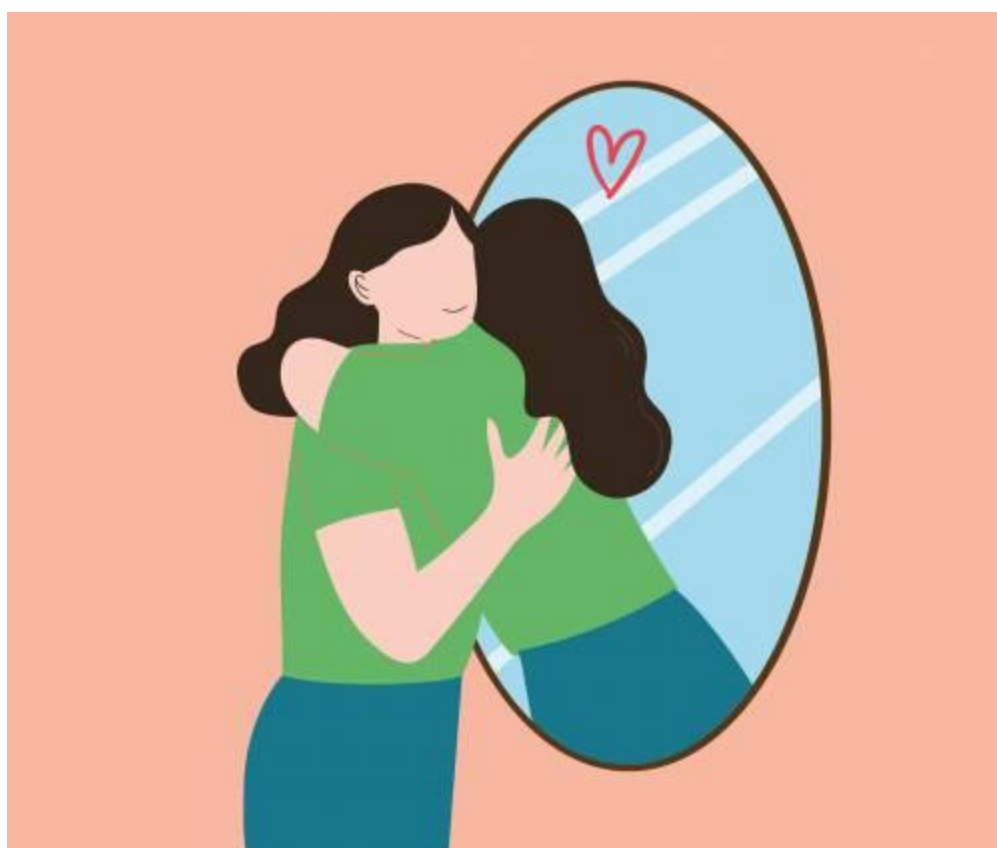


NERABEEN AUTOESTIMA SEXUAREN ARABERA

“Autoestima pertsona gisa daukan balioari buruz duen ideia da. Biziraupen psikologiko eta osasun mental onuragarri bat edukitzeko, ezinbestekoa da gure baitan eroso sentitzea, garen bezala onartzea eta baldintzarik gabe gure burua maitatzea.”



Naia Moure, Izaro Uceta, Ane Díaz

04/04/2022
4.º ESO, CIENCIAS

LABURPENA

Ikerketa honetan, 3ºESO-1ºBAC arteko adina duten ikaskideei bidali diegun formulario baten emaitzen azterketan datza. Hipotesi bat bota genuen: “Neskak nerabeen mutilak baino autoestima gutxiagoa dute”.

15 Galdera sortu genituen: batzuk aukeratzeko eta beste batzuk idazteko. Formularioari soilik 69-k erantzun zuten. Erantzunak anonimoak izan ziren parte hartzen duenaren datuak guztiz pribatuak izateko.

