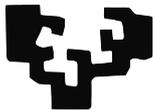


eman ta zabal zazu



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

Psikologia Fakultatea
Facultad de Psicología



Gradu Amaierako Lana
Psikologiako Gradua

EMAKUME MUSULMANEN AHALDUNTZERAKO ESKU-HARTZE PROGRAMA

2018/2019

Egilea:
Arantzazu Ruiz-Carrillo Idarreta
Zuzendaria:
Nagore Asla Alcibar

Aurkibidea

1. Emakume etorkinen egoera: Diskriminazio bikoitza	2
1.1 Feminismo islamiko poskoloniala	3
2. Genero indarkeria	4
2.1 Datuak eta estatistikak	5
2.2 Genero indarkeria eta kultura musulmana	6
3. Ahalduntzea	8
4. Esku-hartze programen errebisioa	10
5. Proposamen zehatza	11
5.1 Proiektuaren hartzaileak	11
1.Taula	
5.2 Helburuak	12
5.3 Jarduerak	12
5.4 Ebaluazioa	15
2.Taula	
5.5 Kronograma	17
3.Taula	
6. Erreferentziak	18
7. Eranskinak	21
1. Eranskina	21
2. Eranskina	23
3. Eranskina	24
4. Eranskina	24
5. Eranskina	25
6. Eranskina	26
7. Eranskina	28
8. Eranskina	29

LABURPENA

Lehen bizitza pribatuko arazo gisa hartzen zen arren, gaur egun, indarkeria matxista osasun arazo, arazo politiko eta soziala bihurtu da. Indarkeria honek modu zabalean giza eskubide eta askatasuna eragozten dizkie emakumeei. Estatu Espainolean genero indarkeriaren prebalentzia hamar handiz handiagoa da etorkinak diren emakumeengan, hauek egoera honetan egotera zaurgarriago direlarik. Ekintzaitza proiektu honen bidez, emakume etorkin musulmanei ahalduntzeko baliabideak eskaini nahi zaizkie. Helburu nagusia euren ahalduntzea bada ere, genero indarkeriaren prebentzio primarioko jarduera gisa uler daiteke. Ahalduntzea kontzientzia kritiko bat garatuz, autoestimua hobetuz eta harrera herriko isolamendu soziala murriztuz lortu nahi da. Feminismo islamikoa landuko da, islamaren barruan askapen prozesuak bultzatzeko emakumeek ematen dituzten urratsak kontuan hartuz. Programak guztira 7 saio izango ditu eta parte hartzaileak Oionen (Araba) bizi diren emakume etorkin musulmanak izango dira, nahiz eta azkenengo saioa komunitate osoari zabalduta egongo den. Bestetik, esku hartze honetan prozesua, emaitzak eta inpaktua ebaluatuko dira.

Hitz gakoak: Genero indarkeria, feminismo islamikoa, ahalduntzea, emakumeak

1. Emakume etorkinen egoera: Diskriminazio bikoitza

Jaioterria utzi eta erbestera doazen emakumeek deserrotze sakona pairatzen dute. Arrotza zaien herrialde batean daude, bertako kultura zein ohiturak oso desberdinak dira haiek ezagututakoekin, kasu askotan familiarik gabe daude, eta gehienetan, euren itxaropenak ez dira betetzen. Egoera horretan, zentzuzkoa dirudi pentsatzeak andre etorkinek, andre izateagatik, ohiz kanpoko gehiegikeriak sufritzeko aukera handiagoa dutela, bortizkeria fisiko eta psikikoa eta beren diru-sarreraren desjabetzea, besteak beste (Ibáñez, Arnoso, Mazkieran, eta Arnoso, 2011). Hala, emakume etorkinek diskriminazio prozesu bikoitza jasan behar izaten dute, bata emakume izateagatik eta bestea migratzaile izateagatik (García Muñecas eta Rasero, 2007).

Emakume atzerritarren genero indarkeriaren (GI) tasa handiagoa izatea arrisku-faktore anitzekin harremandu daiteke, hala nola, zaurgarritasun sozial, emozional eta ekonomikora erakusgarri jartzen dituzten faktore kultural eta sozialak, integrazioarako

zailtasunak sortzen dituzten arazo linguistikoak, independentzia sozio-afektiboa, harrera herrialdean babes sare baten falta, inguruaren ezagutza eza eta legediari eta kaltetuentzako zerbitzuei buruzko informazio eta laguntza baliabideetarako sarbide gutxiago eta abar (Emakunde, 2018).

Emakume etorkinen genero desberdintasunak aztertzeari buruzko ikerketek aspaldi interseksionalitate kontzeptua barneratu zuten, emakumezkoen ahultasun egoera areagotzen duten aldagaien eragina adierazteko. Hortaz, ikuspegi honek klase sozial edo etnia bezalako aldagaiek emakumeen bazterketan duten eraginean sakontzen lagundu du. Desberdintasun fenomenoari dimentsio anitzeko azalpena eman nahian, Crenshaw (1991) garatu zuen interseksionalitate kontzeptua. Hala, ikerketa kulturaletan genero, klase sozial eta etnia aldagaiek duten interseksioa erabakigarria da emakume etorkinek duten bidegabekeria ulertzeko (García-Yeste, Gairal eta Ríos, 2017).

1.1 Feminismo islamiko poskoloniala

Feminismo islamikoa 1990. hamarkadaren lehenengo urteetan jaio zen erbesteratutako irandar feministen eskutik emakume musulmanen irudiaren eztabaida eta diskurtso berri bat sortzeko helburuarekin (Valcarcel eta Rivera de la Fuente, 2014).

Gai honen inguruan bi ikuspegi nagusi azaltzen dira. Autore batzuek emakume musulmanek euren erlijioaren barruan bizi duten askapen prozesu gisa ulertzen dute feminismo islamikoa. Eta beste batzuek, aldiz, feminismo islamikoa oximoron bat bezala definitzen dute, askapena erlijio barruan eman ezin daitekeela defendatuz, honek emakumeen zapalkuntza eragiten baitu (Álvarez, 2016).

Lehenengo ikuspegiari erreparatuz, islama ez omen da erlijio patriarkala eta Koranaren irakurketa okerrekin eragin dute emakumea subordinazio egoeran egotea. Euren aburuz, emakumeen ahalduntzea Koranetik eman daiteke, hau berrinterpretatuz (ijithad) eta interpretazio okerrak baztertuz (Badran, 2010). Ikuspegi honen aburuz, feminismo hegemonikoak oinarri kolonialista du eta mendebaldeko errealitatea jotzen du arau unibertsaltzat. Feminismo honek emakume musulmanaren opresioa definitzeko eskubidea beregain hartu nahi du eta emakumeen borroka batzuk legitimatu eta beste batzuk baztertu hauek paternalismoz tratatuz. Honela emakume

musulmanei oinarrizko eskubide bat ukatzen zaie: eurak beren askatasun eta burujabetza definitzeko eskubidea (Lambret, 2009). Kontrako ikuspegian, Nawaal el Saadi dugu, zeinak defendatzen duen emakumeek ez dutela askatasunik inongo erlijioetan guztiak patriarkalak direlako. Feminismoa askatasun ideologia den bitartean islama obedientzian oinarritutako ideologia da (Higueras, 2011).

