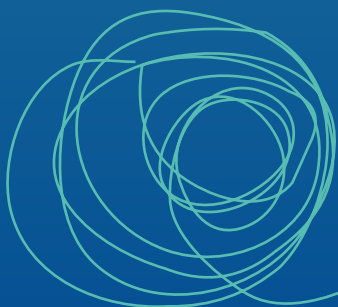




Hariak

BAKARDADEEI AURRE EGITEKO GIPUZKOAKO ESTRATEGIA
ESTRATEGIA DE GIPUZKOA ANTE LAS SOLEDADES
ETORKIZUNA ERAIKIZ



**ADIN
BERRI**
OSASUNTU
ZAHARTZEKO
ESTRATEGIA



Adinberri Fundazioa

Argitaratzailea eta egilea: **Adinberri Fundazioa**

Argitalpen-data: Uztaila 2022

Lizentzia: Creative Commons Esleipena (CC BY)

Bakardadeei aurre egiteko Gipuzkoako Estrategiak Hariak du izena

Hariak sortu da...

- Bakardadeen gainean argumentu-hari partekatuak eraikitzeko, **elkarriketa publiko** baten diskurtso gidaria izan dadin.
- Narratiba bat sortzeko, pertsoneri bakarkako ibilbidean bakardade-egoerak eta horiek gozatzeko, prebenitzeko edo horiei aurre egiteko moduak ezagutzen laguntzeko.
- Pertsonen arteko **loturak** eta **harremanak** sendotzeko eta areagotzeko, Gipuzkoa harremanetarako lurralde bihurtzeko.
- **Laguntza, zaintza** eta **komunitate** hariak sortzeko.
- Komunitate **kohesionatuagoak**, konektatuagoak eta **bizikidetzak**-hariak ehuntzen dituzten **auzoak** eraikitzeko.
- **Hariak sarea** eratzeko, Gipuzkoako bakardadeen aurrean jarduteko, kudeatzeko eta gobernatzeko, dinamismoa eta pertsonen bizitzarako, komunitateetarako eta lurralderako konexioa eskainiz.
- Gipuzkoako gizarte-, enpresa- eta erakunde-eragileen ekimenak lerrokatzeko.
- **Adinekoen bizi-kalitatea** hobetzeko, baina ez modu eksklusiboan edo baztertzaillean.

Adinberri Fundazioak (Gipuzkoako Foru Aldundia) uste du erronka horiei aurre egiteko beharrezkoa dela politika publikoetan parte hartzen duten funtsezko eragile batzuen ekintza: Gizarte-zerbitzuak, beste ongizate-sistema batzuk, hirugarren sektoreko erakundeak, enpresak, boluntarioak eta lurraldeko herritarrak.

Zer lurralde mota bistaratzen du Hariak estrategiak?

Harreman-lurralde bat, eta Gipuzkoa (eta Euskadi) konektatuago bat

... non pertsonak bakardadeak prebenitzeko, horiei aurre egiteko edo laguntzeko pertsonak, jarduerak, laguntzak eta tresnak baitituzte.

...non, bakardadeei aurre egiteko, parte-hartze bidezko gobernantza bat eta elkarlaneko kudeaketa bat baitago, administrazio publikoen, hirugarren sektoreko erakundeen, enpresen, ezagutza-zentroen, beste eragile batzuen eta herritarren artean.

...non, bakardadeei ekiteko, ezagutzan oinarritutako esparru bat sortzen baita.

Zein da Hariak-en helburua?

Gipuzkoan eta Euskadin baldintzak sortzea, pertsoneri honako hauek ahalbidetzeko:

- ... gaitasun eta baliabide pertsonal gehiago izatea
- ... lotura afektiboak, sozialak eta komunitarioak izatea
- ... parte-hartze eta gizarte-lotura handiagoa izatea



Pertsonak, bakardade-egoeran, aukera izan dezaten egoera hori bizitzeko, atseginagoa bihurtzeko, aldatzeko edo sahiesteko.

Hariak-ek kontuan hartzen du...

