



haurtzaro bakoitzarentzat

Laburpen exekutiboa. **EUSKADI**

TEKNOLOGIAREN ERAGINA NERABEZAROAN

TEKNOLOGIAREN ERAGINA NERABEZAROAN

HIKT era osasungarrian erabiltzeko azterketa osoa eta inklusiboa

HAURRAK ETA TEKNOLOGIA

UNICEF Espainiaren ekimen bat, Santiago de Compostelako Unibertsitatearekin eta Espainiako Informatikako Ingeniariaren Elkargoen Kontseilu Orokorrearekin aliantzan garatua.

Koordinazioa

Belén Andrade

Nacho Guadix

Sentsibilizazioa eta Haurren Politiken Zuzendaritza. UNICEF Espainia

Zuzendaritza zientifikoa

Antonio Rial Boubeta

Kontsumitzailearen eta Erabiltzailearen Psikologia Unitatea

Santiago de Compostelako Unibertsitatea

Euskarri teknologikoaren zuzendaritza

Fernando Suárez

Espainiako Informatikako Ingeniariaren Elkargoen Kontseilu Orokorra

Erakunde hauen lankidetzaz:

Hezkuntza eta Lanbide Heziketa Ministerioa, Andaluziako Junta (Hezkuntza eta Kirol Saila), Aragoiko Gobernua (Hezkuntza, Kultura eta Kirola Saila), Asturiako Printzerriko Gobernua (Hezkuntza Saila), Govern Illes Balears (Hezkuntza eta Lanbide Heziketa Saila), Kanarietako Gobernua (Hezkuntza, Unibertsitate, Kultura eta Kirol Saila), Kantabriako Gobernua (Hezkuntza eta Lanbide Heziketa Saila), Gaztela-Mantxako Gobernua (Hezkuntza, Kultura eta Kirol Saila), Gaztela eta Leongo Junta (Hezkuntza Saila), Extremadurako Junta (Hezkuntza eta Enplegu Saila), Galiziako Xunta (Kultura, Hezkuntza eta Unibertsitate Saila), Madrilgo Erkidegoa (Hezkuntza eta Gazteria Saila), Murtziako Eskualdea (Hezkuntza eta Kultura Saila), Nafarroako Gobernua (Hezkuntza Saila), Eusko Jaurlaritza (Hezkuntza Saila), Valentziako Generalitatea (Hezkuntza, Kultura eta Kirol Saila).

Eskerrak hauei:

Hezkuntzako pertsona eta administrazio guztiak, haien konpromisoaz eta erantzukizunaz, landa-lana egin ahal izan baitugu pandemiaren erdian. Aholkulari zientifikoen eta pertsona adituen taldea, instrumentu metodologikoak balioztatzen lagundu duena. Iritzia adierazteko eskubidea bete duten neskak eta mutilak.

Argitaldari:

UNICEF Espainia

Mauricio Legendre kalea, 36. Madril 28046

www.unicef.es/infancia-tecnologia

Argazkiak:

Azala: iStock.com/tommaso79

7.orrialdea; iStock.com/sam thomas

Lege-gordailua: M-19743-2021

ISBN: 978-84-124058-0-4

Txosten honen eduki guztiak egile-eskubideak dituzte. Erreprodukzio osoa edo partziala baimenduta.
2021

AZTERKETAREN HELBURUA

Azterketa honen oinarritzko helburua teknologiak nerabeen artean duen erabilera eta eragina diagnostikatzea izan da. Internet erabiltzeko ohiturak aztertu dira, sare sozialak, bideo-jokoen kontsumoa eta online-jokoa, baita askotariko arrisku-praktikak ere, hala nola sextinga eta ezezagunekin harremanetan jartzea; gainera, gurasoen gainbegirapen mailaren berri eman da. Pantailei lotutako motibazioak, sinesmenak eta aurreikuspenak ere aztertu dira; izan ere, nerabeen iritziaren bitartez bakarrik uler daiteke teknologiak haien bizitzetan betetzen duen lekua. Bukatzeko, azterketa hau aukera ederra da tasa batzuk eguneratzeko, hala eskola-jazarpenekoak nola ziberjazarpenekoak, estatu osoan.

LAGINA

Espainia osorako lagina 50.957 nerabek osatu zuten guztira Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako 265 ikastetxetan, hala titulartasun publikokoak nola pribatuak edo/eta itunduak, 17 autonomia-erkidegoetan. Euskal Autonomia Erkidegotik, hasiera batean 5.668 nerabek parte hartu zuten, 23 ikastetxetakoak. Garbiketa-prozesu zaindu baten fruitu, azken lagina honela geratu zen: 4.597 parte-hartzaile guztira, 11-18 urtekoak (batez bestekoa: 13,75; DT: 1,26); %50,3 gizonezko generokotzat hartu zuten beren burua, %48,9k emakumezkoztzat, eta %0,8 bestelakotzat. Datuak online-galdetegi baten bitartez bildu ziren ikastetxeetako ikasgeletan bertan, 2020ko azarotik 2021eko martxora. Txosten honetako datuak Euskadiko DBHko ikasleei dagozkie.

INSTRUMENTUA

Ad hoc galdetegi bat ondu zen bertan landutako galderekin eta nazioarteko baliozko eskalekin adikzio edo erabilera problematikoen screening bat egiteko: EUPi-a Internet eta sare sozialetarako, GASA bideo-jokoetarako eta BAGS online-jokorako. Eskola-jazarpen eta ziberjazarpen tasak EBIP-Q eta ECIP-Q bitartez estimatu ziren. Ongizate emozionala, depresio-arriskua (PHQ-9) eta gurasoen gainbegirapen maila ebaluatzeko instrumentuak ere baliatu ziren. Gainbegirapen zientifikorako eta azterketa monitorizatzeko, nazioarteko adituen batzorde bat eratu zen; gainera, pilotatze bikoitza egin zen (kualitatiboa eta kuantitatiboa), galdetegia behar bezala ulertzen zela bermatzeko.





IKT-ETATIK HIKT-ETARA

Harremanen, Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologiek (HIKTek) mundu birtualera hedatzen dute gure bizi-esperientzia, ekintza horiek gure bizitzetan eta gure ingurunean dituzten ondorioak ohartuki eta oso berehala antzeman gabe, mundu analogikoan ez bezala. Egun, **ia gure ekintza guztiak islatzen dira mundu birtualean**; horregatik, garrantzi berezia du harremanen “H” hori sartzea, teknologiak gure bizitzetan eta, hedaduraz, nerabeenean duen eraginaren analisia egitean.

Azterketa honen bitartez, **nerabeek ingurune digitalean dituzten esperientziei eta harremani buruzko iritziak eta ikuspuntuak eman ditugu**. Hartara, funtsezko informazioa eman nahi dugu analisirako eta gogoetarako tresna gisa **familia-zein hezkuntza-ingurune eta araudietako jarduketak bideratzeko eta, era horretan, ingurune digitalean haurren hezkuntza, prebentzio eta babeserako mekanismoak sendotzeko**. Pandemiaren ondoren eta urrutiko

distantzia heltzearekin batera, nabaritu da haurren eta nerabeen konpetentzia digitalak esponentzialki areagotu direla. Tresna digital gehiago izateak eta sare sozialetara errazago sartzeak aukera gehiago eskaini dizkie, baina horrek esan nahi du Interneteko arrisku gehiago jasan ditzaketela. Teknologiaren erabilera kontrolatzeko murrizketak neurriak hartzeak lagundu egin dezake arrisku batzuk gutxitzen, baina zaildu egin dezake, halaber, mundu digitalizatu baterako funtsezko gaitasun digitalak garatzea. Horretarako, argi geratzen da digitalizazioak denbora- eta baliabide-inbertsio handiagoa eskatzen duela, hauexetarako:

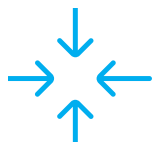
- Teknologia-baliabideetara bidezko sarbidea izateko.
- Konpetentzia digitalak hobetzeko.
- Ingurune digitalean babes-ingurune baten garapena sustatzeko.
- Eragile guztiak sensibilizatu eta hezteko (familiak, ikastetxeak, erakundeak eta enpresak), neskek, mutilek eta nerabeek HIKTak segurtasunez eta arduratsu erabil ditzaten.

Zeintzuk dira nesken, mutilen eta nerabeen eskubideak ingurune digitalean?



HEH, Haurren Eskubideei buruzko Hitzarmenak ezartzen du neskek, mutilek eta nerabeek adierazpen-, informazio- eta jolas-eskubidea dutela, baita pribatutasunerako eta babeserako ere, haien ongizate eta garapen egoki oso baten kontrako edozein indarkeriaren edo ondorio kaltegarriaren aurrean.

Babesaz gain, ezinbestekoa da ere haurrek eta nerabeek ingurune digitalean parte hartu ahal izatea eta, horretarako, beharrezkoa da haien garapeneko etapa bakoitzean sarbidea eta babes egokia izatea. Haurren eskubideak egunero bizi eta ikasten dira, ekintza bakoitzean. Zirkunstantzia eta toki orotan erreklamatzeko dira, baita ingurune digitalean ere. Haurren eskubideen heziketa sendo bat neurri oso eraginkorra da autobabeserako, hala jasan ditzaketen bidegabekeriak identifikatzeko nola laguntza-mekanismoak ezagutzeko.



