkaezintzat jotzen dugu eta hala desiratzen dugu. Bizitza psikikoaren ardatz bihurtzen da eta erakarpen sentimendu biziak eragiten ditu, baita bestearekin bat egiteko, bestearekin gozatzeko desira eta halako sentimenduak ere. Maiteminak osagai sexualak ditu (erakarpena, eta bestearekin gozamena

	partekatzeko grina). Maitemintzeak lilura egoeran jartzen gaitu, eta bultzatzen gaitu gure burua ematera eta sutsuki desiratzera besteak gauza bera senti dezala. Pertsona hori bihurtzen da gure ardatza, harekin amets egiten dugu, interes handia dugu harengan, harekin topo egitea bilatzen dugu, eta dugun hoberena ematen dugu. (Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutoa, 2019) SEXUALITATEA. Sexualitatea gizakiaren bizitzaren alderdia da, besteak beste, sexua, erotismoa, plazera edota ugalketa barne hartzen dituena. Heteropatriarkatuak inposatu duen giza-sexualitate ereduaren ondorioz gizonen eta emakumeen sexualitatearen garapenean eta bizipenean ezberdinkeriak daude. Sexualitatea sexu bakoitzaren bereizgarri diren ezaugarri anatomikoen, fisiologikoen eta psikologikoen multzoa da. Gizabanakoaren izaera osatzen duten ataletako bat da, eta pertsonen arteko afektibitatea eta komunikazioa adierazteko modu bat. Sexu organoen eginkizunari (heldutasun sexualari, beraz) lotu zaio luzaroan sexualitatea, baina Freudek, bere ikerketen ondorioz, bestelako oinarri batzuk ezarri zituen sexualitatea aztertzeko: Sexu bizitza ez da nerabe aroan hasten, jaiotzetik denbora laburrera baizik. Sexu senak ez du, nahitaez eta beti, beste sexukoengana jotzen, sen hori sexu berekoenganakoa, norbereganakoa edota animalienganakoa ere izan baitaiteke. Sexualitatea (sexuari dagokiona, alegia) eta sexu organoei lotutako jarduera ez dira gauza bat eta bera, zabalagoa baita sexualitatearen esparrua sexu organoen jarduerari dagokiona baino. Bizitza sexuala, berez, atseginari lotua da. Sexualitatearen muinean, hortaz, atseginaren bilaketa dago, eta ez ugaltzea (bigarren hau beste haren ondorio fisiologikoa, eta ez ezinbestekoa baino ez baita). (Wikipedia, 2020) Karmele Gurrutxaga sexologoak esaten duenaren arabera "Sexualitatea gure gorputzarekin dugun harremana izango litzateke. Emakume nahiz gizon izanda nola bizitzen dudan nire gorputza, nire emakume-gizon izatea. Beraz, hainbat pertsona, hainbat sexualitate. Horregatik, sexualitate hitza erabili beharrean, sexualitateak erabiliko dugu. Bakoitzak gure gorputza bizitzeko modua dugulako, eta gure gorputza, bizitza aldatzen den heinean aldatzen delako".
ALDERDI SOZIO KULTURALA Alderdi sozio kulturalean gizarte batek elkarbanatzen duen kulturarekin harreman zuzena duten eragileak agertzen dira.	ANTISORGAILUAK. Kontrazepzio metodoak, metodo antisorgailuak edo, besterik gabe, antisorgailuak sexu harremanetan ernalkuntza eta haurdunaldia ekiditeko substantzia, aparatu edo metodoak dira. Planifikazioari eta antisorgailuen hornikuntza eta erabilerari planifikazio familiarra deitzen zaio. Sexu-hezkuntzak eta antisorgailuetara irisgarritasuna izateak nahigabeko haurdunaldiak gutxitzen ditu. Metodo antisorgailuak antzinako garaitatik erabili dira baina antisorgailu eraginkor eta seguruak XX.mendetik aurrera garatu ziren. Zenbait kulturek kontrazepzio metodoak gaitzetsi eta debekatu egiten dituzte. Antisorgailuak zenbait taldetan bereiz daitezke, hala nola, hesi metodoak (preserbatiboa esaterako), eragile kimiko edo hormonalak (pilula antisorgailua, esaterako) eta kontrazepzio naturala (Ogino metodoa, esaterako). Eraginkortasun handiena duen metodoa, abstinentziaren atzetik,

	esterilizazioa da (basektomia gizonen kasuan eta tronpen lotura emakumeen kasuan), hau ordea iraunkorra da. Ondoren, eraginkorrenak umetoki barneko gailuak (DIUa) eta azal azpiko antisorgailuak dira. Hauen atzetik antisorgailu hormonalak dira eraginkorrenak, hala nola, pilula antisorgailuak, partxea eta baginako eraztuna. Eraginkortasun gutxiago dute kontrazepzio naturalak eta hesi metodoek. Azken hauek dira, ordea, sexu harremanen bidez transmititzen diren gaixotasunak ekiditeko egokienak. Emergentziazko metodoek, adibidez hurrengo eguneko pilulak, babesik gabeko harreman baten ondoren haurdunaldia saihestu dezakete (lehen 72 eta 120 ordu artean). (Wikipedia, 2020) BORTXAKETA. Bortxaketa behartutako sexu harremana da. Sexu eraso bat da, oro har sarpena ere izaten duena, eta betiere bortxaketa egiten zaion gizabanakoak nahi izan gabe egiten dena. Sexu delitutzat jotzen da herrialde gehienetako zuzenbidean. Bortxaketa egiten duenari bortxatzaile deritzo. (Wikipedia, 2020) EMAKUMEEN AURKAKO INDARKERIA. Emakumeen aurkako indarkeria emakumeari emakume izateagatik egindako indarkeria da. Zehatzago, sexu-bereizkerian oinarritzen den eta emakumea helburu duen edozein indarkeria ekintza da, emakumeei kalte edo sufrimendu fisiko, sexual edo psikologikoa eragiten diena edo eragin diezaiokeena, baita halako ekintzak egiteko mehatxuak, hertsadura edo askatasun-kentze arbitrarioa ere, bizitza publikoan zein pribatuan gertatuak. Giza eskubideen aurkako zuzeneko erasoa izateaz gainera, emakumeari ondorio fisiko nahiz psikologiko larriak ekartzen dizkio. Emakumeen aurkako indarkeriak indarkeria fisiko zuzenaz gainera (adibidez, kolpe, jipoi, labankada nahiz itotzeak, unekoak nahiz modu jarraituan, tortura gisa), ondorio fisiko zuzenak ez dituzten indarkeria modu psikologikoak ere biltzen ditu (irainak, mesprezuak, mehatxuak, emakumearen beraren nahiz pertsona maitatuen aurkakoak, emakumearenak diren objektuen lapurreta edo txikizioa, familiarrak eta lagunak ikustea debekatu nahiz mugatzea, xantaiak); maiz, emakumearen aurkako indarkeriak sexu-osagaia du (bortxaketak eta bestelako sexu abusuak). Nolanahi ere, emakumeen aurkako indarkeria tratu txar fisiko, psikologiko nahiz sexuala batera gertatzen dira askotan. Beste alde batetik, emakume izatera heldu gabe, neskatxa nahiz sexu femeninoko haurrei bere kondizioa dela eta egindako indarkeria ekintzak ere emakumeen aurkako indarkeriatzat jotzen dira. Emakumeen aurkako indarkeria genero-bereizkeria edo emakumearen gutxiespena instituzionalizatuta egoten den eremuetan gertatu ohi da: etxean (etxeko indarkeria), bikote-harremanetan nahiz gizarte eta kultura instituzioetan (derrigorrezko ezkontzak, sexu esklabotza, mutilatze edo mozte genitalak, harrikatzeak). Emakume izateagatik edo emakumearen gizarte-eredu bati jarraitzeagatik, norbere buruaren aurka egiten dituen ekintzak (adibidez, suizidioak eta argaltzeko dieta kaltegarriak) eta jarrerak ere (autoestimu eskasa) emakumeen aurkako indarkeria dira. (Wikipedia, 2020) FEMINISMOA. Feminismoa helburu partekatua duen mugimendu politiko, ideologia eta gizarte-mugimenduen multzoa da: sexuen arteko berdintasun politiko, ekonomiko, pertsonal eta soziala definitu, egonkortu eta lortzea. Helburu honen barruan emakumeentzat gizonezkoek dituzten hezkuntza eta lan-aukera berdinak lortzea dago ere. Zentzu zabalean feminismoak matxismoa zein patriarkatuaren aurka egiten duen mugimendua ere bada. (Wikipedia, 2020) FEMINITATEA. Feminitatea emakume eta haur emeek dituzten eta horiei

	lotzen zaizkien, hots femeninoak diren, ezaugarri, portaera eta gizarte rolen multzoa da. Aldi berean, modu biologikoan eta sozialean definituriko faktoreak biltzen ditu. (Wikipedia, 2020) GENERO IDENTITATEA. Femenino eta maskulino eraikuntza sozial horri egiten dio erreferentzia genero identitatea kontzeptua. Sexu bakoitzari dagozkion jarduerei ere erreferentzia egiten die, zein objektu, leku, kolore hartzen dira femeninotzat eta zein maskulinotzat; jokabide-arauak, emakume ala gizon moduan ondo ari garen jakiteko eta gizarte baten berezko genero estereotipoak. (CEAR- Euskadiren Teoria-kuadernoak, 2007) GENERO INDARKERIA. Genero-indarkeria genero arrazoiengatik pairatzen den indarkeria da. Batzuetan indarkeria matxista, indarkeria sexista edo emakumeen aurkako indarkeriaren parekotzat hartzen da eta beste batzuetan ez. Genero-kontzeptuak berak bilakaera handia eta konplexua izan du eta genero-indarkeria definitzeko orduan ere adostasunik ez dago. Oso ezberdinak izan daitezke lege ezberdinen arabera, erakunde ezberdinen arabera baita marko kontzeptual ezberdinen arabera. (Wikipedia, 2020) GENEROA. Genero kontzeptuak maskulinotasuna eta femeninotasuna eraikitzeko prozesu psikosozialari egiten dio erreferentzia. Prozesu hori pertsona baten sexua zein den jakiten denean hasten da -sarritan, jaio baino lehen-, eta sozializazio prozesuaren bidez eraikitzen da, pertsona horren izateko, sentitzeko, eta jarduteko era markatuko duen rol bat esleitzen zaionean. Generoa da pertsonak sailkatzeko irizpide nagusia. Generoa testuinguru kultural, sozial, politiko eta ekonomikoaren araberakoa da, eta gizon nahiz emakumeei ezarritako portaera eta funtzioek erakusten dute. (CEAR- Euskadiren Teoria-kuadernoak, 2007) HETEROARAU. Heteroaraua, hainbat mekanismoren bidez (medikoak, artistikoak, hezkuntzakoak, erlijiosoak, juridikoak...) praktika heterosexualak inposatzen dituen erregimen sozial, ekonomiko eta politiko bat da. Heterosexualitatea gizartearentzako beharrezkoa eta modelo bakarra balitz bezala aurkezten dute. Erregimenak honako mekanismo sozialak baliatzen ditu: marjinazioa, ikusezintasuna eta pertsekuzioa. Genero binario eta hierarkizatudun sistema bat du oinarri gisa. Hemen, gizakia bi zatitan banatzen dela (gizona eta emakumea), erlazioak gizon eta emakumeen artean ematen direla eta sexu bakoitzak bere rolak dituela barneratzen dira. Ondorioz, heterosexualitatea hartzen da orientazio sexual onargarri bakartzat. (Wikipedia, 2020) IDENTITATE SEXUALA. Identitate sexuala, barne bizipen intimoa da. Hau da, pertsona bakoitza aske da erabakitzeko norekin partekatzen duen edo ez bere joera sexuala. Beste hitz batzuekin esanda, identitate sexuala pertsona bakoitzak bere ezaugarri fisiko eta biologikoei buruz egiten duen ebaluazioaren arabera, gizona edo emakumea sentitzeari dagokionez duen hautemateari erreferentzia egiten dio. Guztiok gizaki sexuatuak gara; hau da, bizitzan zehar sexuatuz goaz etengabeko prozesu bat eraikiz. Prozesu honetan, alde kritikoak egon daitezke. Sexuazio prozesua honen emaitza biografia sexuala da, zeinaren bidez identitateari dagokionez gu non kokatzen garen jakin dezakegu. (Wikipedia, 2020) JARRERA SEXUALA. Beste jendearekiko dituzun harremanak jarrera sexuala

	definitzen dute eta orientazio sexualarekiko oso gauza desberdina izan daiteke. Adibidez, sexu edo genero berdinarekiko orientazio sexuala izan dezakeen pertsona bat sexu edo genero desberdina duen pertsonekiko jarrera sexuala izan dezake, erosoago, seguruago sentitzen delako. (Sexua, generoa eta orientazio sexuala. Jonan Nieto, 2017) KONDOIA. Kondoia edo gizonezkoentzako preserbatiboa zakilera egokitzen den estalki irazgaitz mehe, leun eta arin bat da, koitoan haurdunaldia eragotzi eta sexu-transmisiozko gaixotasunak ekiditeko, sexu harremanetan zein felazioetan. Metodo antisorgailu eraginkorrenetako bat da. Antisorgailu gisa, %98ko eraginkortasun tasa du (hau da, erabiltzen den kasu guztietatik %2etan bakarrik egiten du huts), betiere modu egokian erabiltzen bada. Modu desegokian erabiliz gero, eraginkortasun-tasa txikiagoa da. (Wikipedia, 2020) MASKULINITATEA. Maskulinitatea gizonekin lotzen diren portaera, jarrera eta rolen multzoa da. Maskulinitatea eraikuntza sozial eta sinboliko bat da, eta ondorioz bereiztu egin behar da alde batetik maskulinitatea, eraikuntza sozial gisa, eta bestetik, gizonaren sexu biologikoa. (Wikipedia, 2020) MATXISMOA. Matxismoa, batzuetan arkeria eta falokrazia ere deitua, gizarte harremanetan gizonaren nagusikeria adierazten duten jarreren multzoa da, aldi berean emakumeak gutxietsiz gehienetan. (Wikipedia, 2020) ORIENTAZIO SEXUALA. Orientazio sexuala gustuko duzun pertsona eta gustu sentimenduaren intentsitateak definitzen dute eta espektro bat da. Sexu edo genero berdinarengatik, ezberdinarengatik, zein bi sexu edo generoengatik erakarrita sentitu daiteke pertsona bat, eta baliteke, sexu edo genero batengatik ere erakarpen sexualik ez sentitzea honi asexualitatea deritzo eta orientazio sexual mota bat ere bada. Baina gauzak aldatu egiten dira beste pertsona bat jokoan sartzean. (Sexua, generoa eta orientazio sexuala. Jonan Nieto, 2017) PILULA ANTIKONTZEPTIBOA. Ahozko antisorgailu pilula konbinatua (PAOC), jaiotza kontrolatzeko pilula bezala ezaguna edo "pilula" bezala ezaguna, hainbat hormona dituen botika da, eta antisorgailu gisa erabiltzen da, haurdunaldia ekiditeko. Ahozko antisorgailu pilulak konbinatuta ez ditu sexu-transmisiozko infekzioak saihesten, esaterako, GIB (HIESa), klamidia, herpes genitala, condylomata acuminata, gonorrea, hepatitis B eta sifilisa. Sexu bidezko infekzioen aurkako babesa lortzeko kondoia erabiltzea beharrezkoa da. (Wikipedia, 2020) PORNOGRAFIA. Eduki sexual esplizituaren irudia, filma, errepresentazioa edo idazkera da. Pornografiaren helburua ez da sexu portaerak ikastea eta erreproduzitzea. Hori dela eta, pornografia fantasiatik errealitatetik baino gertuago dagoela argi izan behar da. Beraz, fantasia edo porno eszena bat egin dezakezula pentsatzeak presioa eta frustrazioa sor ditzake, eta oso arriskutsua izan daiteke lehenengo harreman sexualak izaten ari garenean. (Sexo Joven, 2019) SISTEMA PATRIARKALA. Patriarkatua aita edo gizonik zaharrena —hau da, patriarka— etxeko nagusitzat duen gizarte-sistema da. Gizonek dute nagusitasuna, emakumeen eta haurren gainetik. Esanahi orokorragoan,

	gizarte- edo kultura-sistemetan gizonek gobernua eta nagusitasuna edukitzea da patriarkatua; emakume eta gizonen arteko desberdintasuna handitzen duena. (Wikipedia, 2020)
ALDERDI BIOPSIKOSOZIALA Alderdi biopsikosoziala, alderdi biologikoa eta alderdi soziala batera, elkarrekintzan, aztertzen dituen ikuspuntua da.	AMETS EROTIKOA. Lo egiten den bitartean desira edo plazer sexuala agertzen den ametsa. Zakila tentetzea, kitzikapena, isuria nahiz orgasmoa eragin ditzake. Tradizionalki, psikoanalisiak interpretatu izan ditu amets erotikoak, eta, oro har, bizitzan erreprimitu denaren adierazpena edo azaleratzea dela dio. (Sexologia Hiztegia UPV/EHU, 2012) AUTOESTIMA. Autoestimua pertsonak bere buruari buruz egiten duen balorazioa da, bere buruaren autokontzeptuarekin duen errespetua. Bada, halaber, autoestimu kolektiboa, pertsonak bere gizataldeari buruz duena. Hiru osagai ditu: osagai kognitiboak pertsonak bere buruari buruz egiten duen definizioa errealitatearekin loturik dagoen finkatzen du eta positiboa denean ez lieke porrotei garrantzi handiegirik eman beharko; osagai emozionalak, berriz, pertsonak bere burua zenbateraino maite duen ezartzen du; azkenik, osagai konduktualak autoestimua portaerarekin lotzen du, pertsonak erabakiak hartu eta aurrera eramateko gaitasuna duen adierazi, eta ez lituzke pertsonaren ahalmenak gutxitu edo hanpatu beharko. Autoestimua funtsezkoa da pertsonak egoera problematiko eta zailei aurrera egiteko; aldi berean, egoera zail horietatik sortutako porrot eta sufrimenduak eragina izan dezake autoestimuan, ondoren etor daitezkeen egoera horiei aurre egiteko ahalmena gutxituz. Horregatik da garrantzitsua estresaren eta porrotaren kudeaketa pertsonal egokia. Beste alde batetik, gehiegizko autoestimua edo autoestimu positiboegia kaltegarria ere izan daiteke, porrotaren onarpena zaildu egin dezakeelako; frogatu da gainera autoestimu handiegiko pertsonek problemak izaten dituztela besteekiko harremanetan. (Gizapedia, 2017) AUTOEZAGUTZA. Nork bere gorputza ezagutzeko prozesua zein ekintzak. AUTOSEXAZIOA. Pertsona batek bere burua sexu batean edo bestean sailkatzeari deritzo. CUNNILINGUSA. Sexu harremanetan, cunnilingusa emakumearen alua eta honen inguruak ahoaz, ezpainak eta mingaina erabiliz, kitzikatzea da. HIESa kutsatzeari buruz, arriskua duen praktika bat izan daiteke. (Wikipedia, 2020) DESIRA. Zerbaiten nahia izatea, sentitzea. DESIRA SEXUALA. Desira sexuala emozio bat da, bulkada bat, besteekin hartu-eman intimoa izatera mugitzen gaituen indar bat. Pubertaroan hasten gara hori sentitzen eta bizi guztian irauten digu. Motibatzen gaitu intimitatea, maitasuna, gorputzen arteko ukipena partekatzera, harreman afektibo eta sexualak izatera, disfrutatzera, plazera sentitzera, azken batez, ongi pasatzera. Intentsitate desberdinak izaten ahal ditu, eta toki desberdina hartu gure bizitzetan.

	Desira sexuala sentitzen ahal dugu norbait ikustean, elkar ukituz egotean, irudikatzean, oroitzean. Bat-batean ere agertzen ahal da, gure gorputzak estimulu baten aurrean erreakzionatzean. Baditugu hainbat aukera desira hori asetzeko: beste pertsonekin sexu-jokabideak izanda, edo gure buruarekin, edo atzeratu ere egin dezakegu. Egin ezin duguna da hori deuseztatu edo desagertarazi. (Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutoa, 2019) ERAKARPENA. Erakarpenak berekin dakar desira sexuala. Pertsona jakinei zuzentzen zaie; hau da, jada jartzen diogu aurpegi bat, izena... Erakarpena desioaren mendekoa da, ez bakarrik desiotik hartzen duelako energia, baizik eta erakartzen zaituena delako desiraren joerarekin bat egiten duena: estimulu heterosexualak, homosexualak edo bisexualak. Erakarpena aurretiaz programaturiko eta gizartean ikasiriko beste faktore batzuen mende ere badago. Erakarpen ereduen eraikuntzaren azpian dauden mekanismo sozialak eta psikologikoak ezagutzeak eta haiek erlatibizatzeak, duten balioa ukatu gabe, lagundu diezaguke beste pertsona batzuekiko erakarpena sentitzen, eta onartzen beste pertsona batzuentzat erakargarriak izan gaitezkela, askatasun handiagoarekin. Desiraren joerak erreferentzia egiten dio sexualki erakargarri zaizkigun pertsonekiko estimulu motari. Horiengana bideratzen da gure interes sexuala eta horiekin ditugu edo izan nahiko genituzke jokabide sexualak. Sexu-joera ez da aukeratzen. Baina bai aukeratzen dugu nola agertzen eta adierazten dugun. Badira bere sexu bereko pertsonekiko erakarpena sentitzen dutenak. Badira sexu desberdineko pertsonekiko erakarpena sentitzen dutenak, bai eta bi sexuekiko erakarpena sentitzen dutenak ere. Bizipen eta adierazpen aniztasun handia dago. (Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutoa, 2019) EROTIKA. Desio sexuala, irudimena eta sugestioa erabiliz sortarazten duena; sexualki kitzikagarria. (Harluxet, 2020) EXITAZIOA EDO KITZIKAPENA. Kitzikapena, kitzikadura edo narritadura libido edo sexu-gogoa piztearen ondorioa da, sexu harremana izan baino lehen. Kitzikapenak eragin fisiko nabarmenak ditu gizon eta emakumearen kasuan. Gizonaren kasuan, zakila handitu, gogortu eta tentetu egiten da, eta emakumearen kasuan, bagina zabaldu eta busti eta titiburuak gogortu egiten dira. Erreakzio fisiko hauen helburua gizona eta emakumea sexu-harreman eta koitorako prestatzea da. Bestelako eragin fisikoak ere badakartza kitzikapenak, bihotz-maiztasuna gehitzea esaterako. Kitzikapen-egoerara heltzeko musuak, laztanak eta bestelako sexu jolasak behar izaten dira, pizgarri moduan. (Wikipedia, 2020)

FELAZIOA. Sexu harremanetan, felazioa zakila ahoan sartu eta ezpainez eta mingainaz zurrupatu eta laztantzea da. Eiakulazioa eragin eta gizonaren orgasmoa lortu, koito aurretik zakila kilikatu eta tentetu edo besterik gabe sexu plazera emateko egin daiteke. Babesik gabe, HIESa eta bestelako sexu gaixotasunak kutsatzeko arriskua dakarren sexu praktika bat da. (Wikipedia, 2020)

KOMUNIKAZIOA. Komunikazioa informazioa, sentimenduak edo esanahia duen edozer trukatzeko prozesu soziala da, gizaki eta hainbat izaki bizidunen artean gertatzen dena, zeinu edo ikurrak (gizakien artean, hitzak askotan) baliatuz. Latinezko communis hitzetik dator, euskaraz «partekatua» esan nahi duena. Mundua ulertu eta azaltzeko funtsezko tresna da. (Wikipedia, 2020)

MASTURBAZIOA. Nork bere buruarekin, bere gorputzarekin, plazera lortzea, gehienetan buruan norbait (benetakoa edo birtuala) duelarik, amets egiten, desiratzen eta kilikatzen. Masturbazioa ez da ez ona ez txarra; bizipen subjektiboa da, baina gehienetan atsegina, gozagarria. Aukera ematen dizu zeure gorputza ezagutzeko, zer gustatzen zaizun eta nola jakiteko.

Masturbatzeko arrazoi asko dago: lagundu egiten digu geure gorputza ezagutzen, esperimentatzen (esperientziak bizi eta esperimentuetan aritu), lasaitzen, lo goxoa egiten; entretenigarri ere ematen digu, haserrea eta hilekoaren mina kendu, fantasiaz betetzen digu burua…

Mutilek kanpaia jotzen dute eta neskek, berriz, hatzak darabiltzate. Mutilek, zakila estimulatzeko, eltzagorrari bezala eragiten diote. Neskek klitoria ukitzen dute, zirkulu edo pendulu mugimenduak eginez. (Kolokon, 2020)

PENETRAZIOA, KOITOA EDO SARPENA. Sarpena, sarpena, penetrazioa edo koitoa —herri hizkeran eta gizakiei buruz, txortan egin edo larrua jotzea ere deitua— sexu harreman batean zehar gorputzeko atal bat edo objektu bat (arrunki, zakila) gorputz zulo batean —hala nola: baginan, uzkian, ahoan...— sartzea da. Giza sexualitatean, sarpen mota ohikoena da, bikote heterosexualetan, gizonaren zakila emakumearen baginan sartzea, baina uzkian (uzki-koitoa) edo ahoan (felazioa) ere egin daiteke. Koitoa pertsonen arteko lotura fisikoaz gainera, sexu harremana burutzen duen ekintza da, eta pertsonen arteko amodioaren adierazgarri izaten da. Pertsona batek beste pertsona bati egindako ekintza mingarria ere izan daiteke: gizon batek emakume bat bortxatu duenean, kasu. (Wikipedia, 2020)

PLAZERA. Atsegina edo plazera izaki bizidun batek sentitzen duen sentsazio betegarri eta positiboa da, lasaitasuna, alaitasun eta zorionezko emozioak eragiten dituena. (Wikipedia, 2020)

TRANSEXUALITATEA. Transexualismoa edo transexualitatea, pertsona batek jaiotzerakoan esleitu zaion sexu eta bere genero identitatearen artean desadostasuna sortzen duen egoera da. Haien burua, bizitzak ezarritako sexuaren kontrako bezala ikusten dituzten pertsonak dira eta gehienetan

	haien ongizaterako sexu aldaketa prozesu batetik pasa behar dira. Beraz, pertsona transexual batek jaiotzerakoan genitalak begiratu ondoren sexu okerra suposatu zitzaien pertsonen egoera da. Hots, bulbarekin jaiotako gizonak eta zakilarekin jaiotako emakumeak. Pertsona baten sexua jaiotzerakoan esleitu zitzaionarekin bat ez datorrela adierazteko erabiltzen den kontzeptua da. (Wikipedia, 2020)

Irakasleek heziketa sexuala lantzeko glosategia erabili ahal izateko, dituzten ikasleen adina, aurrezagutzak, interesak eta kezkak ondo ezagutu behar dituzte. Modu honetan irakasleek glosategiko zenbait alderdi lehenetsiz edo hautatuz. Ikasleen jakintzak pixkanaka handituz eta osatuz joan behar dira, beti ere oinarrian duten jakintza indartuz. Hori dela eta, gradu bukaerako lan honen eranskinetan Lehen Hezkuntzako maila bakoitzean glosategiaren zein atal eta zein hitz landu daitezkeen aurki daiteke, ikasleen garapen pertsonalaren arabera hautatu direnak. Hemen badago informazio horren zati bat. (I.ERANSKINA)

HEZIKETA SEXUALA LANTZEKO GLOSATEGIA			
	L.H 1-2	L.H 3-4	L.H 5-6
ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA	ALUA. EMAKUMEA. GENITALA. GINEKOLOGIA. GIZONA. GORPUTZA. HAURDUNALDIA. SEXUA. UGAL APARATUA. UGALKETA. ZAKILA.	ALUA. EMAKUMEA. GAZTAROA. GENITALA. GINEKOLOGIA. GIZONA. GORPUTZA. HAURDUNALDIA. HAURTZAROA. HILEROKOAREN ZIKLOA. MENARKIA. MENSTRUAZIO EDO HILEKOA. NERABEZAROA. SEXU BIDEZKO GAIXOTASUNA. SEXUA. UGAL APARATUA. UGALKETA. ZAHARTZAROA. ZAKILA.	ALUA. BARNEKO GENITAL FEMENINOAK. EMAKUMEA. GAZTAROA. GENITAL MASKULINOAK. GENITALA. GINEKOLOGIA. GIZONA. GONORREA. GORPUTZA. HAURDUNALDIA. HAURTZAROA. HILEROKOAREN ZIKLOA. IHESA. KLAMIDIASI. KLITORIA. MENARKIA. MENSTRUAZIO EDO HILEKOA. NERABEZAROA. ORGASMOA. SEXU BIDEZKO GAIXOTASUNA. SEXUA. SIFILIS.

1. **Irudia.** Heziketa sexuala lantzeko glosategia mailakatuta.

Atal honi bukaera emateko, heziketa sexuala eskoletan tokirik izan ez duen irakasgai edo alorra dela aipatu beharra dago, gai honen inguruan egin diren lanketak ikuspegi partzial batetik landu izanik sexu heziketari dagokionez . Hau da, heziketa sexuala soilik ikuspegi

partzial batetik landu egin da sexualitatearen ikuspegi eta alderdi asko alde batera utziz, gizarteko arau eta indarreko ereduek nahi zituzten alderdiak lantzeko aukera bakarra eskainiz, heziketa sexualak bere osotasunean biltzen dituen ezagutza, oinarri eta ideia asko ezkutuan utziz.

Eredu desberdinak existitzen dira heziketa sexuala lantzeko. Alde batetik, eredu morala dugu zeinak ezkontzara bideratutako prestakuntza gailentzen duen, bestetik, eredu higienistak ditugu, hauek osasun sexuala gailentzen dute eta azkenik, sexu eta gizarte iraultzarako eredua dago sexualitatearen bizipena kultura desberdinen eraginean zentratzen duena.

Aipatutakoaren harira, sexu heziketa osoa gain hartzen duten ereduak landu behar direla goraipatu beharra dago. Horien artean eredu biografikoak ditugu, plazera, afektua eta komunikazioa sexualitatearen funtzioen artean kokatzen dituztenak. Eredu hauek sexualitatea modu libre eta osasuntsu batean bizi behar dela defendatzen dute eta horretarako, bakoitzak bere sexualitatea bizitzeko modu desberdin bat duela eta bizitzeko era hori errespetatu behar dela azpimarratzen dute.

Atal honi bukaera emateko, historian zehar sexualitatea kontzeptuak izan duen bilakaerari erreparatu beharra dago, horretarako, sexu heziketa lantzeko zenbait eredu historikok egindako murrizketa nagusiak jasoz.

Eredu murritzaileez hitz egitean sexualitatea bizitzeko modu bakarra dagoela azaltzen duten ereduetaz ari gara, sexualitatea kontzeptu itxi eta ugalketarako soilik bideratua egon behar dela goraipatzen duten ereduez alegia. Beraz, eredu hauek sexualitate kontzeptutik kanpo uzten dituzte haurtzaroko esperientziak, sexu jarrera anitzak, plazera, erotika, maitemina, masturbazioa, desgaitasuna duten pertsonen sexualitatea eta abar. Eredu hauek beraz genitaletan soilik zentratzen dute sexualitatea eta beraz plazerean. Arestian aipatu bezala horrek ez du errealitatea azaltzen, izaki sexudun garen heinean sexualitatea bizitzeko aukera anitz eta hortaz, plazera edo atsegina lortzeko modu anitz daudelako, genitalak aparte gure gorputzetan gune erogeno asko izanik.

Gehituz, eredu murritzaileek harreman heterosexualak soilik aipatzen dituzte nahiz eta gaur egun pertsonen arteko harreman motak anitzak diren. Gainera, ugalketa, eredu hauen helburua nagusia da, baina gaur egun sexualitatea ugalketa baino askoz gehiago

dela badakigu. Azkenik, sexualitatea gizarte-eredu patriarkal batetik azaltzen da, emakumeen eskubideak gutxiagotuz.

Beraz, aipatutako murrizketa guztiak gainditzen ez badira, sexualitatearen kontzeptu globala lantzea ezinezkoa izango da. Hortaz, hurbiltze-saio nagusi batzuk azaltzen dira ondorengo zerrendan.

- Sexualitatea jaiotzatik hil arte irauten du.
- Sexualitatea bilakatu eta aldatu egiten da horregatik modu desberdinetan azaltzen da bizitza osoan zehar.
- Sexualitateak gure gorputz osoa hartzen du, ez genitalak bakarrik.
- Sexualitatea lantzeak helburu desberdinak izan ditzake: plazera, afektua eta harremana, komunikazio eta ugalketa adibidez.
- Sexualitatea bizitzeko eta sentitzeko modu anitz daude eta denak ondo daude.
- Sexu desirak norberarenganako edo sexu bereko eta/edo desberdineko pertsonenganakoa izan daiteke.
- Sexualitatea sozialki arautua dago horregatik kultura edo gizarte desberdinetan mugak desberdinak izango dira.
- Desiren eta jokabideen bidez adierazten da sexualitatea.
- Gizakiaren sexualitatea ez de koito baginalera mugatu behar sexu-harreman anitz daudelako.

3.2 Egileak / Autores

En el siguiente apartado se nombran especialistas sexólogos, pedagogos, psicólogos y sociólogos profesionales que han trabajado e investigado para reivindicar la necesidad de incluir la educación sexual en los colegios de hoy en día.

José Luis García

José Luis García es Doctor en Psicología y especialista en Sexología. Ha trabajado durante 35 años, como psicólogo clínico en el Gobierno de Navarra, en consulta de Psicología Clínica-Sexología, así como en programas de formación para jóvenes, familias y profesionales. Es profesor invitado de diferentes universidades españolas e

iberoamericanas. A lo largo de los últimos 40 años ha colaborado con cerca de 250 instituciones públicas y privadas, siendo una de las referencias españolas más importantes en la educación sexual. Ha elaborado un extenso programa, específico y original, de educación sexual que se compone de 13 libros, 19 videos, diapositivas y otras materiales didácticos. Por este trabajo ha sido reconocido y premiado en los 8 certámenes y convocatorias nacionales. (II. ERANSKINA

Xabier Iturbe Gabikagogeaskoa

Xabier Iturbe Gabikagogeaskoa es maestro de educación infantil, sexólogo, licenciado en filosofía y doctor en pedagogía. Habitualmente imparte cursos de perfeccionamiento del profesorado y es autor de varios artículos en revistas especializadas y del libro Comunidades de Aprendizaje y Educación Sexual Infantil (2004). Además, es miembro del colectivo de renovación pedagógica ADARRA y profesor de la Escuela Pública de Lekeitio.

Amaia Vázquez

Amaia Vázquez es licenciada en Psicología por la Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación del País Vasco. Además, se formó en el programa formativo para monitores de Educación Sexual y Planificación Familiar en la escuela INCISEX de Madrid. También, está formada en Didáctica en Terapia Reichiana y Profilaxis infantil en la ESTER DE valencia además de estar formada en genetoterapia con Jerónimo Bellido y en intervención sistémica con escuelas y familias por la Escuela Vasco-Navarra de terapia sistémica. Por último, es miembro fundador de A.E.V.A.E Asociación Española de Vegetoterapia Analítica Reichiana. A lo que se refiere a la formación profesional, Amaia ofrece formación al profesorado de Centros Escolares de infantil, primaria y secundaria en temas de psicología evolutiva, sexualidad, psicopedagogía. También ofrece formación a Escuelas de Familias: talleres de formación con padres y madres dentro del ámbito para la prevención. Por último, ofrece enseñanza de cómo trabajar con niños y adolescentes en temas de sexualidad, relaciones personales.

Luixa Reizabal Arruabarrena

Luixa Reizabal Arruabarrena es doctorada en Psicología por la Universidad del País Vasco (UPV/EHU) en 1995 con la tesis doctoral titulada La dimensión cultural de la paz en las

percepciones y sistemas de creencias de Euskal Herria. Desde ese año, desarrolla su labor docente en dicha universidad, siendo actualmente profesora titular del área de Psicología evolutiva y de la educación del Departamento de Procesos psicológicos básicos y su desarrollo de la Facultad de Psicología de Donostia-San Sebastián de la UPV. Su docencia e investigación se centran hoy día en la Psicología evolutiva y de la educación; concretamente en los ámbitos del desarrollo socioemocional y de la educación para la paz.

Efigenio Amezúa

Efigenio Amezúa Ortega es Doctor en sexología español, además es director del Máster en Sexología: educación y asesoramiento que se realiza en el Instituto de Sexología/In.Ci.Sex. en convenio con la Universidad Pública de Alcalá, en Madrid. Es también director de la Revista Española de Sexología En sus tres décadas de docencia e investigación ha publicado una veintena de obras, especialmente de historia de la Sexología y de Epistemología sexual. Cabe destacar que es coautor de El libro de los sexos, libro de texto (por etapas) de la asignatura de educación sexual para los centros de enseñanza.

