

## **Nerabe eta gazteek informazioaren eta komunikazioaren teknologekin duten harremana**

Ainhoa Otaola Agirre. Etorkintza Elkargoa.

### **Laburpena**

Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologiek (IKT) erabateko aldaketak eragin dituzte gure gizartean, batez ere, harremanak ezartzeko moduan. Haur, nerabe eta gazteen artean, teknologia hauek beraien eguneroko bizitzan guztiz barneratuta daude eta ezinbesteko tresnak bilakatu dira beraientzat. Beraz, beharrezkoa da sakontasunean ezagutzea eta ulertzea teknologia hauek nola erabiltzen dituzten, zertarako, zein maiztasunarekin eta zenbaterainoko garrantzia duten beraien eguneroko bizitzan.

Horretarako, eta Mungialdeko Mankomunitateko 12 eta 24 urte bitarteko nerabe eta gazteren erantzunak abiapuntutzat hartuz, 2014-2015 ikasturtean, Mungialdeko Mankomunitateko lau ikastetxetan eta beste gazte batzuen artean, IKT-en erabilerari buruzko azterketa kuantitatibo eta kualitatiboa garatu zen.

Azterketa kuantitatiboa egiteko 460 ikaslek galdeketa bat bete zuten; azterketa kualitatiborako, aldiz, eztabaida-taldeak eta elkarrizketa pertsonalak gauzatu ziren.

Nerabezaroa gatazka- eta arrisku- portaerei dagokienez, une bereziki zaugarria da. Horregatik, teknologia hauek modu egokian erabili ezean, arazoak sortu ditzakete. Beraz, heziketaren eta prebentzioaren esparrutik ezinbestekoa da nerabe eta gazteek erreminta hauekin ezartzen duten harremana ezagutzea, lan-ildo estrategikoak finkatu ahal izateko eta Internetek izan ditzakeen arriskuen murrizketara eta erabilera egokiak eta osasuntsuak bultzatzera zuzenduta dauden esku-hartze eraginkorrak garatze aldera.

### **Hitz gakoak**

Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologiak (IKT), telefono mugikorak, sare sozialak, bideo-jokoak, haur, nerabe eta gazteak, Interneten erabilera problematikoa.

### **Sarrera**

Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologiek (IKT) erabateko aldaketak eragin dituzte gure gizartean, batez ere, harremanak ezartzeko moduan. Teknologia hauek komunikazio-bide berriak eskaintzen dituzte, trebezia berriak eta ezagutza eraikitze modu berriak garatzen laguntzen dute, baina era berean, arazoak ere sor ditzakete. Teknologia hauek modu egokian ez erabiltzeagatik sortu daitezkeen ondorio negatiboak buruzko kezka areagotu du eragin honek, batez ere, haur eta nerabeengan izan ditzaketen ondorio negatiboak buruz.

Informazioaren eta Komunikazioaren Teknologiek gure eguneroko zereginak errazten dituzte, azkarrak, berehalakoak eta interaktiboak direlako. Eskaintzen dituzten aukerak

kontaezinak dira, bai hezkuntzaren, kulturaren eta informazioaren arloetan eta baita, aisialdiaren eta entretenimenduaren esparruan ere. Honez gain, beharrian psikologiko eta emozionalak ere asetzen dituzte: aintzatespen edo onarpena, kidesuna, taldekoa izatea, segurtasuna, etab.

Sare sozialen kasuan, esaterako, besteen aurrean nabarmentzea, parekoen aurrean nortasunari eustea edota lagunekin harremanean egotea bilatzen da.

Teknologia hauek, beraz, positibotzat jo daitezke, bizitzako gainontzeko ekintza arruntak alde batera uzten ez badira (ikasi, kirola egin, zinemara joan edo kalera irten, adibidez). Guztiz kontrakoa izango litzateke, teknologia neurrigabe erabiltzeagatik isolamendua eta antsietatea agertzen direnean, autoestimuan eragiten dionean edota kontrol galtzea dakarrenean.

Gauza guztiakin gertatzen den moduan, hauek ere behar bezala erabili ezean, edo neurrigabe erabiltzen badira, arriskuak agertzen dira.

Nerabearoa fenomeno psikologiko, biologiko, sozial eta kulturala da. Bizitzako garai honetan, gizabanakoak bere identitate pertsonala eraiki eta heldutasun psikologikoa bereganatzen ditu. Eboluzio-ezaugarri propioak ditu: guztiahalduntasuna, zauritu ezinak direla ustea, presentismoa (orain eta hemen), bizi-esperientzia urria, asaldura, arauak haustea, arrisku-portaerak normalizatzeko beharria, erantzukizuna hartzeko gaitasun falta, etab.

Ezaugarri hauek guztiek gatazka- eta arrisku- portaerei bidea ematen diete.

Honengatik, nerabearoa une bereziki zaugarria da, teknologia hauek beraien eguneroko bizitzan guztiz barneratuta baitaude eta ezinbesteko tresnak bilakatu baitira beraietzat. Beraz, beharrezkoa da sakontasunean ezagutzea eta ulertzea teknologia hauek nola erabiltzen dituzten, zertarako, zein maiztasunarekin eta zenbaterainoko garrantzia duten beraien eguneroko bizitzan. Berdinekin eta nagusiekin dituzten harremanetan nolako eragina duten teknologia hauek ulertzea bereziki garrantzitsua da, beraien garapen psikosozialean, zehazki, sozializazio eta identitate pertsonala eraikitzekeo prozesuetan, zer nolako eragina duten ezagutzeko.