KONEXIOAK SORTZEN

Teknologiarako sarbidea ere funtsezkoa da ikasketa eta garapen oso bat izan dezaten. Horretarako, akonpainamenduaz eta hezkuntzaz gain, eraikuntza eta eraldaketa digitalean haurrek eta nerabeek parte hartzeak maila bereko garrantzia du.

Datu horiek adierazi egiten digute mugikorra eta Internet nola erabiltzen duten eta nolako higiene digitala duten. **Mugikorra eta HIKTak oso adin goiztiarretatik erabiltzen dute**

denek argi eta garbi, baina kasu askotan erabilera intentsiboa da eta ez da gainbegiratua; ondorioz, bizikidetzaz-azaz ugarri ekar ditzake.

1 grafikoa. Mugikorraren eta Interneten erabilera nerabeetan

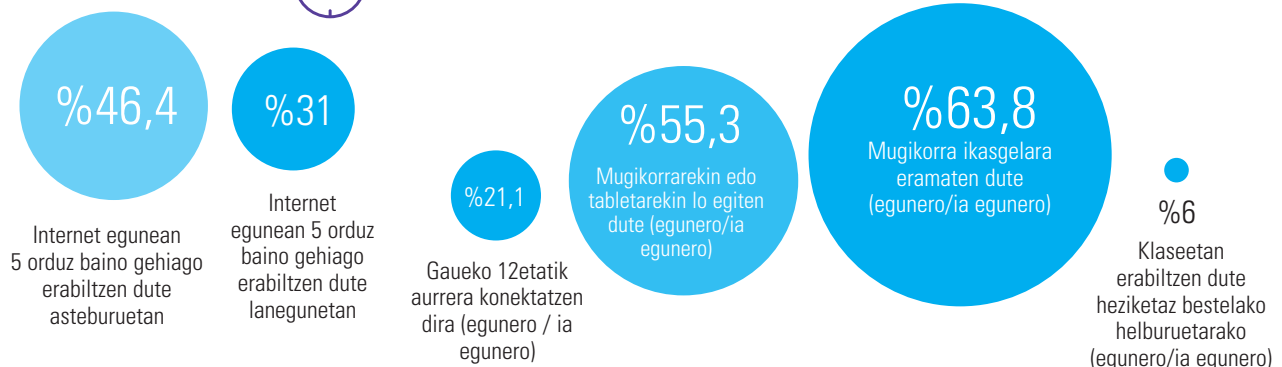


KONEKTIBILITATEA

Lehen mugikorraren batez besteko adina:
11,01 urte
DT= 1,45



ERABILERA-OHITURAK

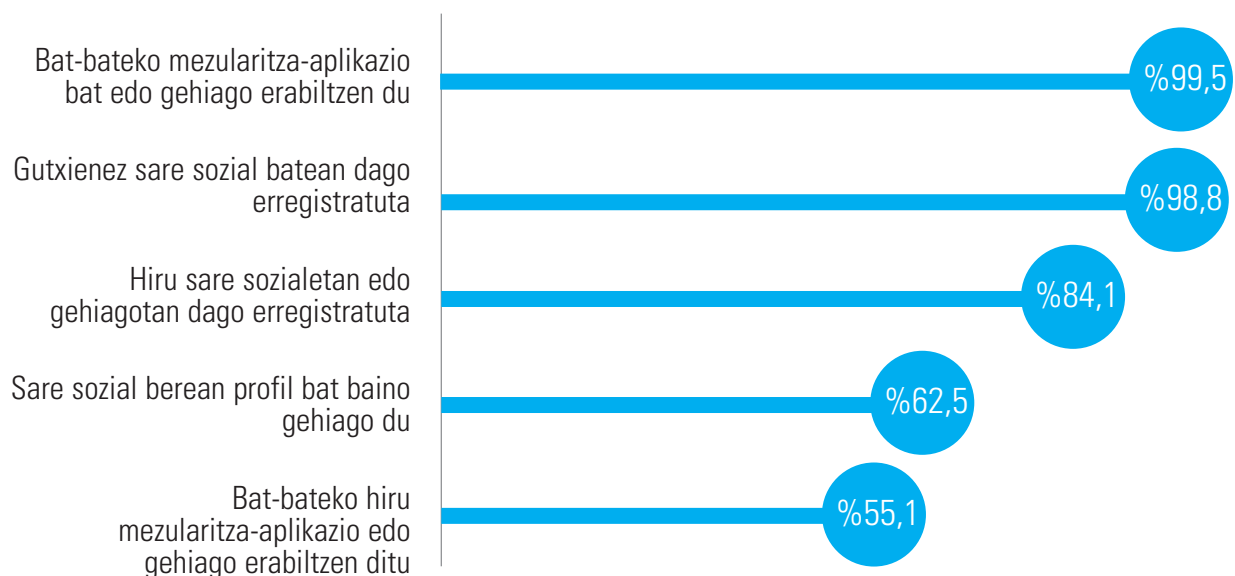


Ia **10** nerabetik **6**k mugikorrarekin lo egiten dute,
5etik **1** mugikorrarekin konektatzen dira

Nerabeek berezko dituzte jada Internet-harremanetako testuinguruak, profil desberdinen bitartez aritzen dira elkarrekintzan eta jartzen dira harremanetan, askotariko motibazioen arabera. **Aplikazioak eta sare**

sozialak belaunaldi berrien egunerokotasunaren zati dira. Horiek haien garapen pertsonal eta sozialean forma harmonikoan integratzea erronka izugarria da guztiz ere.

2 grafikoa. Non ibiltzen dira nerabeak Interneten? Sare sozialen eta mezularitza-aplikazioen erabilera



Nerabeen **%98,8** sare sozialen batean erregistratuta dago. Sareetan ez egotea salbuespena da.

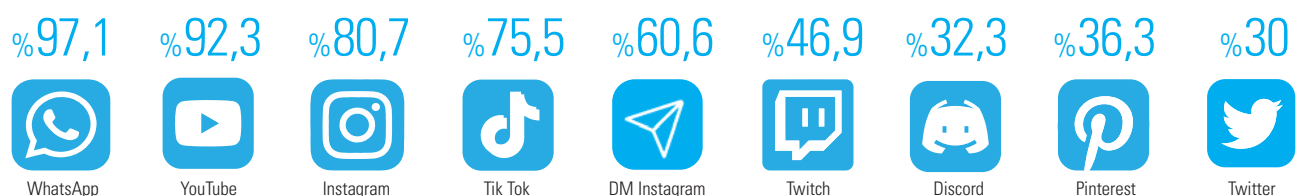


%62,5ek profil bat baino gehiago du sare sozial berean.

Nerabeak era masiboan eta globalizatuan daude sareetan, eta ia beti nabarmenki: **3tik ia 2k profil bat baino gehiago du sare sozial berean, eta hautatu egiten dute familia,**

edo ezagunak, edo kidekoen taldea izatearen arabera. Datu horri ezikusia eginez gero, gurasoek kontrol-sentsazio faltsu bat bereganatu dezakete.