Felix Lopez

Félix López Sánchez es catedrático de Psicología de la Sexualidad en la Universidad de Salamanca. Investiga, publica y hace intervenciones para mejorar el desarrollo sexual y afectivo. Es ganador del Premio Infancia Castilla y León y Honoris Causa por la Universidad de San Marcos, en Lima (Perú) y autor de numerosos libros, incluido el que fundamenta a éste, Ética de las relaciones sexuales y amorosas.

Carlos de la Cruz

Carlos de la Cruz es doctor por la Universidad Camilo José Cela, director y profesor del Máster en Sexología de este centro privado de Madrid. Además, es colaborador de Plena Inclusión y autor del posicionamiento de esta federación sobre sexualidad y discapacidad intelectual. Actualmente Carlos se dedica a contribuir a que hombres y mujeres se conozcan, se acepten y tengan relaciones que puedan considerarse satisfactorias. Es

decir, a tratar de hacer realidad la Atención y la Educación Sexual para todas las personas y desde distintos ámbitos.

Felix Lozaiga

Felix Loizaga es Doctor en Psicología. Su formación académica incluye un doctorado en Psicología, máster en Sexualidad Humana y máster en Residencia de Salud Mental. Además, es psicoterapeuta (EFPA) experto en terapia familiar. Actualmente es profesor en el Instituto de Formación Profesional superior en el Instituto Nicolás Larraburu de Barakaldo.

Fina Sanz

Fina Sanz es Psicóloga, sexóloga y pedagoga. Actualmente es profesora de psicología en la Universidad de Valencia y cofundadora de la Sociedad de Sexología del País Valenciano. Sus investigaciones le han llevado a crear métodos terapéuticos que ha expuesto en numerosos congresos y publicaciones. Fina Sanz propone un nuevo concepto de feminismo: un feminismo que no se define por oposición al varón sino por la recuperación de los llamados valores femeninos por parte de la sociedad. Gracias a su larga experiencia como psicoterapeuta, Fina Sanz se enfrenta a problemas de género y sexualidad con un lenguaje claro y directo, como queda patente en Los Vínculos Amorosos, Psicoerotismo femenino y masculino o Los Laberintos de la Vida Cotidiana, publicados por Kairós.

Mari José Urruzola Zabalza

Mari José Urruzola Zabalza fue una pedagoga, feminista y escritora concienciada con la coeducación y la educación para la igualdad. Ejerció como catedrática de enseñanza media durante la mayor parte de su vida profesional. Posteriormente ocupó el cargo de Asesora de Coeducación en los Centros de Orientación Pedagógica (COP) de Bizkaia dependientes del Departamento de Educación del Gobierno Vasco, tarea que realizó durante los últimos 11 años de su carrera, hasta su jubilación en 2001. Figura muy activa y reconocida del movimiento feminista del País Vasco, fue fundadora del Colectivo Feminista Lanbroa y de las asociaciones Emilia Pardo Bazán y Emaitza. Fue además fundadora del Partido Feminista de Euskadi en el año 2000. Además, colaboró con las revistas como Emakunde, Cuadernos de Pedagogía y diarios como El Correo Español-El

Pueblo Vasco, Egin o Deia, además de ser autora de Sexualidad en la escuela, Barcelona, 1985; Aprendiendo a amar desde el aula, Bilbao, 1991; Guía para chicas, Bilbao, 1992, Introducción a la filosofía educadora, Bilbao, 1995 y Educación de las relaciones afectivas y sexuales desde la filosofía coeducadora, 1997.

3.3 Marko legala

Ondorengo lerroetan osasun sexualarekin, aniztasun sexualarekin eta haurtzaroarekin zerikusia duten legeak eta eskubideak azaltzen dira. Gradu bukaerako lan honen marko legala osatzen duten eta lanean proposatzen den heziketa sexualaren lanketan kontuan hartu beharreko legeak dira.

3.3.1. Osasun sexuala

Osasun sexualaren inguruan egindako legeak ondorengoak dira:

Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo.

La presente Ley pretende adecuar nuestro marco normativo al consenso de la comunidad internacional en esta materia, mediante la actualización de las políticas públicas y la incorporación de nuevos servicios de atención de la salud sexual y reproductiva. La Ley parte de la convicción, avalada por el mejor conocimiento científico, de que una educación afectivo sexual y reproductiva adecuada, el acceso universal a prácticas clínicas efectivas de planificación de la reproducción, mediante la incorporación de anticonceptivos de última generación, cuya eficacia haya sido avalada por la evidencia científica, en la cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud y la disponibilidad de programas y servicios de salud sexual y reproductiva es el modo más efectivo de prevenir, especialmente en personas jóvenes, las infecciones de transmisión sexual, los embarazos no deseados y los abortos.

DECRETO FORAL 103/2016, de 16 de noviembre, por el que se establece la ordenación de las prestaciones sanitarias en materia de salud sexual y reproductiva.

3.3.2. Aniztasun sexuala

Aniztasun sexualaren inguruan egindako legea:

8/2017 FORU LEGEA, ekainaren 18koa, LGTBI+ pertsonen berdintasun sozialari buruzkoa. Foru lege honen helburua da pertsona lesbiana, gay, bisexual, transexual, transgenero eta intersexualen (LGTBI+) eskubideak garatu eta bermatzea, eta pertsona horiei diskriminazio eta bortizkeria egoerak ekiditea, Nafarroan bestelakotasun afektibo-sexuala askatasun osoz bizi ahal izatea bermatzeko.
LGTBI+ akronimoak erreferentzia egiten die foru lege honen xede diren kolektibo guztiei, eta legearen esparruan sartzen ditu, halaber, sexu-joera, genero-adierazpena eta sexu- edo genero-identitatea direla-eta diskriminatuak izan daitezkeen beste pertsona batzuk.

3.3.3. Generoa

Generoaren inguruan egindako legea:

Ley foral 14/2015, de 10 de abril, para actuar contra la violencia hacia las mujeres.

La violencia contra las mujeres basada en la discriminación por el hecho de ser mujer constituye una violación de los derechos humanos más habituales de cuantas se cometen en las sociedades contemporáneas.

La respuesta al nuevo escenario y el refuerzo de las garantías de los derechos de las mujeres víctimas aconsejan una reforma legislativa, seguida de nuevas políticas públicas más eficaces, objetivos a los que responde la presente ley foral para actuar contra la violencia hacia las mujeres, con la que se pretende establecer los mecanismos para contribuir a la erradicación de esta violencia.

3.3.4. Haurtzaroa

Haurtzaroaren inguruan egindako legea:

Ley Orgánica 11/2015, de 21 de septiembre, para reforzar la protección de las menores y mujeres con capacidad modificada judicialmente en la interrupción voluntaria del embarazo.

Esta Ley Orgánica suprime la posibilidad de que las menores de edad puedan prestar el consentimiento por sí solas, sin informar siquiera a sus progenitores. De este modo, para la interrupción voluntaria del embarazo de las menores de edad será preciso, además de la manifestación de su voluntad, el consentimiento expreso de los titulares de la

patria potestad.

3.4 Sexualitatearen garapena haurrengan

Ondorengo lerroetan Haur Hezkuntzatik hasita Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza arte neska eta mutilek bizi duten sexualitatearen garapenaren inguruko informazioa azaltzen da.

3.4.1 Sexualitatearen garapena (0- 12 urte bitarte)

Ondorengo lerroetan haurren garapen psikosexualaren prozesua azaltzen da, hezitzaileentzako heziketa sexualaren beharrak identifikatzen eta sexu heziketa aplikatzen lagunduko duen informazioa izanik.

3.4.1.1. Haur Hezkuntza (0-6 urte)

"La vida sexual del ser comienza el mismo día de su nacimiento y acabará el de su muerte" (Dallayrac, 1972)

Aho fasea (0- 1-1,5 urte)

Aho fasea haurra jaiotzen denetik urte bat izateraino irauten duen fasea da. Prozesu honetan ahoa izango da haurraren gune erogeno nagusia. Adin honetan haurrak hiru jarduera nagusiki errepikatuko ditu; hatz lodiaren xurgapena, zurrupaketa eta hozka egitea. Umea ahoaren bitartez jartzen da munduarekin harremanetan, horregatik, munduko objektuak identifikatzeko eta ezagutzeko ahoa erabiliko du eta gainera plazera sentituko du. Aho fasearen ezaugarria ere bada umeak garatzen duen konfiantza sentimendua. Haurrak prozesu honetan izango duen behar nagusiena elikagaia lortzea izango da esperientzia sexuala eta plazera emango diona.

Fase anala (1,5-3 urte)

Fase honetan haurraren sentsibilitatea mukosa analean, aho plazerean eta esfinterraren kontrolean kokatzen da. Umeak plazera sentituko du kaka egitean, garbiketa sentsazioa lortzean. Gainera, autonomia eta konfiantza garatzen hasiko da. Denboraldi honetan haurrak bere gorputza ezagutzeko beharra agerian utziko du, bere organo genitalak manipulatuko dituelarik, hasieran kuriositatea dela eta, gero plazera lortzeko.

Fase falikoa (3-6 urte)

Hiru urteko epe honetan gune erogenoak organo genitalak izango dira batez ere. Zakila mutilen kasuan eta klitoria nesken kasuan. Garai honetan haurraren interes sexuala piztuko da lehenengo aldiz. Kuriositate horrek bultzatuko du haurra esperimentazio handira, horrela organo genitalak plazera ematen dutela ikasiz. Aipatutako kuriositateak ere bide emango dio sexuen arteko desberdintasunak ezagutzeko. Hori lortzeko jokua eta genitalen erakusketa gauzatuko du haurrak. Garrantzitsua da haurrek etapa honetan atentzioa berenganatzeko beharra dutela aipatzea.

Fase falikoan helduen jarduera sexualenganako sentsibilitate berezia garatzen du haurrak. Hori dela eta, oso garrantzitsua izango dira helduek haurrarenganako duten iritzi eta jarduerak. Haurra imitazioz ikasten du batez ere adin tarte honetan, horregatik helduak erreferente onak izan behar dira. Bide batez sexua ezkutatu behar ez den gauza dela ikas dezaten eta haien sexualitatea modu natural eta positibo batean garatu dezaten.
Etapa honen bukaeran haurra genero identitatea berenganatuko du. Hau da, berarekiko kontzientzia garatuko du, emakume edo gizona den identifikatzeko eta sentitzeko gai izanik.

Interes guneak

Denboraldi honetan bi maila bereiz daitezke: Lehengoak gurasoen konpetentziari erreparatzen dio. Bigarrenak, aldiz, eskolaren esku-hartzea du ardatz nagusi (beti ere gurasoekin elkarlanean arituz).

Aipatutako bigarren maila honetan haurra gorputz itxurarengatik eta sexu identitatearengatik kezkatuta agertzen da. Hori dela eta, haurra bere gorputzean zentratuko da, bere atalak eta hauen funtzioak aztertzeko nahiarekin. Halaber, nesken eta mutilen gorputzen arteko desberdintasunenganako interesa ere adieraziko du umeak. Oso garrantzitsua izango da momentu honetan haurrek anatomia sexualaren inguruko alderdiak eta hiztegia ondo kontrolatzea eta ondo erabiltzen ikastea. Sexualitate aniztasuna, pertsonen askatasuna eta berdintasuna momentu honetatik zer den ulertzeko, lantzeko eta arazo asko ekiditeko.

Garrantzi handia izango du etapa honetan gorputz higienea eta norberaren gorputzaren zainketa lantzea. Gainera, rol sexualak malguak izan daitezkeela eta haurraren

sexualitatearen garapen naturala eta positiboa bermatzeko, gurasoen, eskolako kideen eta hezitzaileen arteko lankidetza sustatu behar da.

Garapen psikosexuala

Afektuen munduan murgilduko da haurra momentu honetan. Oso garrantzitsua izango da haurrarentzako sentimendu desberdinak esperimentatzea eta identifikatzen jakitea. Momentu hau eskolan, elkartasun, kolaborazio, laguntza eta enpatia bezalako sentimenduak lantzeko momentu aproposa da.

Adin honetan haurrak nondik datorren jakin nahiko du. Horregatik, garrantzitsua izango da haurrari emango zaizkion azalpenak gurasoen arteko maitasunarekin eta errespetuarekin lotzea eta informazio zientifiko eta profesionala izatea.

3.4.1.2. Lehen Hezkuntza (6-12 urte)

Latentzia fasea (7-10/12 urte)

Latentzia fasean ez dago nagusitzen den gune erogenorik eta epe lasaia bezala kontsideratzen da. Hala ere, horrek ez du esan nahi haurrak dituen sexualitatearen inguruko kezkak desagertu direnik. Gertatzen dena beste gauza batzuenganako kezkak eta interesa nagusitzen direla da.

Denboraldi honetan haurrengan oreka psikologikoaren garapena ematen da, neurri batean haurrek izaten dituzten harremanek eraginda. Harreman hauetan, jolasaren bitartez batez ere, diskriminazio sexuala agerian geratzen da.

Garrantzitsua da haurrak prozesu honetan amodio eta sentimenduz beteriko harremanak izaten dituela jakitea, askotan harreman hauek bere sexu berdineko pertsonekin direlarik. Zenbait adituren ustez, adin honetan definitzen da haurraren orientazio sexuala. Gainera, etapa honetan haurrak maskulinitatea eta feminitatea zer diren ikasten du, batez ere helduak behatzearen ondorioz.

Aditu askorentzako pubertaroa baino lehenagoko aldi edo etapa bat existitzen da 10-12 urte bitarte ematen dena.

Pubertaroa baino lehenagoko aldia

Etapa honen ezaugarri nagusi izango da aldaketa fisiologikoak (organo sexualen

garapena) eta aldaketa psikologikoak. Aipatzekoa da etapa honetan agertzen den afektibitatearekiko desoreka eta erreakzio kontrajarriak.

Bi urte irauten duen epe honetan harremanen garapena aurrera jarraitzen du eta hori horrela izanik haurrak bere sexu bereko pertsonekin elkartzea nahiago duela nabari daiteke, honek bere identifikazio sexualari laguntzen diolako. Hala ere, honek ez du esan nahi sexu desberdineko kideekin elkartuko ez denik, soilik nagusitzen den joera bat da.

Hezitzaileen lana oso garrantzitsua izango da epe honetan gizarteak sexu bakoitzari inposatutako rolen apurketa eta ikasketa kontzientea eta zuzena haurrari eskaintzeko. Hezitzaileak haurrari rol irreal horiek identifikatzen, aztertzen eta apurtzen lagundu diezaioke, berdintasunean eta aniztasunean oinarritutako praktikak bultzatuz, eta beti ere, haurraren parte hartze aktiboa bilatuz.

Hezitzaileek 6-9 urte bitartean haurrekin 3-6 urteekin landutakoa lantzen jarraitu dezakete baina sakonago, gero 10-12 urte dituenean bigarren hezkuntzako gaiak jorratzen hasi ditzaketen bezala. Komenigarria da bigarren hezkuntzako gaiak 12 urte bete baino lehen lantzen hastea, batez ere, haurrek sexu heziketa goiztiarra aldarrikatzen dutelako eta honen beharra adierazten dutelako Lehen Hezkuntza zikloaren hasieratik.

Bigarren Hezkuntzara pasako diren ikasle gehienak hezkuntza ziklo honetara iristean proposatutako gaien inguruko oinarri teoriko edo oinarrizko ezagutza izango dute.

Adin honetan ikasleek dituzten gorputz irudiaren, identitate sexualaren eta gizakiaren anatomia eta fisiologiaren inguruko ezagutzak egokiak eta ugariak izango dira. Hori horrela izanik ikaslegoa organo genitalak, barrukoak eta kanpokoak, gizonezkoak eta emakumezkoak bai anatomikoki bai fisiologikoki definitzeko gai izango dira. Aipatzekoa da, etapa honetan nerabezaroarekin harreman zuzena duten alderdiek garrantzia handia izango dutela ikasleentzat, hala nola; lehenengo eiakulazioak mutilengan, menarkia neskengan, hilekoa, gorputz aldaketak eta abar. Ahaztu ezin den gaia gizakiaren erantzun sexuala izango da, beharrezkoa izango baita gerora ikasi edo aztertu beharreko esperientzia sexualen egoeren ulermenerako. Bigarren Hezkuntzan hezitzaileek hiztegi aproposa erabili beharko dute, zientifikoa eta profesionala den hiztegia alegia.

Kontuan hartu beharreko beste alderdi bat ikasleekin irudi pertsonalaren onarpena eta

autoestimua lantzea izango da.

Egia da neskak eta mutilak adin honetan aurka egon ohi direla, beraz haiekin sexuen arteko diskriminaziorik egon behar ez dela landu beharko da. Horrek identitate sexualen onarpena ekarriko du. Modu berean, gazteek sexuarekiko gizartean ematen diren egoera diskriminatzaileak hautematen ikasi eta landu beharko dute.

Afektibitateari dagokionez, ikasleek gainontzeko pertsonekin sortzen diren harremanen esanahia eta lotura afektibo desberdinak hautematen eta bereizten ikasten hasiko dira, adibidez, laguntasun harremana, bikote harremana, etab. Autonomia pertsonala garatzen hasiko dira gainera, hori dela eta, garrantzitsua izango da partaide izatearen sentimendua garatzea. Hau da, ikasleak familia baten parte, lagun talde baten parte, eskola komunitate baten parte direla sentitzea.

Laguntasun harremanen balorazio positiboek eta kooperazioarekin eta besteei laguntza eskaintzearen ondoriozko balorazio onek, garrantzia handia izango dute gazteentzat adin tarte honetan.

Bigarren Hezkuntzara igaro beharreko ikasleak gizakiaren jatorriaren inguruko informazio osatua eta zientifikoa lortua izango dute. Hori dela eta, hezitzaileek haurdunaldi prozesu osoari buruz naturalki eta modu libre batean hitz egiteko aukera izateaz gain, haurdunaldia gurasoen erabaki libre eta arduratsu baten ondoriozko prozesua dela goraipatu beharko dute. Momentu honetan hezitzaileek ikasleei metodo antisorgailuak zer diren, zertarako balio duten eta nola funtzionatzen duten azaldu diezaiekete.

Etapa honen amaieran gehitu beharreko gaia jokabide sexualen aniztasuna izango da. Momentu honetan lantzen hasi beharko dira ondorengo alderdiak; praktika sexual desberdinak, laztanak, besarkadak, muxuak, masturbazioa, sarpena duten harreman sexualak, eta abar. Gainera, egokia izango da ikasleei jazarpen sexualari buruz hitz egitea eta hau ekidin behar dela azaltzea.

3.4.1.3. Bigarren hezkuntza (12-16 urte)

Bigarren Hezkuntzako etapa honetan ikasleak haur izatetik gazte izatera pasatzen dira. Hori dela eta, gorputz aldaketa handiak jasaten dituzte eta horiekin batera faktore

biologiko eta psikologiko anitzek parte hartzen duten prozesuan murgiltzen dira. Heldutasunerako bideari erreferentzia egiten dion epea bezala ere azaltzen da nerabezaroa.

Adituek prozesu hau modu desberdinez azaldu duten harren Colemanek (Coleman, 1982) bi azalpen goraipatu zituen. Lehenengo azalpena psikoanalisiaren ikuskerarekin lotu zuen. Colemanek pertsonaren garapen psikosexualean zentratzen zuen nerabezaro etapa. Aditu honek pubertaroak eragiten dituen irrikatan haurtzaroan lortutako oreka apurtzen zela azaltzen zuen, gizakiari barruko astindu emozionala eraginez eta honen ondorioz izaeraren ahultasuna ekarriz. Hala ere, Colemanek sexualitatearen jaikierak gazteari nukleo familiarretik kanpoko harreman sexual eta emozionalak izatera laguntzen duela azaldu zuen.

Bigarren azalpena, soziologiaren ikuspegiarekin lotu zuen. Colemanek haur izatetik gazte izaterako prozesuaren zergatiak pertsonaren testuinguru sozialean kokatu zituen. Adituak itxaropen sozialak eragindako presioak garrantzia handia zuela aipatzen zuen, gizarteratze prozesuaren eragileek bezala. Gazteak tentsio handiko prozesua jasan egingo du gizarte eragileen ondorioz, eta hare gehiago sexualitatearekin harremana duten eragileen eskutik. Jarraian azaltzen dena Colemanen bi azalpenen bitartez lortutako teoria da.

Freudrentzat, pubertaroan hasten da fase genitala, hortik aurrera bizitza osoan iraungo duena. Etapa honetan sexualitatearen inguruko interesa piztuko da ikaslearengan. Hori horrela izanik, ikasleak, masturbazioaren inguruan, lehenengo harreman sexualen, helduen rolen lorpenaren inguruko eta batez ere, heldutasuna lortzearen inguruko interesa adierazten hasiko da. Epe honetan gune erogenoa genitalak izango dira.

Alderdi biologikoak

Pubertaroan hazkuntza prozesu azkar batean murgiltzen dira neskak eta mutilak, 10 urterekin hasten den prozesua eta gutxi gora behera 5 urteko iraupena duena. Hazkuntza prozesu honek haurtzaroan lortutako oreka eta egonkortasunarekin apurtu dezake, batez ere, gorputzean ematen diren aldaketak direla eta.

Garapen fisiko hau, behin hasten dela, azkarra izan ohi da, nahiz eta gazte guztietan

abiadura berdinean ematen ez den. Hori dela eta, adin honetan aniztasun handia behatu daiteke adin bereko gazteen gorputzetan. Gainera, gorputz aldaketa hauek nerabeetan ezinegona eta onarpen eza gauzatu dezakete. Normalean, etapa honetan gazteen arteko liskarrak eta burlak ere areagotzen dira, aipatutako aldaketa fisiologikoek eraginda. Hori horrela izanik, gazteak oso sentikor azalduko dira adin tarte honetan eta honek hauengan erantzun bortitzak eta desegokiak eragin ditzake.

Garapen prozesu honek nesken eta mutilen arteko harremanetan eragin zuzena izango du. Neskek gorputz aldaketa goiztiarragoa izango dutenez, heldutasuna lehenago lortuko dute eta horren ondorioz neskek haien adineko mutilenganako interesa murriztuko dute haiek baino helduagoak diren mutilenganako interesa handituz.

Aipatutako gorputz aldaketen ondorioz, gorputz irudiarenganako kezka, janzteko eraren aldaketa, keinuen eta jarrerenganako interesa ere piztuko da gazteengan. Heldutasunerako prozesu honetan gazteek erreferente berriak bilatuko dituzte haien definizioa eraikitzen lagunduko dietenak.

Etapa honetan ematen den garapen sexualean gazteek helduen sexualitatearekiko interesa izatetik haien sexualitatearekiko interesa izatera pasatuko dira. Orain arte gazteek alderdi biologikoengatik, gizakiaren jatorriarengatik eta gizakiaren ugalketarengatik interesa zuten, orain aldiz, interesa haien sentimenduen eta gorputzen bizipenetan zentratuko da. Horregatik, garrantzitsua izango da adin honetako gazteei sexualitatearen inguruko informazioa eskaintzeaz gain, berritasun guzti hauek onartuak eta modu positiboan integratuak izan daitezen laguntza elementuak eskaintzea. Beraz, garrantzia handia izango du nerabeek haien prozesu biologiko eta psikologikoen inguruan jakitea hauek jasan baino lehen.

Alderdi psiko-soziala

Arestian aipatu bezala haur izatetik heldu izaterako prozesuan kokatzen da nerabezaroa. Beraz gatazkatsua izan daitekeen etapa izango da ikasleentzat. Gatazkatsua batez ere, neskek eta mutilek jasaten dituzten emozioen leherketagatik.

Aipatzekoa da gizarte eta kultura guztietan sexualitatearen garapena eta onarpena berdina ez dela eta horrek gazteengan presioa eragin dezakela. Hori horrela izanik,

neskak eta mutilak haien testuinguru sozialean ematen diren jarduera eta harremanak erreproduzitzera eramango ditu. Askotan ikasleek haur izateari utzi behar diote nahiz eta oraindik prest ez dauden, eta horrek tristura eta depresio sentimendua eragiten du hauengan. Hala ere, kontrakoa ere gerta liteke, neska edo mutila heldua izan nahi izatea eta horretarako helduak imitatzen hastea nahiz eta oraindik ez duen heldutasun hori lortu.

Etapa honetan gazteek haien gorputzak aztertzen eta plazera lortzeko bideak aurkitzen dituzte. Hortaz, identitate propioa (psikologikoa eta gorputzekoa) eratzeko unea da.

Adin tarte honetan ikasleek logikaren bitartez arrazoimenerako eta kritikarako gaitasuna garatzen dute, bere garapen psikologikoak honetan eragina duelarik. Piageten ustez, nerabeek operazio formalen estadioa lortzen dute etapa honetan. Ikasleek arazo logikoak maneiatzeko gai dira eta lehenengo aldiz pentsamendu hipotetiko-deduktiboa adierazten dute. Hau da, nerabeek hipotesi batetik abiatuta arrazoiketa egiteko gai dira, hipotesi horrek errealitatearekin zerikusia duela edo ez. Hori dela eta, gaitasun honen garapenaren ondorioz, adin honetako neskak eta mutilak etengabe bilatzen dute eztabaida, haien arrazoiketa gaitasuna agerian usteko eta praktikan jartzeko. Gazteak egoera honetan aurkitzen direnean arazoak izan ohi dituzte helduekin, hauek ez baitute gazteen egoera hauek ondo ulertzen, hau da, helduek ez dute arrazoiketa eta eztabaida bilatzeko grinaren helburua ulertzen.

Momentu honetan munduarekiko eta gizakien jarrerekiko pentsamendu idealistak adieraziko dituzte nerabeek.

Gazteek hartutako jarrerek eta pentsamenduek hauen autoafirmazio prozesurako baliagarriak izango dira. Aipatu beharra dago, autoafirmazio prozesuak krisi emozionala eragin diezaiekela, hortaz, hauen egoera animikoak aldaketa bortitzak jasaten ditu eta hauek, askotan, dituzten harremanetan ondorioak izaten dituzte. Hala ere, denbora pasa ahala gazteek haien sentimenduak eta jarrerak kontrolatzen hasiko dira eta modu kontrolatuago eta ez hain inpultsibo batean arazoei aurre egiten hasiko dira.

Eriksonentzat (Erikson, 1968) nerabezaroa iraganeko identifikazio esperientzien ondoriozko identitate propioaren integrazioa da. Momentu honetan gazteek sinesmen, balore eta konpromezu praktikoak berenganatuko dituzte. Prozesu

honek bi ondorio desberdin eragin ditzake gazteengan. Alde batetik, identitate konfusioa edo nahasketa sor diezaieke zeinak berriak diren eskaera batzuei (elekzio profesionala, intimitate sexuala, erantzukizuna eta abar.) erantzuna emateko zailtasunak eragiten dituen. Eta beste alde batetik, identitatearen hedapena eman daiteke, zeina, apatia forman edo kontzentrazio faltan adierazten den.

Nerabezaro etaparekin harreman zuzena duen beste faktore bat autonomia pertsonalaren eta independentzia sozialaren lorpena da. Honek familietan eragin zuzena izan ohi du, askotan gazteen eta haien familien arteko komunikazioan, ulermenean edo harremanean zailtasunak ekarriz.

Prozesu honen garapena ematen den heinean nerabeek harreman estilo berri bat ezartzen dute bere familiekin. Momentu honetan nerabeek berdinen taldea izango dute lagun talde garrantzitsuena, zeinari bere kezka, gustu, iritziak eta abar partekatuko dizkioten. Berdinen taldeak garrantzia handia izango du adin tarte honetan haien ikaskuntza iturri nagusiena bilakatuko delako. Modu honetan familia bigarrengo eremu batean geratzen da adin honetako neska eta mutilentzat.

Nahiz eta familiarekiko harremanak aldaketak izaten dituen epe honetan, nerabeek haien etorkizun profesionalarekin zerikusia duten erabakiak hartu behar dituztenean haien familien iritziak eta gomendioak kontuan hartzeko joera adierazten dute (Fierro, 1985).

12 urtetik aurrera nerabeek haien autonomia eta independentzia garatzen hasten dira, horretarako helduen mundutik aldendu egiten dira haien kabuz betebeharrak egiten saiatuz, eta batez ere, haien kabuz erabakiak hartuz. Autonomiaren garapen horren ondorioz nerabeek haientzako espazioa aldarrikatuko dute, non bakarrik egoteko eta bakarrik pentsatzeko aukera duten.

Nerabezaroaren amaiera 19 urteetan gutxi gora behera ematen da, momentu honetan gazteek heldutasuna lortu dutelarik.

Sexualitatea eta adoleszentzia

Nahiz eta adoleszentziaz hitz egitean gazte guztiak talde gisa hartu ezin diren (bakoitzak bere erritmora bizi duelako heldutasunerako prozesua) atal honetan gehiengoari

erreferentzia egingo zaio. Hala ere, argi izan behar dugu, nerabezaroa pertsona bakoitzarentzat desberdina dela eta garapen pertsonalak eragin handia duen prozesua dela.

Nahiz eta “Iraultza sexuala” eman zenetik urte batzuk pasa diren, hau da 60. eta 70. bitarteko urteak pasa diren, pertsona askok gaur egungo gazteek haien bizitza sexualetan arazorik ez dutela pentsatzen dute. Gainera, askeagoak eta espontaneoagoak direla eta lehenagoko belaunaldiek baino informazio gehiago dutela pentsatzen dute. Baina hori ez da guztiz egia. Behaketa positibo honen jatorria gaur egungo baliabideek eragin dute. Egia da gaur egun gazteek sexuarekin zerikusia duten gaien inguruko informazioa lortu dezaketela baina oraindik ere hezitzaileak eta familiak ez daude heziketa sexual osasuntsua eta profesionala irakasteko kualifikatuak. Eta hori, neurri handi batean, hauek jaso ez duten sexu heziketaren ondorioz gertatzen da.

Estatu Espainiarrean egindako ikerketak aztertu ostean gazteek lortzen duten informazio sexuala haien lagunengandik, material grafikotik edota esperientzia pertsonaletatik datorrela ikus daiteke. Horrek urteetan zehar bizirik jarrai duten tabu eta uste faltsuak oraindik ere zabalduak izatera eta gazteen informazio iturri bilakatzera eraman du. Gainera, informazio profesionalaren gabeziak honek jarrera arriskutsuak eta praktika ez osasuntsuak gauzatzera eramaten ditu gazteak.

Sexualitatearekin zerikusia duten jarrera arriskutsuak lau alderdi nagusiren eskutik ematen dira:

a. Experimentazioaren beharra.

Nerabeentzat, heldutasuna lortzeko prozesuan garrantzia berezia du helduak imitatzea. Hori dela eta, normala da nerabeak komunikazio hedabideetan eta eguneroko bizitzan ikusten dituzten helduak (erreferenteak) imitatzen ikustea. Honen adibidea da nerabeak erretzen eta edaten hasten direnean. Hala ere, askotan imitazio hauek ohitura bilatzen dira nahiz eta osasuntsuak edo egokiak ez izan.

b. Arrisku nahia.

Nerabeek egoera zehatz batzuk esperimentatzen dituzte eta honek arriskua dakar. Nerabea oso seguru sentitzeko joera du adin tarte honetan. Hori dela eta neska mutilek askotan arriskuan jartzen dute bere osasuna eta haien bikote eta lagunena, arriskutsuak

diren jarduerak burutuz adibidez. Honen adibide argia, nerabeek harreman sexualetan kondoia ez erabiltzea izan daiteke, haiek lortutako informazioak sarketa etetean haurdunaldia ekiditen dela esaten duelako.

c. Hezkuntza egokiaren falta.

Kontuan hartu beharreko beste alderdi bat nerabeek duten informazio faltak eragiten duen erabakiak hartzeko ekintza da. Adin honetako neskek eta mutilek jasotzen duten informazioa sarritan desegokia da baina hauek baliagarritzat hartzen dutenez arriskuan jartzen dira. Arestian aipatutako sarketaren etenaldiak haurdunaldia ekiditen duela, honen adibide ere bada.

d. Helduen jarrera.

Kontuan hartu beharreko azken alderdia, helduek gazteen sexualitatearekiko duten jarrera da. Normalen helduek ez dute nerabeek harreman sexualak dituztela onartu nahi, hori dela eta, nerabeei haien sexualitatea ukatu eta debekatu egiten zaie, eta ondorioz, harreman sexualak ezkutuan izan ohi dituzte. Honek helduen eta gazteen arteko bereizketa izugarria sortarazten du.

Deskribatutako egoerek, nerabeak (nerabe batzuk beste batzuk baino gehio) arrisku maila altua esperimentatzera eramaten ditu hiru alderdiei hauei dagokionez:

1. Atsekabe sexuala

Nerabeek duten informazio faltarengatik, harreman sexualak ezkutuan izan behar dituztelako edo hauek modu lasai eta polit batean izateko duten denbora faltagatik, sarketa eta harreman sexualak nahasteagatik eta abar, ez dute haien sexualitateaz gozatzen. Kontrakoa gertatzen zaie, praktika sexualak asetze sentimendua eragin ordez itoaldi edo larritasun sentimendua eragiten die.

Aipatutako alderdiek nerabeek haien sexualitatearekiko dituzten jarrerak aldatzen dituzte, porrot egin dutenaren sentimendua haiengan sorraraziz. Arazo honek, disfuntzio sexuala, sexualitatearenganako sentimendu negatiboak edo desira falta eragin diezaieke.

2. Nahi ez den haurdunaldia

Sexualitatearekin harreman zuzena duen osasun arazo nagusiena nahi ez den haurdunaldia da. Arazoa dela esaten dugu ez soilik haurdunaldiak izan ditzakeen

zailtasunengatik, baita psikosozialak diren alderdiengatik ere, zeinak nerabea presio pertsonal handiaren menpe jarri dezake sexualitatearen estalketa edo deuseztaketa eman arte.

3. Sexu bidezko gaixotasunen kutsaketa

Azken urteetan sexu bidezko gaixotasunen kutsaketa gora egin du 15-20 urte bitarteko nerabeetan batez ere. Gaixotasun hauen prebentzioa ezezaguna da nerabeentzat, neurri handian, eskoletan eta familietan gai honen inguruan hitz egiten ez delako. Hori dela eta, heziketa sexualaren beharra oraindik handia dela adierazten dute egindako ikerketa guztiek.

Interes guneak

12-16 urte tartean nerabeek heziketa sexualaren inguruko interes handia dute. Pubertarotik hasita denbora epe honetan oraindik ere gorputz aldaketei buruz hitz egin behar da nerabeekin, baita aldaketa psikologikoei eta sozialei buruz ere. Harremanen inguruan hitz egitea ere gomendatzen da, haien onarpena eta autoestimua garatzen lagundu behar zaiela gomendatzen den bezala.

Adin tarte honetan identitate sexualaren eta orientazio sexualaren inguruan mintzatzeak nerabeengan eragin positiboa izango du. Gainera, haien orientazio sexualarekiko zalantzak dituzten nerabeei laguntza emateko momentu egokia izango da. Desberdina izatearekiko errespetua garatzen laguntzeak ondorio onuragarriak izango ditu gazteengan.

Gehituz, rol sexualen inguruan lanketa egitea ere egokia izango da nerabeentzat. Modu batez, rolak malguak direla eta bereizketan oinarritzen ez direla ikasteko.

Aipatzeko da, pertsonen arteko harreman desberdinei buruzko lanketa ere egin behar dela. Desira, erakarpen, maitemintzea, jeloskortasuna eta abar bezalako gaiak jorratuz.

Hala ere, etapa honetan praktika sexuala izango da neskei eta mutilei gehien erakarriko dien eztabaida gaia. Masturbazioari, lehengo harreman sexualei, besarkadei eta musuei buruz hitz egitea bilatuko dute nerabeek. Ikasleek beraz hezetzaileengandik informazio profesionala, zientifikoa eta egokia jaso behar dute. Gainera hezitzaileek heziketa sexualaren inguruko kezka eta iritziak azaleratzeko aukera eskaini behar diete ikasleei.

Beti ere oso garrantzitsua izango da ikaslegoarekin sexualitate aniztasuna lantzea. Metodo antisorgailuak ere ahaztu ezin den gaia izango da eta hauen inguruko informazioa nerabeei eskaintzeak praktika sexual osasuntsuak izatera bultzatuko ditu.

Ezin dira ahaztu pornografia eta prostituzioa bezalako gaiak. Garrantzitsua izango da hezitzaileek hauen inguruan hitz egitea eta batez ere, pornografia errealitatea ez dela erakustea.

Azkenik, biolentzia eta jazarpen sexualen inguruan ere lan egin beharko dute hezitzaile eta ikasleek. Bortxaketei buruzko eta hauek saihesteko informazioa eskaintzea hezitzaileen betebehar bat izango da.

