

II. Eranskina

Glosarioa

- **Ereduzko jarduketa:** bakardadeen inguruan planteatzen diren ekimenak, programak, ekintzak, etab., estrategian proposatzen den aldaketaren teoriarako abiapuntu gisa. Hiru jarduketa mota desberdintzen dira esku hartzearen arloaren edo eragiten dituzten egoeren arabera, eta prebentzio mailaren (lehen, bigarren edo hirugarren mailakoa) arabera.
- **Laguntza soziala:** beste pertsona batzuek ematen diguten bizitzarako laguntza (informatiboa, emozionala edo instrumentala). Yanguasen arabera (2020:23), prozesu transakzionala da (laguntza eman eta jasotzea), gure harremanen bidez trukerako "espazioa" ematen diguna, bai esperientzia emozionalei (laguntza emozionala) zein alderdi instrumentalei (laguntza instrumentala) dagokionez ere, edo eguneroko bizitzarako garrantzitsua den informazioari dagokionez.
- **Laguntzak:** laguntzen eta zaintzen kontzeptuak desberdintzen dituen Plena Inclusión elkartearen arabera, "laguntzez hitz egiten dugu estalitako beharrak Maslowren piramidearen edozein tokitan daudenean: elikaduratik edo higienetik hasi eta partaidetza politikora, literatura sorkuntzara edo harreman pertsonaletara iritsiz. Baita ere arreta jartzen dugunean laguntza jasotzen duen pertsonaren partaidetzan, erabakietan eta autonomian, eta ez lortutako helburuan (bozkatzea edo garbitzea)".
- **Arreta integrala:** osotasun irizpidea da, programen plangintzak eta esku hartze prozesuen helburuek pertsona baten behar guztiak (oinarrizkoak, emozionalak, sozialak...) kontuan hartzen dituztela ziurtatzeko xedea duena. Arreta integrala bermatzeko, zenbait eragile eta zerbitzuren elkarrekintza ahalbidetzen duen dimentsio sistemikoa behar da.
- **Kapital soziala:** honela definitu daiteke: "ekintza eta kooperazioa ahalbidetzen duten gizarte erakundeen alderdiak, hala nola sareak, arauak eta konfiantza" (Putman, 1993, Sancho et al egileen laneko aipamenean, 2020). OMEk, bere aldetik, honela definitzen du kontzeptu hau: "komunitateetan dagoen kohesio maila. Sareak, arauak eta konpromiso sozialak ezartzen dituzten eta elkarren onurarako koordinazioa eta kooperazioa ahalbidetzen dituzten pertsonen arteko prozesuak dira" (OME, 1998, Rogero, J. egilearen laneko aipamenean, 2010). Kapital soziala, oro har, kohesio sozialaren maila eta pertsonen arteko harremanen kalitatea neurtuz ebaluatzen da.
- **Kognizio soziala:** gizarteko eta pentsamenduko patrioiak barne dituen kontzeptua, pertsona batek bere egoera interpretatu eta ebaluatzeko orduan eragina duten pentsamenduetan, itxaropenetan edo sinesmenetan zehazten dena. Bakardadeen

esparruan, entrenamendu soziokognitiborako programak abian jartzen dira, hain zuzen ere, bakardadeari lotutako estigmaterekin zerikusi handia duten patroikognitibo ez oso moldagarriak aldatzeko.

