

Zer emozio pizten dizkigu hilerokoak?

Nahia Idoiaga Mondragon eta Maitane Belasko-Txertudi
Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU)

Ikerketa honek Euskal Herriko gazteek gizarte gisa hilerokoa emozionalki nola ulertzen duten lantzea du helburu. Hau da, hilerokoaren eraikuntza kolektiboan emozioek duten garrantzia jorratzea. Horretarako, 18-26 urte arteko 185 gazteren hilerokoaren definizio emozionala aztertu da, bai maila kualitatiboan bai eta kuantitatiboan ere. Hasteko, asoziazio askeko ariketa bat burutu da eta emaitzak analisi lexikalarekin aztertu dira. Bigarrenik, afektu positibo eta negatiboa neurtzeko PANAS eskala ere aplikatu da. Emaizta guztiak parte-hartzaileen sexuaren (emakume/gizonezko) eta ideologia feministaren (feminista/ez feminista) arabera landu dira. Emaiztek erakutsi dute oraindik estigmatizazioarekin lotutako karga emozional negatibo nabarmena sortzen duela hilerokoak gazteengan nazka, lotsa, haserre edota tristura sentimenduekin lotuta. Halere, harrotasunarekin eta bestelako karga positibodun emozioekin lotutako eraikuntza ere aurkitu da. Hilerokoaren eraikuntza positibo hori espresuki ideologia feministari loturik dago eta emakumeak ahalduz dituzte. Bukatzeko hilerokoa gizarte-emozio ikuspuntu honetatik lantzetik eratorritako ondorioak eta osasunaren eraikuntza positiboago baterako premisak eztabaidatu dira.

GAKO-HITZAK: Emozioak · Feminismoa · Gizarte-irudikapena · Hilerokoa.

What emotions promote menstruation?

Our study investigates the importance of the emotions in the collective construction of menstruation. That is, this paper analyzes how Basque youth emotionally understand menstruation. For this we analyzed the emotional definition that 185 young people aged 18-26 made about menstruation. To begin with, an exercise of free association was carried out and its results were analyzed through lexical analysis. Secondly, the PANAS scale of negative and positive affect was also applied. All results were worked on taking into account the sex (female/male) and the feminist ideology (feminist/non-feminist) of the participants. The results revealed that menstruation still generates a high negative emotional charge linked to feelings of disgust, shame, anger or sadness. However, also emerged a representation with a positive emotional charge linked to emotions such as pride or happiness. This positive construction that empowers women is especially linked to feminist ideology. In addition, the implications of the emotional representation of menstruation, as well as their importance in the way that this issue is faced, are considered.

KEY WORDS: Emotions · Feminism · Social representations · Menstruation.

1. Sarrera

Biztanleriaren erdiak hilerokoa izaten du bere bizitzakoaldi gehienetan zehar. Maila biologiko zein fisiologikoan hilerokoa ohikoa den fenomeno naturala da. Maila sozialean, ordea, hilerokoa oraindik sekretuari, tabuari, estigmari edota negatibotasunari iltzatuta dago (Costos, Ackerman & Paradis, 2002; Kowalski & Chapple, 2000; Marvan, Ramirez-Esparza, Cortes-Iniestra & Chrisler, 2006). Gainera hilerokoa esperientzia bereziki estresagarria da, batez ere berari buruzko hezkuntza egokia jaso ez izanagatik, gertaera honen irudikapen positibo bat landu ez duten neskentzat (Marván, Chrisler, Gorman & Barney, 2017). Honenbestez, artikulua hau hilerokoa oraindik gizartearentzako erronka zergatik den argitzen saiatuko da.

Ikuspuntu historiko batetik, Mendebaldeko gizarteek hilerokoa lantzeko edota plazaratzeko izan duten era aldatuz joan da (Spadaro, D'Elia & Mosso, 2017). Historia modernoko lehen urteetan emakumeek hilerokoa zuten hileko egunetan estigmatizazio latza jasaten zuten, inpuru edota arriskutsutzat joak ziren eta bizitza publiko eta sozialetik urrunduak (Patterson, 2014). XX. mendean askoz ere diskurtso medikalizatuagoa sortu zen hilerokoaren inguruan, nahiz eta maila berean estigmatizatzailea izan, hura higie-nekrisi bezala definitu zen (Whisnant & Zegans, 1975). Gaur egun oraindik, hilerokoa sarri higie-nekrisi gisa landua izaten da mezu kulturaletan (Chrisler, 2008; Rembeck, Moller & Gunnarsson, 2006), nahiz eta bai feministak baita alorreko akademikoak ere gaiaren inguruko irudikapen positibo bat sortzeko eta zabaltzeko lanetan ari diren (Burrows & Johnson, 2005; Chrisler, 2008; Chrisler, 2013; Rembeck, Moller & Gunnarsson, 2006).

Nola eraikitzen da hilerokoari buruz dugun egunerokotasuneko jakintza?

Hilerokoaren inguruan eginiko ikerketa gehienek medikuntza-ikuspuntu edo jokaerazkoa izan dute batik bat (Koutroulis, 2001). Era berean, hilerokoan eragina duten gertakari sozial zein kulturelei historikoki entzungor egin zaie (Ripper, 1991). Izan ere, hilerokoa historikoki banakako gertakari gisa izan da ikertua, ikerketa horiek pertzepzio edota jarrera-analisietan zentratu dira batik bat (Clarke & Ruble, 1978; Grief & Ulman, 1982; Koff, Rierdan & Jacobson, 1981).

Hilerokoari buruzko jarreraren gainean egindako ikerketen berrikusketak (Marván, Chrisler, Gorman & Barney, 2017) erakutsi du jarrera negatiboak, besteak beste hilerokoa gertaera desatsegin, lotsagarri edo larritasunezko bezala definitzeak edota berari buruz urruntasunez hitz egiteak, hainbat ondorio zuzen dituela. Hasteko, hilerokoa izaten den egunetan zehar eta hilerokoa jaitsi baino lehenagoko egunetan herstura larriagoa (Marvan, Vazquez-Toboada & Chrisler, 2014), baita norbere objektifikaziorako tendentzia handiagoa ere, (Grose & Grabe, 2014; Johnston-Robledo, Sheffield, Voigt & Wilcox-Constantine, 2007), gorputz-irudi negatiboagoa (Chrisler, Marvan, Gorman & Rossini, 2015) eta azkenik hilerokoa duen emakumea hainbat ekintzatarako (kirola, igeri/bainatu edota praktika sexualak izan) gai ez dela dioten usteak ere aurrean ditzake (Marvan, Ramirez-Esparza, Cortes-Iniestra & Chrisler, 2006). Gainera ikertzaileek frogatu dute, alde batetik, hilerokoari buruzko jarrera negatiboek eta hilerokoa duten edo izango duten emakumeei buruzko

estereotipoek sexismoa areagotu dezaketela. Bestetik, sexismoak berak ere hilerokoari buruzko jarrera negatiboagoak areagotu ditzake (Marvan, Vazquez-Toboada & Chrisler, 2014). Jarrera negatibo horiek, ordea, ez dute zertan banakakoaren eraikuntza soilak izan eta maila sozialagoan egon daitezke iltzatuta. Hau da, hilerokoaren esanahiari sozialki emandako adiera negatiboak sortzen ditu jarrera negatiboak pertsonengan eta horrek ondorio sozial nabarmenak ditu (Chrisler & Johnston-Robledo, 2017).