3 grafikoa. Sare sozial eta mezularitza-aplikazio mota erabilienak



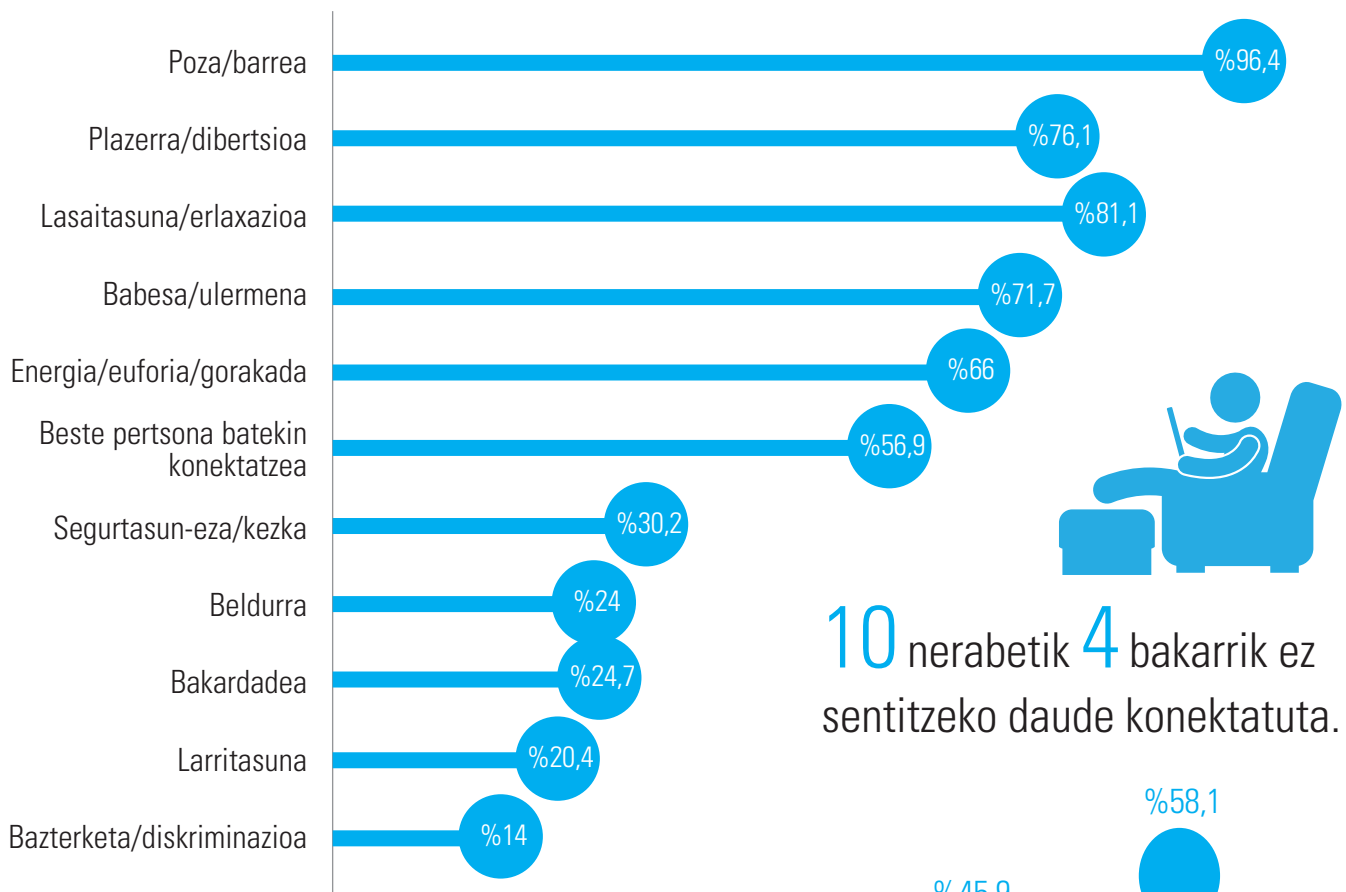
KONEXIOAK SORTZEN

HIKTak elkarrekintza-ekosistema eta emozioen iturri gisa

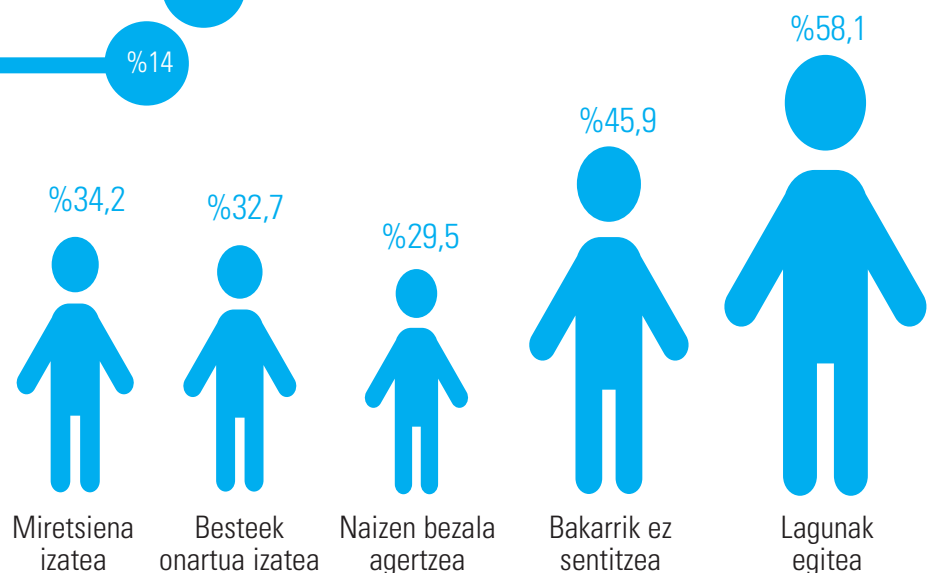
Neskek eta mutilek, konektatzean, harreman positiboak bilatzen dituzte, lagunekin komunikatzea, eta dibertitzea. Aldiz, **arriku batzuk eta horiek saihesteko prebentzio-neurriak ez ezagutzeak arrisku larrian jar**

ditzake nerabe asko. Emandako datuek adieraziko lukete ere familiek ez dutela presentzia eta akonpainamendu askorik nerabeen bizitzan; ondorioz, lagunak eta babesa bilatzen dituzte Interneten eta sare sozialetan.

4 grafikoa. Interneten hauxe sentitu dut:



5 grafikoa. Internetek eta sare sozialek honexetara laguntzen didate:





ZEIN ARRISKURI AURRE EGIN BEHAR DIOTE?

Neska-mutilek adierazi dute Internet eta sare sozialak erabiltzen dituztela harremanetan hasteko, lagunak egiteko eta bakarrik ez sentitzeko. Kontuan hartuz harremanak gizaki gisa gure garapenaren funtsezko zati direla, nerabeen osasun mentala kaltetu egin daiteke baldin eta haien garapen emozional eta sozialeko une jakin batean sare sozialetako haien

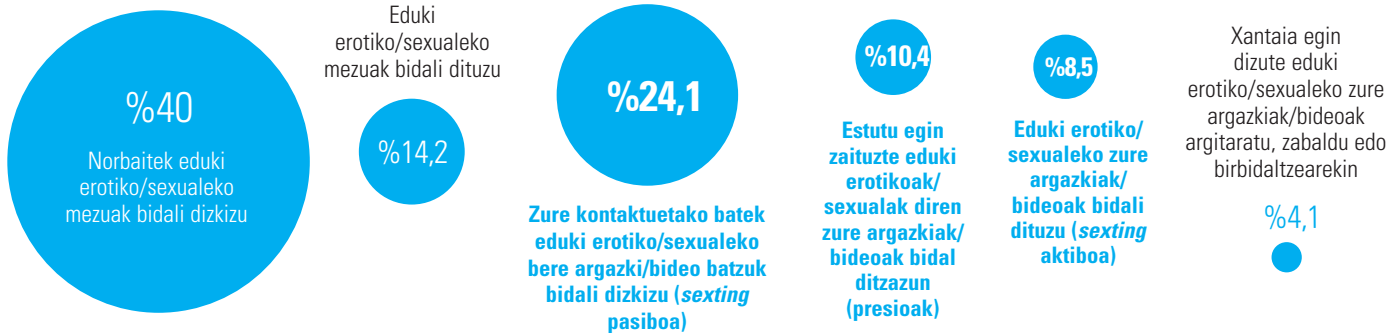
esperientzia beldurrez, larritasunez eta kezkatu bizi badute. Neska-mutilek, beren ingurune digitaleko esperientzian, arrisku nagusi hauek identifikatu dituzte: **ziberjazarpena, arrotzekin harremana izatea, diskriminaturik edo bazterturik sentitzea, xantaia edo sextortsioa, edo beren adinerako eduki desagokietara sartzea.**





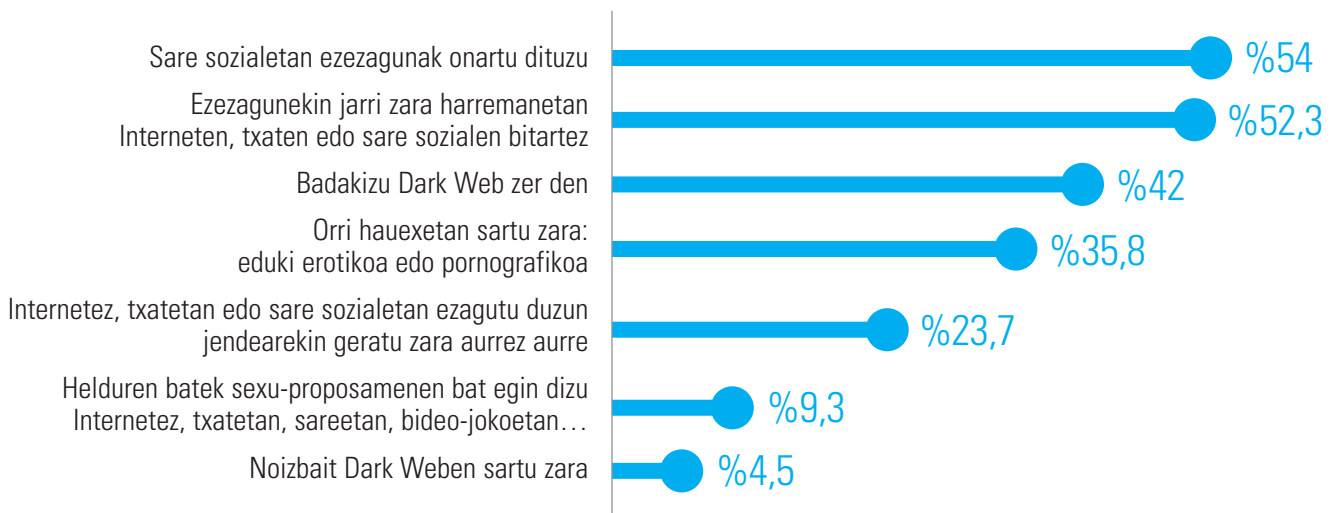
ZEIN ARRISKURI AURRE EGIN BEHAR DIOTE?

6 grafikoa. Zure burua egoera hauetakoren batean ikusi duzu noizbait?



Egiaztatu da sexting-praktikak gero eta ohikoagoak direla. %24,1ek aitortu du bere kontakturen batek kutsu erotiko edo sexualesko argazki, irudi edo bideo pertsonalak bidali dizkiola (sexting pasiboa), eta

%8,5ek aitortu du ere berberak bidali dituela (sexting aktiboa). Era horretako materiala bidaltzeko presioen tasa are altuagoa da: %10,4.