3.4.2 Habraham Maslow. Beharren piramidea.

Abraham Maslowek ikasten, lanean edo bizitzan motibatuta egoteko, zoriontasunak, hau da, zoriontsu izateak, asko laguntzen duela aldarrikatu zuen. Psikologo honek gainera, zoriontasuna lortzeko pertsona autoerrealizatuta egotea lortu behar duela aipatu zuen. (Irakurriz ikasi, 2019).

Gradu bukaerako lan honen helburuetako bat, "Hezitzaileek heziketa sexuala noiz, nola eta norekin lantzen jakitea. Irakasle, ikasle eta familien arteko lankidetza sustatuz" izanik, Maslowren piramidea osatzen duten bost mailak lantzea proposatzen da, modu honetan pertsona guztiek dituzten oinarrizko bost beharrak lantzeko aukera eskainiz eta arestian aipatutako helburua lortzea ahalbidetuz.

Maslow piramidea gizakiaren motibazioei buruzko teoria bat da, Abraham Maslow psikologoak 1940ko hamarkadan plazaratu zuena. Gizakiaren behar eta desiren sailkapen bat da, piramide batean islatuta agertzen dena. Piramidearen gailurrean autoerrealizazioa dago eta autoerrealizatua sentitzeak zoriontasuna ekartzen omen du, besteak beste. Maslowek autoerrealizaziora iristeko honen azpian dauden mailetako beharrak lortu eta asetu behar direla defendatzen zuen. (Irakurriz ikasi, 2019)

Irune Bayano Diezek bere gradu amaierako lanean ondo azaltzen duen bezala "Beharra Euskaltzaindiaren hitzetan, nahitaezko den gauza; beharrezko gertatzea da. Maslow-ek giza beharren inguruko proposamena egin zuen, non pertsonek dituzten beharrak garrantziaren arabera hierarkizatuta dauden. Hauek ase egiten direnean, indibiduoak

hurrengo gorako maila edo errenkadara joaten dira. Hala ere, indibiduo askok maila batean geratzen dira, behar hori asebete eta beste batzuekiko sentsibilitaterik erakutsi gabe. Gainera, piramidearen errenkada batera pasatzea ez da itzulezina, bizitzan gertatzen diren egoeren arabera pertsona batek ase zuen behar bat ase gabe uztea gerta liteke. Gainera, beharrak gainezarri eta beraien arteko erlazio interdependentzia erakusten dute.*" (Bayano, 2019).

2. **Irudia.** Abraham Maslow-ren beharren piramidea.

Piramidearen oinarrian behar fisiologikoak daude; hala nola edatea, jatea, osasuna, sexua edota aterpea. Behar horien gabeziek tentsioa sortzen dute indibiduongan, eta oso zaila izango litzaiguke behar horiek ase gabe zoriontsu sentitzea, gizabanakoaren bizitza arriskuan jar dezaketelako epe motzean. Motibazio izenez ezaguturiko barne indar batek jarrera zehatz bat hartzera bultzatuko gaitu, behar edo desira horiek ase eta tentsioa murrizteko. (Irakurriz ikasi, 2019)

Bigarren lekuan, gizakiak babesa eta segurtasuna bilatzen ditu. Herrialde, kultura eta gizarte bakoitzaren ezaugarri sozioekonomikoen arabera, beharrak desberdinak izan daitezke: etxebizitza, lana, egonkortasuna eta beldurrik gabe bizitzea, adibidez. (Irakurriz ikasi, 2019)

Hirugarrenean, behar sozialak ditugu: gizatalde baten kide izatea, adiskideak edukitzea

eta maitatua sentitzea, besteak beste. (Irakurriz ikasi, 2019)

Laugarrenean, estimua; nork bere burua maitatzea (autoestimua), konfiantza izatea, gizartearen onespena eta errespetua edukitzea, eta arrakasta, esaterako. (Irakurriz ikasi, 2019)

Piramidearen gailurrean, autoerrealizazioa agertzen da: behin azpiko beharrak aseta, bizitzako hainbat alorretan norbere ahalmen eta gaitasun guztiak garatzeak sortzen duen gogobetetasuna. Beste era batera esanda, gure agendetan ditugun zereginak (lagun artekoak, osasun-arlokoak, lanekoak, familiartekoak, egunerokoak…) egiten goazen heinean sortzen zaigun poztasun eta harrotasunaren arteko satisfazio hori da autoerrealizazioa. (Irakurriz ikasi, 2019)

3.5 Erakundeak

Gaur egun anitzak dira sexualitatearen inguruan, sexu bidezko gaixotasunen inguruan, genero indarkeriaren, inklusioaren, aniztasun sexualaren eta abarren inguruan lan egiten duten erakundeak. Ondorengo lerroetan mundu mailan, Espainian, Euskal Herrian, baina batez ere, Nafarroan aipatutako alderdi guztiak eta herritar guztien ongizatea lortzeko lanean ari diren erakundeak azaltzen dira.

Word Association For Sexual Health

Sexu Eskubideen Aitorpena 2014an berrikusi du Osasunaren Sexu Osasunerako Munduko Elkarteak (WAS) eta adituen kontsultak.

AES Asociación de Especialistas en Sexología

Sexologiako Espezialisten Elkartea, irabazi-asmorik gabeko elkartea da hainbat arloetako profesionalek (psikologia, medikuntza, erizaintza, hezkuntza, pedagogia, soziologia, kazetaritza…) osatzen dutena. Sexologia eta eskubide sexualen defentsa eta sexu osasuna sustatzea dute helburu nagusia.

AEPS Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología

AEPS Estatu osorako elkartea da, 20 urte baino gehiago daramatza sexologiako profesionalak biltzen sexuetako zientziaren inguruko ezagutzak partekatu eta gehiago ezagutzeko/aztertzeko helburuarekin.

SEC Sociedad Española de Contracepción

Antisorgailuen Espainiako Elkartea (SEC) erakunde zientifiko eta profesionala da, bere xedea antisorgailu metodoak eta aholku zientifikoaren inguruko informazio hedatzea, sustatzea eta aztertzea izanik.

FPFE Federación de Planificación Familiar Estatal

Pertsona guztiek euren sexu eta ugalketa bizitza modu autonomoan erabakitzeko eta sustatzeko eskubidea sustatzen duen erakundea da, genero ikuspegitik gizonezkoen eta emakumezkoen garapen integrala ahalbidetuko duten ekintza sozialak eta politikoak garatuz.

FUNDADEPS Fundación de Educación para la Salud

Osasun Hezkuntzarako Fundazioa (FUNDADEPS) irabazi asmorik gabeko erakundea da, Madrilgo Clínico San Carlos Ospitalean 2003an jaioa. FUNDADEPS Osasun Hezkuntza Elkartearen (ADEPS) jarraipena da, 1984an ospitale bereko Prebentzio Medikuntza Zerbitzuan sortu zen erakundea, Osasun Hezkuntza Europan garapenean aitzindaria. FUNDADEPS-ek osasuna sustatzea du helburu, osasunaren sustapenaren, hezkuntza heziketaren eta ikerketa zientifiko eta teknikoen bidez, herritarren bizi kalitatea areagotuz Osasunaren Kulturaren bidez.

ASSEX Asociación de Sexualidad Educativa

ASSEX irabazi-asmorik gabeko erakundea da. Nazio mailan lan egiten duena eta psikologia, sexologia, erizaintza, neuropsikologia eta psikopedagogiako adituek osatzen dutena.

EDUCACIÓN 3.0

Hezkuntzarako materialak eskaintzen dituen erakundea. Heziketa sexuala lantzeko materialak aurkezten ditu.

Gozamenez

Gozamenez sexualitateari eta gazteriari buruzko programa komunitarioa da, zenbait elkarte eta erakundeek osatua.

Aldezar

Iruñeko Alde Zaharreko gazteen elkartea, haur eta gazteen garapen intelektual eta soziala sustatzea du helburu. Borondatezko langileek eskola-prozesu eta -garapenean laguntza eskaintzen dute. Aisialdia hezkuntza-esparru bihurtzea, eta, horretarako, partaidetza, komunikazioa, elkartasuna eta abar landuz.

Askagintza

Gipuzkoan, Hernani. Gizarte-kolektiboa, droga-mendetasunaren normalizazioaren alde lan egiten duena. Prebentzioari ematen dio lehentasuna, hezkuntzako eta gizarte- eta kultura-eraldaketako neurriak oinarri hartuz, helburu hau lortze aldera: norbanakoari zein talde osoari drogak dauden gizarte batean haiekiko mendetasunik gabe bizitzen irakastea. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago.

Yoar elkartea

Gazteen elkarte bat da, txangoak, asteburuko planak eta udalekuak antolatzen dituena, elkartekideen arteko bizikidetza sustatzeko. Milagrosa-Arrosadia eta Azpilagañako haurren eskubideak defendatzen dituen elkartea da. Haurren prebentzioa eta babesa eskaintzen duena.

Emakumeari laguntzeko zentroak

Nafarroako Sexu- eta ugalketa- osasunaren arloko zentroen sare publikoa da; duela 30 urte baino gehiago sortu ziren Familia Orientazio eta Sexu Hezkuntzarako Zentro gisa (FOSHZ), eta nork bere sexualitatea modu positiboan, pozgarrian eta osasungarrian bizitzea dute helburu, pertsona arteko harremanak zein sexu-harremanak horizontalak eta begirunezkoak izan daitezen. Honako gai hauei buruzko informazioa eta aholkularitza ematen dute: sexualitatea, fisiologia, antisorgailuak, koito ondoko pilula, haurdunaldia, erditzea, haurdunaldiaren borondatezko etendura, sexu-transmisiozko infekzioak. Horretaz gainera, zerbitzu hauek ematen dituzte ere: laguntza ginekologikoa, erizaintza, hezkuntza, emagina eta psiko-sexologia (sexu- eta bikotekide-arazoei aurre egiteko). Prestakuntza arloan, sexu-hezkuntzari buruzko tailer eta ikastaroak antolatzen dituzte, talde, kolektibo, eta osasun, hezkuntza eta gizarte-arloetako profesionalekin, eta programazio eta material didaktikoen gaineko aholkularitza teknikoa ematen dute. Hezkuntza programa berritzaile eta komunitarioak sustatzen dituzte, eta beste entitate eta zerbitzu publikoekin aritzen dira elkarlanean.

HIESaren Aurkako Batzorde Hiritarra

GKE bat da eta helburu hauek ditu: Giza Immunoeskasiaren Birusaren (GIB) transmisioa geldiaraztea eta prebenitzea, eritasuna dutenei laguntzea eta gizartearen haienganako elkartasuna sustatzea. GIB/HIESaren kontra lan egiteko erabiltzen duten tresna nagusia prebentzioa da, eta, horretarako, osasuna zaintzeko eta sexualitatea gozamenez, naturaltasunez eta oro har bizitzeko mezuak zabaltzen dituzte. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. GKE hau gazteentzako kanpainak ere egiten ditu.

Nafarroako Gazte Kontseilua

Nafarroako gazteen elkarteez osatutako entitatea da, kolektibo hauek barne hartzen dituena, besteak beste: aisialdi eta astialdikoak, politikoak, erlijiosoak, kulturalak, sindikalak, etab. Haren Osasun-arloak honako hauek sustatzearen alde egiten du lan: osasuna, sexu-hezkuntza, droga-mendetasunaren prebentzioa, etab. Gozamenez koordinakundearen barnean dago. Gazteriaren partaidetza bideratzea hala nola pertsona gazteen eta gazte elkarteen eskubideak defendatzea helburu duen kontseilua da gainera. Kontseiluak Erkidegoko 3 esferen arteko zubia eratzen du: Gazte Elkarteek, Pertsona Gazteak eta Gobernu-Administrazio Publikoa. Horrela, hiru esfera horiek konektatzen dituzte gazteriaren egunerokotasunean eragina izatera heltzeko, pertsona gazteen partaidetza bultzatuz politika, gizarte, ekonomia eta kultura arloen garapenean.

EHGAM

EHGAM (Euskal Herriko Gay-Les Askapen Mugimendua) Euskal Herriko gay mugimendua da, homosexualitatearen askapenerako, askapen sexualeko prozesu orokorrean kokaturik dagoelarik. Gay esaten diote nagusi den arauak inposaturiko sexualitatea zalantzan jartzen duenari, bere desio homosexuala kontzienteki onartuta, gizon zein andre izanik ere.

EHGAM-ek mugimendu pluralista, autonomo eta iraultzailetzat du bere burua.

Pluralista, edonork parte har dezakeelako, haren ideologia kontuan hartu barik, beti ere EHGAMen helburu orokorrak eta aldarrikapenak onartuz gero.

Autonomo, horixe izan nahi dutelako, alderdi edo erakundeekiko harremanei dagokienean; haiek baitira, autoantolaketaren bidez, heuren estrategia erabaki behar

dutenak.

Iraultzaile, gaur egun nagusi den giza- eta sexu-harreman mota gaindituz bakarrik lortu litekelako askapena. Gizarte matxista, sexista, heterosexista, patriarkal, klasista eta kapitalista honi alternatiba bilatu nahi diote. Hots, adierazi, bildu eta elkartzeko askatasunak ziurtatzen dituen gizartea; boterearen deskontzentrazio- eta deszentralizazio-erak sortzen dituena; gutxiengoen askatasunak ziurtatzen dituena eta monolito zapaltzaile eta desgizatzaile ez dena.

EHGAMek Euskal Herri osoa dauka jardueragune, tokian tokiko errealitate sozialera egokituz.

Gazte Asanblada

Gazteek kudeatzen dituzten asanbladak dira eta auzoka, herrika... antolatzen dira. Asanblada hauetan jorratzen diren gaiak anitzak izanik (horien artean heziketa sexuala, drogak, sexua…)

Gurutze Gorria Gazteria

Gazteriaren Gurutze Gorria (GGG) Gurutze Gorriaren gazteen saila da, 8 eta 30 urte arteko umeek eta gazteek osatua, umeei eta gazteei eta horien eragile sozializatzaileei (ikastetxea, familia, elkarte mugimenduak, komunikabideak, etab.) zuzendutako ekintza eraldatzailea gauzatzeko xedez, horien garapen integrala eta autonomia pertsonala indartuz eta euren gertueneko ingurunean jardunez. Gazteriaren Gurutze Gorriko 119 boluntarioren lanari esker 21.026 esku hartze gauzatu ahal izan dira, 11.818 partaiderengana helduz, zenbait proiekturen bitartez.

Gazte Auzolan

Iruñeko Sanduzelai auzoko elkartea da, auzoko gazteen gizarteratzearen eta eskubideak babestearen alde lan egiten duena.

Gaztetxeak

Hainbat gazteek osatutako asanblada ireki batek kudeatzen duen lokala edo espazioa da. Espazio hauek okupatuak edo instituzioengandik (utzitakoak) izaten dira. Bertan, mota askotako ekintzak burutzen dira, gazteen iniziatiben araberakoak. Besteak beste, gai

anitzei buruzko hitzaldi, tailer, mahai inguru edo dokumental (feminismoa, sexualitatea, jai eredua, kapitalismoari kritikak, internazionalismoa...) eta aisialdirako ekintzak (sormen tailerrak, edozein jokuren txapelketa ez lehiakorrak, kontzertuak, pelikulak...).

Gaztetxeen filosofia auzoan agente aktiboak izatea eta auzoa bera eraldatzea da. Horretarako, espazioan bertan (aurrez aipatutakoak) eta kaleetan antolatutako ekintzez baliatzen dira.

Hegoak

Irabazi-asmorik gabeko elkartea da, soldatapeko langileez eta langile boluntarioez osatua, eta REASen (Ekonomia Alternatibo eta Solidarioaren Sarea) Gutun Solidarioarekin konprometitua; haren helburua jendea drogak dituen mundu batean hauek kontsumitu gabe bizitzen irakastea da, bai eta pertsonak ohitura osasungarriak eta arrisku txikiko jokabideak hartzeko motibatzea ere, aisialdia eta astialdia arazorik gabe bizitzeko. Drogen kontsumoaren prebentzioan dira aditu, eta, zein pertsonarekin eta talderekin (gazteak eta familiak) esku hartzen duten, haien ezaugarri berezietara moldatzen dira, haien bizikidetza-eremuetara hurbilduz. Pertsonenganako jokabidea bideratzen duen estrategia metodologikoa baterako gogoeta prozesuetan oinarritzen da, ingurunearekin, eta gure inguruko pertsonekin zein substantziekin harreman orekatuak sorrarazte aldera. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago.

IPES

IPES (Instituto de Promoción de Estudios Sociales) kulturako elkarte-fundazio bat da, Nafarroan egungo munduarekin konprometitutako kultura sustatzen duena.

Kattalingorri

Kattalingorri LGTBI+ pertsonen eskubideen alde lan egiten duen elkartea da. Aniztasuna sustatuz eta LGTBI fobiaren aurka borrokatuz.

Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuko Iturrama eta Andraizen zentroen Gazte Programa

Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuko Emakumeari Laguntzeko Zentroetan gauzatzen da. Doako arreta eta aholkularitza ematen dituzte sexualitatearen eta antisorkuntzaren gainean, honako zerbitzu hauen bidez: informazioa, ginekologia,

erizaintza, haurdunaldiaren kontrola, psiko-sexologia, sexu-hezkuntza... Andraizen, gainera, toki eta ordutegi berariazkoak dituzte. Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuaren mendeko zentroak dira, eta Gozamenez Koordinakundearen barnean daude.

SARE

Gobernuz kanpoko erakundea da, GIB/HIESa zuzenean zein zeharka pairatzen dutenek osatua. Erakundearen filosofia da norbera bere arazoak ebazteko gai dela, betiere, horretarako aukera emanez gero. Horretarako, laguntza, konfidentzialtasuna eta elkartasuna ematen ditu. Helburu hauek ditu: HIESaren gaineko informazioa zabaltzea, gaixoei eta haien ingurukoei laguntza emozionala ematea, gizarteak GIBa normaltasunez hartzea, eta gaixoen duintasuna eta eskubideak arriskuan jartzen dituzten egoerak ekiditea. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago.

Zabaldi

Zabaldi (Elkartasunaren Etxea-Casa de la Solidaridad) zentro soziala da. 1997an sortua, nazioarteko elkartasun eta lankidetzaren alorrean aritzen diren hainbat Gobernuz Kanpoko Erakundeek eta taldek bultzatu zuten, beren jarduerak elkarrekin burutzeko asmoz.

Zurriburbu

Iruñeko Alde Zaharreko Navarreríako burguko bizilagunen batzordea da, gune horretan beti egon den bizikidetasun giroa berreskuratzen ahalegindu dena. Ekimen kulturalak (artisautza azokak, gazteentzako kontzertuak, haurrentzako jarduerak, etorkinen integraziorako ekintzak, eta abar.).

EMAIZE

1994. urtetik Emaize sexologia zentroa sexualitate, sexu eta harremanen atentzioa eskaintzen du. Honen helburua haur, emakume eta gizonen arteko bizikidetza hobetzea da.

Naizen

Naizen Araba, Bizkaia, Gipuzkoa eta Nafarroako adin txikiko transexualen familiak biltzen

dituen elkarte bat da.

Harrotu

Iruñeko Udalaren zerbitzu publiko bat da, sexu- eta genero-aniztasunari buruzko informazioa eskaintzen du.

Iruñeko herritar guztiei zuzendua, bereziki bertako LGTBI pertsona, elkarte eta kolektiboari. Aholkularitza eskaintzen dute, bai aholkularitza sexologikoa (aholkularitza sexu-orientazioari, genero- adierazpenari eta sexu- eta genero-identitateei buruz), eta bai juridikoa ere (bikoteen inguruko araudiak, lan-diskriminazioa, izen aldaketak, desgaitasuna GIBagatik, LGTBIfobia kasuak, eta abar).

Beldur barik

Beldur Barik EAEko instituzioek elkarlanean bultzatuta indarkeria sexista prebenitzeko gazteei zuzendutako programa da, eta bere helburua da, gazteekin batera hausnarketa eta eztabaida prozesuak sustatzea jendarte eraldaketan laguntzeko. Alegia, Beldur Barik jarrera bultzatzea. Horretarako, Beldur Barik programa hainbat baliabidez baliatzen da.

Skolae

SKOLAEk Nafarroako ikastetxe eta hezkuntza-komunitateen lana inspiratu nahi du, ikasle guztiei BERDINTASUNEAN BIZITZEN IKASTEKO aukera emateko helburuarekin.

3.6 Materialak

Ondorengo lerroetan Nafarroako irakasleek sexu heziketa eta sexualitatea ikasgela barruan lantzeko eskuragarri dituzten zenbait materialen zerrenda aurkitzen da. Zerrenda laburra da, beraz, heziketa sexuala lantzeko material eta baliabideak oraindik ere eskasak direla ikus dezakegu.

Hasteko, LAB sindikatuaren ekoizpena den “Sexu heziketari buruzko gida Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleentzat” azaltzen da. Gida honetan 12 urte bitarteko haurrekin sexualitatea lantzeko argibideak azaltzen dira. Sexu heziketa zer den eta zergatik landu behar den azaltzeaz gain, gai hau nork, norekin eta nola landu behar den, sexu-garapenari buruzko gako batzuk, sexu heziketa “osasuntsu” baterako klabeak eta zenbait baliabide eta material didaktiko azaltzen dira gidan.

Gozamenez programak material anitz eskaintzen du, hala nola, sexualitatea lantzeko unitate didaktikoak, sexualitateari buruzko galdeketak klasean egiteko, ikus-entzunezko materialak eta abar. Hala ere, aipatzekoa da aipatutako material guzti hauek Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako irakasle eta ikasleentzat sortu direla, hala ere, interesgarriak eta erabilgarriak dira Lehen Hezkuntzako irakasleentzako ere. Aipatu harren, oso interesgarria da “Sexualitateaz hitz egiten duen horma” materiala, unitate didaktikoak eraikitzeko sortutako materiala alegia.

Osasunbidearen eskutik “Promocionando la salud sexual desde el aula” programa daukagu. Zeinetan Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzan landu beharreko minimo batzuk azaltzen diren.

Nafarroako Gazteriaren Kontseiluak bere webgunean irakasle zein ikasleentzako interesgarria zein erabilgarria izan daitezkeen materialen zerrenda eskaintzen du.

Skolae programak ere hainbat material eskuragarri ditu, nahiz eta batzuk lortzeko ordaindu behar den, doan diren beste programa batzuk ere sortu ditu, adibidez “Skolae programa berdintasunean bizitzen ikasteko ibilbidea”.

José Luis García, Nafarroako sexologo eta adituak heziketa sexuala lantzeko material ugariren egilea dugu ere. Hauen artean sexu heziketa lantzeko euskaraz egindako lehenengo programaren egilea da. Aditu honek egindako materialaren lehenengo edizioa 1984. urtean izan zen, hamar urte beranduago bigarrengo edizio berritua eginez. José Luisek sortutako materiala 12 liburuz osatuta egoteaz gain euskarazko bideoak eta etxean nahiz eskolan lantzeko gida batez osatzen da:

- Mi primer cuento de educación sexual y afectiva. Elkar- GIE. San Sebastián, 1994. ISBN: 84-87126-90-1
- 10. Mi primer libro de información sexual y afectiva. Elkar-GIE. San Sebastián, 1994 ISBN. 84-87126-89-8
- Cuaderno de actividades de mi primer libro –I Elkar-GIE, San Sebastián. 1995. ISBN 84-8289-014-X
- Mi segundo libro de información sexual y afectiva. Elkar-GIE, San Sebastian. 1995.

ISBN 84-8289-015-8

- 13.Cuaderno de actividades de mi segundo libro – II Elkar-GIE, San Sebastian. 1995 ISBN 84-8289-014-X

Ondorengo lerroetan Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleek ikasleekin erabili dezaketen liburu eta materialen zerrenda azaltzen da:

- Munstro arrosa (Olga de Dios. Ed. denonartean)
- Ni un besito a la fuerza (Marion Mebes)
- Pirritx, Porrotx eta Marimototxen ipuinak
- Neskak eta mutilak (Aingeru Mayor, Susana Monteagudo. Ed. LIT-ERA)
- Ni Nerea naiz (Nerea García. emaize)
- Jazz naiz (Jessica Herthel, Jazz Jennings. Ed Bellaterra)
- Mari zipirzitinek ez du zorioneko galeperrik nahi. (Mirian Cameros Sierra Nunila Lopez Salamero Ed Txalaparta)
- Eta zer? Bilduma (Ed. Elkarlanean)
- Koloretako mustroa (Anne Llenas Serra)
- Aitor tiene dos mamas (Maria José Mendieta. Ed. Bellaterra)
- No le cuentes cuentos (CEAPA. Carlos de la Cruz y Marilo de la Cruz)
- Pirritx, Porrotx eta Marimototxen familien kartak (Katxiporreta. Elkar)
- Cryshalis material didaktikoak (Cryshalis Euskal Herria)
- Emoziotegia (Palabras Aladas)
- KILIMAK (Nerea Sancho)
- Kili kontuak (Arrasateko Udala)
- Zutani jolasa (Nerea Mendizabal)

Azkenik, irakasleentzako diren liburu eta dokumental profesionalen zerrenda azaltzen da:

- Educación de las Sexualidades (Carlos de la Cruz)
- Los colores de la sexualidad (Euskadiko Gazte Kontseilua)
- Nafarroako Hezkuntza protokoloa transexualitate kasuetarako
- Ley Navarra LGTBI+
- Sexualidades diversas, sexualidades como todas (Carlos de la Cruz)

- Out in nature. Homosexual behavior in the animal kingdom. (Odisea)
- Mi aventura intersexual (Phoebe Hart)
- Metamorphosis
- El sexo sentido (Documentos TV. RTVE)
- Un paso más en defensa de la diversidad (TEDx)
- Ur handitan: adin txikikoen transexualitatea (eitb)
- Ur handitan: sexua eta aniztasun funtzionala (eitb)

3.7 AMIA

AMIA analisia (Aukera, Mehatxu, Indargune eta Ahulezia hitzez osatutako akronimoa), jatorrian ingelesez SWOT (Strength (indargune), Weakness (ahulezia), Opportunity (aukera) eta Threat (mehatxua hitzetatik) eta gazteleraz DAFO (Debilidades, Amenazas, Fortalezas eta Oportunidades) proiektu edo lan bat hobetzeko edo zuzentzeko erabiltzen den ebaluazio tresna bat da.

AMIA metodoaren bitartez lan edo proiektu bat bi ikuspuntu desberdinetatik aztertu daiteke, alde batetik, kanpotik (mehatxu eta aukerak aztertuz) eta bestetik, barrutik (ahulguneak eta indarguneak aztertuz).

2.Taula. AMIA Ebaluazio sistemaren taula

BARNEKO AZTERKETA	KANPOKO AZTERKETA
Ahulguneak	Mehatxuak
Indarguneak	Aukerak

3.8 Protokoloa

Una de las finalidades de este trabajo de fin de grado es crear un protocolo para identificar las necesidades de la educación sexual en las aulas de educación primaria. Por ello en las siguientes líneas se explica que es un protocolo, quien lo utiliza y para que se utiliza.

La palabra protocolo se utiliza en diferentes ámbitos como la ceremonia, la medicina, la seguridad... y también en educación. El protocolo es el procedimiento establecido para resolver determinadas situaciones problemáticas. Por tanto, se trata de los pasos que hay que seguir y las decisiones que hay que adoptar a lo largo de un proceso. Se puede decir que un protocolo resuelve una pregunta clave: "qué hacer en caso de,…".

Además, los protocolos establecen cuándo deben iniciarse, los pasos a seguir y las decisiones que hay que tomar según determinadas circunstancias, a lo largo del proceso para solucionar el problema.

Los protocolos se utilizan en las diferentes disciplinas por los siguientes motivos: Primero, para evitar tener que buscar soluciones y tomar decisiones cada vez que surge el mismo problema. Y, en segundo lugar, el protocolo se diseña como la mejor opción para resolver un problema. De esta forma se garantiza que todo el mundo actuará siguiendo el mejor procedimiento para resolver un problema.

Es importante mencionar que generalmente el protocolo no suele ser algo que se diseñe de una vez para siempre. Lo habitual es que los protocolos se vayan mejorando con la práctica y la experiencia. Cuando se aplican, se van descubriendo errores, puntos débiles que poco a poco se van mejorando. Por eso los protocolos se revisan y se mejoran.

Las ventajas de utilizar protocolos de actuación es que establecen un procedimiento, un camino a seguir que se ha comprobado que es la mejor opción. Eso evita tener que improvisar y facilita tomar las decisiones y abordar de manera eficaz las situaciones problemáticas. El inconveniente del protocolo es que no es perfecto y en ocasiones, no puede resolver toda la casuística o resolver imprevistos. Por eso, los protocolos deben tomarse como una referencia general, pero dejando siempre la puerta abierta a cambiar las decisiones en función de las circunstancias.

4. GARAPENA

4.1 AMIAren aplikazioa

Ondorengo lerroetan LAB sindikatuaren “Sexu heziketari buruzko gida Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleentzat” materialaren ebaluazioa azaltzen da. Gida AMIA/DAFO ebaluazio prozeduraren bitartez ebaluatu da, modu honetan, irakasleentzako material honek dituen ahulguneak, mehatxuak, indarguneak eta aukerak azalduz. AMIA egiterako orduan kontuan hartu ditudan irizpideak GBLren helburu eta galderetako osagaiak izateaz gain, heziketa sexuala lantzeko sortu dudan protokoloaren atal nagusiak osatzen dituzten oinarrizko irizpideak izan dira.

AMIA egiterako orduan kontuan izandako irizpideak:

1. Azalpena (heziketa sexuala lantzeko kontrolatu beharreko kontzeptuak)
2. Zertarako dago gida?
3. Helburuak
4. Ikasleak : indargune-ahulgune
5. Familia
6. Tutorea – irakaslegoa
7. Kanpoko zerbitzuak (gizarte eta osasun zerbitzuak)
8. Elkarlana (guraso-ikasle-irakasle)
9. Eskola
10. Materialak eta baliabideak
11. Esku-hartzea

AMIA-DAFO			
AHULEGUNE	MEHATXU	INDARGUNE	AUKERA
- Nahiz eta irakasleentzako gida bat den, ez da zehazten irakasleen eginkizuna eta esku-hartzearen nondik norakoa. - "Etapa guztietarako gida eta material zehatzak sortu nahi izan ditugu" esaten duten arren gidan ez dira material eta baliabide guzti horiek azaltzen. Oso orokorra da eskaintzen den informazioa. - Sexu heziketa lantzean aniztasuna aintzat hartu behar da. - Sexu heziketa lantzearen helburuetan ez du gaixotasunen edo arriskuen prebentzioa aipatzen. -	- "Ikasleekin gorputz osoa izango dugu kontuan ez bakarrik genitalak". Honek genitalek sexualitatean duten garrantzia gutxiagotu dezake, nahiz eta gorputz osoa landu behar den, genitalen inguruan dagoen ezagutza da hain zuzen ere gehien landu beharrekoa, urteak eta urteak landu gabe egon dena. - Neska eta mutilak aipatzen dira beraz soilik bi identitate sexual horiek azaltzen eta orokortzen dira, nahiz eta gehiago egon. - Bereizketa binarioan oinarritzen da gida osoan azaltzen den informazioa (neska edo mutil, gizon edo emakume).	- Heziketa sexuala lantzeko euskaraz dagoen gida osatuena da. - Gidan material honen beharraren azalpenean "sexu heziketaren lanketa faltak txikien bizipenetan zuzenean eragin dezake, orain eta etorkizunean" azaltzen da, hortaz, heziketa sexualaren beharra goraipatzen du. - Heziketa sexuala lantzeko eredu desberdinak daudela aipatzen da. - Sexualitatea etengabekoa dela hasieratik argi azaltzen du. - Irakasleen jarrerak egokiak izan behar direla aipatzen da, irakasten dutenarekin bat datozten jarrerak. -	- Sexualitatearen prozesua etengabekoa dela ulertzeko aukera. - Heziketa sexuala ikasle guztiekin landu daiteke. - Pertsona guztiek sexualitatea modu desberdin batean bizi dutela ulertzeko aukera. - Heziketa sexuala etengabe hezitzen dela goraipatzen da. - Heziketa sexuala lantzeko baliabide eta materialen zerrenda aurkezten du.

3. Irudia. AMIAren aplikazioa

- Gidan lantzen diren esparruen artean ez dira sexualitatea lantzeko behar diren alderdi guztiak azaltzen. Sexu bidez transmititutako gaixotasunak lantzea ez da landu beharreko esparruetan kokatzen. - Ikasleekin egiten den esku-hartzearen atzean informazio zientifiko eta profesionala izatea ez da aipatzen eta hori da heziketa sexuala lantzeko behar den oinarrizko ezagutza maila. - Gidaren helburuetan bereizketa binaroa ematen da, baina gero "intersexualitatea & aniztasuna" atalean neska edo mutil izateko modu bakarra ez dagoela adierazten da. Honek nahasketa sortzen du. - Sexu-garapenari buruzko gakoak eskasak eta oso orokorrak dira.	- Heziketa sexuala sexualitatea gaia soilik lantzea delaren itxura ematen du. - Sexualitatearen ikuspegia zabaltzeko soilik sexua, sexualitatea eta erotika kontzeptuak azaltzen dira. - Heziketa sexuala bermatzeko elkarlana bermatu behar dela azaltzen da, honetan ikaslearen garrantzia ez da aipatzen. - Ikasle guztiekin eduki eta irizpide berberak erabili behar direla azaltzen da, baina ikasle guztiek ez dituzte behar berdinak, aurrezagutza berdinak, kezka edo nahi berdinak. Heziketa sexualean ere ikasleen ezaugarriak kontuan izan behar dira, ikasle guztiek ez dutelako heziketa sexual berdina behar. - Heziketa sexuala lantzeko informazio zientifiko eta profesionala lortzeko bideak ez ditu aurkezten.	- Sexu heziketaren lanketaren bitartez ikasleek beren buruak ezagutzea, onartzea eta modu askean adierazi eta jokatzea lortu nahi da. - Sexu heziketa lantzeak esparru guztietan prebentzio lana egitea dakarrela azaltzen du. - Ikasleekin egiten den edozein esku-hartzearen atzean, aniztasunaren lanketa egon behar dela goraipatzen da. - Intersexualitatea kontzeptua azaltzen da. - Ikasleekin esku-hartzen duen edonork presente izan behar du heziketa sexualean etengabe hezitzen dela, zeharkako modu batean ematen da. - Sexu heziketa bermatzeko elkarlana sustatu behar da. - Profesional guztiek helburu berdin batekin lan egin behar dutela aipatzen da. - Behar bereziak dituzten	

4. Irudia. AMIAren aplikazioa.

		- Behar bereziak dituzten ikasleekin ere heziketa sexuala lantzearen garrantzia azaltzen da. - Haur Hezkuntzatik hasi behar da sexu heziketa eskaintzen eta egunerokotasunean presente egon behar dela azaltzen da. - Esku-hartzea nolakoa izan behar den azaltzeko irizpide orokorrak azaltzen dira. - Ikasleen galdera edo kezkei nola erantzun behar zaien azaltzen du. - Ikasleek eskolatik kanpo jasotzen duten nortasun eta sexualitatea eraikitzeko ereduak aztertu behar direla aipatzen da.	

5. Irudia. AMIAren aplikazioa.

AMIA azterketaren laburpen edo ondorio gisa LAB sindikatuak sortutako gidak irakaslegoari heziketa sexuala lantzeko irizpide orokor eta garrantzitsuak eskaintzen dizkio, hala ere, irakasleen esku-hartzearen prozedura eta prestakuntzaren inguruko informazioa falta da. Heziketa sexuala lantzeko oinarri teoriko profesional eta zientifikoa izan behar du irakaslegoak, eta hori lortzeko baliabideak izan behar dira lehentasunez irakasleei eskaini behar zaiena.

4.2 Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa

Lehen Hezkuntzako irakaslegoa heziketa sexuala lantzeko protokolo baten beharra duela ikusita "Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida" sortu dut. Ondorengo lerroetan sexu heziketa Lehen Hezkuntzako gela batean lantzeko jarraitu beharreko pausuak zehazten dituen protokoloaren azalpena ageri da. (II. ERANSKINA)

Protokoloa lau atal nagusiek osatzen dute. Hasteko, "Beharren identifikazioa" atala dugu, atal honetan ikaslegoaren ezagutza maila, zalantzak, interesak, kezkak eta abar identifikatu ahal izateko galdetegia aurkitzen da. Galdetegi honen emaitzak alderdi psikobiologikoa, alderdi sozio-afektiboa, alderdi sozio kulturala eta alderdi biopsikosoziala atal desberdinak dituen taula batean kokatu behar direlarik. Beraz, galdetegia, orientazio materiala izango da irakasleentzako. Hemendik abiatu beharko dira heziketa sexuala haien ikasleekin modu profesional eta praktiko batez landu ahal izateko. Erantzunak kokatzeko taulak heziketa sexuala lantzerako orduan kontrolatu beharreko hitzen/alderdien azalpena eskaintzen duten web orrialdeetarako lotura zuzena eskaintzen du, hortaz irakasleek azkar lor dezakete alderdi horien azalpenak eta informazio gehigarria.

