ESKUTIK | TEKNOLOGIA ETA SARE SOZIALAK

Zure seme edo alabak, zenbat urtegaz izan beharko leuke mugikorra?

begoñazpi ikastola

HAUXE DA EGUN ZENBAIT FAMILIA BANATZEN DAUZAN GALDERA

EDUKIEN AURKIBIDEA

- Zein adinetan izan beharko leuke lehen mugikorra zure seme edo alabak?
- Europako datuak: Lehen mugikorra izateko batez besteko adina
- Familientzako hezkuntza digitalaren testa
- Interneti buruz seme-alabei egin beharreko 10 galdera
- Prest ala ez? Lehen mugikorra izateko prest dagoan jakiteko seinaleak.
- Familiaren akordio digitala

Galdera

Zein adinetan izan beharko leuke lehen mugikorra zure seme-alabak?

Familien artean behin eta barriro egiten dan galdera bada be, adituak bat datoz lehen mugikorra emoteko adin unibertsalik ez dagoala esatean.

Haur eta nerabe bakoitzak heldutasun-maila desbardina dau. Gurasoak dira euren seme-alaben erantzukizun-maila ondoen ezagutzen dabenak. Adingabe batzuek hamar-hamaika urtegaz autonomia osoz erabili daikie gailu bat; beste batzuek, ostera, denbora gehiago beharko dabe.

Baina adina baino garrantzitsuagoa izango da, adingabearen bizitzan mugikorra zelan sartzen dan. Une hori heltzen danean, komeni da hasiera-hasieratik arau argi eta zehatzak ezartzea: erabiltzeko ordutegiak, pantailarik gabeko espazioak edota aplikazio jakin batzuetako mugak.

Halaber, telefonoak hezkuntza-laguntza ez ordezkatzea oinarri-oinarrizkoa izango da. Adituek gogorarazi dabenez, gurasoen kontrol eraginkorrena ez da instalatutako aplikazio bat izango, seme-alabekin interneten egiten dabenaz etengabe hitz egitea baino.

Lehen mugikorrak, batez be, teknologia modu arduratsuan erabiltzen ikasteko aukera izan beharko leuke, beti be familien presentzia eta gidaritzapean.

Prozesu honetan familiei laguntzeko xedez, hurrengo orrialdeetan etxean hausnartu eta lantzeko zenbait tresna/baliabide praktiko prestatu dogu: familiako hezkuntza digitala zein dan baloratzeko testa, internetari buruzko alkarrizketak hasteko lagungarri izan daitekezan hamar galdera, adingabea lehen mugikorra izateko prest dagoan, edo beharbada oraindik ez dagoan, adierazi daikien zenbait seinale eta hasiera-hasieratik akordioak zein arauak ezartzeko familia-akordoi digital txiki bat.

Baliabide sinpleak dira eta batez be, teknologiaren erabileraren inguruan alkarrizketarako eta ikaskuntza partekaturako espazioak zabaltzea izango dabe helburu.

