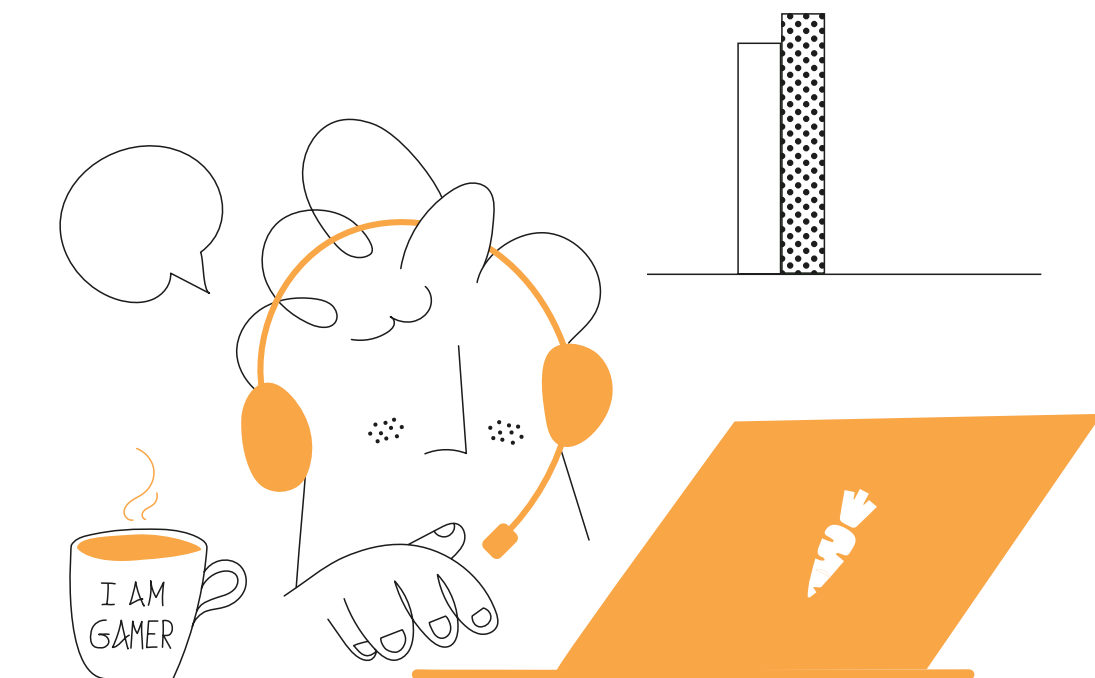


13-15 URTE

Internet familian: erabilera segururako jarraibideak



Gurasoentzat eta beste
pertsona heldu batzuentzat

EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

BERDINTASUN, JUSTIZIA
ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA

DEPARTAMENTO DE IGUALDAD,
JUSTICIA Y POLÍTICAS SOCIALES

Bildumaren aurkibidea

01.

Internet familian: 0 eta 3 urte bitarteko haurrek Internet modu seguruan erabiltzeko jarraibideak.

02.

Internet familian: 4 eta 6 urte bitarteko haurrek Internet modu seguruan erabiltzeko jarraibideak.

03.

Internet familian: 7 eta 9 urte bitarteko haurrek Internet modu seguruan erabiltzeko jarraibideak.

04.

Internet familian: 10 eta 12 urte bitarteko haurrek Internet modu seguruan erabiltzeko jarraibideak.

05.

Internet familian: 13 eta 15 urte bitarteko nerabeek Internet modu seguruan erabiltzeko jarraibideak.

06.

Internet familian: 16 eta 18 urte bitarteko nerabeek Internet modu seguruan erabiltzeko jarraibideak.

Informazio-dokumentu hiru erantsiak honako hauek dira:

