

Sexubide

GIDA PRAKTIKOA

ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN
PERTSONEK BERAIEN AFEKTUA ETA
SEXUALITATEA GARATU AHAL IZATEKO
BEHARREZKO INGURUNEAK ETA
LAGUNTZAK ESKAINTZEKO TRESNA



GORABIDE



ASOCIACIÓN VIZCAÍNA EN FAVOR DE LAS
PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL
ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN PERTSONEN
ALDEKO BIZKAIKO ELKARTEA

ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN PERTSONEK BERAIEN AFEKTUA ETA SEXUALITATEA GARATU AHAL IZATEKO BEHARREZKO INGURUNEAK ETA LAGUNTZAK ESKAINTZEKO TRESNA

GORABIDE



ASOCIACIÓN VIZCAÍNA EN FAVOR DE LAS
PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL
ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN PERTSONEN
ALDEKO BIZKAIKO ELKARTEA

Editorea: Gorabide (asociación vizcaína en favor
de las personas con discapacidad intelectual)
c/ Licenciado Poza nº 14, 2º - 48011 Bilbao
gorabide@gorabide.com Tel. 94 443 12 10
gorabide.com

Idea eta testua: Javier Bengoa Larrañaga
Ilustrazioak: Jone Garcia Gorritxategi

Bilbon, 2022ko arazoan

Erabiltzeko baldintzak:

Metodologia hau Gorabide Elkartearena da, adimen desgaitasuna duten pertsonen aldeko Bizkaiko elkartearena. Mesedez, metodologia hau erabiltzen duen orok egilea aipatu eta jakinarazi diezagula.



Aitortza-EzKomertziala-PartekatuAntzekoa 3.0 Espainia (CC BY-NC-SA 3)

Hau lizentziaren egokitutako laburpena da (eta ordezkatzeko duena), eta hizkuntza hauetan dago eskuragarri: Gaztelania, euskara, katalana, galegoa.

Libre zara:

Partekatzeke — Materiala edozein bitartekotan edo Adobe formatuan kopia zeko eta banatzeko — Materiala nahasteko, eraldatzeko eta material-
etik abiatuta sortzeko

Baldintza hauetan: Aitortza — Behar bezala aitortu behar duzu egilea, lizentziarako esteka jarri eta aldaketak egin badira adierazi. Arrazoizko
edozein modutan egin dezakezu, baina ezin duzu iradoki lizentziadunaren laguntza duzula edo egiten duzun erabileragatik bere laguntza jasotzen
duzula.

Ez komertziala — Materiala merkataritzako helburu baterako erabil dezakezu.

Partekatu Antzekoa — Materiala, nahastu, eraldatu edo hortik abiatuta sortzen baduzu, zuk egindako ekarpenen berri eman beharko duzu
jatorrizkoaren lizentzia berean.

Ez dago murrizketa gehigarririk — Ezin dituzu lizentziak baimentzen duen hori egitea legez murrizten duten terminoak edo neurri teknologi-
koak ezarri.

Honen laguntzarekin:



Sexubide



AURKIBIDEA:

1. Sarrera: gako kontzeptualak	3
2. Tresna nola erabili	6
2.1. Nire nahiak eta laguntza-beharrak	6
2.2. Laguntza-zirkulua eta harremanak	7
2.3. Helburuak eta lanerako plangintzak	8
3. Bibliografia	10
4. Tresna: Sexualitate Plana	11
Desira erotikoaren sexu-identitatea eta desira erotikoaren sexu-orientazioa	12
Zer naizen eta zer gustatzen zaidan	12
Erotikoa: adierazpen erotiko eta afektiboa	13
Nire afektuak eta emozioak adieraztea	13
Hedonia, erotika, afrodisia	14
Plazera	14
Amatorioa eta bikotea	17
Bikotea	20
Ugalketa	20
Seme-alabak	20
Sexu-eskubideak	21
Laguntza-zirkulua eta harremanak	24
Helburuak eta lanerako plangintzak	25

1. SARRERA. Gako kontzeptualak.

Tresna hau izateko beharra **Gorabideren Sexualitate Programaren** testuinguruan sortu zen, eta berrikuntza-agendak sustatu zuen programa hori 2012an. Proiektuaren xedea adimen- eta garapen-desgaitasuna duten pertsonen beraien afektua eta sexualitatea ahalik eta modurik onenean garatu dezaten beharrezkoak diren ingurua eta laguntzak eskaintzea da, bizi-proiektuarekin eta laguntza-beharrekin bat eginez.

Testuinguru horretan, tresna beharrezkoa da pertsona horiek dimentsio sexualean dituzten nahiak, beharrak eta ametsak identifikatzea bai eta horiek aurrera eramateko beraientzat beharrezkoak diren laguntzak identifikatze o ere.

Beraz, tresna honen xedea da adimen- eta garapen-desgaitasuna duten gizon eta emakumeei laguntzeko erabilgarria izatea, sexualitatearen dimentsioan dituzten nahian eta desirak gauzatzeko.

Ikuspegi sexologikotik, tresna honek Sexologia Sustantiboak eskaintzen duen marko epistemologikotik edaten du, eta lehen belaunaldiko Europako sexologo aitzindariak planteatutako oinarrietatik sortzen da (Havelock Ellis, Magnus Hirschfeld, Ivan Bloch, Albert Moll, Alberto Marañón). Zehazki, Amezuak proposatutako (2003) eta, gero, Landarroitak-jauregik garatutako (2016) gizakien sexu-ekintzaren mapatik.

Sexologia Sustantiboaren oinarrian dagoen sexuaren ideia modernoa ilustraziotik dator, eta atzean uzten du genitalen inguruan oinarritzen zen antzinako hipotesia. Honek sexuen eztabaida jartzen du erdigunean. Hortaz, "genus" paradigmak defendatzen zuen antzinako ideia gainditu dugu. Ideia hori ezkontzaren barruko belau-naldia-genitalak-koittoa kontzeptu hirukoitzaren bitartez adierazten zen. Egun, "sexus" paradigmaren barruan murgildu gara, eta erdigunean jartzen du sexuen azterketa, gizon zein emakumeena. Sexu horiek beraien desberdintasun eta antzekotasunetik, beraien nortasun eta nahasketa intersexualetatik, beraien desiraren orientazioetatik, elkar bilatzen dira topo egiteko. Topaketa horretatik sor daiteke sinergia, eta, kasurik onenean, guztiok desio dugun eudemonia.