- **Bakardadeekin** eta haien ondorioekin zerikusia duten egoerak prebenitzea, ahal den neurrian, aldez aurretik eta modu egokian jarduteko, saihestu nahi den egoera gerta ez dadin edo, gutxienez, ez larriagotzeko edo ahalik eta kalte gutxien eragiteko.
- Estrategia honen ballabide eta aukeren **berdintasuna eta ekitatea** biztanle guztien artean, bereizkeriarik gabe.
- **Personalizazioa**, pertsonen bizi-proiektua errespetatzen laguntzeko eta haien autonomia, autodeterminazioa eta ahalduntzea sustatzeko.
- **Aniztasuna eta intersektotasuna**, desberdintasunak kontuan hartuz genero-identitatearen, sexu-orientazioaren, adinaren, jatorriaren, sinesmenen edo gaitasunen arabera (genero-aniztasuna, belaunaldikoa, kulturala edo funtzionala).
- **Emakumeen eta gizonen arteko berdintasuna, genero-ikuspegia txertatuz** eta zaintza-harremanak bereziki zainduz, non emakumeek ikusezintasuna, menpekotasuna eta gaitasuna jasaten baitute.
- **Gizarteratzea eta parte-hartzea, bazterketaren kausalitate-aniztasuna kontuan hartuta** eta harreman-inklusioan ardaztuz, baina baita hezkuntza-, osasun- edo egoitza-inklusioan ere.
- Ikuspegi **komunitarioa eta komunitateko kide izatea**.



Hariak proiektuak, **ikuspegi komunitarioaren bidez, helburu hauek** ditu:

...pertsonen ingurune hurbilenean eta partikularrean erantzunak ematea (tokiko ikuspegia)

...komunitate irekiak eta inklusiboak sustatzea

...pertsonengan komunitateko kide izatearen sentimendua eta identitate eta harreman esanguratsuk sustatzea (zentzuzko munduak)

...pertsonen parte-hartzea sustatzea prozesuetan eta sare komunitarioetan

... komunitateak eta komunitate horien parte diren erakundeak indartzea

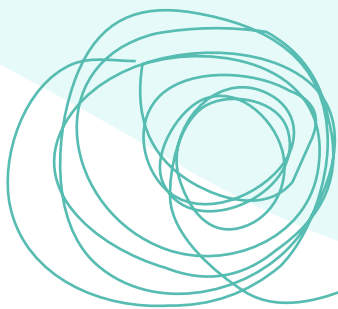
Bakardade-esperientzia ugari eta anitzak daude: batzuk besteak baino intimoagoak dira; larritasun maila desberdinak izan daitezke; pertsona batzuk egoera horretan bizi nahi duten arren, beste batzuk ez. Horregatik, Hariak ez da bakardadeaz singularrean mintzatzen, bakardadeez baizik

Bakardadeez hitz egitean, zertaz ari gara?

| Bakardade objektiboa | Bakardade subjektiboa |
|--|--|
| Objektiboki neurgarria den gizarte-isolamenduari lotutako egoera, non pertsona batek gizarte-harreman gutxi edo bat ere ez duen, bakarrik sentitzen den ala ez alde batera utzita. | Pertsona baten bakardade-sentimendua, nahiz eta pertsonen arteko harremanak eta harreman sozialak badituen |
| Bakardade pribatua | Aitortutako bakardadea |
| Pertsonak bakardadea intimitatean bizi du, ez du adierazten ezta partekatzen ere. | Pertsonak bakardadea sentitzen duela adierazten edo aitortzen du |
| Nahi den bakardadea | Nahi ez den bakardadea |
| Pertsonak ongizate pertsonaleko iturriak aurkitu ditu berak aukeratu duen bakardade esperientzian | Pertsonak bakardadea sentitzen du eta sentipen horretan ondoez emozionalaren iturriak aurkitzen ditu |

Bakardadearen definizio bat, maiz erabiltzen dena eta oso zabaldua dagoena, honakoa da: "Desoreka eta desadostasuna pertsonak nahi dituzten harremanen eta benetan dituzten harremanen kantitatearen edo kalitatearen artean.

Harremanen kalitateak zerikusia du haien intentsitate-mailarekin, maiztasunarekin, elkarrekotasunarekin, konfiantzarekin...



Gainera, Hariak bakardadeen hiru dimentsiori buruz ari da...