Europako datuak

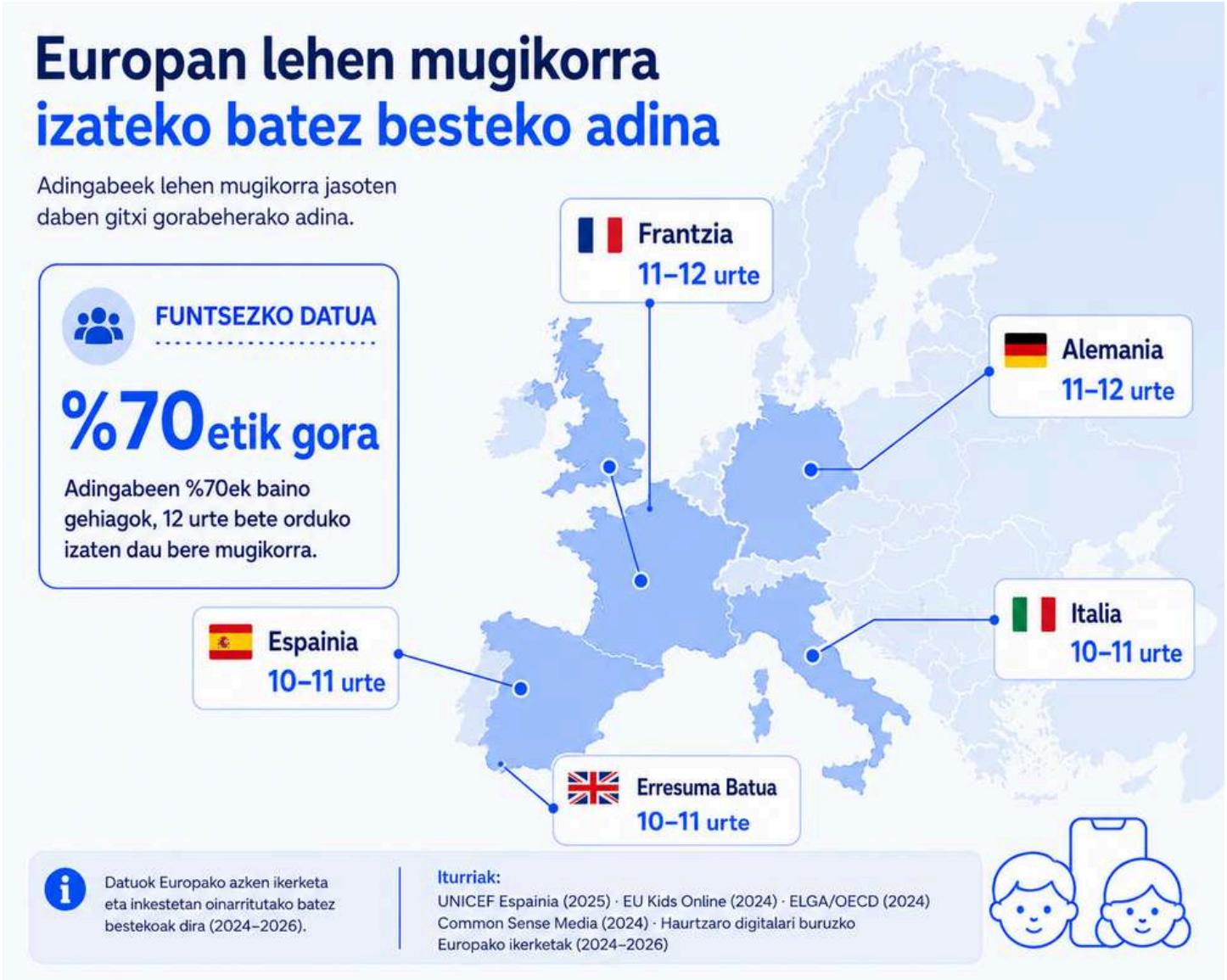
Lehen mugikorra izateko batez besteko adina

Azken urteotan, Europako hainbat ikerketak, lehen smartphonea jasotzeko adina aurreratu egin dala erakutsi dabe. Adingabe gehienek, 10 eta 12 urte bitartean eskuratzen dabe lehen mugikorra, hau da, Bigarren Hezkuntzara joan eta autonomia handiagoa izaten hasten diranean.

Espainia, Italia eta Erresuma Batua bezalako herrialdeetan, lehen mugikorra eskuratzeko batez besteko adina 10-11 urte izaten bada be, Frantzian eta Alemanian, 11-12 urte izaten da. Orokorrean,

Europan smartphoneak gero eta gazteagotan jartzen dira haurren esku. Joera horren adierazgarri da adingabeen %70ek baino gehiagok 12 urte bete aurretik izaten dabela.

Halere, adituek **adinak ez leukela irizpide bakarra** izan behar gogoratzen deuskue. Faktore erabakigarriak heldutasuna, erantzukizuna eta familiaren laguntza izango dira.



Iturriak:
UNICEF Espainia (2025) · EU Kids Online (2024) · ELGA/OECD (2024) · Common Sense Media (2024) · Haurtzaro digitalari buruzko Europako ikerketak (2024–2026).

Familientzako testa

Zure etxean hezkuntza digila segurua da? Zenbateraino?

Hasi aurretik, teknologiak zuen etxean dauan lekuari buruz hausnartzera gonbidatzen zaituegu. Test labur honek zuen seme-alabek hezkuntza digitalean dabezan ohiturak, indarguneak eta hobetu daitekezan alderdiak identifikatzen lagunduko deutsue.

Izan be, mundu digitalean laguntzea be heztea, zaintzea eta babestea da.