Aipaturiko ikuspuntu sozialean gehiago murgildu nahian, ikerketa honetan Gizarte Irudikapenen Teorian errotuko gara (Moscovici, 1984; Moscovici & Duveen, 2000). Izan ere, teoria horrek frogatu du egunerokotasuneko jakintza aztertzeo beharrezkoa dela eredu kognitibotik aldentzea eta testuinguru kulturean eta berak komunitatean hartzen duen esanahi sinbolikoan zentratzea (Joffe, 2003). Honenbestez, hilerokoa egunerokotasuneko jakintza edo pentsamenduan nola ulertzen den jakiteko ezinbestekoa izango da hura interakzio edota komunikazio sozialean nola lantzen den aztertzea, baita maila emozionalean zer eraikuntza duen ikertzea ere (Joffe & Lee, 2004), bertatik eratorriko baitira komunitate barruko balio partekatuak.

Mendebaldeko herrietako komunitateetan burututako azken ikerketek (bereziki Estatu Batuetan burututakoek) frogatu dutenez hilerokoaren eraikuntza negatiboa oraindik ere ohikoa da (Britton, 1996; Gannon, 1998; Kissling, 1996; Lovering, 1995; Moore, 1995; Thuren, 1994; Ussher, 1989), eta haren iturri eta inplikazioek begirune handiagoa merezi dute (Costos, Ackerman & Paradis, 2002). Izan ere, hilerokoa estigma sozialaren iturritzat jotzeak inplikazio oparoak dauzka alorreko teoria, ikerketa eta praktikarako (Johnston-Robledo & Chrisler, 2013). Euskal Herriko eremu konkretuan ildo honetako ikerketarik egin ez den arren, estatu-mailan aurkitu izan da hilerokoa orokorki gertaera lotsagarri, ilun eta arriskutsu gisa definitu izan dutela hainbat emakumek (Thuren, 1994). Estigma sozial hau hilerokoa tabu kontsideratzean irmoki ainguraturik dago.

Hilerokoaren tabua gaztarotik barneratzen da (Williams, 1983) eta bai literatura klasikoan bai gaur egunekoan interakzio sozialean edota komunikazioan eragin zuzena duten bi konnotazio nagusi ditu (Chrisler, Marvan, Gorman & Rossini, 2015; Spadaro, D'Elia & Mosso, 2017). Hasteko, interakzio sozialaren tabuak emakumeen ekintza edo jardueretan eragiten du, hileroko aldiaren zehar baimenduta eta debekatuta dauden jarduerak zeintzuk diren ebaziaz, era horretan jarduera sexual (Schooler, Ward, Merriwether & Caruthers, 2005) eta fisikoan (Oxley, 1998) murrizketak ezarriaz.

Tabuaren bigarren adarra hilerokoaren inguruko komunikazioa litzateke. Hilerokoaren gaia hitz egiten ez dugun gauza pribatu horietako bat da (Thuren, 1994), ondorioz berari buruzko komunikazio formal zein informala orokorki tabu kontsideratu da (Burrows & Johnson, 2005; Chrisler, 2008; Chrisler, 2013; Costos, Ackerman & Paradis, 2002; Chrisler, Marvan, Gorman & Rossini, 2015; Kissling, 1996; Spadaro d'Elia & Mosso, 2017; Stubbs & Costos, 2004). Gainera, koska ez da soilik hilerokoaz hitz egiten ez dela, baizik eta egiten denean mespretxuz izan ohi

dela (Ernster, 1975). Ondorioz, hilerokoa gai tabu bezala irudikatzeak emakumeen gorputzak eta beren ugalketa-funtzioak nazkagarriak edota lotsagarriak direlako ideia indartzen dute, nazka eta lotsa emozioak abiaraziaz (Chrisler, Marvan, Gorman & Rossini, 2015).

Zer emozioekin lotu izan da hilerokoa?

Ikuspuntu emozional batetik hilerokoak sekretua, lotsa, nazka, zikintasuna, izkutakeria, min fisiko zein emozionala, beldurra eta estresa sortzen dituela baieztatu izan dute (Burrows & Johnson, 2005; Çevirme *et al.*, 2010; Chrisler, 2013; Costos, Ackerman & Paradis, 2002; Dufort, Lemelin & Charron, 1998; Johnston-Robledo, Sheffield, Voigt & Wilcox-Constantine, 2007; Koutroulis, 2001; Marván, Chrisler, Gorman & Barney, 2017; Spadaro d'Elia & Mosso, 2017). Alabaina hainbat ikerketak neskek menarkiari (hilerokoaren lehenengo jaitsierari) buruzko sentimendu nahasiak dituztela baieztatu dute, harrotasuna eta lotsa, poztasuna eta beldurra nahasiaz (Chrisler & Zittel, 1998; Koff, Rierdan & Jacobson, 1981; Woods, Dery & Most, 1983).

Hilerokoaren irudikapenean aldaketarik ote?

Azken urteetan hilerokoa hainbat herrialdetako agenda feministen barnean sartu da. Hilerokoa lantzen duten aktibista feministek, bereziki Mendebaldeko herrialdeetan, gaiari buruzko irudikapen positibo bat garatzea eta zabaltzea dute helburu (Burrows & Johnson, 2005; Chrisler, 2008; Chrisler, 2013; Rembeck, Moller, & Gunnarsson, 2006). Izan ere, gizarteak hilerokoari buruz duen jakintzaren adibide gisa Estatu Batuetako gazteen artean burututako ikerketek frogatu dute unibertsitate-ikasle emakumeek ez dakitela hilerokoaren zikloaz lehen edo bigarren hezkuntzako gazteek baino gehiago (Koff, Rierdan, & Stubbs, 1990; Koff & Rierdan, 1996). Are gehiago, *Emakumeen psikologia* landu izan duten unibertsitateko ikasleen artean ere dakiten gehiena herri-jakintzatik datorkie eta estereotipoetan oinarritzen da (Chrisler, 2013).

Egoera horren aurrean hileroko osasuntsuaren aldeko aktibistek eta gai hau maila akademikoan lantzen ari diren ikertzaileek errotuta dagoen eraikuntza medikotik haratago joan eta emakumeak ahaldundu nahi dituzte beren gorputzen eta osasunaren kontrola har dezaten (Bobel, 2006; Morgen, 2000). Horretarako hezkuntza, osasun, komunikabide eta abarreko antolakuntzetan hilerokoaren irudikapen positibo bat lantzea beharrezkotzat dute gaur egun duen eraikuntza sozial negatiboa aldatzeko (Kissling, 2006; Fash, 2011).

2. Helburu eta hipotesiak

Ikerketa honek gaur egungo euskal gizartean hilerokoa nola bizi dugun lantzea du helburu, eta horretarako ardatz nagusia sortzen dizkigun emozioak izango dira. Izan ere, hilerokoa emozionalki ere maila sozialean barneratua den gertakari gisa ulertzeak haren esanahi sinbolikoa erdiestea ahalbidetuko digu. Sarritan koska

ez baita zerbait zer den, baizik eta jendearentzat zer esanahi daukan, hau da, jendartearen eraikuntza.

Konkretuki, ikerketa honek unibertsitate-adinean dauden ikasleek hilerokoa emozionalki nola bizi duten landu nahi du. Izan ere, emozio horiek gako garrantzitsu eta ezinbesteko izango dira hilerokoaren ulerkuntza- eta sozializazio-prozesuetan.