Terminoen glosarioa

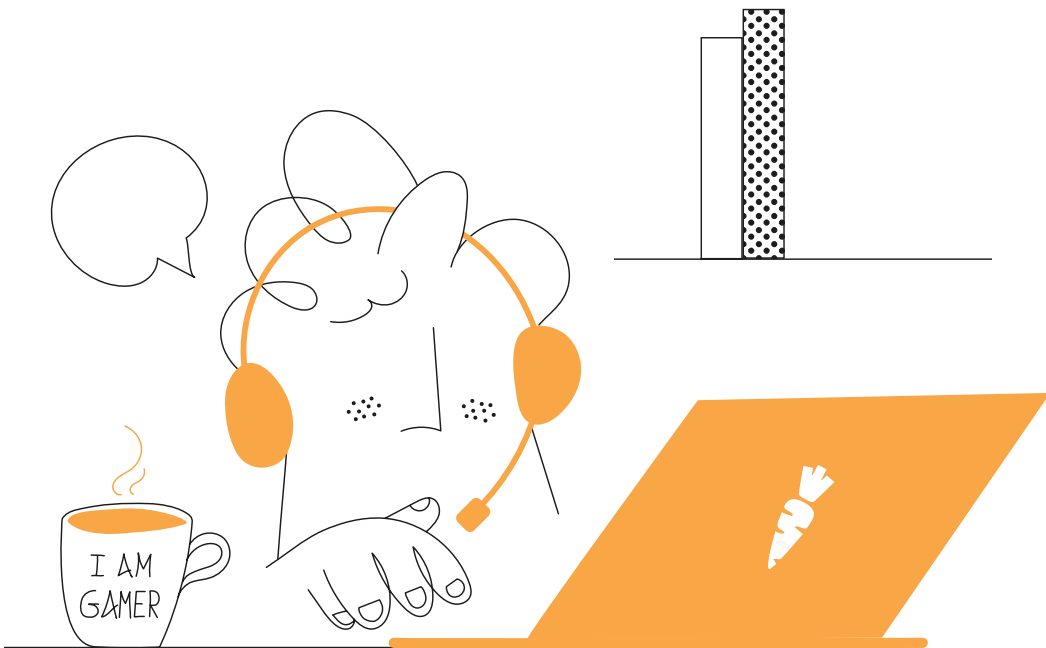
Bilatu gida hauetan aipatutako terminoen definizioa.

Baliabide interesgarriak

Lotutako Interneteko hainbat gunetarako estekak.

Bibliografia

Bilduma hau egiteko erabilitako bibliografia.



Aurkibidea

06. Or.

Sarrera

08. Or.

**Nolakoak dira
adin horretan?**

08. Or.

**Nola lagun
diezaiekegu
garatzen?**

09. Or.

**Nola eragiten
diete HIKTek?**

24. Or.

Laburbilduz

26. Or.

**Interesgarria
izan dakizuke**

27. Or.

**Familian
jolastuko gara?**

28. Or.

Glosarioa

32. Or.

**Baliabide
interesgarriak**

40. Or.

Bibliografia



Sarrera

Harreman, Informazio eta Komunikazio Teknologiek (HIKT) gero eta presentzia handiagoa dute gure gizarteko esparru guztietan.

Internet gure eguneroko jarduera askotarako erabiltzen dugu: irudiak, bideoak eta mezuak bidali eta jasotzen ditugu, online prentsa irakurtzen dugu, plataforma digitaletatik serieak ikusten ditugu, produktuak online dendetan erosten ditugu, gure banku-kontuak aplikazioen bidez kudeatzen ditugu, administrazio publikoekin teletramitazio bidez harremanetan jartzen gara, kirola egiteko aplikazioak deskargatzen ditugu, bideojokoak instalatzen ditugu, etab.



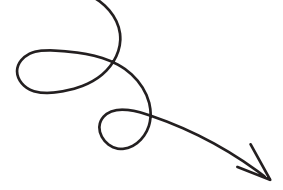
Internet plaza publiko digital global handia da, eta haurrak eta nerabeak ere plaza horretan parte hartzen dute. Bertan ikasi, kontrastatu, nortasuna eraiki, jendea ezagutu, esperimentatu, erakutsi eta arriskuak hartzen dituzte. Aukera handiko gunea da, eta arrisku batzuk ere baditu. Funtsezkoa da, hazkuntzaren arduradun garen aldetik, gure adingabeei horiek prebenitzen laguntzea.

Argi daukagu funtsezkoa dela mundu errealean beren burua zaintzen irakastea (kalea zeharkatu aurretik bi aldeetara begiratzea, pertsona ezezagunez ez fidatzea, kalte egin diezagukeen informaziorik ez ematea, gaizki tratatzen gaituzten pertsonengandik urruntzea, indarkeriazko edo asmo txarreko pertsona-taldeekin ez joatea...). **Beraz, jakin behar dugu beharrezkoa dela haiek ere heztea, mundu birtualean beren bizitza zuhurtziaz bizi dezaten.**

Mundu digitalean dauden arriskuak mundu fisikoan ere badaude (iruzurrak, kontrol obsesiboa, sexu-abusua, berdinen arteko jazarpena...), baina horiek ezagutzen jakin behar da, prebenitu ahal izateko. Eta, batzuetan, helduok ez gara gai arrisku digitalak antzemateko, ez dugulako ezagutzen eta ez dugulako gure neska-mutilak mugitzen diren online plataformen eta aplikazioen erabilera-esperientziarik.