Hezkuntza digitalari jagokonez, zein da zure maila?

Hurrengo galderei BAI ala EZ erantzun:

1. Badakizu zure seme edo alabak zein sare sozial erabiltzen dauzan?
2. Interneten egiten dabenari buruz sarritan hitz egiten dozu?
3. Sare sozialetako profilak pribatu moduan konfiguratuta dabez?
4. Normalean erabiltzen dabezan bideojoko eta plataformak ezagutzen dozuz?
5. Badabe pantaila edota mugikorrak erabiltzeko ordutegirik edota erabilera-mugarik?
6. Badakie datu pertsonalak edota argazki intimoak ez dabezala partekatu behar?
7. Interneten norbaitek deseroso sentiarazten dauzan edo eraso egiten deutsen esango leuskizue?
8. Sare sozialetan be izan behar dogun besteekiko errespetuaz hitz egin dozu seme-alabekin?
9. Badakizu bere aplikazioetan norbait zelan salatu edo blokeatu?
10. Teknologian aditua izan ez arren, bere mundu digitala ulertzen saiatzen zara?

Emaitzak

8-10 erantzun "bai". Zure etxea nahiko ingurune digital segurua da. Adingabeek internet erantzukizunez erabiltzen ikasteko garrantzitsu eta oinarrizko gako bi dabez: alkarrizketa eta laguntza.

5–7 erantzun "bai". Ezaugarri batzuk indartu behar badozuez be, bide zuzenetik zoaze. Aldea, ohiko alkarrizketek eta muga argiek adieraziko dabe.

0–4 erantzun "bai". Une egokia da hezkuntza-digitala familian lantzen hasteko. Kontua ez da dana kontrolatzea, interneten erabileraz gehiago hitz egitea eta laguntzea baino.

Teknologia eta mugak

Familietan egiteko dagoan berbaldia

Seme-alabekin teknologiari buruz hitz egitea ez da beti erraza izaten. Guraso askok nerabeek baino gitxiago dakiela edota pribatutasuna inbaditu daikiela sentitzen dabe. Dana dala, galdera errazak egiteak oso alkarrizketa baliotsuak eragin daikez.

Interneti buruz seme-alabei egin beharreko 10 galdera

Hamar galdera honeek hasten lagundu ahal deutsue:

1. **Interneten zer egitea gustatzen jatzu gehien?** Bere mundu digitaleko joko edota plataformak ulertzeko aukera emongo dau.
2. **Zein aplikazio erabiltzen dozu gehien lagunakaz?** Hartu-emonak izaten dabezan espazio zein sare sozialak ezagutzen lagunduko dau.
3. **Nogaz hitz egiten dozu jolasten edota sare sozialak erabiltzen dozuzanean?** Ezezagunekaz alkarreragiten daben antzemateko aukera emongo dau.
4. **Inoiz ikusi dozu interneten deseroso sentiarazi zaituen zeozer?** Desegokiak diran edukiez hitz egiteko aukera emongo dau.
5. **Norbaitek argazki pertsonalen bat eskatuko baleutsu, zer egingo zeunke?** Sexting edo grooming gaiaz jarduteko modu naturala izango da.
6. **Zer egiten dozu norbaitek sareetan edota jokoren baten txarto jokatzen dauanean?** Ziberjazarpenaz eta errespetuaz hitz egiteko modua emongo dau.
7. **Badakizu zelan blokeatu edota salatu norbait interneten**? Autobabes digitaleko oinarrizko tresna izango da.
8. **Uste dozu jendeak bardin jokatzen dauala interneten eta bizitza errealean?** Anonimatoaz eta erantzukizunaz hausnartzen lagunduko dau.
9. **Zure ustez, zenbat denbora emon behar da mugikorrekin edota pantailekin?** Mugak alkarregaz negoziatzeko aukera emongo dau.
10. **Interneten inoiz zeozer deserosoa gertatuko balitxatzu, esango zeunskit?** Galdera garrantzitsuena: konfiantza sortuko dau.

> Gurasoen kontrolik onena ez da aplikazioa, alkarrizketa baino.

Prest ala ez?

Lehen mugikorra izateko prest dagoan jakiteko seinaleak.

Zure seme edo alaba mugikorra izateko prest dagoala adierazten daben 5 seinale

Ez dago adin perfekturik baina seinale honeek, adingabeak smartphone erantzukizunez erabiltzen hasteko nahiko heldutasun dauala adierazi ahal deuskue.