Lanketa honetan hiru helburu azpimarra ditzakegu. Lehenengo helburua hilerokoarekin lotzen ditugun emozioen erradiografia ahalik eta oparoena egitea litzateke, asoziazio askeko ariketa baten bidez. Emozioen plazaratze aske hau hilerokoaren lanketan ohikoak diren hainbat gairekin lotuta agertzea espero dugu, besteak beste higijene-krisiarekin, estereotipoekin, tabuari lotutako ideiekin, etab.

Bigarrenik, hilerokoa hainbat emozio positibo edota negatiborekin nola lotzen den ere aztertu nahi da. Aurreko ikerketetan gertatu izan den bezala, kasu honetan ere oraindik emozio negatiboek nabarmentasun handiagoa izango dutela espero da, nahiz eta positiboek ere presentzia geroz eta nabarmenagoa izatea ere itxaron den.

Azkenik, ikerketa honetako aurreko bi helburuetan sexu eta ideologia aldagaien eragina ere neurtu nahi da. Bereziki marko teorikoan aipaturiko hilerokoaren ikuspegi edo lanketa feminista horrek haren eraikuntza emozionalean eraginik izan duen ikusteko. Izan ere, hilerokoa sozialki eraikia dagoen gertakari gisa ulertzen dugu eta, honenbestez, gizona edo emakumea izateak eta nork bere burua feministatzat edo ez feministatzat hautemateak haren eraikuntza emozionala baldintzatu lezakeela plazaratzen dugu. Zehazki, aldagai horien artean ezberdintasun esanguratsuak aurkitzea espero da eta emakume eta feministek hilerokoaren eraikuntza emozional positiboago bat lantzea.

3. Metodoa

3.1. Lagina

Ikerketa honetan 185 gaztek hartu zuten parte, guztiak Euskal Herrian bizi ziren. Laginaren % 86,6 emakumea izan zen eta % 13,4 gizonezkoa. Parte-hartzaileek batez beste 22,32 urte zituzten, $dt = 3,5$ (18-26 adin-tartea). Lagina unibertsitateko ikasleek, goi-mailako hezkuntza-zikloetako ikasleek eta lanean zeuden gazteek osatu zuten. Azkenik parte-hartzaileen % 75,3k bere burua feministatzat hautematen zuen eta % 24,7k ez feministatzat.

3.2. Diseinua

Parte-hartzaileei pasatako galde-sortak bi atal nagusi ditu. Halere galde-sorta bete baino lehen gazteei beren adina, sexua eta ikastegia edo lantokia galdetu zitzaizkien. Galdera guztiei erantzun ostean beren burua zein mailatan feminista hautematen zuten ere (1-5 Likert eskalan) galdetu zitzaizen (1-2-3 erantzun zutenak ez feministen taldean kokatu genituen eta 4-5 erantzundakoak feminista gisa).

3.2.1. Hilerokoaren irudikapen emozionala

Hilerokoari buruz hainbat adituk burututako ikerketetan bezala, lehenik eta behin ikerketa kualitatiboa erabiltzea erabaki da maila emozional batean nola dagoen eraikia aztertzeko (ikus adibidez, Britton, 1996; Choi & McKeown, 1997; Kissling, 1996; Koutroulis, 2001; Lovering, 1995; Prendergast, 1989).

Beraz, gazteek hilerokoa emozionalki nola ulertzen duten eta haien inguruko irudikapen partekatuak zeintzuk diren aztertzeko, asoziazio askea erabili da. Gizarte Irudikapenen Teoriatik defendatzen da talde sozialek objektu zehatz bati buruz duten irudikapena aztertzeko talde arteko (Pereira de Sa, 1996; Joffe & Elsey, 2014) edo testuinguru konkretu bati buruzko (Wagner, 1997) asoziazio askea lanabes aproposa dela. Zehazki kasu honetan *Grid Elaboration Method* delakoa erabili da (Joffe & Elsey, 2014). Metodo hori gai ezberdinei buruzko pentsamendu naturalak eta emozioak ikertzeko erabilia izan da. Zehazki parte-hartzaileei lau gelaxkako paper bat eta instrukzio batzuk ematen zaizkie. Instrukzioetan gelaxketan estimulu batean pentsatzean burura datozkien lehen lau hitzak idazteko edo marrazteko esaten zaie parte-hartzaileei. Ondoren gelaxketan aipatutako hitzak sakonago azaltzeko eskatzen zaie, nahi duten beste luza daitezkeelarik. Ariketa horretarako, honako galdera ireki hau plazaratu zitzaien parte-hartzaileei, erantzuteko nahi beste denbora utziaz: «Zein emozio datorkizu burura hilerokoa hitza entzutean?».

Asoziazio askeko ariketan lortutako erantzunen analisi lexikala aztertzeko Reinert metodoan oinarritutako Iramuteq softwarea erabili da (Reinert, 1983; 1990), testu-analisietan epaileen interpretazioaren subjektibotasunari egotzi ohi zaizkion fidagarritasun- eta baliozkotasun-arazoak ekiditeko (Klein & Likata, 2003; Reinert, 1996). Software horren helburu nagusia da testu bat kuantifikatu eta haren egitura garrantzitsuenak azaleratzea, horrela, testu-datuetako informazio oinarritzkoena baliatuz. Egitura horiek hitzek testuan duten banaketarekin zuzenki lotuta daudela frogatu da (Reinert, 1996), banaketa hori ia inoiz zorizkoa ez delarik. Deskribatzea, sailkatzea, asimilatzea edota testu bat automatikoki sintetizatzea dira Iramuteqen interes nagusiak. Gainera, frogatuta dago asoziazio askea eta analisi lexikala uztartzea gizarte-irudikapenak aztertzeko bidezko era dela (Lahlou, 1996), lortutako emaitzak bat baitatoz alor honetako ikerketa klasikoekin.

Reinert metodoarekin burututako beste ikerketa batzuetan bezala (Vizeu & Bousfield, 2009), klase bakoitzeko hitz garrantzitsuenak hiru irizpideren bidez sailkatu dira: 1) hitzaren errepikakortasunaren maiztasuna klasean bertan 5 baino handiagoa izatea; 2) khi karratuaren asoziazio-probaren balioa klasearekiko $X^2 \geq 3.89$ [$p = .05$]; $df > 1$; eta 3) hitz horren % 50 edo gehiago klase horri egokitu izana.

3.2.2. Emozio positibo eta negatiboen azterketa sistematikoa

Aipatu berri den analisi kualitatiboa osatzeko, ikerketan emozio positibo eta negatiboen azterketa maila kuantitatibo batean ere egin zen, horrela, emozio emozio azterketa sistematikoagoa egiteko asmoz. Horretarako, emozio positibo eta negatiboak aztertzeko PANAS eskala erabili zen (Watson, Clark & Tellegen, 1988), zehazki Espainiako Estaturako bertsioan (Sandín *et al.*, 1999). Bertan parte-

hartaileei hilerokoari buruz pentsatzean hainbat emozio zein mailatan sentitzen zituzten baloratzeko eskatzen zitzairen (1= oso gutxi edo bat ere ez; 2= apur bat; 3= neurri batean; 4= nahikotxo; 5= izugarri). Emozioak ondorengoak izan ziren: interesa, tentsioa, animoa, atsekabea, energia, erruduntasuna, izua, haserrea, gogobetetasuna, harrotasuna, sumindura, ekintzarako gogoia, lotsa, inspirazioa, urduritasuna, erabakitasuna, arreta, ezinegona, ekintza eta beldurra.