Ezin da ukatu erlijioak emakumearen zapalkuntza onartzeko erabili izan direla, baina modu berean, sinismen bat duten pertsonak ez dute hori zertan baztertu behar euren burujabetza lortzeko. Onartu beharra dago erlijioen barruan askapen prozesuak bultzatzeko emakumeek ematen dituzten urratsak, kasu honetan islamaren barruan (Álvarez, 2016).

2. Genero indarkeria

Hegemonia maskulinoan oinarritutako gizarte batean zeinetan gizon eta emakumeen arteko botere harreman desorekatuak ematen diren, genero indarkeria emakumeek emakume izate hutsagatik jasaten duten indarkeria da. Indarkeria mota hau ez da erlijio, kultura edo herrialde zehatzetara mugatzen, ezta gizarte bateko emakume talde zehatzetara ere. Emakume batzuen zein besteen egoera desberdina den arren (afrikarrak, asiaticoak, hego ameriketakoak, europarrak, umeak, gazteak, helduak, zaharrak, langileak...) gizonekiko subordinazio egoera batek lotu egiten ditu guztiak (Emakunde, 2018).

Indarkeria matxista hainbat motatakoa izan daiteke, hala nola, indarkeria psikikoa, fisikoa, ekonomikoa, soziala eta egiturazkoa (Fernández eta Alonso, 2012). Eraginei erreparatuz, Gipuzkoako Psikologo Elkargo Ofizialak (2016) GI-ak emakumeen osasun psikikoarengan dituen ondorioak zehaztu zituen: trauma osteko estresa, depresioa, antsietatea, autoestimu baxua, erruduntasun sentimenduak, autolesioak, desio sexualaren murriztea, hiperzaintza, adikzioak, bakardadea, errua, loaren eta arretaren nahasmenduak eta abar.

Indarkeriak modu zabalean giza eskubide eta askatasuna eragozten ditu, baita segurtasun pertsonal eta bizitzarako eskubidea, bizitza publikoan parte hartzea, formakuntzarako sarbidea eta lan duina murriztu ere (García Muñecas eta Rasero, 2007).

GI-ak emakumeen osasunean ondorio kaltegarriak dituen arren, asko dira indarkeria hau jasan eta gertatutakoarekin bizitzen jarraitzea lortzen dutenak. Orokorrean Giza Zientzietan eta zehazki, Psikologian, emakumeen kontrako indarkeriaren inguruko ikerketetan emakumeak “gabezia” bezala ulertu izan dira. Egiten ez dituzten gauzetan oinarritzen dira (harremana ez uztean adibidez) eta ez errekuperatzen direnek egiten duten horretan. Azken honetan oinarrituz gero, osatze prozesuan dauden emakumeek eredu positiboak izango dituzte (Cala et al., 2011).

GI-ak osasunean dituen eraginak eta eskubideen urraketak kontuan hartzeak emakumeak biktima pasibo gisa atzematea ekarri du, baina, emakumea bizirik irten den pertsona bat bezala ikusteak indarkeriarekin bukatu eta ahalduntzearen prozesuan egindako ibilbidea ulertzen laguntzen du. GI-arekin bukatzen dutenetik euren bizitzaren kontrola berreskuratu arte, maila ekologiko guztietan ekintzak behar dituen prozesu baten aurrean aurkitzen dira eta horregatik beharrezkoa da ahalduntzea (Cala et al., 2011).

2.1 Datuak eta estatistikak

Lehen bizitza pribatuko arazo gisa hartzen zen arren, gaur egun, indarkeria matxista osasun arazo, arazo politiko eta soziala bihurtu da (Cala et al., 2011). Estimaten da munduko emakumeen %30ak (1.095 miloi) bikotearen aldetik indarkeri fisiko edo sexuala jasan duela noizbait (MOE, 2013).

Emakundek argitaratutako (2018) Eusko Autonomia Erkidegoko (EAE) datu ofizialei erreparaturaz, 2017. urtean, 2.905 emakume izan ziren GI-aren biktima. Hauen %51,7a EAEn jaioak ziren, %12,84a beste autonomia erkidego batzuetan eta atzerriko jatorria zutenak %35,44 ziren. Emakume atzerritarrak EAeko populazio femeninoaren %6,52 diren bitartean, datuek adierazten dute prebalentzia handiagoa dela hauengan. Zehazki, 2017. urtean Estatu Espainolean jaiotako 1000 emakumeetatik 2,46k jasan zuten indarkeria hau eta atzerrian jaiotako 1000 emakumeetatik, 20,61ek.

EAEn jatorri atzerritarreko emakumeen gehiengoa, %63,21, Ameriketatik dator, batez ere, Hego Ameriketatik; %16,96a Europako beste herrialde batzuetatik, %17,61a Afrikatik, %2,08a Asiatik eta %0,14a Ozeanitik. Populazio musulmana 58.552 kidez osatua dago, hau da, populazio osoaren %2,7a osatzen dute (UCIDE, 2018).

Gehienbat musulmanak diren herrialdeetatik datozen bikoteetan, GI tasa handiagoak azaltzen dira euren migratzaileak ez diren homologoekin alderatuz, hau da, emakume migratzaile musulman biktima gehiago daude migratzaileak ez direnak baino (Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017). Datu ofizialetan ez dago emakume musulmanen datu espezifikorik, izan ere, estatistikak ez dira erlijio edo kulturen arabera sailkatzen, jatorrizko herrialdeen arabera baizik. Marokoko populazioaren %96-a musulmana izanik, jaioterria bertakoa duten emakumeen datuei erreparatuko diegu. Marokon jaiotakoak %45ak kontrola jasan du euren bikotekideengandik eta indarkeria fisiko eta emozionalari dagokionez, espainiar estatuan jaiotakoak patroia antzekoa azaltzen dute (Osasun, Kontsumo eta Gizarte Ongizate Ministerioa, 2015).

2.2 Genero indarkeria eta kultura musulmana

Kultura musulmana desberdina da islama txertatu zen herrialde, eskualde, ohitura eta tradizioen arabera. Hala, kultura musulman sub-saharianoa, Turkiakoa, Iranekoa, Europako Balkanetakoa, asiaticoa: Indonesia, Pakistan, Malasia, India... eta abar daude. Amankomunean dutena erlijioa eta islamarekiko gurtza dira baina aniztasun hau kontuan hartuta ezinezkoa da kultura musulman bakarria definitzea (Lambret, 2009).

Kultura musulmana ezberdina da herrialde bakoitzean Koranaren irakurketa ezberdina egin delako (Lambret, 2009). Horregatik, desberdintasunak kontuan hartuz haiekin lan egiteko orduan garrantzitsua da beste aldagai batzuk kontuan hartzea, hala nola, jatorrizko herrialdea, honela musulman guztiak parekatzearen arriskua ekiditeko (Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017).

GI-a kultur berezitasunen arabera aztertzen badugu, honen agerpen ororen azpian dagoen arazoaren oinarritik urruntzen gara: patriarkatuaren unibertsaltasuna, generoaren eraikuntza sozial eta, botere-abantailak kontrolatu, berrindartu eta zaintzeko tresnak. Tratu txarren agerpenean eta onarpenean dauden aldeak, kulturetan barrena balio patriarkalei emandako garrantziaren ondorio dira. Zentzu horretan, indarkeria, egitura sozialaren zenbait faktore eta giza talde bakoitzak gure gizartean duen testuingurua kontuan hartuz ulertu behar da (Ibáñez, Arnoso, Mazkianan eta Arnoso, 2011).