Gaur egun kezka handia sortzen duen gaia da hau eta, ondorioz, autore eta aditu asko aritu izan dira gai honi buruz ikertzen eta idazten. Hala ere, bibliografia aztertzerakoan ohartu gaitezke, ez dagoela adostasunik teknologia hauetaz hitz egiterakoan adikzio hitza erabili daitekeen ala ez.

Internet eta berarekin lotutako tresna berri hauek adikzioa sortu dezaketen ala ez eztabaidagai da oraindik.

Oraintsu arte, menpekotasun edo adikzio hitza portaera desdoitu eta konpulsibo bat deskribatzeko erabiltzen zen, substantzia bat hartzeak ondoeza edo kalte gogorra eragiten zionean gizabanakoari. Baina psikologia klinikoaren esparruan, substantziarik gabeko adikzioak diagnostikatzen hasi zen, hauek substantziadun adikzioekin parekatuz.

Ondorioz, eztabaida sortu zen: aditu askoren ustez, portaera horiek konpulsiboak eta disruptiboak izan daitezkeen arren, ezin daitezke adiktibo moduan sailkatu eta Interneti buruz hitz egiten dugunean, *erabilera patologikoa* edo *erabilera problematikoa* terminoak erabiltzea proposatzen dute. Zentzu honetan, APA-k

(American Psychiatric Association, 2013) 2013an argitaratu zuen DSMaren (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) errebisio berrienean, DSM V-ean hain zuzen ere, ez da Interneten adikzioa barneratzen. Ludopatia da portaera adiktibo bezala onartzen den bakarra.

Beste aditu batzuen ustez, aldiz, portaera hauek adiktibotzat hartu behar dira, substantzia toxikorik egon ez arren, portaerak antzekoak direlako.

Hauen ustez, inolako zalantzarik gabe, teknologiek, drogak bezala, adikzioa sortu dezakete, mota bietako adikzioetan parte hartzen duten mekanismoak berdinak izanik; ondorioz, arazo hauek konpontzeko tratamendu-jarraibideak ere printzipio berdinetan oinarritu beharko lirateke.

Azken pentsamendu-ildo hau sakon errotu da gizartean, eta egun, *adikzio* eta *adiktibo* terminoak hizkeran oso hedatuta daude gauza oso ezberdinez hitz egiteko eta zerbaiterako zaletasuna, gogo bizia edota dependentzia emozionala adierazteko. IKE-en kasuan adikzioaz hitz egitearekin ados ez dauden adituen ustez, ordea, terminologiaren erabilera metaforiko hau ez dagokio hizkera eta pentsamendu zientifikoari eta, alde horretatik, arriskutsua iruditzen zaie joera hauei bide ematea.

Eztabaida hor dago, beraz, eta ildo bateko zein besteko korrante zientifikoek ikerketa anitz garatzen dituzte bakoitzak bere ikuspuntutik abiatuta.

Era batera zein bestera, *adikzioaz* hitz egin zein erabilera problematikoaz hitz egin, onartu beharra dago gero eta gehiago direla teknologia berrien erabilera intentsiboak ekarri ditzakeen eragin negatiboez hitz egiten duten ikerketak.

Alde batetik, batez ere nerabe eta gazteek, baina baita helduek ere, teknologia hauekin ematen duten denbora kopuruak kezkatzen du. Nerabeek IKT-ak erabiltzeko modua problematiko izan daiteke konektatuta pasatzen duten denbora kopuruak eguneroko bizitzaren garapen egokiarengan eragina duenean, logura egoerak, gogoaldartean aldaketak edota ikasketei edo beraien zereginei denbora gutxiago dedikatzea eraginez.

Tresna hauekin emandako denborak, beste ekintza batzuei astia ken diezaieke, esaterako, kirola egiteari, etxeko lanak egiteari, kalean ibiltzeari, behar adina ordu lo egiteari, etab. Honen guztiaren ondorioak ikusten hasi garela dirudi, gauez beharrezko atsedena ez hartzeagatik hurrengo egunean eskolan nekatuta egoteagatik emaitza akademikoak eta errendimendua jaisten ari dela dirudielako, edo sedentarismoaren ondorioz haur eta nerabeen loditasuna areagotu egin delako.

Baina denbora-kopuruaz gain, beraien adinerako egokiak ez diren edukietara sarbidea izatea, edota tresna hauei ematen dieten erabilera, hots, tresna hauek elkarrekiko jazarpenarako erabiltzea edo intimitatea galtzea ere aspektu kezagarriak bihurtu dira.

Intimitateari eta pribatutasunari dagokiona publikoa denarekin nahasi daiteke, portaera histrioniko eta nartzisistak agertu daitezkeelarik.

Sare sozialen neurrigabeko erabilerak isolamendua, eskolan edo lanean errendimendua txikiagoa izatea, beste gai batzuekiko eta aisialdi aktiboarekiko interes falta, sedentarismoa eta loditasuna eragin ditzake.

Argi dago, beraz, Internet eta IKT-ak modu problematikoan erabili daitezkeela eta ondorioz, arazoak sor ditzaketela populazioaren sektore batengan, batez ere

gazteen artean eta, hori dela eta, fenomeno hau sakontasunean ezagutu eta ulertzearen garrantzia eta derrigortasuna azpimarragarria da, hezkuntza-arloko adituek eta eragile eta bitartekari sozialek, gazte eta nerabeentzat erreferentziako ereduak diren heinean, nerabeen artean teknologien erabilera osasuntsua bultzatzeko esku hartze gokiak garatu ditzaten.

Mungialdeko Mankomunitateko bosgarren adikzioen planaren garapenean parte hartzeak, testuinguru ezin hobea eskaintzen zuen honetarako.