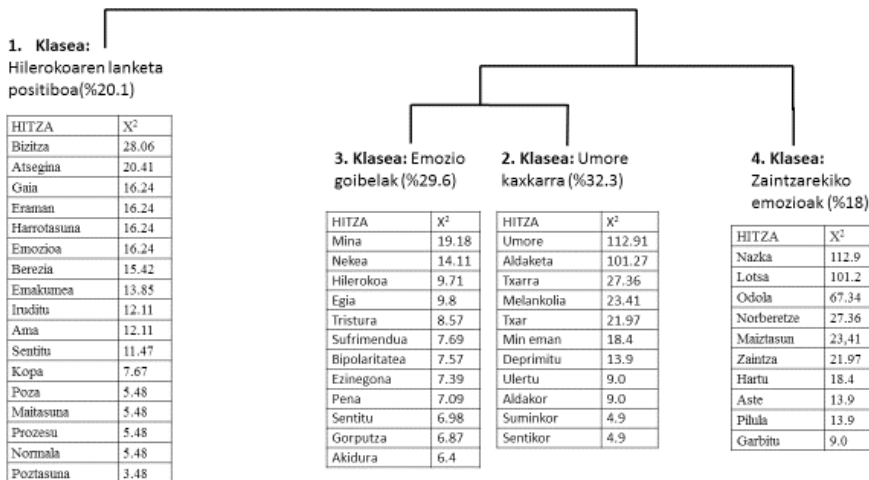
4. Emaizak

Emaizten atala bi azpiataletan antolatu da. Lehenik eta behin, asoziazio askeko ariketatik eratorritako emaitzak aztertuko dira: hilerokoaren irudikapen emozionala edota berorri lotutako emozioen irudikapena hain zuzen ere. Bigarrenik, galde-sortatik eratorritako hilerokoaren emozio positibo eta negatiboen azterketa kualitatiboa egingo da.

4.1 Hilerokoaren irudikapen emozionala

Asoziazio asketik eratorritako erantzunak Iramuteq softwarearen bidez aztertu ziren. Corpusak guztira 7.636 hitz izan zituen, non 1.526 hitz bakarrak izan ziren. Analisi hierarkiko beharokorrak corpusa 280 ECUtan banatu zuen, 4 klase eratorri ziren bakoitzeko hitzik esanguratsuenekin, 1. irudian ikus daitekeen bezala.

Emaiztek 2 kluster nagusi daudela utzi dute agerian. Lehenengo kluster nagusiak hilerokoaren lanketa emozional positibo bat plazaratzen du (1. klasea). Bigarren kluster nagusiak, berriz, ikuspegi emozional negatiboagoa plazaratzen du (2., 3. eta 4. klaseak hartzen ditu barne).



1. irudia. Asoziazio askeko kluster analisi beharokorreko dendograma, maiztasun handieneko hitzekin eta asoziazio-indize handiena duten hitzekin X²(1), p < 0,001. Hitz guztiek klasean duten maiztasuna f > % 50 da. Iturria: Lanketa propioa.

Kluster analisiaren banaketari jarraiki, lehenengo kluster nagusia 1. klaseak osatzen du, zeina «hilerokoaren lanketa positiboa» gisa izendatu den hain zuzen ere eta banaketaren % 20,1eko pisua duen. Klase honetan hilerokoa emozio positiboekin adierazia agertzen da, besteak beste atsegina ($X^2= 20,41$), harrotasuna ($X^2= 16,24$), poza ($X^2= 5,48$), maitasuna ($X^2= 5,48$) edota poztasuna ($X^2= 3,48$) bezalako hitzekin irudikatuaz. Emozio horiekin lotzeaz gain, klase honetan hilerokoa bizitzari eta emakumeari lotutako prozesu gisa definitzen da, honako esaldi ohiko hauetan ikus daitekeen bezala: «Bizitzako prozesu bat da, emozio atseginak sortzen dizkit, harrotasuna eta poza emakume sentitzen naizelako eta ama izateko ahalmena ematen didalako» (emakumea, feminista; $X^2(1)= 86,88$); «Poza ematen dit emakumeen zikloaren parte izateak, emozio eta sentimendu bereziak sortzen dizkit» (emakumea, feminista; $X^2(1)= 64,33$). Bestalde aipagarria da, emozio positibo horiekin batera aipatzen direla hilerokoa batzeko kopa bezalako produktu *berritzaileak* ere: «Hilerokoa koparen bidez batzeak poztu egiten nau, harro nago nire buruaren garbitasun-prozesu honetan produktu higieniko tradizionalak ez erabiltzeagatik, hauek nire osasunarekin eta ekologiarekin errespetagarriak ez direlako» (emakumea, feminista; $X^2(1)= 49,23$). Klase hau emakumeekin $X^2(1)= 16,36$, $p < 0,001$ eta pentsamendu feministarekin $X^2(1)= 9,36$, $p < 0,01$ lotu zen.

Bigarren kluster nagusiko hilerokoaren lanketa emozionala askoz ere negatiboagoa dela esan daiteke. Kluster hau bi adarretan banatuta dago, alde batetik, emakumeek hileroko prozesuan zehar sentitzen dituzten haserre- edo tristura-sentimenduak plazaratzen dira bigarren eta hirugarren klaseetan, eta, bestetik, hilerokoaren zaintzatik eratorritako sentimenduak laugarren klasean. Hirugarren klasetik hasita, klase hau «emozio goibelak» gisa izendatu da eta kluster banaketaren % 29,6ko pisua izango luke. Bertan aipatzen diren emozioak mina ($X^2= 19,18$), nekea ($X^2= 14,11$), tristura ($X^2= 8,57$), sufrimendua ($X^2= 7,69$), bipolaritasuna ($X^2= 7,57$), ezinegona ($X^2= 7,39$), pena ($X^2= 7,09$) edota akidura ($X^2= 6,40$) dira. Ikusten daitekeen bezala, neke edo min emozional bat da deskribatutakoa, zeinak emakumea triste edota goibel egotera daraman: «Hitz hau entzutean burura mina datorkit, fisikoa noski, baina baita emozionala ere, sufrimendua sortzen dit, nekea. Ezinegon horrek triste jartzen nau» (emakumea, ez feminista; $X^2(1)= 67,90$); «Apur bat bipolar sentitzen naiz ze hilerokoa jaistean tristura sentitzen dut, nekea eta mina baina aldi berean aktibazioa ere ezinegona bezalakoa» (emakumea, feminista; $X^2(1)= 67,90$); «Nekatu egiten nau, bai fisikoki eta baita emozionalki ere, ez dut ezertarako gogorik izaten, etxean bakarrik egotekoa soilik, triste» (emakumea, ez feminista; $X^2(1)= 54,65$). Klase hau emakumeekin lotu zen $X^2(1)= 6,96$, $p < 0,05$.

Bigarren klaseari dagokionez, «umore kaxkarra» gisa izendatu da eta klusterraren banaketaren % 32,3 adierazten du. Kluster honetan hilerokoa duten emakumeek umore aldakor eta bereziki kaxkarra dutelako ideia plazaratzen da: «Nire arrebek eta nire amak dutena, baina etxeko guztiok aguantatzen duguna. Egun horietan zehar haien umore txarra, depresioa, suminkortasuna eta tontakeriak aguantatu behar ditugu. Hauek gauza asko sentituko dituzte, nik ez» (gizona, ez feminista; $X^2(1)= 58,32$); «Ez dut ezer egiteko gogorik izaten, gosea bakarrik, umore aldakorra izaten dut eta oso sentikor egoten naiz, edozer esanda errez haserretzen naiz» (emakumea, feminista; $X^2(1)= 58,32$). Klase hau ideologia ezberdinetako emakume

eta gizonek maila berean aipatu zuten, beraz ez zen era esanguratsuan aldagai askeetariko batekin ere lotu.