Protokolo osoan zehar informazio gehigarria lortzeko loturak agertzen dira, irakasleentzako material praktikoa eta zehatza izateko helburuarekin sortutako baliabidea delako.

3.Taula. Protokoloaren 1. atala "Beharren identifikazioa".

HEZIKETA SEXUALAREN BEHARRAK **IDENTIFIKATZEKO PROTOKOLOA** ETA **ERANTZUN GIDA**

BEHARREN/EZAGUTZEN IDENTIFIKAZIOA:
Ikaslegoaren **ezagutza maila**, zalantzak, interesak, kezkak eta abar **identifikatu** ahal izateko **GALDETEGIA**.

GALDEREN EMAITZAK HEMEN KOKATU:
Ikasleen erantzunak bildu eta beheko taulan agertzen diren zein alderdietan gabeziak dauden identifikatu.

ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA

• Emakumea • Genitala • Gizona • Gorputza • Ginekologia	• Haurdunaldia • Menstruazioa edo hilekoa • Orgasmoa	• Sexua • Sexu bidezko gaixotasunak • Ugalketa • Ugal aparatua

ALDERDI SOZIO- AFEKTIBOA

• Gune erogenoa	• Harreman sexuala • Heziketa sexuala	• Sexualitatea

ALDERDI SOZIO KULTURALA

• Feminitatea • Generoa	• Genero identitatea • Identitate sexuala	• Pornografia • Maskulinitatea

ALDERDI BIOPSIKOSOZIALA

• Autoestimua • Autoezagutza • Desira sexuala	• Erakarpena • Erotika • Exitazioa edo kitzikapena	• Plazera • Masturbazioa • Transexualitatea

Galdetegia beraz, orientazio materiala izango da irakasleentzako. Hemendik abiatu beharko dira heziketa sexuala haien ikasleekin modu profesional eta praktiko batez landu ahal izateko.

4.Taula Protokoloaren "Beharren identifikazioa" atala "protokoloari dagokion edukia" atalarekin lotura duen azalpen gehigarrien lehenengo atala.

PROTOKOLOARI DAGOKION EDUKIA

ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA

Emakumea: Emakumea edo, Ipar Euskal Herrian, emaztea gizaki emea da. Bereziki emea heldua denean erabiltzen da terminoa[1] eta *neska* izaten da haurtzaro eta nerabezaroan erabiltzen den izena.

Genitala: Organo sexuala. Emakumezkoen organo genitalak, obulutegiek, bulbak, falopio tronpek, umetokiak eta baginak osatzen dute. Gizonezkoen organo genitalak berriz, bi barrabilek, epididimosak, hodi deferenteak eta hodi eiakulatzaileek (prostata, uretra eta seminal besikula) osatzen dute. Gizonen kanpoko genitalak berriz barrabil-zorroak duen barrabilez eta zakilaz osatuta dago.

Gizona: Gizona gizaki arra da. Oro har, gizon hitza gizaki ar heldua izendatzeko erabiltzen da, eta heldugabeez aritzeko mutil erabili ohi da. Bestalde, gizon hitzak erabilera orokorragoa dauka zenbaitetan, eta gizateria osoa adierazteko ere erabil daiteke. Gizaki hitza bera gizon hitzarekin erlazionatuta dago.

Gorputza: zaki bizidunetan gorputza atal fisikoari deritzo. Gizakietan batez ere, gorputza arimarekin, pertsonalitatearekin eta jarrerekin erlazionatzen da. Bakoitzak bere gorputza du eta beraz, bere gorputzaren jabe da.

Ginekologia: Ginekologia emakumeen ugaltze-aparatuarekin lotutako gaixotasunetaz arduratzen da espezialitate medikoa da. Ginekologoak dira esparru honetako espezialistak. Ginekologiarekin batera obstetrizia izeneko medikuntza adarra ere bada, emakumearen haurdunaldiaz, fetoaz eta erditzeaz arduratzen dena. Abortuari dagokionez ere ginekologoak dira prozesu horretaz arduratu behar diren espezialistak.

Haurdunaldia: Emakume batek orokorrean bederatzi hilabetez umetokian ume bat garatzen duen prozesua da, eta ondorioz, emakumeak aldaketa fisiologikoak jasaten ditu. Emakume batek eta gizon batek harreman sexualak izatean eta haien espermatozoide eta obuluak Umetoki-tronpan elkartzen badituzte, espermatozoideak obulua ernalduko du eta zigotoa sortuko da. Enbrioia sortzen den momentuan, umetokira jaisten da eta momentu horretatik aurrera, enbrioi dena ume bihurtuko da. Bi partaideak emankorrak badira, prozesu honek ez luke urtebete baino gehiago iraun beharko. Halere, antzutasuna izatea gerta daiteke, hau da, MOEk (Munduko Osasun Erakundea) dioenez, antisorgailuak erabili gabe haurdun geratzeko ezintasuna. Kasuei erreparatuz, irtenbideei dagokionez, badira zenbait: Intseminazio artifiziala edo proba genetikoak.

Menstruazioa edo hilekoa: Menstruazioa edo hilekoa da karena duten ugaztun emeek hilero baginatik izaten duten odol-jarioa. Obulua obulutegitik kanporatu eta ernaltzen ez denean gertatzen da. Hilekoaren zikloaren azken faseetan, obulazio ostekoetan, gertatzen da odol-jarioa, endometrioa askatzen denean.
Gizaki emeen —emakumeen— kasuan, menstruazio bateko odol-jarioa gutxi gorabehera 40-50 ml artekoa izaten da, eta odolez, endometrio-ehunez eta baginako bestelako jariakinez osatuta dago. Jarioaren iraupena hiru eta zazpi egun artekoa izaten da.

Orgasmoa: Giza sexualitatean, orgasmo deritzo sexu-kitzikapenaren puntu gorenari dagokion erantzun fisiologikoari. Aurretik metatutako tentsio sexuala askatu, eta sexu-atsegin sentsazioa izaten da genitalen inguruan. Orgasmoa gertatzen den bitartean, taupadak eta arnasketa maiztasun eta intentsitate handienera iristen dira. Era berean, gihar-tentsio handia eta uzkurtzeak gertatzen dira uzkiaren eta genitalen inguruan. Gizonezkoetan isurketa gertatzen da, eta emakumeetan ere, kasu batzuetan, G puntuarekin lotuta egon daitekeen orgasmo likidoa gerta daiteke. Erantzun fisikoaz gain, askotariko erantzun emozionalak ere gertatzen dira, zeinek intentsitate handiko plazeraz gain, oihuak, lantua edo irria eragin dezaketen.

Sexua: Sexua gizon edo emakume izatera eramaten gaituen prozesua da.
Biologiaren ikuspegitik sexua ugalketarako prozesuari erreferentzia egiten dio. Prozesu honetan jaio behar den haurraren sexua definitzen da, harra edo emea. Baina gizakiengan sexua ez da soilik ugalketara mugatzen, izan ere, gizakiak sexua praktikatzen baitugu plazera lortzeko.

Sexu bidezko gaixotasunak: Sexu-transmisiozko gaixotasuna edo sexu bidez transmititutako gaixotasuna (STG) harreman sexualen bitartez harrapatzen den gaitz infekziosoari deritzo. Gaixotasun hauen

hedapenean eramaileek (hots, infektatuta dauden pertsonak eta gaitzaren sintomak ez dituztenak) eginkizun oso garrantzitsua jokatzen dute, jende asko kutsatu baititzakete harreman sexual ugari badituzte.

Ugalketa: Ugalketa organismo berrien sorkuntza da, aldez aurretiko organismoetatik abiaturikoa (Harluxet, 2020). Ugalketak espezieen iraupena ziurtatzen du eta bizidun guztien ezaugarri karakteristikoenetarikoa da. Modu nagusi bi erakusten ditu: ugalketa asexuala eta ugalketa sexuala.

Ugal aparatua: Ugal-aparatua, ugaltze-aparatua edo ugaltze-sistema organismo baten sexu ugalketarako elkarrekin lan egiten duten organoen sistema bat da. Ugaltze funtzio horretaz gainera, gizakiek askotan plazera sortzeko erabiltzen dute.

PROTOKOLO RA ITZULI / Ald. Psikobilologikoa.

Protokoloaren bigarren atala *“Ikasgelarako antolakuntza-neurriak”* da.

2.IKASGELARAKO ANTOLAKUNTZA-NEURRIAK	**IKASGELARAKO ANTOLAKUNTZA-NEURRIAK:** a. Ikaslegoaren **ezaugarriak** kontuan izanda, irakaslegoaren prestakuntza, **informazio zientifikoaren bilketarako** GALDETEGIA. i. Ikasleen adina ii. Ikasleen garapen sexuala) / “Desarrollo psicosexual” euskaratutako laburpena. iii. Aurrezagutzak (kontzeptuala, sozialak, heziketazkoak -pedagogikoak-, etab..) iv. Ikasleen heziketa sexualaren informazio iturri nagusiak (Pornografia, internet) b. Irakasleen prestakuntza: v. Informazio zientifiko eta profesionala lortu: 1. Egileak 2. Legedia 3. Erakundeak 4. Baliabideak Materialak 5. Jarraitu eta kontuan izan beharreko irizpideak

6. Irudia. Ikasgelarako antolakuntza-neurriak atala.

Atal honetan ikaslegoaren ezaugarriak kontuan izanda, irakaslegoaren prestakuntza nolakoa izan behar den azaltzen da. Horretarako irakasleek informazio zientifikoaren bilketaren nondik norakoak zehazten laguntzen duen galdetegi bat azaltzen da. Galdetegi honen bitartez, ikasleen adina, ikasleen garapen sexuala, aurrezagutzak eta ikasleen heziketa sexualaren informazio iturri nagusiak zeintzuk diren jakin dezakete irakasleek.

7.Irudia. Ikaslegoaren ezaugarriak identifikatzeko galdetegia.

Galdetegitik lortutako informazioarekin lan egin baino lehen irakasleek ikasleen garapen sexualaren inguruko "*Desarrollo Psicosexual*" artikuluaren laburpen euskaratua dute, zeinetan ikasleen garapena psikosexualaren prozesua oso modu zehatzean azaltzen den.

IKASGELARAKO ANTOLAKUNTZA-NEURRIAK

a. ii) Ikasleen garapen sexuala / "Desarrollo psicosexual" euskaratutako laburpena. https://nanopdf.com/download/desarrollo-psicosexual-0-6-aos_pdf

Ondorengo lerroetan Haur Hezkuntzatik hasita Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza arte, ikasleek bizi duten sexualitatearen garapenaren inguruko informazioa azaltzen da.

Sexualitatearen garapena (0- 12 urte bitarte)
Ondorengo lerroetan haurren sexualitatearen garapen prozesua azaltzen da, hezitzaileentzako heziketa sexualaren beharrak identifikatzen eta sexu heziketa aplikatzen lagunduko duen informazioa izanik.

Haur Hezkuntza (0-6 urte)
"La vida sexual del ser comienza el mismo día de su nacimiento y acabará el de su muerte" (Dallayrac, 1972)

Aho fasea (0- 1-1,5 urte)
Aho fasea haurra jaiotzen denetik urte bat izateraino irauten duen fasea da. Prozesu honetan ahoa izango da haurraren gune erogeno[3] nagusia. Adin honetan haurrak hiru jarduera nagusiki errepikatuko ditu; hatz lodiaren xurgapena, zurrupaketa eta hozka egitea. Umea ahoaren bitartez jartzen da munduarekin harremanetan, horregatik, munduko objektuak identifikatzeko eta ezagutzeko ahoa erabiliko du eta gainera plazerra sentituko du. Aho fasearen ezaugarria ere bada umeak garatzen duen konfidantza sentimendua. Haurrak prozesu honetan izango duen behar nagusiena elikagaia lortzearena izango da, esperientzia sexuala eta plazerra emango diona.

Fase anala (1,5-3 urte)
Fase honetan haurraren sentsibilitatea mukosa analean, aho plazerrean eta esfinterraren kontrolean kokatzen da. Umeak plazerra sentituko du kaka egitean, garbiketa sentsazioa lortzean. Gainera, autonomia eta konfiantza garatzen hasiko da. Denboraldi honetan haurrak bere gorputza ezagutzeko beharra agerian utziko du, bere organo genitalak manipulatuko dituelarik, hasieran kuriositatea dela eta, gero plazerra lortzeko.

8.Irudia. Ikasleen garapen sexuala "Desarrollo psicosexual" euskaratutako laburpenaren atal bat.

Galdetegia eta gero, irakasleen prestakuntzarako sortutako atala dago. Atal honetan irakasleek heziketa sexuala lantzeko hain garrantzitsua den informazio zientifikoa eta profesionala lortzeko baliabideak eskaintzen dira. Hasteko, "egileak" atalean sexu heziketaren inguruan ekarpen aberasgarriak egin dituzten egileen informazioa eta hauen materialak lortzeko loturak azaltzen dira.

5.Taula. Irakasleen prestakuntzarako egileak atala.

Egileak	• José Luis García (KONTAKTUA/ARGITALPENAK) • Xabier Iturbe Gabikagogeaskoa (ARGITALPENAK / "UEU"N EGINDAKO EKARPENAK) • Amaia Vazquez (LANTOKIA) • Luixa Reizabal Arruabarrena (LANTOKIA / ARGITALPENAK) • Efigenio Amezúa (ARGITALPENAK) • Felix Lopez (ARGITALPENAK) • Carlos de la Cruz (ARGITALPENAK) • Felix Lozaiga (LANTOKIA / ARGITALPENAK) • Fina Sanz (LANTOKIA / ARGITALPENAK) • Mari Jose Urruzola Zabalza (ARGITALPENAK)

Aipatutako egileen atala eta gero irakasleek heziketa sexualarekin harreman zuzena duten legeak biltzen dituen "legedia" atala dago. Atal honetan irakasleek osasun sexuala, aniztasun sexuala, generoa eta haurtzaroaren inguruan dauden legeak aurkitzeko, irakurtzeko eta aztertzeko aukera dute.

6.Taula. Irakasleen prestakuntzarako legedia atala.

Legedia	OSASUN SEXUALA • Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo. La presente Ley pretende adecuar nuestro marco normativo al consenso de la comunidad internacional en esta materia, mediante la actualización de las políticas públicas y la incorporación de nuevos servicios de atención de la salud sexual y

	reproductiva. La Ley parte de la convicción, avalada por el mejor conocimiento científico, de que una educación afectivo sexual y reproductiva adecuada, el acceso universal a prácticas clínicas efectivas de planificación de la reproducción, mediante la incorporación de anticonceptivos de última generación, cuya eficacia haya sido avalada por la evidencia científica, en la cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud y la disponibilidad de programas y servicios de salud sexual y reproductiva es el modo más efectivo de prevenir, especialmente en personas jóvenes, las infecciones de transmisión sexual, los embarazos no deseados y los abortos. • DECRETO FORAL 103/2016, de 16 de noviembre, por el que se establece la ordenación de las prestaciones sanitarias en materia de salud sexual y reproductiva. ANIZTASUN SEXUALA • 8/2017 FORU LEGEA, ekainaren 18koa, LGTBI+ pertsonen berdintasun sozialari buruzkoa. Foru lege honen helburua da pertsona lesbiana, gay, bisexual, transexual, transgenero eta intersexualen (LGTBI+) eskubideak garatu eta bermatzea, eta pertsona horiei diskriminazio eta bortizkeria egoerak ekiditea, Nafarroan bestelakotasun afektibo-sexuala askatasun osoz bizi ahal izatea bermatzeko. LGTBI+ akronimoak erreferentzia egiten die foru lege honen xede diren kolektibo guztiei, eta legearen esparruan sartzen ditu, halaber, sexu-joera, genero-adierazpena eta sexu- edo genero-identitatea direla-eta diskriminatuak izan daitezkeen beste pertsona batzuk. GENEROA • *Ley foral 14/2015, de 10 de abril, para actuar contra la violencia hacia las mujeres*. La violencia contra las mujeres basada en la discriminación por el hecho de ser mujer constituye una violación de los derechos humanos más habituales de cuantas se cometen en las sociedades contemporáneas. La respuesta al nuevo escenario y el refuerzo de las garantías de los derechos de las mujeres víctimas aconsejan una reforma legislativa, seguida de nuevas políticas públicas más eficaces, objetivos a los que responde la presente ley foral para actuar contra la violencia hacia las mujeres, con la que se pretende establecer los mecanismos para contribuir a la erradicación de esta violencia. HAURTZAROA • *Ley Orgánica 11/2015, de 21 de septiembre, para reforzar la protección de las menores y mujeres con capacidad modificada judicialmente en la interrupción voluntaria del embarazo.* Esta Ley Orgánica suprime la posibilidad de que las menores de edad puedan prestar el consentimiento por sí solas, sin informar siquiera a sus progenitores. De este modo, para la interrupción voluntaria del embarazo de las menores de edad será preciso, además de la manifestación de su voluntad, el consentimiento expreso de los titulares de la patria potestad.

Jarraian, “erakundeak” atala dago. Atal honetan irakasleek informazio zientifiko eta profesionala lortzeko aukeraz gain, laguntza eta materiala eskaintzen duten erakundeen

zerrenda eta hauen web orrialdetarako lotura dute. Modu honetan, irakasleek heziketa sexualaren inguruan gehiago sakontzeko edo material eta informazio gehiago lortzeko aukera emango dieten erakundeak dituzte.

7.Taula. Irakasleen prestakuntzarako erakundeak atala.

Erakundeak	• *Word Association For Sexual Health* Sexu Eskubideen Aitorpena 2014an berrikusi du Osasunaren Sexu Osasunerako Munduko Elkarteak (WAS) eta adituen kontsultak. • *AES Asociación de Especialistas en Sexología* Sexologiako Espezialisten Elkartea irabazi-asmorik gabeko elkartea da, hainbat arloetako profesionalek (psikologia, medikuntza, erizaintza, hezkuntza, pedagogia, soziologia, kazetaritza…) osatzen dutena. Sexologia eta eskubide sexualen defentsa eta sexu osasuna sustatzea dute helburu nagusia. • *AEPS Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología* AEPS Estatu osorako elkartea da, 20 urte baino gehiago daramatza sexologiako profesionalak biltzen, sexuetako zientziaren inguruko ezagutzak partekatu eta gehiago ezagutzeko/aztertzeko helburua duena. • *SEC Sociedad Española de Contracepción* Antisorgailuen Espainiako Elkartea (SEC) erakunde zientifiko eta profesionala da, bere xedea antisorgailu metodoak eta aholku zientifikoaren inguruko informazio hedatzea, sustatzea eta aztertzea izanik. • *FPFE Federación de Planificación Familiar Estatal* Pertsona guztiek euren sexu eta ugalketa bizitza modu autonomoan erabakitzeko eta sustatzeko eskubidea sustatzen duen erakundea da, genero ikuspegitik gizonezkoen eta emakumezkoen garapen integrala ahalbidetuko duten ekintza sozialak eta politikoak garatuz. • *FUNDADEPS Fundación de Educación para la Salud* Osasun Hezkuntzarako Fundazioa (FUNDADEPS) irabazi asmorik gabeko erakundea da, Madrilgo Clínico San Carlos Ospitalean 2003an jaioa. FUNDADEPS Osasun Hezkuntza Elkartearen (ADEPS) jarraipena da, 1984an ospitale bereko Prebentzio Medikuntza Zerbitzuan sortu zen erakundea, Osasun Hezkuntza Europan garapenean aitzindaria. FUNDADEPS-ek osasuna sustatzea du helburu, osasunaren sustapenaren, hezkuntza heziketaren eta ikerketa zientifiko eta teknikoen bidez, herritarren bizi kalitatea areagotuz Osasunaren Kulturaren bidez. • *ASSEX Asociación de Sexualidad Educativa* ASSEX irabazi-asmorik gabeko erakundea da. Nazio mailan lan egiten duena eta psikologia, sexologia, erizaintza, neuropsikologia eta psikopedagogiako adituek osatzen dutena.

	• [EDUCACIÓN 3.0](#) Hezkuntzarako materialak eskaintzen dituen erakundea. Heziketa sexuala lantzeko materialak aurkezten ditu. • [Gozamenez](#) Gozamenez sexualitateari eta gazteriari buruzko programa komunitarioa da, zenbait elkarte eta erakundeek osatua. • [Aldezar](#) Iruñeko Alde Zaharreko gazteen elkartea, haur eta gazteen garapen intelektual eta soziala sustatzea du helburu. Borondatezko langileek eskola-prozesu eta -garapenean laguntza eskaintzen dute. Aisialdia hezkuntza-esparru bihurtzea, eta, horretarako, partaidetza, komunikazioa, elkartasuna eta abar landuz. • [Askagintza](#) Gipuzkoan, Hernani. Gizarte-kolektiboa, droga-mendetasunaren normalizazioaren alde lan egiten duena. Prebentzioari ematen dio lehentasuna, hezkuntzako eta gizarte- eta kultura-eraldaketako neurriak oinarri hartuz, helburu hau lortze aldera: norbanakoari zein talde osoari drogak dauden gizarte batean haiekiko mendetasunik gabe bizitzen irakastea. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. • [Yoar elkartea](#) Gazteen elkarte bat da, txangoak, asteburuko planak eta udalekuak antolatzen dituena, elkartekideen arteko bizikidetza sustatzeko. Milagrosa-Arrosadia eta Azpilagañako haurren eskubideak defendatzen dituen elkartea da. Haurren prebentzioa eta babesa eskaintzen duena. • [Emakumeari laguntzeko zentroak](#) Nafarroako Sexu- eta ugalketa- osasunaren arloko zentroen sare publikoa da; duela 30 urte baino gehiago sortu ziren Familia Orientazio eta Sexu Hezkuntzarako Zentro gisa (FOSHZ), eta nork bere sexualitatea modu positiboan, pozgarrian eta osasungarrian bizitzea dute helburu, pertsona arteko harremanak zein sexu-harremanak horizontalak eta begirunezkoak izan daitezen. Honako gai hauei buruzko informazioa eta aholkularitza ematen dute: sexualitatea, fisiologia, antisorgailuak, koito ondoko pilula, haurdunaldia, erditzea, haurdunaldiaren borondatezko etendura, sexu-transmisiozko infekzioak. Horretaz gainera, zerbitzu hauek ematen dituzte ere: laguntza ginekologikoa, erizaintza, hezkuntza, emagina eta psiko-sexologia (sexu- eta bikotekide-arazoei aurre egiteko). Prestakuntza arloan, sexu-hezkuntzari buruzko tailer eta ikastaroak antolatzen dituzte, talde, kolektibo, eta osasun, hezkuntza eta gizarte-arloetako profesionalekin, eta programazio eta material didaktikoen gaineko aholkularitza teknikoa ematen dute. Hezkuntza programa berritzaile eta komunitarioak sustatzen dituzte, eta beste entitate eta zerbitzu publikoekin aritzen dira elkarlanean. • [HIESaren Aurkako Batzorde Hiritarra](#) GKE bat da eta helburu hauek ditu: Giza Immunoeskasiaren Birusaren (GIB) transmisioa geldiaraztea eta prebenitzea, eritasuna dutenei laguntzea eta gizartearen haienganako elkartasuna sustatzea. GIB/HIESaren kontra lan egiteko erabiltzen duten tresna nagusia prebentzioa da, eta, horretarako, osasuna zaintzeko eta sexualitatea gozamenez,

naturaltasunez eta oro har bizitzeko mezuak zabaltzen dituzte. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. GKE hau gazteentzako kanpainak ere egiten ditu.

- *Nafarroako Gazte Kontseilua*

Nafarroako gazteen elkarteez osatutako entitatea da, kolektibo hauek barne hartzen dituena, besteak beste: aisialdi eta astialdikoak, politikoak, erlijiosoak, kulturalak, sindikalak, etab. Haren Osasun-arloak honako hauek sustatzearen alde egiten du lan: osasuna, sexu-hezkuntza, droga-mendetasunaren prebentzioa, etab. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. Gazteriaren partaidetza bideratzea hala nola pertsona gazteen eta gazte elkarteen eskubideak defendatzea helburu duen kontseilua da gainera. Kontseiluak Erkidegoko 3 esferen arteko zubia eratzen du: Gazte Elkarteek, Pertsona Gazteak eta Gobernu-Administrazio Publikoa. Horrela, hiru esfera horiek konektatzen dituzte gazteriaren egunerokotasunean eragina izatera heltzeko, pertsona gazteen partaidetza bultzatuz politika, gizarte, ekonomia eta kultura arloen garapenean.

- *EHGAM*

EHGAM (Euskal Herriko Gay-Les Askapen Mugimendua) Euskal Herriko gay mugimendua da, homosexualitatearen askapenerako, askapen sexualeko prozesu orokorrean kokaturik dagoelarik. Gay esaten diote nagusi den arauak inposaturiko sexualitatea zalantzan jartzen duenari, bere desio homosexuala kontzienteki onartuta, gizon zein andre izanik ere.
EHGAM-ek mugimendu pluralista, autonomo eta iraultzailetzat du bere burua.

- Pluralista, edonork parte har dezakeelako, haren ideologia kontuan hartu barik, beti ere EHGAMen helburu orokorrak eta aldarrikapenak onartuz gero.
- Autonomo, horixe izan nahi dutelako, alderdi edo erakundeekiko harremanei dagokienean; haiek baitira, autoantolaketaren bidez, heuren estrategia erabaki behar dutenak.
- Iraultzaile, gaur egun nagusi den giza- eta sexu-harreman mota gainditzuz bakarrik lortu litekelako askapena. Gizarte matxista, sexista, heterosexista, patriarkal, klasista eta kapitalista honi alternatiba bilatu nahi diote. Hots, adierazi, bildu eta elkartzeko askatasunak ziurtatzen dituen gizartea; boterearen deskontzentrazio- eta deszentralizazio-erak sortzen dituena; gutxiengoen askatasunak ziurtatzen dituena eta monolito zapaltzaile eta desgizatzaile ez dena.

EHGAMek Euskal Herri osoa dauka jardueragune, tokian tokiko errealitate sozialera egokituz.

- *Gurutze Gorria Gazteria*

Gazteriaren Gurutze Gorria (GGG) Gurutze Gorriaren gazteen saila da, 8 eta 30 urte arteko umeek eta gazteek osatua, umeei eta gazteei eta horien eragile sozializatzaileei (ikastetxea, familia, elkarte mugimenduak, komunikabideak, etab.) zuzendutako ekintza eraldatzailea gauzatzeko xedez, horien garapen integrala eta autonomia pertsonala indartuz eta euren gertueneko ingurunean jardunez. Gazteriaren Gurutze Gorriko 119 boluntarioren lanari esker 21.026 esku hartze gauzatu ahal izan dira, 11.818 partaiderengana helduz, zenbait proiekturen bitartez.

- *Gazte Auzolan*

Iruñeko Sanduzelai auzoko elkartea da, auzoko gazteen gizarteratzearen eta eskubideak babestearen alde lan egiten duena.

- *Gaztetxeak*

Hainbat gazteek osatutako asanblada ireki batek kudeatzen duen lokala edo espazioa da.

	Espazio hauek okupatuak edo instituzioengandik (utzitakoak) izaten dira. Bertan, mota askotako ekintzak burutzen dira, gazteen iniziatiben araberakoak. Besteak beste, gai anitzei buruzko hitzaldi, tailer, mahai inguru edo dokumental (feminismoa, sexualitatea, jai eredua, kapitalismoari kritikak, internazionalismoa...) eta aisialdirako ekintzak (sormen tailerrak, edozein jokuren txapelketa ez lehiakorrak, kontzertuak, pelikulak...). Gaztetxeen filosofia auzoan agente aktiboak izatea eta auzoa bera eraldatzea da. Horretarako, espazioan bertan (aurrez aipatutakoak) eta kaleetan antolatutako ekintzez baliatzen dira. • *Hegoak* Irabazi-asmorik gabeko elkartea da, soldatapeko langileez eta langile boluntarioez osatua, eta REASen (Ekonomia Alternatibo eta Solidarioaren Sarea) Gutun Solidarioarekin konprometitua; haren helburua jendea drogak dituen mundu batean hauek kontsumitu gabe bizitzen irakastea da, bai eta pertsonak ohitura osasungarriak eta arrisku txikiko jokabideak hartzeko motibatzea ere, aisialdia eta astialdia arazorik gabe bizitzeko. Drogen kontsumoaren prebentzioan dira aditu, eta, zein pertsonarekin eta talderekin (gazteak eta familiak) esku hartzen duten, haien ezaugarri berezietara moldatzen dira, haien bizikidetza-eremuetara hurbilduz. Pertsonenganako jokabidea bideratzen duen estrategia metodologikoa baterako gogoeta prozesuetan oinarritzen da, ingurunearekin, eta gure inguruko pertsonekin zein substantziekin harreman orekatuak sorrarazte aldera. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. • *IPES* IPES (Instituto de Promoción de Estudios Sociales) kulturako elkarte-fundazio bat da, Nafarroan egungo munduarekin konprometitutako kultura sustatzen duena. • *Kattalingorri* Kattalingorri LGTBI+ pertsonen eskubideen alde lan egiten duen elkartea da. Aniztasuna sustatuz eta LGTBI fobiaren aurka borrokatuz. • *Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuko Iturrama eta Andraizen zentroen Gazte Programa* Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuko Emakumeari Laguntzeko Zentroetan gauzatzen da. Doako arreta eta aholkularitza ematen dituzte sexualitatearen eta antisorkuntzaren gainean, honako zerbitzu hauen bidez: informazioa, ginekologia, erizaintza, haurdunaldiaren kontrola, psiko-sexologia, sexu-hezkuntza... Andraizen, gainera, toki eta ordutegi berariazkoak dituzte. Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuaren mendeko zentroak dira, eta Gozamenez Koordinakundearen barnean daude. • *SARE* Gobernuz kanpoko erakundea da, GIB/HIESa zuzenean zein zeharka pairatzen dutenek osatua. Erakundearen filosofia da norbera bere arazoak ebazteko gai dela, betiere, horretarako aukera emanez gero. Horretarako, laguntza, konfidentzialtasuna eta elkartasuna ematen ditu. Helburu hauek ditu: HIESaren gaineko informazioa zabaltzea, gaixoei eta haien ingurukoei laguntza emozionala ematea, gizarteak GIBa normaltasunez hartzea, eta gaixoen duintasuna eta eskubideak arriskuan jartzen dituzten egoerak ekiditea. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. • *Zabaldi*

	Zabaldi (Elkartasunaren Etxea-Casa de la Solidaridad) zentro soziala da. 1997an sortua, nazioarteko elkartasun etalankidetzaren alorrean aritzen diren hainbat Gobernuz Kanpoko Erakunkek eta taldek bultzatu zuten, beren jauduerak elkarrekin burutzeko asmoz. • *Zurriburbu* Iruñeko Alde Zaharreko Navarreríako burguko bizilagunen batzordea da, gune horretan beti egon den bizikidetasun giroa berreskuratzen ahalegindu dena. Ekimen kulturalak (artisautza azokak, gazteentzako kontzertuak, haurrentzako jarduerak, etorkinen integraziorako ekintzak, eta abar.) • *EMAIZE* 1994. urtetik Emaize sexologia zentroa sexualitate, sexu eta harremanen atentzioa eskaintzen du. Honen helburua haur, emakume eta gizonen arteko bizikidetza hobetzea da. • *Naizen* Naizen Araba, Bizkaia, Gipuzkoa eta Nafarroako adin txikiko transexualen familiak biltzen dituen elkarte bat da. • *Harrotu* Iruñeko Udalaren zerbitzu publiko bat da, sexu- eta genero-aniztasunari buruzko informazioa eman eta horren inguruko arta ematekoa. Iruñeko herritar guztiei zuzendua, bereziki bertako LGTBI pertsona, elkarte eta kolektiboari. Aholkularitza eskaintzen dute, bai aholkularitza sexologikoa (aholkularitza sexu-orientazioari, genero- adierazpenari eta sexu- eta genero-identitateei buruz), eta bai juridikoa ere (bikoteen inguruko araudiak, lan-diskriminazioa, izen aldaketak, desgaitasuna GIBagatik, LGTBIfobia kasuak, eta abar). • *Beldur barik* Beldur Barik EAEko instituzioek elkarlanean bultzatuta indarkeria sexista prebenitzeko gazteei zuzendutako programa da, eta bere helburua da, gazteekin batera hausnarketa eta eztabaida prozesuak sustatzea jendarte eraldaketan laguntzeko. Alegia, Beldur Barik jarrera bultzatzea. Horretarako, Beldur Barik programa hainbat baliabidez baliatzen da. • *Skolae* SKOLAEk Nafarroako ikastetxe eta hezkuntza-komunitateen lana inspiratu nahi du, ikasle guztiei BERDINTASUNEAN BIZITZEN IKASTEKO aukera emateko helburuarekin.

Aurreko atalekin bezala “baliabideak eta materialak” atala dago, zeinetan irakasleek heziketa sexuala lantzeko material eta baliabideen zerrenda eta hauek lortzeko aukera eskaintzen duten webguneen loturak dauden.

8.Taula. Irakasleen prestakuntzarako baliabideak eta materiala atala.

Baliabideak Materialak	• LAB sindikatuaren ekoizpena den “Sexu heziketari buruzko gida Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleentzat”. • “Sexualitateaz hitz egiten duen horma” Gozamenez. • Osasunbidearen eskutik *“Promocionando la salud sexual desde el aula”* programa. • Nafarroako Gazteriaren Kontseiluak bere webgunean irakasle zein ikasleentzako interesgarria zein erabilgarria izan daitezkeen materialen zerrenda eskaintzen du. • *“Skolae programa berdintasunean bizitzen ikasteko ibildiea”.* • José Luis Garcíak sortutako materiala Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleek ikasleekin erabili dezaketen liburu eta materialen zerrenda: • Munstro arrosa (Olga de Dios. Ed. denonartean) • Ni un besito a la fuerza (Marion Mebes) • Pirritx, Porrotx eta Marimototxen ipuinak • Neskak eta mutilak (Aingeru Mayor, Susana Monteagudo. Ed. LIT-ERA) • Ni Nerea naiz (Nerea García. emaize) • Jazz naiz (Jessica Herthel, Jazz Jennings. Ed Bellaterra) • Mari zipirzitinek ez du zorioneko galeperrik nahi. (Mirian Cameros Sierra Nunila Lopez Salamero Ed Txalaparta) • Eta zer? Bilduma (Ed. Elkarlanean) • Koloretako mustroa (Anne Llenas Serra) • Aitor tiene dos mamas (Maria José Mendieta. Ed. Bellaterra) • No le cuentes cuentos (CEAPA. Carlos de la Cruz y Marilo de la Cruz) • Pirritx, Porrotx eta Marimototxen familien kartak (Katxiporreta. Elkar) • Cryshalis material didaktikoak (Cryshalis Euskal Herria) • Emoziotegia (Palabras Aladas) • KILIMAK (Nerea Sancho) • Kili kontuak (Arrasateko Udala) • Zutani jolasa (Nerea Mendizabal) Irakasleentzako diren liburu eta dokumental profesionalen zerrenda:

	• Educación de las Sexualidades (Carlos de la Cruz) • Los colores de la sexualidad (Euskadiko Gazte Kontseilua) • Nafarroako Hezkuntza protokoloa transexualitate kasuetarako • Sexualidades diversas, sexualidades como todas (Carlos de la Cruz) • Out in nature. Homosexual behavior in the animal kingdom. (Odisea) • Mi aventura intersexual (Phoebe Hart) • El sexo sentido (Documentos TV. RTVE) • Un paso más en defensa de la diversidad (TEDx) • Ur handitan: adin txikikoen transexualitatea (eitb) • Ur handitan: sexua eta aniztasun funtzionala (eitb)

Protokoloaren bigarren atalaren bukaeran "jarraitu eta kontuan izan beharreko irizpideak" atala aurkitzen da, zeinetan José Luis García sexologo eta adituak proposatutako heziketa sexuala lantzeko jarraitu behar diren irizpideak azaltzen diren.

9.Taula. Irakasleen prestakuntzarako jarraitu eta kontuan izan beharreko irizpideak atala.

Jarraitu eta kontuan izan beharreko irizpideak	José Luis García sexologo eta adituak proposatutako heziketa sexuala lantzeko jarraitu behar diren irizpideak: • Familiei, irakasleei eta ikasleei galdetegi erraz eta laburrak egin talde bakoitzak duen heziketa sexualaren beharra eta ezagutza maila identifikatzeko. • Heziketa sexualaz hitz egitean esku-hartze pedagogiko eta didaktikoaz ari gara, horregatik garrantzitsua da esku-hartze hori **ikuspegi zientifiko** eta **profesional** batetik lantzea. • Sexu heziketa lantzearen helburua ikasleen sexualitatean eragin positiboa izatea eta beti errespetuz lantzea da. Pertsonek haien sexualitatea modu librean, osasuntsuan eta aberasgarrian bizi dezaten. • Heziketa sexuala lantzea zergatik beharrezkoa den argi izan: Sexualitatea pertsona guztien garapenean garrantzi handiko dimentsioa da. Hau osasuntsu izateko honen bizipen librea eta positiboa ahalbidetzen duten ezagutza eta baloreak landu behar dira. • Irakaslegoak argi izan behar du **formala ez den heziketa sexuala existitzen** dela, Interneten, kalean… honek sexu heziketa lantzearen beharra handitzen du.