Datuak ikertzen hasi baino lehen, “planning” moduko bat sortu genuen eta gero, emaitza guztiak ikertu genituen, guztia egin ostean, gure hipotesia egiaztatzeko eta beste erreferentzia batzuekin konparatzeko.

ARAZOA

Zertaz aztertu ez genekienean, Interneten bilatzen hasi ginen eta autoestimaren gaia oso interesantea zela iruditu zitzaigun. Aztertu nahi izan genuen gure adinaren inguruko besteetan, nortzuk zeukaten autoestima baxuagoa: mutilak ala neskak? Hainbat informazioa aurkitu genuen. Interneteko web orri honetan (<https://ecodiario.eleconomista.es/salud/noticias/9175879/05/18/El-19-de-las-adolescentes-tiene-una-autoestima-baja-frente-al-7-de-los-chicos.html>), aurkitu genuen nesken portzentaia autoestiman, okerrago zegoela mutileetan baino:

*“El **19,2% de las chicas** adolescentes tiene un **grado de autoestima bajo** frente al **7,1% de los chicos**, según un estudio del Instituto de Investigación en Atención Primaria Jordi Gol (IDIAPJGol) de Barcelona, realizado en 323 alumnos de 13 a 19 años de un instituto municipal de Bellpuig”.*

Hori ikusi eta gero, galdetu genuen nolako erantzunak eukiko lituzkete Azkorriko, hau da, gure ikastetxeko ikaskideek.

Web orri horren erantzunak jarraitzen, gure hipotesia hori izan zen: neskak autoestima baxuagoa dutela mutilak baino nerabeen.

MATERIALAK

1. Papera eta boligrafoa: ideia guztiak idatzi genituen ahaztu ez izateko eta zerbait

- oker egotekotan, zuzentzeko.
2. Ordenagailuak: Aparatu hauek izan behar genituen inkesta egiteko eta bidaltzeko ikatetxetik. Gainera, baita erabili izan genuen tabla bat sortzeko eta datuak aztertzeko horretan.
 3. Datu batzuk nabarmentzeko, kartulina bat egin genuen: koloretako paperak, errotulkiak, katulina gisa, artaziak eta kola erabili genituen horretarako.

METODOLOGIA

1. Zenbait informazio bilatu genuen ordenagailuaren bitartez aztertuko genuen galdera eta baita, hipotesia lortzeko.
2. Hipotesia eta gadera ondo pentsatu ondoren paper batean apuntatu genuen egin beharreko gauza guztiak eta inkestaren galderak.
3. Bukatzerakoan, ordenagailura pasatu genituen inkestaren galdera guztiak, eta bidali izan genuen 3ºESO, 4ºESO eta 1ºBAC-ei.
4. Erantzunak aztertzeko momentuan (69 erantzunak), tabla bat sortu genuen eta beste dokumentu bat sortu genuen aparte. Azken horretan, taularen datu guztietatik soilik nabarmenenak kontuan izateko.
5. Kartulina: lehenengo, kartulina gisa erosi genuen eta datu bitxi batzuk hartu genituen kontuan, gero, idazteko. Hori egin ostean, idatzitakoa ebaki, eta itsatsi genuen katulinaran modu eskematikoan eta ulergarrian.
6. Azkenik, bideoa egiteko, eskema bat sortu genuen, ideia bat izateko bideoa egiteko modua planifikatzeko. Gainera, katulina erabili genuen laguntzeko.

DATU HARRIGARRIAK:

GALDERA	GENEROA (ZIFRAK)	EMAITZA	ZERGATIK HARRIGARRIA?
¿Nola konpontzen dituzte haien arazoak?	Neskak (4) Mutilak (1)	Besteekin arazoak ordaintzen	Kezkatzen gaitu portzentai hain handiak izatea. Uste dugu portzentai bakoitzak, izan beharreko baina altuagoa dela.
	Neskak (2) Mutilak (1)	Zerbait/Norbait kolpatzen	
	Neskak (4) Mutilak (1)	Autolesionatzen	
	(13)	18,2 % erantzunak.	