Gida hauetan, adingabeek HIKTk erabiltzearekin lotutako arriskuei buruzko ezagutza ematen saiatuko gara, eta erabilera arduratsu eta seguru baterako digitalki hezten lagunduko duten jarduera-jarraibide batzuk eskainiko ditugu.

“ Arriskuak eta arazoak ez dira berriak. Betiko erronkak dira ingurune berri batean, eta, beraz, hazkuntzaren arduradun garen aldetik, gure eginbeharra da baliabide hori (erabiltzen dituzten tresnak) hurbiltzea eta ulertzea, adingabeei lagundu ahal izateko. ”



Nolakoak dira adin horretan?

Nerabezaroa garai erabakigarria da emozionaltasun heldua eratzeko baina, bien bitartean, aro zaila eta nahasia izaten da. Izaten diren ezinegon posibleak laburtzea zaila da, nerabezaroa bizi duen batengandik espero dena emozioen kudeaketan nolabaiteko polaritatea da, suminkortasuna, bat-bateko gogoberotasunak, lotsa, segurtasun falta, eta sarritan tristurazko joera duten emozio-multzo gorabeheratsuak. Pertenentzia- eta komunitate- eredu desberdinak «probatzeko» joera izaten dute. Haurtzaroaren eta helduaren arteko trantsizio-garaian daude eta horrek desegonkortasuna eta nahasmena sortzen die.

Eta honetan familiarengandik aldentzen dira. Berdinek eragin handia dute berengan eta erreferentzia bilakatzen dira. Oro har, bat-bateko portaera-aldaketa dago, aurretiaz finkatutako arauak aldatu nahi dituzte eta ezarritako zereginen aurreko ardura murriztu egiten da. Beren erabakiak hartzen dituzte beren irizpideak jarraituta eta familia-eremuan finkatutakotik urrunduta.

Nola lagun diezaiekegu garapenean?

Pazientzia eta borondatea behar dira gertatzen zaizkienak ulertzeko. Enpatia lantzea, gatazka ulertzeko haren lekuan jartzea. Kontua ez da eskatzen duten guztian amore ematea, baina aldaketaz eta kontraste emozional bezalako etapa dela ulertzeak sortzen diren gatazkek hobeto kudeatzen lagunduko digu. Adin horretan nolakoak zinen gogoratzeak (independentziarako beharra, nortasuna eraikitzea, gauza berriak probatzea...) ulermena erraztuko du.

Garrantzitsua da haien eskaerak eta beharrak entzutea, eta sistematikoki uko egin aurretik akordioak lortzen saiatzea. Askatasuna eman daiteke, baina mugak ezarri behar dira. Gehiegizko babesak esperientzia berriak bizitzea, erratzea eta akatsetik ikastea eragozten du. Garrantzitsua da esperimendatzea eta ikastea.

Pertsona autoritario gisa aurkezten bagara, konfiantza eta elkarrizketa kaltetuak izango dira. Aitzitik, adingabea entzuna eta errespetatua sentitzen bada, askoz ere kanal gehiago irekiko da eta laguntza bilatuko da. Garrantzitsua da sentitzea ulertzen diozula, hitzezko eta hitzik gabeko komunikazioan, aktiboki entzuten diozula. Horrela bakarrik ausartuko da zuri kontatzen zerk kezkatzen zaituen eta arazorik ba ote duen.

Nola eragiten diete HIKTek?

Etapa horretan, nerabe gehienek Interneterako sarbidea dute, bai ordenagailuen bidez, bai, askotan, telefono mugikor pertsonalen bidez. Horrek aukera ematen die arrisku batzuk ekar ditzaketen aplikazio eta plataformetan askatasunez nabigatzeko.

Jarraian, etapa honetan Internet bidezko aplikazioen erabileran sor daitezkeen arriskueta batzuk aurkezten dira, hala nola apustuekiko interesa, eduki sexuareko irudiak (sexting) zuhurtzarik gabe partekatzeo aukera, identitatearen ordezkapena, sexu-abusua (grooming), ziberjazarpena (ziberbullying) sare sozialetan, edo pornoa eskuratzea.