Asaldu behar gaituzten eta kasu egin beharreko arriskuak

Harremanen, Informazioen eta Komunikazioaren Teknologiek (HIKTek) eskaintzen dituzten onurak eta aukerak alde batera utzita, sareak arriskuak ditu, eta nerabeak bereziki kalteberak dira horien aurrean. **Presioen eta xantaiaen ondorioz, nerabe asko irudi eta eduki pertsonal eta pribatuak erakusten ibil daitezke sare sozialetan eta Interneteko beste kanal batzuetan.** Ondorioz, ezezagunekin jar daitezke harremanetan, eta Interneteko grooming edo sexu-jazarpen arriskuan erori. Milaka adingabe ari dira Internetera sartzen eta, bertan, gero eta gehiago dira informazio-lapurretari, sexu-delituei, indarkeriari edo substantzia-trafikoari lotutako arriskuak.



%4,5 Dark Webean sartu ziren.



10 nerabetik **1**ek heldu baten sexu-proposamena jaso du Internet bidez.

Eskola-jazarpena eta ziberjazarpena

Ikastetxeen eta erakunde publikoen azken urteotako ahaleginak ahalegin, errealitateak kezkarria izaten jarraitzen du. Nazioarteko kontrastatutako bi instrumenturen

erabilerak, hala nola EBIP-Q eta ECIP-Q, estimazio objektibo bat egiteko modua eman digu eskola-jazarpenaren eta ziberjazarpenaren prebalentziari buruz.

1 taula. Eskola-jazarpenaren eta ziberjazarpenaren prebalentzia estimatua DBHko ikasleetan

	EBIP-Q (eskola-jazarpena)			ECIP-Q (ziberjazarpena)		
	BIKIMAK	BIKIMAK-ERASOTZAILEAK	ERASOTZAILEAK	BIKIMAK	BIKIMAK-ERASOTZAILEAK	ERASOTZAILEAK
ESPAINIA	%18,2	%15,4	%4,2	%10,7	%11,8	%7,9
EUSKADI	%17	%15,3	%3,7	%9,5	%9,5	%7,3
Emakumezkoak	%20,1	%13,1	%3,1	%11,3	%7,6	%7,7
Gizonezkoak	%13,5	%17,6	%4,3	%7,5	%11,2	%7
DBH 1 eta 2. maila	%18,3	%15,1	%3,1	%8,9	%7,9	%5,6
DBH 3 eta 4. maila	%16	%15,5	%4,2	%10,1	%11,1	%8,9

EBIP-Q: European Bullying Intervention Project Questionnaire (Del Rey et al., 2015). ECIP-Q: European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire (Del Rey et al., 2015).

Eskola-jazarpeneko biktimizazio tasa estimatua %32,3an kokatzen da (barnean bilduz biktima hutsak eta biktima erasotzaileak). Ziberjazarpenarena %19an kokatzen da, eta kasu honetan biktima erasotzaileen eta biktima hutsen ehunekoa berdina da (%9,5 eta %9,5, hurrenez hurren). Horrek adierazten du Interneten berdin jazartzen dela eta jazarpena jasaten dela. **Interneten, jazarpena jasaten dutenen erdiek**

jazarri ere egiten dute. Oso sarritan, jasaten dutenak ez dira horretaz ohartzen edo ez dute era horretan interpretatzen. **Nerabeen %2,3k bakarrik esango luke eskola-jazarpena jasaten ari dela, eta %1,9k ziberjazarpena. "Nire gorpuzkeragatik", "Desberdina izateagatik", "Begitan hartu nautelako" edo, besterik gabe, "Broma bat zelako",** dira jazarpenaren arrazoi nagusietako batzuk.



3 nerabetik **1** eskola-jazarpenaren biktima izan daiteke orain.



10 nerabetik **2** ziberjazarpenaren biktima izan daiteke orain.

Hala jazarpena nola ziberjazarpena klase bereko ikaskideek egiten dute batez ere eta, kasu askotan, helduen ingurune babeslea ez da hori ezagutzera heltzen. **Ikusten da jazarpena ez dela adinarekin desagertzen.** Generoaren araberako tasa globalean aldeak beharbada handiak ez diren arren, jazarpena jasan eta jazartzeko modua desberdina izan daiteke, baita biktimizazioaren profila ere. **Eskola-jazarpena eta ziberjazarpena oso erlazionatuta dago Interneteko jokaera arriskugarriekin, hala nola sextinga edo ezezagunekin harremanetan jartzea,** eta horrek agerian uzten du prebentzio-lana hobetzeko beharra dagoela.



Kutsu sexualeko argazki edo bideo pertsonalak bidaltzeak edo sare sozial batean ezezagunak onartzeak, berez arrisku bat izateaz gain, handitu egingo du segur aski eskola-jazarpena eta ziberjazarpena jasatea.

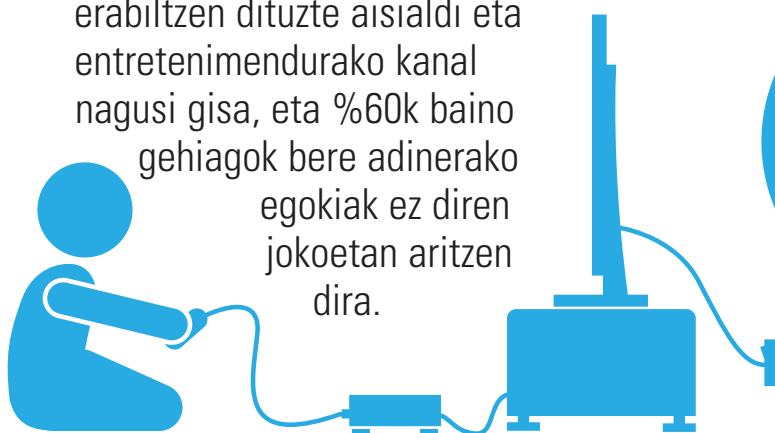


BIDEO-JOKOAK

Bideo-jokoek oso toki garrantzitsua betetzen dute nerabeen bizitzan eta, horregatik ere, zuzeneko eragina dute haien bizitzetan eta osasunean.

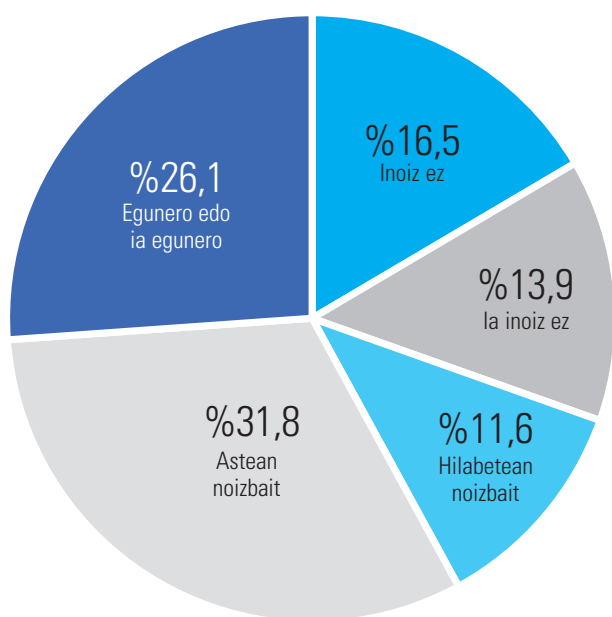
Jokoaren maiztasunaren eta intentsitatearen moduko faktoreek joko problematikoa edo adikzioa eragin ditzakete.

10 nerabetik 6k bideo-jokoak erabiltzen dituzte aisialdi eta entretenimendurako kanal nagusi gisa, eta %60k baino gehiagok bere adinerako egokiak ez diren jokoetan aritzen dira.



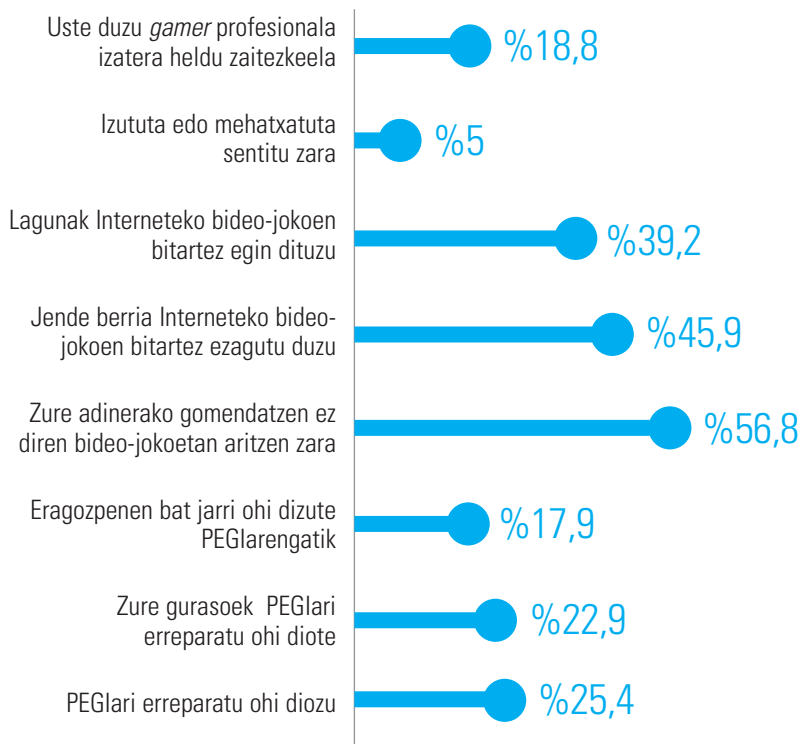
Batez beste, nerabeek asteko **6,61 ordu** jokatzen dute, baina **%3,6k** astean **30 ordu** baino gehiago ematen dituzte jokoan.