Sexologia Sustantiboak gizakiaren **sexu-ekintzaren** mapa kontzeptuala eskaintzen du, eta ikuspegia askoz ere zaba-lagoa du. **Sexuazioa, sexualitatea, erotika, maitasuna, bikotea eta ugalketa ikerketa-arloen bidez** tresnan jasotzen diren funtsezko elementuak dira, adimen- eta garapen-desgaitasuna (AGD) duten pertsonen esparru eta ikuspegi zabalagoa eskaintzeko, orain bai, lekua baitute bertan. "**Sexuazioa**" garen gizon edo emakumeak izateko prozesua da, eta sor-kuntzatik bertatik hasten da.

"**Sexualitatea**" bakoitzak sexu-izaera hori adierazten duen modua da; gizon edo emakume izateko moduaren eraikuntza subjektiboa da. "**Erotika**" sexuaren adierazpena da, ekintza da funtsean, hau da, sexudunak eta sexualak garelako adierazteko egiteko ditugun ekintzak, jokabideak eta interakzioak. Erotika interakzioa eta topaketa da, eta ez soilik genitalen artekoa, baizik eta desirak komunean jartzea.

Sexologiak gainera beste alderdi interesgarri bat eskaintzen digu. Gizakiaren ekintza sexualaren gogoeta positibo eta baliotsua da. **Sexua erein beharreko giza balio da**, eta, hala, mendeetan zehar izan duen ez-purutasun eta zikinkeria lasta kendu du gainetik.

“Zaren sexua” esaten diogu “egiten den sexua” eta “izaten den sexua” zintzilikatzen zaizkion erreferente eta pertxari erreferentzia egiteko.

Gainera, egiztatuta dago **AGD duten pertsonen gainerako gizon eta emakumeen bereizgarri berdinak dituztela sexua-litatearen arloan**. Iruditegi kolektiboan iltzatuta dauden mito horiek guztiak desegin egin dira (asexualak direla, beraien sexualitatea berezia dela, ezin dutela bikotekiderik izan, hipersexualak direla...).

Tresna “eskubideen ereduaren” (Seoane, 2011) edo “herritar ereduaren” desgaitasun adimendunaren kontzeptuaren barruan dago, eta desgaitasuna duten pertsonen NBERen hitzarmenaren oinarrian daude jasota (New York, 2006). Biek ondorioztatzen dute AGD duten pertsonak eskubideak dituzten subjektuak direla, eta pertsona eta herritar izaera dutela. **Etikatik** ari gara hizketan, eta etikaren funtsezko printzipioa pertsonen duintasuna da. Zaila da pertsonen **duintasuna** ulertzea beraien **sexu-dimentsioa** kontuan hartu gabe. Sexudun izakiak gara, ezin gara ez izan, baldintza ekidinezina da.

Sexu Eskubideak gehitu ditugu ikerketa-arloak osatzeko, eta elementu aldarrikatzailea txertatu dugu, sexua eskubidea baino egitate bat den arren. Hala ere, gizakiok sexudunak garena egitate ekidinezina den arren, beharrezkoa da AGD duten pertsonen kasuan eskubideen arlotik aldarrikatzea, hau da, Giza Eskubideen arlotik.

Tresnan proposatzen diren ikerketaren dimentsioak hauek dira:

- Desira erotikoaren identitatea eta sexu-orientazioa
- Erotika: adierazpen emozional eta afektiboa
- Hedonia, erotika, afrodisia
- Maitasuna eta bikotea
- Ugalketa
- Sexu-eskubideak

Laguntzen paradigma, pertsona oinarri duen plangintzaren metodologia, autodeterminazioa eta bizi-kalitatearen eredu ere ezinbesteko gakoak dira tresna honetan.

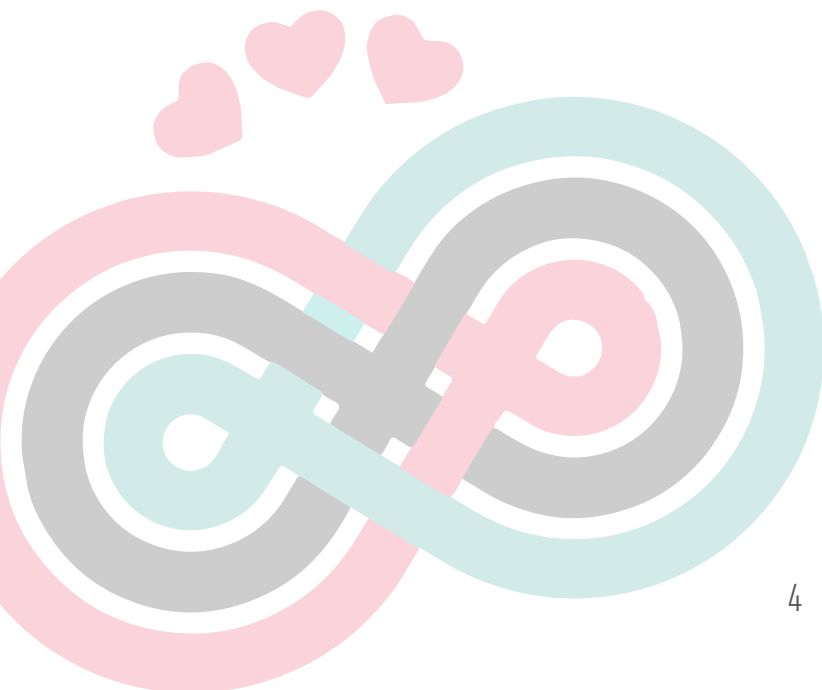
Autodeterminazioa, ahalmenaren (edo kontrola) eta eskubidearen (edo botere eraginkorra) ikuskera bikoitzean, ezin-bestekoa da pertsonen beraien indibidualtasunean eta identitatean oinarritutako bizi-proiektu osoa eta horren gaineko kontrola izan dezaten. Autodeterminazio hori beharrezko laguntzekin gauzatu gero, desgaitasuna duten pertsonen aurrera egin ahal izango dute sexualitatearen eremuan dituzten desirak.

Laguntzen paradigmak dakargun harreman-ikuspegiak primeran bat egiten du Sexologia Sustantiboarekin, sexuak dibertsitatea sortzen duela eta harreman-izaki gisa bilatzeko eta elkartzeko joera dugula berresten duelako.