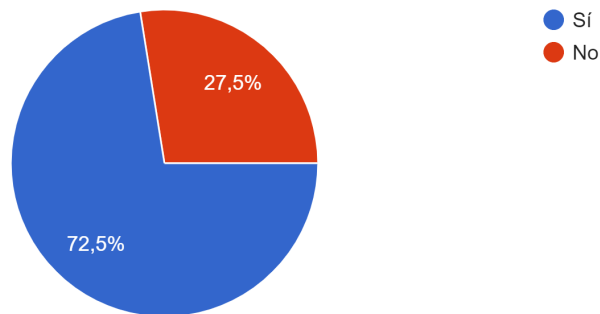
Zein da zure gorputzean gehien gustoko duzun partea?	Neskak (9) Mutilak(4) <hr/> (13)	“Nire ilea”, “ilea”...	Galdera honen bitxikeria izan da, ia erantzun gehienak “ilea”izan direla.
Zure gorputzarekin eroso sentitzen zara?	Mutilak(1)	Ez daude gustora.	40 mutiletatik bakarrik batek ez egotea haren gorputzarekin eroso asko inpaktatu gaitu.
Nola sentitzen dira?	Neskak(16) Mutilak (24) <hr/> Neskak (19) Mutilak (3) <hr/> Neskak (6) Mutilak (2)	Aske. <hr/> Epaituta gizarteagatik. <hr/> Izkutatuta gizartearekiko.	Asegarria da erantzunen erdia baino gehiago aske sentitzen direla ikustea. Baina, aldi berean, ez da oso ona 31,9%, epaituta sentitzea eta beste 11,6% izkutatuta sentitzea gizartearengatik. Portzentai altuak dira eta ez lirateke horrela izan beharko.
Zer aldatuko luketen haien gorputzetatik?	Neskak eta Mutilak.	“Nire altuera”, “Argalagoa izatea nahiko nuke”, “Nire kopeta, oso handia da”... <hr/> “Gorputz atletikoago bat nahi dut”, “fisikoa”, “nire bularra”...	Erantzun gehienak zerikusia daukate tamainarekin (luzera/zabalera...). <hr/> edo figura estetikoa (gizarteak onartzen duena)

EMAITZAK

Formulario honetan, 69 pertsona aztertu ditugu: hauetatik, 41 neskek eta 28 mutilak dira, 14 urtetik 17 urte bitartekoak.

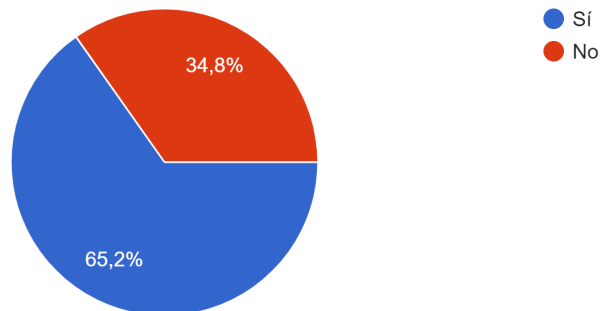
1- "Zure gorputzarekin eroso sentitzen zara?"

- **41 emakumetatik 2k eroso sentitzen dira haien gorputzarekin eta 17k ez.**
- **28 mutileetatik bakarrik 1ek ez da eroso sentitzen eta 27k, berriz, bai.**



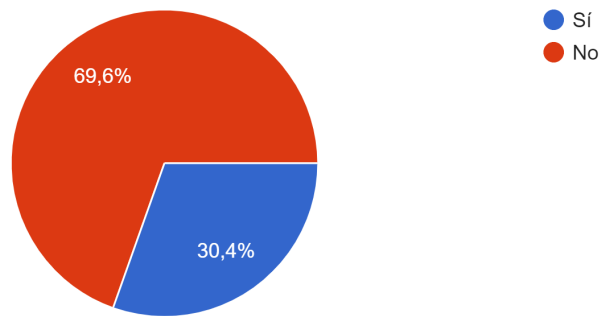
2- "Zure gorputzeko zerbait aldatuko zenuke?"