7 grafikoa. Jokoari emandako denbora:



Ohituraz jokatu ohi dute **%57,9**

8 grafikoa. Jokatzen duzunean...



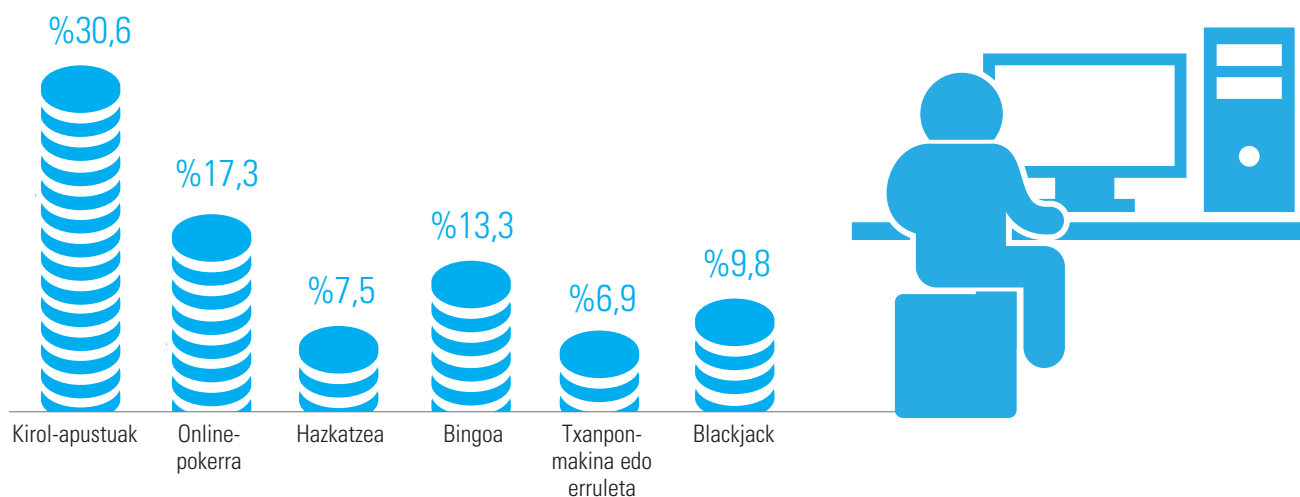


ONLINE-JOKOA ETA APUSTUAK

DBHko ikasleen %3,9k aitortu dute bizitzan noizbait dirua jokatu edo apustu egin dutela. Dirua irabaztea, dibertitzea eta lagunekin denbora ematea dira identifikatutako hiru argumentu nagusiak.

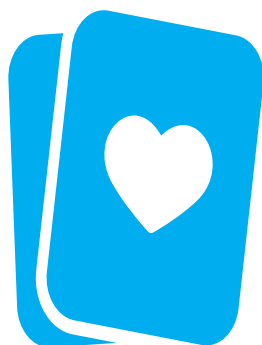
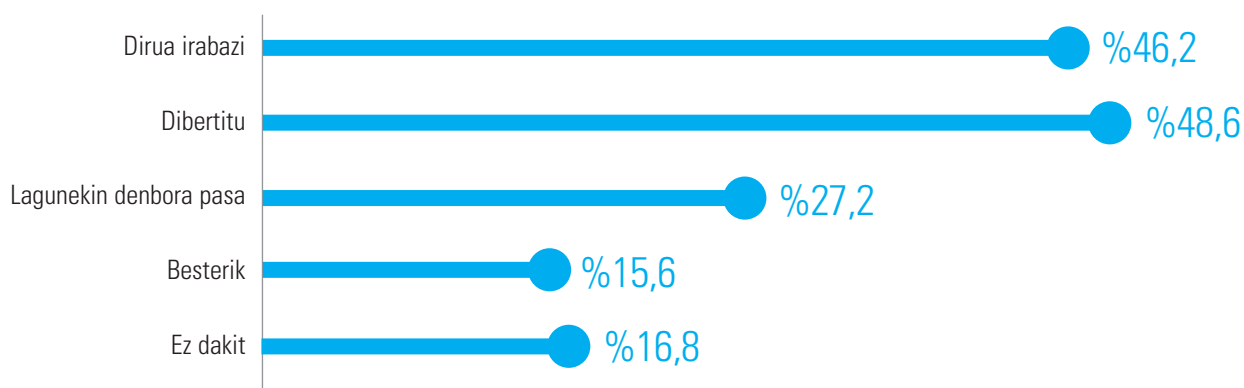
9 grafikoa. Nerabeek gehien onartutako online-joko modalitateak

(ehunekoa bizitzan noizbait Interneten apustu egin dutenen aldean kalkulatu da)



10 grafikoa. Online-jokatu edo apustu egiteko arrazoiak

(ehunekoa bizitzan noizbait Interneten apustu egin dutenen aldean kalkulatu da)



Estimatu da DBHko 3.000 ikaslek baino gehiagok noizbait dirua jokatu dutela Interneten bitartez; ondorioz, egiaztatzen da adin goiztiarretan hasten den praktika dela. Elementu ludiko eta sozial argia izatez gain, sinesmen baten arabera erraza da Interneten apustu eginez dirua irabaztea.



HIKTEN ERABILERA PROBLEMATIKOA ETA ADIKZIOA

Osasunaren Mundu Erakundeak jokoaren adikzioa eta bideo-jokoak identifikatzen ditu bakarrik Substantzia Gabeko Adikzioen artean, eta proposatu ere du "Erabilera Problematikoa" deitzea Interneti eta sare sozialei

erreferentzia egiteko. **Milaka familiek izan dezakete une honetan era horretako arazoren bat eta, beraz, klinikoki kontuan hartzeaz gain, garrantzizkoa da arazo horiek behar bezala ebaluatzea.**

2 taula. Teknologien adikzioen eta Erabilera Problematikoen prebalentzia estimatua DBHko ikasleen artean.

	EUIP-a (Internet/sare sozialak)	GASA (bideo-jokoak)		BAGS (jokoa/apustuak)
		Adikzio posiblea	Erabilera Problematikoa	Joko Problematikoa
ESPAINIA	%33	%3,1	%16,7	%0,5
EUSKADI	%32,5	%3,5	%16,4	%0,7
Emakumezkoak	%36,2	%1,3	%5,6	%0,2
Gizonezkoak	%28,7	%5,5	%26,9	%1,1
DBH 1 eta 2. maila	%26,4	%3,4	%16,8	%0,8
DBH 3 eta 4. maila	%38,6	%3,6	%16,1	%0,5

EUIP-a: Interneten Erabilera Problematikoaren Eskala Nerabeentzat (Rial et al., 2015). GASA: Game Addiction Scale for Adolescents (Lemmens et al., 2009; Lloret et al., 2018). BAGS: Brief Adolescent Gambling Screen (Stinchfield et al., 2017).

11 grafikoa. Erabilera Problematikoa generoaren arabera



DBHko **3 ikasletik 1ek** "Interneteko Erabilera Problematikoa" bat izan lezakete, eta **5etik 1** bideo-jokoetara "engantxatuta" egon daitezke neurriren batean.

Agerian geratu da Internetek eta sare sozialek adikzio-ahalmena dutela. Estimatu da DBHko 27.000 ikaslek Erabilera Problematikoa bat izan lezaketela, ez bakarrik konexioen maiztasun eta intentsitate handian (egun asko eta ordu asko), baidiz eta nerabeen eta familien egunerokotasuna asaldatzeko duen maila altua dela eta. Bideo-jokoaren kontsumoa adikzioa da jada DBHko ikasleen %3,5entzat, bereziki mutilak, eta %16,4 gehiago era

horretako arazoak izaten hasi bide da. Laburbilduz, **17.000 nerabe neurriren batean bideo-jokoekin "engantxatuta" egongo lirateke jada eta, beraz, benetan "haztegi" kezkarri bat dira.** Bukatzeko, aipatutako adikzio posibleen kopuruak oso txikiak diren arren (%0,7), adieraziko lukete **interneten dirua jokatu edo apustu egiten duten 10 adingabetik ia 2 ludopata bihur daitezkeela eta, beraz, 600 nerabe inguru izango lirateke.**