Indarkeriak emakume guztiei eragiten dien arren (euren egoera kultural, sozial eta geografikoaz gain) arrazoi kultural edo erlijiosoak pribilegiatzen dira Hegoaldean eta nahiago izaten da arrazoi psikologiko, indibidual eta ekonomikoetaz aritzea Iparraldean. Emakumeen kontrako indarkeriaren irudi razializatuaren ageriko adibidea dugu hau, logika neokolonialistan oinarrituta dagoena (Lambret, 2009).

Hainbat ikerketek frogatu dute aldagai soziokulturalek (jokabideak, uste kulturalak eta balioak) GI-arekiko tolerantzia mailan eragina dutela (Haj-Yahia, 2000, 2003; Murnen, Wright, & Kaluzny, 2002; Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017). Balio eta jokabide horiek harrera herrialdean mantentzen badira jokabide agresiboetan laguntzen dute eta emakumeek laguntza bilatzea ekidin. Literatura zientifikotik, migratzaile musulmanen jokabideak eta GI-aren arteko harremana aztertzeke, indarkeria matxista sortu eta mantentzen dituen hiru funtsezko gai azertu izan dira (Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017).

Tradiziozko genero rola. Aurkitu da genero rol tradizionalek indarkeria erraztu eta abusuzko jokabideak justifikatzen dituztela, baita emakumeengan erru sentimenduak eragin (Abu-Ras, 2007; Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017). Gizon musulmanak autoritario eta ausartak izan behar dira eta emakumeak, aldiz, otzanak. Genero ezberdintasun espezifiko hauek gizonek emakumeen kontrola izatea ondorioztatzen dute. Gizonek eskubidea dute euren emazteekiko autoritatea inposatzeko eta indarkeria jokabide normatiboa izan daiteke familiako kideak diziplinatzeko. Kultura musulmana nagusi den herrialde askotan, indarkeriaren erabilera onartuta dagoen bitartean, balio patriarkalak dituzten legeak daude, gizonei familiako emakumeen inguruan erabakitzeko eskubidea ematen zaielarik (Ibrahim y Abdalla, 2010; Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017).

Familia integritatea eta ohorea. Familiak gizarte musulmanetan giza batasunaren oinarria dira; eta familia kohesio eta ohorea balio oso garrantzitsuak dira. Lotsa (ayb) eta ohore (sharaf) kontzeptuak familia egituraren erdigunean daude eta kide guztiek babestu behar dute integritatea. Ikuspuntu honetatik lehentasuna dute familiako beharrek indibidualek baino eta zehazki, emakumeak dira familiaren batasuna, armonia, elkartasuna eta leialtasuna mantentzeko ardura dutenak. Pribatutasuna eta ohorearen garrantziak indarkeria jasaten duten emakumeek laguntza eskatzea ekidin

dezake. Gainera, banandu nahi duten emakumeak estigmatizatuak eta sozialki gaitzetsiak izaten dira (Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017).

Harrera herrialdeko isolamendu soziala. Migratzaile askok isolamendu soziala jasaten duten arren, emakumeak esperientzia honetara lotuak egoten dira. Senarren menpeko izatea eta jatorrizko komunitatearen faltak isolamendu soziala eragiten du emakumeengan. Kasu askotan, senarrek isolamendu hau mantendu eta handitu egiten dute arrazoi ezberdinengatik, hala nola, jeloskortasuna edo emazteak okzidentalizatuak izateko beldurragatik. Horretaz gain, zerbitzu eta babeslekuei loturiko lotsak eta estigmak laguntza eskatzeko jokabideak ekidin ditzakete, isolamenduan eraginez (Gennari, Giuliani eta Accordini, 2017).

3. Ahalduntzea

Ahalduntze kontzeptua ingeleseko empowerment hitzetik dator eta Rappaportek (1977) definitu zuen lehen aldiz, inguruaren ulermen kritiko baten bidez komunitate, elkarte eta pertsonen euren bizitzaren kontrola irabazten duten prozesu gisa. Genero ikuspegiaz aztertuz, ahalduntzea emakumeei euren bizitza eta ingurua antolatze gaitasuna handiarazten dien prozesua da. Beren buruarekiko kontzientzia hartzean, euren estatusen eta elkarrekintza sozialerako eraginkortasunean garatzen laguntzen die. Indarkeria matxistaren eremuan, alde batetik, emakumea gizonarekiko duen egoeraz (kondizio eta posizioa) eta genero-identitatearen eraikuntzaz ohartzea dakar. Bestetik, norbere autoestimua, autonomia eta bizitzaren jabetza ahalbidetzen duten sinismenen inguruan aldaketa soziala garatzeko estrategia eta trebetasunak barneratzea (Álvarez, Sánchez eta Bojó, 2016). Emakumeen ahalduntzea giza eskubideen berezko helburua da (Richardson, 2017).

Psikologiaren alorrean ahalduntzea oso ikertua izan den terminoa da, baina dena den, zaila da interbentzio baten ondorengo emakumeen ahalduntzea neurtzeko aldagaiak zehaztea, izan ere, autoreek desberdin definitzen dute. Baina, nahiz eta emakumeen ahalduntzearen hainbat definizio dauden, gehienak oinarritzko kontzeptu batzuekin ados daude. Batetik, emakumeen ahalduntzea euren arazo espezifikoak direla eta (familia dinamika eta gizon eta emakumeen arteko botere harremanak) beste baztertutako giza taldeetatik desberdina dela. Bigarrenik, agentzia, erabakiak hartzeko eta hauen gain jokatzeko gaitasuna, ahalduntzearen erdiguneko gaia dela. Azkenik,

ahalduntzea denboran zehar ematen den prozesua dela, alderdi batzuk epe motzean (hezkuntza lorpenak handitzea) eta beste batzuk, aldiz, epe luzean eman daitezkeelarik (gizartean emakumearen paperaren ideiak aldatzea) (Richardson, 2017).

Donosok (2013) literaturako errebisio eta analisia burutu ondoren ahalduntzearen hiru aldagai definitu zituen: *kontzientzia kritikoaren garapena, identitate propio bat garatzeko euren buruaren balorazioa eta autodeterminazioa*.

Lehenengoa errealitatearen eta egoera sozialaren analisiarekin dago erlazionatuta, genero inposaketak agerian jartzeko ikusmoldearekin. Harreman asimetrikoetan ematen diren komunikazio, jokabide eta portaerak azalertzeko, errealitatea modu kritikoan aztertzean datza. Genero ideologiak desparekotasunean oinarritutako harremanak eta sexismoa aurrez hartzen ditu, emakumea gizonarekiko sumisio eta menpekotasun egoeran kokatuz. Zentzu honetan emakumeak hausnartu egiten du datozen belaunaldiei transmititu nahi dizkien balioen inguruan; eta, honela, hurrengo belaunaldietan indarkeria desagerrarazten lagundu.

Bigarren kategoria emakumeek euren gain egindako atribuzioetan oinarritzen da, pertsona baliotsu, euren gaitasunen kontzientzia eta identitatea eta arazoei aurre egiteko estrategiak eraikitzean. Eskubideen kontzientzia hartzeak, gai den pertsona gisa sentitzea eta eskubideak gozatu eta exijitzea eragiten du. Kategoria honetan autoestimua eta identitate kontzeptuak sartzen dira. Indarkeria jokabideak agertzea identitate eta autoestimu arazoekin erlazionatuta dago. Autoestimu baxua segurtasun eza eta menpekotasun iturria da, subjektibotasuna eta pertsona aktiboak sortzeko muga bihurtzen dena.