	• Heziketa sexuala lantzearen beharra 1975. urtetik aldarrikatzen da Munduko Osasun Erakundeak sexualitate osasuntsu kontzeptua eta osasun sexualaren beharra aldarrikatu zuenean. • Sexualitateaz gainera **ugalketa** ere landu behar da ikasleekin. • Lehen Hezkuntzako edozein irakasle heziketa sexuala lantzeko gai da formazio egokia badu. José Luis Garcíak aipatzen duen bezala *"Podría y debería hacerlo porque la educación o es integral o no es educación."* • Irakasleek kontuan hartu beharreko oinarrizko alderdiak: **1. Irizpide zientifikoak landu, jarrera horiekiko zientziak esaten duena ikasleekin landu.** **2. Heziketa sexual profesionala eskaini, haur eta gazteak sexuarekin zerikusia duten alor guztien inguruan lortzen duten informazio gehiena Internetetik eta pornografiatik eratorria delako.** • Irakaslekoa neutraltasun ikuspuntu batetik landu behar dute heziketa sexuala, balore pertsonalak eta irizpideak inposatu gabe. Balore unibertsalak lantzea helburu nagusi izanez lortuko da hori: **1. Elkartasuna** **2. Errespetua** **3. Aniztasuna** **4. Enpatia** • Material didaktikoa ez da heziketa sexuala lantzeko garrantzitsuena. Ezagutza zientifikoak eta profesionalak izatea bai ordea.

Protokoloaren azkenaurreko atala "Esku-hartzearen plangintza" litzateke. Atal honetan irakasleek egin beharreko esku-hartzearen prozedura eta argibide guztiak azaltzen dira. Esku-hartzea noiz, non, nola, norekin eta prozesu honetan zer landu behar den azaltzen da.

3.ESKU-HARTZEAREN PLANGINTZA	a. Noiz b. Non c. Nola d. Zer - landu beharreko gaiak i. Gorputzaren ezagutza eta behar afektiboak eta harremantzeko beharra. ii. Ikasleek lortutako informazioaren ebaluazio eta azterketa kritikoa (ezagutza profesional zientifikoak vs lagunengandik zein internetengandik lortutako informazioa) iii. Prebentzioa (Ugalketa -sexu arriskuen prebentzioa) e. Norekin (elkarlana: familia-ikastetxea-ikaslea)

9. Irudia. Protokoloaren esku-hartzearen plangintza atala.

Esku-hartzearen plangintza atalean irakasleentzako argibide eta prozedurak azaltzen dira. Gainera, landu beharreko gaiak edo alderdiak modu argian azaltzen dira.

10.Taula. Protokoloaren noiz, non, nola, zer eta norekin atalak.

<table>
<tr><td>Noiz</td><td>Hezkuntza integrala eta osatua izan behar da. Hau da, hezkuntza pertsona guztien beharrak eta manifestazioak kontuan hartu eta hauei erantzun behar die. Hori dela eta, heziketa sexuala, komunikazioan, elkarrizketan oinarritu beharko da.

Heziketa sexuala ikasleek honen beharra adierazten dutenean baino, H.H etapatik landu behar da, zeharkako modu batean beti.

Heziketa sexuala ikasleen eguneroko bizitzan, haien garapen psikosexualean, izango dituzten harremanetan… eragina du, hori dela eta edozein ikasgaietan landu daiteke. Beti ere modu jarraitu batean.

Beraz, heziketa sexuala noiz landu:

• H.H etapatatik modu jarraituan eta ikasleen garapen psikosexualaren ezaugarriak kontuan izanez.
• Ikasleek sexualitatearen inguruko zalantzak dituztenean.
• Ikasleek heziketa sexualaren beharra adierazten dutenean.
• Ikasleen garapen psikosexualean aldaketa nabarmenak sumatzen direnen.
• Gizartean gertatzen diren gertaerek eraginda edo ikasleek dituzten aurrezagutzetik abiatuz (bortxaketak, LGTBI mugimenduak, feminismoa, abortua, sexu bidez transmititzen diren gaixotasunak…)
• Edozein irakasgaietan.</td></tr>
<tr><td>Non</td><td>Heziketa sexuala eskolan, etxean eta lagunekin landu behar den hezkuntza da.

Ez da soilik eskolara mugatu behar.</td></tr>
<tr><td>Nola</td><td>Eskola eremuan:

• Planifikatutako esku-hartzearen bitartez.
• Esku-hartze sistematikoa.
• Osasun sexualean eta metodologia zehatzean oinarritzen diren helburuekin, familietan, ikasleetan eta profesionaletan garatuko direnak.
• Osasun arriskuak ekiditea ez da helburu bakarra, plazera eskaintzen duen bizitza sexualaren eta osasuntsua lortzeko helburua lortzeko ere landu behar da.

Etxean:

• Esku-hartzea hezkuntza modeloa izango da, hau da, gurasoen jarrerek, baloreek eta portaerek eragina izango dute.
• Ikasleek imitazioz ikasiko dute.
• Gurasoek eskaintzen duten heziketa sexuala jasoko dute.

BERAZ, HEZIKETA SEXUALA NOLA LANDU:

1. Ikasleei ezagutza eta informazio zientifikoa eskainiz
2. Elkartasuna, errespetua, aniztasuna eta enpatia baloreak landuz.
3. Ikasleen behar errealei erantzunez.
4. Ikasleen interesak kontuan hartuz.
5. Ikasleen aurre ezagutzetatik abiatuz.</td></tr>
<tr><td>Zer</td><td>Kontuan hartu beharreko bost errealitate:

1. Sexu gertakizunen ikasketa gehiena Interneten bidez eta pornografiak adierazten dituen sexu jarrera modeloengandik dator.</td></tr>
</table>

2. Jarrera sexual klandestinoak eta isilpekoak askotan alkohola eta drogen kontsumoarekin lotzen dira.

3. Gizarte kontsumistaren erabilera neurrigabearen ondorioz, dena hipersexualizatu egin da edozer saltzeko erabiliz. Hedabideetan aurkitzen ditugun telebista saioek adibidez, modu lotsagabean emozio afektiboak eta intimitate sexuala merkaturatzen dute. Hori horrela izanik, komunikazio hedabide askok sexua erabiltzen dute irabaziak, etekinak lortzeko.

4. Sexualitatearen eta gurasoengandik eratorritako informazio sexualaren legitimazio falta dago.

5. Azkeneko aldagaia eskoletan dagoen hezkuntza sexualaren gabezia, eta paradoxikoki hau eskoletan landu behar denean sortzen diren gatazka eta polemikak -sexualitatearen inguruko hezkuntza programak landu nahi direnean- izango litzateke.

Aipatutako bost errealitate hauek -nerabeen sexu eta ugalketa osasunean arrisku desberdinak ugaritzea laguntzen duen eszenatokiaren ezarpena gauzatzen dutenak- lantzeko ondorengo gaien inguruan lan egitea proposatzen da:

i. Gorputzaren ezagutza eta behar afektiboak eta harremantzeko beharra.

ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA

• Gorputzek jasaten dituzten aldaketak ezagutu. • Ikasleek haien gorputzak ezagutu behar dituzte.	• Ikasleen haien garapen psikosexualaz ohartu behar dira. • Sexu bidezko transmisioa duten gaixotasunak.	• Sexua zer den. • (...)

ALDERDI SOZIO-AFEKTIBOA

• Behar afektiboak zer diren landu behar da. • Harreman mota desberdinak. • Laguntasuna.	• Maitasuna. • Sexualitatea zer den landu. • (...)

ALDERDI SOZIO KULTURALA

• Feminitatea. • Genero identitatea. • Genero rola.	• Generoa. • identitate sexuala. • Maskulinitatea • (...)

ALDERDI BIOPSIKOSOZIALA

• Autoestimua.	• Masturbazioa.	• Sexu praktika arriskutsuak.

• Autoezagutza. • Erotika.	• Plazera. • Sentimenduak.	• Transexualitatea. • (...)

ii. Ikasleek lortutako informazioaren ebaluazio eta azterketa kritikoa (ezagutza profesional zientifikoak vs lagunengandik zein internetengandik lortutako informazioa)

ALDERDI SOZIO KULTURALA

• Bortxaketa. • Fikzioa eta errealitatea bereiztu. • Genero indarkeria.	• Informazio zientifikoa. • Kritikoak izan.	• Pertsonen eskubideak ezagutu. • Pornografia zer den ulertu. • (...)

iii. Prebentzioa (Ugalketa -sexu arriskuen prebentzioa)

ALDERDI PSIKOEBOLUTIBOA

• Gaixotasunak.	• Sexu disfuntzioak. • (...)

ALDERDI SOZIO KULTURALA

• Abortua. • Antisorgailuak.	• Arriskuak. • Bortxaketa. • Genero indarkeria.	• Parafilia. • Prostituzioa. • Sexting. • (...)

Norekin	Heziketa sexuala lantzeko familia, ikastetxe eta ikasleen arteko lankidetza behar da. Ezinbestekoa da, burutzeko oso zaila izan arren. Gero eta konplexuagoa da gai honen inguruan dagoen nagikeria soziala dela eta. Irakaslegoa heziketa sexualean ekarpen aberasgarriak egiten dituzten erakundeekin kontaktuan jar daiteke, profesional eta egileekin bezala. **PROTOKOLORA ITZULI**

Protokoloari bukaera ematen dion atala "Esku-hartzearen ebaluazioa" da. Atal honetan ikaslegoaren ezagutza maila, zalantzak, interesak eta kezken garapena ebaluatzeko galdetegiaz gain, irakaslegoa ebaluazio txostena eta proposamenak biltzeko balio duen galdetegi bat ere azaltzen da.

4.ESKU-HARTZEA EBALUAZIOA	a. Jarraipena Ikaslegoaren **ezagutza maila**, zalantzak, interesak, kezken garapena ebaluatzeko **GALDETEGIA**. b. Ikastetxean heziketa sexualerako hobekuntza proposamenak Irakaslegoa ebaluazio txostena egiteko eta proposamenak biltzeko **GALDETEGIA**.

10.Irudia. Esku-hartzearen ebaluazio atala.

11.Irudia. Ikasleen beharrak identifikatzeko galdetegia

12.Irudia. Irakasleek ebaluazio txostena egiteko eta proposamenak biltzeko galdetegia.

Arestian azaldutako protokoloa eta erantzun gida modu digitalizatuan eskuragai dago ere, modu honetan hezitzaileek ikasgelako zein etxeko ordenagailutik heziketa sexuala lantzeko proiektu hau kontsultatzeko eta erabiltzeko aukera izanik.

Google sitesen "Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida"ren lotura: https://sites.google.com/view/heziketa-sexuala-anesdg/esku-hartzea/ikasgelarako-antolakuntza-neurriak/irakasleen-prestakuntza

ONDORIOAK

Gradu bukaerako lan honen helburu nagusiena gaur egun heziketa sexuala eskoletan lantzearen beharra dagoela aldarrikatzea eta bide batez justifikatzea izan da. Hori horrela izanik, ikaslegoa sexu heziketa profesional eta zientifiko baten beharra duela azaldu da. Ikasleen prozesu psikosexualaren inguruko informazioa eskainiz ikasleek sexualitatearen garapenean laguntza eta informazio zientifikoa eta ziurra behar dutela adierazi den bezala. Gaur egungo gazteek Interneten bitartez, eta batez ere, pornografiaren eskutik ikasten dituzte sexu jarrera gehienak eta arazo honi konponbidea jartzeko, sexualitatearekin harremana duten arazo askori bezala, heziketa sexuala lantzea dugu.

Hezitzaileek ez dute heziketa sexuala lantzeko baliabiderik ezagutzen, edo ez dituzte oinarrizko ezagutzak menperatzen, eta horregatik, askotan ahaztu egiten den gaia da, lantzea ekiditen den gaia, alegia. Beldur ematen baitu kontrolatzen ez den gai baten inguruan irakastea. Arazo hori kontuan izanda "Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida" sortu egin dut. Material honen bitartez hezitzaileei sexu heziketa haien geletan lantzeko abiapuntua sortu nahi izan dut, horretarako, heziketa sexualaren oinarrizko alderdiak ezagutzeko baliabideak eskainiz, aproposa den informazio zientifikoa eta profesionala eskuragarri utziz eta batez ere, esku-hartzearen prozedura azalduz, hau burutzeko baliabideak modu praktiko eta erraz batean adieraziz.

Heziketa sexualaren lanketa profesional bat egiteko ikasleen interesak eta ezaugarriak kontuan hartu behar direla goraipatu da lan honetan zehar. Garaiak aldatzen dira, eta horiekin batera ikasleek dituzten aurrezagutzak, zaletasunak, kezkak eta desirak ere. Hori horrela izanik, ikaslegoaren ezagutzak eta interesak kontuan hartzea sexu heziketa lantzeko beharrezkoa da. Hau lortzean, irakasleek ikasleei laguntzeko prest egoteaz gain, hauen galdera edo zalantzak aurreikusi eta modu profesional batean erantzuteko aukera emango die irakasleei. Honekin harreman zuzena du, ikaslegoak lortzen duen informazioaren egiaztatzea. Izan ere, hezitzaileek ikasleei haiek lortutako informazioarekiko kritikoak izaten lagundu behar diete, eta hau, gazteei heziketa sexualaren inguruko informazio profesionala eta zientifikoa eskainiz lortzen da.

Nahiz eta heziketa sexuala ahaztuta egon den gaia izan den, badira hau lantzeko material

eta baliabideak, eta beraz, sexu heziketa lantzeko eta ikasleei haien sexualitatea modu positibo, osasuntsu eta libre batean bizitzeko aukera eskaintzeko irakasleen gogoak, lana eta profesionaltasuna besterik ez da behar.

Heziketa sexuala lantzeak onura asko ekar ditzake, zeharkako modu batean lantzea gomendatzen den alorra delako. Ikasleek haien sexualitatea modu egoki batean, eta batez ere, osasuntsu batean bizi izateko aukera emateaz gain, haurrei ezagutza eta informazio ziurra eskaintzen du, gainera, elkartasuna, errespetua, aniztasuna eta enpatia baloreak hasieratik lantzen dira, beti ere ikasleen beharrei erantzunez, hauen interesetatik abiatuz eta ikasleen aurrezagutzak beti kontuan izanez.

Arestian aipatu bezala "heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida" izan da nire lanaren ekoizpen nagusiena. Nire gradu bukaerako lanean aipatu dudan bezala gaur egungo irakasleek ez dute heziketa sexuala lantzeko ezagutza profesional nahikorik eta horrek oztopo handia suposatzen du sexu heziketa landu nahi bada. Arazo hori hasieratik identifikatuta hezitzaileentzako material praktikoa, kontsultarako, zein jarduera didaktikorako, sortzea izan da nire helburu nagusia, bide batez, irakaslegoari heziketa sexuala lantzeko oinarrizko informazio, ezagutza eta baliabideak eskaintzeko.

Heziketa sexualaren inguruko ikerketa lana egiten nuen bitartean konturatu nintzen sexu heziketa ez lantzearen oinarrizko kausa gai honen inguruan gizartean dagoen nagikeria edo utzikeria dela. Oraindik ere, konformistak diren pertsonak daude, lan eta ikerketa egin nahi ez dutenak, beldur diotenak hain eztabaidagarria den gai baten inguruan aztertzeari eta lan egiteari. Eta arrazoi horrengatik heziketa sexuala ezkutuan eta zapalduta egon den irakasgai pendientea da oraindik. Hala ere, Nafarroa mailan sexualitatearen eta heziketa sexualaren inguruan lan egiten duten profesional asko daude eta zorionez hauen esfortzu eta lanagatik horrelako material bat sortzeko gai izan nahiz. Beraz, heziketa sexuala lantzea posible dela goraipatu nahiko nuke, horretarako interesa, kezka eta batez ere, lan egiteko gogoa badago. Ikasleentzako hain onuragarria den irakaskuntza ezin da atzean utzi, ezin da landu gabe utzi. Gizartea, garai berriak, teknologia berriak, ezagutza berriak… aurrera doan bezalaxe heziketa sexualaren lanketa areagotu eta aurrera egin behar du ere.

Egia esan gradu bukaerako lan hau egiteko gogo eta motibazio handia sentitu nuen hasieratik nire bizipenek eman dizkidaten arrazoi eta esperientziek eraginda. Hala ere, zailtasun handiak izan ditut lan osatua eta profesionala ekoiztu ahal izateko. Hasteko, heziketa sexualaren inguruko informazio profesional eta zientifiko eskasagatik. Hainbestetan aipatu bezala oraindik landu gabe eta hain eztabaidagarria den alorra denez honen inguruko informazio ziurra, egiazkoa eta profesionala lortzea erronka handia izan da. Jarraituz, sinesmen eta erlijio kontuak direla eta sexualitatearen inguruko ikuskera desberdin anitz aurkitu ditut, eta egokia, erreala eta profesionala zein den ezagutzeko eta aztertzeko lan handia egin dut profesionalekin kontaktuan jartzearen beharra izanik. Gainera, nik jaso ez dudan heziketa sexualaren ondorioz sexu heziketako oinarrizko ezagutzak bereganatu eta ikertu behar izan ditut, heziketa sexualaren oinarriko ezagutzak menperatzeko. Izan dudan beste arazo bat, protokoloan esku-hartzearen antolaketa nola justifikatzea izan da. Azkenean, ez bainuen erreferentziazko material bat eta horrek nire lana zerotik hastea eragin dit, ezjakintasuna, beldurra eta ziurtasun ezaren sentsazioa nigan eraginez. Nahiz eta egin dudan lana erabilgarria eta aberasgarria dela uste dudan, hutsuneak ere izan ditzakeen lana dela uste dut. Oraindik ere osatu daitekeen lana delako denbora eta ikerketa lan handiago bat egiteko aukera izatekotan.

Bukatzeko, egindako protokoloa hezitzaileentzako erabilgarria izatea lortu izan nahi dut, bide batez, irakaslegoari heziketa sexuala lantzeko hasiera edo abiapuntu bat eskainiz, oinarrizko material erraz eta praktiko bat sortuz. Irakasle izango naizen heinean, horrelako material baten beharra ikusi eta nire eskutik ekoiztu izana arro sentitzea eragiteaz gain, heziketa sexualaren inguruan lan egiten jarraitzeko gogoak berpiztu dizkit.

CONCLUSIONES Y CUESTIONES ABIERTAS

El objetivo principal de este proyecto final de grado ha sido proclamar y justificar la necesidad de una educación sexual de calidad en las escuelas de hoy en día. Durante el trabajo se explica cómo los niños y niñas necesitan una educación sexual basada en conocimientos científicos y profesionales. Para poder alcanzar los objetivos propuestos se ha hecho una investigación profunda en temas como la salud sexual, el desarrollo psicosexual de los niños y niñas, la sexualidad, las leyes, materiales y recursos, autores, etc. Otro aspecto a destacar es la necesidad de enseñar a los/las estudiantes a ser críticos con la información que obtienen, dado que hoy en día la mayoría de los jóvenes aprenden las actitudes sexuales vía internet o a través de la consumición de la pornografía. Para poder evitar estos graves problemas deberíamos trasmitir a los niños y niñas de hoy en día una información veraz acerca de temas tan importantes como la sexualidad y el sexo, viendo la necesidad de una buena educación sexual en los colegios.

Hoy en día los/las docentes no tienen o no conocen recursos, ni controlan los conocimientos básicos de la educación sexual, para poder trabajarla en sus aulas, por lo cual muchas veces es un tema olvidado, un tema que no se trabaja, ya que existe una gran falta de profesionales en este ámbito y un gran desconocimiento. Es difícil enseñar algo que no se controla. Teniendo en cuenta este gran problema he creado un "Protocolo para identificar las necesidades de la educación sexual y una guía de respuestas". A través de este material práctico y sencillo, he querido ofrecer un punto de partida a todos los/las docentes para poder trabajar educación sexual con sus estudiantes. El protocolo ofrece recursos para poder informarse científicamente sobre los conceptos básicos de la educación sexual, además, ofrece listados de materiales, de autores profesionales en este ámbito, organizaciones a las que acudir, pero, sobre todo, ofrece una propuesta de intervención en el ciclo de primaria para trabajar educación sexual con los niños y niñas.

Para poder enseñar una educación sexual profesional es necesario tener en cuenta los gustos, características, inquietudes, dudas y preocupaciones de los niños y niñas y esto es algo a lo que he hecho hincapié durante este trabajo de fin de grado. Los tiempos van cambiando y con ello las concepciones previas de los estudiantes, los gustos y preocupaciones. Por ello se considera imprescindible tener muy presente al alumnado para poder intervenir y anticiparse a las preguntas, dudas o aprendizajes previos que

puedan tener. Al mismo tiempo el profesorado debe estar preparado para enseñar a los niños y niñas a ser críticos con la información que obtienen por diferentes medios de comunicación, haciéndoles entender que esta puede ser errónea e irreal.

Como he explicado anteriormente, la educación sexual ha sido una asignatura pendiente durante muchos años, causado por la desidia social que hay hacia este tema. Teniendo en cuenta la necesidad de que los niños y niñas puedan vivir una sexualidad sana y libre remarcó la necesidad de docentes dispuestos a trabajar y a formarse en este ámbito tan importante.

Impartir educación sexual en los colegios puede traer muchos beneficios a los niños y niñas, sobre todo, porque es una asignatura que se recomienda trabajar de un modo transversal. Añadir esta asignatura al currículum educativo conlleva educar a los jóvenes de hoy en día en valores como el respeto, la diversidad, la empatía y la solidaridad, teniendo siempre muy presente las necesidades, los intereses y los conocimientos previamente adquiridos del alumnado.

Como he mencionado anteriormente el producto principal de este trabajo ha sido el "Protocolo para identificar las necesidades de la educación sexual y la guía de respuestas". El motivo principal por el que he creado un material para los profesores y las profesoras ha sido la falta de conocimientos científicos y profesionales que los/las formadores tienen respecto a la sexualidad, entre otros muchos temas, al igual que la falta de recursos y materiales dirigidos al profesorado para poder impartir educación sexual en sus aulas. Habiendo identificado este gran problema he creado un protocolo sencillo y práctico donde se explican los pasos a seguir para la intervención en clase.

Mientras investigaba acerca de la educación sexual me di cuenta que la desidia social es precisamente la mayor causa de que esta sea una asignatura pendiente, un tema tabú, un tema escondido y sobre todo controversial. Todavía existen personas que no se atreven a trabajar este tema, que no les interesa poder educar a los niños y niñas en libertad, proporcionándoles oportunidades de vivir una sexualidad libre y sana. Es importante señalar que en Navarra hay un gran número de profesionales que han trabajado durante muchos años en este ámbito y gracias a ello he sido capaz de crear un protocolo sin tener ningún material de referencia.

Dicho esto, creo que es posible enseñar educación sexual, solo se necesitan docentes con ganas, entusiasmo e interés.

Para ser sincera desde el principio he sentido una gran motivación para hacer este trabajo, causada por mis experiencias y la realidad que estas me han hecho vivir. Aun así, debo decir que he tenido grandes dificultades para poder crear un trabajo completo y profesional. Primero porque la información científica y profesional sobre educación sexual es escasa. Además, debido a las diferentes creencias y religiones ha sido complicado investigar qué visión de educación sexual es la correcta, la real y la más adecuada para trabajar en los colegios. Otro de los problemas a los que me he tenido que enfrentar ha sido la incertidumbre a la hora de justificar u organizar la intervención que explico detalladamente en el protocolo, y esto, ha sido provocado por la falta de material que hay para trabajar la educación sexual. He tenido que comenzar de cero, crear un material nuevo y esto ha causado que en algunos momentos me sintiese perdida e insegura. Aun así, creo que he conseguido producir un material útil y rico en recursos aun teniendo muy en cuenta que es un trabajo que todavía puede pulirse y completarse mucho más si hay opción de investigar y trabajar más.

Para terminar, me gustaría remarcar que mi propósito ha sido crear un material para los/las docentes útil proporcionando un punto de partida de dónde comenzar a trabajar la educación sexual en las aulas de primaria.

Como futura profesora, al realizar este trabajo no solo me ha hecho sentirme orgullosa, si no que he visto la necesidad de crear este material, me ha hecho revivir mis ganas de seguir trabajando en torno a la asignatura de educación sexual.

BIBLIOGRAFIA

AEPS Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología. (s. f.). La AEPS. Berreskuratua https://www.aeps.es/la-aeps/

AES Asociación de Especialistas en Sexología. (s. f.). AES Quiénes somos. Berreskuratua http://aessexologia.com/quienes-somos/

Agirre, X. A., Aguiar, X. A., Caballero, I. C., Celis, R. C., Díaz, S. D., Lasa, L. L., . . . Zubizarreta, F. Z. (2007). CEAR- Euskadiren Teoria-Kuadernoak. Berreskuratua http://centroderecursos.alboan.org/ebooks/0000/0209/11_CEA_CUA_2_eu.pdf

Agud, C. A. (2018). La sexualidad en adolescentes. Berreskuratua https://www.salud.mapfre.es/salud-familiar/ninos/adolescentes/la-sexualidad-en-adolescentes/+

AMIA. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/AMIA_analisi

Antisorgailu. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Antisorgailu

Añaumendi Eusko Entziklopedia. (s. f.). Urruzola Zabalza, María José. Berreskuratua http://aunamendi.eusko-ikaskuntza.eus/es/urruzola-zabalza-maria-jose/ar-130821/

Asociación juvenil YOAR. (2020). Nosotros. Berreskuratua http://www.asociacionjuvenilyoar.es/?page_id=16

Assex Asociación de Sexualidad Educativa. (s. f.). Quiénes somos. Berreskuratua http://assex.es/quienes-somos/

Atsegin. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Atsegin

Autoestimua. Gizapedia. (2019). Berreskuratua https://gizapedia.hirusta.io/autoestimua/

Ayuntamiento de Pamplona / Iruñeko udala. (s. f.). Harrotu. Berreskuratua https://www.pamplona.es/eu/gaiak/berdintasuna-eta-lgtbi/harrotu

Barañaingo Udala. (s. f.). Emakumeari laguntzeko zentroa. Berreskuratua http://www.baranain.es/eu/centro-de-atencion-a-la-mujer/

Bayano, I. B. D. (2019). Transexualitate protokoloaren azterlana. Identitate-aniztasun sexuala lantzeko proposamen didaktikoa. Berreskuratua https://academica-e.unavarra.es/xmlui/bitstream/handle/2454/33600/Irune%20Bayano%20Diez%20GBL%202019.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Beldur Barik. (2019). Programa Beldur Barik. Berreskuratua https://www.beldurbarik.eus/eu/beldur-barik-programa/

Boeree, C. G. (s.f.). Abraham Maslow: 1908-1970. Teorías de la personalidad 11.

Berreskuratua https://webspace.ship.edu/cgboer/maslowesp.html

Bortxaketa. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Bortxaketa

Casa del libro. (s. f.). FELIX LOPEZ SANCHEZ. Berreskuratua https://www.casadellibro.com/libros-ebooks/felix-lopez-sanchez/5793

CJN-NGK. (s. f.). Materiales. Berreskuratua https://cjn-ngk.org/materiales/

Conceptodefinicion.de, Redacción. (Abuztuak 22, 2019). Definición de Sexo. Berreskuratua de: https://conceptodefinicion.de/sexo/.

Cruz Roja / Gurutxe Gorria. (2020). Cruz Roja Juventud. Recuperado de Euskal Herriko Gay-Les Askapen Mugimendua. (2020). Nortzuk gara. Berreskuratua https://ehgam.eus/

Cunnilingus. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Cunnilingus

Dirección General de Industria de la Pequeña y Mediana Empresa. (s. f.). Herramienta DAFO. Berreskuratua https://dafo.ipyme.org/Home

Ediciones Pirámide. (s. f.). REIZABAL ARRUABARRENA, LUIXA. Berreskuratua https://www.edicionespiramide.es/autores.php?id=100112716

Editorial Kairós. (s. f.). Fina Sanz. Berreskuratua http://editorialkairos.com/autores/sanz-

fina

EDUCACIÓN 3.0. (2019). Recursos para trabajar la educación sexual en el aula. Berreskuratua https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/recursos-trabajar-educacion-sexual/

Efigenio Amezúa. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://es.wikipedia.org/wiki/Efigenio_Amez%C3%BAa

EMAIZE. (2020). Ezagutu gure historia. Berreskuratua https://emaize.com/

Emakume. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Emakume

Emakumeen aurkako indarkeria. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Emakumeen_aurkako_indarkeria

Encaje, S. E., Esteban, T. E., & Miqueo, P. M. (2006). PROMOCIONANDO LA SALUD SEXUAL desde el aula. Berreskuratua http://www.navarra.es/NR/rdonlyres/0B1B60C0-5AAE-4ED8-BF70-F84D821AA3F1/0/Promocionandolasaludsexual.pdf

Euskadiko Gazteriaren Kontseilua. (2020). Askagintza. Berreskuratua https://egk.eus/eu/nor-gara/elkarteak/askagintza-2/

Euskal Herriko Gay-Les Askapen Mugimendua. (2020). Nortzuk gara. Berreskuratua https://ehgam.eus/

Familia y cole. (2020). Protocolo que es y para que sirve. Berreskuratua https://familiaycole.com/2014/10/09/protocolo-que-es/

Felazio. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Felazio

Feminismo. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Feminismo

Feminitate. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Feminitate

Font, P. F. (2018). Desarrollo psicosexual. Berreskuratua

https://nanopdf.com/download/desarrollo-psicosexual-0-6-aos_pdf

FPFE Federación de Planificación Familiar Estatal. (s. f.). Misión / Visión / Valores. Berreskuratua https://fpfe.org/nosotros/nuestra-mision/

Fundación Gaztelan. (2019). IPES ELKARTEA (Instituto de Promoción de Estudios Sociales). Berreskuratua http://www.gaztelan.org/ipes-elkartea-instituto-de-promocion-de-estudios-sociales

FUNDADEPS Fundación de Educación para la Salud. (s. f.). QUIÉNES SOMOS. Berreskuratua https://fundadeps.org/quienes-somos/

García, J. L. G. (2019). Sexo, poder, religión y política. (1.a ed.). Málaga, España: Independety, 2019.

Gaztaro. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Gaztaro

Gencat.cat. (2019). La pornografía. Berreskuratua http://sexejoves.gencat.cat/es/temes/la-pornografia/

Genero-indarkeria. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Genero-indarkeria

Genital. (s.f). Berreskuratua https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/genital

Genitalitatea, disfrutatzeko modu bat gehiago. (2019). Berreskuratua https://www.saludjovennavarra.es/eu/genitalitatea-disfrutatzeko-modu-bat-gehiago

Ginekologia. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Ginekologia

Giza zakila. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Giza_zakila

Gizon. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berrekuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Gizon

Gobierno de Navarra. (2019). EL PROGRAMA SKOLAE, UN ITINERARIO PARA APRENDER A

VIVIR EN IGUALDAD. Berreskuratua https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/1325202/Libro+SKOLAE+CAST+web.pdf/1ba58d8b-d13b-4f2d-0fc1-9c5e99d5946e

Gonorrea. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Gonorrea

Gozamenez. (s. f.). Giza izate sexuala. Berreskuratua http://sexualitateagozamenez.com/gida/2-3

Gozamenez. (s.f.). Aholkua hartu / legeak eta eskubideak. Berreskuratua https://gozamenez.com/eu/asexorate/cat/legeak-eta-eskubideak

Graó. (2020). Iturbe Gabikagogeaskoa, Xabier. Berreskuratua https://www.grao.com/es/autor/iturbe-gabikagogeaskoa-xabier-184862

Gurrutxaga, K.G. (2010). Zein da sexua eta sexualitatea hitzen arteko ezberdintasuna? Berreskuratua https://blogak.eitb.eus/eingoaldeu/2010/03/04/zein-da-sexua-eta-sexualitatea-hitzen-arteko-ezberdintasuna/

Harluxet Hiztegia. (s. f.). Ugalketa. Berreskuratua http://www1.euskadi.net/harluxet/hiztegia1.asp?sarrera=ugalketa

Kattalingorri. (2020). Kattalingorriren sorrera. Berreskuratua http://www.kattalingorri.org/eu/ezagutu/

Kitzikapen. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Kitzikapen

Hartutako Immuno Eskasiaren Sindromea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Hartutako_Immuno_Eskasiaren_Sindromea

Haur. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Haur

Haurdunaldi. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Haurdunaldi

Heteroarau. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua

https://eu.wikipedia.org/wiki/Heteroarau

Hilerokoaren zikloa. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Hilekoaren_ziklo

Identitate sexual. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Identitate_sexual

Instituto Wilhelm Reich Europa. (s. f.). Amaia Vazquez Eguzkitza. Berreskuratua https://www.institutowilhelmreich.com/clinica03.php

Iruñeko udala. (2020b). Aldezar elkartea. Berreskuratua https://www.pamplona.es/eu/node/8934

Iruñeko Udala. (2020). Colectivo Zurriburbu. Berreskuratua https://www.pamplona.es/eu/node/12081

Klamidiasi. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Klamidiasi

Klitori. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Klitori

Komunikazio. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Komunikazio

Kondoi. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Kondoi

Larrañaga, S. L. A. (2019). Irakurriz ikasi. Berreskuratua http://klasikoa.eimakatalogoa.eus/Bideoak/e49885c9f843ffc1a4304d069addc9c6_47605.pdf

Maskulinitate - Wikipedia, entziklopedia askea.. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Maskulinitate

Matxismo. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Matxismo

Menarkia. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua

https://eu.wikipedia.org/wiki/Menarkia

Menstruazio. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Menstruazio

Nafarroako Gazteriaren Institutua. (s. f.). Gaztea eta berdintasuna. Berreskuratua https://www.juventudnavarra.es/eu/gaztea-eta-berdintasuna

Nafarroako Gobernua. (2019, enero 1). Desira sexuala. Berreskuratua https://www.saludjovennavarra.es/eu/desira-sexuala

NAFARROAKO KIROLAREN ETA GAZTERIAREN INSTITUTUA, Nafarroako Gobernua, & NAFARROAKO OSASUN PUBLIKOAREN ETA LAN OSASUNAREN INSTITUTUA. (2020). Maitemina. Berreskuratua https://www.saludjovennavarra.es/eu/maitemina

NAFARROAKO KIROLAREN ETA GAZTERIAREN INSTITUTUA, NAFARROAKO OSASUN PUBLIKOAREN ETA LAN OSASUNAREN INSTITUTUA, & Nafarroako Gobernua. (2020). Erakarpena. Berreskuratua https://www.saludjovennavarra.es/eu/erakarpena

NAFARROAKO OSASUN PUBLIKOAREN ETA LAN OSASUNAREN INSTITUTUA. (2020). Gune erogenoak. Berreskuratua https://www.saludjovennavarra.es/eu/gune-erogenoak

NAFARROAKO OSASUN PUBLIKOAREN ETA LAN OSASUNAREN INSTITUTUA. Sexu harremanak. (2020). Berreskuratua https://www.saludjovennavarra.es/eu/sexu-harremanak

Naizen. (s. f.-b). Asociación Naizen. Berreskuratua https://naizen.eus/quienes-somos/la-asociacion/

Nerabezaro. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Nerabezaro

Nieto, J. N. (2017). Sexua, generoa eta orientazio sexuala. Berreskuratua https://uriola.eus/komunitatea/Jonan/1509702435641-sexua-generoa-eta-orientazio-sexuala

Orgasmo. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Orgasmo

Patriarkatu. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Patriarkatu

Portugaleteko udala. (2020). Masturbazioa, zer da? Berreskuratua https://kolokon.com/eu/sexua/masturbazioa/

Píldora anticonceptiva oral combinada. Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://es.wikipedia.org/wiki/P%C3%ADldora_anticonceptiva_oral_combinada

Reas. (2020). Asociación Hegoak Elkartea. Berreskuratua https://www.economiasolidaria.org/eu/node/15828

Sancho Esnaola, N. S. E., Alonso Arbiol, I. A. A., Igerabide Sarasola, J. K. I. S., Roque Eguzkitza, I. R. E., Apalauza Ollo, A. A. O., Lópes Adán, E. L. A., & Draper, D. D. (2012). SEXOLOGIAKO HIZTEGIA. Berreskuratua https://www.ehu.eus/documents/2660428/2682118/Sexologiako_Hiztegia.pdf

SARE Laguntza GIB/HIES. (2020). Hasiera. Berreskuratua http://www.sare-vih.org/eu/index.php

Sarpen (sexualitatea). Wikipedia, entziklopedia askea. (2020). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Sarpen_(sexualitatea)

SEC Sociedad Española de Contracepción. (s. f.). ¿Qué es la Sociedad Española de Contracepción? Berreskuratua http://sec.es/sec/que-es/

Sexu-transmisiozko gaixotasun. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Sexu-transmisiozko_gaixotasun

Sexualitate. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Sexualitate

Sifili. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Sifili

Transexualismo. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Transexualismo

Ugal-aparatua. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Ugal-aparatu

Universidad de Deusto. (s. f.). Felix Loizaga Latorre. Berreskuratua https://www.deusto.es/cs/Satellite/deusto/es/universidad-deusto/sobre-deusto-0/deusto-quienes-somos/profesores/1220/profesor

WAS Word Association for Sexual Health. (2014). Declaración de derechos sexuales. Berreskuratua https://worldsexualhealth.net/resources/declaration-of-sexual-rights/

Zahartzaro. Wikipedia, entziklopedia askea. (2019). Berreskuratua https://eu.wikipedia.org/wiki/Zahartzaro

Zabaldi elkartasunaren etxea. (2020). Zer da Zabaldi. Berreskuratua https://zabaldi.org/index.php/eu/que-es-zabaldi

ERANSKINAK

I. Eranskina. Heziketa sexuala lantzeko glosategia. Irakasleentzako materiala. Lehen Hezkuntza maila bakoitzerako egokitua.

