

## 6. GENERO INDARKERIAKO EGOERAN DAUDEN EMAKUMEEI ARRETA EMATEN DIEN OSASUN PROFESIONALAREN ZAINKETA

Gizon eta emakumeen inguruko irudikapen sozialen estereotipoak gure gizartean indarrean dagoen genero-eredu tradizionalaren berezkoak dira. Osasun-profesionalak ez daude horietatik at, eta, batzuetan, lerratu egiten dira indarkeria-egoeretako jardunetan. Jardun lerratu horien ondorioz, emakumeen sintomak eta sufrimendua bazter utzi edo minimizatzen dira edota horiei sinesgarritasuna kentzen zaie. Kontsultategian mota horretako egoeraren bat hauteman edo entzuten bada eta pasatzen uzten bada, hura baliozkotzen da, inplizituki, eta genero-faktore erabakigarrien aurrean ez mugitzeko isilbidezko hitzarmen bat sortzen da. Horregatik, beharrezkoa da profesionalak jarrera aktiboari eustea, autobehaketakoari eta bere jardunbidearekiko ikuspegi kritikoari, eta onartu eta saihestu egin behar dituzte estereotipo horien eraginpean egon litezkeen haien jardun klinikoak<sup>33</sup>.

Hala, nabarmendu nahi dugu profesional guztiek beharrezkoa dutela genero-ikuspegiaren prestatzea eta berori sartzea, baita genero-indarkeriaren kasuan ere, beharrezko gaitasunak eskuratzeko eta arreta profesional egokia emateko. Arazoari zorrotz heltzeko eta arreta-prozesuan izaten diren oztopoak gainditzen laguntzeko, funtsezkoa da generoko eredu soziokulturalak, bikotean indarkeria nola sortzen den, prozesua nolakoa den, egoera horrek emakumeentzat dituen ondorioak zein diren ulertzea.

Sarritan, profesionalentzat zaila da jarrera aktibo bat izatea pertsonalki beren gain eragina izan dezaketen egoeren aurrean, hala nola genero-indarkeriako egoeren aurrean.

Batzuetan, frustragarria da ez ulertzea indarkeria-egoera horretan dagoen emakume batek zergatik ez dituen neurriak hartzen bere egoera aldatzeko, berori orientatzeko ahaleginak gorabehera, ez bada ezagutzen indarkeria-zikloa, nola sortzen den eta nola irauten duen.

---

<sup>33</sup> Velasco Arias, Sara. Recomendaciones para la práctica del enfoque de género en programas de salud. Madrid: Observatorio de Salud de la Mujer, 2009. Disponible en: <http://www.msc.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/recomendVelasco2009.pdf>

Profesionalek jabetu egin behar dute norberaren baitan emakumeen eta horien erasotzaileen jarrerak eta portaerak sorrarazten dituzten emozioez. Bestela, egoki prestatzen ez badira, esku hartzeko oztopo bihurtzen dira. Arazo horien artean daude profesionalaren gehiegizko inplikazioa edo gaitzespena eta, baita ere, gainkarga emozionala, eta horrek ondorio psikologikoak izan ditzake.

Autozainketa profesionala funtsezkoa da burnout edo errearen sindromea prebenitzeko<sup>34</sup>. Autozainketa, jardunbide gisa, norberaren beharren araberako zainketak ematearen sinesmenaz hartu behar du bakoitzak bere gain. Horrek eskatzen du norberaren gabezien, itxaropenen, zaurgarritasunaren eta, baita ere, indarguneen eta baliabide pertsonalen inguruan pixkanaka kontzientzia hartzeko prozesu bati jarraitzea. Hortik abiatuta, nork bere burua eta ongizate orokorra zaintzera bideratutako ekintzen plan bat presta daiteke<sup>35</sup>.

Autozainketan erabilgarriak izan daitezkeen estrategien artean, honako hauek adieraz ditzakegu:

- Genero-indarkeriaren konplexutasuna ulertzeko eta esku hartzeko gaitasunak eskuratzeko prestakuntza.
- Profesionalekin informazioa eta esperientziak partekatzeko espazioak bilatzea.
- Norberaren ideien, sinesmenen, bizipenen eta afektuen inguruan kontzientzia hartzea. Hori lagungarria izan behar dugu genero-indarkeriako egoeran dauden emakumeekiko geure erreakzioak eta erlazionatzeko era ulertzeko, baita aurre egiteko gaitasunak garatzeko ere, emakume haienganako arretan esperientziaren alderdi negatiboak murriztearren.
- Bizitza-eredu osasungarriari jarraitzea eta ongizatean lagunduko duten lan-eremu osasungarriak sustatzea.

<sup>34</sup> Maslach, C. (1982). Burnout: The cost of caring. Nueva York: Prentice-Hall Press

<sup>35</sup> Cantera, L. & Cantera, F. (2014). El auto-cuidado activo y su importancia para la Psicología Comunitaria. *Psicoperspectivas*, 13(2), 88-97. Recuperado de <http://www.psicoperspectivas.cl> doi:10.5027/PSICOPERSPECTIVAS-VOL13-ISSUE2- FULLTEXT-406







## **7. kapitulua**

# **TERMINOEN GLOSARIOA**