Planaren ataletako bat Mungialdeko Mankomunitateko nerabe eta gazteen aisialdiko ohiturei buruzko azterketa eta diagnostiko zehatza egitea zen. Gizarte Zerbitzuen Mungialdeko Mankomunitateak Etorkintza Elkargoari eskatu zion diagnostiko hau egitea. Diagnostiko honetan, beste batzuen artean, substantzia ezberdinen kontsumoak, zenbat diru daukaten eta nola erabiltzen duten diru hori, beraien denbora librearen non, norekin eta zer egiten ematen duten, aisialdiko taldeetan parte hartzen duten edo IKT-ak nola erabiltzen dituzten bezalako gaiak aztertzen ziren.

## **Metodologia**

Erabilitako metodologia ondorengoa izan zen:

### **Azterketa kuantitatiboa**

Gazte eta nerabeen aisialdi ohituren errealitatea aztertu eta hari buruzko diagnostikoa egin zen, 12 eta 24 urte bitarteko 460 gaztek bete zuten galdeketa baten bidez.

Mungialdeko Mankomunitatean errolatuta zeuden 12-24 urte bitarteko gazteen % 28 osatu zuen lagina. Mungiako BHI-ko, Larramendi Ikastolako, Bentades Ikastetxeko eta PCPI-ko 460 ikasleri egin zitzaaien galdeketa.

Hauetatik 221 mutilak ziren (% 48) eta 239 neskak (% 52). Azterketa hau 2014-2015 ikasturtean garatu zen.

12-18 urteko gazteak daude ordezkatuaren laginean, galdeketa egin zitzaientean % 93 ziren eta. Galdeketa Mankomunitateko ikastetxeetan egin zelako da ehuneko hori altua, izan ere, DBH-n zeuden gazte gehienak. Nekeza jazo zen zaharragoen lagina lortzea. Hala, 69 adinez nagusiri egin zitzaaien galdeketa. Aipatu beharra dago, ordea, lagin horren bidez ez dela behar den moduan ordezkatu adin-tarte horretako populazioa.

Berez, bideo-jokoen eta sare sozialen erabilera ez dago sartuta Eusko Jaurlaritzako Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritzako VI. Adikzioen Planaren substantzia gabeko adikzioa eragin dezakeen jokaera moduan, baina azterketa honetan gai honi buruzko tarte bat sartu nahi izan zen; izan ere, gizartean kezka handia dago teknologia berriak gehiegi edo oker erabiltzeak sarritan eragiten dituen arriskuen gainean, edo gehiegi edo gaizki erabiltzearen ondorioz sortzen diren portaera-eta jokabide-arazoak direla-eta.

Diagnostiko honetan gazteen aisialdiarekin lotutako hainbat aspektu aztertzen ziren arren, IKT-ekin zerikusia duten emaitzen azterketara mugatuko da hemen jasotakoa.

### **Azterketa kualitatiboa**

Azterketa kuantitatiboa aberatsagoa izate aldera eta emaitzak osatzeko, errealitatearen diagnostiko eta azterketa kualitatiboa ere egin zen.

Horretarako eta metodologiari dagokionez, bi erreminta erabili ziren: eztabaidataldeak eta ezohiko lekukoei elkarrizketa pertsonalak.

### **Eztabaida-taldeak**

Eztabaida-taldea teknika kualitatibo bat da. Pertsona-talde bati egindako elkarrizketez baliatzen da aztergaiaz informazio garrantzitsua eskuratzeko.

Bederatzi eztabaida-talde egin ziren eta guztira 64 lagunek hartu zuten parte. Lagun horiek aukeratzeko irizpide nagusia non jarduten zuten izan zen, hau da, zein esparruetan (eskolan, elkarreetan, familian, ostalaritzan, gazteak), Mankomunitatetik ahalik eta lagin adierazgarri hoberena eskuratzeko. Horrela, hainbat lagunen ekarpenak jaso genituen: irakasleak, guraso elkarreetako gurasoak, aisialdiko talde edo elkarreetak, ostalariak, "lonjetan" dabilzan gazteak eta bigarren hezkuntzako, batxilergoko eta beste hezkuntza-ziklo batzuetako ikasleak.

Hala ere, artikulu hau gauzatzeko orduan, nerabe eta gazteekin egindako eztabaidataldeak soilik hartu izan dira kontuan. Azterketa kuantitatibo honen helburua alde kualitatiboa osatzea den heinean, egokia zirudien, 12 eta 24 urte bitarteko nerabe eta gazteengandik jasotako informazioa biltzea. Horretarako, gazte eta nerabeekin bost eztabaida-talde egin ziren:

- Bentades Ikastetxeko DBH-ko lau mailetakoko 8 ikasle (4 neska eta 4 mutil).
- Mungia BHI-koDBH-ko lau mailetakoko 8 ikasle (4 neska eta 4 mutil)
- Mungia BHI-ko Batxilergoko maila bietako 4 ikasle (neska bi eta mutil bi).
- Mungiako "lonja" batetako 17 eta 19 urte bitarteko 8 gazte (5 mutil eta 3 neska).
- Bakioko "lonja" batetako 21 eta 24 urte bitarteko 5 neska.