HEZIKETA SEXUALA LANTZEKO GLOSATEGIA			
	L.H 1-2	L.H 3-4	L.H 5-6
ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA	ALUA. EMAKUMEA. GENITALA. GINEKOLOGIA. GIZONA. GORPUTZA. HAURDUNALDIA. SEXUA. UGAL APARATUA. UGALKETA. ZAKILA.	ALUA. EMAKUMEA. GAZTAROA. GENITALA. GINEKOLOGIA. GIZONA. GORPUTZA. HAURDUNALDIA. HAURTZAROA. HILEROKOAREN ZIKLOA. MENARKIA. MENSTRUAZIO EDO HILEKOA. NERABEZAROA. SEXU BIDEZKO GAIXOTASUNA. SEXUA. UGAL APARATUA. UGALKETA. ZAHARTZAROA. ZAKILA.	ALUA. BARNEKO GENITAL FEMENINOAK. EMAKUMEA. GAZTAROA. GENITAL MASKULINOAK. GENITALA. GINEKOLOGIA. GIZONA. GONORREA. GORPUTZA. HAURDUNALDIA. HAURTZAROA. HILEROKOAREN ZIKLOA. IHESA. KLAMIDIASI. KLITORIA. MENARKIA. MENSTRUAZIO EDO HILEKOA. NERABEZAROA. ORGASMOA. SEXU BIDEZKO GAIXOTASUNA. SEXUA. SIFILIS. UGAL APARATUA. UGALKETA. ZAHARTZAROA. ZAKILA.
ALDERDI SOZIO-AFEKTIBOA	HARREMAN SEXUALA HEZIKETA SEXUALA. MAITEMINA. SEXUALITATEA.	HARREMAN SEXUALA HEZIKETA SEXUALA. MAITEMINA. SEXUALITATEA.	GUNE EROGENOAK HEZIKETA SEXUALA. SEXUALITATEA. MAITEMINA. HARREMAN SEXUALA.
ALDERDI SOZIO KULTURALA	FEMINISMOA. FEMINITATEA. GENERO IDENTITATEA GENEROA. IDENTITATE SEXUALA. JARRERA SEXUALA. MASKULINITATEA. MATXISMOA. ORIENTAZIO SEXUALA.	ANTISORGAILUAK. FEMINISMOA. FEMINITATEA. FEMINITATEA. GENERO IDENTITATEA. GENEROA. IDENTITATE SEXUALA. JARRERA SEXUALA. JARRERA SEXUALA.	ANTISORGAILUAK. FEMINISMOA. FEMINITATEA. FEMINITATEA. GENERO IDENTITATEA. GENEROA. HETEROARAU. IDENTITATE SEXUALA. JARRERA SEXUALA.

		KONDOIA. MASKULINITATEA. MASKULINITATEA. MATXISMOA. ORIENTAZIO SEXUALA. ORIENTAZIO SEXUALA. PILULA ANTIKONTZEPTIBOA	JARRERA SEXUALA. KONDOIA. MASKULINITATEA. MASKULINITATEA. MATXISMOA. ORIENTAZIO SEXUALA. ORIENTAZIO SEXUALA. PILULA ANTIKONTZEPTIBOA. SISTEMA PATRIARKALA.
ALDERDI BIOPSIKOSOZIALA	AMETS EROTIKOA. AUTOESTIMA. AUTOEZAGUTZA. DESIRA. EROTIKA. MASTURBAZIOA. PLAZERA. TRANSEXUALITATEA.	AMETS EROTIKOA. AUTOESTIMA. , AUTOEZAGUTZA. DESIRA. DESIRA SEXUALA. ERAKARPENA. EROTIKA. EXITAZIOA EDO KITZIKAPENA. MASTURBAZIOA. PLAZERA. TRANSEXUALITATEA.	AMETS EROTIKOA. AUTOESTIMA. , AUTOEZAGUTZA. AUTOSEXAZIOA. CUNNILINGUSA. DESIRA. DESIRA SEXUALA. ERAKARPENA. EROTIKA. EXITAZIOA EDO KITZIKAPENA. FELAZIOA. KOMUNIKAZIOA. MASTURBAZIOA. PENETRAZIOA, KOITOA EDO SARPENA. PLAZERA. TRANSEXUALITATEA.

II. **Eranskina.** José Luis García sexologo eta adituarentzako sortutako dokumentua eta galdetegia.

PROTOCOLO Y GUÍA DE RESPUESTAS PARA IDENTIFICAR LAS NECESIDADES DE LA EDUCACIÓN SEXUAL

Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida

Alumna: Anne Sanz De Galdeano Legarda.

Profesor tutor: Fernando Trebol Unzue.

Nafarroako Unibertsitate Publikoa / Universidad Pública de Navarra

Lo primero de todo muchísimas gracias, José Luis por querer leer y ayudarme con mi trabajo. Para mí es un placer poder tener en cuenta una opinión tan importante y experta como la tuya para poder mejorar mi trabajo de fin de grado.

En el siguiente documento se encuentra un breve resumen de como he planteado mi trabajo y sus apartados. Además, incluye un cuestionario y un apartado para que expreses tus valoraciones y opiniones, siempre y cuando así lo consideres. En las siguientes líneas explicó el esquema que sigue mi trabajo y los apartados que se encuentran en él, con una breve explicación de cada uno.

En el documento encontrarás algunos comentarios dirigidos a tu persona marcados por un * y letra **negrita**. Estos señalan los aspectos en los cuales me gustaría obtener una opinión experta como la tuya.

RESUMEN

El trabajo comienza con una justificación que trata sobre la necesidad que existe hoy en día para trabajar la educación sexual en las aulas de los colegios navarros. Explico como hoy en día el alumnado necesita desarrollar su sexualidad de una forma natural y libre, teniendo la opción de obtener información en la escuela acerca de la salud sexual, el sexo, la orientación sexual, la sexualidad, la masturbación, el coito, la violación..., entre otros muchos. Además, destacó la importancia de un trabajo coordinado entre la escuela y las familias de las chicas y chicos. Este trabajo tiene como objetivo identificar todas esas necesidades que han estado durante mucho tiempo escondidas -no identificadas o no atendidas-, informar sobre la educación sexual indicando de manera correcta los conceptos que se deben manejar y cómo hacerlo, aportar información y material para los profesores y profesoras de primaria y, sobre todo, demostrar que la educación sexual debería de estar integrada en nuestro currículum educativo.

OBJETIVOS Y PREGUNTAS

Estos son los objetivos que quiero lograr al realizar este trabajo y las preguntas a las que quiero dar respuesta durante todo este proyecto.

OBJETIVOS

- Identificar la necesidad que tienen hoy en día los educadores/as de trabajar la educación sexual.
- Identificar las necesidades y los beneficios de trabajar la educación sexual
- Saber respetar e identificar el desarrollo de la sexualidad en los niños y niñas.
- Ofrecer material a los profesores/as para poder ayudar a los estudiantes en cualquier momento de su desarrollo sexual.
- Ofrecer información y ayuda a los niños y niñas para conocer sus cuerpos.
- Saber anticipar las dudas de los niños y niñas acerca de su sexualidad y sobre todo saber darles una respuesta correcta.
- Que el profesorado sea capaz de anticipar las dudas y cuestiones que sus estudiantes pueden tener para poder darles una respuesta a tiempo y enriquecedora.
- Que el alumnado sea capaz de ser crítico con la información que pueden obtener sobre la educación sexual.
- Que el profesorado sea capaz de saber cómo, cuándo y con quien trabajar la educación sexual con los niños y niñas.

PREGUNTAS

¿Por qué existe hoy en día la necesidad de trabajar la educación sexual en las aulas de primaria?

¿Cuáles son los beneficios de trabajar la educación sexual?

¿Cuándo deberían intervenir los profesores y profesoras en el proceso de desarrollo de la sexualidad en los niños y niñas?

¿Cómo ayudar a resolver las dudas de los estudiantes acerca de la sexualidad? ¿De

manera individual, en grupo?

¿Cuándo debería el profesorado hablar sobre sexo con los estudiantes? ¿Las familias deberían intervenir en este proceso?

¿Qué material e información debería ofrecerle al alumnado cuando estos están comenzando a conocer sus cuerpos?

¿Cuándo deberían usar los profesores y profesoras el protocolo para identificar las necesidades de la educación sexual?

¿Como verificar que la información que consigues los niños y niñas es cierta?

¿Cuándo, cómo y con quien trabajar la educación sexual en la escuela? ¿Qué tipo de educación sexual debería trabajarse?

¿Los intereses de los alumnos y alumnas son importantes a la hora de trabajar educación sexual?

¿Qué aspectos deberían tomarse en cuenta a la hora de ofrecer educación sexual?

¿Afectan las vivencias personales de los profesores/ras y padres y madres de los alumnos y alumnas a la hora de ofrecerles educación sexual?

MARCO TEÓRICO

En este apartado se recopila toda la información necesaria para tener una base a cerca de la educación sexual y para entender la necesidad de cómo incluir la educación sexual en nuestro currículum educativo y cuál sería el mejor procedimiento (protocolo).

SEXUALIDAD Y CONCEPTOS BÁSICOS

En este apartado explico que es la sexualidad y los conceptos básicos que deberían trabajarse en la educación sexual. Además, he creado un glosario para trabajar la educación sexual en la etapa escolar de primaria.

Glosario para trabajar la educación sexual en primaria.

En la columna de la izquierda se especifican los aspectos generales de la educación sexual

y en la columna de la derecha los términos que pertenecen a cada uno de los aspectos generales.

AUTORES DE REFERENCIA

En este apartado nombrare autores y las aportaciones de cada uno/a sobre el tema a trabajar.

*Puedes recomendarme si lo ves conveniente más autores a nombrar.

Hay muchos, prefiero que lo decidas tú.

MARCO LEGAL

En el apartado llamado marco legal cito las leyes que están relacionadas con la educación sexual, la sexualidad, el aborto, la violencia de género…

DESARROLLO DE LA SEXUALIDAD EN LOS NIÑOS (0-12 AÑOS)

En esta parte se explica detalladamente el proceso del desarrollo de la sexualidad en los niños de entre 0-12 años.

ABRAHAM MASLOW Y LA TEORÍA DE LA PIRÁMIDE DE LAS NECESIDADES HUMANAS

En este apartado se menciona la pirámide de las necesidades humanas y se relaciona con los temas abordados en el trabajo para los humanos; con la intención de justificar la necesidad de la ecuación sexual durante el proceso psicoevolutivo.

ORGANIZACIONES Y PROGRAMAS

En este apartado aparece una lista con organizaciones que ofrecen ayuda, orientación, materiales e información acerca de la educación sexual, la violencia de género, la transexualidad, las enfermedades de transmisión sexual, LGBTI..

- Gozamenez
- Aldezar
- Askagintza
- Yoar elkartea

- Emakumeari laguntzeko zentroak
- HIESaren aurkako batzordea
- Consejo de juventud Navarro
- EHGAM
- Gazte asanblada
- Cruz roja
- Gazte auzolan
- Gaztetxeak
- Hegoak
- IPES
- Kattalingorri
- EMAIZE
- NAIZEN
- HARROTU
- SARE
- Zabaldi
- Zurriburbu
- Osasunbidea
- SKOLAE
- Beldur barik

*¿Cuál es tu opinión acerca de las organizaciones mencionadas? ¿Destacarías alguna?

Incluiría alguna asociación de profesionales de Sexología. También la Sociedad Española de Contracepción (SEC), la Federación de Planificación Familiar de España (FPFE) y la Asociación de Educación para la Salud (ADEPS).

http://assex.es Asociación de Sexualidad Educativa de ámbito nacional, sin ánimo de lucro, formada por Psicólogos, Sexólogos, Enfermeros, Neuropsicólogos y Psicopedagogos.
Mencionaría a la OMS, al menos:
https://worldsexualhealth.net/resources/declaration-of-sexual-rights/
O la Unesco

https://en.unesco.org/news/en/hiv-and-aids/our-priorities-in-hiv/sexua-lity-education/international-technical-guidance-on-sexuality-educa

https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/recursos-trabajar-educacion-sexual/
https://gaptain.com/blog/iniciativas-sobre-educacion-sexual-en-el-colegio-en-espana/)

una última encuesta sobre jóvenes:

https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/ documentos/4113_d_relaciones-afectivas-y-sexualidad-en-laadolescencia.pdf

MATERIALES

En este apartado se presentan algunos de los materiales existentes para trabajar la educación sexual.

- Guía del sindicato LAB "Sexu heziketari buruzko gida Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleentzat"
- Materiales creados por Gozamenez
- "Baliabide eta gida dokumentala" material creado por el departamento de educación
- "Promocionando la salud sexual desde el aula" Osasunbidea
- "Skolae programa berdintasunean bizitzen ikasteko ibildiea" SKOLAE
- listado de libros y materiales para niños y niñas

*¿Que materiales recomendarías al profesorado de primaria?

Yo tengo publicadas varias cosas, por cierto, en euskera, hace algunos años y fue el primer programa que se hizo en euskera, incluía, diapositivas, videos…etc. Y varios libros para familias y profesorado. (en 1984 se hizo la primera edición y en 1994 la segunda actualizada)

- Mi primer cuento de educación sexual y afectiva. Elkar- GIE. San Sebastián, 1994. ISBN: 84-87126-90-1

- Mi primer libro de información sexual y afectiva. Elkar-GIE. San Sebastián, 1994 ISBN. 84-87126-89-8 Hay una edición en castellano, euskera y gallego
- Cuaderno de actividades de mi primer libro –I Elkar-GIE, San Sebastián. 1995. ISBN 84-8289-014-X Hay una edición en castellano, euskera y gallego
- Mi segundo libro de información sexual y afectiva. Elkar-GIE, San Sebastian. 1995. ISBN 84-8289-015-8 Hay una edición en castellano, euskera y gallego
- Cuaderno de actividades de mi segundo libro – II Elkar-GIE, San Sebastian. 1995 ISBN 84-8289-014-X Hay una edición en castellano, euskera y gallego

Los libros se complementaban con una colección de 12 videos en euskera, con una guía complementaria para su uso en casa y en la escuela. Estos vídeos fueron subvencionados por el Gobierno vasco.

DAFO

Explicación del método de evaluación DAFO.

.**Taula** AMIA Ebaluazio sistemaren taula

BARNEKO AZTERKETA	KANPOKO AZTERKETA
Ahulguneak	Mehatxuak
Indarguneak	Aukerak

PROTOCOLO

Explicación de que es un protocolo y para qué sirve.

DESARROLLO

APLICACIÓN DE DAFO

Aplicación de evaluación DAFO en los siguientes materiales:

- “Sexu heziketari buruzko gida Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleentzat” LAB
- “Baliabide eta gida dokumentala”

PROTOCOLO

Protocolo para identificar las necesidades y trabajar, así como proponer la didáctica adecuada para seguir en la educación sexual de primaria.

**¿Qué formato o apartados me recomendarías que tuviese en cuenta para crear el protocolo?*

Sería una buena idea aplicar una breve encuesta a familias y profesorado (también a menores sencilla) para detectar las necesidades de cada grupo.

CUESTIONARIO PARA JOSÉ LUIS GARCÍA

Concepto de educación sexual

Cuando nosotros hablamos de educación sexual nos referimos a diferentes intervenciones pedagógicas y didácticas que, desde un enfoque científico y profesional, tratan de incidir, de manera positiva y respetuosa, en la sexualidad y la conducta sexual de todas las personas, con el objetivo de conseguir una vivencia libre, enriquecedora, saludable y placentera, para quienes así lo deseen.

En el ámbito escolar, se trata, por tanto, de intervenciones programadas, sistemáticas, con unos objetivos específica referidos a la salud sexual y una metodología concreta, que se desarrollan, básicamente, en grupos de familias, jóvenes y profesionales. Estamos hablando, por tanto, no solo de evitar riesgos de salud sino, y, sobre todo, de promover una vida sexual placentera y saludable, para las personas que así lo deseen.

Otra cosa es el ámbito del hogar, donde las actuaciones son más de modelos educativos, es decir, del efecto que tienen las actitudes, valores y conductas del padre y de la madre y de la calidad de su relación, las 24 horas el día, con las/os hijas/os desde su nacimiento. Claro que hay muchas informaciones, conocimientos y diálogos, en todo ese tiempo, pero lo relevante aquí es la relación afectiva y el aprendizaje por imitación.

¿Por qué crees que existe la necesidad de trabajar la educación sexual en los colegios?

La sexualidad es una dimensión humana muy importante en el desarrollo de todas las personas, parejas a lo largo de la vida. Para que este sea saludable se requiere una serie de conocimientos y valores que permitan comprender el proceso y facilitar una vivencia positiva.

Además existe una educación sexual no formal, en internet, calle… que hace más urgente su implementación.

Hace ya varias décadas, nada menos que en 1975, la Organización Mundial de la Salud estableció los conceptos de sexualidad sana y salud sexual advirtiendo de la necesidad de prestar atención a esta área de nuestra salud que tienen que ver con la sexualidad y

la reproducción.

¿Para ti cuales serían los beneficios que proporcionaría una buena educación sexual a las niñas y niños de hoy en día?

Conocimiento del propio cuerpo y de las necesidades afectivas y de relación.

Contrastar con la información que adquirirán en internet y con amigos.

Prevención de numerosos riesgos reproductivos y sexuales.

Además:

a) La prevención, es decir evitar riesgos reproductivos: como el embarazo no deseado, el aborto o las infecciones sexuales y riesgos en la conducta sexual: por ejemplo, las disfunciones sexuales, parafilias, prostitución, abusos y agresiones sexuales, sexting, acoso…etc.

b) La promoción de la salud sexual o, lo que es lo mismo, que cada persona pueda, si así lo desea, tener una vivencia sexual placentera, saludable, divertida -que también es salud- y libre, a lo largo de toda su vida.

¿Crees que debería darse el trabajo cooperativo entre las familias y profesores a la hora de abordar temas como la sexualidad en la escuela? ¿Por qué?

Imprescindible, aunque extraordinariamente difícil de llevar a cabo. Y creo que cada vez es más complejo por la desidia social que hay hacia este tema. Hay además grupos sociales que están en contra radicalmente.

¿Crees que un educador/ra de primaria sería capaz de trabajar con sus estudiantes temas relacionados con la educación sexual?

Sin duda, con la necesaria formación. Podría y debería hacerlo porque la educación o es integral o no es educación.

¿Qué aspectos deberían tener en cuenta los profesores/ras a la hora de trabajar en el aula temas como la sexualidad, las enfermedades por transmisión sexual, el coito, el amor, la masturbación, la violencia de género…?

Criterios científicos, lo que dice la ciencia respecto a esos comportamientos.

Ofrecerles lo que yo llamo educación sexual profesional, ya que los menores y los jóvenes continúan abandonados a su suerte, informándose de los asuntos sexuales fundamentalmente a través de internet y de las películas porno.

¿Crees que las vivencias personales de los educadores/ras pueden afectar a la transmisión de conocimientos en este ámbito de la educación sexual? ¿Por qué? ¿Cómo deberían transmitir estos contenidos?

Es muy difícil la neutralidad, pero habría que esforzarse en no imponer los criterios y valores personales (adoctrinar). Hay valores universales: solidaridad, respeto, diversidad, empatía, responsabilidad que podrían perfectamente trabajarlos en el aula.

¿Cómo podrían ayudar los profesores/ras a sus alumnos a vivir su sexualidad libremente?

Ofreciéndoles conocimientos e informaciones científicas y trabajando los valores que he señalado. La decisión la tiene luego la persona.

¿Crees que en Navarra existe suficiente material didáctico para trabajar la educación sexual en los colegios?

Nunca hay suficiente. Es un tema que ha estado abandonado. Aun así, los materiales didácticos no es lo más importante.

¿Crees que hace falta un protocolo que de las indicaciones de como trabajar la educación sexual con los estudiantes de primaria? ¿Por qué?

Claro, como se hacen para otras materias y que, luego, el profesorado lo pueda adaptar a su situación particular. Dado que tienen poco tiempo, y no siempre motivados, debería ser muy específico y concreto. La formación es imprescindible.

¿Qué aspectos debería abordar un buen protocolo de educación sexual? ¿Qué apartados dirías que serían esenciales? ¿Cómo debería estar planteado para que abordase todas las necesidades de los estudiantes? ¿Por qué?

Yo sugiero que previamente haga un estudio de las necesidades e intereses de SU

ALUMNADO para conocer de primera mano aquello que le interesa. Luego los conocimientos científicos de la Psicología Evolutiva y, finalmente los programas que se están aplicando serían los tres factores que configurarían su intervención.

¿Es importante tener en cuenta las inquietudes y las dudas de los alumnos/as a la hora de trabajar educación sexual? ¿Por qué?

Hay que atender a sus necesidades reales. Si los programas se ajustan a sus intereses reales, son más exitosos.

OPINIONES, ASPECTOS A MEJORAR:

En este momento, un enfoque realista, debería considerar al menos estas cuestiones:

1 de una parte, el aprendizaje de los hechos sexuales se hace, en gran medida, a través de Internet y de modelos de conducta sexual obtenidos a partir del porno.

2 de otra, unas conductas sexuales clandestinas y furtivas asociadas muchas veces al consumo de alcohol y drogas. 3

3.En tercer lugar, un uso desmesurado y grosero del sexo por parte de la sociedad de consumo, que ha hipersexualizado casi todo, como reclamo para vender cualquier cosa. Numerosos programas de televisión comercializan vergonzantemente con las emociones afectivas y la intimidad sexual. Diferentes medios de comunicación se sirven del sexo para obtener beneficios, por ejemplo, a través de los anuncios de prostitución.

4. En cuarto lugar, la falta de legitimación de la sexualidad y de la información sexual por parte de los progenitores.

5La quinta variable es la ausencia de educación sexual adecuada en los centros escolares y, paradójicamente, la aparición de broncas y polémicas cuando se pretenden implementar programas educativos sobre sexualidad, como hemos mostrado en diferentes publicaciones.

Estas cinco realidades acaban configurando un escenario que favorece la proliferación de diferentes riesgos en la salud sexual y reproductiva de las/os adolescentes.

III. Eranskina. Heziketa sexualaren beharrak identifikatzeko protokoloa eta erantzun gida.

HEZIKETA SEXUALAREN BEHARRAK
IDENTIFIKATZEKO PROTOKOLOA ETA **ERANTZUN GIDA**

1.BEHARREN IDENTIFIKAZIOA

BEHARREN/EZAGUTZEN IDENTIFIKAZIOA:
Ikaslegoaren **ezagutza maila**, zalantzak, interesak, kezkak eta abar **identifikatu** ahal izateko **GALDETEGIA**.

GALDEREN EMAITZAK HEMEN KOKATU:
Ikasleen erantzunak bildu eta beheko taulan agertzen diren zein alderdietan gabeziak dauden identifikatu.

ALDERDI PSIKOBIOLOGOIKOA	• Emakumea • Genitala • Gizona • Gorputza • Ginekologia	• Haurdunaldia • Menstruazioa edo hilekoa • Orgasmoa	• Sexua • Sexu bidezko gaixotasunak • Ugalketa • Ugal aparatua
ALDERDI SOZIO- AFEKTIBOA	• Gune erogenoa	• Harreman sexuala • Heziketa sexuala	• Sexualitatea
ALDERDI SOZIO KULTURALA			

	• Feminitatea • Generoa	• Genero identitatea • Identitate sexuala	• Pornografia • Maskulinitatea

ALDERDI BIOPSIKOSOZIALA	• Autoestimua • Autoezagutza • Desira sexuala	• Erakarpena • Erotika • Exitazioa edo kitzikapena	• Plazera • Masturbazioa • Transexualitatea

Galdetegia beraz, orientazio materiala izango da irakasleentzako. Hemendik abiatu beharko dira heziketa sexuala haien ikasleekin modu profesional eta praktiko batez landu ahal izateko.

2.IKASGELARAKO ANTOLAKUNTZA-NEURRIAK	**IKASGELARAKO ANTOLAKUNTZA-NEURRIAK:** a. Ikaslegoaren **ezaugarriak** kontuan izanda, irakaslegoaren prestakuntza, **informazio zientifikoaren bilketarako** GALDETEGIA. i.Ikasleen adina i.Ikasleen garapen sexuala) / “Desarrollo psicosexual” euskaratutako laburpena. i.Aurrezagutzak (kontzeptuala, sozialak, heziketakoak -pedagogikoak-, etab..) .Ikasleen heziketa sexualaren informazio iturri nagusiak (Pornografia, Interneta) b. Irakasleen prestakuntza: v. Informazio zientifiko eta profesionala lortu: 1. Egileak 2. Legedia 3. Erakundeak 4. Baliabideak Materialak 5. Jarraitu eta kontuan izan beharreko irizpideak
3.ESKU-HARTZEAREN PLANGINTZA	a. Noiz b. Non c. Nola d. Zer - landu beharreko gaiak i.Gorputzaren ezagutza eta behar afektiboak eta harremantzeko beharra. i.Ikasleek lortutako informazioaren ebaluazio eta azterketa kritikoa (ezagutza profesional zientifikoak vs lagunengandik zein internetengandik lortutako informazioa) i.Prebentzioa (Ugalketa -sexu arriskuen prebentzioa) e. Norekin (elkarlana: familia-ikastetxea-ikaslea)

4.ESKU-HARTZEA EBALUAZIOA	**a.** Jarraipena Ikaslegoaren **ezagutza maila**, zalantzak, interesak, kezken garapena ebaluatzeko **GALDETEGIA**. b. Ikastetxean heziketa sexualerako hobekuntza proposamenak Irakaslegoa ebaluazio txostena egiteko eta proposamenak biltzeko **GALDETEGIA**.

PROTOKOLOARI DAGOKION EDUKIA

ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA

Emakumea: Emakumea edo, Ipar Euskal Herrian, emaztea gizaki emea da. Bereziki emea heldua denean erabiltzen da terminoa[1] eta *neska* izaten da haurtzaro eta nerabezaroan erabiltzen den izena.

Genitala: Organo sexuala. Emakumezkoen organo genitalak, obulutegiek, bulbak, falopio tronpek, umetokiak eta baginak osatzen dute. Gizonezkoen organo genitalak berriz, bi barrabilek, epididimosak, hodi deferenteak eta hodi eiakulatzaileek (prostata, uretra eta seminal besikula) osatzen dute. Gizonen kanpoko genitalak berriz barrabil-zorroak duen barrabilez eta zakilaz osatuta dago.

Gizona: Gizona gizaki arra da. Oro har, gizon hitza gizaki ar heldua izendatzeko erabiltzen da, eta heldugabeez aritzeko mutil erabili ohi da. Bestalde, gizon hitzak erabilera orokorragoa dauka zenbaitetan, eta gizateria osoa adierazteko ere erabil daiteke. Gizaki hitza bera gizon hitzarekin erlazionatuta dago.

Gorputza: zaki bizidunetan gorputza atal fisikoari deritzo. Gizakietan batez ere, gorputza arimarekin, pertsonalitatearekin eta jarrerekin erlazionatzen da. Bakoitzak bere gorputza du eta beraz, bere gorputzaren jabe da.

Ginekologia: Ginekologia emakumeen ugaltze-aparatuarekin lotutako gaixotasunetaz arduratzen dena espezialitate medikoa da. Ginekologoak dira esparru honetako espezialistak. Ginekologiarekin batera obstetrizia izeneko medikuntza adarra ere bada, emakumearen haurdunaldiaz, fetoaz eta erditzeaz arduratzen dena. Abortuari dagokionez ere ginekologoak dira prozesu horretaz arduratu behar diren espezialistak.

Haurdunaldia: Emakume batek orokorrean bederatzi hilabetez umetokian ume bat garatzen duen prozesua da, eta ondorioz, emakumeak aldaketa fisiologikoak jasaten ditu. Emakume batek eta gizon batek harreman sexualak izatean eta haien espermatozoide eta obuluak Umetoki-tronpan elkartzen badituzte, espermatozoideak obulua ernalduko du eta zigotoa sortuko da. Enbrioia sortzen den momentuan, umetokira jaisten da eta momentu horretatik aurrera, enbrioi dena ume bihurtuko da. Bi partaideak emankorrak badira, prozesu honek ez luke urtebete baino gehiago iraun beharko. Halere,

antzutasuna izatea gerta daiteke, hau da, MOEk (Munduko Osasun Erakundea) dioenez, antisorgailuak erabili gabe haurdun geratzeko ezintasuna. Kasuei erreparatuz, irtenbideei dagokionez, badira zenbait: Intseminazio artifiziala edo proba genetikoak.

Menstruazioa edo hilekoa: Menstruazioa edo hilekoa da karena duten ugaztun emeek hilero baginatik izaten duten odol-jarioa. Obulua obulutegitik kanporatu eta ernaltzen ez denean gertatzen da. Hilekoaren zikloaren azken faseetan, obulazio ostekoetan, gertatzen da odol-jarioa, endometrioa askatzen denean.
Gizaki emeen —emakumeen— kasuan, menstruazio bateko odol-jarioa gutxi gorabehera 40-50 ml artekoa izaten da, eta odolez, endometrio-ehunez eta baginako bestelako jariakinez osatuta dago. Jarioaren iraupena hiru eta zazpi egun artekoa izaten da.

Orgasmoa: Giza sexualitatean, orgasmo deritzo sexu-kitzikapenaren puntu gorenari dagokion erantzun fisiologikoari. Aurretik metatutako tentsio sexuala askatu, eta sexu-atsegin sentsazioa izaten da genitalen inguruan. Orgasmoa gertatzen den bitartean, taupadak eta arnasketa maiztasun eta intentsitate handienera iristen dira. Era berean, gihar-tentsio handia eta uzkurtzeak gertatzen dira uzkiaren eta genitalen inguruan. Gizonezkoetan isurketa gertatzen da, eta emakumeetan ere, kasu batzuetan, G puntuarekin lotuta egon daitekeen orgasmo likidoa gerta daiteke. Erantzun fisikoaz gain, askotariko erantzun emozionalak ere gertatzen dira, zeinek intentsitate handiko plazeraz gain, oihuak, lantua edo irria eragin dezaketen.

Sexua: Sexua gizon edo emakume izatera eramaten gaituen prozesua da.
Biologiaren ikuspegitik sexua ugalketarako prozesuari erreferentzia egiten dio. Prozesu honetan jaio behar den haurraren sexua definitzen da, harra edo emea. Baina gizakiengan sexua ez da soilik ugalketara mugatzen, izan ere, gizakiak sexua praktikatzen baitugu plazera lortzeko.

Sexu bidezko gaixotasunak: Sexu-transmisiozko gaixotasuna edo sexu bidez transmititutako gaixotasuna (STG) harreman sexualen bitartez harrapatzen den gaitz infekziosoari deritzo. Gaixotasun hauen hedapenean eramaileek (hots, infektatuta dauden pertsonak eta gaitzaren sintomak ez dituztenak) eginkizun oso garrantzitsua jokatzen dute, jende asko kutsatu baititzakete harreman sexual ugari badituzte.

Ugalketa: Ugalketa organismo berrien sorkuntza da, aldez aurretiko organismoetatik abiaturikoa (Harluxet, 2020). Ugalketak espezieen iraupena ziurtatzen du eta bizidun guztien ezaugarri karakteristikoenetarikoa da. Modu nagusi bi erakusten ditu: ugalketa asexuala eta ugalketa sexuala.

Ugal aparatua: Ugal-aparatua, ugaltze-aparatua edo ugaltze-sistema organismo baten sexu ugalketarako elkarrekin lan egiten duten organoen sistema bat da. Ugaltze funtzio horretaz gainera, gizakiek askotan plazera sortzeko erabiltzen dute.

PROTOKOLO RA ITZULI / Ald. Psikobilologikoa.

ALDERDI SOZIO-AFEKTIBOA

Gune erogenoa: Gure soina sexuduna da. Pertsonek, oinetatik burura larruazal sentikorra dugu; horri esker sentitzen dugu eta sentiarazten dugu. Prestatuak gaude gorputzetik gorputzerako ukipen eta komunikaziorako.
Gure soinean badira sexualki oso sentikorrak diren guneak, plazer sentsazioa eman dezaketen nerbio-bukaera asko dituztenak; horiei deitzen diegu gune erogenoa. Pertsona bakoitzari galdetuko bagenio, eta emaitzak bilduko bagenitu, ikusiko genuke gorputz osoa dela gune erogenoa: burua, belarriak, bularra, sabela, uzkia, alua, klitoria, zakila, barrabilak, hankak, oinak... Segun eta zein den esperientzia, gustuak, unea, hartu-emana, irudimena… Gure garuna alderdi oinarrizkoa eta garrantzitsua da gure desira sexualean. Funtsezkoak dira halaber plazera sortzen diguten gure estimulu eta esperientziak. Oroitzapenek, izandako esperientziek eta fantasiek kitzikapena eragin dezakete eta plazeraren ateak irekitzen lagundu.

Harreman sexuala: Hasi desberdinak diren gorputzetatik, gustu desberdinetatik, estimulu desberdinetatik, eta iristen gara plazera ematen ahal diguten praktika sexualen aniztasunera. Gure gorputzak deskubritu, esploratu eta bizitzen ditugu beste gorputzekin ditugun hartu-emanetan. Badira praktika sexual asko aukeran: laztanak, musuak, masaiak... Horien artean, koitoa ere badago: koito orala, baginala eta anala. Funtsezkoa da praktika horiek ezagutzea, erabaki ahal izatea egin edo ez, zein praktika, noiz eta norekin. Sexu jarduera hastea norberaren erabakia da, eta aldatu egiten ahal da denborarekin. Beti errespetatu behar den erabakia da. EZETZ da EZETZ. Elkar ongi tratatu, zaindu eta komunikatuz gero, harremanak atseginak izanen dira. Preserbatiboa erabiltzea edozein koito motatan oinarrizkoa da sexu-transmisiozko gaixotasunak eta nahi gabe haurdun gelditzea ekiditeko.

Heziketa sexuala: Sexu heziketaz hitz egitean, esku-hartze pedagogiko eta didaktiko desberdinak gain hartzen dira, beti ere ikuspegi zientifiko eta profesional batetik abiatuta, errespetuz eta modu positiboan pertsona guztien sexualitatean eta portaera sexualetan eragina izan dezaten, ikasleentzako aberasgarria, osasuntsua eta atsegina den esperientzia lortzeko helburuarekin. (Sexo, poder, religion y politica. José Luis Garcia, 2019)

Sexualitatea: Sexualitatea gizakiaren bizitzaren alderdia da, besteak beste, sexua, erotismoa, plazera edota ugalketa barne hartzen dituena. Heteropatriarkatuak inposatu duen giza-sexualitate ereduaren ondorioz gizonen eta emakumeen sexualitatearen garapenean eta bizipenean ezberdinkeriak daude. Sexualitatea sexu bakoitzaren bereizgarri diren ezaugarri anatomikoen, fisiologikoen eta psikologikoen multzoa da. Gizabanakoaren izaera osatzen duten ataletako bat da, eta pertsonen arteko afektibitatea eta komunikazioa adierazteko modu bat. Sexu organoen eginkizunari (heldutasun sexualari, beraz) lotu zaio luzaroan sexualitatea, baina Freudek, bere ikerketen ondorioz, bestelako oinarri batzuk ezarri zituen sexualitatea aztertzeko:
Sexu bizitza ez da nerabe aroan hasten, jaiotzetik denbora laburrera baizik.