- **Komunitatea:** parte sentiarazten gaituen giza kolektibitatea, haren kide izateko erabakia hartuta, harekiko identifikazioa sentituta zentzu zabalean, zenbaitetan ahulak izan daitezkeen elkar ezagutza loturekin, hurbiltasuna dela eta, auzotasuna dela eta eta espazio publikoaren erabilera erkide eta partekatua dela eta. Hau da, gizartearen (gizarte gorputza, gizarte sistema) parte izatea, kideen arteko hurbiltasun fisikoaren edo erlazio hurbiltasunaren ondorioz, bai eta identitatea ematen dien afinitateren baten ondorioz ere (Fantova, 2021).
- **Zaintzak:** termino hau erabiltzen da beste pertsona baten bizitzaren jasagarritasunerako ezinbestekoak diren jardueren ardura hartzea izendatzeko. Pertsona horrek, pertsona horrekin edo pertsona horrentzat eguneroko bizitzako jarduerak egitea (hau da, bere beharrak asebetetzeko pertsona batek egin behar dituen jarduerak). Zaintzak eta laguntzak desberdindu beharreko bi termino dira. Plena Inclusión mugimenduak adierazten duen moduan, "zaintzez hitz egiten dugu estalitako beharrak Maslowren piramidearen oinarrian daudenean: elikadura, higiena edo segurtasuna, esaterako. Zaintzez ari gara ere arreta zereginean jartzen dugunean (zaindutako pertsona

garbitzea, esaterako) eta ez pertsona horren partaidetzan, partaidetza hori beti kontuan hartu behar bada ere".

- **Desinstituzionalizazioa:** kontzeptu honek modu laburbilduan aipatzen du komunitatean oinarritutako arretarantz doan trantsizioa edo prozesua, horren barne direla, besteak beste, egoitza instituzio handiak edo makro zentroak txikiagoak eta anitzagoak diren beste batzuekin ordezkatzeko, komunitateko baliabideak erabiltzea eta etxetik etxeko zerbitzuak baliatzea. Beraz, bizitokiarekin du zerikusia, baina baita ere pertsona, instituzioen aldetik laguntza jaso arren, komunitatean, ingurune normalizatu eta ohikoetan arreta jasotzeko gaitzarekin.
- **Adinkeria:** adinaren ondoriozko bereizkeria.
- **Eraginkortasuna (esku hartzeena):** eraginkorragotzat frogatu diren esku hartzeen inguruko irizpidea. Eraginkortasunak zerikusia du esku hartze, programa edo jarduketaren batek duen aurreikusitako eta ezarritako efektuak lortzeko gaitasunarekin, emaitza eta inpaktu positibo eta nabariarekin, esparru jakin batean edo egoera edo fenomeno jakin baterako. Horretarako, hasierako egoera eta esku hartzearen ondorengo egoera alderatzeko aukera ematen duten neurketa sistemak behar dira. Hariak estrategiaren esparruan, beraz, kontzeptu hau erabiltzen da bakardadeak eta isolamendu soziala prebenitu eta jorratzeko emaitza eraginkor eta positiboak lortu dituzten

esku hartzeak eta programak izendatzeko.

- **Planteamendu komunitarioa:** balorazio, esku hartze, programa edo politika baten hurbiltasun, normalizazio eta integritate printzipioak ebaluatu edo kontuan hartzeko modua. Beraz, planteamendu honen esparruan, kontuan hartzen dira pertsonaren berezitasuna eta ingurunea, eta pertsonen lehen mailako lotura eta harremanak sustatzen dira, bai eta pertsonen sare komunitarioetako parte hartzea ere.
- **Engagement (pertsonen artekoa):** pertsonaren funtzionamendu soziala bere bizi zikloan zehar (familiarekin, lagunekin, auzokoekin eta abarrekin dituen harremanen kalitatea).
- **Entrenamendu soziokognitiboa (bakardadea jorratzeko):** oso moldagarriak ez diren patroi kognitiboak aldatzea eta egoera honetan dauden pertsonen bizi duten bakardade sentimenduari lotutako estigmari aurre egitea helburu dituzten esku hartzeak (Victor et al. 2018; Masi et al. 2011). Hau da, programa hauek lortu nahi dutena da parte hartzaileek uler ditzaten mundu sozialaren ulermenean, pertzepzioan eta interpretazioan parte hartzen duten patroi sozialak eta mentalak, hartara bakardadeari aurre egin ahal izateko.
- **Estigma (bakardadeari lotutakoa):** bakardadea modu zurrunean profil jakinekin (esaterako, zahartzaroa) edo pertsonen