### **Ezohiko lekukoei egindako elkarrizketak**

Azkenik, datu hauek are gehiago osatzeko, Etorkintza Elkargoko teknikari eta kale-hezitzaileen eskarmentua ere kontuan izan da, gazteekin beraien aisialdi-gune naturaletan, hots, kalean, "lonjetan" eta abar, egindako esku hartze zuzenaren ondorioz, gai honi buruzko informazio kualitatibo baliagarria eskura dezaketelako. Mungialdeko gazteei buruzko informazioa ez ezik, Etorkintza Elkargoko adituek zuzenean gazteekin esku hartzen duten beste herri eta herrialdeetako informazioa ere jaso zen, hala, Barakaldo, Getxo, Leioa, Lea-Artibai eta Enkarterriak, beti ere, informazio hau, hezitzaileen pertzepzio subjektiboa eta kualitatiboa dela ahaztu gabe,

eta inolaz ere, datu estatistiko zehatzik ez dutela osatzen eta, beraz, ezin direla orokortu. Hala ere, ekarpen honek azterketa kuantitatiboaren kontraste bezala balio du, hezitzaile hauek, gazteentzat heldu esanguratsu diren heinean, gazteekin beraien aisialdi-esparruetan gauzatzen dituzten esku hartze zuzenetan balio handiko informazio lortzen dutelako. Gazteentzat konfiantzazko figurak dira eta beste heldu batzuei esaten ez dietena edo beste heldu batzuen aurrean egin nahi ez dutena, ez dute arazorik hauekin partekatzeke; beraz, gazte-munduan gertatzen ari denaren "antena" ezin hobeak izaten dira, beste bide batzuetatik lortzen den informazioa alderatzeko.

## **Emaitzak**

### **Azterketa kuantitatiboa**

Azterketa honen emaitzak ondorengoak izan ziren:

Laginaren % 70ek bideojokoak erabiltzen zituen, % 30ek ordea ez. Hauetatik % 57 mutilzkoak ziren eta % 43 neskak.

Adin-tarteari erreparatuz, bideo-jokoak erabiltzen zituztenen % 100etik, % 40 12-14 urteko adin-tartean zeuden, % 46 15-17 urte artean eta % 14k 18 urte edo gehiago zituen.

Adin-tarte guztietan handiagoa zen bideo-jokoak erabiltzen zituzten gazteen ehunekoak erabiltzen ez zituztenena baino.

Bideojokoekin zenbat denbora pasatzen zuten egunean galdetu zitzairen. Erantzunen artean lau aukera zeuzkaten: 30 minutu, 1-2 ordu, 3-4 ordu eta 5 ordu baino gehiago.

30 minutu eta 4 ordu arteko denboran ez zegoen alde handirik laginaren barruan, baina bada nabarmendu beharreko datu bat bideo-jokoetan 5 ordu baino gehiago pasatzen zuten gazteen ehunekoan: ez zegoen 18 urte baino gehiagoko inor; hau da, bideo-jokoetan 5 ordu baino gehiago jokatzen jarduten zuten gazteek 12-17 urte artekoak ziren.

Orokorrean, mutilek bideo-jokoak erabiltzeko joera nabarmenagoa daukate: lagineko mutil guztietatik, % 85ek bideojokoak erabiltzen zituen; aldiz, lagineko neska guztietatik, % 56 ziren bideo-jokoak erabiltzen zituztenak.

Bideo-jokoetara jolasten gutxi gorabehera 30 minutu ematen zutenen artean, % 50 neskak ziren eta % 50 mutilak.

Ordu bete edo ordu bi bitartean, baita hiruzpalau ordu ere aritzen zirenetatik, % 35 neskak ziren eta % 65 mutilak. Azkenik, bost ordu baino gehiago ematen zutenen % 34 ziren neskak eta gainontzeko % 66 mutilak osatzen zuten.

Egunean bideo-jokoetara jolasten denbora asko ematen dutela uste zuten ere galdetu zitzairen. Guztira, bideo-jokoetara jolasten zutenen % 32k baietz uste zuen. Hauetatik % 69 mutilak ziren. Bideo-jokoak erabiltzen zituzten mutil guztien artean % 43k denbora asko ematen duela uste zuen; aldiz, neskazko erabiltzaileetatik % 20k uste zuen denbora asko ematen duela tresna hauekin.

Galdetutako lagunetatik, % 86k zioen sare sozialak erabiltzen zituela, eta % 14k ezetz. Erabiltzen zituztenetatik, % 35 12-14 urteko adin-tartean zeuden; % 49, berriz, 15-17 urteko adin-tartean; azkenik, % 6 18 urtetik gorakoak ziren.

Orokorrean, emakumezkoek gehiago erabiltzen dituzte sare sozialak: % 55 ziren; gizonezkoak, berriz, % 45. Lagineko mutil guztien artean % 75 ziren sare sozialak erabiltzen zituztenak. Bestalde, nesken kasuan, guztien % 91ek erabiltzen zituen.

Bideo-jokoetan gertatzen zen moduan, adina eta sare sozialen erabilera erlazionatuz gero, adin-tarte guztietan gehiago ziren sare sozialak erabiltzen zituzten gazteak erabiltzen ez zituztenak baino.

Erantzunak aztertuz gero, erraz ikusten da zeinen gazterik hasten diren erreminta hauek erabiltzen: galdetegiari erantzun zieten 12 urteko lagunak erdiak baino gehiagok zioen sare sozialak erabiltzen zituela.

Bideojokoen kasuan bezala, egunean sare sozialetan ematen duten denboragatik ere galdetu zitzaie, aukera berdina eskainiz, hots, 30 minutu, 1-2 ordu, 3-4 ordu edo 5 ordu baino gehiago.

Bideo-jokoen erabileran gertatzen zen legez, taulako datuak gazteen adinaren arabera aztertuz gero, kontuan izan beharreko datu bat dago: laginetik, sare sozialak 5 ordu baino gehiago erabiltzen zituztenak 12-17 urteko adin-tartean daude, eta zehazki, 15-17 urte artean. 18 urtetik gorako adin-tartean zeuden lagunetatik, 2 lagunek baino ez zuten adierazi egunean 5 ordu baino gehiago jarduten zutela sare sozialetan.