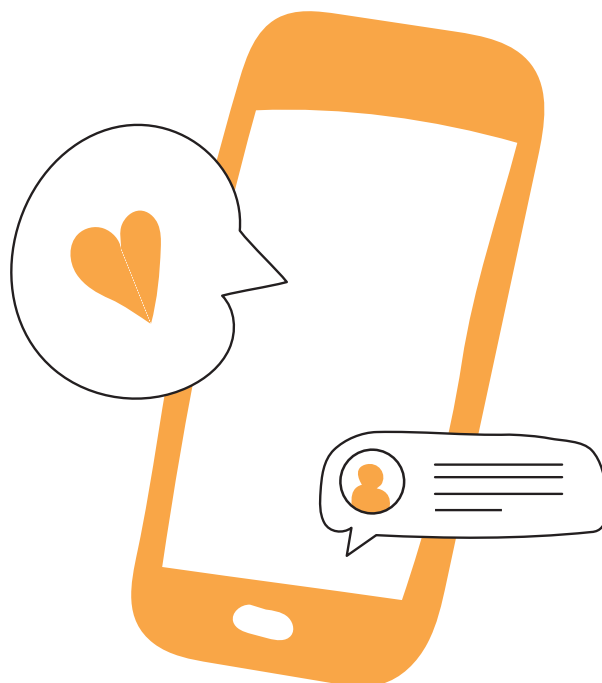
Online apustuak. Zer egin dezakegu babesteko?

Online plataforma eta aplikazio asko daude, eta horietan, zorizko jokoen, online pokerraren edo mota guztietako kirol-apustuen bidez, diruarekin apustu egin daiteke. Nahikoa da Interneterako konexioa izatea eta txartel-zenbaki bat ematea.

Araudiak galarazi egiten die 18 urtetik beherakoei online apustuak egitea eta jokatzeara, baina, sare sozialekin eta bestelako aplikazioekin gertatzen den bezala, ez dago kontrolik benetako adina sartzerakoan eta apustu-aplikazioetara sartzerakoan. Izan ere, Osasun Ministerioaren azken azterlanetako baten arabera, 14 eta 18 urte bitarteko gazteen % 10ek online apustuak egiten ditu.

Gazteen artean joera berri hori sortzen duten faktoreak plataformetan sartzeko erraztasunarekin lotuta daude, baina baita jarduera mota horiek gazteen artean duten onarpenarekin (aisialdiko beste praktika bat bihurtu da) eta horrelako plataformen publizitate oldarkorarekin ere, Interneten nabigatzen denean aurki daitekeena.

Faktore horien guztien ondorioz, gazteak, praktika horren atzean egon daitezkeen arriskuaz jabetu gabe, gero eta gehiago batzen dira.



Adingabekoak online apustuak egin ditzake

- **Pertsonalak:** apustuak berehala, erraz eta dirua irabazteko arriskurik gabe egitendirelako uste faltsua.
- **Ingurumenekoak:** dirua erraz eskuratzea.
- **Fisiologikoak:** egonezina eta suminkortasuna.
- **Emozionalak:** apatia, gogorik eza edo, zenbait kasutan, kontrakoa: euforia.

Online apustuek mendekotasuna sor dezakete. Pertsona batek jokoan mendekotasun-arazorik duen baloratzeko, 12 hilabeteko epean ondorengo sintoma hauetako 4 edo gehiago dituen ikusi behar da:

- Diru apustua egin behar du, gero eta gehiago bere beharra asetzeko.
- Urduri egoten da apustuetan intentsitatea jaisten denean.
- Saiatu apustuak egiteari uzten, baina ez du lortzen.
- Apustuak egiteko obsesioa sentitzen du, iraganeko apustuak gogoratzen ditu erregularitasunez.
- Gaizki sentitzen denean egiten du apustu.
- Dirua galtzen duenean, apustuetan berriz hasten da dirua berreskuratzeko.
- Jokoan duen inplikazioa erlatibizatzen du.
- Eskola-errendimendua jaisten du.
- Apustuak egiten jarraitzeko maileguak eskatzen ditu.

Pertsona batek apustuekiko mendekotasuna izateko eragina izan dezaketen arrisku-faktoreak:

Banakako faktoreak

Irabaziak lortzeko aukerak gaizki ulertzeak gazteak jokoaren arazoetara bultzatu ditzake. Adin txikitan hasitako jokia pronostikoa okertu dezake.

Familia testuingurua

Gehiegizko baimenak edo, bestalde, autoritarismoa, eta online apustuak familia ingurunean normalizatzeak arazo hau umeengan sustatu dezakete.





Gizarte eraginak

Lagunen apustueta parte hartzeak arriskua nabarmen handitzen du. Aisialdirako beste aukera batzuen falta eta ingurunean apustuen eskaintza zabala eta irisgarritasuna ere eragin dezakete.

Interneteko faktore espezifikoak

Interneteko etengabeko konexioak eta gurasoen iragazkien falta edukietan hurrei jarduera hauek erakargarriak izatea eragin diezaiete.