1. **Arauak ulertu eta betetzen dauz.** Ordutegi, muga eta familia-akordioak errespetatzen dauz.
2. **Pribatutasunaren zentzua dau.** Badaki ez dauazala datu pertsonalak eta argazki intimoak partekatu behar.
3. **Teknologia neurriz erabiltzen dau.** Ez dago etengabe pantailen menpe.
4. **Zugaz konfiantza osoz hitz egin daike.** Interneten zeozerk deseroso sentiarazten badau, erosotasunez adieraziko dau.

Mugikorrak erantzukizuna dakarrela ulertzen dau: Badaki gailua ez dala entretenimendua bakarrik.

Zure seme edo alaba mugikorra izateko prest ez dagoala adierazten daben 5 seinale

Kasu batzuetan, lehen mugikorra emon aurretik gomendagarria izan daiteke itxarotea.

1. **Mugak onartzeko zailtasunak dauz.** Ordutegiak errespetatzea edota arauak betetzea kostatzen jako.
2. **Pantaila kentzen jakonean, biziki haserretzen da.** Teknologiarekiko hartu-emon ez oso osasungarria adierazi daike.
3. **Informazio pertsonala, pentsatu barik, partekatuko dau.** Pribatutasun-arriskuak ez dauz ondo ulertzen.
4. **Bideojoko edota sareetan denbora gehiegi emoten dau.** Baleiteke lehenengo denbora-digitala kudeatzen ikasi behar izatea.

Interneten egiten dauanaz hitz egitea saihestuko dau: Gardentasunik eza alerta-seinalea izan daiteke.

Familiaren akordio digitala

Lehen mugikorra izan aurretik: heztea, laguntzea be bada.

Lehen mugikorra izateko ez dago adin unibertsalik. Erabakia adingabearen heldutasun, familiaren testuinguru eta gailuari emongo jakon erabileraren araberakoa izango da. Badagoz, 10-11 urteko neska-mutilak, laguntza jasota, mugikorrarren erabilera kudeatu daikienak; beste batzuek, ostera, denpora gehiago behar izango dabe ohitura, irizpide eta autokontrola garatzeko.

Familia moduan, inork baino hobeto ezagutzen dozue zuon seme edo alaba, hau da, arauak betetzeko gaitasuna edota hartu-emonak izateko modua zein dan, frustrazioa zelan kudeatzen dauan edota taldearen eraginari zelan erantzuten deutsan. Horregaitik, galdera ez da " zein adin dau?" bakarrik, baita " horrek dakarrena kudeatzeko prest dago?" be.

Egunerokoan, adina bera baino garrantzitsuagoa izaten da mugikorra zelan eta noiz sartzen dan familian. Esperientzia hobea izango da, hasieratik akordio argiak ezartzen diranean eta autonomia handitzen doan neurrian, honeek denporaz barrikusten diranean.

Gailua emon aurretik komeni da, erabilera-ordutegiak zehaztea, pantaila bako guneak adostea, adibidez, logeletan edota otorduetan eta sare sozial, erosketa edota aplikazioei buruzko irizpideak ondo finkatzea. Zenbat eta zehatzagoa izan akordioa, orduan eta gatazka gitxiago egongo da gero.

Gogoratu, mugikorrak ez dauala hezkuntza-laguntza ordezkatuko. Hezkuntza digitala ohitura, eredu, alkarrizketa eta presentziaren bidez eraiki eta osotuko da. Gurasoen kontrola ez da aplikazioak instalatzea bakarrik, konfiantza sortzea, ikusten dabenaz hitz egitea, nogaz jarduten daben zein laguntza behar izatekotan zelan eskatu behar daben dakien jakitea be bada.

Seme edo alabak lehen mugikorra izatea familia askorentzat une garrantzitsua da. Akordio honek, erantzukizunak, mugak eta konfiantza hasieratik ezartzeko laguntzea dau xede. Beti be, laguntzeak errepasatu, egokitu eta denporaz, alkarregaz ikastea esanahi dauala ulertuz.

Jarraian, zuon familia-akordioak izan beharko leukezan gitxienez oinarrizko 6 arau proposatzen deutsueguz. Osotu, zuon errealitatera egokitu eta zeuonak egin. Eta, jakina, ez ahaztu erantzukizun, laguntza eta konfiantzazko konpromiso partekatu moduan etxean sinatzea.