Eta, *hirugarrenak*, ahalduntzeari esker martxan jarritako aldaketarako prozesuei egiten die erreferentzia. Helburuak ezarri eta errealitatean aldaketak ezartzeko balio du autodeterminazioak; aldaketa hauek emakumei euren subordinazio egoera gainditzen lagunduko die estatus ekitatibo bat lortuz. Aurreko bi aldagaiek ez dute zentzurik ez badoaz aldaketa proposamenen eskutik, ezta helburuak lortzeko beharrezkoak diren estrategien itxaropenen eskutik ere. Ahalduntzearen pauso bat ematen da emakumeek “agentzia pertsonalaren” sentimendua barneratzen dutenean eta euren izenean jokatzeko hasten direnean (Donoso, 2013).

4. Esku-hartze programen errebisioa

Aurrekariak aztertzeko, Espainiar estatuko programa bat, EAEko plan bat eta nazioarteko errebisio bat aztertu dira.

Batetik, 2013. urtean Obra Social “La Caixa” garatutako “*Apoyo Psicosocial a mujeres migradas en situaciones de violencia de género*” programa aztertu da (Donoso eta Venceslao, 2013). Programa hau GIa egoeretan dauden edo egoteko arriskua duten emakume migratzaileei dago bideratuta. Helburu orokorrak ahalduntzea sustatzea, indarkeriak sortutako eraginak gainditzea, indarkeria bultzatzen duten aldagai kulturei aurre egiteko gaitasuna aktibatzea eta euren eguneroko bizitza erregulatzeko aldaketa prozesuan laguntzea dira. Guztira 16 jarduera ditu 7 tailerretan banatuta. Ebaluazioa egiteko irizpideak ageri badira ere, emaitzak ez dira azaltzen, hortaz, hauek ezin dira aztertu.

Bestetik, 2018ko “*EAEko emakumeen eta gizonen berdintasunerako VII. Plana*” daukagu (Emakunde, 2018). Helburu orokorra emakumeen eta gizonen artean benetako berdintasuna lortzen laguntzea da, bizitza politiko, ekonomiko, kultural eta sozialaren eremu guztietan. Lau jarduera esparru ditu eta horietako bat da emakumeen ahalduntzea, emakume eta neskak maila pertsonalean eta kolektiboan, zein sozialean eta politikoan ahaldundu daitezten laguntzeko helburuarekin. Planak guztira zortzi programa ditu, baina bi programetan oinarrituko gara. Batetik, *emakumeen ahalduntze pertsonalari eta kolektiboari laguntzea* programa. Helburu orokorretako bat, emakumeen genero-kontzientzia, autoestimua eta autonomia garatzeko laguntza ematea da. Bestetik, *emakumeen kontrako indarkeriaren detekzioa, arreta eta berroneratzea*, zeinen helburu orokorretako bat emakumeen aurkako indarkeriaren biktimei arreta integrala bermatzea den ahalduntzearen ikuspegitik. Planaren ebaluaketa 2022. urtean eramango da aurrera emaitzak aztertu ezin direlarik.

Bukatzeko “*Can self-help group programs improve women’s empowerment? A systematic review*” (Brody, Hoop, Vojtkova, Warnock, Dunbar, Murthy, eta Dworkin, 2016) errebisioa aztertu da; ahalduntze ekonomiko, sozial, politiko eta psikologikoaren meta-analisiak barne hartzen dituena. Ahalduntze psikologikoari dagokionez, ebaluazio kuantitatiboan ez da ebidentziarik aurkitu babes talde eta emakumeen ahalduntzearen artean; kualitatiboan, ordea, babes taldeek ahalduntzean

laguntzen dutela azaldu da. Hiru aldagai aztertu dira: agentzia, etxeko negoziaketetan parte hartzea eta etxeko eztabaidak. Agentzian, emakumeak jendearen aurrean hitz egiteko gaitasuna handitu dutela azaldu da; negoziaketari dagokionez, etxeko dinamikan hobekuntzak eta senarren errespetu eta onarpena handitu dira eta azkenik, etxeko eztabaidetan, ikerketek azaldu dute eztabaidak murrizten direla eta babes taldeek presioa egiten dutela senarengan hauek emazteak jo ez ditzaten. Bestetik, ez dago ebidentzia nahikorik babes taldeek emakumeengan genero indarkeriaren inguruko kontrako jarrerak sortzen dituztela esateko. Hala ere, ebaluazioek ez zuten egindako jardueren inguruko informazio nahikorik eskaini.

5. Proposamen zehatza

Ibañez, Arnoso, Mazkieran eta Arnosok (2011), indarkeriaren biktimen babes sozialean eta euren osatze-prozesuan ezinbestekoak diren eremuetan atzemandako gabeziak mahaigaineratu zituzten. Haietako bat emakume etorkinen jabetzerako eta ongizate psikosoziala erdiesteko baliabide eskasak izan ziren. Biktimen zein erakunde publikoetako agenteen aldetik jaso zituzten kritiken artean, kaltetuak jabetzeko eta indartzeko egiten den esfortzu eskasa aipatu zieten. Badirudi, erakundeen jarrera asistentzialistak euren autonomia bultzatu ordez beharren menpekotasuna sortzen duela. Ondorioz, ahalduntze ekintzaitza proiektu honen bidez emakume musulmani euren ahalduntzerako baliabideak eskaini nahi zaizkie, genero indarkeriaren prebentzioa lortzeko asmoz.

5.1 Proiektuaren hartzaileak

Proiektu honen parte hartzaileak Oionen (Araba) bizi diren emakume etorkin musulmanak izango dira. 18 urtetik gorakoak izango dira eta esku hartzean parte hartzeko deialdia erakunde ezberdinetatik eta udaletxetik zabalduko da.

Gutxienez 12 eta gehienez 20 parte hartzaile egongo dira.

1. Taula Programaren hartzaile zuzenak, ez-zuzenak eta onuradunak.

Onuradun populazioa	Populazio hartzailea	Populazio hartzaile ez-zuzena
Emakume musulmanak eta euren familiak	Oionen bizi diren emakume etorkin musulmanak	Komunitatea

5.2 Helburuak

➤ Helburu orokorra

-Emakume musulmanen ahalduntzea sustatu

➤ Helburu espezifikoak

-Kontzientzia kritikoaren garapena bultzatu

-Autoestimua indartu

-Harrera herrialdeko isolamendu soziala murriztu

➤ Helburu eragileak

-Emakumeen ahalduntzea handitu da

-Genero rol eta sexismoaz ohartzeko gai dira

-Emakumeen autoestimua hobetu da

-Euren eskubideen kontzientzia lortu dute

-Harrera herrialdeko isolamendua txikitu da

-Gaitasun sozialak hobetu dituzte

-Taldekohesioa lortu da

5.3 Jarduerak

Programa aurrera eramango da herriko Bazterra Aretoan. Saio bakoitzak bi ordu iraungo ditu eta larunbat goizetan egingo da bi astean behin. Irailaren 5ean hasi eta azaroaren 16ean amaituko da, guztira 7 saio izango dira. Saio bakoitzean dinamizatzailea psikologoa izango da, eta behar izanez gero itzultzailea egongo da ere bai. Saioak gaztelaniaz izango dira. Giza baliabide, baliabide material eta aurrekontuari buruzko informazioa eranskinetan dago txertatuta (9. Eranskina).