Sexuaren arabera, sare sozialak erabiltzen zituzten mutiletatik, % 38k 30 minutuz erabiltzen zituen egunean, % 47k 1 edo 2 ordu egunean, % 8k hiruzpalau ordu eta ia % 6k bost ordu baino gehiago.

Nesken kasuan, % 22 ziren 30 minutu erabiltzen zituztenak, % 44 ordu bete eta bi ordu bitartean aritzen zirenak, % 21 hiru eta lau ordu bitartean zebiltzanak eta % 12 egunean bost ordu baino gehiago aritzen direla erantzuten zutenak.

Laginetik, % 47k uste zuen sare sozialetan denbora asko pasatzen duela.

Hauetatik % 56 neskazkoak ziren eta % 48 mutilezkoak.

Sare sozialetan denbora asko ematen dutela uste zuen teknologia hauek erabiltzen zituzten nesken % 52k; mutilen artean, ordea, % 42k uste zuen denbora asko ematen duela.

Herritar askok erabiltzen du WhatsAppa, oso presente dago bizitzan. Horretaz ere galdetu zitzaie gazteei, eta haxe erantzuna: % 93k erantzun zuen erabiltzen duela WhatsAppa; % 7k, berriz, ezetz. Hauetatik, % 44 mutilak ziren eta gainontzeko % 56 neskak.

Lagineko mutil guztietatik, WhatsAppa zeuzkatenak % 89 ziren; neska guztietatik % 97k zeukan WhatsApp.

Erabiltzen zutenetatik, % 33a 12-14 urteko adin-tartean zeuden; % 51, berriz, 15-17 urte artean; % 16, azkenik, 18 urtetik gorako adin-tartean.

Kasu honetan ere, adin-tarte guztietan handiagoa zen WhatsAppa erabiltzen zuten gazteen ehunekoa erabiltzen ez zutenena baino, eta alde nabarmenarekin, gainera.

Adin-tarte batzuetan, pertsona guztiak erabiltzen zuten.

Laginarekin % 42k egunean ordu bete eta 4 ordu bitartean ematen ditu WhatsApp erabiltzen, % 32k ordu bete edo gutxiago, baina daturik deigarriena da % 21ek 7 ordu baino gehiago ematen dituela WhatsApparekin, hain zuzen ere, % 16k egun osoa pasatzen du WhatsAppari, eta, beraz, mugikorrari adi, baita gauzez ere.

Azkenik, gainontzeko % 4k bost eta zazpi ordu bitartean ematen ditu WhatsApp erabiltzen.

### **Azterketa kualitatiboa**

Ondoren, Etorkintza Elkargoko adituen lan-esperientziatik eta Mungialdeko Mankomunitateko gazte eta nerabeekin egindako eztabaida-taldeetatik ateratako emaitzak aurkezten dira.

### **Nerabe eta gazteekin egindako eztabaida-taldeen emaitza adierazgarrienak ondorengoak izan ziren:**

Galdetutako gazte guztien artean gehien erabilitako sare sozialak WhatsApp eta Instagram dira, nahiz eta WhatsApp berez sare sozial bat ez izan, berehalako mezuak bidaltzeko aplikazio bat baino. Mugikorra duten gazte ia denek WhatsApp dute. Facebook gero eta gutxiago erabiltzen dute eta Twitter ere, gutxi erabiltzen dute eta hauek, batez ere, kirolariak, abeslariak, aktoreak eta miresten dituzten pertsona famatuak jarraitzeko baino ez dute erabiltzen.

Ask.fm ere erabiltzen dute batzuek baina, batez ere, Soundcloud motako aplikazioak aipatzen dituzte, azken hau lagunen artean musika partekatzeko.

Sare sozialetan eta Interneten sartzeko gehien erabiltzen duten tresna telefono mugikorra da. Honen atzetik, ordenagailua eta tableta erabiltzen dituzte.

Sare sozialak zertarako erabiltzen dituzten galdetzen zaienean, lagunekin kontaktuan egotea dela teknologia hauen helburu nagusia erantzuten dute guztiak. Argazkiak partekatzeko, joko ezberdinetara jolasteko, kuxkuxean ibiltzeko eta ligatzeko ere erabiltzen dituzte beraien esanetan.

Sare sozialetan eta Interneten ematen duten denborari dagokionez, ezberdintasunak ikusten dira gaztetxoenen eta nagusiagoenen artean. Gazteenek astean zehar askoz gutxiago erabiltzen dituzte, alde batetik, eskolan mugikorrak erabiltzea debekatuta dutelako, eta beste alde batetik, batzuei etxean ere mugikorraren erabilera murrizten dietelako astegunetan. Ondorioz, asteburuetan erabiltzen dituzte gehien bat.

Nagusiagoak, ordea, etxean eta eskolan inolako mugarik eduki ezean, berdintsu erabiltzen dituzte astegunetan zein asteburuetan.

Eguneko zein momentutan erabiltzen dituzten sare sozialak galdetzerakoan, eta aurrekoarekin lotuta, gehien bat, oheratzeko orduan, jatorduetan eta eskolaz kanpoko denbora librean ibiltzen direla erantzuten dute. Lehen esan bezala, eskola-orduetan



mugikorraren erabilera mugatuta egoteak, aplikazio hauek erabiltzeko libre dituzten denbora tarteak bilatzera eramaten ditu.

Mungialdeko Mankomunitatean egindako azterketa kuantitatiboan ikusten zen moduan, laginaren % 16k egun osoa pasatzen zuen mugikorrari begira, baita gauez ere, eta azterketa kuantitatiboarekin gertaera hori baieztatu daiteke, gutxi baitaukate logelan mugikorrik ez erabiltzeko agindua. Gainera, mugikorrik gabe egotea asko kostatuko litzaiekeela onartzen dute. Hala ere, beraien ustez ezin daiteke esan adikziorik dutenik.