Bakardade soziala

Bakardadearen erlaziozko dimentsioa: zentzu zabalean, pertsonen arteko harremanak gutxitzea, mugatzea edo ez izatea

Bakardade emozionala

Bakardadearen dimentsio emozionala: intimitateagatik, afektibitateagatik eta konfiantzagatik pertsonarentzat bereziki esanguratsuak diren harremanak murriztea, mugatzea edo ez izatea

Bakardade existentziala

Bakardadearen dimentsio filosofikoagoa: rol esanguratsua izatearen sentimendua galtzea edo haustea, komunitateko kide izatearena, gizartean parte hartzearena

Pertsona berak bakardadearen mota, dimentsio eta alderdi desberdinak esperimentatu ditzake.

Bakardadeei buruzko ideia nagusi batzuk...

- Bakardade-sentimenduak ez dira beti eragiten dituzten arazoien araberakoak izaten. Harreman sozialik ez izateak beti ez du esan nahi bakardadea sentitzen denik, eta pertsona bat bakarrik senti daiteke, bakarrik ez egon arren.
- Faktore eragilea izan daitekeen arren, ez dago zuzeneko loturarik bakardadearen eta bakarka bizitzearen artean.
- Bakardadea eta gizarte-isolamendua fenomeno desberdinak dira, eta bereizi egin behar dira. Ezin da jakin bakardaderik badagoen pertsonaren pertzepzioak, emozioak edo pentsamenduak ezagutu gabe.
- Ebidentzia zientifikoa ez da erabakigarria per sé adinaren eta bakardadearen prebalentziaren arteko zuzeneko lotura dagoela baieztatzeko orduan, nahiz eta bizitzako etapa batzuetan maizago edo intentsitate handiagoz gertatzen diren bakardadeen aurrean arrisku-faktore jakin batzuk. Adibidez, adineko pertsonetan (maite ditugunak galtzea, bakarrik bizitzea, sare soziala murriztea...).
- Bakardadea ez da pertsona-talde jakin batzuen egoera espezifiko edo eskusiboa.
- Bakardade-sentimenduek ez dute zertan izan pertsona baten une baten emaitza, baizik eta pertsona bakoitzaren harreman-historiaren ondorio izan daiteke.
- Bakardadea ez da inoiz esperientzia bakar eta unibertsala. Aitzitik, hainbat alderdi, dimentsio edo bakardade-mota daude. Bakardade-esperientzia bakoitza berezia da, pertsona bakoitzak bere erara bizi baitu. Bakardade-mota asko daude, pertsona adina.
- Bakardadea ez da beti negatiboa, gozaten edo atseginago egiten ikas baitaiteke.
- Bakardadeak errealitate konplexuak dira, dinamikoak eta aldakorak izan baitaitezke.

Bakardadea, ziur aski, pertsona guztien ibilbidean aurkituko dugun egoera da, adina eta giza komunitatea edozein izanda ere

Bakardadeetan hainbat faktorek esku hartzen dute...

...pertsone baten **eredu edo estilo** kognitiboak: espektatibak, pertzepzioak, identitatea, nortasuna...

...pertsonearen **funtzionamendu soziala** bere bizi-zikloan zehar (engagement interpersonala): familia-harremanen kalitatea, lagunena, bizilagunena...

...**bizimodua**, aisialdiaren erabilera, zaletasunak...

...bizi-gertaerak: **erretiroa**, alarguntasuna, pertsona esanguratsuak galtzea, harreman esanguratsuak haustea, rolak galtzea, gaixotasunak, autonomia funtzionala galtzea...

...**faktore sozioekonomikoak**: diru-sarrerak, gizarte-zerbitzuen eta osasun-zerbitzuen kalitatea...

...**personak** bizi diren ingurunea, hala nola etxebizitza, inguruko ekipamendu eta zerbitzuak, komunitate-mota, landa- edo hiri-ingurunea...

...egiturazko **faktoreak, faktore kulturalak eta gizarte-estereotipoak, hala nola** adinkeria (adinagatikoko diskriminazioa), bakardadeari lotutako estigma, ongizate eta babes sozial txikiagoa duten gizarteak...

Bakardaderik eza edo harreman-inklusioa...

Hariaken ustez, hiru elementu hauek funtsezkoak dira pertsona baten harreman-inklusiorako:

Komunitatea: hurbiltasun fisikoa, harreman-lotura edo identitate jakin bat ezaugarri dituen giza kolektibitate edo gizarte-sistema baten parte sentitzea eta harekin identifikatzea.