Azkenik, laugarren klasea, «zaintzarekiko emozioak» gisa izendatua eta kluster banaketaren % 18 dena. Klase honetan hilerokoaren zaintza higienikoekin lotutako sentimenduak agertzen dira, espresuki nazka ($X^2= 112,9$) eta lotsa ($X^2= 101,2$). Hau da, hilerokoa sentimendu horiekin lotzen da maiztasun batekin burutu beharreko garbitasun-prozesu bezala deskribatuaz, eta zikina odolarekin lotuaz: «Lotsa, pena, nazka... odolarekin ez zikintzeko adi ibili behar naiz, tanpoi edo konpresaz aldatzeko, hilerokoa da kontu bera eta inoiz zikintzen banaiz ba gero lotsa sentitzen dut, eta min dudanez ibuprofeno pilulak hartzen ditut» (emakumea, ez feminista; $X^2(1)= 108,34$); «Lehenengo egunetan nahiko nazkagarria izaten da odola guzti hori eta ez bazara maiz garbitzen usain txarra izaten duzu, norbere zaintza-prozesua da garbi egoteko» (emakumea, feminista; $X^2(1)= 95,88$). Klase hau emakumeei $X^2(1)= 9,43$, $p < 0,01$ eta ez feministei $X^2(1)= 6,67$, $p < 0,05$ lotu zitzaion.

4.2 Emozio positibo eta negatiboen azterketa sistematikoa

Lehenik eta behin, PANAS eskalaren fidagarritasuna neurtu zen Crombachen alfaren bidez, eta eskala osoa (Crombachen alfa= 0,86), eskala positiboa (Crombachen alfa= 0,89) eta eskala negatiboa (Crombachen alfa= 0,85) estatistikoki fidagarritzat jo ziren.

Maila orokor batean emozio negatiboen batezbestekoa $X= 2,06$ ($dt=0,82$) eta positiboena $X= 1,89$ ($dt=0,70$) izan ziren. Halere, emaitza horiek sexu eta ideologia feministaren aldagaien bidez aztertu nahi izan ziren sakonago.

Emozio negatiboen kasuan, orokorrean ez zen ezberdintasun esanguratsurik aurkitu emakume eta gizonezkoen artean ($t(184)= 1,1$; $p= 0,3$). Emozio positiboek kasuan, berriz, ezberdintasunak esanguratsuak izan ziren ($t(184)= 2,19$; $p < 0,05$), emakumeek ($X= 1,91$; $dt=0,68$) gizonezkoek ($X= 1,75$; $dt=0,82$) baino balio altuagoak lortu zituztelako. Emozioen azterketa sakonagoa burutuaz, zehazki sexuen arteko ezberdintasun esanguratsuak, honako emozio hauetan agertu ziren, zeinetan guztietan emakumeek puntuazio altuagoak lortu zituzten: animoan ($t(184)= 2,85$; $p < 0,005$; $X_e= 1,88$; $X_g= 1,28$); haserrean ($t(184)= 3,00$, $p < 0,005$; $X_e= 2,44$; $X_g= 1,68$), harrotasunean ($t(184)= 2,17$, $p < 0,05$; $X_e= 2,34$; $X_g= 1,72$) eta suminduran ($t(184)= 2,80$, $p < 0,05$; $X_{ek}= 2,58$; $X_g= 1,80$).

Ideologia feministari dagokionez, bai emozio positiboetan ($t(184)= -1,93$; $p < 0,05$) bai emozio negatiboetan ($t(184)= 2,53$; $p < 0,01$) ezberdintasun esanguratsuak aurkitu ziren feminista kontsideratzen zirenen eta ez zirenen artean. Emozio positiboetan feministek batez besteko altuagoa lortu zuten ($X_f= 2,12$; $X_{ef}= 1,85$), eta negatiboetan, berriz, ez feministek ($X_{fem}= 1,82$; $X_{ez_fem}= 2,12$). Emozioen azterketa sakonagoa burutuaz, zehazki ideologia feministaren eta ez feministaren arteko ezberdintasun esanguratsuak, hainbat emoziotan agertu ziren. Emozio positiboetako dago-kienez, feministek puntuazio altuagoa lortu zuten guztietan: interesa ($t(184)= -1,99$; $p < 0,05$; $X_f= 2,80$; $X_{ef}= 2,39$) eta inspirazioa ($t(184)= -2,79$; $p < 0,05$; $X_f= 1,96$; $X_{ef}= 1,41$). Emozio negatiboetan, berriz, ez feministek guztietan lortu zuten puntuazio

altuagoa: tentsioa ($t(184)= 2,05$; $p < 0,05$; $X_i= 2,11$; $X_{ei}= 2,54$); atsekabea ($t(184)= 2,43$, $p < 0,05$; $X_i= 2,11$; $X_{ei}= 2,61$); izua ($t(184)= 2,47$; $p < 0,05$; $X_i= 1,28$; $X_{ei}= 1,59$); haserrea ($t(184)= 2,20$, $p < 0,05$; $X_i= 2,23$; $X_{ei}= 2,67$) eta ezinegona ($t(184)= 1,97$; $p < 0,005$; $X_i= 2,17$; $X_{ei}= 2,57$).

5. Eztabaida

Ikerketa honen helburua gazteek hilerokoa emozionalki nola ulertzen duten aztertzea izan da. Izan ere, hilerokoaren gizarte-irudikapenak edo berari buruzko eguneroko pentsamendua uste ideologiko eta testuinguru emozionalen bidez eraikiko da (Moscovici & Duveen, 2000). Emaitzetan aurkituriko datuek nolabait hilerokoaren estigmatizazio-prozesu soziala ere azaltzen lagunduko dute honenbestez.

Ikerketak hilerokoaren eraikuntza emozionala bi adarretan banatzen du. Lehenik, haren eraikuntza negatiboarekin lotutako erantzun emozionala, emozio negatiboz osatua. Literatura feministak azpimarratzen duenez, hilerokoari lotutako negatibotasuna aldaketa-ikuspuntua batetik aztertzea beharrezkoa litzateke, prozesu soziohistorikoen eta jarrera kulturalen ondorio baita (Burrows & Johnson, 2005).

Hasteko, eraketa emozional honen barruan hilerokoa gertakari nazkagarri gisa definitua da, aurreko ikerketetan bezala, odol-jariatzeari erreferentzia bereziak eginaz (Martin, 1987; Lee, 1994). Odol-jariatzea duen gorputzak edota hilerokodun gorputzaren trataerak sarri emakumeen gorputzarekiko irudikapen negatiboa indartzen du (Laws, 1990). Odola gako garrantzitsua izan ohi da *higiene-krisia* delako hilerokoaren definizio-korrontean ere. Hilerokoa, eta bereziki odola, zikin gisa definitua izanik, berau garbitzea ezinbestekoa baita norbera *garbi* sentitzeko. *Higiene-krisiaren* definizioak lehen begiratuan hilerokoaren ikusmolde tradizionalak baino aurrerakoiagoa dirudi, hilerokoa ikuspuntu arrazional batetik deskribatzen duela dirudielako (Whisnant & Zegans, 1975; Costos, Ackerman & Paradis, 2002). Baina funtsean korronte horrek hilerokoa gertaera lotsagarri gisa lantzen du, zeinaren aurrean emakumeek zuhurtziaz jokatu behar duten (Williams, 1983; Golub, 1992). Gainera hainbat ikertzailek uste dute hilerokoa *higiene-krisi* gisa definitzen dela oraindik gai tabua kontsideratzen delako (Costos, Ackerman & Paradis, 2002). Beraz, itxuraz aurrerakoia dirudien *higiene-krisiaren* deskribapenak hein batean hilerokoaren estigmatizazio sozialean eta tabuan izan ditzake bere erroak, zeren isilpean gorde beharreko eta ondorioz eremu publikotik urrun mantendu beharreko gertakari gisa ulertua baita. Ideia horren sostengu, ikerketa honen emaitzek argi agertu dute *higiene-krisian* oinarritutako hilerokoaren ulerkuntza irmoki lotzen dela nazka eta lotsa emozioekin. Hortaz, karga emozional horrek garbi uzten du ez dela eraikuntza arrazional objektibo soil bat. Gainera, aipagarria da emaitzek diskurtso hori ideologia ez feministari lotu izana.