Bideojokoei dagokienez, "lonja" dutenek, batez ere "lonjan" jolasten dute; etxean askoz gutxiago. Gai honetan argi ikusten da nesken eta mutilen arteko ezberdintasuna: neskak ez dira lar zaletuak mota honetako jokoetara; eta, gainera, nesken artean hedatuago dago bideojoko hauek adikzioa eragin dezaketen ustea.

#### Ezohiko lekukoei egindako elkarrizketa pertsonaletatik ateratako emaitza adierazgarrienak:

Oso gaztetatik daukate mugikorra, baina ez edozein motatako mugikorra, Smartphone bat baizik. Beraz, oso gaztetatik internetera dute sarbidea edozein momentutan eta edozein lekutan. Ordenagailuak eta tabletak ere erabiltzen dituzten arren, mugikorra da gehien erabiltzen dutena, egunero eta ordu guztietan aldean eramaten dutelarik.

Gehien erabiltzen dituzten sare sozial edo aplikazioak WhatsApp eta Instagram dira. Hauen ostetik, baina alde handiarekin, Ask, Snapchat, Facebook, Twitter, Tuenti,...

Twitterra orokorrean famatuak jarraitzeko erabiltzen dute eta Facebook nagusiagoak direnean, edo baita, joko mota batzuetara jolastu ahal izateko (Candy Crush, Farm Heroes Saga,...).

Tuentia ia denek daukate baina gaur egun ia ez dute erabiltzen nahiz eta kontua irekita izan.

Sare sozial hauek bai neskek, bai mutilek erabiltzen dituzte eta gero eta eredu antzekoarekin. Alde batetik, lagunekin komunikatzeko erabiltzen dituzte eta bestetik, beraien identitatea definitzeko.

Honen harira, oraindik neskek jarraitzen dute mutilek baino gehiago beren gorputza erakusten besteen onespena lortzeko, baina gero eta gehiago, mutilek ere jokaera hauek dituzte.

Konektatuta ematen duten denborari dagokionez, eztabaida-taldeetan ikusten zen moduan, aldea dago gazteenen (12-15 urte tartekoak) eta nagusiagoen artean (16tik gora).

Gazteenak bataz beste ordu bi konektatzen dira egunero. Normalean, eskolara ezin dute mugikorrik eraman eta arratsaldeetan erabiltzen dute. Egunean 5-6 ordu ematen dituztela esaten dutenak daude (kontuan izanda eskolatik arratsaldeko 4:30etan heltzen direla etxera, arratsalde osoa ematen dute, beraz). Gurasoen baimenik ez dutenak ere badaude eta beraz, asteburuetan soilik konektatzen direnak, baina azken hauek gutxiengoak direla ematen du.

Nagusienek, aldiz, orokorrean ez dute inolako mugarik mugikorra erabiltzeko eta beraiei asko kostatzen zaie zenbat denbora ematen duten neurtzea.

Gazteenen artean identitate-usurpazio kasu batzuk ikusi dira, baita sare sozialen bitartez egindako jazarpen kasuak ere, hala ere, nagusiagoen artean ohikoagoak dirudite.

Arrisku-erabilerak egunero ikusten dira, batez ere, jazarpenarekin (ciberbullying) eta argazkien erabilera desegokiarekin lotutakoak.

Nerabeak izanda, Interneten egiten eta eskegitzen den denak aztarna digitala uzten duela ulertzea kostatzen zaie. Gehienetan, Interneten dauzkaten portaera batzuen ondorio legalez ere ez dira jabetzen.

Kasu batzuetan, nerabeen identitatea eraikitzeke ibilbide horretan, sareei garrantzi gehiegi ematen diete, eta ondorioz, bizitza birtualak errealak baino garrantzi gehiago hartzen duen heinean, isolamendu jarrerak ager daitezke eta eraikitzen duten identitate hori fikziozkoa izan daiteke, beti ere besteen onarpenaren eta atseginaren bila.

Bideojokoen kasuan, oraindik mutilak dira bideo-kontsolak gehiago erabiltzen dituztenak, batez ere online eta jokalaria anitzekin jolasten diren jokoak erabiliz, baina neskek ere gero eta gehiago erabiltzen dituzte bideojokoak; hala ere, nesken artean ohikoagoa da mugikorraren eta sare sozialen bidez jolasten diren jolasak erabiltzea (Candy Crush, Farm Heroes Saga,...).

## **Ondorioak**

Lagineko adin-tarteei erreparatuta, ondorio hau atera daiteke: 15-17 urteko adin-tarteko gazteak dira bideo-jokoak, sare sozialak eta WhatsApp gehien erabiltzen dituztenak. Datu horiek generoaren arabera aztertuta, bideo-jokoak ohikoagoak dira mutilen artean; aldiz, neskek ohikoagoak dituzte sare sozialak eta WhatsApp.

Laginetik % 70ek bideo-jokoak erabiltzen ditu. Ehuneko horretatik, ia % 40 12-14 urteko adin-tartean dago eta gainerako % 60 15 urtetik gorakoa da.

Nabarmen sumatzen da mutilek gehiago erabiltzen dituzten joera: mutilak erabiltzaileen % 57 dira; neskak, berriz, % 43.

Egunean 5 ordu baino gehiago bideo-jokoekin jarduten duten pertsona guztiek 12-17 urte artean dute, eta aukera hori hautatu duen inork ere ez ditu 18 urte baino gehiago. Hala ere, gogoratu beharra dago, arestian esan bezala, adinez nagusiak direnen laginak ez duela behar bezala ordezkatzeko adin-tarte horretako populazioa.