Pertsonen Oinarritutako Plangintzaren POP metodologiak erdigunean kokatzen du adimen desgaitasuna duen pertsona, eta bere autodeterminazioa errespetatu eta pertsona gisa aintzat hartzen du. Metodologia horretan AGD duten pertsona guztiak sartzen dira, baita laguntza-behar gehien dituztenak ere. Autodeterminazioa gauzatzeko kontrola izan ezin duten arren, ezagutu eta ulertzen dituzten eta horretarako beharrezko laguntza eskaintzen dieten pertsonen bidez gauzatu dezakete.

POPk nabarmen ahalbidetzen die pertsoneri sexualitatearen arloko desirak identifikatzea. Horregatik, ikerketa-arloak erraz irakurtzeko moduan eta ulermena errazteko piktogramekin aurkeztuko ditugu.

Tresna honen xedea gizakiaren sexu-ekintzarekin lotutako funtsezko alderdien ikerketa erraz eta sistematikoa eskaintzea da. Era berean, sexu-ekintzaren ikuspegiak zabaltzen ditu. Askotan, AGD duten pertsonen sexualitatea jorratzeko ikuspegia edo begirada arazoarena edo zailtasunarena da (esaterako, publikoan ez masturbatzea, neskekin errespetu faltarik ez izatea, harreman erotikorik ez izatea toki desegokietan...). Beharrezkoa da sexua balio gisa jorratuko duen teknologia izatea, eta sexua genitalekin lotzen zuen antzinako ustetik harago doazen alderdiei erreparatzen diena. AGD duten pertsoneri gizon eta emakume gisa begiratzen diena, beraien dibertsitate eta identitatearen barruan, beraien de-sirekin, gozaten duten izate gisa, maitaleak eta maitatuak.



2. TRESNA NOLA ERABILI

Tresnak elementu hauek ditu:

- Nire desioak (desira pertsonalak)
- Laguntza-beharrak
- Laguntza-zirkulua eta harremanak
- Helburuak eta lanerako plangintzak

Lehenik eta behin, **erabiltzailea** eta sexualitate-planarekin lagunduko dion profesionala identifikatu o dira. Planaren ideia familiarekin edo tutoreekin partekatu ostean, proposatutako arloetako ikerketekin hasiko dira. Garrantzitsua da **profesional hori konfiantzazkoa izatea** erabiltzailearentzat eta konprometitu egotea sexu-arloan dituen desirekin. Prozesu osoan kontsiderazio etiko batzuk izan behar ditugu presente, baita pertsonaren esparru pribatuan dauden beste alderdi batzuk ere. **Intimitatea, konfidentzialtasuna, informazioaren kudeaketa edo erabakien autonomia** jasota daude “Erabiltzaileen eskubideen eta betebeharren gutuna” dokumentuan, eta kontuan izango dira. Bereziki zainduko dugu pertsonaren iritzia, informazioa lagunduko dioten pertsonekin edo tutoreekin partekatzerako garaian. Kontu berdina izan beharko dugu laguntza-behar handiak dituzten pertsonekin eta beraien iritzia eta baimena eman ezin dutenekin. Hortaz, guk gorde beharko dugu beraien intimitatea eta ez publiko egin testuinguru jakin batzuetan arta ditzaten garrantzitsuak ez diren alderdiak.

2.1. Nire desioak eta laguntza-beharrak.

Ikerketaren lehen zatia, “**Nire desioak**”, da ziurrenik tresnaren funtsezko zatia, eta pertsona eta egoera bakoitzera ego- kitutako prozesu gisa ulertu behar da. Xedea ez da tresna test edo galdetegi gisa “pasatzea”, galdera guztiei erantzunez.

Dimentsio bakoitzak hainbat ikerketa-arlo ditu eta bakoitzak **piktograma** bat dute ulermena erraztu eta gidatzeko, hiru aukerako eskala (**baterre ez/gutxi/asko**) eta garrantzitsuak diren eta pertsonarekin izandako dialogoan sortzen diren **oharrak** hartzeko espazioa.

Pertsona batzuekin ezingo gara modu formalean bildu bilera batean eta bi orduz hitz egin ikerketa-dimentsio eta -arlo guztiei buruz. Beste batzuekin bilera laburrak egin ahal izango ditugu, eta, are, une informaletan eta eguneroko laguntza-testuinguruetan egin ikerketak. Piktogramak handiago egin ditzakegu ulermena errazteko eta modu interaktiboagoan egiteko. Beste argazki-material batzuk, ikus-entzunezkoak, objektuak eta abar ere erabil ditzakegu ikerketa errazteko. Nolanahi ere, desgaitasuna duen pertsona da prozesuaren erdigunea eta eroso sentitzeko intimitate-giroa lortu behar dugu. Gure jarrera entzutea izan behar da funtsean.

Pertsonak **laguntza-behar handiak** dituztenean eta beraien desirak jakinarazi ezin dituztenean, ahalegin komunikatibo handiagoga egin beharko dugu, eta ahozkotik harago doazen testuinguru komunikatiboak sortu, pertsonaren desirak ezagutzeko. Erronka konplexua da, eta begirada zabala izan behar da, pertsonak hainbat modutara esaten digutena ulertu ahal izateko. Hortaz, sormena eta entzuteko gaitasuna funtsezkoak izango dira.

Pertsona horiekin tresna orientatiboa izango da, erabilgarria egingo zaigu ikerketa hobeto antolatzeko eta sexu-ekintzaren gaineko ikuspegia zabaltzeko. Pertsonarentzat funtsezkoak iruditzen zaizkigun arloak izango ditugu oinarri. Gure sormena inoiz baino gehiago erabili beharko dugu erantzunen bat bilatzeko, eta beharrezkoak iruditzen zaizkigun egoerak eta materialak erabili beharko ditugu. Gomendiorik onena da adimen desgaitasuna duen pertsonaren begien bitartez begiratzea, eta bere azalean jartzea. Gure belarriekin, begiekin eta gorputzarekin entzun beharko dugu. Garrantzitsua izango da desgaitasuna duen pertsona gertutik ezagutzen dutenak ere entzutea; senideak edo erreferentziako profesionalak.

Dimentsio horien ikerketa-prozesutik sortuko dira desgaitasuna duen pertsonak bere sexualitatea garatzeko funtsezkotzat dituen helburuak.