- **Emakumeetatik, 10rek ez lukete ezer aldatuko haien gorputzetatik, eta 31k bai.**
- **Mutileetatik, berriz, 14k ez lukete ezer aldatuko haien gorputzetatik eta beste 14k bai.**



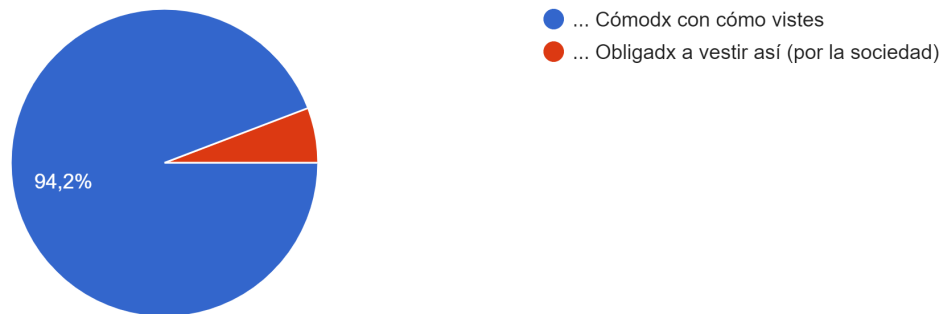
3- "Hondartzara joatearen adibidean, birpentsatzen duzu joatea ala ez joatea?"

- **Galdera honetan, 21ek ez lirateke hondartzara joango: horietatik, 16 emakume eta 3 mutil.**
- **Eta 48-k hondartzara joango lirateke.**



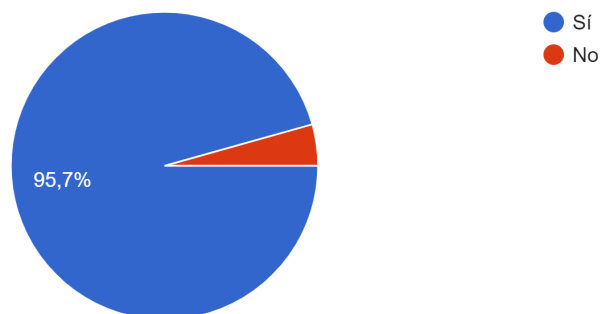
4- “Nola sentitzen zara??”

- **4k behartuta sentitzen dira janzten diren modura janztera: 3 neska eta soilik mutil 1.**
- **65ek eroso daude haien janzkerarekin.**



5- “Zuk nahi duzun jendearekin elkartzen zara?”

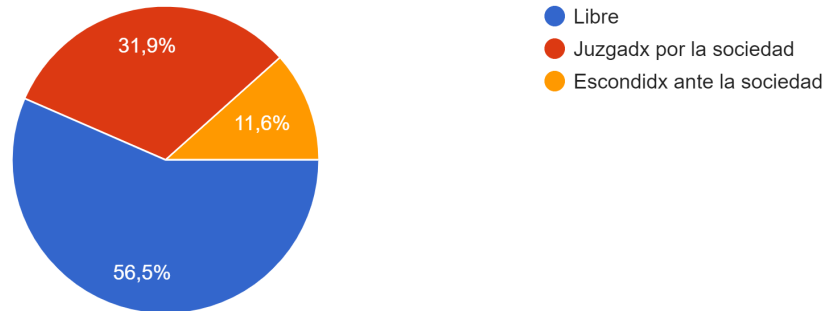
- **66k bai: mutilak eta neskak.**
- **3k ez: 2 neskak dira eta mutil bakar bat.**



6- “Nola sentitzen zara?”