Hilerokoa tabu gisa definitzeari dagokionez, emaitzetan ez da aurreko ikerketetan bezala ekinza konkretu batzuetan parte hartzeko debekurik plazaratu (Marvan, Ramirez-Esparza, Cortes-Iniestra & Chrisler, 2006). Halere, kasu honetan hilerokoaren gorputza geldu egon beharreko gorputza delako ideia agertu da, hau da, hilerokodun gorputza neke eta sufrimendurekin lotu da bai maila emozionalean

bai fisikoan eta, beraz, etxean geldi egotearekin. Aurreko ikerketetan landu izan den gisara, emozionalki hilerokoari aurre egiteko behar den esfortzuaren irudikapen negatiboak emakumeak eraman ditzake ekintza aktiboetan parte ez hartzera edo ekintza horiek murriztera (Burrows & Johnson, 2005). Izan ere, ikerketan ideia hori emakumeen irudikapenei lotua agertu da, konkretuki norberak bere buruari inposatutako edo sinetsarazitako premisa gisa. Gainera, irudikapen emozional hori sufrimenduari osatzen da, estigmatizazioa indartuz.

Karga negatiboko adar honekin bukatzeko, baina aurreko ildo berari jarraiki, hilerokoa emakumeen umore aldakor eta bereziki kaxkarrarekin lotzen da. Emakumeek zein gizonezkoek plazaratu duten irudikapen horretan emakumeak desoreka emozionala bizi duten pertsona gisara estigmatizatzen dira. Gainera, hilerokoa haserrearekin lotzen duen irudikapena maila kualitatiboan bai emakumeen bai gizonezkoen diskurtsoan agertu da, ideologia edozein izanik. Halere, aipagarria da maila kuantitatibo sistematikoan haserre emozioa pentsamendu ez feministarekin lotu izan dela feministarekin baino maila esanguratsuki altuagoan. Honenbestez, umore kaxkarraren irudikapen hau aurretiaz aipatutako sufrimendu eta tristeziatzakoekin lotuz, hilerokoa duen emakume baten bizipenak, bai maila emozionalean baita fisikoan ere, hilerokoa ez duen batekin alderatuz gero askoz ere kaxkarragoa izan beharko lukeela barneratzen da (Koutroulis, 2001).

Bestalde, emaitzen bigarren adarrak hilerokoaren irudikapen emozional positiboa lantzen du. Ideologia feministarekin lotutako diskurtsoan hilerokoa harrotasuna, poztasuna edo maitasuna moduko sentimenduekin lotzen da. Gaian adituek aipatu izan duten bezala, hilerokoari loturiko aldagai positiboan lanketak estereotipoak kolokan jartzen ditu horren eraikuntzan ondorio potentzial positiboak aurreikusiaz (Burrows & Johnson, 2005; Choi & McKeown, 1997). Izan ere, ikertzaileek azpimarratu izan dutenez, hilerokoaren alderdi positiboetariko bat zera da: emakumeak ahalbidetu ditu hari buruz duten jakintza eta esperientzia gorputzari lotutako indar gisa erabiltzeko (Lee, 2007).

Bitxia da, bestalde, nola emozionalki positiboagoa den irudikapen hau ere nolabait garbikuntza-prozesuarekin lotzen den, baina kasu honetan barne-garbikuntza eta bizitzarekin lotutako prozesu gisa dago irudikatua. Gainera, horri loturik, hilerokoa batzeko higiene-produktu alternatiboak ere agertu dira parte-hartzaileen diskurtsoan, bereziki hilerokoaren kopa delakoa. Tanpoi edo konpresen ordezko hori hilerokoari buruzko tabuak apur ditzakeen produktu gisa definitua eta saldua da, emakumeak beren hilerokoaren ezagutza areagotzera laguntzen omen baititu odol-jariatzea, iraupena, etab. argiago ezagutaraziaz eta horri buruzko lotsarik gabeko komunikazioa ahalbidetuz.

Emozioen testuingurua eginez, karga emozional positiboa diskurtso feministarekin soilik lotuta agertu izana ere esanguratsua iruditzen zaigu. Are gehiago, maila kuantitatibo sistematikoagoan ere pentsamendu feminista ez feministarekin alderatzean feministak esanguratsuki puntuazio altuagoa lortzen zuen emozio positiboetan eta baxuagoa emozio negatiboetan. Gaiarekiko interesa bera ere pentsamendu feministak indartzen zuen, eta hura tentsio, atsekabe, izu, haserre

edo ezinegonen iturri gisa bizitzea gutxitzen zuen. Hilerokoarekiko onarpen eta errespetuzko trataera izango da hura esperientzia emozional positibo gisa eraikitzea baimenduko duen era bakarra. Ondorioz, aldagai hori gako izango da hilerokoari buruzko barreiadura intergenerazional egokia posible izan dadin; bestela testuinguru emozional negatiboak arazoak sortuko baititu gaiarekiko komunikazioa ahalbidetzeko (Burrows & Johnson, 2005).

Sexuaren ikuspuntuari dagokionez, emaitzek bai maila kualitatiboan baita kuantitatiboan ere adierazi dute hilerokoari lotutako karga emozional positiboagoa dutela emakumeek gizonek baino. Gaietan adituek proposatu izan dute genero-subjektibotasunaren bidez generoari erroturiko narratiba ezberdinak eraikiak izan direla hilerokoaren inguruan eta emakumeak menderatzeko erabili nahi izan direla (Burrows & Johnson, 2005). Kasu honetan, azpimarratu nahiko genuke emakumeek, edota haietariko batzuek behintzat, diskurtso feministaren bidez beren burua ahaldundu dutela hilerokoari buruzko aurreiritzi eta aurredefinizioak apurtuaz, eta hilerokoari lotutako errespetuzko onartze-diskurtso eta testuinguru emozionala eraikiaz.

Honenbestez, hilerokoak emaitzetan plazaratu duen karga emozionala, positiboa zein negatiboa, bereziki garrantzitsua da. Izan ere, testuinguru emozionala giltzarri garrantzitsua da pentsamendu sinbolikoan eta ezinbestekoa da gaiak ulergarri bihurtzeko (Smith & Joffe, 2012). Honenbestez, emozioak ez lirateke kognizioaren distorsio gisa ulertu behar, biek, aldagai kognitiboek eta testuinguru emozionalak, osasun-gaiei buruzko erantzun osatua eta aldi anizkoitzekoa osatzen baitute (Höijer, 2011; Joffe & Lee, 2004).