Nola prebenitu online apustueta

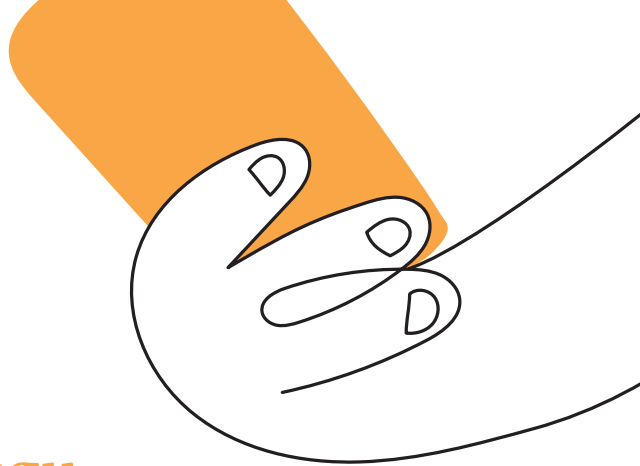
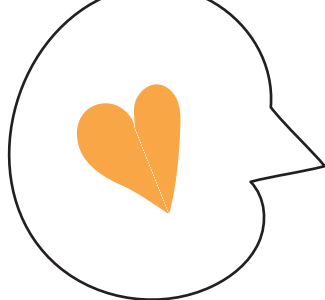
“Jokoarekiko mendekotasuna saihesteko garrantzitsuena hazkuntza-ardura dutenek errefortzu positibotik esku-hartzea da.”

- Online apustuen ikuspegi kritikoa sortzea.
- Transmititzea online jokoak ez dela izan ditzaketen arazoaren konponbidea. Lagungarri izan dakieke kontatzea nola sentitzen zaren, triste zauden, irrikaz zauden, eta abar, eta esatea zer egingo duzun hori konpontzeko, gailu elektronikoetara jo beharrik gabe. Txartelik edo bankuko daturik ez ematea (txartel-zenbakiak eta titularra) eta kontuko mugimenduak kontrolatzea.
- Adibidearekin predikatu. Ezin diezu adingabeei «ez jolastu» esan zu horretan ari bazara.
- Aisialdirako eta entretenimendurako beste aukera batzuk barne hartzen dituen familia-giroa sortzea.

Nola hezi online jokoen erabilera arduratsuan?

Ezinbestekoa da, hazkuntzaren arduradun zaren aldetik, informatuta egotea eta adingabeak dauden mundu digitala ezagutzea. Hori da azaltzen diren arriskuen berri emateko modu bakarra.

Dirua kudeatzen eta gauzen balioaz jabetzen irakatsi behar zaie. Interneterako deskonexiorako espazioa eta oreka bilatzeko, beste jarduera ludiko edo kultural batzuetan denbora hartzeko, erantzukizunak beren gain hartzeko, heldutasuna handitzeko, eta espiritu kritikoa indartzeko (beren ingurunearen eragin txikiagoa izaten lagunduko die).



Sare sozialak jada hemen daude, nola saihets ditzakegu arriskuak?

Sextinga

Sextinga pertsonen sexualak diren mezuak, argazkiak edo bideoak gailu elektronikoetatik bidaltzen dituztenean gertatzen da, mugikorretatik edo ordenagailuetatik, esaterako. Eduki intimoa digitalki partekatzea dakar.

Halere, garrantzitsua da beti gogoan izatea horrek ondorio legalak eta sozialak izan ditzakeela, batez ere tartean dauden pertsonen onarpenik gabe partekatzen bada edo adingabeak badaude. Sextingak pribatutasunean eta ospean eragin dezake; hortaz, erabakigarria da arrisku posibleen kontzientzia izatea eta sarean eduki intimoak partekatzean arduraz jokatzeari.

Ikasleei transmititzeko jarraibideak

- Pentsatu sare sozialetan irudi konprometigarriak partekatu baino lehen.
- Ez partekatu jaso dituzun eta beste pertsona batzuentzat konprometigarriak izan daitezkeen irudiak. Desegokia eta errespetu gutxikoa izateaz gain, ondorio legalak ere izan ditzake.
- Ezabatu zure pribatutasunaren irudi konprometigarriak.
- Ez eskatu edo bidali irudi konprometigarriak, erabilera txarra saihesteko.
- Sextinga ez da gazteena soilik, helduek ere arduraz jokatu behar dute.

Sexting kasu bat

Ikastetxe batean, DBHko bigarren mailak Gorputz Hezkuntza du. Saioa bukatzean, aldagelara joan dira eta dutxatzeko arropa kendu dutenean, batek mugikorra hartu eta biluzik dagoen beste pertsona bati argazkia atera dio pertsona hori ohartu gabe. Jarraian, gelako WhatsApp taldean partekatu du argazkia eta Instagramera igo du. 15 minutu pasatu dira eta aldagelatik irtetean, argazkian biluzik agertzen den pertsonak mugikorra piztu eta argazkiak 50 «atsegin dut», 30 iruzkin eta WhatsAppeko 15 mezu dituela ikusi du. Eta hori hasiera da soilik... erraza da denbora pasa ahala argazki horrek izango duen ibilbidea irudikatzea...