Sexu senak ez du, nahitaez eta beti, beste sexukoengana jotzen, sen hori sexu berekoenganakoa, norbereganakoa edota animalienganakoa ere izan baitaiteke.

Sexualitatea (sexuari dagokiona, alegia) eta sexu organoei lotutako jarduera ez dira gauza bat eta bera, zabalagoa baita sexualitatearen esparrua sexu organoen jarduerari dagokiona baino.
Bizitza sexuala, berez, atseginari lotua da. Sexualitatearen muinean, hortaz, atseginaren bilaketa dago, eta ez ugaltzea (bigarren hau beste haren ondorio fisiologikoa, eta ez ezinbestekoa baino ez baita).

Karmele Gurrutxaga sexologoak esaten duenaren arabera “Sexualitatea gure gorputzarekin dugun harremana izango litzateke. Emakume nahiz gizon izanda nola bizitzen dudan nire gorputza, nire emakume-gizon izatea. Beraz, hainbat pertsona, hainbat sexualitate. Horregatik, sexualitate hitza erabili beharrean, sexualitateak erabiliko dugu. Bakoitzak gure gorputza bizitzeko modua dugulako, eta gure gorputza, bizitza aldatzen den heinean aldatzen delako”.

PROTOKOLO RA ITZULI / Ald. Sozio-afektiboa.

ALDERDI SOZIO KULTURALA

Feminitatea: Feminitatea emakume eta haur emeek dituzten eta horiei lotzen zaizkien, hots femeninoak diren, ezaugarri, portaera eta gizarte rolen multzoa da. Aldi berean, modu biologikoan eta sozialean definituriko faktoreak biltzen ditu.

Generoa: Genero kontzeptuak maskulinotasuna eta femeninotasuna eraikitzeko prozesu psikosozialari egiten dio erreferentzia. Prozesu hori pertsona baten sexua zein den jakiten denean hasten da -sarritan, jaio baino lehen-, eta sozializazio prozesuaren bidez eraikitzen da, pertsona horren izateko, sentitzeko, eta jarduteko era markatuko duen rol bat esleitzen zaionean.
Generoa da pertsonak sailkatzeko irizpide nagusia.

Generoa testuinguru kultural, sozial, politiko eta ekonomikoaren araberakoa da, eta gizon nahiz emakumeei ezarritako portaera eta funtzioek erakusten dute.

Genero identitatea: Femenino eta maskulino eraikuntza sozial horri egiten dio erreferentzia genero identitatea kontzeptua. Sexu bakoitzari dagozkion jarduerei ere erreferentzia egiten die, zein objektu, leku, kolore hartzen dira femeninotzat eta zein maskulinotzat; jokabide-arauak, emakume ala gizon moduan ondo ari garen jakiteko eta gizarte baten berezko genero estereotipoak.

Identitate sexuala: Identitate sexuala, barne bizipen intimoa da. Hau da, pertsona bakoitza aske da erabakitzeko norekin partekatzen duen edo ez bere joera sexuala. Beste hitz batzuekin esanda, identitate sexuala pertsona bakoitzak bere ezaugarri fisiko eta biologikoei buruz egiten duen ebaluazioaren arabera, gizona edo emakumea sentitzeari dagokionez duen hautemateari erreferentzia egiten dio. Guztiok gizaki sexuatuak gara; hau da, bizitzan zehar sexuatuz goaz etengabeko prozesu bat eraikiz. Prozesu honetan, alde kritikoak egon daitezke. Sexuazio prozesua honen emaitza biografia sexuala da, zeinaren bidez identitateari dagokionez gu non kokatzen garen jakin dezakegu. **Pornografia:** Eduki sexual esplizituaren irudia, filma, errepresentazioa edo idazkera da.

Maskulinitatea: Maskulinitatea gizonekin lotzen diren portaera, jarrera eta rolen multzoa da. Maskulinitatea eraikuntza sozial eta sinboliko bat da, eta ondorioz bereiztu egin behar da alde batetik maskulinitatea, eraikuntza sozial gisa, eta bestetik, gizonaren sexu biologikoa.

ALDERDI BIOPSIKOSOZIALA

Autoestimua: Autoestimua pertsonak bere buruari buruz egiten duen balorazioa da, bere buruaren autokontzeptuarekin duen errespetua. Bada, halaber, autoestimu kolektiboa, pertsonak bere gizataldeari buruz duena. Hiru osagai ditu: osagai kognitiboak pertsonak bere buruari buruz egiten duen definizioa errealitatearekin loturik dagoen finkatzen du eta positiboa denean ez lieke porrotei garrantzi handiegirik eman beharko; osagai emozionalak, berriz, pertsonak bere burua zenbateraino maite duen ezartzen du; azkenik, osagai konduktualak autoestimula portaerarekin lotzen du, pertsonak erabakiak hartu eta aurrera eramateko gaitasuna duen adierazi, eta ez lituzke pertsonaren ahalmenak gutxitu edo hanpatu beharko.
Autoestimua funtsezkoa da pertsonak egoera problematiko eta zailei aurrera egiteko; aldi berean, egoera zail horietatik sortutako porrot eta sufrimenduak eragina izan dezake autoestimuan, ondoren etor daitezkeen egoera horiei aurre egiteko ahalmena gutxituz. Horregatik da garrantzitsua estresaren eta porrotaren kudeaketa pertsonal egokia. Beste alde batetik, gehiegizko autoestimua edo autoestimu positiboegia kaltegarria ere izan daiteke, porrotaren onarpena zaildu egin dezakeelako; frogatu da gainera autoestimu handiegiko pertsonek problemak izaten dituztela besteekiko harremanetan.

Autoezagutza: Nork bere gorputza ezagutzeko prozesua zein ekintzak.

Desira sexuala: Desira sexuala emozio bat da, bulkada bat, besteekin hartu-eman intimoa izatera mugitzen gaituen indar bat. Pubertaroan hasten gara hori sentitzen eta bizi guztian irauten digu. Motibatzen gaitu intimitatea, maitasuna, gorputzen arteko ukipena partekatzera, harreman afektibo eta sexualak izatera, disfrutatzera, plazera sentitzera, azken batez, ongi pasatzera. Intentsitate desberdinak izaten ahal ditu, eta toki desberdina hartu gure bizitzetan. Desira sexuala sentitzen ahal dugu norbait ikustean, elkar ukituz egotean, irudikatzean, oroitzean. Bat-batean ere agertzen ahal da, gure gorputzak estimulu baten aurrean erreakzionatzean. Baditugu hainbat aukera desira hori asetzeko: beste pertsonekin sexu-jokabideak izanda, edo gure buruarekin, edo atzeratu ere egin dezakegu. Egin ezin duguna da hori deuseztatu edo desagertarazi.

Erakarpena: Erakarpenak berekin dakar desira sexuala. Pertsona jakinei zuzentzen zaie; hau da, jada jartzen diogu aurpegi bat, izena… Erakarpena desioaren mendekoa da, ez bakarrik desiotik hartzen duelako energia, baizik eta erakartzen zaituena delako desiraren joerarekin bat egiten duena: estimulu heterosexualak, homosexualak edo bisexualak. Erakarpena aurretiaz programaturiko eta gizartean ikasiriko beste faktore batzuen mende ere badago. Erakarpen ereduen eraikuntzaren azpian dauden mekanismo sozialak eta psikologikoak ezagutzeak eta haiek erlatibizatzeak, duten balioa ukatu gabe, lagundu diezaguke beste pertsona batzuekiko erakarpena sentitzen, eta onartzen beste pertsona batzuentzat erakargarriak izan gaitezkeela, askatasun handiagoarekin. Desiraren joerak erreferentzia egiten dio sexualki erakargarri zaizkigun pertsonekiko estimulu motari. Horiengana bideratzen da gure interes sexuala eta horiekin ditugu edo izan nahiko genituzke jokabide sexualak. Sexu-joera ez da aukeratzen. Baina bai aukeratzen dugu nola agertzen eta adierazten dugun. Badira bere sexu bereko pertsonekiko erakarpena sentitzen dutenak. Badira sexu desberdineko pertsonekiko erakarpena sentitzen dutenak, bai eta bi sexuekiko erakarpena sentitzen dutenak ere. Bizipen eta adierazpen aniztasun handia dago.

Erotika: Desio sexuala, irudimena eta sugestioa erabiliz sortarazten duena; sexualki kitzikagarria.

Exitazioa: Kitzikapena, kitzikadura edo narritadura libido edo sexu-gogoa piztearen ondorioa da, sexu harremana izan baino lehen. Kitzikapenak eragin fisiko narbamenak ditu gizon eta emakumearen kasuan. Gizonaren kasuan, zakila handitu, gogortu eta tentetu egiten da, eta emakumearen kasuan, bagina zabaldu eta busti eta titiburuak gogortu egiten dira. Erreakzio fisiko hauen helburua gizona eta emakumea sexu-harreman eta koitorako prestatzea da. Bestelako eragin fisikoak ere badakartza kitzikapenak, bihotz-maiztasuna gehitzea esaterako. Kitzikapen-egoerara heltzeko musuak, laztanak eta bestelako sexu jolasak behar izaten dira, pizgarri moduan.

Plazera: Atsegina edo plazera izaki bizidun batek sentitzen duen sentsazio betegarri eta positiboa da, lasaitasuna, alaitasun eta zorionezko emozioak eragiten dituena.

Masturbazioa: Nork bere buruarekin, bere gorputzarekin, plazera lortzea, gehienetan buruan norbait (benetakoa edo birtuala) duelarik, amets egiten, desiratzen eta kilikatzen. Masturbazioa ez da ez ona ez txarra; bizipen subjektiboa da, baina gehienetan atsegina, gozagarria. Aukera ematen dizu zeure gorputza ezagutzeko, zer gustatzen zaizun eta nola jakiteko. Masturbatzeko arrazoi asko dago: lagundu egiten digu geure gorputza ezagutzen, esperimentatzen (esperientziak bizi eta esperimentuetan aritu), lasaitzen, lo goxoa egiten; entretenigarri ere ematen digu, haserrea eta hilekoaren mina kendu, fantasiaz betetzen digu burua… Mutilek kanpaia jotzen dute eta neskek, berriz, hatzak darabiltzate. Mutilek, zakila estimulatzeko, eltzagorrari bezala eragiten diote. Neskek klitoria ukitzen dute, zirkulu edo pendulu mugimenduak eginez.

Transexualitatea: Transexualismoa edo transexualitatea, pertsona batek jaiotzerakoan esleitu zaion sexu eta bere genero identitatearen artean desadostasuna sortzen duen egoera da. Haien burua, bizitzak ezarritako sexuaren kontrako bezala ikusten dituzten pertsonak dira eta gehienetan haien ongizaterako sexu aldaketa prozesu batetik pasa behar dira. Beraz, pertsona transexual batek jaiotzerakoan genitalak begiratu ondoren sexu okerra suposatu zitzaien pertsonen egoera da. Hots, bulbarekin jaiotako gizonak eta zakilarekin jaiotako emakumeak. Pertsona baten sexua jaiotzerakoan esleitu zitzaionarekin bat ez datorrela adierazteko erabiltzen den kontzeptua da.

PROTOKOLO RA ITZULI / Ald. Biopsikosoziala.

IKASGELARAKO ANTOLAKUNTZA-NEURRIAK

a. ii) Ikasleen garapen sexuala / “Desarrollo psicosexual” euskaratutako laburpena. https://nanopdf.com/download/desarrollo-psicosexual-0-6-aos_pdf

Ondorengo lerroetan Haur Hezkuntzatik hasita Derrigorrezko Bigarren Hezkuntza arte, ikasleek bizi duten sexualitatearen garapenaren inguruko informazioa azaltzen da.

Sexualitatearen garapena (0- 12 urte bitarte)
Ondorengo lerroetan haurren garapen psikosexualaren prozesua azaltzen da, hezitzaileentzako heziketa sexualaren beharrak identifikatzen eta sexu heziketa aplikatzen lagunduko duen informazioa izanik.

Haur Hezkuntza (0-6 urte)
"La vida sexual del ser comienza el mismo día de su nacimiento y acabará el de su muerte" (Dallayrac, 1972)

Aho fasea (0- 1-1,5 urte)

Aho fasea haurra jaiotzen denetik urte bat izateraino irauten duen fasea da. Prozesu honetan ahoa izango da haurraren gune erogeno nagusia. Adin honetan haurrak hiru jarduera nagusiki errepikatuko ditu; hatz lodiaren xurgapena, zurrupaketa eta hozka egitea. Umea ahoaren bitartez jartzen da munduarekin harremanetan, horregatik, munduko objektuak identifikatzeko eta ezagutzeko ahoa erabiliko du eta gainera plazera sentituko du. Aho fasearen ezaugarria ere bada umeak garatzen duen konfiantza sentimendua. Haurrak prozesu honetan izango duen behar nagusiena elikagaia lortzea izango da esperientzia sexuala eta plazera emango diona.

Fase anala (1,5-3 urte)

Fase honetan haurraren sentsibilitatea mukosa analean, aho plazerean eta esfinterraren kontrolean kokatzen da. Umeak plazera sentituko du kaka egitean, garbiketa sentsazioa lortzean. Gainera, autonomia eta konfiantza garatzen hasiko da. Denboraldi honetan haurrak bere gorputza ezagutzeko beharra agerian utziko du, bere organo genitalak manipulatuko dituelarik, hasieran kuriositatea dela eta, gero plazera lortzeko.

Fase falikoa (3-6 urte)

Hiru urteko epe honetan gune erogenoak organo genitalak izango dira batez ere. Zakila mutilen kasuan eta klitoria nesken kasuan. Garai honetan haurraren interes sexuala piztuko da lehenengo aldiz. Kuriositate horrek bultzatuko du haurra esperimentazio handira, horrela organo genitalak plazera ematen dutela ikasiz. Aipatutako kuriositateak ere bide emango dio sexuen arteko desberdintasunak ezagutzeko. Hori lortzeko jokua eta genitalen erakusketa gauzatuko du haurrak. Garrantzitsua da haurrek etapa honetan atentzioa berenganatzeko beharra dutela aipatzea.

Fase falikoan helduen jarduera sexualenganako sentsibilitate berezia garatzen du haurrak. Hori dela eta, oso garrantzitsua izango dira helduek haurrarenganako duten iritzi eta jarduerak. Haurra imitazioz ikasten du batez ere adin tarte honetan, horregatik helduak erreferente onak izan behar dira. Bide batez sexua ezkutatu behar ez den gauza dela ikas dezaten eta haien sexualitatea modu natural eta positibo batean garatu dezaten.

Etapa honen bukaeran haurra genero identitatea berenganatuko du. Hau da, berarekiko kontzientzia garatuko du, emakume edo gizona den identifikatzeko eta sentitzeko gai izanik.

Interes guneak

Denboraldi honetan bi maila bereiz daitezke: Lehengoak gurasoen konpetentziari erreparatzen dio. Bigarrenak, aldiz, eskolaren esku-hartzea du ardatz nagusi (beti ere gurasoekin elkarlanean arituz).

Aipatutako bigarren maila honetan haurra gorputz itxurarengatik eta sexu identitatearengatik kezkatuta agertzen da. Hori dela eta, haurra bere gorputzean zentratuko da, bere atalak eta hauen funtzioak aztertzeko nahiarekin. Halaber, nesken eta mutilen gorputzen arteko desberdintasunenganako interesa ere adieraziko du umeak. Oso garrantzitsua izango da momentu honetan haurrek anatomia sexualaren inguruko alderdiak eta hiztegia ondo kontrolatzea eta ondo erabiltzen ikastea. Sexualitate aniztasuna, pertsonen askatasuna eta berdintasuna momentu honetatik zer den ulertzeko, lantzeko eta arazo asko ekiditeko.

Garrantzi handia izango du etapa honetan gorputz higienea eta norberaren gorputzaren zainketa lantzea. Gainera, rol sexualak malguak izan daitezkeela eta haurraren sexualitatearen garapen naturala eta positiboa bermatzeko, gurasoen, eskolako kideen eta hezitzaileen arteko lankidetza sustatu behar da.

Garapen psikosexuala

Afektuen munduan murgilduko da haurra momentu honetan. Oso garrantzitsua izango da haurrarentzako sentimendu desberdinak esperimentatzea eta identifikatzen jakitea. Momentu hau eskolan, elkartasun, kolaborazio, laguntza eta enpatia bezalako sentimenduak lantzeko momentu aproposa da.

Adin honetan haurrak nondik datorren jakin nahiko du. Horregatik, garrantzitsua izango da haurrari emango zaizkion azalpenak gurasoen arteko maitasunarekin eta errespetuarekin lotzea eta informazio zientifiko eta profesionala izatea.

Lehen Hezkuntza (6-12 urte)

Latentzia fasea (7-10/12 urte)

Latentzia fasean ez dago nagusitzen den gune erogenorik eta epe lasaia bezala kontsideratzen da. Hala ere, horrek ez du esan nahi haurrak dituen sexualitatearen inguruko kezkak desagertu direnik. Gertatzen dena beste gauza batzuenganako kezkak eta interesa nagusitzen direla da.

Denboraldi honetan haurrengan oreka psikologikoaren garapena ematen da, neurri batean haurrek izaten dituzten harremanek eraginda. Harreman hauetan, jolasaren bitartez batez ere, diskriminazio sexuala agerian geratzen da.

Garrantzitsua da haurrak prozesu honetan amodio eta sentimenduz beteriko harremanak izaten dituela jakitea, askotan harreman hauek bere sexu berdineko pertsonekin direlarik. Zenbait adituren ustez, adin honetan definitzen da haurraren orientazio sexuala. Gainera, etapa honetan haurrak maskulinitatea eta feminitatea zer diren ikasten du, batez ere helduak behatzearen ondorioz.

Aditu askorentzako pubertaroa baino lehenagoko aldi edo etapa bat existitzen da 10-12 urte bitarte ematen dena.

Pubertaroa baino lehenagoko aldia

Etapa honen ezaugarri nagusi izango da aldaketa fisiologikoak (organo sexualen garapena) eta aldaketa psikologikoak. Aipatzekoa da etapa honetan agertzen den afektibitatearekiko desoreka eta erreakzio kontrajarriak.
Bi urte irauten duen epe honetan harremanen garapena aurrera jarraitzen du eta hori horrela izanik haurrak bere sexu bereko pertsonekin elkartzea nahiago duela nabari daiteke, honek bere identifikazio sexualari laguntzen diolako. Hala ere, honek ez du esan nahi sexu desberdineko kideekin elkartuko ez denik, soilik nagusitzen den joera bat da.

Hezitzaileen lana oso garrantzitsua izango da epe honetan gizarteak sexu bakoitzari inposatutako rolen apurketa eta ikasketa kontzientea eta zuzena haurrari eskaintzeko. Hezitzaileak haurrari rol irreal horiek identifikatzen, aztertzen eta apurtzen lagundu diezaioke, berdintasunean eta aniztasunean oinarritutako praktikak bultzatuz, eta beti ere, haurraren parte hartze aktiboa bilatuz.
Hezitzaileek 6-9 urte bitartean haurrekin 3-6 urteekin landutakoa lantzen jarraitu dezakete baina sakonago, gero 10-12 urte dituenean bigarren hezkuntzako gaiak jorratzen hasi ditzaketen bezala. Komenigarria da bigarren hezkuntzako gaiak 12 urte bete baino lehen lantzen hastea, batez ere, haurrek sexu heziketa goiztiarra aldarrikatzen dutelako eta honen beharra adierazten dutelako Lehen Hezkuntza zikloaren hasieratik.
Bigarren Hezkuntzara pasako diren ikasle gehienak hezkuntza ziklo honetara iristean proposatutako gaien inguruko oinarri teoriko edo oinarrizko ezagutza izango dute.

Adin honetan ikasleek dituzten gorputz irudiaren, identitate sexualaren eta gizakiaren anatomia eta fisiologiaren inguruko ezagutzak egokiak eta ugariak izango dira. Hori horrela izanik ikaslegoa organo genitalak, barrukoak eta kanpokoak, gizonezkoak eta emakumezkoak bai anatomikoki bai fisiologikoki definitzeko gai izango dira. Aipatzekoa da, etapa honetan nerabezaroarekin harreman zuzena duten alderdiek garrantzia handia izango dutela ikasleentzat, hala nola; lehenengo eiakulazioak mutilengan, menarkia neskengan, hilekoa, gorputz aldaketak eta abar. Ahaztu ezin den gaia gizakiaren erantzun sexuala izango da, beharrezkoa izango baita gerora ikasi edo aztertu beharreko esperientzia sexualen egoeren ulermenerako. Bigarren Hezkuntzan hezitzaileek hiztegi aproposa erabili beharko dute, zientifikoa eta profesionala den hiztegia alegia. Kontuan hartu beharreko beste alderdi bat ikasleekin irudi pertsonalaren onarpena eta autoestimua lantzea izango da.

Egia da neskak eta mutilak adin honetan aurka egon ohi direla, beraz haiekin sexuen arteko diskriminaziorik egon behar ez dela landu beharko da. Horrek identitate sexualen onarpena ekarriko du. Modu berean, gazteek sexuarekiko gizartean ematen diren egoera diskriminatzaileak hautematen ikasi eta landu beharko dute.

Afektibitateari dagokionez, ikasleek gainontzeko pertsonekin sortzen diren harremanen esanahia eta lotura afektibo desberdinak hautematen eta bereizten ikasten hasiko dira, adibidez, laguntasun harremana, bikote harremana, etab. Autonomia pertsonala garatzen hasiko dira gainera, hori dela eta, garrantzitsua izango da partaide izatearen sentimendua garatzea. Hau da, ikasleak familia baten parte, lagun talde baten parte, eskola komunitate baten parte direla sentitzea.

Laguntasun harremanen balorazio positiboek eta kooperazioarekin eta besteei laguntza eskaintzearen ondoriozko balorazio onek, garrantzia handia izango dute gazteentzat adin tarte honetan. Bigarren Hezkuntzara igaro beharreko ikasleak gizakiaren jatorriaren inguruko informazio osatua eta zientifikoa lortua izango dute. Hori dela eta, hezitzaileek haurdunaldi prozesu osoari buruz naturalki eta modu libre batean hitz egiteko aukera izateaz gain, haurdunaldia gurasoen erabaki libre eta arduratsu baten ondoriozko prozesua dela goraipatu beharko dute. Momentu honetan hezitzaileek ikasleei metodo antisorgailuak zer diren, zertarako balio duten eta nola funtzionatzen duten azaldu diezaiekete.
Etapa honen amaieran gehitu beharreko gaia jokabide sexualen aniztasuna izango da. Momentu honetan lantzen hasi beharko dira ondorengo alderdiak; praktika sexual desberdinak, laztanak, besarkadak, muxuak, masturbazioa, sarpena duten harreman sexualak, eta abar. Gainera, egokia izango da ikasleei jazarpen sexualari buruz hitz egitea eta hau ekidin behar dela azaltzea.

Bigarren hezkuntza (12-16 urte)

Bigarren Hezkuntzako etapa honetan ikasleak haur izatetik gazte izatera pasatzen dira. Hori dela eta, gorputz aldaketa handiak jasaten dituzte eta horiekin batera faktore biologiko eta psikologiko anitzek parte hartzen duten prozesuan murgiltzen dira. Heldutasunerako bideari erreferentzia egiten dion epea bezala ere azaltzen da nerabezaroa.

Adituek prozesu hau modu desberdinez azaldu duten harren Colemanek (Coleman, 1982) bi azalpen goraipatu zituen. Lehenengo azalpena psikoanalisiaren ikuskerarekin lotu zuen. Colemanek pertsonaren garapen psikosexualean zentratzen zuen nerabezaro etapa. Aditu honek pubertaroak eragiten dituen irrikatan haurtzaroan lortutako oreka apurtzen zela azaltzen zuen, gizakiari barruko astindu emozionala eraginez eta honen ondorioz izaeraren ahultasuna ekarriz. Hala ere, Colemanek sexualitatearen jaikierak gazteari nukleo familiarretik kanpoko harreman sexual eta emozionalak izatera laguntzen duela azaldu zuen.

Bigarren azalpena, soziologiaren ikuspegiarekin lotu zuen. Colemanek haur izatetik gazte izaterako prozesuaren zergatiak pertsonaren testuinguru sozialean kokatu zituen. Adituak itxaropen sozialak eragindako presioak garrantzia handia zuela aipatzen zuen, gizarteratze prozesuaren eragileek bezala. Gazteak tentsio handiko prozesua jasan egingo du gizarte eragileen ondorioz, eta hare gehiago sexualitatearekin harremana duten eragileen

eskutik. Jarraian azaltzen dena Colemanen bi azalpenen bitartez lortutako teoria da.

Freudrentzat, pubertaroan hasten da fase genitala, hortik aurrera bizitza osoan iraungo duena. Etapa honetan sexualitatearen inguruko interesa piztuko da ikaslearengan. Hori horrela izanik, ikasleak, masturbazioaren inguruan, lehenengo harreman sexualen, helduen rolen lorpenaren inguruko eta batez ere, heldutasuna lortzearen inguruko interesa adierazten hasiko da. Epe honetan gune erogenoa genitalak izango dira.

Alderdi biologikoak

Pubertaroan hazkuntza prozesu azkar batean murgiltzen dira neskak eta mutilak, 10 urterekin hasten den prozesua eta gutxi gora behera 5 urteko iraupena duena. Hazkuntza prozesu honek haurtzaroan lortutako oreka eta egonkortasunarekin apurtu dezake, batez ere, gorputzean ematen diren aldaketak direla eta.

Garapen fisiko hau, behin hasten dela, azkarra izan ohi da, nahiz eta gazte guztietan abiadura berdinean ematen ez den. Hori dela eta, adin honetan aniztasun handia behatu daiteke adin bereko gazteen gorputzetan. Gainera, gorputz aldaketa hauek nerabeetan ezinegona eta onarpen eza gauzatu dezakete. Normalean, etapa honetan gazteen arteko liskarrak eta burlak ere areagotzen dira, aipatutako aldaketa fisiologikoek eraginda. Hori horrela izanik, gazteak oso sentikor azalduko dira adin tarte honetan eta honek hauengan erantzun bortitzak eta desegokiak eragin ditzake.

Garapen prozesu honek nesken eta mutilen arteko harremanetan eragin zuzena izango du. Neskek gorputz aldaketa goiztiarragoa izango dutenez, heldutasuna lehenago lortuko dute eta horren ondorioz neskek haien adineko mutilenganako interesa murriztuko dute haiek baino helduagoak diren mutilenganako interesa handituz.

Aipatutako gorputz aldaketen ondorioz, gorputz irudiarenganako kezka, janzteko eraren aldaketa, keinuen eta jarrerenganako interesa ere piztuko da gazteengan. Heldutasunerako prozesu honetan gazteek erreferente berriak bilatuko dituzte haien definizioa eraikitzen lagunduko dietenak.

Etapa honetan ematen den garapen sexualean gazteek helduen sexualitatearekiko interesa izatetik haien sexualitatearekiko interesa izatera pasatuko dira. Orain arte gazteek alderdi biologikoengatik, gizakiaren jatorriarengatik eta gizakiaren ugalketarengatik interesa zuten, orain aldiz, interesa haien sentimenduen eta gorputzen bizipenetan zentratuko da. Horregatik, garrantzitsua izango da adin honetako gazteei sexualitatearen inguruko informazioa eskaintzeaz gain, berritasun guzti hauek onartuak eta modu positiboan integratuak izan daitezen laguntza elementuak eskaintzea. Beraz, garrantzia handia izango du nerabeek haien prozesu biologiko eta psikologikoen inguruan jakitea hauek jasan baino lehen.

Alderdi psiko-soziala

Arestian aipatu bezala haur izatetik heldu izaterako prozesuan kokatzen da nerabezaroa. Beraz gatazkatsua izan daitekeen etapa izango da ikasleentzat. Gatazkatsua batez ere, neskek eta mutilek jasaten dituzten emozioen leherketagatik.

Aipatzekoa da gizarte eta kultura guztietan sexualitatearen garapena eta onarpena berdina ez dela eta horrek gazteengan presioa eragin dezakela. Hori horrela izanik, neskak eta mutilak haien testuinguru sozialean ematen diren jarduera eta harremanak erreproduzitzera eramango ditu. Askotan ikasleek haur izateari utzi behar diote nahiz eta oraindik prest ez dauden, eta horrek tristura eta depresio sentimendua eragiten du hauengan. Hala ere, kontrakoa ere gerta liteke, neska edo mutila heldua izan nahi izatea eta horretarako helduak imitatzen hastea nahiz eta oraindik ez duen heldutasun hori lortu.

Etapa honetan gazteek haien gorputzak aztertzen eta plazera lortzeko bideak aurkitzen dituzte. Hortaz, identitate propioa (psikologikoa eta gorputzekoa) eratzeko unea da.

Adin tarte honetan ikasleek logikaren bitartez arrazoimenerako eta kritikarako gaitasuna garatzen dute, bere garapen psikologikoak honetan eragina duelarik. Piageten ustez, nerabeek operazio formalen estadioa lortzen dute etapa honetan. Ikasleek arazo logikoak maneiatzeko gai dira eta lehenengo aldiz pentsamendu hipotetiko-deduktiboa adierazten dute. Hau da, nerabeek hipotesi batetik abiatuta arrazoiketa egiteko gai dira, hipotesi horrek errealitatearekin zerikusia duela edo ez. Hori dela eta, gaitasun honen garapenaren ondorioz, adin honetako neskak eta mutilak etengabe bilatzen dute eztabaida, haien arrazoiketa gaitasuna agerian usteko eta praktikan jartzeko. Gazteak egoera honetan aurkitzen direnean arazoak izan ohi dituzte helduekin, hauek ez baitute gazteen egoera hauek ondo ulertzen, hau da, helduek ez dute arrazoiketa eta eztabaida bilatzeko grinaren helburua ulertzen.

Momentu honetan munduarekiko eta gizakien jarrerekiko pentsamendu idealistak adieraziko dituzte nerabeek.

Gazteek hartutako jarrerek eta pentsamenduek hauen autoafirmazio prozesurako baliagarriak izango dira. Aipatu beharra dago, autoafirmazio prozesuak krisi emozionala eragin diezaiekela, hortaz, hauen egoera animikoak aldaketa bortitzak jasaten ditu eta hauek, askotan, dituzten harremanetan ondorioak izaten dituzte. Hala ere, denbora pasa ahala gazteek haien sentimenduak eta jarrerak kontrolatzen hasiko dira eta modu kontrolatuago eta ez hain inpultsibo batean arazoei aurre egiten hasiko dira.

Eriksonentzat (Erikson, 1968) nerabezaroa iraganeko identifikazio esperientzien ondoriozko identitate propioaren integrazioa da. Momentu honetan gazteek sinesmen, balore eta konpromezu praktikoak berenganatuko dituzte. Prozesu honek bi ondorio desberdin eragin ditzake gazteengan. Alde batetik, identitate konfusioa edo nahasketa sor diezaieke zeinak berriak diren eskaera batzuei (elekzio profesionala, intimitate sexuala, erantzukizuna eta abar.) erantzuna emateko zailtasunak eragiten dituen. Eta beste alde batetik, identitatearen hedapena eman daiteke, zeina, apatia forman edo kontzentrazio faltan adierazten den.

Nerabezaro etaparekin harreman zuzena duen beste faktore bat autonomia pertsonalaren eta independentzia sozialaren lorpena da. Honek familietan eragin zuzena izan ohi du, askotan gazteen eta haien familien arteko komunikazioan, ulermenean edo harremanean zailtasunak ekarriz.

Prozesu honen garapena ematen den heinean nerabeek harreman estilo berri bat ezartzen dute bere familiekin. Momentu honetan nerabeek

berdinen taldea izango dute lagun talde garrantzitsuena, zeinari bere kezka, gustu, iritziak eta abar partekatuko dizkioten. Berdinen taldeak garrantzia handia izango du adin tarte honetan haien ikaskuntza iturri nagusiena bilakatuko delako. Modu honetan familia bigarrengo eremu batean geratzen da adin honetako neska eta mutilentzat.

Nahiz eta familiarekiko harremanak aldaketak izaten dituen epe honetan, nerabeek haien etorkizun profesionalarekin zerikusia duten erabakiak hartu behar dituztenean haien familien iritziak eta gomendioak kontuan hartzeko joera adierazten dute (Fierro, 1985).

12 urtetik aurrera nerabeek haien autonomia eta independentzia garatzen hasten dira, horretarako helduen mundutik aldendu egiten dira haien kabuz betebeharrak egiten saiatuz, eta batez ere, haien kabuz erabakiak hartuz. Autonomiaren garapen horren ondorioz nerabeek haientzako espazioa aldarrikatuko dute, non bakarrik egoteko eta bakarrik pentsatzeko aukera duten.

Nerabezaroaren amaiera 19 urteetan gutxi gora behera ematen da, momentu honetan gazteek heldutasuna lortu dutelarik.

Sexualitatea eta adoleszentzia

Nahiz eta adoleszentziaz hitz egitean gazte guztiak talde gisa hartu ezin diren (bakoitzak bere erritmora bizi duelako heldutasunerako prozesua) atal honetan gehiengoari erreferentzia egingo zaio. Hala ere, argi izan behar dugu, nerabezaroa pertsona bakoitzarentzat desberdina dela eta garapen pertsonalak eragin handia duen prozesua dela.

Nahiz eta “Iraultza sexuala” eman zenetik urte batzuk pasa diren, hau da 60. eta 70. bitarteko urteak pasa diren, pertsona askok gaur egungo gazteek haien bizitza sexualetan arazorik ez dutela pentsatzen dute. Gainera, askeagoak eta espontaneoagoak direla eta lehenagoko belaunaldiek baino informazio gehiago dutela pentsatzen dute. Baina hori ez da guztiz egia. Behaketa positibo honen jatorria gaur egungo baliabideek eragin dute. Egia da gaur egun gazteek sexuarekin zerikusia duten gaien inguruko informazioa lortu dezaketela baina oraindik ere hezitzaileak eta familiak ez daude heziketa sexual osasuntsua eta profesionala irakasteko kualifikatuak. Eta hori, neurri handi batean, hauek jaso ez duten sexu heziketaren ondorioz gertatzen da.

Estatu Espainiarrean egindako ikerketak aztertu ostean gazteek lortzen duten informazio sexuala haien lagunengandik, material grafikotik edota esperientzia pertsonaletatik datorrela ikus daiteke. Horrek urteetan zehar bizirik jarrai duten tabu eta uste faltsuak oraindik ere zabalduak izatera eta gazteen informazio iturri bilakatzera eraman du. Gainera, informazio profesionalaren gabeziak honek jarrera arriskutsuak eta praktika ez osasuntsuak gauzatzera eramaten ditu gazteak.

Sexualitatearekin zerikusia duten jarrera arriskutsuak lau alderdi nagusiren eskutik ematen dira:

Experimentazioaren beharra.

Nerabeentzat, heldutasuna lortzeko prozesuan garrantzia berezia du helduak imitatzea. Hori dela eta, normala da nerabeak komunikazio

hedabideetan eta eguneroko bizitzan ikusten dituzten helduak (erreferenteak) imitatzen ikustea. Honen adibidea da nerabeak erretzen eta edaten hasten direnean. Hala ere, askotan imitazio hauek ohitura bilatzen dira nahiz eta osasuntsuak edo egokiak ez izan.

Arrisku nahia.

Nerabeek egoera zehatz batzuk esperimentatzen dituzte eta honek arriskua dakar. Nerabea oso seguru sentitzeko joera du adin tarte honetan. Hori dela eta neska mutilek askotan arriskuan jartzen dute bere osasuna eta haien bikote eta lagunena, arriskutsuak diren jarduerak burutuz adibidez. Honen adibide argia, nerabeek harreman sexualetan kondoia ez erabiltzea izan daiteke, haiek lortutako informazioak sarketa etetean haurdunaldia ekiditen dela esaten duelako.

Hezkuntza egokiaren falta.

Kontuan hartu beharreko beste alderdi bat nerabeek duten informazio faltak eragiten duen erabakiak hartzeko ekintza da. Adin honetako neskek eta mutilek jasotzen duten informazioa sarritan desegokia da baina hauek baliagarritzat hartzen dutenez arriskuan jartzen dira. Arestian aipatutako sarketaren etenaldiak haurdunaldia ekiditen duela, honen adibide ere bada.

Helduen jarrera.

Kontuan hartu beharreko azken alderdia, helduek gazteen sexualitatearekiko duten jarrera da. Normalen helduek ez dute nerabeek harreman sexualak dituztela onartu nahi, hori dela eta, nerabeei haien sexualitatea ukatu eta debekatu egiten zaie, eta ondorioz, harreman sexualak ezkutuan izan ohi dituzte. Honek helduen eta gazteen arteko bereizketa izugarria sortarazten du.