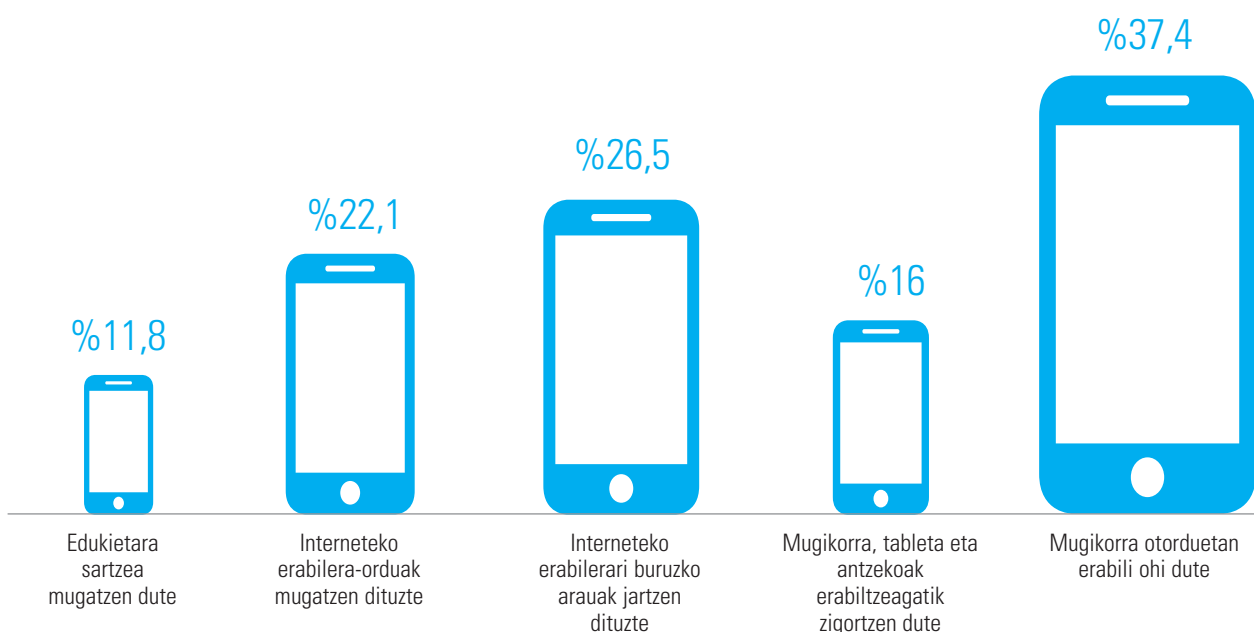


GURASOEN GAINBEGIRAPENA. KONTROLA BAINO GEHIAGO

Arrisku horien guztien kontrako aldean, egiaztatu da gurasoak gutxi aritzen direla gainbegiratzeko: bakarrik nerabeen %26,5ek adierazi dute gurasoek arauen bat edo mugaren bat jartzen dietela

Internet edo/eta pantailak erabiltzean; **bakarrik %22,1ek mugatzen dituzte Internetera sartzeko erabilera-orduak, eta %11,8k zein edukitara sar daitezkeen.**

12 grafikoa. Gurasoek erabilitako gainbegirapen-neurri ohikoenak



● Datuek adierazten dutenez, **%28,9k etxean eztabaidak** dituzte gutxienez astean behin **teknologiaren erabilera dela**.

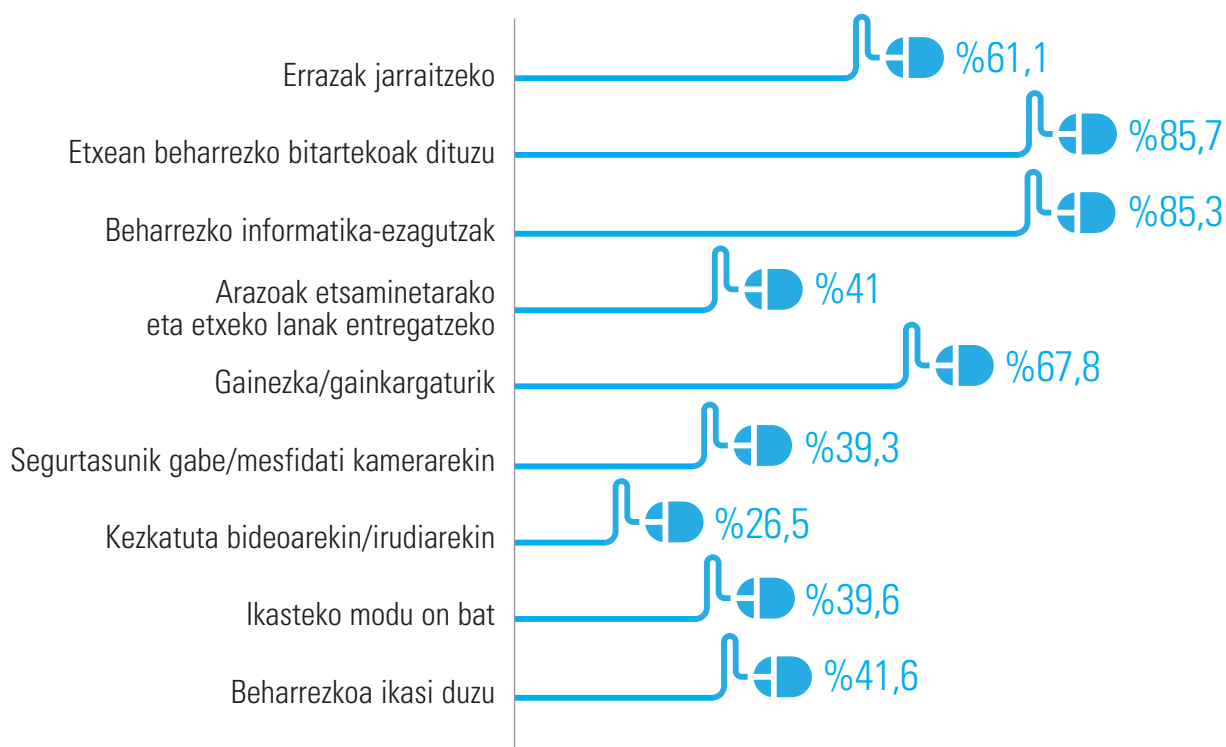
● Familia-ingurunearen ohitura eta jokabideek **(otorduetan, atsedenaldietan eta familia-aisialdiko uneetan erabiltzea)** argi eta garbi baldintzatzen bide dute gailu elektronikoaren praktikak eta erabilerak neska, mutil eta nerabeen artean.



URRUTIKO HEZKUNTZA

%90,2k online-klaseak izan ditu pandemiak iraun duen bitartean. Hezkuntza horren gainerako balorazioa ez da oso ona izan: **%38,5ek** adierazi du “Hala moduzkoa” izan dela, eta **%22,6ren** balorazioa “Txarra” edo “Oso txarra” da.

13 grafikoa. Joan den ikasturtean, Interneteko klaseei buruz...



● Behatu ahal izan da nerabeek oso neurri handian eskuratzen dituztela tresna teknologikoak eta konpetentzia digitalak, baina haien Interneteko klaseen aldiari buruzko **gogobetetze maila eta ikasketa maila oso apala da**, eta ikusten da asko dagoela hobetzeko.

● Nabarmendu behar da aurreratu egin behar dela **ikasleen pribatutasunean eta datu pertsonalen kudeaketan** hezkuntza-plataformen bidez.



KONKLUSIOAK

Zalantzarik gabe, teknologia nerabeen bizitzaren parte da, orokorki erabiltzen baitituzte Internet, sare sozialak eta nahi beste aplikazio eta, askotan, intentsiboki. Ondorioz, erabilerak asaldu egin dezake haien egunerokotasuna eta garapen pertsonala.

- **Teknologiaren erabilera ekarpen garrantzitsua da nerabe batentzat, hala maila sozialean nola emozionalean.** Erraztu egiten die lagunak egitea, bakarrik ez sentitzea... eta, haren bitartez, poza, dibertsioa, babesa, ulermena eta ongizate emozionala aurkitzen dute, afektuen eta esperientzien iturri bat; izan ere, teknologiarik gabe, egun oso zaila da bizitzea.
- Agerian geratu da, hala ere, **Interneten erabilera globalizatuak badituela arrisku batzuk, eta ezin zaie ezikusia egin**, eta horren adierazgarri sexting kopuru kezkagarriak, pertsona ezezagunekin harremanetan jartzea eta grooming kasu posibleak.
- **Eskola-jazarpenaren eta ziberjazarpenaren kontra borrokatzea lehentasuna izan behar da.** Aurkitutako biktimizazio tasek (estatistika ofizialek jasotzen dituztenak baino nabarmen handiagoak) horixe adierazten dute. Datuen edukiaren analisi arretatsu bat, mito batzuk hausteaz gain, ezinbestekoa izango da prebentziorako politika berriak diseinatzeko orduan.
- **Bideo-jokoen erabilera belaunaldi berrien aisialdirako kanal nagusietako bat da**, eta inplikazio garrantzitsuak izan ditzake osasun mentalerako zein bizikidetzarako. Nerabe ugari haien adinerako gomendatzen ez diren bideo-jokoak erabiltzen ari bide dira era intentsiboan eta gainbegiratuak izan gabe.
- Kopuruak txikiak dira, baina **Espanian milaka nerabe daude Interneten apustu egiten eta dirua jokatzan**; ondorioz, izugarri areagotzen da epe erdira ludopatiaren bat izateko arriskua. Jokoa soziala delako eta Interneten jokatzuz "segur aski" dirua irabaztea badagoelako sinesmen irmoa "desegin" beharreko bi motibazio-elementu nagusiak dira.
- **Adikzio posible baten edo Erabilera Problematikoaren tasak kezkagarriak dira**, batez ere sare sozialei eta bideo-jokoei dagokienez, eta hurrenez hurren 3 nerabetik 1i eta 5 nerabetik 1i eragiten ariko litzaizkioke, hurrenez hurren.
- Kontrako aldean, **arreta deitzen du gurasoek neurri txikian gainbegiratzan dutela**, ohartu gabe bezala rol bat betetzen dutela pantailak erabiltzeko orduan, akonpainamendua eta etxean higiene digital ona ezarri behar dutela.