estereotipoekin eta desiragarria ez den eta negatiboa den kontzeptu batekin lotzearen ondorioa, gehiegi sinplifikatuz edo pertsonari errua egotziz. Bakardadearen inguruko ideia nagusi eta esanahi unibertuala hartzen da, bakardadeak osagai kulturalak eta subjektiboak izan arren. Konnotazio negatiboaren eta, beraz, bakardadeari lotutako estigmaren ondorioz, pertsona askok ez dute bakardade egoera aitortzen, ez dutelako onartu nahi "bakarrik dauden pertsonak" direla. Horregatik da beharrezkoa bakardadearen dimentsioak eta esanahiak hobeto ulertzea, bakardadea desestigmatizatzeko eta pertsonen horri buruz hitz egitea ahalbidetzeko.

- **Aurre egiteko estrategiak (bakardadeen aurrean):** pertsona batek egoera jakin bati aurre egiteko eskura dituen edo erabiltzen dituen gaitasun eta bitarteko guztiak barne dituen kontzeptua. Hariak strategiaren esparruan, aurre egiteko estrategiak dira pertsona batek bakardade sentimenduak desagerrarazi edo arintzeko baliatzen dituen gizarte trebetasunak, trebetasun emozionalak, komunikazio trebetasunak, empatia, etab.
- **Irismena (proiektu batena):** aplikazio eremuarekin zerikusia duen proiektuaren alderdia. Proiektu baten irismenaz hitz egiten da jarduera eremu nahiko zabala duenean, erakunde baten errealitate zehatz eta txiki bati eragiten dioten ekimenekin alderatuta.

- **Arrisku faktorea:** bakardadearen/bakardadeen aurreko zaugarritasun faktoreak dira, hau da, bakardadearekin lotura duten abiarazle edo aldagai posibleak. Bakardadeak/bakardadeek, dimentsio anitz izateaz gain, jatorri anitz ere izaten ditu/dituzte. Badira pertsonaren baitako faktoreak (pertsonaren itxaropenak eta identitatea, bere ebaluazio subjektiboa, etab.) eta baita pertsonaren kanpokoak ere (egiturazko faktoreak, gizarte ingurua, pertsonen bizitzako gertakariak, etab.). Oro har, zaugarritasun eta gizarte bazterketako egoerek bakardadeen probabilitatea areagotzen dute. Ondorioz, bakardadeekin batera, bakardadeen aurreko beste zaugarritasun egoera horiek ere jorratu beharko dira.
- **Ezaguera kudeatzea:** ezaguera eskuratzean, zabaltzean, transferitzean, trukitzean eta aplikatzean datzan prozesu sistematikoa, jarduera eremua edo ingurua ezagutzeko, berrikuntza bultzatzeko, esku hartzea ebidentzian oinarritzeko, benetan funtzionatzen duena ezagutzera emateko, etab.
- **Harreman inklusioa:** gizarte inklusioaren dimentsioetako bat da. Harreman inklusioak barne ditu familia eta bizikidetzaren harremanak, intentsitate handiago edo txikiagoko pertsonen arteko harremanak edo espazio publiko zein pribatuen erabilera partekatua.
- **Gizarte inklusioa:** pertsonak zenbait alorretan dituen beharrak

asebetetzeko egiten duen esfera edo sistema desberdinetako parte hartzea. Zentzu horretan, badira zenbait dimentsio inklusioaren esparru barruan: harreman inklusioa, administratiboa, ekonomikoa, bizitoki inklusioa, lan arlokoa, hezkuntza arlokoa eta abar (Fantova, 2021).