- **21ek epaituak sentitzen dira gizartean.**
 - 19 neska

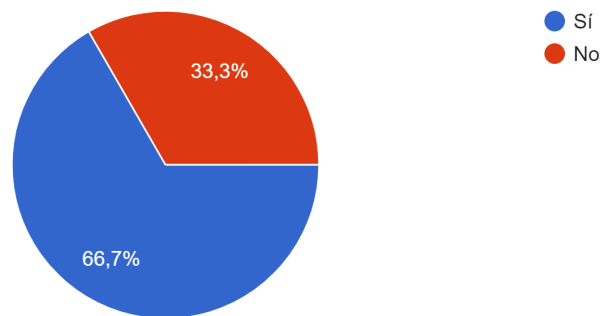
- 3 mutil
- **40k libreak sentitzen dira gizartean.**
 - 16 neska
 - 24 mutil
- **Eta 8k izkutatzeko beharrean sentitzen dira gizartean.**
 - 6 neska
 - 2 mutil



★ Eskatu genien haien ingurukoak identifikatzen zuten izenondoa idaztea. Eta geroago, izenondo hori atsegina ala desatsegina zela uste bazuten:

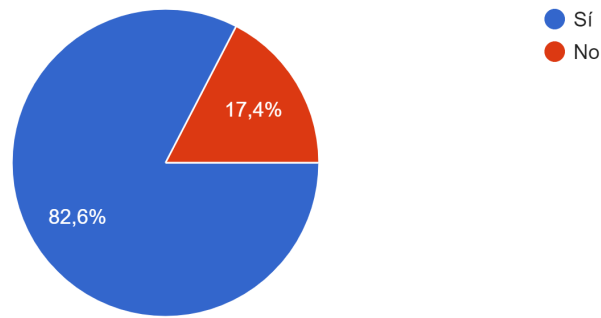
7- “Atsegina iruditzen zaizu besteak horrela zu ezagutzea?”

- **46rentzat atsegina da.**
- **Baina 23rentzat desatsegina.**

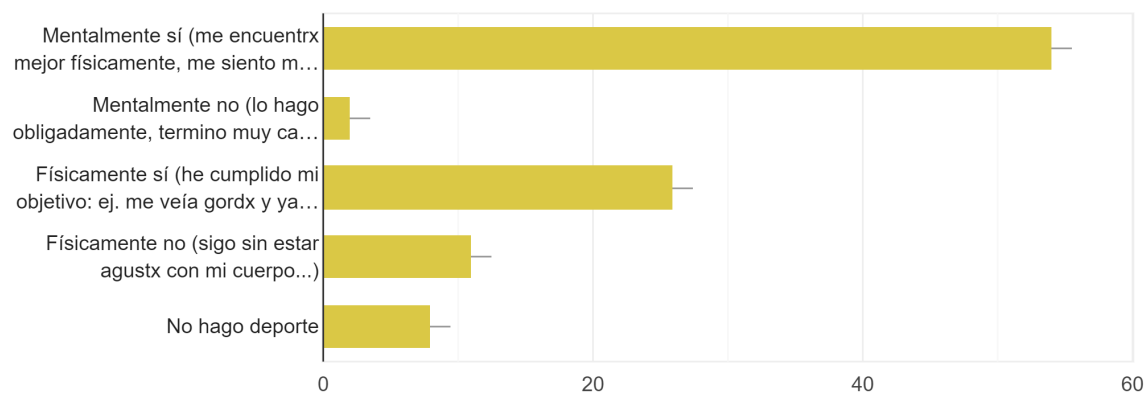


8- “Kirola praktikatzen duzu 2 edo 3 aldi astero?”

- **Aztertutako emaitzen 12k ez dute kirolik praktikatzen: horietatik 7 neskak dira eta 5 mutilak.**
- **57k berriz, bai.**



9- “Ondo sentitzen zara kirola praktikatu eta gero?”