5 giltzarri higiene digital on baterako

Haurren Eskubideei buruzko Hitzarmena (HEH) erreferentziazko oinarri bat da gobernuek **beren erabakietan** eta beren jardunbidea definitzeko orduan **adingabeen interes nagusia** lehenets dezaten, bermatuz neskek, mutilek eta nerabeek lehentasuna izango dutela HEHa politiketara, legeetara eta zerbitzuetara eramateko orduan. **Deialdi bat egiten diegu familiei** pausoak

emateko haien seme-alabei HIKTak erabiltzen akonpainamendua egin dezaten, uneko arriskuak alait txikiak izan daitezten. Horretarako, **beharrezkoa da rol aktiboa hartzea teknologia segurtasunez, erantzukizunez eta era kritikoan erabiltzea bermatzeko** eta haurrek zein nerabeek haren abantailak baliatzeko eta higiene digital ona sustatzeko.

#01

Familiak, halaber, tresnak eta babesa behar dituzte heziketala eta akonpainamendua egin ahal izateko aro digital honetan.

#02

Hezkuntza-sistema ezinbestekoa da hezkuntza kritiko baterantz aldatzeko eta Interneten moldatzeko beharrezkoak diren tresnak eta jokabideak ikasteko.

#03

Baldin eta haurrak eta nerabeak informatuta badaude eta beharrezko tresnak badituzte ekiteko, aukera gehiago izango dituzte arriskuak ulertzeko, abusu-egoeren berri emateko eta laguntza bilatzeko, beharrezko dutenean.

#04

Erakundeek neurriak eta mekanismoak sortu behar dituzte ingurune digitalean neska, mutil eta nerabeen eskubideak babestu, hezi eta sustatzeko. Ezinbestekoa da ekintzetan eta jarduketan planetan gauzatuko diren neurriak zehaztea.

#05

Teknologia-industriak funtsezko rola du nerabeak babestea bermatzeko, zerbitzuen, edukien, baimenen eta kontratuen bitartez, hartara ongizate digitala sustatuz. Neurri batzuk behar-beharrezkoak dira, hala nola erabilera- eta pribatutasun-gomendio argiak eta arrisku-egoera bat biziz gero laguntza aurkitzeko tresnak eta mekanismoak garatzea.

“Haur guztien eskubideak errespetatu, babestu eta eraginkor egin behar dira ingurune digitalean. Teknologia digitaletako berrikuntzek ondorio zabalak eta interdependenteak dituzte haurren bizitzarentzat eta haien eskubideentzat, baita haurrek Internetera sartzeko biderik ez dutenean ere. Teknologia digitalak probetxuz eskuratzeko aukerak hurrei lagundu diezaike era guztietako eskubide zibilak, politikoak, kulturalak, ekonomikoak eta sozialak eraginkorki erabiltzen. Hala ere, inklusio digitala lortzen ez bada, segur aski handitu egingo dira uneko desberdintasunak eta gehiago sortuko dira”.

Haurren Eskubideen Batzordearen 25 zenbakiko behaketa orokorra, haurrek ingurune digitalari buruz dituzten eskubideei buruzkoa.

Eskola-jazarpena edo *bullyinga*

Eskola-indarkeria edo “eskola bullyinga” biktimizazioaren forma ohikoenetako bat da haurren eta nerabeen artean, eta mundu osoko nesken eta mutilen heren bati eragiten dio (UNESCO, 2019) eta, OMEren arabera (2020), ondorio larriak ditu osasunerako. Olweusek, 70eko urteetan, eskola-jazarpinari buruz egun gehien onartzen den definizioa proposatu zuen: “Ekintza erasokorra eta berariaz kaltegarria, gehienetan denboran errepikatua eta adingabe batek edo gehiagok haren burua erraz defendatu ezin duen beste baten kontra egiten du(t)ena”.

Ziberjazarpena edo *ziberbullyinga*

Teknologia gero eta hedatuago erabiltzen da eta, ondorioz, areagotu egin dira ingurune digitaletako abusu-jokabideak, ziberjazarpena edo “ziberbullyinga” deitu ohi dena. Smithen arabera (2008), honela defini daiteke: “Berariazko eraso errepikatua, talde batek edo gizabanako batek egina, kontakturako forma elektronikoak erabiltzen dituen, haren burua erraz defendatu ezin duen biktima baten kontra”. Badago halako polemika bat ohiko jazarpenean betetzen diren irizpide batzuk egon behar ote diren, hala nola intenzionalitatea edo botere-desoreka, baina UNESCOren arabera (2020), biek ere erlazio estua dute, halako moduan non ziberjazarpena eskola-jazarpenearen luzapentzat har baitaitekeen.

Interneteko arrisku-jokabideak

Estatuko eta nazioarteko askotariko txostenek behin eta berriz ohartarazi dute Interneteko hainbat jokabideri buruz, hainbat mailatan arrisku handiak ekar ditzaketenak. Adibideen artean ditugu besteak beste sextinga, sextortsioa, groominga, ziberjazarpena, eduki pornografikoetarako sarbidea edo Interneten pertsona ezezagunekin harremanetan jartzea.

Kontrola eta Gurasoen Gainbegirapena

Gurasoen kontrolak, oro har, erreferentzia egiten die gurasoek Interneteko erabilera desegokiak prebenitzeko hartzen dituzten neurri guztiei. Kontrola izateko, askotariko estrategietara jo daiteke, dela murrizketa (erabiltzeko denbora-mugak eta eskura daitezkeen eduki eta jardueretarako mugak ezartzea, etab.), dela gainbegirapena (Interneteko jarduera egiaztatzea, sare sozialetako profilak berrikustea...; Álvarez, 2018). Bereizketa horretatik landa, pertsona adituak bat datoz baieztatzean bi estrategia horietarako HIKTak erabiltzean akonpainamendu- eta hezkuntza-lan etengabea egin behar dela, eta familiako prebentzioak hori izan beharko luke ezaugarria.

Deep web

Antzeko izen batzuekin deitu zaio (Dark net, Deep web edo Dark web). Internetek nabigazio maila sakonagoak eta arriskutsuagoak ezkutatzeko dituen edozein internautarentzat, baina bereziki nerabezaroan; izan ere, etapa horretan, sozialki saritzen dira jakin-mina eta arrisku-jokabideak. Nabigazio-geruza edo maila desberdin horiek haxe ematen dute aditzera: ohiko bilaketa-kanalen atzean (Google, Bing edo Yahoo) ez dauden Internet atal guztiak; izan ere, bakarrik bilatzaile jakin batzuen bitartez sar daiteke Dark webera. Anonimo geratzeari esker, beste sare edo geruza horiek kanal egokiena bilakatu dira informazioa lapurtzeko, droga- edo arma-trafikorako edo, are, terrorismo eta pederastiarako, eta askotan polizia-zerbitzuek ezin dituzte erabiltzaile horiek ikusi.

Free to play-Pay to win

Bideo-joko mota hauek aukera ematen dute batere ordaindu beharrik gabe haien edukietara sartzeko (Free to play), baina eskatzen dute jokoan hobetu edo aurrera egiteko diru-zenbateko batzuk pagatu behar izatea (Pay to win). Bestela esateko, doan dira jokatzeko, baina ordaindu egin behar da irabazteko, aurrera egiteko edo lehian abantailaren bat lortzeko, adibidez, mikro-ordainketak egitea joko-denbora edo -trebezia eskuratzearren truke. Pertsona adituen arabera, negozio-eredu berri bat ematen dute aditzera eta adikzio-ahalmen handia izan dezakete; ondorioz, zenbait herrialdek (Belgikak, adibidez) legedi espezifikoak garatu dute hura arautzeko, eta Europako Batzordeari berdin egiteko eskatu diote.

Groominga

Interneti eta sare sozialei lotutako pederastia modu berri bat da. Definizio haxe eman daiteke: Interneten pertsona helduek adingabeen konfiantza irabazteko darabilten praktika multzo bat, enpatiaren itxurak eginez eta haien lengoaiara egokituz helburutzat sexua duena. Kasu ohikoena sare sozial batean edo bideo-jokoan aplikazio batean profil faltsu bat sortzea izaten da, eta adingabe-plantak egitea, denbora laburrean haien konfiantza irabazteari eta sexu-harremana izateari begira. Praktika hori delitu mota berri bat da, kode penalaren 183. artikuluan bildua. Azterketek nabarmendu dute adingabeen gutxi gorabehera erdiek aitortu dutela noizbait inondik ere benetan ezagutzen ez zituzten pertsonak onartu dituztela sare sozial batean, eta kasu askotan hitzordu bat izan dute aurrez aurre pertsona horiekin.

Online-jokoa

Dirua edo beste baliozko objekturik jokatzeko den Internet bidezko edozein zorizko joko-aldaera edo apustua da, baina irabazteko aukera azareak baldintzatzen du eta ez bakarrik jokalariren trebeziak. Formatu ohikoenak online-kasinoak, kirol-apustuak eta online-loteriak edo Interneteko poker-plataformak dira. Berezko egoera- eta egitura-ezaugarriak ditu, hala nola pribatutasuna, irisgarritasuna, eskuragarritasuna edo berehalakotasuna, eta horrek adikzio-ahalmen handiagoa ematen dio (Griffiths et al, 2006).