- **Berrikuntza:** ezaguera, zerbitzuetan, laguntzetan, jardunbideetan edo teknologietan oinarritzen diren eta balioa edo hobekuntzak ekartzen dituzten aldaketak, egoera jakin bati erantzuna emateko gaitasuna areagotzen dutenak. Berrikuntzak formula edo elementu berriak dakartza (instrumentuak, metodologiak, teknologiak...), nahi ez diren efektuak eragiten dituzten eredu klasikoagoek ez bezala.
- **Instituzionalizazioa:** pertsona bat arreta integraleko zentro batean (erabateko instituzio izena hartzen dutenak) sartzea edo bertan tratamendua jasotzea, lehen mailako harremanetatik edo komunitate inguruneetatik urrun edo horiekiko loturarik gabe.
- **Intersektorialitatea:** zenbait jarduera sektoretatik (sektore alorretatik) eta sistemetatik datozen erantzun artikulatuen multzoa edo esku hartzea. Esparru honetan, bakardadeen prebentzioak eta jorratzeak barne dituzte pertsonen behar desberdinei erantzuna emateko helburua duten zerbitzuak.

- **Gizarte esku hartzea:** pertsonen elkarrekintza osatzeko eta hobetzeko xedea (aurreikusitako eragina) duen jarduera formalizatua (Fantova, 2021). Gizarte esku hartzeak behar sozialei erantzuna eman nahi die eta pertsonen elkarrekintzan eragin nabarmena lortu nahi du, legitimazio publiko edo sozial batera iritsita (Fantova, 2007).
- **Xedea:** jarduera sektore baten erreferentziako beharra edo helburua. Esaterako, gizarte zerbitzuen xedea elkarrekintza dela esan ohi dugu, edo osasun zerbitzuen xedea osasuna dela.
- **Komunitateko kide izatea:** komunitate edo kolektibitate bateko kide izatearen sentimendua. Komunitate edo kolektibitate horrekin esperientzia subjektiboak partekatzen dira, hala nola identifikazioa, elkar laguntza, segurtasuna eta konfiantza, etab.
- **Ebidentzian oinarritutako jarduna:** esku hartzea eraginkortasunari dagokionez zientifikoki alderatu den ezaguera batean sistematikoki oinarritzean datza, ikerketa enpirikoko metodo solidoak erabiltzeari esker (SIIS, 2019). Esan liteke ebidentzian oinarritutako jarduna gauzatzen dela bai berrikusketa sistematikoakerabiltzen direnean eta baita ebaluazio eta proiektu esperimentalak bultzatzen direnean ere (SIIS, 2019). Zentzu horretan, bakardadeen aurreko esku hartzeen eraginkortasunari buruzko, esku hartzeen inplementaziorako formulei buruzko, esku hartzeen ebaluazioari buruzko, berrikuntzari buruzko eta

esperimentazioari buruzko ebidentzia zientifikoaren sorrera sustatu behar da.

- **Lehen mailako prebentzioa:** esku hartzearen xedea den fenomeno agertu aurretik (kasu honetan, bakardadea) planteatzen diren jarduketetan islatzen den esku hartzea edo esku hartzeen multzoa. Honela, lehen mailako prebentzioko edo prebentzio unibertsaleko ereduak jarduketak harreman inklusioko egoeretarako prestatzen edo diseinatzen dira. Konexioak eta harremanak sustatzen dituzten jarduketak dira batik bat.
- **Bigarren mailako prebentzioa:** fenomenoaren (bakardadeak) hasierako faseetan edo hura agertzeko arriskuak identifikatzen direnean planteatzen diren jarduketetan islatzen den esku hartzea edo esku hartzeen multzoa. Honela, bigarren mailako prebentzioko edo prebentzio selektiboko ereduak jarduketak bakardade arriskua duten egoeretarako prestatzen edo diseinatzen dira, arrisku hori murrizteko helburuarekin.
- **Hirugarren mailako prebentzioa:** fenomeno azaleratu denean planteatzen diren jarduketetan islatzen den esku hartzea edo esku hartzeen multzoa. Honela, hirugarren mailako prebentzioko jarduketek bakardade egoerak desagerrarazteko, gainditzeko, arintzeko edo konpentsatzeko helburua dute.