Hilerokoaren esanahia testuinguru-aldaketek eta irudikapen nahiz praktika soziokulturalek garatzen duten heinean (Burrows & Johnson, 2005), ikerketa honek argi utzi du hilerokoari buruzko hezkuntza ikuspuntu feminista batetik landu beharko litzatekeela. Era horretara testuinguru emozional positibo batean eraikitako hilerokoaren irudikapen ahaldundua landuko baita, estigmatizazioa gutxituaz eta emakumeen autoestimua, gorputz-irudi eta osasun sexualarentzako ondorio positiboak areagotuaz (Johnston-Robledo & Chrisler, 2013). Honenbestez, hezitzaile, terapeuta eta osasun-arloko langile feministek erronka handia dute aurrean, hilerokoaren estigma ikuspuntu positibo batetik landu beharko baitute.

Onartu behar da ikerketa honek hainbat muga dituela, bereziki azterketa-laginari lotutakoak. Nahiz eta ikerketan parte hartu zuten gazteen kopurua onargarria izan, laginak badu isuri-maila bat, bereziki beren burua feministatzat definitzen zuten emakumez osaturik baitzegoen. Baliteke lagin konkretu honek hilerokoari buruzko tabu gutxiago izatea bai eta gaiari buruzko irudikapenean karga emozional positiboagoa ere. Laginaren ezaugarriak beste batzuk balira, posible litzateke beste mota bateko emaitzak lortzea. Halere, ikerketa honetan plazaratutako emaitza interesagarriek berau hilerokoari buruzko estigmatizazioa gutxitzeko ekarpen baliagarria izatera daramate.

Laburbilduz, hilerokoa emozionalki nola eraikitzen den ulertzea balio erantsiko lanabesa da pertsonen gertaera hori eguneroko bizitzan nola ulertzen duten

erdiesteko. Halaber, emaitzek hilerokoari buruzko hezkuntza-maila psikologiko, sozial eta osasunezkoan hobeto maneiatzeko ekarpen garrantzitsuak plazaratzen dituzte.

6. Erreferentziak

- Bobel, C. (2006). «"Our revolution has style": Contemporary menstrual product activists "doing feminism" in the third wave», *Sex Roles*, 54(5-6), 331–345
- Britton, C.J. (1996): «Learning about "The Curse": an anthropological perspective on experiences of menstruation», *Women's Studies International Forum*, 19, 645-653.
- Burrows, A. & Johnson, S. (2005): «Girls' experiences of menarche and menstruation», *Journal of reproductive and infant psychology*, 23(3), 235-249.
- Çevirme, A.S.; Çevirme, H.; Karaoğlu, L.; Uğurlu, N. & Korkmaz, Y. (2010): «The perception of menarche and menstruation among Turkish married women: Attitudes, experiences, and behaviors», *Social Behavior and Personality*, 38, 381-394. DOI: <https://doi.org/10.2224/sbp.2010.38.3.381>.
- Choi, P.Y.L. & Mckeown, S. (1997): «What are young undergraduate women's qualitative experiences of the menstrual cycle?», *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynaecology*, 18, 259-265.
- Chrisler, J.C. (2008): «The menstrual cycle in a biopsychosocial context», in F.L. Denmark & M.A. Paludi (ed.), *Psychology of women: A handbook of issues and theories*, Praeger, Westport, CT, 400-439.
- , (2013): «Teaching Taboo Topics: Menstruation, Menopause, and the Psychology of Women», *Psychology of Women Quarterly*, 37(1), 128-132. DOI: 10.1177/0361684312471326.
- Chrisler, J.C. & Johnston-Robledo, I. (2017): *Woman's embodied self: Feminist perspectives on identity and image*, American Psychological Association, Washington, DC.
- Chrisler, J.C. & Zittel, C.B. (1998): «Menarche stories: Reminiscences of college students from Lithuania, Malaysia, Sudan, and the United States», *Health Care for Women International*, 19, 303-312. DOI: <https://doi.org/10.1080/073993398246287>.
- Chrisler, J.C.; Marvan, M.L.; Gorman, J.A. & Rossini, M. (2015): «Body appreciation and attitudes toward menstruation», *Body Image*, 12, 78-81. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.10.003>.
- Clarke, A.E. & Ruble, D. (1978): «Young adolescents' beliefs concerning menstruation», *Child Development*, 49, 231-234.
- Costos, D.; Ackerman, R. & Paradis, L. (2002): «Recollections of menarche: Communication between mothers and daughters regarding menstruation», *Sex Roles*, 46, 49-59. DOI: <https://doi.org/10.1023/A:1016037618567>.
- Dufort, F.; Lemelin, S. & Charron, L. (1998): «Social representations of menstruation, pregnancy and Menopause: a study of community health care practitioners», *Journal of Reproductive & Infant Psychology*, 16(4), 293-308.
- Ernster, V. (1975): «American menstrual expressions», *Sex Roles*, 1, 3-13.
- Fash, B. (2011): «Sex during menstruation: Race, sexual identity, and women's accounts of pleasure and disgust», *Feminism & Psychology*, 21(2), 155-178.
- Gannon, L. (1998): «The impact of medical and sexual politics on women's health», *Feminism and Psychology*, 8, 285-302.
- Golub, S. (1992): *Periods: From menarche to menopause*, Sage Publications, Newbury Park, CA.

- Grief, E.B. & Ulman, K.J. (1982): «The psychological impact of menarche on early adolescent females: a review of the literature», *Child Development*, 53, 1.413-1.430.
- Grose, R.G. & Grabe, S. (2014): «Sociocultural attitudes surrounding menstruation and alternative menstrual products: The explanatory role of self-objectification», *Health Care for Women International*, 35, 677-694. DOI: <https://doi.org/10.1080/07399332.2014.888721>.
- Höjjer, B. (2011): «Social Representations Theory: A new theory for media research», *Nordicom Review*, 32(2), 3-16.
- Johnston-Robledo, I. & Chrisler, J.C. (2013): «The menstrual mark: Menstruation as social stigma», *Sex Roles*, 68, 9-18. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11199-011-0052-z>.
- Johnston-Robledo, I.; Sheffield, K.; Voigt, J. & Wilcox-Constantine, J. (2007): «Reproductive shame: Self-objectification and women's attitudes toward their reproductive functioning», *Women & Health*, 46, 25-39. DOI:10.1300/J013v46n01_03.
- Joffe, H. (2003): «Risk: From perception to social representation», *British Journal of Social Psychology*, 42, 55-73.
- Joffe, H. & Elsey, J.W.B. (2014): «Free association in psychology and the grid elaboration method», *Review of General Psychology*, 18(3), 173-185. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/gpr0000014>.
- Joffe, H. & Lee, N.Y.L. (2004): «Social representation of a food risk: The Hong Kong avian bird flu epidemic», *Journal of Health Psychology*, 9, 517-533. DOI: 10.1177/1359105304044036.
- Kissling, E.A. (1996): «Bleeding out loud: communication about menstruation», *Feminism and Psychology*, 6, 481-504.
- , (2006). *Capitalizing on the curse: The business of menstruation*, Lynne Rienner, Boulder, CO.
- Klein, O. & Licata, L. (2003): «When group representations serve social change: The speeches of Patrice Lumumba during the Congolese decolonization», *British Journal of Social Psychology*, 42, 571-593.
- Koff, E. & Rierdan, J. (1996): «Premenarcheal expectations and postmenarcheal experiences of positive and negative menstrual related changes», *Journal of Adolescent Health*, 18, 286-291.
- Koff, E.; Rierdan, J. & Jacobson, S. (1981): «The personal and interpersonal significance of menarche», *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 20, 148-158.
- Koff, E.; Rierdan, J. & Stubbs, M.L. (1990): «Conceptions and misconceptions of the menstrual cycle», *Women & Health*, 16, 119-136.
- Koutroulis, G. (2001): «Soiled identity: memory-work narratives of menstruation», *Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine*, 5, 197-205.
- Kowalski, R.M. & Chapple, T. (2000): «The social stigma of menstruation: Fact or fiction?», *Psychology of Women Quarterly*, 24(1), 74-80. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2000.tb01023.x>.
- Lahlou, S. (1996): «A method to extract social representations from linguistic corpora», *Japanese Journal of Experimental Social Psychology*, 35(3), 278-291.
- Laws, S. (1990): *Issues of blood: The politics of menstruation*, Macmillan, Londres.
- Lee, J. (1994): «Menarche and the heterosexualization of the female body», *Gender and Society*, 8, 343-362.
- , (2007): «Girls in Power: Gender, Body, and Menstruation in Adolescence», in L. Fingerson (ed.), *Journal of Marriage and Family*, 69, 272-273. DOI:10.1111/j.1741-3737.2006.00360.x.