1. Saioa

Lehenengo saio hau sarrera gisa erabiliko da. Proiektuaren aurkezpena egingo da, helburuak, zenbat saio izango diren eta abar azalduz. Bakoitzaren izenak ezagutzeko dinamika txiki bat egingo da ondoren. Tarte batean esku hartzearen inguruan zer espero duten galdetuko da, euren itxaropenak zeintzuk diren ezagutzeko asmoz. Bukatzeko, ahalduntzea, kontzientzia kritikoa, autoestimua eta isolamendu soziala neurtzen dituzten pre-testak (1., 2., 3. eta 4. Eranskinak) pasako zaizkie.

2. Saioa

Helburu espezifikoa: Kontzientzia kritikoaren garapena bultzatzea

Estereotipoak apurtzen

Hasteko, taldeka parte hartzaileei emakume eta gizon bat marraztea eskatuko zaie eta horretarako kartulina eta errotulagailuak emango zaizkie. Bertan, ezaugarri fisiko zein psikologikoak azaldu beharko dituzte. Ondoren, genero rolen inguruko brainstorming-a egingo da. Kultura musulmanean dauden rolen inguruan izango da eta bertako tradiziozko genero rol eta familia integritatearen inguruan hausnartuko da. Behin hau eginda, euren marrazkietan zerbait aldatzeko edota gehitzeko aukera izango dute.

Fantasiatzko herrialdera bidaiatzea

Lehen saioan emakume bakoitzari euren herrialdeko ipuin tradizional bat ekartzeko eskatuko zaie. Lehenengo hamar minutuetan bakoitzak euren ipuinetan dauden genero rol tradizionalak identifikatu beharko ditu: nork garbitzen duen etxea, nork zaintzen dituen haurrak... Behin horiek identifikatzean ipuina eraldatzeko eskatuko zaie, protagonistak aldatzea, genero rolei buelta ematea, bukaera aldatzea... Ondoren, besteei azaldu beharko dizkiete modu laburrean.

3. Saioa

Helburu espezifikoa: Kontzientzia kritikoaren garapena bultzatzea

Feminismo islamiko poskoloniala

Saio hau Bidaya emakume musulmanen elkartekoekin eramango da aurrera. Bertara feminismo islamiko poskolonialean aditua gonbidatuko da eta emakume musulmanen ahalduntzeaz, dekolonizazioaz, feminismoaz eta abar eztabaidatzeko aukera izango dugu.

4. Saioa

Helburu espezifikoa: Autoestimua indartzea

Maleta magikoa

Parte-hartzaile bakoitzari orri eta boligrafo bana banatuko zaizkio. Dinamizatzaileak hurrengo galdera egingo die: Zein izan da zuen bizitzan pertsonarik garrantzitsuenak? Orrian idatzi eta hau gorde beharko dute. Dinamizatzailea, ondoko gelan egongo da eta banan banan deituko ditu parte hartzaile guztiak. Bertan maleta magikoa egongo da zeinak bakoitzarentzat pertsona garrantzitsuenak zein den asmatuko duen. Maleta barruan ispilu bat egongo da eta parte hartzaileek maleta begiratzean, maletak euren

burua garrantzitsuena izan dela erantzungo die. Denek bukatu arte ezer ez esateko eskatuko zaie. Eta bukaeran, taldeko hausnarketa bat egingo da hurrengo galderei jarraiki: paperean jarri duzunak eta mailetak esan duenak bat egin dute? Nola sentitu zara ariketa egin duzunean? Zein ondorio ateratzen dituzu? Positiboa edo negatiboa uste duzu dela norberarengan pentsatzea? Ze uste eta balio daude zuen argudioetan? Saio amaieran hausnarketa moduan ipuin labur bat kontatuko zaie, *100€-ko billetea* (5. Eranskina).

5. Saioa

Helburu espezifikoa: Autoestimua indartzea

Zuhaitza sortuz

Parte hartzaile bakoitzari bi kartulina banatuko zaizkio. Batean zuhaitz bat marraztuko dute eta bestean 15 bat hosto. Bi hostoetan euren buruaren inguruko alderdi positiboak idatzi beharko dituzte, eta gainontzekoetan programako parte hartzaile bakoitzeko bat. Ondoren, hostoak moztu eta elkarri banatuko dizkiote eta bakoitzak bere zuhaitzean itsatsiko ditu. Euren zuhaitzak aztertzeke eta hausnartzeko hamar minutu emango zaizkie.

Ispiluari begirada bat

Borobil batean eseriko gara eta ispilu bat egongo da. Ispilua banan-banan hartu eta euren buruari begiratu beharko diote hurrengo esaldia esanez: “nire buruaz harro nago...-tik”. Behin denek egin dutenean, aurpegi bat marraztuko dute eta bertan bakoitzaren alde positiboek gain negatiboak idatzi edo marraztuko dituzte. Eta bukaeran hurrengo galdera erantzungo dute: zer izango nintzateke ni nire alde negatiboak izango ez banitu?

6. Saioa

Helburu espezifikoa: Harrera herrialdeko isolamendua murriztea

Nik hori ez dut gustoko

Jarduera honetan asertibitatea landuko da. Hasteko pertsona agresibo/pasibo/asertiboen inguruko azalpena emango zaie. Ondoren egoera ezberdinak banatuko zaizkie eta bertan dagoen erantzuna nolakoa den esan beharko dute. (6. Eranskina) Gero eurak nola erantzungo luketen galdetuko zaie, eta euren erantzuna agresibo edo pasiboa izango ez balitz, denen artean erantzun asertiboa batean pentsatuko da.

Teoriatik praktikara

Behin teorikoki praktikatu denean. 3 edo 4 pertsonako taldeetan rol playing-ak egingo dituzte eta bakoitzak agresibo, pasibo eta asertibo rolak probatu beharko ditu (6. Eranskina). Bukaeran asertibitatearen garrantziaz hitz egiteko aukera egongo da euren bizitzan asertiboak izan diren edo ez diren egoerei erreparatuz.

7. Saioa

Helburu espezifikoak: Harrera herrialdeko isolamendua murriztea

Elkar ezagutzen

Saio hau komunitate osoari zuzenduta dago. Goiz osoko jarduera bat izango da, goizean haurrentzako txokoa egongo da eta bertan herrialde desberdinetako jolasetan aritzeko aukera izango dute. Haurrentzako bideratutako jarduera hau begiraleen bitartez dinamizatuko da. Helduentzako mural handi bat egongo da eta bakoitzak mezuak idazteko aukera izango du, kulturartekotasunaren inguruan. Eguerdian herri bazkari bat egongo da, bazkaria apuntatu den familia/lagun talde bakoitzak eraman beharko du eta denontzat izango da, kultura ezberdinetako janak dastatu ahal izateko. Bazkaria frontoian izango da eta mahai eta aulkiak udaletxeak utziko dizkigu.

