

AUTODEFENTSA FEMINISTA TAILERRA

ZERGATIK AUTODEFENTSA FEMINISTA?

ZERGATIK AUTO?

Ez dugulako sasi-salbatzilerik behar, gu geu gai gareako!

Instituzioetatik, emakume pasiboen Ideia indartuz biktimaren paperean kokatzen gaituzte eta babes beharrean dauden gaixoak baikina tratatzen.

dute gaia politika paternalisten bitartez: babesten ez gaituzten zuzenbide sistema eta lege antzuekin, kontrol sozialerako baliatzen dituzten kamara eta poliziekin eta zenbakietara mugatzen diren hauteskunde kanpainekin.

“Auto” horrek indibidualtasunari baino gehiago, emakume guztiok osatzen dugun kolektiboari egiten dio erreferentzia: guri! Emakume bat erasotzen dute-nean, emakume guztion aurkako eraso delako!

ZERGATIK DEFENTSA?

Egunero jasaten ditugun eraso sexisten aurrean erantzun bat emateko!

Emakumeon kontrako indarkeria emakumeok kontrolpean eta menpeko mantentzeko sistema patriarkarren metodoa da. Sexuaren araberrako harremanak betikitzen ditu, gizonei boterea emanaz eta emakumeoi rol pasibo, sentibera, sakrifikatu eta ahula esleituz. Emakumeon kontrako indarkeriaz dihardugunean, telebistan aipatzen diren emakumeen eraiketa edo bortxaketak etortzen zaizkigu gogora. Adibide bortitzok izebergaren punta baino ez dira, izan ere, indarkeria matxistak hain nabarmenak ez diren eta sotilagoak diren moduak ere baditu menpekotasunak bere horretan irauteko. Neska-laguna/emaztea uneoro non eta norekin dagoen jakin nahi izatea, zein arropa edo norekin ibili behar duen esatea, debekuak, edota itxuragatik edo emakume izate hutsagatik iraintzea, kasu. Jaiotzen garen unetik sozializazio esparru ezberdinetatik (ikastetxea, aisialdia, familia, komunikabideak...) emakume izateko hezten gaituzte arestian aipatutako rol-ak gure nortasunean atxikiz. Prozesu horretan gakoetako bat BELDURRA da: txikitik erakusten digute emakume bezala beldurra sentitzen; kalean bakarrik edota ilunpean gaudelako esaterako. Ikararen bitartez gure gaitasunekiko kontrola galtzen dugu, gure autonomia mugatzen delarik. Transmittituriko beldur sozial horren bidez kontrolpean mantendu nahi gaituzte, gizaki PASIBOAK bihurtuz eta gure buruekiko konfidantza galduz.

ZERGATIK FEMINISTA?

Balio justuagoetan oinarritutako harremanak lantzen dituelako!

Emakumeonganako indarkeriaren jatorria sexuaren arabera ezartzen diren botere harremanak direnez, honi aurre egiteko gakoak eskaini eta harreman eredu berriak aldarrikatzen dituen jarra politiko feminismoa delako. Autodefentsa Feminista: emakumeengandik eta emakumeentzako egina da. Emakumeon zapalkuntza eta bizi dugun indarkeria, ondoren azaltzen den testuinguru jakin batean kokatu eta egiturazkoa dela azpimarratzen du, erasoei eta erantzunei izaera politikoa aitortzen die, sistema patriarkarra erantzule gisa seinalatuz. Sistema kapitalistan bezala, sistema patriarkarrean bizitzean ere berau erreproduzitzeko joera dago. Hori dela eta, gure ingurune hurbilean (etxean, harreman sexual nahiz afektiboetan, kolektiboetan...) ere jarrera sexistak ematen direla kontutan hartu behar dugu. Izan ere, hurbilekoak izanagatik gehiago kostatzen zaigu jarrera sexistak identifikatu eta onartzea, sarritan, erantzunaren zilegitasuna bera ezbaian jarritz. Beraz, emakume izateagatik pairatzen dugun zapalkuntzari erantzun eta botere harreman horiek salatze eta apurtze aldera, emakume bezala geure egiten dugun jarrera aktibo eta iraultzailea da Autodefentsa Feminista. Ezarritako ordena sozial patriarkarrari aurre egiteko jarrera.

HELBURUAK

- Emakumeok indarkeriarekiko ditugun bizipenak konpartitu eta biltzea. Esperientzia ezberdinak partekatu eta iritzi trukaketa egitea.
- Elkar entzutea eta beldur eta emozio ezberdinei buruz lasai hitz egiteko tartea eta espazioa eskaintzea.
- Indarkeria egoerak, eraso ezberdinen identifikazioa eta indarkeriaren definizioa taldean lantzea.
- Autodefentsaz aritzea eta autodefentsaz ulertzen duguna komunean jarri eta erasoei aurre egiteko estrategiak lantzea.
- Erantzun, alternatiba eta estrategietan sakontzea. Bai indibidualki martxan jarri beharrekoak eta baita kolektiboki eraiki beharrekoak ere.

EDUKIAK

1. KONTZIENTZIAZIOA

- Aurkezpena eta tailer honen kokapena: helburuak, saioen antolaketa eta oinarriak (konfidentzialtasuna, ezer ez da derrigorrezkoa, espazio segurua...)
- Ezagutza dinamikak
- Oinarri teorikoa lantzeko dinamikak

2. EMOZIOAK, ESPAZIO BITALA ETA MUGAK

- Beldurra landuko dugu
- Beldurretatik amorrua eta indarra lantzerara pasako gara
- Espazio bitala: erlaxazio txiki bat egin ostean, espazio bitalaren irudimen gidatua egingo dugu
- Mugak jartzen ikasteko eta autoafirmazioa lantzeko ariketak

3. ERASOAK ETA ERANTZUNAK

- Sutilak izan daitezkeen erasoen detekzioa eta horiei nola erantzun

4. AUTOESTIMUA

- Autoestimua lantzeko dinamikak egingo ditugu