- Lovering, K.M. (1995): «The bleeding body: adolescents talk about menstruation», in S. Wilkinson & C. Kitzinger (ed.), *Feminism and discourse: psychological perspectives*, Sage, Londres, 10-31.
- Martin, E. (1987): *The woman in the body*, Beacon Press, Boston.
- Marván, M.L.; Chrisler, J.C.; Gorman, J.A. & Barney, A. (2017): «The meaning of menarche: A cross-cultural semantic network analysis», *Health Care for Women International*, 38(9), 971-982. DOI: 10.1080/07399332.2017.1338706.
- Marván, M.L.; Ramírez-Esparza, D.; Cortés-Iniestra, S. & Chrisler, J.C. (2006): «Development of a new scale to measure beliefs about and attitudes toward menstruation (BATM): Data from Mexico and the United States», *Health Care for Women International*, 27(5), 453-473. DOI: <https://doi.org/10.1080/07399330600629658>.
- Marvan, M.L.; Vazquez-Toboada, R. & Chrisler, J.C. (2014): «Ambivalent sexism, attitudes towards menstruation and menstrual cycle-related symptoms», *International Journal of Psychology*, 49(4), 280-287. DOI: 10.1002/ijop.12028.
- Morgen, S. (2000). *Into our own hands: The women's health movement in the United States, 1969-1990*, New Brunswick, NJ, Rutgers.
- Moscovici, S. (1984): «The phenomenon of social representations», in R.M. Farr & S. Moscovici (ed.), *Social Representations*, Cambridge University Press, Cambridge, 3-71.
- Moscovici, S. & Duveen, G. (2000): *Social Representations. Explorations in social psychology*, Polity Press, Cambridge.
- Moore, S.M. (1995): «Girls' understanding and social constructions of menarche», *Journal of Adolescence*, 18, 87-104.
- Oxley, T. (1998): «Menstrual management: An exploratory study», *Feminism & Psychology*, 8, 185-191. DOI: <https://doi.org/10.1177/095935359800800205>.
- Patterson, A. (2014): «The social construction and resistance of menstruation as a public spectacle», in D.N. Farris, M.A. Davis, & R.C. D'Lane (ed.), *Illuminating how identities, stereotypes and inequalities matter through gender studies*, Springer, Herbehereak, 91-108.
- Pereira de Sá, C.P. (1996): *Núcleo central das representações sociais [Central core of social representations]*, Vozes, Petrópolis, Brasil.
- Prendergast, S. (1989): «Girls' experience of menstruation in school», in L. Holly (ed.), *Girls and sexuality: teaching and learning*, Open University Press, Milton Keynes, 85-108.
- Reinert, M. (1983): «Une méthode de classification descendante hiérarchique: application à l'analyse lexicale par contexte [A method of descending hierarchical classification: application to the lexical analysis context]», *Les cahiers de l'analyse des données*, 8(2), 187-198.
- , (1990): «Alceste, une méthode d'analyse des données textuelles. Application au texte 'Aurélia' de Gérard de Nerval [Alceste, a method for analyzing textual data. Applying to the text 'Aurelia' of Gérard de Nerval]», *Bulletin de Méthodologie Sociologique*, 26(1), 25-54. DOI:10.1177/075910639002600103.
- , (1996): *Alceste (Version 3.0)*, Images, Tolosa.
- Rembeck, G.I.; Moller, M. & Gunnarsson, R.K. (2006): «Attitudes and feelings towards menstruation and womanhood in girls at menarche», *Acta Pædiatrica*, 95, 707-714.
- Sandín, B.; Chorot, P.; Lostao, L.; Joiner, T.E.; Santed, M.A. & Valiente R.M. (1999): «Escalas panas de afecto positivo y negativo: validación factorial y convergencia transcultural», *Psicothema*, 11(1), 37-57.

- Schooler, D.; Ward, M.L.; Merriwether, A. & Caruthers, A.S. (2005): «Cycles of shame: Menstrual shame, body shame, and sexual decision-making», *Journal of Sex Research*, 42, 324-334. DOI:10.1080/00224490509552288.
- Smith, N. & Joffe, H. (2012): «How the public engages with global warming: A social representations approach», *Public Understanding of Science*, 0(0), 1-17. DOI:10.1177/0963662512440913.
- Spadaro, G.; D'Elia, S.R.G. & Mosso, C.O. (2017): «Menstrual Knowledge and Taboo TV Commercials: Effects on Self-Objectification among Italian and Swedish Women», *Sex Roles*, 78, 685-696. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0825-0>.
- Stubbs, M.L. & Costos, D. (2004): «Negative Attitudes Toward Menstruation: Implications for Disconnection Within Girls and Between Women», *Women & Therapy*, 27(2-4), 37-54. DOI: https://doi.org/10.1300/J015v27n03_04.
- Thuren, B.M.(1994). «Opening doors and getting rid of shame: Experiences of first menstruation in Valencia, Spain», *Women's Studies International Forum*, 17, 217-228.
- Ussher, J.M. (1989): *The psychology of the female body*, Routledge, Londres.
- Vizeu, B. & Bousfield, A.B. (2009): «Social representation, risk behaviours and AIDS», *The Spanish Journal of Psychology*, 12(2), 565-575.
- Wagner, W. (1997): *Word Association in Questionnaires. A practical guide to design and analysis (Papers in Social Research Methods:Qualitative Series)*, University of Linz, Linz, Austria.
- Watson, D.; Clark, L.A. & Tellegen, A. (1988a): «Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales», *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1.063-1.070.
- Whisnant, L. & Zegans, L. (1975): «A study of attitudes toward menarche in white middle-class American adolescent girls», *The American Journal of Psychiatry*, 132(8), 809-814. DOI: <https://doi.org/10.1176/ajp.132.8.809>.
- Williams, L.R. (1983): «Beliefs and attitudes of young girls regarding menstruation», in S. Golub (ed.), *Menarche: The transition from girl to woman*, Lexington Books, Lexington, 139-148.
- Woods, N.F., Dery, G.K. & Most, A. (1983): «Recollections of menarche, current menstrual attitudes, and perimenstrual symptoms», in S. Golub (ed.), *Menarche: The transition from girl to woman*, Lexington Books, Lexington, MA, 87-98.