5.4 Ebaluazioa

2. Taula Ebaluazio motak.

Ebaluazio mota	Noiz egingo da	Tresnak
Prozesuaren ebaluazioa	Saio bakoitzaren bukaeran	-Prozesuaren galdera sorta
Eraitzen ebaluazioa	Esku hartzea hastean eta amaitzean	-Escala para medir agencia personal y empoderamiento -Rosemberg-en autoestimua neurtzeko eskala -Kontzientzia kritikoa neurtzeko ad hoc tresna -Laguntza soziala neurtzeko Duke-Unc galdesorta
Inpaktuaren ebaluazioa	Esku hartzea amaitzean eta sei hilabetera	-Komunitatean galdera sorta eta elkarrizketak

Alde batetik, proiektuaren *prozesuaren ebaluazioa* eramango da aurrera. Helburua esku-hartze proiektua diseinatu den bezala indarrean ipini den edo ez baieztatzea da. Proiektua aurrera eramaten den bitartean egingo da, zailtasunak detektatu eta arrakasta ziurtatzeko aldaketak proposatzea ahalbidetuz. Saio bakoitzaren bukaeran parte hartzaileei galdera sorta bana pasako zaie (7. Eranskina). Likert moduan erantzun beharreko itemekin jardueretikiko beraien satisfazio-maila, asistentzia-maila, interes-maila, zailtasun-maila eta parte-hartzea aztertu nahi da eta, amaieran, galdera ireki batzuk egongo dira saioa hobetzeko zer egin daitekeen modu aske batean erantzun ahal izateko.

Beste alde batetik, *emaitzen ebaluazioa* egingo da, esku-hartze proiektuaren hartzaile zuzenekin aurreikusitako emaitzek eta hau aplikatu ondoren lortutako emaitzek bat egiten duten edo ez aztertzeko. Hau pretest-posttest deituriko teknikan oinarrituko da. Esperotako emaitzak bete diren egiaztatzeko, parte-hartzaileei esku-hartzea indarrean jarri aurretik, ahalduntzea, autoestimua eta laguntza soziala neurtzen duen tresna estandarizatu bana eta kontzientzia kritikoa neurtzen duen ad hoc tresna bat pasako zaizkie. Ahalduntzea neurtzeko *Escala para medir agencia personal y empoderamiento (ESAGE)* (Pick et al., 2007) testa pasako zaie, autoestimua neurtzeko, Rosenberg-en (1965) autoestimua neurtzeko eskala eta laguntza soziala neurtzeko, ordea, Duke-UNC-11 galdesorta (Bellón, Delgado, De Dios eta Lardelli, 1996) (1., 2. Era 3. Eranskinak). Programa amaitu ostean, subjektuek galdesorta berdinak erantzun beharko dituzte, hasierako eta amaierako emaitzak alderatu ahal izateko.

Amaitzeko, *inpaktuaren ebaluazioa* egingo da, esku hartze proiektuak komunitatean sortutako ondorio guztiak aztertzeko, bai finkatutakoak eta bai ustekabekoak. Komunitatean izandako ondorioak neurtzeko, azkenengo saioan parte hartu zuten herritarrei eta herriko eragile ezberdinetako kideei elkarrizketa zein galdesortak pasako zaizkie. Hau programa amaitzean eta sei hilabetera egingo da.

Ebaluazio mistoa erabiliko da; hau da, psikologoak eta Arabar Errioxako Kuadrillako berdintasun teknikariak egingo dute. Diseinu hau osoena da eta eraginkortasun handiena du; hala nola, objektibotasuna eta proiektuaren ezagutza bermatzen delako. Prozesua, emaitzak eta inpaktua ebaluatuko direnez, izaera formatiboa eta sumatiboa

izango du. Horrela, proiektuaren ebaluazioa, hasieran, inplementatzen den momentutik amaiera arte iraungo duelarik.

Amaitzeko, ezinbestekoa izango da ebaluazioan zehar lortutako emaitzak komunitateari itzultzea, zehazki parte hartzaile zuzenei eta onuradun populazioari. Horretarako saio berezi bat antolatuko da proiektua bukatu eta urte batera.

5.5 Kronograma

3. Taula Esku-hartzearen kronograma.

	Irailak 5	Irailak 7	Irailak 21	Urriak 5	Urriak 19	Azaroak 2	Azaroak 16	Azaroak 18	Maiatzak 15
1. Saioa	x								
2. Saioa		x							
3. Saioa			x						
4. Saioa				x					
5. Saioa					x				
6. Saioa						x			
7. Saioa							x		
Prozesuaren ebaluazioa		x	x	x	x	x	x		
Post-testak								x	
Inpaktuaren ebaluazioa								x	x

6. Erreferentziak

- Álvarez, L. (2016). *Feminismo islamikoa eta emakume musulmanen elkartegintza Euskadin* (master amaierako lana). Euskal Herriko Unibertsitatea, Bilbo.
- Álvarez, M., Sánchez, A. M. eta Bojó, P. (2016). *Tratu txar matxisten biktimen arreta psikologikorako gidaliburua*. <https://copgipuzkoa.eus/eu/argitalepenak/item/66-tik-berreskuratuta>
- Badran, M. (2010). Feminismo islámico en marcha. *Clepsydra*, 9, 69-84.
- Bellón, J. A., Delgado, A., De Dios, J. eta Lardelli, P. (1996). Validez y Fiabilidad del cuestionario de apoyo social funcional Duke-UNC-11. *Atención Primaria*, 18, 153-163.
- Brody C. et al. (2016). Can self-help group programs improve women's empowerment? A systematic review. *Journal of Development Effectiveness*, 9(1), 15-40.
- Cala, M. J. et al. (2011). *Recuperando el control de nuestras vidas: reconstrucción de identidades y empoderamiento en mujeres víctimas de violencia de género*. (Memoria de investigación). Madril: Osasun, Gizarte Politika eta Berdintasuneko Ministerioa.
- Donoso, T. (2013). Proceso colectivo de elaboración y evaluación de un programa de prevención en violencia de género. Efectos en el empoderamiento de las mujeres. *Asparkia*, 24, 69-86.
- Donoso, T eta Venceslao, M. (2013). *Violencia: tolerancia cero. Apoyo psicosocial a mujeres migradas en situaciones de violencia de género*. Bartzelona: Obra Social La Caixa.
- Emakunde (2018). Análisis e interpretación de datos estadísticos sobre violencia contra las mujeres en la CAPV. <http://www.emakunde.euskadi.eus/violencia/informacion/evaluacion/>-tik berreskuratuta.
- Emakunde (2018). "EAEko Emakumeen eta Gizonen Berdintasunerako VII. Plana". <http://www.emakunde.euskadi.eus/politicas-publicas/informacion/emakunde7plan/>-tik berreskuratuta
- Fernández, P. eta Alonso, B. (2012). *Manual salir adelante. Prevención y sensibilización de violencia de género dirigida a mujeres inmigrantes*. Madril: Diversidad Visual SL.
- Fernández Guerrero, O. (2011). Las mujeres en el Islam: una aproximación. *Brocar*, 35, 267-286.
- García Muñecas, N. eta Rasero, M. C. (2007). Problemática sociológica de las mujeres inmigrantes víctimas de delitos en la CAE. *Eguzkilore*, 21, 263-272.