“Laguntza-beharrei” dagokienez, dimentsio berberak aztertuko dira, baina, kasu honetan, **hurbileko pertsonak** eta desgaitasuna duten pertsona ezagutzen dutenek duten ikuspegitik. Hala ere, batzuetan, haiek ere eska ditzakete laguntza jakin batzuk. Ezagutza intimo horretatik proposatzen dituzte hainbat arlotan pertsonekin egindako ikerketan jasotako desirak gauzatu ahal izateko beharrezkoak iruditzen zaizkien laguntzak.

Dimentsio bakoitzean, deskribapena egingo da profesionala orientatu ahal izateko, eta espazio bat egongo da beharrezko laguntzak jasotzeko. Aurreko faseko ikerketa-arloek laguntza beharren gaineko gogoeta ere gidatu dezakete.

Intimitatearen eta konfideziaztasunaren gainean aipatutako alderdiak zainduz, aberasgarria izan daiteke beste profesional edo senide batzuen gogoeta jasotzea, tresnaren zati hori osatzeko.

Azterketa horretatik abiatuta, aurreko ataleko ikerketan sortutakoak osatuko dituzten beste helburu batzuk gehitu ahal izango dira.

Bi elementu horiek, “nire desirak” eta “laguntza-beharrak”, aldi berean kontuan hartzeak pertsona prozesuaren erdigunean kokatzeko zeregina errazten du. Behar dituen laguntzak oso argi izan arren, beti adostu behar dira helburuak pertsonarekin, eta bere desioei eta desirei lehentasuna eman.

2.2. Laguntza-zirkulua eta harremanak.

Funtsean, proiektua gidatuko duen, **pertsonari lagunduko** dion eta plana aurrera eramango duen **profesionala** identifikatzea da asmoa. Gertuko norbait izan behar da, adimen desgaitasuna duen pertsonarekin konprometituta dagoena. Proiektuak bere bidea jarraitzen duela eta adierazitako desirak leku onera hel daitezkeen funtsezko mugarriak finkatzen diela ziurtatuko duen pertsona izango da.

Normalean, profesionalaren laguntzarekin nahikoa izango da, baina nolabait **lagun dezaketen beste pertsona batzuk** ere identifikatu ahal izango dira. Batzuetan, bizileku-zerbitzuetan batez ere, profesional askok lagun diezaiekete laguntzen ari diren pertsona horiei hainbat txandatan; kasu batzuetan, sexualitate-planaren helburu batzuetan laguntzen duten pertsonak ere egon daitezke. Garrantzitsua izango da behar hori identifikatu eta bakoitzaren zeregina ondo zehaztea.

Puntu honetan, senideen edo tutoreen zeregina zein izango den ere definitu daiteke, erabiltzailearekin duten harremanaren arabera, konfiantzaren arabera, jorrazten den gaiaren arabera, legezko alderdien arabera, etab.

Halaber, planak **norengan izan dezakeen eragina** ere identifikatu beharko da. Kasu batzuetan, gela-aldaketak egin daitezke, edo azaldu beharko zaie partekatutako etxebizitza batean bikote bat biziko dela, edo gelakideari baimena eskatu behar zaiola bikotekidea sartu ahal izateko... Azken finean kontuan hartzen ez badira plana betetzea erraztu edo zaildu dezaketen xehetasun txiki asko daude.

Aurkeztuko dugun ereduaren, "laguntza-zirkulua eta harremanak" izateak duen esanahiaren laburpen txikia egin ondoren, esku hartu dezaketen interes-taldeak zerrendatzen dira, eta espazio bat dago hutsik pertsonen izena eta eskainiko duten laguntza zein izango den edo zertan eragingo dien idazteko. Esku har dezaketen pertsona guztien zerrenda izateak ez du esan nahi guztiek planean parte hartu behar dutenik, gainera, horietako batzuk esku-hartze zuzena soilik izango dute. Esaterako, **familiak edo tutoreek** plan osoa ezagutuko dute, desgaitasuna duen pertsona babestu behar dutelako, eta kasu batzuetan oniritzia ere emango dute. Erabakiak hartzeko pertsona garrantzitsuak izan daitezkeen arren, agian, erabiltzaileak berak helarazten dituen planaren nondik norakoak soilik ezagutzen dituzte. Era berean, zuzendaritzak proiektuaren berri izango du, dagokion zerbitzuan gertatzen diren ekintzen berri izateko ardura duelako, baina ez du zertan xehetasun guztien berri izan, pertsonen bizitzaren intimitatean geratzen direlako. Gauza bera esan genezake ustez esku hartu dezaketen pertsonen gainean, planak eskatzen duenean esku hartuko dute, eta betiere erabiltzailearen onespenerarekin. Aipatu dugu dagoeneko hemen azaltzen diren gaiak konfidentziaz jorraztu behar direla.

2.3. Helburuak eta lanerako plangintzak.

Tresnaren azkeneko zatia da Hainbat dimentsio eta arlotan ikerketak egin eta beharrezko laguntzak proposatu ondoren, erabiltzaileak aurrera eraman nahi duen sexualitate-plana garatzeko helburu nagusiak zehaztu behar dira.

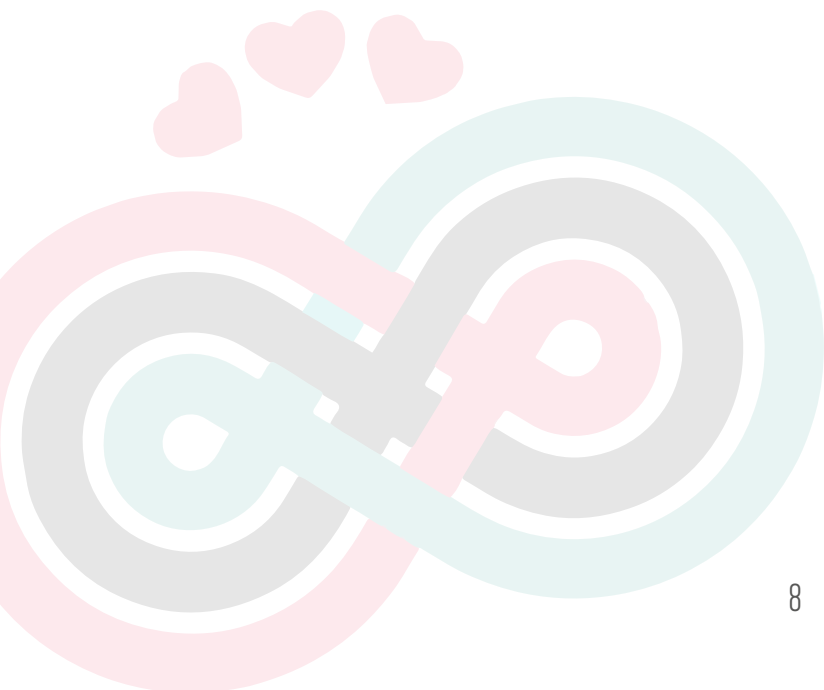
Helburuak bi esparrutatik sortzen dira. Batzuk desgaitasun duen pertsonak profesionalarekin egindako prozesuan dituen nahi eta desiretatik eratortzen dira. Beste batzuk profesionalak eta esku hartu duten beste lagun batzuk egindako azterketatik lortzen dira (profesionalak, familia, kideak, etab.). POPren logikak dio gehien kontu hartu behar direnak lehenengoak direla, pertsonak bere autodeterminazioa gauzatzeko jardunetik mahai gainean jartzen dituenak direlako. Hautemandako beharrezko laguntzetatik sortzen diren helburuek bat egin beharko dute pertsonak proposatutakoekin. Nolanahi ere, sortzen diren helburu guztiak erabiltzailearekin adostu behar dira.