Laguntza soziala: beste pertsona batzuek eskaintzen duten laguntza instrumentala, emozionala edo informatiboa. Harremanetako truke-prozesuak (ematea eta jasotzea), bizitzarako garrantzitsuak diren esperientziak eta laguntzak partekatzeko aukera ematen dutenak.

Zainketak: pertsonarentzako edo pertsonarekin funtsezko jarduerak egitea, bere bizitzaren eta eguneroko jardueren iraunkortasunerako.

Harreman-inklusioak **barne hartzen ditu** familia-harremanak eta bizikidetzaharremanak, baita espazio publikoan errespetuzko eta kortesiazko lotura iragankorrak ere

Harreman-inklusioa gizarte-inklusioaren **dimentsio bat da, eta gizarte-inklusioaren** beste alderdi batzuekin lotuta dago (administratiboa, lanekoa, etxebizitzakoa, osasunekoa, ekonomikoa, hezkuntzakoa...)

Planteamendu hori aldaketaren teoriarako **ABIAPUNTUA** da, eta Hariak-ek oinarritzko kontzeptuzko elementutzat hartzen du.

Oinarritzko **hiru** prebentzio-maila proposatzen dira, oinarritzko hamabi jarduera-motaren arabera.

- Lehen mailako prebentzioari dagozkion jarduerak (1-4) loturak edo harremanak sustatzeko planteatzen dira, harreman-inklusioko egoeretan eta egoeretarako.
- Bigarren mailako prebentzioari dagozkion jarduerak (5-8) bakardadeen aurrean arriskuak murrizteko planteatzen dira, bakardade-arriskuko egoeretan edo egoeretarako.
- Hirugarren mailako edo adierazitako prebentzio-jarduerak (9-12) bakardade egoerak aldatzeko, arintzeko edo konpentsatzeko planteatzen dira, bakardade egoeretan edo egoeretarako.

| | | |
|----|--|---|
| 1 | Pertsonak bizi diren, ibiltzen duten eta erabiltzen duten espazio fisikoa egituratzeko edo eraldatzeko jarduketak (etxebizitza eta hirigintza). | LEHEN MAILAKO PREBENTZIOA EDO UNIBERTSALA |
| 2 | Pertsonen balioak, sinesmenak, jarrerak, ideiak eta jokabideak aldatzen dituzten komunikazio, sentsibilizazioa edo mobilizazio jarduketak. | |
| 3 | Aisialdiko jarduerak eskaintzeko jarduketak | |
| 4 | Boluntarioak eta elkarteak sustatzeko jarduketak | |
| 5 | Komunitateko bizikidetza eta lankidetzak dinamikak sortzeko jarduketak. | BIGARREN MAILAKO PREBENTZIOA EDO SELEKTIBOA |
| 6 | Auzokoen komunitateen dinamizaziorako jarduketak (eraikinetan, finketan eta abarretan). | |
| 7 | Pertsonen bizi proiektuaren, trantsizioen eta etorkizunaren plangintza egiteko laguntza jarduketak | |
| 8 | Eten digitala prebenitu eta konpontzeko eta komunikaziorako, harremanetarako eta gizarte sareetarako teknologien erabilera sustatu eta errazteko jarduketak. | Bakardade arriskuko egoerak |
| 9 | Bizikidetzak sustatzeko, errazteko edo laguntzeko jarduketak etxebizitzan bertan, edo zenbait pertsonaren arteko etxebizitza irtenbidea (ahal dela, belaunaldiarteakoa). | HIRUGARREN MAILAKO PREBENTZIOA EDO ADIERAZITAKOA |
| 10 | Egoitza zerbitzuen erabiltzaileen desinstituzionalizazioa bultzatzeko eta zentro horietan arreta pertsonengan jartzeko jarduketak. | |
| 11 | Norberaren bakardade egoera prebenitzeko edo banakako moduan jorratzeko gaitasunen eta harremanen garapenerako jarduketak. | |
| 12 | Pertsonen bakardade egoerak konpentsatu, arindu edo murrizten dituzten laguntza jarduketak. | |

Hariak proiektuan aipatzen den **aldaketaren teoriaren** helburua da esku-hartze batek nola funtzionatzen duen azaltzea eta aldaketa lortzeko mekanismo inplizituak identifikatzea. Jardueren kausa-ondorio erlazioak eta horien ondoriozko aldaketak identifikatzen dira.