Gazteek bideo-jokoak erabiltzen zenbat denbora pasatzen duten aztertuta, uste hau dago: % 32k uste du denbora luze pasatzen duela egunean bideo-jokoak erabiltzen; % 68k, berriz, uste du ezetz. Hala ere, Mungiako Mankomunitateko V. Adikzioen Plana gauzatzeko elkarrizketatu ziren pertsona helduen iritzia arabera, denbora gehiegi pasatzen dute gazteek aisialdi-jarduera honetan.

Inkestatutakoen % 86k dio sare sozialak erabiltzen dituela. Erabiltzen dituztenen guztietatik, % 35 12-14 urteko adin-tartean dago. Datu hori oso deigarria da, batez ere kontuan izanez gero, Tuentiren erabilera debekatuta dutela 14 urtetik beherakoek, gurasoen baimena izan ezean. Oro har, 14 urtetik beherako haur askok dute profilen bat zabalik sare sozialen batean. Seguru asko, guraso askok ez dute jakingo adin hori (14 urte) dela gutxienekoa Estatuan horretako sareren batean izena emateko. Elkarrizketatutako heldu gehienen usteek baieztatzen duten moduan, gurasoetako askok ez dakite beraien seme-alabek profilen bat dutenik sare sozialen batean, eta baldin badakite, ez diete garrantzia larregirik ematen.

Sare sozialak gehiago erabiltzen dituzte neskek: erabiltzaileen % 55 neskek dira eta mutilen % 45. Datu hori zehatzago aztertuta, lagineko mutil guztietatik, sare sozialak erabiltzen dituztenak % 75 dira; nesken kasuan, aldiz, % 91era igotzen da sare sozialen erabiltzaile kopurua.

Emakumezkoek eta gizonezkoek teknologia berriak helburu desberdinekin erabiltzen dituzte eta desberdintasun horrek genero-jatorria du: gizonezkoek informazioa eta jarduera ludikoak bilatzen dituzte gehiago Interneten; emakumezkoek, berriz, erlazionatzeko eta komunikatzeko sistema eta era desberdinak bilatzen dituzte gehiago.

Genero-ezberdintasun horiek ez dira ematen emakumeek eta gizonek trebezia edo gaitasun ezberdinak dituztelako; sozializazio-prozesuan oinarrituta dauden ezberdintasunak dira.

Deigarria da zeinen goiz hasten diren erabiltzen erreminta horiek: inkesta erantzun duten 12 urteko pertsonetatik, erdiak baino gehiagok dio sare sozialak erabiltzen dituela.

Hain zuzen ere, hauxe da azterketa kualitatiboan gehien aipatu den puntuetako bat, eta kezka gehien eragiten duenetako bat ere bada; batik bat, irakasleak eta familiak ageri ziren kezkatuta. Izan ere, alde batetik, gaur egungo hezkuntza-ereduak eta balioak norantz doazen hausnartzea oso garrantzitsua dela uste dute; eta, bestetik, Informazio eta Komunikazio Teknologia berriekin lotutako hezkuntza-edukiak ere berriz definitzea beharrezkoa dela uste dute, bai eskola-eremuan, bai familia-eremuan ere.

Laginaren % 47k uste du denbora asko pasatzen duela sare sozialetan.

Hain zuzen ere, egunean 5 ordu baino gehiago sare sozialak erabiltzen dituzten gazte gehienak 12-17 urteko adin-tartean daude, eta zehatzago adierazita, 15-17 urte artean.

Prebentzio-programak martxan jartzeko eta ezartzeko orduan kontuan izatekoa da (eta sare sozialetan eta bideo-jokoekin laginak pasatzen zuen denborarekin ere berdina jazozen zen), WhatsApp bidez komunikatzen 5 eta 7 ordu artean eta 7 ordu baino gehiago ematen dutela erantzun zuten pertsonen gehiengoa 12-17 adin-tartean kokatzen zela, eta zehatzago esanda, 15 eta 17 urte artean. 18 urtetik aurrera, lagun guztiek adierazi zuten 5 ordu baino gutxiago pasatzen dituztela erreminta horien bidez hartu-emanetan.

Sare sozialak eta teknologia berriak larregi erabiltzen direla adierazten dute atal honetako emaitzek. % 21ek 7 ordu baino gehiago ematen dituela WhatsApparekin da daturik deigarriena; hain zuzen ere, % 16k egun osoa pasatzen du WhatsAppari, eta beraz, mugikorrari adi, baita gaez ere. Arrisku-portaera horiek dira hain justu, susmoa zabaltzen dutenak ea gazteek ez ote dituzten oker erabiltzen teknologia berri hauek; eta, ondorioz, arrisku-portaera horiek saihestera zuzenduta dauden esku-hartzeen beharrezko hautematen da, betiere, teknologia berriak hezkuntzarako eta aisialdirako estrategia positibotzat hartuta eta ez berezko arriskutzat.

## **Hausnarketa**

Mungialdeko Mankomunitatean lortutako datuez gain edo haratago, eta gazteekin beraien aisialdi-guneetan zuzenean esku-hartzeak ematen duen esperientzia dela eta, Interneten, bideo-jokoetara jolasten, Smartphone-ekin edo sare sozialetan konektatuta ematen duten denbora ez ezik, tresna horiei nolako erabilera ematen dieten hartu behar da kontuan.