Familiako akordio digitalaren oinarriak

1. **1. Mugikorraren erabilera arduratsua** Mugikorra, ezagunekin zein ezezagunekin, errespetuz eta arduraz erabiliko dot.
2. **2. Ordutegiak errespetatzea** Une batzuetan, hala nola, ikasten dodan bitartean, lotara joan aurretik edota otorduetan mugikorrik ez dodala erabiliko onartzen dot.
3. **3. Pribatutasuna eta segurtasuna** Interneten ez dot datu pertsonalik, ez argazki intimorik, ez pribatua dan informaziorik partekatuko.
4. **4. Zerbaitek deseroso sentirazten banau, esan egingo dot** Norbaitek molestatzen banau, zerbait arraroa eskatzen badeust edota interneten deseroso sentiarazten nauan zerbait ikusten badot, familiari esan eta horretaz hitz egingo dogu.
5. **5. Pantailen erabilera orekatua** Mugikorrak ez dau atsedena, kirola, ikasketak edota lagunekin zein familiarekin emoten dogun denbora ordezkatuko.
6. **6. Alkarregaz ikasiko dogu** Teknologia etengabe aldatuko danez, internet modu seguruan zelan erabili alkarregaz ikasten jarraitzeko konpromisoa hartuko dogu.

Gure akordioa

Seme edo alabaren izen-abizenak: _____

Aita/ ama/tutorearen izen-abizenak: _____

Data: _____

Sinadura: _____

Edo nahiago badozu, Anar fundazioak eskaintzen dauan eta hemen deskargatu daiteken eredua hautatu daikezu: *Contrato-ANAR-uso-móvil.pdf*

Amaitzeko...

Lehen mugikorrak ez leuke oparia bakarrik izan behar, familian hezkuntza digitalaren hasierak be izan beharko leuke.

Teknologia gure seme-alaben bizitzaren parte da, eta aurrerantzean be euren garapen pertsonal, sozial eta akademikoan jarraituko dau. Horregaitik, saihestu edota debekatu baino gehiago, erronka nagusia teknologiagaz modu kontziente, kritiko eta arduratsuan bizitzen ikastea izango da.

Mugikorrak, berez, ez dau hezten. Hezkuntza digitala, momentua aurkitzea zein "badakie" uste eta esaten dogunean, egunez egun, ohituren bidez lortuko dogu, adibidez, bai muga argiak jarriz, bai behin eta barriz errepikatzen doguzan alkarrizketak izanez. Dakigunez, laguntzea kontrolatzea baino garrantzitsuagoa da.

Gurasoen kontrola ez da aplikazioak edo iragazkiak instalatzea bakarrik. Honek, alkarrizketa, koherentzia eta presente egotea be eragingo dau. Hots, konfiantza dagoanean, ikusten dabenaz hitz egitea, nogaz jarduten daben, zerk kezkatzen dauzan edo laguntza zelan eskatu jakitea edozein tresna teknologiko baino eraginkorragoa izango da.

Aldizkari honetan agertzen diran edukiek familiei haur, nerabe eta gazteen inguru digitala hobeto ulertzen lagunduko deutsielakoan gagoz. Batez be, oinarri-oinarrizkoa danari, alegia, alkarrizketari, konfiantzari eta laguntzari, sustatu eta sendotzen lagunduko deutsie eta.

Izan be, azkenean, interneten hezteko tresnarik onena, familien presentzia aktiboa izango da.

Iturriak

1. EU Kids Online — https:/www.eukidsonline.net/
2. UNICEF — Crianza digital y seguridad online — https:/www.unicef.org/
3. INCIBE (Instituto Nacional de Ciberseguridad) — https:/www.incibe.es/
4. AEPD (Agencia Española de Protección de Datos) — Guías para familias — https:/www.aepd.es/
5. Common Sense Media — https:/www.commonsensemedia.org/
6. Ofcom (UK) — Children and parents: media use and attitudes — https:/www.ofcom.org.uk/
7. Fundación ANAR — Recursos para familias — https:/www.anar.org/

Erredakzioa eta analisia:
Zaira Vicente · EDUCAIDEAko zuzendaria.
ESKUTIK proiektua· Begoñazpi Ikastola