1. Sarea eta gobernantza

Gipuzkoan, bakardadeari aurre egiteko ekintzak egiten ari dira, hainbat eragileren parte-hartzearekin. Hala ere, eremu hori ez dago argi definituta eta mugatuta. Eragile garrantzitsu batzuk ez dira konturatzen bakardadeen aurrean duten rolaz, eta oso dinamika egonkor eta argi gutxi daude lankidetzan aritzeko, baliabideak aprobetxatzeko, erabaki partekatuak hartzeko eta lidergoa lortzeko.

2. Elkarrizketa publikoa

Bakardadeari buruzko diskurtsoak, batzuetan, horrelakoak dira:

Nahasiak: terminoen aniztasuna eta diziplinen arteko hizkera komunik eza direla eta.

Alboratuak: populazio-talde batzuk edo bakardadeari lotutako faktore batzuk nabarmentzeagatik, beste talde eta faktore batzuen kalterako.

Estigmatizatzaileak: bakardadea profil jakin batzuekin modu negatibo eta sinplifikatzailean lotzen delako.

Interesdunak: interes politiko, komertzial edo bestelakoen eragina dutenak.

Alarmistak: herritarrak kezkatu nahi dituzten kontzeptuak erabiltzen direlako, konponbiderik eskaini gabe.

Iragankorrak: gaia modu azalekoan eta iragankorrean lantzen dutelako.

Proposatutako ekintzen helburua da bakardadeari buruzko elkarrizketa publiko argia, inklusiboa, positiboa, propositiboa, ahalduntzailea eta iraunkorra garatzea.

3. Berrikuntza eta hedapena

Gipuzkoan bakardadeari aurre egiteko ekintzak sustatu, zabaltu, hobetu, eraldatu eta ikusarazi egin behar dira. Ekintza horiek berritzea eta zabaltzea da estrategia honen helburu nagusia. Hori da bakardadeari aurre egiteko funtsezko bidea; izan ere, ekintza horiei eta lurraldeko eragileei esker hobetu eta gainditu ahal izango dira bakardade egoerak.

4. Ebaluazioa eta ezagutza

Bakardadearen aurkako ekintzek duten eraginari buruzko ebidentzia asko badago ere, arlo horretan ezagutzak gabeziak ditu oraindik. Horregatik, funtsezkoa da estrategia, haren ekimenak eta ekintzak ebaluatzea, eta praktikatik, ikerketatik eta bakardadearen prebentziotik ikastea. Ikasitakoek lehenik daudenak zalantzan jartzen eta hobetzen lagunduko dute, eta esparru kontzeptual, aldaketa-teoria, metrika eta ebaluazio-metodologia hobeak eskainiko dituzte.

Hariak-en gomendio eta ekintza gehienak berrikuntza- eta hedapen-ardatz horri dagozkio, bakardadeak prebenitzeko eta horiei aurre egiteko ekintzak proposatzen baititu

Hariak-en esparru estrategikoan sakonduz...

Hariak-en **esparru estrategikoak** fenomeno horri aurre egiteko inplikaturako hainbat eragileren ekintza bideratu nahi du, eta, horretarako, esparru kontzeptual bat, aldaketaren teoriarako abiapuntu bat, ibilbide estrategikoak eta gomendio edo gidalerroak ditu.

Gomendioak orientabide orokorrak dira, eta Hariak-en kontzeptu-esparruaren barruan bakardadearen prebentzioarekin eta horri aurre egitearekin lotutako ekimen posibleak identifikatzen eta garatzen inplikaturako erakundeak eta beste eragile batzuk orientatzeko balio dute. Gainera, Estrategiak gomendio horiek bete ditzaketen erakundeak zehazten ditu.