- **Proiektu berezi eta berritzailea:** jarduketa tradizionalagoekin alderatuta, elementu berritzaileagoak eskain ditzaketen proiektuak edo ordura arte egindakoarekiko nabarmenki desberdinak diren proiektuak.
- **Zeharkako proiektu integrala:** efektu eraldatzailea "balio kateko" sektore osora zabaltzeko gaitasuna duten proiektuak, erakunde sustatzailerara mugatu gabe. Proiektu hauek, zenbaitetan, esku hartze desberdinak koordinatzen saiatzen dira proiektuaren "xedearekin" lotutako zenbait alorretan aldaketak eragiteko helburuarekin.
- **Lehen mailako harremanak:** pertsona baten harreman intimo eta hurbilenak dira, elkarrekotasun eta afektu loturekin. Familia harremanak dira, bizikidetzakoak eta auzokoekiko harremanak.
- **Bigarren mailako harremanak:** jarduera formaletan parte hartzeagatik edo harremanaren baliagarritasun eta behararen ondorioz agertzen diren harremanak dira. Herritartasun harremanak izan daitezke (eskubide eta betebeharrak baliatzea establezimendu publikoetan), truke harremanak (merkatuko salerosketak) edo elkartasun harremanak (boluntarioen elkarleen kide izateagatik).
- **Erreplikagarritasuna edo bultzada:** proiektua edo jardunbidea beste ingurune edo beste erakunde batzuetan aplikatzeko

(bere osotasunean edo zenbait elementu) aukera ematen duen ezaugarria edo ekintza, beste testuinguru horietan erreplikatzeko, aurrera egiteko edo egokitzeko duen potentzialari esker.

- **Bakardaderik gabeko egoerak:** bakardadea sentitzen ez den egoerak dira hauek, bakardade egoerak aldatzea edo gainditzea lortu denean. Harremanez, konexioez, loturez, komunikazioaz eta partaidetzaz ari gara. Eta, zehatzago, Estrategia honen esparruan, hiru hitz nagusi aipatzen ditugu: laguntza soziala, zaintzak eta komunitatea.
- **Bakardadea(k):** oro har, bakardadea da harremanen integrazioaren mugen pertzepzio subjektibo eta negatiboa (Fantova, 2021). Bakardadea ulertzen da atsegina ez den egoera bat bezala, baina, bestalde, bakardadea ikusten da ere adina guzietako pertsona guztiengan eta giza komunitate guztietan aurkituko dugun egoera baten moduan. Bakardadea ez da esperientzia bakarra eta unibertsala, aldiz, bakardadearen alderdi eta dimentsio ugari daude eta bakardade mota asko ere. Horregatik, hobedabakardadeez hitzegitea, bakardadeaz baino.

Bakardadeez ari garenean, barne ulertuko dira banakoek sentitzen dituzten (modu subjektiboan hautematen dituzten) beste pertsona batzuekiko kontaktu, konexio, komunikazio edo harremanak edo subjektu kolektiboekiko lotura edo kideztza konpromisoa nabarmen gutxituta edo mugatuta dituzten

egoerak.

- **Bakardade emozionala:** bakardadearen dimentsio emozional edo afektiboa islatzen du. Bakardade emozionalaren kontzeptua erabiltzen da intimitate, afektibotasun eta konfiantza mailagatik bereziki esanguratsuak diren pertsonen arteko harremanen murrizketa, mugaketa edo gabezia izendatzeko.
- **Bakardade existentziala:** bakardadearen dimentsio filosofikoena islatzen du. Bakardade existentzialaren kontzeptua erabiltzen da komunitatean eginkizun bat izatearen sentimenduaren, proiektu kolektibo batekiko identifikazioaren edo gizarteko partaidetzaren galera edo etetea izendatzeko.
- **Bakardade objektiboa:** gizarte harremanen gabeziak, mugaketak edo murrizketak (harremanen esklusioa) eragiten duen egoeraren neurketa objektiboa izendatzen duen isolamendu sozialarekin lotzen da. Egoera hau bakardade sentimenduaren faktore abiarazlea izan daiteke, baina ez da beti horrela izaten. Bakardade egoerek, harremanen ikuspuntutik, harreman kantitatearekin lotura izateaz gain harremanen kalitatearekin ere zerikusia dute (doakotasun maila, elkarrekikotasuna, intentsitatea, maiztasuna, etab.).
- **Bakardade pribatua:** bakardadea esplizitu bihurtzen ez den egoerak izendatzen ditu. Egoera horietan, erantzun jakinek