10- “Nola konpontzen dituzu zure arazoak?” (sentikorrak)

➤ **Negarrez:**

- 22/27 neskak.
- 5/27 mutilak.

➤ **Bestekin arazoak ordaindu:**

- 4/5 neskak.
- 1/5 mutilak.

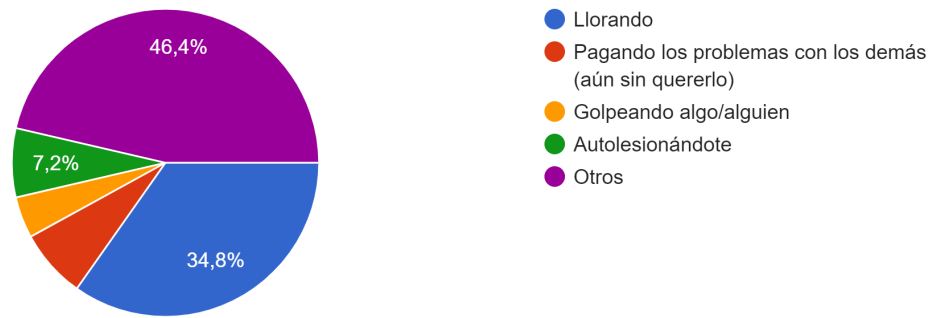
➤ **Zerbait/norbait kolpatzen/jotzen:**

- 2/3 neskak.
- 1/3 mutila.

➤ **Autolesioa:**

- 4/5 neskak.
- 1/5 mutila.

➤ **Besteak:** *idazteko aukera eman dugu* **29 neska-mutilak.**



- ❖ Esan beharra dago, daudela beste 5 galdera erantzuna idatzi beharrekoak: “Zein da zure gorputzatik nahiago duzun partea?”, “Zer aldatuko zenuke zure gorputzan?”...etab. Hipotesia sendotzeko erabili ditugu nahiz eta ez agertu emaitzetan. Kontuan izan ditugu, eta aztertu ditugu hamar hauek bezala.

KONKLUSIOAK

Azkenik, lehenengo emaitza guztiak begiratuta, gure hipotesia egia zela zehaztu genuen, beraz, Azkorriko ikastetxeko 14 urtetik-18 urtera bitarteko neskek autoestima gutxiagoa dute mutilak baino.

BIBLIOGRAFIK ETA ERREFERENTZIAK

1. [eleconomista.es](https://ecodiario.eleconomista.es/salud/noticias/9175879/05/18/El-19-de-las-adolescentes-tiene-una-autoestima-baja-frente-al-7-de-los-chicos.html). *El 19% de las adolescentes tiene una autoestima baja, frente al 7% de los chicos.*
<https://ecodiario.eleconomista.es/salud/noticias/9175879/05/18/El-19-de-las-adolescentes-tiene-una-autoestima-baja-frente-al-7-de-los-chicos.html>
2. [psicoactiva](https://www.psicoactiva.com/blog/la-autoestima-en-los-adolescentes/). *La autoestima en los adolescentes.*
<https://www.psicoactiva.com/blog/la-autoestima-en-los-adolescentes/>
3. [autoestima.pdf](http://boj.pntic.mec.es/~lbarrioc/padres/autoestima.pdf). *Desarrollo de la autoestima en los adolescentes.*
<http://boj.pntic.mec.es/~lbarrioc/padres/autoestima.pdf>

ESKERRAK

Eskerrak eman nahi dizkiegu formularioa bete duten ikaskideei, Olatzi eta Jose-ri baita,

proiektuan laguntzeagatik eta haien denbora gure zalantzak solbatzen igarotzeagatik, eta gure maisuari, Edorta, haren klaseak proiektuan erabiltze uzteagatik. Eskerrik asko!