Deskribatutako egoerek, nerabeak (nerabe batzuk beste batzuk baino gehio) arrisku maila altua esperimentatzera eramaten ditu hiru alderdiei hauei dagokionez:

Atsekabe sexuala

Nerabeek duten informazio faltarengatik, harreman sexualak ezkutuan izan behar dituztelako edo hauek modu lasai eta polit batean izateko duten denbora faltagatik, sarketa eta harreman sexualak nahasteagatik eta abar, ez dute haien sexualitateaz gozatzen. Kontrakoa gertatzen zaie, praktika sexualak asetze sentimendua eragin ordez itoaldi edo larritasun sentimendua eragiten die.

Aipatutako alderdiek nerabeek haien sexualitatearekiko dituzten jarrerak aldatzen dituzte, porrot egin dutenaren sentimendua haiengan sorraraziz. Arazo honek, disfuntzio sexuala, sexualitatearenganako sentimendu negatiboak edo desira falta eragin diezaieke.

Nahi ez den haurdunaldia

Sexualitatearekin harreman zuzena duen osasun arazo nagusiena nahi ez den haurdunaldia da. Arazoa dela esaten dugu ez soilik haurdunaldiak izan ditzakeen zailtasunengatik, baita psikosozialak diren alderdiengatik ere, zeinak nerabea presio pertsonal handiaren menpe jarri dezake sexualitatearen

estalketa edo deuseztaketa eman arte.

Sexu bidezko gaixotasunen kutsaketa

Azken urteetan sexu bidezko gaixotasunen kutsaketa gora egin du 15-20 urte bitarteko nerabeetan batez ere. Gaixotasun hauen prebentzioa ezezaguna da nerabeentzat, neurri handian, eskoletan eta familietan gai honen inguruan hitz egiten ez delako. Hori dela eta, heziketa sexualaren beharra oraindik handia dela adierazten dute egindako ikerketa guztiek.

Interes guneak

12-16 urte tartean nerabeek heziketa sexualaren inguruko interes handia dute. Pubertarotik hasita denbora epe honetan oraindik ere gorputz aldaketei buruz hitz egin behar da nerabeekin, baita aldaketa psikologikoei eta sozialei buruz ere. Harremanen inguruan hitz egitea ere gomendatzen da, haien onarpena eta autoestimua garatzen lagundu behar zaiela gomendatzen den bezala.

Adin tarte honetan identitate sexualaren eta orientazio sexualaren inguruan mintzatzeak nerabeengan eragin positiboa izango du. Gainera, haien orientazio sexualarekiko zalantzak dituzten nerabeei laguntza emateko momentu egokia izango da. Desberdina izatearekiko errespetua garatzen laguntzeak ondorio onuragarriak izango ditu gazteengan.

Gehituz, rol sexualen inguruan lanketa egitea ere egokia izango da nerabeentzat. Modu batez, rolak malguak direla eta bereizketan oinarritzen ez direla ikasteko.

Aipatzeko da, pertsonen arteko harreman desberdinei buruzko lanketa ere egin behar dela. Desira, erakarpen, maitemintzea, jeloskortasuna eta abar bezalako gaiak jorratuz.

Hala ere, etapa honetan praktika sexuala izango da neskei eta mutilei gehien erakarriko dien eztabaida gaia. Masturbazioari, lehengo harreman sexualei, besarkadei eta musuei buruz hitz egitea bilatuko dute nerabeek. Ikasleek beraz hezetzaileengandik informazio profesionala, zientifikoa eta egokia jaso behar dute. Gainera hezitzaileek heziketa sexualaren inguruko kezka eta iritziak azaleratzeko aukera eskaini behar diete ikasleei.

Beti ere oso garrantzitsua izango da ikaslegoarekin sexualitate aniztasuna lantzea. Metodo antisorgailuak ere ahaztu ezin den gaia izango da eta hauen inguruko informazioa nerabeei eskaintzeak praktika sexual osasuntsuak izatera bultzatuko ditu.

Ezin dira ahaztu pornografia eta prostituzioa bezalako gaiak. Garrantzitsua izango da hezitzaileek hauen inguruan hitz egitea eta batez ere, pornografia errealitatea ez dela erakustea.

Azkenik, biolentzia eta jazarpen sexualen inguruan ere lan egin beharko dute hezitzaile eta ikasleek. Bortxaketei buruzko eta hauek saihesteko

informazioa eskaintzea hezitzaileen betebehar bat izango da.

INFORMAZIO GEHIAGO:

- TEORIA DEL DESARROLLO PSICOSEXUAL DE LA PERSONALIDAD: https://psicologiadelapersonalidadweb.wordpress.com/2016/06/20/teoria-del-desarrollo-psicosexual-de-la-personalidad-sigmund-freud/
- https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-41851999000100011&script=sci_arttext&tlng=pt
- https://mariagarcialopezblog.wordpress.com/2017/04/07/sexualitatearen-garapena/

PROTOKOLO RA ITZULI

b. Irakasleen prestakuntza:

vi. Informazio zientifikoa eta profesionala lortu:

Egileak	• José Luis García (KONTAKTUA/ARGITALPENAK) • Xabier Iturbe Gabikagogeaskoa (ARGITALPENAK / "UEU"N EGINDAKO EKARPENAK) • Amaia Vazquez (LANTOKIA) • Luixa Reizabal Arruabarrena (LANTOKIA / ARGITALPENAK) • Efigenio Amezúa (ARGITALPENAK) • Felix Lopez (ARGITALPENAK) • Carlos de la Cruz (ARGITALPENAK) • Felix Lozaiga (LANTOKIA / ARGITALPENAK) • Fina Sanz (LANTOKIA / ARGITALPENAK) • Mari Jose Urruzola Zabalza (ARGITALPENAK)

Legedia	OSASUN SEXUALA • Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo. La presente Ley pretende adecuar nuestro marco normativo al consenso de la comunidad internacional en esta materia, mediante la actualización de las políticas públicas y la incorporación de nuevos servicios de atención de la salud sexual y reproductiva. La Ley parte de la convicción, avalada por el mejor conocimiento científico, de que una educación afectivo sexual y reproductiva adecuada, el acceso universal a prácticas clínicas efectivas de planificación de la reproducción, mediante la incorporación de anticonceptivos de última generación, cuya eficacia haya sido avalada por la evidencia científica, en la cartera de servicios comunes del Sistema Nacional de Salud y la disponibilidad de programas y servicios de salud sexual y reproductiva es el modo más efectivo de prevenir, especialmente en personas jóvenes, las infecciones de transmisión sexual, los embarazos no deseados y los abortos. • DECRETO FORAL 103/2016, de 16 de noviembre, por el que se establece la ordenación de las prestaciones sanitarias en materia de salud sexual y reproductiva. ANIZTASUN SEXUALA • 8/2017 FORU LEGEA, ekainaren 18koa, LGTBI+ pertsonen berdintasun sozialari buruzkoa. Foru lege honen helburua da pertsona lesbiana, gay, bisexual, transexual, transgenero eta intersexualen (LGTBI+) eskubideak garatu eta bermatzea, eta pertsona horiei diskriminazio eta bortizkeria egoerak ekiditea, Nafarroan bestelakotasun afektibo-sexuala askatasun osoz bizi ahal izatea bermatzeko. LGTBI+ akronimoak erreferentzia egiten die foru lege honen xede diren kolektibo guztiei, eta legearen esparruan sartzen ditu, halaber, sexu-joera, genero-adierazpena eta sexu- edo genero-identitatea direla-eta diskriminatuak izan daitezkeen beste pertsona batzuk. GENEROA • *Ley foral 14/2015, de 10 de abril, para actuar contra la violencia hacia las mujeres*. La violencia contra las mujeres basada en la discriminación por el hecho de ser mujer constituye una violación de los

	derechos humanos más habituales de cuantas se cometen en las sociedades contemporáneas. La respuesta al nuevo escenario y el refuerzo de las garantías de los derechos de las mujeres víctimas aconsejan una reforma legislativa, seguida de nuevas políticas públicas más eficaces, objetivos a los que responde la presente ley foral para actuar contra la violencia hacia las mujeres, con la que se pretende establecer los mecanismos para contribuir a la erradicación de esta violencia. HAURTZAROA • *Ley Orgánica 11/2015, de 21 de septiembre, para reforzar la protección de las menores y mujeres con capacidad modificada judicialmente en la interrupción voluntaria del embarazo.* Esta Ley Orgánica suprime la posibilidad de que las menores de edad puedan prestar el consentimiento por sí solas, sin informar siquiera a sus progenitores. De este modo, para la interrupción voluntaria del embarazo de las menores de edad será preciso, además de la manifestación de su voluntad, el consentimiento expreso de los titulares de la patria potestad.
Erakundeak	• *Word Association For Sexual Health* Sexu Eskubideen Aitorpena 2014an berrikusi du Osasunaren Sexu Osasunerako Munduko Elkarteak (WAS) eta adituen kontsultak. • *AES Asociación de Especialistas en Sexología* Sexologiako Espezialisten Elkartea irabazi-asmorik gabeko elkartea da, hainbat arloetako profesionalek (psikologia, medikunta, erizaintza, hezkuntza, pedagogia, soziologia, kazetaritza…) osatzen dutena. Sexologia eta eskubide sexualen defentsa eta sexu osasuna sustatzea dute helburu nagusia. • *AEPS Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología* AEPS Estatu osorako elkartea da, 20 urte baino gehiago daramatza sexologiako profesionalak biltzen, sexuetako zientziaren inguruko ezagutzak partekatu eta gehiago ezagutzeko/aztertzeko helburua duena.

- *SEC Sociedad Española de Contracepción*

Antisorgailuen Espainiako Elkartea (SEC) erakunde zientifiko eta profesionala da, bere xedea antisorgailu metodoak eta aholku zientifikoaren inguruko informazio hedatzea, sustatzea eta aztertzea izanik.

- *FPFE Federación de Planificación Familiar Estatal*

Pertsona guztiek euren sexu eta ugalketa bizitza modu autonomoan erabakitzeko eta sustatzeko eskubidea sustatzen duen erakundea da, genero ikuspegitik gizonezkoen eta emakumezkoen garapen integrala ahalbidetuko duten ekintza sozialak eta politikoak garatuz.

- *FUNDADEPS Fundación de Educación para la Salud*

Osasun Hezkuntzarako Fundazioa (FUNDADEPS) irabazi asmorik gabeko erakundea da, Madrilgo Clínico San Carlos Ospitalean 2003an jaioa. FUNDADEPS Osasun Hezkuntza Elkartearen (ADEPS) jarraipena da, 1984an ospitale bereko Prebentzio Medikuntza Zerbitzuan sortu zen erakundea, Osasun Hezkuntza Europan garapenean aitzindaria. FUNDADEPS-ek osasuna sustatzea du helburu, osasunaren sustapenaren, hezkuntza heziketaren eta ikerketa zientifiko eta teknikoen bidez, herritarren bizi kalitatea areagotuz Osasunaren Kulturaren bidez.

- *ASSEX Asociación de Sexualidad Educativa*

ASSEX irabazi-asmorik gabeko erakundea da. Nazio mailan lan egiten duena eta psikologia, sexologia, erizaintza, neuropsikologia eta psikopedagogiako adituek osatzen dutena.

- *EDUCACIÓN 3.0*

Hezkuntzarako materialak eskaintzen dituen erakundea. Heziketa sexuala lantzeko materialak aurkezten ditu.

- *Gozamenez*

Gozamenez sexualitateari eta gazteriari buruzko programa komunitarioa da, zenbait elkarte eta erakundeek osatua.

- Aldezar

Iruñeko Alde Zaharreko gazteen elkartea, haur eta gazteen garapen intelektual eta soziala sustatzea du helburu. Borondatezko langileek eskola-prozesu eta -garapenean laguntza eskaintzen dute. Aisialdia hezkuntza-esparru bihurtzea, eta, horretarako, partaidetza, komunikazioa, elkartasuna eta abar landuz.

- Askagintza

Gipuzkoan, Hernani. Gizarte-kolektiboa, droga-mendetasunaren normalizazioaren alde lan egiten duena. Prebentzioari ematen dio lehentasuna, hezkuntzako eta gizarte- eta kultura-eraldaketako neurriak oinarri hartuz, helburu hau lortze aldera: norbanakoari zein talde osoari drogak dauden gizarte batean haiekiko mendetasunik gabe bizitzen irakastea. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago.

- Yoar elkartea

Gazteen elkarte bat da, txangoak, asteburuko planak eta udalekuak antolatzen dituena, elkartekideen arteko bizikidetza sustatzeko. Milagrosa-Arrosadia eta Azpilagañako haurren eskubideak defendatzen dituen elkartea da. Haurren prebentzioa eta babesa eskaintzen duena.

- Emakumeari laguntzeko zentroak

Nafarroako Sexu- eta ugalketa- osasunaren arloko zentroen sare publikoa da; duela 30 urte baino gehiago sortu ziren Familia Orientazio eta Sexu Hezkuntzarako Zentro gisa (FOSHZ), eta nork bere sexualitatea modu positiboan, pozgarrian eta osasungarrian bizitzea dute helburu, pertsona arteko harremanak zein sexu-harremanak horizontalak eta begirunezkoak izan daitezen. Honako gai hauei buruzko informazioa eta aholkularitza ematen dute: sexualitatea, fisiologia, antisorgailuak, koito ondoko pilula, haurdunaldia, erditzea, haurdunaldiaren borondatezko etendura, sexu-transmisiozko infekzioak. Horretaz gainera, zerbitzu hauek ematen dituzte ere: laguntza ginekologikoa, erizaintza, hezkuntza, emagina eta psiko-sexologia (sexu- eta bikotekide-arazoei aurre egiteko). Prestakuntza arloan, sexu-hezkuntzari buruzko tailer eta ikastaroak antolatzen dituzte, talde, kolektibo, eta osasun, hezkuntza eta gizarte-arloetako profesionalekin, eta programazio eta material didaktikoen gaineko aholkularitza teknikoa ematen dute. Hezkuntza programa berritzaile eta komunitarioak sustatzen dituzte, eta beste entitate eta zerbitzu publikoekin aritzen dira elkarlanean.

	• *HIESaren Aurkako Batzorde Hiritarra* GKE bat da eta helburu hauek ditu: Giza Immunoeskasiaren Birusaren (GIB) transmisioa geldiaraztea eta prebenitzea, eritasuna dutenei laguntzea eta gizartearen haienganako elkartasuna sustatzea. GIB/HIESaren kontra lan egiteko erabiltzen duten tresna nagusia prebentzioa da, eta, horretarako, osasuna zaintzeko eta sexualitatea gozamenez, naturaltasunez eta oro har bizitzeko mezuak zabaltzen dituzte. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. GKE hau gazteentzako kanpainak ere egiten ditu. • *Nafarroako Gazte Kontseilua* Nafarroako gazteen elkarteez osatutako entitatea da, kolektibo hauek barne hartzen dituena, besteak beste: aisialdi eta astialdikoak, politikoak, erlijiosoak, kulturalak, sindikalak, etab. Haren Osasun-arloak honako hauek sustatzearen alde egiten du lan: osasuna, sexu-hezkuntza, droga-mendetasunaren prebentzioa, etab. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. Gazteriaren partaidetza bideratzea hala nola pertsona gazteen eta gazte elkarteen eskubideak defendatzea helburu duen kontseilua da gainera. Kontseiluak Erkidegoko 3 esferen arteko zubia eratzen du: Gazte Elkarteek, Pertsona Gazteak eta Gobernu-Administrazio Publikoa. Horrela, hiru esfera horiek konektatzen dituzte gazteriaren egunerokotasunean eragina izatera heltzeko, pertsona gazteen partaidetza bultzatuz politika, gizarte, ekonomia eta kultura arloen garapenean. • *EHGAM* EHGAM (Euskal Herriko Gay-Les Askapen Mugimendua) Euskal Herriko gay mugimendua da, homosexualitatearen askapenerako, askapen sexualeko prozesu orokorrean kokaturik dagoelarik. Gay esaten diote nagusi den arauak inposaturiko sexualitatea zalantzan jartzen duenari, bere desio homosexuala kontzienteki onartuta, gizon zein andre izanik ere. EHGAM-ek mugimendu pluralista, autonomo eta iraultzailetzat du bere burua. • Pluralista, edonork parte har dezakeelako, haren ideologia kontuan hartu barik, beti ere EHGAMen helburu orokorrak eta aldarrikapenak onartuz gero. • Autonomo, horixe izan nahi dutelako, alderdi edo erakundeekiko harremanei dagokienean; haiek baitira, autoantolaketaren bidez, heuren estrategia erabaki behar dutenak. • Iraultzaile, gaur egun nagusi den giza- eta sexu-harreman mota gaindituz bakarrik lortu litekelako askapena. Gizarte matxista, sexista, heterosexista, patriarkal, klasista eta kapitalista honi alternatiba bilatu nahi diote. Hots, adierazi, bildu eta elkartzeko askatasunak ziurtatzen dituen gizartea; boterearen deskontzentrazio- eta deszentralizazio-

erak sortzen dituena; gutxiengoen askatasunak ziurtatzen dituena eta monolito zapaltzaile eta desgizatzaile ez dena.

EHGAMek Euskal Herri osoa dauka jardueragune, tokian tokiko errealitate sozialera egokituz.

- *Gurutze Gorria Gazteria*

Gazteriaren Gurutze Gorria (GGG) Gurutze Gorriaren gazteen saila da, 8 eta 30 urte arteko umeek eta gazteek osatua, umeei eta gazteei eta horien eragile sozializatzaileei (ikastetxea, familia, elkarte mugimenduak, komunikabideak, etab.) zuzendutako ekintza eraldatzailea gauzatzeko xedez, horien garapen integrala eta autonomia pertsonala indartuz eta euren gertueneko ingurunean jardunez. Gazteriaren Gurutze Gorriko 119 boluntarioren lanari esker 21.026 esku hartze gauzatu ahal izan dira, 11.818 partaiderengana helduz, zenbait proiekturen bitartez.

- *Gazte Auzolan*

Iruñeko Sanduzelai auzoko elkartea da, auzoko gazteen gizarteratzearen eta eskubideak babestearen alde lan egiten duena.

- *Gaztetxeak*

Hainbat gazteek osatutako asanblada ireki batek kudeatzen duen lokala edo espazioa da. Espazio hauek okupatuak edo instituzioengandik (utzitakoak) izaten dira. Bertan, mota askotako ekintzak burutzen dira, gazteen iniziatiben araberakoak. Besteak beste, gai anitzei buruzko hitzaldi, tailer, mahai inguru edo dokumental (feminismoa, sexualitatea, jai eredua, kapitalismoari kritikak, internazionalismoa...) eta aisialdirako ekintzak (sormen tailerrak, edozein jokuren txapelketa ez lehiakorrak, kontzertuak, pelikulak...).

Gaztetxeen filosofia auzoan agente aktiboak izatea eta auzoa bera eraldatzea da. Horretarako, espazioan bertan (aurrez aipatutakoak) eta kaleetan antolatutako ekintzez baliatzen dira.

- *Hegoak*

Irabazi-asmorik gabeko elkartea da, soldatapeko langileez eta langile boluntarioez osatua, eta REASen (Ekonomia Alternatibo eta Solidarioaren Sarea) Gutun Solidarioarekin konprometitua; haren helburua jendea drogak dituen mundu batean hauek kontsumitu gabe bizitzen irakastea da, bai eta pertsonak ohitura osasungarriak eta arrisku txikiko jokabideak hartzeko motibatzea ere, aisialdia eta astialdia arazorik gabe bizitzeko. Drogen kontsumoaren prebentzioan dira aditu, eta, zein pertsonarekin eta talderekin (gazteak eta familiak) esku hartzen duten, haien ezaugarri berezietara moldatzen dira, haien

	bizikidetza-eremuetara hurbilduz. Pertsonenganako jokabidea bideratzen duen estrategia metodologikoa baterako gogoeta prozesuetan oinarritzen da, ingurunearekin, eta gure inguruko pertsonekin zein substantziekin harreman orekatuak sorrarazte aldera. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. • *IPES* IPES (Instituto de Promoción de Estudios Sociales) kulturako elkarte-fundazio bat da, Nafarroan egungo munduarekin konprometitutako kultura sustatzen duena. • *Kattalingorri* Kattalingorri LGTBI+ pertsonen eskubideen alde lan egiten duen elkartea da. Aniztasuna sustatuz eta LGTBI fobiaren aurka borrokatuz. • *Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuko Iturrama eta Andraizen zentroen Gazte Programa* Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuko Emakumeari Laguntzeko Zentroetan gauzatzen da. Doako arreta eta aholkularitza ematen dituzte sexualitatearen eta antisorkuntzaren gainean, honako zerbitzu hauen bidez: informazioa, ginekologia, erizaintza, haurdunaldiaren kontrola, psiko-sexologia, sexu-hezkuntza... Andraizen, gainera, toki eta ordutegi berariazkoak dituzte. Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuaren mendeko zentroak dira, eta Gozamenez Koordinakundearen barnean daude. • *SARE* Gobernuz kanpoko erakundea da, GIB/HIESa zuzenean zein zeharka pairatzen dutenek osatua. Erakundearen filosofia da norbera bere arazoak ebazteko gai dela, betiere, horretarako aukera emanez gero. Horretarako, laguntza, konfidentzialtasuna eta elkartasuna ematen ditu. Helburu hauek ditu: HIESaren gaineko informazioa zabaltzea, gaixoei eta haien ingurukoei laguntza emozionala ematea, gizarteak GIBa normaltasunez hartzea, eta gaixoen duintasuna eta eskubideak arriskuan jartzen dituzten egoerak ekiditea. Gozamenez Koordinakundearen barnean dago. • *Zabaldi*

Zabaldi (Elkartasunaren Etxea-Casa de la Solidaridad) zentro soziala da. 1997an sortua, nazioarteko elkartasun eta lankidetzaren alorrean aritzen diren hainbat Gobernuz Kanpoko Erakundeek eta taldek bultzatu zuten, beren jarduerak elkarrekin burutzeko asmoz.

- Zurriburbu

Iruñeko Alde Zaharreko Navarreríako burguko bizilagunen batzordea da, gune horretan beti egon den bizikidetasun giroa berreskuratzen ahalegindu dena. Ekimen kulturalak (artisautza azokak, gazteentzako kontzertuak, haurrentzako jarduerak, etorkinen integraziorako ekintzak, eta abar.)

- EMAIZE

1994. urtetik Emaize sexologia zentroa sexualitate, sexu eta harremanen atentzioa eskaintzen du. Honen helburua haur, emakume eta gizonen arteko bizikidetza hobetzea da.

- Naizen

Naizen Araba, Bizkaia, Gipuzkoa eta Nafarroako adin txikiko transexualen familiak biltzen dituen elkarte bat da.

- Harrotu

Iruñeko Udalaren zerbitzu publiko bat da, sexu- eta genero-aniztasunari buruzko informazioa eman eta horren inguruko arta ematekoa.
Iruñeko herritar guztiei zuzendua, bereziki bertako LGTBI pertsona, elkarte eta kolektiboari. Aholkularitza eskaintzen dute, bai aholkularitza sexologikoa (aholkularitza sexu-orientazioari, genero- adierazpenari eta sexu- eta genero-identitateei buruz), eta bai juridikoa ere (bikoteen inguruko araudiak, lan-diskriminazioa, izen aldaketak, desgaitasuna GIBagatik, LGTBIfobia kasuak, eta abar).

- Beldur barik

	Beldur Barik EAEko instituzioek elkarlanean bultzatuta indarkeria sexista prebenitzeko gazteei zuzendutako programa da, eta bere helburua da, gazteekin batera hausnarketa eta eztabaida prozesuak sustatzea jendarte eraldaketan laguntzeko. Alegia, Beldur Barik jarrera bultzatzea. Horretarako, Beldur Barik programa hainbat baliabidez baliatzen da. • *Skolae* SKOLAEk Nafarroako ikastetxe eta hezkuntza-komunitateen lana inspiratu nahi du, ikasle guztiei BERDINTASUNEAN BIZITZEN IKASTEKO aukera emateko helburuarekin.
Baliabideak Materialak	• LAB sindikatuaren ekoizpena den "Sexu heziketari buruzko gida Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleentzat". • "Sexualitateaz hitz egiten duen horma" Gozamenez. • Osasunbidearen eskutik *"Promocionando la salud sexual desde el aula"* programa. • Nafarroako Gazteriaren Kontseiluak bere webgunean irakasle zein ikasleentzako interesgarria zein erabilgarria izan daitezkeen materialen zerrenda eskaintzen du. • *"Skolae programa berdintasunean bizitzen ikasteko ibilbidea".* • Jose Luis Garciak sortutako materiala Haur eta Lehen Hezkuntzako irakasleek ikasleekin erabili dezaketen liburu eta materialen zerrenda: • Munstro arrosa (Olga de Dios. Ed. denonartean) • Ni un besito a la fuerza (Marion Mebes) • Pirritx, Porrotx eta Marimototxen ipuinak • Neskak eta mutilak (Aingeru Mayor, Susana Monteagudo. Ed. LIT-ERA)

	• Ni Nerea naiz (Nerea García. emaize) • Jazz naiz (Jessica Herthel, Jazz Jennings. Ed Bellaterra) • Mari zipirzitinek ez du zorioneko galeperrik nahi. (Mirian Cameros Sierra Nunila Lopez Salamero Ed Txalaparta) • Eta zer? Bilduma (Ed. Elkarlanean) • Koloretako mustroa (Anne Llenas Serra) • Aitor tiene dos mamas (Maria José Mendieta. Ed. Bellaterra) • No le cuentes cuentos (CEAPA. Carlos de la Cruz y Marilo de la Cruz) • Pirritx, Porrotx eta Marimototxen familien kartak (Katxiporreta. Elkar) • Cryshalis material didaktikoak (Cryshalis Euskal Herria) • Emoziotegia (Palabras Aladas) • KILIMAK (Nerea Sancho) • Kili kontuak (Arrasateko Udala) • Zutani jolasa (Nerea Mendizabal) Irakasleentzako diren liburu eta dokumental profesionalen zerrenda: • Educación de las Sexualidades (Carlos de la Cruz)

	• Los colores de la sexualidad (Euskadiko Gazte Kontseilua) • Nafarroako Hezkuntza protokoloa transexualitate kasuetarako • Sexualidades diversas, sexualidades como todas (Carlos de la Cruz) • Out in nature. Homosexual behavior in the animal kingdom. (Odisea) • Mi aventura intersexual (Phoebe Hart) • El sexo sentido (Documentos TV. RTVE) • Un paso más en defensa de la diversidad (TEDx) • Ur handitan: adin txikikoen transexualitatea (eitb) • Ur handitan: sexua eta aniztasun funtzionala (eitb)
Jarraitu eta kontuan izan beharreko irizpideak	Jose Luis Garcia sexologo eta adituak proposatutako heziketa sexuala lantzeko jarraitu behar diren irizpideak: • Familiei, irakasleei eta ikasleei galdetegi erraz eta laburrak egin talde bakoitzak duen heziketa sexualaren beharra eta ezagutza maila identifikatzeko. • Heziketa sexualaz hitz egitean esku-hartze pedagogiko eta didaktikoaz ari gara, horregatik garrantzitsua da esku-hartze hori **ikuspegi zientifiko** eta **profesional** batetik lantzea. • Sexu heziketa lantzearen helburua ikasleen sexualitatean eragin positiboa izatea eta beti errespetuz lantzea da. Pertsonek haien sexualitatea modu librean, osasuntsuan eta aberasgarrian bizi dezaten. • Heziketa sexuala lantzea zergatik beharrezkoa den argi izan: Sexualitatea pertsona guztien garapenean garrantzi handiko dimentsioa da. Hau osasuntsu izateko honen bizipen librea eta positiboa ahalbidetzen duten ezagutza eta baloreak landu behar dira.

	• Irakaslegoak argi izan behar du **formala ez den heziketa sexuala existitzen** dela, Interneten, kalean… honek sexu heziketa lantzearen beharra handitzen du. • Heziketa sexuala lantzearen beharra 1975. urtetik aldarrikatzen da Munduko Osasun Erakundeak sexualitate osasuntsu kontzeptua eta osasun sexualaren beharra aldarrikatu zuenean. • Sexualitateaz gainera **ugalketa** ere landu behar da ikasleekin. • Lehen Hezkuntzako edozein irakasle heziketa sexuala lantzeko gai da formazio egokia badu. Jose Luis Garciak aipatzen duen bezala *“Podría y debería hacerlo porque la educación o es integral o no es educación.”* • Irakasleek kontuan hartu beharreko oinarrizko alderdiak: **1. Irizpide zientifikoak landu, jarrera horiekiko zientziak esaten duena ikasleekin landu.** **2. Heziketa sexual profesionala eskaini, haur eta gazteak sexuarekin zerikusia duten alor guztien inguruan lortzen duten informazio gehiena Internetetik eta pornografiatik eratorria delako.** • Irakaslegoa neutraltasun ikuspuntu batetik landu behar dute heziketa sexuala, balore pertsonalak eta irizpideak inposatu gabe. Balore unibertsalak lantzea helburu nagusi izanez lortuko da hori: **1. Elkartasuna** **2. Errespetua** **3. Aniztasuna** **4. Enpatia** • Material didaktikoa ez da heziketa sexuala lantzeko garrantzitsuena. Ezagutza zientifikoak eta profesionalak izatea bai ordea.

PROTOKOLO RA ITZULI

3.ESKU-HARTZEAREN PLANGINTZA

a.	Noiz	Hezkuntza integrala eta osatua izan behar da. Hau da, hezkuntza pertsona guztien beharrak eta manifestazioak kontuan hartu eta hauei erantzun behar die. Hori dela eta, heziketa sexuala, komunikazioan, elkarrizketan oinarritu beharko da. Heziketa sexuala ikasleek honen beharra adierazten dutenean baino, H.H etapatik landu behar da, zeharkako modu batean beti. Heziketa sexuala ikasleen eguneroko bizitzan, haien garapen psikosexualean, izango dituzten harremanetan… eragina du, hori dela eta edozein ikasgaietan landu daiteke. Beti ere modu jarraitu batean. Beraz, heziketa sexuala noiz landu: • H.H etapatatik modu jarraituan eta ikasleen garapen psikosexualaren ezaugarriak kontuan izanez. • Ikasleek sexualitatearen inguruko zalantzak dituztenean. • Ikasleek heziketa sexualaren beharra adierazten dutenean. • Ikasleen garapen psikosexualean aldaketa nabarmenak sumatzen direnen. • Gizartean gertatzen diren gertaerek eraginda edo ikasleek dituzten aurrezagutzetatik abiatuz (bortxaketak, LGTBI mugimenduak, feminismoa, abortua, sexu bidez transmititzen diren gaixotasunak…) • Edozein irakasgaietan.
b.	Non	Heziketa sexuala eskolan, etxean eta lagunekin landu behar den hezkuntza da. Ez da soilik eskolara mugatu behar.

c. Nola	Eskola eremuan: • Planifikatutako esku-hartzearen bitartez. • Esku-hartze sistematikoa. • Osasun sexualean eta metodologia zehatzean oinarritzen diren helburuekin, familietan, ikasleetan eta profesionaletan garatuko direnak. • Osasun arriskuak ekiditea ez da helburu bakarra, plazera eskaintzen duen bizitza sexualaren eta osasuntsua lortzeko helburua lortzeko ere landu behar da. Etxean: • Esku-hartzea hezkuntza modeloa izango da, hau da, gurasoen jarrerek, baloreek eta portaerek eragina izango dute. • Ikasleek imitazioz ikasiko dute. • Gurasoek eskaintzen duten heziketa sexuala jasoko dute. BERAZ, HEZIKETA SEXUALA NOLA LANDU: **1. Ikasleei ezagutza eta informazio zientifikoa eskainiz** **2. Elkartasuna, errespetua, aniztasuna eta enpatia baloreak landuz.** **3. Ikasleen behar errealei erantzunez.** **4. Ikasleen interesak kontuan hartuz.** **5. Ikasleen aurre ezagutzetatik abiatuz.**
d. Zer	Kontuan hartu beharreko **bost errealitate**: 1. Sexu gertakizunen ikasketa gehiena Interneten bidez eta pornografiak adierazten dituen sexu jarrera modeloengandik dator. 2. Jarrera sexual klandestinoak eta isilpekoak askotan alkohola eta drogen kontsumoarekin lotzen dira. 3. Gizarte kontsumistaren erabilera neurrigabearen ondorioz, dena hipersexualizatu egin da edozer saltzeko erabiliz. Hedabideetan aurkitzen ditugun telebista saioak adibidez, modu lotsagabean emozio afektiboak eta intimitate sexuala merkaturatzen dute. Hori horrela izanik, komunikazio hedabide askok sexua erabiltzen dute irabaziak, etekinak lortzeko.

4. Sexualitatearen eta gurasoengandik eratorritako informazio sexualaren legitimazio falta dago.

5. Azkeneko aldagaia eskoletan dagoen hezkuntza sexualaren gabezia, eta paradoxikoki hau eskoletan landu behar denean sortzen diren gatazka eta polemikak -sexualitatearen inguruko hezkuntza programak landu nahi direnean- izango litzateke.

Aipatutako bost errealitate hauek -nerabeen sexu eta ugalketa osasunean arrisku desberdinak ugaritzea laguntzen duen eszenatokiaren ezarpena gauzatzen dutenak- inguruan lan egiteko proposatutako gaiak:

i. Gorputzaren ezagutza eta behar afektiboak eta harremantzeko beharra.

ALDERDI PSIKOBIOLOGIKOA

• Gorputzek jasaten dituzten aldaketak ezagutu. • Ikasleek haien gorputzak ezagutu behar dituzte.	• Ikasleen haien garapen psikosexualaz ohartu behar dira. • Sexu bidezko transmisioa duten gaixotasunak.	• Sexua zer den. • (...)

ALDERDI SOZIO-AFEKTIBOA

• Behar afektiboak zer diren landu behar da. • Harreman mota desberdinak. • Laguntasuna.	• Maitasuna. • Sexualitatea zer den landu. • (...)

ALDERDI SOZIO KULTURALA

• Feminitatea. • Genero identitatea. • Genero rola.	• Generoa. • identitate sexuala. • Maskulinitatea • (...)

ALDERDI BIOPSIKOSOZIALA

• Autoestimua. • Autoezagutza. • Erotika.	• Masturbazioa. • Plazerra. • Sentimenduak.	• Sexu praktika arriskutsuak. • Transexualitatea. • (...)

ii. Ikasleek lortutako informazioaren ebaluazio eta azterketa kritikoa (ezagutza profesional zientifikoak vs lagunengandik zein internetengandik lortutako informazioa)

ALDERDI SOZIO KULTURALA

• Bortxaketa. • Fikzioa eta errealitatea bereiztu. • Genero indarkeria.	• Informazio zientifikoa. • Kritikoak izan.	• Pertsonen eskubideak ezagutu. • Pornografia zer den ulertu. • (...)

iii. Prebentzioa (Ugalketa -sexu arriskuen prebentzioa)

ALDERDI PSIKOEBOLUTIBOA

	• Gaixotasunak. / • Sexu disfuntzioak. • (...) **ALDERDI SOZIO KULTURALA** • Abortoa. • Antisorgailuak. / • Arriskuak. • Bortxaketa. • Genero indarkeria. / • Parafilia. • Prostituzioa. • Sexting. • (...)
e. Norekin	Heziketa sexuala lantzeko familia, ikastetxe eta ikasleen arteko lankidetza behar da. Ezinbestekoa da, burutzeko oso zaila izan arren. Gero eta konplexuagoa da gai honen inguruan dagoen nagikeria soziala dela eta. Irakaslegoa heziketa sexualean ekarpen aberasgarriak egiten dituzten erakundeekin kontaktuan jar daiteke, profesional eta egileekin bezala. **PROTOKOLORA ITZULI**

4.ESKU-HARTZEA EBALUAZIOA

a. Jarraipena

Ikaslegoaren **ezagutza maila**, zalantzak, interesak, kezken garapena ebaluatzeko **GALDETEGIA**.

- Lehenengo. Zikloaren hasieran egindako galdetegi bera etapa bukaeran egingo zaio ikaslegoari.
- Lehenengo. Zikloaren hasieran ikasleek (7-8 urte bitarte) moralaren garapenaren une garrantzitsua den errealitate eta fikzioaren arteko bereizketa egiteko gai direlako eta guztiz autonomia osotara garatu gabeko momentua delako. Etaparen bukaeran, ikasleek (10-12 urte bitarte) autonomia guztiz garatu dutelako eta pubertaroko garaian murgiltzen hasten direlako.

b. Ikastetxean heziketa sexualerako hobekuntza proposamenak

Irakaslegoa ebaluazio txostena egiteko eta proposamenak biltzeko **GALDETEGIA**.

- Galdetegitik ateratzen den erantzun bilduma, kalkulu orria batean jasotzen da eta grafikoek ematen duten informazioa erabiliz, ebaluazio txostena idatziko da, beti ere heziketa sexualaren didaktikan hobekuntza proposamenak islatuz.

PROTOKOLORA ITZULI