Helburuak planteatu ondoren, beharrezkoa izango da helburu horiek lortzeko beharrezko laneko plangintzak sekuentziaztea.

Laneko plangintza horien ebaluazio jarraitua egingo da, eta beraien ebaluazioa jasoko da horretarako zehaztutako atalean.

Helburu guztiak bete ostean, plana amaitutzat emango da.

Egoera batzuetan, helburuak bete arren, horietako batzuk mantendu egingo dira. Antzeko zerbait gerta daiteke laguntzekin. Beharrezkoa izango da denboran mantentzea pertsonaren desirak betetzeko. Kasu horietan, komenigarria litzateke sexualitatearen arloko helburuak eta laguntzak Pertsona Oinarri duen Plangintzaren (POP) parte izatera igarotzea, eta sexualitatearen dimentsioa desgaitasuna duen pertsonarekin egindako plangintzan kontuan izan beharreko alderdi gisa txertatzea.



3. GOMENDATUTAKO BIBLIOGRAFIA

ADIMEN ETA GARAPEN DESGAITASUNA

Gerolin, M (2017) (Koordinatzailea). *“Mi plan. Apoyo meteorológico para la introducción de la planificación centrada en la persona”*. Madrid: Plena Inclusión. <https://gorabide.com/ARCHIVOS/index.php?wp-content/uploads/gorabide-miplan.pdf>

López MA, Marín, AI eta De la parte, JM (2004). *“La planificación centrada en la persona, una metodología coherente con el respeto al derecho de autodeterminación”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 35. Lib. (2) 210. zk., 45-55. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

Verdugo, MA eta Schalock, R. (2010) *“Últimos avances en el enfoque y concepción de las personas con discapacidad intelectual”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 41. Lib. (4) 236. zk., 7-21. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

Wehmeyer, M et al. (2008) *“El constructo de discapacidad intelectual y su relación con el funcionamiento humano”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 39. Lib. (3) 227. zk. 5-18. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

SEXOLOGIA

Amezúa, E (2003). *“El sexo: historia de una idea”*. Sexologiari buruzko Espainiako aldizkaria, 115-116. Sexologia Institutuko argitalpenak.

Amezúa, E (2001). *“Educación de los sexos: la letra pequeña de la educación sexual”*. Sexologiari buruzko Espainiako aldizkaria, 107-108. Sexologia Institutuko argitalpenak.

De la Cruz, C (2002). *Otro Folleto de Sexualidad*. Madrid: Instituto de Salud Pública de la Comunidad de Madrid.

Landarroitajauregi, J (2012). *Nociones de sexosofía antigua*. Valladolid: ISESUS.

Landarroitajauregi, J (2013). *Genus: genitales y generación*. Valladolid: ISESUS.

Landarroitajauregi, J (2014). *Homos y heteros. Andrerastas y Ginerastas*. Valladolid: ISESUS.

Landarroitajauregi, J y Pérez Opi, E (2014). *Materiales para una teoría de pareja*. Valladolid: ISESUS

Landarroitajauregi, J (2016). *Reflexiones críticas para sexólogos avezados*. Valladolid: ISESUS.

Malón, A (2016). *Ética sexual contemporánea. Aspectos pedagógicos y límites*. Valentzia: Tirant Humanidades.

Robinson, P (1995). *“La modernización del sexo”*. Sexologiari buruzko Espainiako aldizkaria, 67-68. Sexologia Institutuko argitalpenak.

SEXUALITATEA ETA ADIMEN ETA GARAPEN DESGAITASUNA DUTEN PERTSONAK

Barrio, E eta Moreno, B (2014). *“Sexualidad en personas con síndrome de Down: prácticas, actitudes y conocimientos: un estudio empírico exploratorio”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 45. Lib. (4) 252. zk., 8-21. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

De la Cruz, M eta Lázaro, O (2006). *Apuntes de educación sexual. Sobre la sexualidad de niños y niñas con discapacidad*. Madril: CEAPA.

De la Cruz, M eta Rubio, N (2011). *En el plural de las sexualidades*. Madril: FUNDADEPS. Real Patronato sobre Discapacidad.

FEAPS Valentziako Erkidegoa (2015). *Dibujando la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo: una cuestión de derechos*. Valentzia: Feapscv.

Fierro, A (2000). *“El sexo de los ángeles”*. Sexualidad y discapacidad psíquica. Madril: FEAPS bilduma, 51-64

García, JL (2000). *“Educación sexual y afectiva en personas con minusvalía psíquica: una propuesta de intervención”*. Sexualidad y discapacidad psíquica. Madril: FEAPS bilduma, 85-106

López, F (2002). *Sexo y afecto en personas con discapacidad*. Madril: Biblioteca Nueva.

López, F (2006). *“La educación sexual de personas con discapacidad”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria, 37. Lib, (1), 217. zk., 5-22. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

López, F (2011). *“Guía para el desarrollo de la afectividad y de la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual”*. Valladolid: Gaztela eta Leongo Junta, Familia eta Aukera Berdintasun Kontseilaritza.

Malón, A (2009). *Sexualidad. Planteamientos y claves para la intervención profesional en el ámbito de la discapacidad*. Huesca: CADIS HUESCA.