ezkutuko bakardade egoerak edo, behintzat, modu esplizituan adierazi ez direnak identifikatzeko aukera ematen dute.

- **Bakardade publikoa edo adierazitako bakardadea:** pertsona batek bakardadea esplizitu bihurtzen duen egoerak izendatzen ditu. Esaterako, bakarrik sentitzen den egoeren maiztasunari buruzko galderei emandako "beti" edo "ia beti" erantzunen bidez identifikatzen da. Bakardade aitorturako eta bakardade pribaturako lortu diren emaitzak zeharo desberdinak dira. Bi neurketa hauen arteko aldearen arrazoia izan daiteke, neurri batean, bakardadeak dakarren estigma.
- **Bizitokiko bakardadea:** bakarrik bizitzearekin lotzen da kontzeptu hau. Egoera hau kontzeptualizatzeko, bakardadea aipatu ohi da etxebizitza mota gisa, izan ere, adinekoen kasuan, zenbait alderditan zaurgarriagoak baitira, bakarkako bizitza luzaroago zabaltzeak erronka garrantzitsuak dakartza politikaren ikuspuntutik.
- **Bakardade soziala:** bakardadearen dimentsio soziala edo harremanen dimentsioa islatzen du. Bakardade soziala erabiltzen da pertsonen arteko harremanen murrizketa, mugaketa edo gabezia izendatzeko, zentzu zabalean.
- **Bakardade subjektiboa:** bakardade sentimenduekin lotzen den kontzeptua da, isolamendu sozialaren alderdi subjektibo

moduan. Nazioarteko komunitate zientifikoan gehien hedatu diren definizioetako baten arabera, bakardadea kontzeptualizatzen da esperientzia desatsegin eta negatibo baten moduan, pertsonak nahi dituzten eta benetan dituzten harremanen arteko aldearen ebaluazio subjektiboaren emaitza dena, bai kantitateari zein kalitateari dagokionez ere (Perlman eta Peplau, 1981:31; De Jong Gierveld et al, 2015).

- **Aldaketaren teoria:** Carol Weissek zabalduetako terminoa definitu daiteke aldaketa soziala sustatu nahi duten esku hartzeak prestatzeko, egikaritzeko eta ebaluatzeko eredu kontzeptual edo tresna gisa. Cassetti eta Paredes-Carbonellen arabera (2020), aldaketaren teoriak azaldu nahi du nola funtzionatzen duen esku hartze batek eta aldaketaren teoriaren helburuen artean dago aldaketa lortzeko erabili nahi diren mekanismo inplizituak identifikatzea. Honela, aldaketaren teoria batek bilatu egiten ditu garatutako jarduketaren eta hortik eratorritako edo aurreikusitako aldaketen arteko kausa-efektu harremanak.
- **Zeharkakotasuna:** esku hartze alor jakin batean parte hartzen duten eragileen arteko elkarrizketan oinarritzen den irizpidea da, zenbait ikuspegi, sektore edo jarduera eremu barne hartuta nolabait osotasuna dakarren heinean. Ezarritako bestelako antolaketa modutatik haratago doa. Aipatu moduan, zenbait sektore edo jarduera eremuri aldi berean eragiten dien edo interesa pizten dien arazo, egoera, ikuspuntu edo planteamendu

baten ezaugarria bera izendatu dezake ere.