Groominga

Grooming-a prozesu bat da, eta horren bidez, pertsona heldu batek adingabe baten konfiantza lortu nahi du Internet bidez, sexu-helburuekin. Groomerrak lagun-plantak egiten dituzte adingabeak manipulatzeko, eta sexu-jardueretan parte hartzera edo eduki esplizitua partekatzea eramaten dituzte.

Funtsezkoa da adingabeei lineako harremanen arriskuei buruzko informazioa ematea eta familiarekiko komunikazio irekia sustatzea, grooming-egoerak prebenitzeko eta, halakorik gertatuz gero, haiekin amaitzeko.

Nola saihestu Groominga

- Hitz egin sareko arriskuen eta Interneten segurtasunaren inguruan adingabeekin.
- Ordenagailua leku ikusgarri eta partekatuan jarri erabilera gainbegiratzeko.
- Ziurtatu antibirusa gaurkotuta dagoela birusak prebenitzeko.
- Ezagutu etxeko gailu elektronikoen guraso-kontrolak.
- Web-kameraren erabilera segurua ezarri eta ulertu.
- Anima itzazu sare sozialetako adin-mugak errespetatzera.
- Hitz egin informazio pribatua ez partekatzearen garrantziaz eta ezezagunen mezuak ondo aztertzeaz.
- Adingabeak deseroso sentitzen badira, gonbidatu komunikatzera eta konfiantzazko helduen laguntza bilatzera.
- Interneten eta sare sozialetan nabigatzen duten bitartean sen ona erabiltzen irakastea. Ez lukete online egin behar kalean egingo ez luketena.

Grooming kasu bat

14 urteko nerabe bat online joko batean dabil jokalaria anitzen aukerarekin. Jokoaren txatean pertsona bat galderak egiten hasiko zaio. Hasieran galderak jokoaren ingurukoak izango dira, baina apurka-apurka konfiantzazko egoera sortzen hasten da. Beste pertsonak adina eta non bizi den galdetuko, dio eta ondoren bera ere 14 urteko neska dela aipatuko dio eta kasualitatez hurbileko herri batean bizi dela. Elkarrizketak gero eta forma intimoagoa hartuko du eta WhatsApp zenbakia emango diote elkarri. WhatsApppeko elkarrizketak izango dituzte hurrengo egunetan, elkartzea adosten duten arte.

Hori grooming kasu bat nola gerta daitekeen erakusten duen adibide argia da, nor da benetan nerabeak kontaktatu duen pertsona hori? Benetan ditu 14 urte? Zer asmo ditu?



Sextortsioa – sexu-estortsioa

Sextortsioan (sexu-estortsioa) pertsonetako batek irudi (argazkia edo bideoa) konprometigarri bidezko, normalean eduki sexualekoak, xantaia jasaten du, orokorrean bere onarpenik gabe lortutakoak eta partekatutakoak izango dira. Sare sozialetako eta mezularitza-zerbitzuen bidez Interneten partekatzen, bidaltzen eta igotzen ditugun irudien bidez elikatzen da hain zuzen ere.

Biktima norbaitekin erlazio sexualak izatera, irudi erotiko edo pornografiko gehiago, dirua edo beste ordainen bat ematera derrigortzen dute, betiere, xantaia egiten dionaren eskaerak betetzen ez baditu, irudi originalak zabaltzeko mehatxua eginda.

Nola prebenitu

- Ekidin irudi konprometigarriak bidaltzea horien kontrola izateko.
- Kontrolatu eta iragazi web-kameraren erabilera zure intimitatea babesteko.
- Sextortsio-egoeren aurrean giro segurua eta konfiantzazkoa eskaini.

Sexortsio-kasua gertatzen bada

- Sextortsio-frogak bildu eta autoritateei jakinarazi lehenbailehen.
- Erabakigarria da azkar salatzea: biktimari babesa eta laguntza ematen dio prozesuan zehar.

«Ziurtatu adingabeei familia beti dagoela arrisku-egoeretan laguntzeko prest.»

Phishinga

Phishinga sareko iruzur mota bat da, ziberdelitugileek erakunde legitimoen itxura egiten dute pertsonak engainatzeko eta informazio konfidentziala lortzeko, pasahitzak eta bankuko datuak, esaterako.