Martínez F et al (2003). *Discapacidad y vida sexual*. La erótica del encuentro . Gijón: COCEMFE-Asturias.

Rodríguez JM, López F, Morentin, R eta Arias B (2006). *“Afectividad y sexualidad en personas con discapacidad intelectual. Una propuesta de trabajo”*. Siglo Cero Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria, 37. Lib, (1), 217. zk., 23-40. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

Rojas, S et al. (2015). *“Necesidades afectivo-sexuales en personas con discapacidad intelectual. Claves para construir propuestas formativas desde la experiencia subjetiva”*. Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria, 3(2), 41-54.

Sainz M, de la Cruz C eta Rubio N (2011). *En el plural de las sexualidades. Atender, educar y prestar apoyos a la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual*. Madril: Fundadeps.

Vizcaíno, L eta Aciego, R (2015). *“Valoración de una experiencia de educación afectivo-sexual para personas con discapacidad intelectual”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 46. Lib. (4) 256. zk., 45-58. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

ESKUBIDEAK ETA ETIKA

Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad (2006). <http://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

Etxebarria, X (2011). *“La Convención de la ONU sobre los derechos de las personas con discapacidad: perspectiva ética”*. Vol. 42(1), nº 237, 33-46. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

Etxebarria, X (2008). *La condición de ciudadanía de las personas con discapacidad intelectual*. Giza Eskubideei buruzko Deustu Koadernoak, 48. zk. Bilbo: Deustuko Unibertsitatea.

Goikoetxea, M (2011). *“El desarrollo de la ética asistencial en la práctica: perspectiva general”*. Vol. 42(1), nº 237, 47-53. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

Gómez, J (2004). *Sexualidad y afectividad en personas con deficiencia. Pautas de actuación*. Donostia: ATZEGI.

Hernández, P et al. (2009). *“Proyecto para el desarrollo de la ética en Gorabide”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 40. Lib. (4) 232. zk., 31-48. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

López, MA (2011). *“La ética en el movimiento asociativo FEPAS”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 42. Lib. (1), 237. zk., 7-11.

NBE (1996). *Emakumeei Buruzko Laugarren Mundu Konferentziaren Txostena*, Beijing 1995. Nueva York: Nazio Batuak.

Seoane, JA (2011). *“La Convención de la ONU sobre los derechos de las personas con discapacidad: perspectiva jurídica”*. Siglo Cero, Revista Española sobre Discapacidad Intelectual. Vol. 42(1), nº 237, 21-32. Salamanca: Ediciones Universidad Salamanca.

Urien, T (2016). *“Del reconocimiento legal al reconocimiento efectivo de la igual dignidad como un derecho de la persona con discapacidad intelectual o del desarrollo. Un proceso que nos interpela”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 42. Lib. (1), 237. zk., 21-32. Salamanca: Salamancako Unibertsitateko Argitalpenak.

Vehmas, S (2004). *“Análisis ético del concepto de discapacidad”*. Siglo Cero, Adimen Desgaitasunari buruzko Espainiako Aldizkaria. 35. Lib. (4) 50-68. (M. Rodríguez itzulpena, jatorrizko artikulua: *“Ethical Analysis of the Concept of Disability”*, Mental Retardation, 42. lib., 3. zk. 209-222).

FILOSOFIA

Onfray, M (2002). *Teoría del cuerpo enamorado. Por una erótica solar*. Valentzia: Pre-textos.

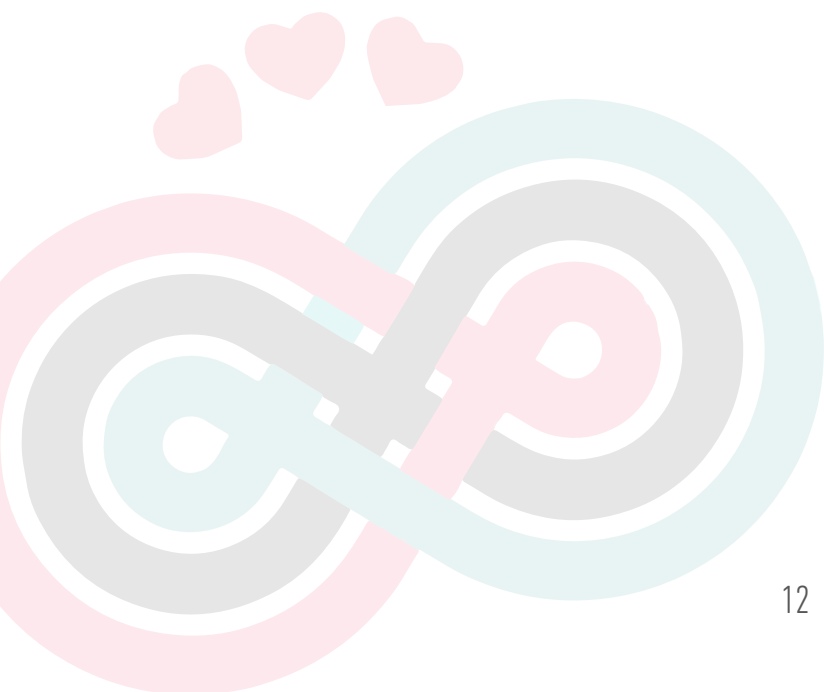
SEXU OSASUNA

OMS (2000). *Promoción de la salud sexual. Recomendaciones para la acción*. Actas de Reunión de Consulta convocada por OPS en colaboración con WAS. Antigua Guatemala: OPE/OME.



SEXUALITATE PLANA

Izena:



1 DESIRA EROTIKOAREN SEXU-IDENTITATEA ETA DESIRA EROTIKOAREN SEXU-ORIENTAZIOA:


Sexuazio- eta sexualitate-prozesuaren alderdi gakoak. Sexu-identitateak "sexu-zentumenari" (autosexazioa) egiten dio erreferentzia, alosexazioa edozein dela ere, eta kanpotik esleitutako sexuaz hitz egiten du. Hortaz, barnetik gizon eta emakume gisa nola sailkatzen garen eta nola bizi garen esan nahi du.

Desira erotikoaren sexu-orientazioak erakartzen gaituen, desio dugun edo maite dugun sexuaz hitz egiten du. Normalean, gay eta lesbianak aipatzen dira, baina hobe da ginerasta (emakumeekiko erakarpenean, desira edo maitasuna sentitzen duena) eta andrerasta (gizonekiko erakarpenean, desira edo maitasuna sentitzen duena) neologismoak erabiltzea.