Gomendio horiek aurrez aipaturako lau ibilbide estrategikoen arabera antolatzen dira. Hona hemen ibilbide bakoitzari buruzko zenbait gomendio.

| Sarea eta gobernantza | Elkarrizketa publikoa |
|---|---|
| Toki- edo eskualde-mailan foroak, mahaiak eta beste elkarrizketa-gune batzuk ezartzea, lurralde- eta udal-mailako koordinazioa eta baterako lana sustatzeko | Esku hartzeko eskuliburuak, jardunbide egokien gidak eta bestelako dibulgazio-materialak egitea, bakardadeen eremuan oro har eta talde espezifikoaren edo bakardade-arrisku handiagoko egoera zehatzen arabera. |
| Tokiko edo eskualdeko estrategiak garatzea bakardadeen aurrean, helburu eta lehentasun komunak ezartzeko eta eragile guztien artikulazioa ahalbidetzeko | Komunitate-eremuan esku hartzen duten profesionalentzako prestakuntza-jarduerak diseinatzea eta garatzea, bakardadeetan hautemateko eta esku hartzeko gaitasuna hobetzeko |
| Berrikuntza eta hedapena | Ebaluazioa eta ezagutza |
| Belaunaldien arteko programak garatzea kulturaren, aisiaren eta denbora librearen, osasunaren, hezkuntzaren eta gizarte-zerbitzuen esparruan, loturak eta harremanak areagotzeko eta belaunaldien arteko distantzia murrizteko. | Egiten diren ikerketa eta diagnostikoetan, bakardadearen eragina motaren arabera (soziala, emozionala, kroniko fisikoa) neurtzen duten itemak txertatzea, bakardade mota desberdinekin lotutako faktore eta egoeretan gehiago sakontzeko. |
| Trebetasun sozialak, afektiboak, auto-kudeaketakoak eta pertsonen jokabide-ereduak aldatzen gaitzeko tailerrak garatzea eta indartzea, osasunaren, hezkuntzaren eta gizarte-zerbitzuen arloetan bakardade arrisku-egoerarako. | Bakardadeen aurrean pertsonen kolektibo espezifikoari buruzko ikerketak egitea |
| Kontsultatu gomendio guztiak Hariak Estrategiaren 6. kapituluan | |

Hariak haratago doa, eta esparru estrategikoa esparru operatibo baten bidez zehaztea proposatzen du...

... neurri zehatzak, askotariko proiektuak eta ereduzko jarduerak jasoko dituzten jarduera-planen bidez.

Aintzat hartu beharreko Hariak-en beste alderdi batzuk...

Hariak-ek, proposatzen duen elkarlaneko **gobernantzaren** barruan, hiru mekanismo hauek jasotzen ditu, besteak beste:

| | | |
|---|---|--|
| Estrategiaren Zuzendaritza Zainketa eta Gizarte Politiketako Departamentua. ADINBERRI | Idazkaritza Teknikoa Hariak-en aholkularitza teknikoa, dinamizazioa eta jarraipena egiteko kanpoko erakundeak | Hariak Sarea Hariak elkarteari atxikitako hainbat agenteren batasuna |
|---|---|--|

Ba al zenekien Hariak-ekin bat egin dezakezula? Kontsultatu zer eskain diezazukeen Estrategiak, eta zuk zer eskain diezaiokezun agente giltzarri gisa.

[Herritarren atxikimendua](#)

[Agenteen atxikimendua](#)

Bakardadeei buruzko funtsezko kontzeptuak argitu nahi dituzu? Hariak Estrategiak glosario labur bat jasotzen du.

Kontsultatu glosarioa Hariak Estrategiaren II. ERANSKINEAN

Gustatuko litzaizuke Hariak-ek bultzatutako proiektuak eta Estrategiarekin lotutako beste ekimen batzuk ezagutzea? Hariakekin bat egin lezakeen ekimenik jakinaraztea? Hariak-ek ekimenen mapa bat eta garrantzitsuak iruditzen zaizkizunak partekatzeko bide bat eskaintzen dizkizu.

Kontsultatu ekimenak edo jakinarazi ezagutzen dituzunak

[Kontsultatu estrategia osoa](#)

[Sartu Hariak webgunean](#)

Hariak

BAKARDADEEI AURRE EGITEKO GIPUZKOAKO ESTRATEGIA
ESTRATEGIA DE GIPUZKOA ANTE LAS SOLEDADES
ETORKIZUNA ERAIKIZ

**ADIN
BERRI**
OSASUNTU
ZAHARTZEKO
ESTRATEGIA