- García-Yeste, C., Gairal, R. eta Ríos, O. (2017). Empoderamiento e inclusion social de mujeres inmigrantes a través de las tertulias literarias dialógicas. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social (RIEJS)*, 6(2), 97-111.
- Gennari, M., Giuliani, C. eta Accordini, M. (2017). Muslim immigrant men's and women's attitudes towards intimate partner violence. *Europe's Journal of Psychology*, 13(04), 689-707.
- Higueras, G. (2011ko martxoak 7). La mujer no puede liberarse bajo ninguna religion. *El Pais*.
https://elpais.com/sociedad/2011/03/07/actualidad/1299452411_850215.html -tik berreskuratuta.
- Huerta, M. eta Alonso, B. (2007). *Guía práctica para la dinamización de espacios de desarrollo personal y profesional para mujeres inmigrantes*.
<http://cepaim.org/wp-content/uploads/2014/06/Guia-Sara.pdf> -tik berreskuratuta.
- Ibáñez, A., Arnoso, M., Mazkiaran, M. eta Arnoso, A., (2011). Emakume etorkina eta genero-indarkeria EAEko testuinguruan: arrisku-faktoreak eta babes soziala. *Uztaro*. 78, 77-101.
- Lambret, A. (2009). Mujeres, Islam e Igualdad de Género. In *XIX Simposio Electrónico Internacional Medio Oriente y Norte de Africa*.
- MOE (2013). Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra la mujer: prevalencia y efectos de la violencia conyugal y de la violencia sexual no conyugal en la salud.
- Osasun, Gizarte Politika eta Berdintasuneko Ministerioa (2015). Macroencuesta de violencia contra la mujer 2015. Avance de resultados.
http://www.violenciagenero.igualdad.mpr.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/colecciones/pdf/Libro_22_Macroencuesta2015.pdf -tik berreskuratuta.
- Pick S. et al. (2007). Escala para medir agencia personal y empoderamiento (ESAGE). *Revista internacional de psicología*, 40(3), 295-304.
- Richardson, R. A. (2017). Measuring Women's Empowerment: A Critical Review of Current Practices and Recommendations for Researchers. *Social Indicators Research*, 137(2), 539-557.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self image*. Princeton: Princeton University Press.
- Unidad de Comunidades Islámicas de España, UCIDE (2018). Estudio demográfico de la población musulmana. Explotación estadística del censo de ciudadanos musulmanes en Española referido a fecha 31/12/2018.
<http://observatorio.hispanomuslim.es/estademograf.pdf> -tik berreskuratuta.

Valcarcel, M. S. eta Rivera de la Fuente, V. A. (2014). Feminismo, identidad e Islam: encrucijadas, estrategias y desafíos en un mundo transnacional. *Tabula rasa*, 21, 139-164.

7. Eranskinak

1. Eranskina

Ahalduntzea neurtzen duen eskala

Escala para medir agencia personal y empoderamiento (ESAGE) (Pick et al., 2007)

Para cada afirmación, marque con una X en la columna que mejor indique su grado de acuerdo o desacuerdo.

1=Nunca

2=Casi nunca

3=Casi siempre

4=Siempre

Número	Afirmación	1	2	3	4
1	Me es difícil expresar mi opinión públicamente				
2	Me siento inseguro con mis decisiones				
3	Dejo las cosas a medias				
4	Tengo iniciativa para hacer las cosas				
5	Me cuesta trabajo terminar lo que estoy haciendo				
6	Me es difícil saber qué esperar de la vida				
7	Exijo mis derechos aunque otros no estén de acuerdo				
8	Busco la solución a un problema, aunque otros me digan que no hay				
9	Me da pena equivocarme				
10	Cumplir con mis planes está fuera de mi control				
11	Cuando tengo un problema, sé lo que necesito para solucionarlo				
12	Me da pena hablar en público				
13	Tapo mis errores para que nadie se dé cuenta				
14	Encuentro soluciones novedosas a problemas				

	difíciles				
15	Me desespero ante situaciones difíciles				
16	Me gusta planear mis actividades				
17	Siento que tengo poco control sobre lo que me pasa				
18	Hago menos cosas de las que soy capaz				
19	Me siento incapaz de cumplir lo que me propongo				
20	Me es difícil saber con quién cuento				
21	Siento que tengo poco control sobre lo que me pasa				
22	Sólo le echo ganas a lo que es fácil				
23	Le doy demasiada importancia a las opiniones de los demás				
24	Me da miedo que me elogien				
25	Me gusta tener responsabilidades				
26	Me quejo con las autoridades cuando hay un abuso				
27	Es mejor tomar decisiones que esperar a ver lo que pasa				
28	Sé por qué me pasan las cosas				
29	Me gusta ser el primero en hacer cosas nuevas				
30	Me es fácil tomar decisiones				
31	Hago lo que creo que es mejor para mí sin importar lo que otros crean				
32	Me da pena cobrar lo que me deben				
33	Tengo que aguantarme la vida que me tocó				
34	Conozco las leyes de mi país				
35	Pienso que este mundo lo dirigen aquellos que tienen poder...				
36	En mi colonia/comunidad ayudo a resolver los				

	conflictos que se presentan				
37	En mi colonia/comunidad participo en las asambleas o juntas vecinales				
38	Opino sobre lo que debe hacerse para mejorar mi colonia/comunidad				
39	En mi colonia/comunidad conozco a las autoridades que me representan				
40	Se cuáles son los problemas de mi colonia/comunidad				
41	Me quedan muy claros los planes que el gobierno tiene para mi colonia/comunidad				
42	Quiero lograr cambios en mi colonia/comunidad				
43	En mi colonia/comunidad ayudo a resolver los conflictos que se presentan				
44	En mi colonia/comunidad participo en las asambleas o juntas vecinales				
45	Opino sobre lo que debe hacerse para mejorar mi colonia/comunidad				

2. Eranskina

Kontzientzia kritikoa neurtzen duen eskala

Indica el grado de acuerdo o desacuerdo de las siguientes afirmaciones.

1=Total desacuerdo

2=Desacuerdo

3=Acuerdo

4=Total acuerdo

	Afirmación	1	2	3	4
1	Puedo identificar los estereotipos y roles que la sociedad impone a hombres y mujeres				
2	Puedo identificar como esos estereotipos influyen en mis pensamientos				
3	Puedo identificar como esos estereotipos influyen en mis comportamientos				

4	Puedo analizar críticamente los roles tradicionales de género de mi cultura				
5	Puedo identificar como yo transmito o he transmitido esos roles				
6	Puedo analizar de forma crítica los cuentos tradicionales				
7	Sé lo que significa el feminismo islámico poscolonial				
8	Puedo dar una opinión basada en el feminismo islámico poscolonial				

3. Eranskina

Rosemberg-en autoestimua neurtzeko eskala (Rosenberg, 1965)

Lee las siguientes afirmaciones y marca una cruz en el recuadro que mejor refleje tu grado de acuerdo con ellas.

1= Muy de acuerdo

2= De acuerdo

3= No estoy de acuerdo

4= Muy en desacuerdo

	1	2	3	4
1. En general estoy satisfecho/a conmigo mismo/a				
2. A veces pienso que no sirvo para nada				
3. Creo tener varias cualidades buenas				
4. Puedo hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente				
5. Creo que no tengo muchos motivos para enorgullecerme				
6. A veces me siento realmente inútil				
7. Siento que soy una persona digna de estima, al menos en igual medida que los demás				
8. Desearía sentir más respeto por mí mismo/a				
9. Me inclino a pensar que en conjunto soy un fracaso				
10. Asumo una actitud positiva hacia mí mismo/a				

4. Eranskina

Laguntza soziala neurtzeko Duke-Unc galdera sorta (Bellón, Delgado, De Dios eta Lardelli, 1996)

Lee las siguientes afirmaciones y marca una cruz en el recuadro que mejor refleje tu grado de acuerdo con ellas.