Zer naizen eta zer gustatzen zaidan

Neure buruaz dudak kontzeptua, sexuaren, sexu-orientazioaren eta sexu-rolaren arabera.

Naiz



Emakumea.



Gizona.

Gustatzen zaizkit



Emakumeak.



Gizonak.

Oharrak 

Laguntzak

2 EROTIKA: ADIERAZPEN EMOZIONAL ETA AFEKTIBOA:

Gizakiok dugun segurtasun emozionalaren eta autoestimuaeren oinarritzko beharrek lotuta dago. Babestuak, maita-tuak sentitzea, maitatuak izateko eta maitatzeko gai sentitzea. Txera, goxotasuna, maitasuna adieraztea.

Nahiago den sexuko pertsonekin erlazionatu ahal izatea.

Nire afektuak eta emozioak adieraztea

Nire sexualitatea adierazten dut txera, goxotasuna, maitasuna adieraziz eta biziz.

Garrantzitsua da niretzat



Laztanak, besarkadak jaso eta ematea

EZER EZ
GUTXI
ASKO

Oharrak 



Gizon eta emakumeekin komunikatu eta erlazionatzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Lagunak izatea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Maitemintzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO

Laguntzak

3 HEDONIA, EROTIKA AFRODISIA:

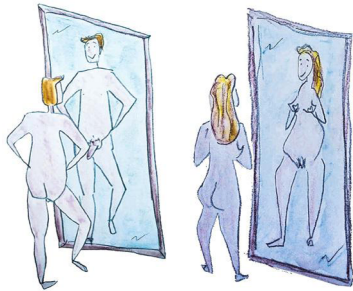
Plazerari, gozamenari, desirari, bestearen desirari egiten dio erreferentzia. Greziako Eros, Afrodita eta Hedone jainkoekin lotu-tako guzti horri. Haragizko gozamena izateko aukera da (autoerotismoa barne), ongizate fisi o, adimendun eta espiritualaren iturria baita.

Hauen moduko gauza errazak: Egiten dut?, Egin dezaket?, Badakit nola egin?, Badakit non egin?, Badakit noiz egin? Material kitzikagarria lor dezaket?, Biluzik egotea gustuko dut?...

Plazera

Nire gorputzeko sentsazioez gozatzea. Bakarrik eta jendearekin. Egiten dut, egin dezaket, badakit nola egin. Badakit noiz egin, badakit non egin. Kitzikatzen nauten gauzak izan ditzaket.

Garrantzitsua da niretzat



Nire gorputza ezagutzea eta berarekin gozatzea.

EZER EZ —
GUTXI —
ASKO —

Oharrak 



Beste sexuaren gorputza ezagutzea.

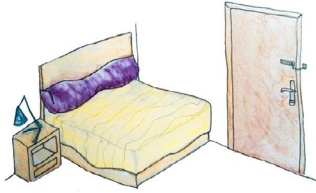
EZER EZ —
GUTXI —
ASKO —



Desio dudana adieraztea. Gozatzea eta gozaraztea. Fantasiak.

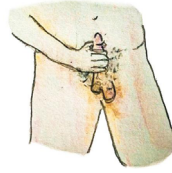
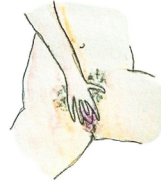
EZER EZ —
GUTXI —
ASKO —

Laguntzak

Plazera**Garrantzitsua da niretzat**

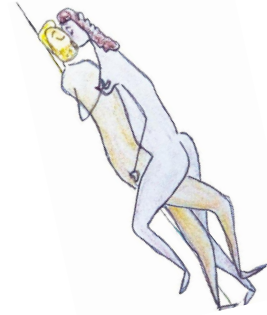
Nire sexualitateaz gozatzeko leku intimoak izatea. Esaterako, gela bat krisketarekin.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Masturbatzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO

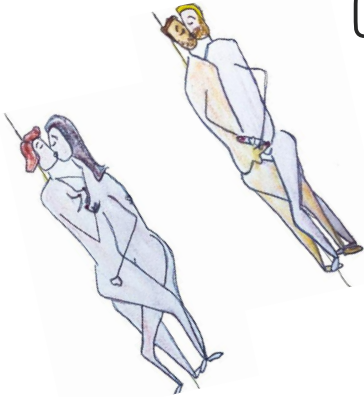


Beste sexuko norbaitekin sexu-harremanak izatea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO

Oharrak 

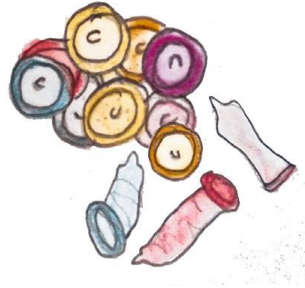
Laguntzak

Plazera
Garrantzitsua da niretzat


Sexu bereko norbaitekin sexu-harremanak izatea.

EZER EZ —
GUTXI —
ASKO —

Oharrak 



Harremana seguruak izatea. Gaixotasunak prebenitzea, hala nola HIESA.

EZER EZ —
GUTXI —
ASKO —



Zentzumenez gozatzea. Biluzik egotea. Masajeak. Laztanak. Usainak.

EZER EZ —
GUTXI —
ASKO —

Laguntzak

4 AMATORIOA ETA BIKOTEA:

Erakarpema sentitzen duten sexudun gizakien interakzioa da, maitatzeko eta elkar bizitzeko. Bikotea osatzeko, ezkontzeko aukera. Ligatzeko gaitasunak barne: pertsonen arteko gaitasunak, lehenengo hurbilpenak, gorputzeko interakzioaren kudeaketa (gorputzeko distantzia egokia, gorputz-kontaktu legitimoa, dantza...). Jende berria ezagutzeko testuinguruetarako sarbidea.

Plazera

Bikotea osatzeko, banatzeko edo beste edozein sexu-elkarketa izateko aukera.

Garrantzitsua da niretzat



Jende berria ezagutzea.

EZER EZ
 GUTXI
 ASKO



Sare sozialak erabiltzea.

EZER EZ
 GUTXI
 ASKO



Ligatzea.

EZER EZ
 GUTXI
 ASKO

Oharrak 

Laguntzak

Plazera

Garrantzitsua da niretzat



Bikotekidea izatea.