Joko Patologikoa/Joko Problematikoa

OMEk definizio haxe eman du "Joko Patologikoarentzat" edo "Apustu-jokoen nahasmenduarentzat": Nahasmendu bat, ezaugarri duena behin eta berriz apustu-jokoetan parte hartzea, joko horietan kontrola galduz, beste jokabideen aldean lehentasuna hartuz eta, kontrako ondorioak ekarri arren, horretan tematuz (OME, 1992). Nerabeen kasuan, proposatzen da "Joko Problematiko" terminoa erabiltzea; izan ere, gehienetan, ez da behar beste denborarik igarotzen benetako nahasmendu gisa diagnostikatu ahal izateko (Becoña, 2010).

PEGI (Pan European Game Information)

Bideo-jokoak sailkatzeko Europako sistema da, ISFEk garatua (Interactive Software Federation of Europe), eta 2003. urtetik 35 herrialdeetan baino gehiagotan ezarria. Haren helburua da kontsumitzaileei (bereziki gurasoei) gidalerroak ematea bideo-joko jakin bat erosteko orduan hartu beharreko erabakian. PEGI sailkapenak ez du zehazten bideo-joko batean aritzeko adin egokiena zailtasunaren arabera, edukiaren arabera baizik (indarkeria, drogak, sexu esplizitua...), hura kontsumitzeko gutxienezko adina adieraziz (3, 7, 12, 16 eta 18 urte).

Sextinga

Bereziki nerabeen artean gero eta gehiago egiten den praktika; bertan, bitarteko digitalen bidez, kutsu erotikoa edo sexuarekiko eduki pertsonalak bidaltzen dira (bidaltzaileak berak sortu dituen argazkiak edo bideoak). Bereizten da sexting aktiboa (bere buruaren bideoa edo irudia bidaltzen duen pertsona) eta sexting pasiboa (material hori jasotzen duen pertsona). Bere horretan kaltegarriak izan behar ez liratekeen arren, gatazken sorburu izatera hel daitezke edukiak hirugarrenei baimenik gabe bidaltzen zaizkienean; horrelakoetan, delitu ere izan daitezke, delitu mota berri bat (kode penaleko 197. artikulua). Gainera, bidea ireki diezaieke presioei, xantaia-ahaleginei edo sextortsioari eta, are, ziberjazarpenari.

Sextortsioa

Pertsona bati material erotikoa edo sexuala (haren irudi edo bideoak, gehienetan sexting bitartez partekatutakoak) zabaltzearekin mehatxu egitea da, irabaziak lortzeko helburuaz, gehienetan ekonomikoak edo sexualak. Ondorio larriak ekarri ohi dizkie biktimei alde emozionalean, detektatzea beti erraza ez den arren.

Bideo-jokoen Erabileraren Nahasmendua

OMEk 2018. urtean sartu zuen Bideo-jokoen Erabileraren Nahasmendua bere Gaixotasunen Nazioarteko Sailkapenean (CIE-11). "Joko digitaletan" edo bideo-jokoetan, offline (Internet-sarbiderik gabe) edo online (Interneteko sarbideaz) iraunkorki aritzeko jokabide-eredu bat da, eta ezaugarri hauexek ditu: bideo-jokoen erabileran jokabidea hondatzea edo kontrola galtzea; bideo-jokoei lehentasun handiagoa ematea, eguneroko bizitzako beste interes edo jardueren gainetik jarritz; bideo-jokoak gehiago erabiltzea, ondorio kaltegarriak ekarri arren. Jokabide-eredu hori etengabea edo aldi batekoa izan daiteke; ondorioz, larritasuna ager daiteke, eta gizabanako horren bizi-arlo nagusiak nabarmen hondatu, hala nola pertsonalki, familiar, sozialki, hezkuntzan...); oro har, hondatze hori gutxienez 12 hilabetetan behatu behar da.

Interneteko Erabilera Problematikoa

Gaur arte, OMEk bakarrik jokoen eta bideo-jokoen adikzioa aitortu ditu Substantziarik Gabeko Adikzio gisa. OMEk proposatu du "Interneteko Erabilera Problematikoa" deitzea Interneti eta sare sozialei "engantxaturik" egoteko aukerari, artean diagnostikoen eskuliburuetan sartuta ez dagoen arren. Erabilera horrek eguneroko bizitzaren asaldatzeko maila handia izango luke ezaugarri, hala pertsonalki nola familiar, ikasketetan edo lanean eragina edukiz eta, are, klinikaren aldetik, sintomatika bat izan dezake.

Biktima erasotzaileak edo *biktima-bullyak*

Profil ohikoenetako bat da, hala eskola-jazarpenean nola ziberjazarpenean; bertan, biktimizazioa eta erasoa aldi berean edo txandaka gertatzen dira (Yang & Salmivalli, 2013); alegia, adingabe horiek jazarpenera jasan eta jazarri egiten dute. Pertsona adituen arabera, profil hau bereziki "problematikoa" da, hala osasunaren aldetik nola arrisku-jokabideen aldetik (Feijóo et al., 2021).

AZTERKETAREN AHOLKULARITZA KONTSEILUA

Adikzioen Prebentzioa

GREGOR BURKHART
Phd. Responsible for prevention responses.
EMCDDA-European Monitoring Centre for the Drugs and Drugs Abuse.

GERARDO FLÓREZ
Doktorea. Gazte eta nerabeen jokabide-adikzioetan
espezializatutako psikiatra.
Saúdeko Galiziar Zerbitzua. Revista Adiccioneseko editorea eta
Socidrogalcoholeko zuzendaritza-batzordeko kidea.

SION KIM HARRIS, PhD CPH
Co-Director, Center for Adolescent Behavioral Health Research
Division of Adolescent/Young Adult Medicine, Boston Children's Hospital
Associate Professor, Department of Pediatrics, Harvard Medical School.

MANUEL ISORNA
Doktorea. Nerabeei, adikzioei eta bizikidetzari buruzko ikertzaile aditua.
Vigoko Unibertsitatea.

Patricia Ros
Doktorea. Planet Youtheko
Espainiako arduraduna
Planet Youth.

Eskola-jazarpena eta ziberjazarpena

JAMES O'HIGGINS
Doktorea. National Anti-Bullying Centereko zuzendaria. Eskolan eta ziberespezioan
bullyingaren kontra borrokatzeko
National Anti-Bullying Centereko zuzendaria.
Dublin City University. UNESCO.

ROSARIO DEL REY
Doktorea. Interpersonal Aggression and Socio-Emotional Development (IASSED) taldeko arduraduna eta International Observatory for School Climate and Violence Preventioneko presidentekidea.
Sevillako Unibertsitatea.

Teknologiaren Erabilera

MAIALEN GARMENDIA
Doktorea. EU Kids Onlineraren
Espainiako Arduraduna.
Euskal Herriko Unibertsitatea.
EU Kids Online.

PATRICIA GÓMEZ
Doktorea. Adingabeen eta Teknologia Berrien
Ikertzaile aditua.
Santiago de Compostelako
Unibertsitatea.

DANIEL KARDEFELT
Media & Communications (PhD) London School of Economics Computer Science and Psychology (BSc).
UNICEF's research programme on Children and Digital Technologies, Innocenti Unicef Internazionalako Ikerketen eta Ikasketen Bulegoa.

Hautzaroaren eskubideak

MA. ANGELS BALSELLS
Departament de Pedagogia Facultat d'Educació, Psicologia i Treball Socialako pedagogiako katedraduna.
Lleidako Unibertsitatea.

FRANCISCO RIVERA
Jokabidearen Zientzietako Metodologia Arloko irakasle titularra.
Sevillako Unibertsitatea.

SARA LUNA
Jokabidearen Zientzietako Metodologia Arloko ikertzailea.
Sevillako Unibertsitatea.

Dibertsitatea, inklusioa eta genero-ikuspegia

María Teresa Andrés
Inklusio Saileko zuzendaria.
Fundación Secretariado Gitano.

JESÚS MARTÍN BLANCO
Giza Eskubideen eta
Konbentziorako ordezkaria.
CERMI (Desgaitasuna Duten Pertsonen Ordezkarien
Espainiako Batzordea).

YOLANDA RODRÍGUEZ
Doktorea. Gazteei eta IKTei buruzko genero-ikuspegiko ikertzaile aditua.
Vigoko Unibertsitatea.

Segurtasuna, datu-babesa eta ziberdelitugintza

JOSÉ JULIO FERNÁNDEZ
Galiziako Segurtasun Ikasketen Zentroko zuzendaria (CESEG). Zuzenbide Fakultateko irakasle titularra eta datuak babesteko ordezkaria.
Santiagoko Unibertsitatea.

SANTIAGO REBOYRAS
Polizia Gorputz Nazionalako Inspektorea. Zibersegurtasuneko aditua.
Galiziako Poliziaren Goi-mailako Buruzagitza.

JOSÉ TORRES
Polizia Judizialeko Teknologia Ikerketa Taldeko burua.
Ziberdelitugintzako aditua.
Pontevedrako Guardia Zibileko komandantzia.