1= Mucho menos de lo que deseo

2= Menos de lo que deseo

3= Lo que deseo

3= Más de lo que deseo

4= Mucho más de lo que deseo

	1	2	3	4	5
1. Recibo visitas de amigos y familiares					
2. Recibo ayuda en asuntos relacionados con mi casa					
3. Recibo elogios y reconocimiento cuando hago bien mi trabajo					
4. Cuento con personas que se preocupan por lo que me sucede					
5. Recibo amor y afecto					
6. Tengo posibilidad de hablar con alguien de mis problemas de casa					
7. Tengo posibilidad de hablar con alguien de mis problemas personales y familiares					
8. Lo que es importante para mí no es importante para los demás					
9. Recibo invitaciones para distraerme y salir con otras personas					
10. Recibo consejos útiles cuando me ocurre algún acontecimiento importante en mi vida					
11. Recibo ayuda cuando estoy enfermo en la cama					

5. Eranskina

El billete de 100 euros (Huerta eta Alonso, 2007)

Iman, con el rostro abatido de pena, se reúne con su amiga Fatima en un bar para tomarse unos Tes. Deprimida le descarga a Fatima todas sus angustias... Que si el trabajo, que si el dinero, que si el novio, las amigas... todo parecía estar mal en su vida. Entonces Fatima cogió un billete de 100 (acababa de cobrar) y le dijo:

–Iman, ¿Quieres este billete?

Iman un poco confundida le contestó:

–¡Pero, cómo no lo voy a querer, ¿estás tonta o qué?, todo el mundo lo querría!

Entonces Fatima cogió el billete y lo arrugó hasta hacerlo una bola, le enseñó a Iman la pelota y le volvió a preguntar:

–¿Y ahora, lo quieres?

–Mira Fatima, no sé qué pretendes con esto, pero siguen siendo 100; ¡claro que los quiero si me los das! A continuación Fatima aplanó el billete arrugado, lo tiró al suelo y lo arrastró con el pié, volviéndolo a coger todo sucio, arrugado y pisoteado.

–¿Aún lo quieres?

–Mira Fatima, no sé lo que pretendes, pero eso es un billete de 100 y hasta que no lo rompas conservará su valor.

–Así es, entonces tienes que saber que aunque a veces algo no salga como tú quieras, aunque la vida te arrugue o te pisotee, tú sigues siendo tan valiosa como lo has sido siempre, lo que te tienes que preguntar es cuánto vales en realidad y no como estás de destrozada en un momento determinado.

Iman se la quedó mirando sin saber qué decirle, mientras se daba cuenta de que razón tenían aquellas palabras. Fatima puso el billete arrugado a un lado de la mesa y con una sonrisa cómplice añadió: –Toma, quédatelo para que recuerdes esto cuando te sientas mal... pero me debes un billete nuevo de 100 , para poder utilizarlo con el próximo amigo que lo necesite.

6. Eranskina

Asertibitatearen egoerak

Hori ez dut gustoko

1. Situación:

Después de estar trabajando durante todo el día y estar muy cansada lo unico que te apetece es irte a casa. Pero desde dirección te piden que te quedes una hora más. Por no generar ningún problema, aún no apeteciéndote nada decides quedarte.

¿De qué tipo ha sido la respuesta?

-Pasiva

-Agresiva

-Asertiva

En caso de no ser asertiva, ¿cómo podríamos cambiarla para serlo?

2. Situación:

Estás haciendo cola en el supermercado y una persona se cuele. No te parece nada bien lo que ha hecho y decides gritarle: ¿Quién te crees que eres? ¿Te parece normal lo que estás haciendo?

¿De qué tipo ha sido la respuesta?

-Pasiva

-Agresiva

-Asertiva

En caso de no ser asertiva, ¿cómo podríamos cambiarla para serlo?

3. Situación:

No te ha gustado nada como una amiga tuya ha tratado a otra. Decides hablar con ella:

-Mira Salma, seguramente no lo hayas hecho con mala intención, y a todas nos pasa a veces que reaccionamos mal porque hemos tenido un mal día, pero no me ha gustado como has tratado a Malak. Creo que deberías hablar con ella.

¿De qué tipo ha sido la respuesta?

-Pasiva

-Agresiva

-Asertiva

En caso de no ser asertiva, ¿cómo podríamos cambiarla para serlo?

4. Situación:

Has hecho la compra y al revisar el recibo te has dado cuenta de que está mal y que te han devuelto 7 euros dinero. Como hay mucha gente y además te da vergüenza decides irte a casa, al fin y al cabo todo el mundo se puede equivocar.

¿De qué tipo ha sido la respuesta?

-Pasiva

-Agresiva

-Asertiva

En caso de no ser asertiva, ¿cómo podríamos cambiarla para serlo?

Teoriarik praktikara

En cada situación una del grupo responderá de manera agresiva, otra de manera pasiva y la última de manera asertiva. Cada una tendrá que practicar las tres tipos de respuesta.

1. Situación:

Este fin de semana quieres usarlo para relajarte pero una amiga tuya va a celebrar una fiesta y te ha invitado. La verdad que no te apetece nada ir.

2. Situación:

Necesitas pedir un favor ya que no tienes como ir al pueblo de al lado y estás hablando con una amiga que probablemente pueda hacerlo.

3. Situación:

Estás en una reunión muy importante, has estado mucho tiempo preparándola y uno de tus compañeros dice un dato falso que influye mucho y tú te das cuenta.

7. Eranskina

Prozesuaren galdera sorta

Valoración de la sesión

Indica del 1 al 10 (siendo el 1 el más bajo y el 10 el más alto) en qué grado estás satisfecha con los siguientes puntos respecto a la sesión de hoy.

Número de sesión:	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Lugar										
Dinamizadora										
Duración										
Hora y día										
Las actividades										
Participación										
Grado de dificultad										
Grado de satisfacción general										

¿Qué es lo que más te ha gustado de la sesión de hoy?

¿Qué es lo que menos te ha gustado de la sesión de hoy?

¿Qué cambiarías o mejorarías?

Algún otro comentario:

8. Eranskina

Baliabide materialak, giza baliabideak eta aurrekontua

Baliabide materialak:

Udaletxeak hurrengoak utziko ditu: Bazterra aretoaren erabilera, frontoia eta mahai eta aulkiak.

Bestetik erabili beharreko materiala hurrengoa da: 40 kartulina, orriak, fotokopiak, errotulagailuak, boligrafoak, pegamentoa, artaziak, maleta bat eta ispilu bat.

Giza baliabideak:

Batetik, feminisimo islamikoaren aditua egongo da. Bestetik, psikologoa saioen dinamizatzailea izango da. Itzultzailea egongo da behar izanez gero eta Arabar Errioxako Kuadrillako berdintasun teknikariak ebaluazioan parte hartuko du. Bukatzeko, azken egunean goizeko jardueretarako begirale bat beharko da haurren jolasak dinamizatzeko.

Aurrekontua:

Materiala: 100 euro

Psikologoaren soldata: 2.774,47 euro (1 ordu = 67,67 euro)

6 saio x 2 ordu → 812,04 euro

Emaitzen itzulketarako saioa → 67,67 euro

Azken saioa x 4 ordu → 270,68 euro

Ebaluazioa egiteko 24 ordu → 1.624,08 euro

Berdintasun teknikariak bere lan orduetan egingo du lan

Bidaya elkarteko kideari → Bidaia 80 euro (kilometrajea) + 80 euro saioa

Itzultzailea behar izanez gero (17 ordu): 510 euro

Begiralea haurrentzako (azken saioa): 30 euro

Guztira: 3.064,47 euro (3.564,74 euro itzultzailea behar izanez gero)