Hori mezu elektronikoan, testu-mezuen edo egiazkoak diruditen, baina informazio pertsonala lapurtu nahi duten webgune faltsuen bidez lortzen da. Funtsezkoa da ezusteko mezuekin kontuz ibiltzea eta phishingaren kontra babesteko loturen egiazkotasuna egiaztatzea.

Ikasleei transmititzeko jarraibideak

- Mesfidatu espero gabeko posta elektronikoez eta mezuez.
- Igorlearen egiazkotasuna egiaztatu.
- Ez egin klik posta elektronikoz edo SMS bidez jasotako esteketan, eta saiatu orri horretara iristen bilatzaile baten bidez.
- Segurtasun-softwarea gaurkotua izan.
- Webguneen segurtasuna berrikusi informazioa igo baino lehen.
- Anti-phishing iragazkiak ezarri zure postan eta nabigatzailean.
- Mugatu sare sozialetako informazio pertsonala.
- Jakinarazi phishing saiakerak dagokion autoritateei.

Fraping

«Fraping» egitea beste pertsona baten sare sozialen kontrola hartzea da, hark jakin gabe eta onartu gabe, eta argitalpenak, iruzkinak edo profileko aldaketak egitea.

Ekintza horrek pribatutasun-urraketa, gatazka pertsonalak, ospea kaltetzea, inplikazio legalak, ikastetxean arazoak eta kaltetutako pertsonaren zailtasun emozionalak dakartza.

Ikasleei transmititzeko jarraibideak

- Pasahitz zaila eta bakarra erabili.
- Itxi saioa gailu partekatuetan.
- Doitu pribatutasun-ezarpenak.
- Saio hasierako jakinarazpenak ezarri.
- Berrikusi zure kontuko berriki izandako jarduera.
- Ez partekatu pasahitza inorekin.
- Aldatu pasahitza inork zure kontua erabiltzen duen susmoa baduzu.

Hurrengo loturaren bidez, adingabeek nabigazioa segurua dela egiaztatzeko test desberdinak egin ditzakete:



Tests
de autoevaluación

QR kodea o eskaneatu edo egin klik gainean

Ciberbullyinga, nola lagun diezaiekegu?

Berdinen arteko jazarpena mamitzeko adierazpideak eta kanalak aldatu egin dira denborak aurrera egin ahala. Indarkeria-mezuak bizkorrago zabaltzen dituzten kanalak eta erremintak agertu dira, eta horrek posible egiten du erasotzaileak gehitzea eta ugaritzea berdinen arteko jazarpen-kasu batean. Fenomeno horri ciberbullying edo ziberjazarpen deitzen diogu.

Ciberbullyingak edo jazarpen digitalak, bullyingarekin alderatuta, izaera eta motibazio desberdinak ditu. Ciberbullyinga gazte bat mehatxatzen, erasotzen, umiliatzen, molestatzeko denean gertatzen da edota beste gazte batek begitan hartzen duenean, beti Internet bidez, telefono mugikorrez edo bestelako komunikazio-teknologia telematikoren baten bidez. Gainera, errepikatzen den ekintza da.

Horrez gain, anonimotasunak eta zigorgabetasun-sentsazioak arnasa ematen diote bide telematikoetatik egindako abusuari. Ziberjazarpena, neurri handi batean, gazteek denbora gehiago ematen dutelako bakarrik gertatzen da, teknologia gehiago erabiltzen dutelako eta familiak gutxiago gainbegiratzen duelako.

Ciberbullyingaren tipologiak

- Berehalako mezularitza, email, Whatsapp eta sare sozialengatiko jazarpena.
- Pasahitzak lapurtzea (beste pertsona baten itxurak eginez).
- Norbait kalumniateko eta umiliatzeko sortutako webguneak (batzuetan beste pertsona batzuk iraintzeko webguneak sortzen dira, edo beste talde bat gogaitzeko diseinatutako orriak).
- Argazki eta bideo desegokiak bidaltzea posta elektronikoz, telefono mugikorrez edo sare sozialez.
- Inkestak Interneten: puntuatzeko erabiltzen dituzte: nork duen arrakasta gehiago edo gutxiago, nor den adimentsu gehiago edo gutxiago, etab.
- Txataren bidezko jazarpena erabiltzaile anitzeko jokoetan.
- Programa informatiko kaltegarriak bidaltzea.
- Pornografia eta bestelako zabor-mezuak bidaltzea.
- Identitatea ordeztea.

Zergatik gertatzen dira halakoak?

Jazarlea

Jazarleen ezaugarri komuna bestearen tokian ipintzeko ezintasuna edo enpatia-falta izaten da, ez jabetzea haien ekintzek jazarrien sentipenean eragina dutela.