Oso trebeak dira teknologia berri hauen erabileran, beraiekin batera jaio eta hazi izan dira eta; “natibo digitalak” ere deitzen zaie. Baina nerabe diren heinean, helduen bizi-eskarmentua falta zaie. Tresna hauen erabilera teknikoa edo mekanikoa, nahiago izanez gero, menperatzen dute, baina sarritan, urteek ematen duten sen ona falta zaie; nerabezaroak berak dituen ezaugarri propioengatik, arrisku-portaerak aurrean zaurgarriagoak direla ahaztu gabe.

Bizitzako beste esparru batzuetan bezala, drogen kontsumoa edo sexu-harremanak esaterako, IKT-en erabileran ere laguntza eta segizioa behar dute: alde batetik, beraien eta inguruko ongizatea bermatzeko arriskuak murrizteko segurtasun-neurriak ezagutu behar dituzte, hala pribatutasuna zaintzea, ezezagunak lagun artean ez onartzea, partekatzen dituzten argazkien egokitasuna, pasahitzen garrantzia, aztarna digitala, ondorio legalak, publizitate engainagarria, iruzur ekonomikoak eta abar. Eta bestalde, baloreen transmisioekin zerikusia duen alde guztia ere zaindu behar da, hau da, besteekiko eta norbere buruarekiko errespetua, tolerantzia, enpatia, erantzukizuna. Azken batean, mundu errealean egingo ez luketenik, mundu birtualean ere ezin egin daitekeela ikasi behar dute.

Identitate pertsonala eraikitzeke prozesuan murgildurik daudela, tresna hauek erabiliz eraikitzen duten identitate birtuala sarritan ez da egokiena izaten: beti besteen onespina lortu nahian ahalik eta jarraitzaile eta “lagun” gehien eduki nahi dituzte; beraien publikazio eta argazkietan “atsegin dut” mordera pilatzeko, askotan beraien burua lar eta modu okerrean azaltzen dute, neurrigabe sexualizatuta dagoen adingabekoen belaunaldi baten aurrean aurkitu gaitzezkeelarik.

Bikote-harremanak ezartzeko modua ere, gero eta gehiago, beste harremanak ezartzeko modua bezala, tresna hauek baldintzatuta dago eta, ikusten hasi garen moduan, teknologia hauen helburua txarto ulertuta edo, bestea kontrolatzeko sistema bezala erabiltzen dituzte kasu batzuetan, horrek izan ditzakeen ondorio guztiekin.

Argi dago, beraz, IKT-ek izan ditzaketen onura, abantaila eta aukera paregabe guztiei ahalik eta etekin handiena ateratzen erakutsi behar zaiela gazteei, baina baita erabilera problematikoak saihesten ere; horretarako, heziketaren eta prebentzioaren garrantzia eztabaidaezinak dira. Babes-faktoreak indartu eta arrisku-faktoreak murriztu behar dira. Teknologien erabilera zuzena eta osasuntsua sustatzen duten esku-hartzeak garatu eta gauzatu behar dira. Hauek ahalik eta eraginkorrenak izateko, gazteen errealitatera egokitu behar dira eta nerabe eta gazteen erreferentziazko heldu guztien inplikazioa behar dute, familiaren inplikaziotik hasita, eskolaren, eragile sozialen eta erakunde eta administrazio publikoen esfortzu eta inplikazioraino.

## Bibliografía

American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.) (DSM-5). Washington, DC: Author.

Becoña, E. (2009, 2013). Factores de riesgo y protección en la adicción a las nuevas tecnologías. En Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E (Coords.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*, 45. Madrid: Ediciones Pirámide.

Berríos, L. y Buxarrais, M.R. (2012). Las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) y los adolescentes. Algunos datos. *Monografías Virtuales*, 5. Extraído de: <http://www.oei.es/valores2/monografias/monografia05/reflexion05.htm>

Carbonell, X., Graner, C., Beranau, M., y Chamarro, A. (2009). Fomento del uso saludable de las tecnologías de la información y comunicación en familia y escuela. En Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E (Coords.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*, 205. Madrid: Ediciones Pirámide.

Castellana Rosell, M., Sánchez-Carbonell, X., Graner Jordana, C. y Beranuy Fargues, M. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28(3), 16-204.

Echeburúa, E. (1999). *¿Adicciones sin drogas?* Bilbao: Desclée de Bouver.

Echeburúa, E. y Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22, 91-96.

- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Revista Española de Drogodependencias*, 37(4), 435-447.
- Etorkintza Elkargoa. (2015). Diagnostikoa: Egoeraren Analisia. En Gizarte Zerbitzuen Mungialde Mankomunitatea, Adikzinoen Prebentziorako Zerbitzua (Ed.), *Mungialde Mankomunitatearen V. Adikzino-Plana 2015-2019*, 5.
- Flores, J. (2013). Oportunidades, retos y uso sin abuso de Internet, smartphones y videojuegos. En Laespada, M.T. y Estevez, A (Eds.), *¿Existen las adicciones sin sustancia?*, 117. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Labrador, F.J. y Villadangos, S.M. (2009, 2013). Adicciones a nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. En Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E (Coords.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*, 45. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Matute, H. (2013). Internet: ¿adicción o no adicción? En Laespada, M.T. y Estevez, A (Eds.), *¿Existen las adicciones sin sustancia?*, 19. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Oliva, A. (2007). Desarrollo cerebral y asunción de riesgos durante la adolescencia. *Apuntes de Psicología*, 25, 239-254.
- Oliva, A., Antolín-Suarez, L., Ramos, P., Jiménez, L., Jiménez-Iglesias, A., Moreno, M.C. e Hidalgo, M.V. (2013). Adicciones con y sin sustancia: paralelismo. En Laespada, M.T. y Estevez, A (Eds.), *¿Existen las adicciones sin sustancia?*, 87. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Young, K.S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 237-244.