EZER EZ

GUTXI

ASKO

Oharrak 



Bikote-harremana izatea,
elkarrekin bizitzea, partekatzea...

EZER EZ

GUTXI

ASKO



Nire etxean edo bizilekuan
intimitate-uneak izatea.

EZER EZ

GUTXI

ASKO

Laguntzak

Plazera**Garrantzitsua da niretzat**

Nire bikotekideari opariak egitea eta berarengandik jasotzea.

EZER EZ -
GUTXI -
ASKO -



Nire bikotekidearekin bientzat garrantzitsuak diren gauzez hitz egitea.

EZER EZ -
GUTXI -
ASKO -



Harreman bat uztea.

EZER EZ -
GUTXI -
ASKO -

Oharrak 

Laguntzak

5 UGALKETA:

Seme-alabak izateko erabakia barne hartzen du, sexudun subjektuen bizi-proiektuen plangintzatik eta antolamendutik hasita. Seme-alaba bat zaindu eta hezteko beharrezko gaitasunen eta horrek dakarren erantzukizunaren gaineko azterketa egitean datza.

Seme-alabak

Seme-alabak izan nahi ditudan ala ez erabakitzea. Seme-alabak zaindu hazi eta hezteko behar ditudan gaitasunak ezagutzea.

Garrantzitsua da niretzat



Seme-alabak izatea.

EZER EZ

GUTXI

ASKO

Oharrak 



Haurdunaldia ekiditea.

EZER EZ

GUTXI

ASKO



Haurtxo bat zaintzea.

EZER EZ

GUTXI

ASKO



Seme-alaba bat hezteko bitartekoak izatea.

EZER EZ

GUTXI

ASKO

Laguntzak

6 SEXU-ESKUBIDEAK:

1997an Valentzian egin zen Sexologiari buruzko XIII. Mundu Kongresuko Sexu Eskubideen Adierazpena, eta 1999an Hong Kongen egin zen Sexologiari buruzko XIV. Mundu Kongresuaren Sexologiaren Mundu Elkartearen Asanbladak (WAS) onartu zuen: Sexu-askatasunaren eskubidea, sexu-autonomia, sexu-pribatutasuna, sexu-berdintasuna, sexu-plazera, sexu-adierazpen emozionala, sexu-elkarketa librea, ugaltzeko aukeren eskubidea, gatazka zientifikoan oinarritutako informazioa, sexu-heziketa ulergarria eta sexu-osasunaren zaintza.

Sexu-eskubideak

Sexuarekin lotutako edozein alderdi gauzatu ahal izatea, eta gauza baliotsu eta on gisa ulertzea.

Garrantzitsua da niretzat



Sexu-askatasunerako eskubidea.
Nire sexualitatea adieraztea.
Sexu-abusurik ez pairatzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Sexu-autonmiarako eskubidea.
Nire sexu-bizitzaren gainean erabakitzea.
Nire gorputzaren plazerez gozatzeko askatasuna.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Sexu-pribatutasunerako eskubidea.
Nire intimitatean egin nahi dudana erabakitzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Sexu-berdintasunerako eskubidea.
Nire sexuagatik, gay edo lesbiana izateagatik, bisexuala izateagatik, transexuala izateagatik ez diskriminatzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO

Oharrak 

Laguntzak

Sexu-eskubideak

Garrantzitsua da niretzat



Sexu-plazererako eskubidea.
Bakarrik gozatzea.
Jendearekin gozatzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Sexu-adierazpen emozionalerako eskubidea.
Nire txera adierazi ahal izatea.
Maitasuna adierazi ahal izatea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Sexu-elkarketa librerako eskubidea.
Ezkontzea.
Banatzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Seme-alabak izan nahi ditudan ala ez erabakitzeko eskubidea.
Seme-alabak ez izateko metodoak erabiltzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO

Oharrak 

Laguntzak

Sexu-eskubideak**Garrantzitsua da niretzat**

Egiazko sexu-informazioa izateko eskubidea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Sexu-heziketarako eskubidea. Nik ulertzen dudana heziketa jasotzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO



Osasuna zaintzeko eskubidea. Sexu-arazoak prebenitzea.

EZER EZ
GUTXI
ASKO

Oharrak 

Laguntzak

LAGUNTZA ZIRKULUA ETA HARREMANAK:

Desgaitasuna duen pertsonari berarekin batera identifikatuta o helburuak lortzen laguntzeko konfiantzazko pertsona edo pertsonak. Planak eragin diezaieken beste pertsonak identifikatzea

NOR	ZERTAN LAGUNDUKO DIDAN / ZERTAN ERGAITEN DION
LAGUNTZAILEA	
PAD	
FAMILIA / TUTOREA	
LAGUNAK	
ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN BESTE PERTSONA BATZUK	
KOORDINAZIOA	
TEKNIKARIAK	
ZUZENDARITZA	
BESTE BATZUK	

HELBURUAK ETA LANERAKO PLANGINTZAK:

Tresnarekin egindako ikerketa-prozesutik ateratako funtsezko helburuak finkatzea da asmoa, erabiltzaileak proposatzen duen horri garrantzi berezia emanez.

Garrantzitsua da helburuak laneko plan zehatz eta egingarrietan xehatzea, eta horiek betetzeko epea proposatzea.

HELBURUAK ETA LANERAKO PLANGINTZAK		ARDURADUNA	EPEA
1.			
PLANGINTZAK	1.1		
	1.2		
	1.3		
JARRAIPENA			
2.			
PLANGINTZAK	2.1		
	2.2		
	2.3		
JARRAIPENA			
3.			
PLANGINTZAK	3.1		
	3.2		
	3.3		
JARRAIPENA			

HELBURUAK ETA LANERAKO PLANGINTZAK		ARDURADUNA	EPEA
4.			
PLANGINTZAK	4.1		
	4.2		
	4.3		
JARRAIPENA			
5.			
PLANGINTZAK	5.1		
	5.2		
	5.3		
JARRAIPENA			
6.			
PLANGINTZAK	6.1		
	6.2		
	6.3		
JARRAIPENA			



HELBURUAK ETA LANERAKO PLANGINTZAK

OHARRAK

Empty area for notes or observations.



GORABIDE



ASOCIACIÓN VIZCAÍNA EN FAVOR DE LAS
PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL
ADIMEN DESGAITASUNA DUTEN PERTSONEN
ALDEKO BIZKAIKO ELKARTEA