Batzuetan motibazioa amorrutik, frustraziotik, mendeku-beharretik, aspertzetik edota min ematen duten kontzientzia-faltatik etor liteke.

Biktima

Jazarle baten profila zehaztea zaila baldin bada, are zailagoa da biktimen ezaugarriak zehaztea estigmatizatu gabe.

Ezaugarriak zabalduenetako bat asertibotasun-falta izaten da; hau da, beharrianak komunikatzen jakiteko zailtasuna, gainerakoengandik errespetua lortzeko gauza ez izatea.

Erasota sentitzeko egoerak indartu egiten du kalteberatasun-sentimendua, eta estres emozionala eragin dezake.

 YouTube



Erasotzaile baten testigantza



Biktima baten testigantza

QR kodea o eskaneatu edo egin klik gainean

Biktimaren arrisku-faktoreak

- Taldeko kide gehienen aldean, ezaugarri fisiko edo kultural desberdinak izan ohi ditu (etnia-, arraza- eta kultura-gutxiengoak).
- Desgaitasun fisiko edo psikikoren bat izaten du.
- Autoestimu apala edo segurtasun-eza ageri ohi ditu.
- Arrasto fisikoak izaten ditu, urratuak edo kolpeak, adibidez.
- Eskola-errendimendua moteldu egiten du.
- Barregarri uzten dute, gaitzizenak jarrita.
- Zailtasunak izaten ditu taldean hitz egiteko eta dinamiketan parte hartzeko.
- Autokontzeptu / edo irudi negatiboa izaten du.
- Autoestimu txikia izatea eta norberaren itxura fisikoa ez onartzea.
- Gaitasun apala izaten du jokoetarako, kiroleetarako eta talde-dinamiketarako.
- Askotan bakarrik egoten da, taldetik baztertuta, aisialdiko uneetan nahiago izaten du bakarrik geratu.
- Nahiago du beti helduen ondoan egon.
- Uneren batean negar egiten du, eta min fisikoa edo psikikoa erakusten ditu. sTristura, umore ezegonkorra.
- Min edo gaixotasun plantak egiten ditu, hainbat egoera edo inguru saihesteko.
- Lo egiteko arazoak ditu.
- Aldaketak elikadura-ohituretan: modu konpultsiboan jaten du, edo apetitu-falta izaten du.
- Urduri ipintzen da mezuak edo telefono-deiak jasotzen dituenean.
- Gauzak falta izaten ditu (dirua, arropa...).
- Haren objektuak askotan lurrean botata agertzen dira, ezkutatuta edo apurtuta.



Teknologia berrien esparru espezifikoan:

- Pasahitza partekatzen dute.
- Datu pertsonalak ematen edo argitaratzen dituzte Interneten.
- Pentsatzen dute Internet toki segurua dela.
- Aurrekariak dituzte bullying-biktima gisa, bai hezkuntza arautuan, bai ez-arautuan.
- Ez zaio inporta sarean ezagutu dituen ezezagunekin elkartzea.
- Internetez ezagutu dituen beste pertsona batzuekin argazki edo bideo pertsonalak partekatzen ditu.
- Ezagutzen ez dituen edota, ezagutu arren, konfiantzarik gabeko pertsonak lagun gisa onartzen ditu Interneten.
- Berdinen sare sozialetatik baztertuta egoten da taldean.

Erasotzailearen arrisku-faktoreak

- Ez du enpatiarik ageri edo ez da gauza beste pertsona batzuen tokian jartzeko.
- Autoestimu edo pertzepzio negatiboa du.
- Eraso fisikoak egiten ditu maiz, eta larriak (ostikadak, bultzadak...).
- Autoritateekiko, irakasleekiko, gurasoekiko... Errespetu-falta ageri du.
- Eskola-porrota bizi du.
- Beste pertsona batzuek egindako berdinen arteko jazarpen-egoerak justifikatzen ditu.
- Indarkeria justifikatzen du, batez ere zeharkakoa.
- Kideren baten akats fisikoak edo ekintzak nabarmentzen ditu etengabe.
- Zurrumurru negatiboak zabaltzen ditu eta sinesgarritasuna ematen die (mugikorrek erabiltzea, pintadak...).
- Ahoz mehatxu egiten du, publikoan zein pribatuan. Indarkeriazko edo mehatxuzko telefono-deiak egiten ditu.
- Irainak, umiliazioak egiten ditu eta publikoki barregarri uzten du jendea.

Teknologia berrien esparruan:

- Gurasoek ez dute gainbegiratzten Interneten erabilera.
- Pertsona isilak izaten dira Interneten egiten duen jarduera guztiaren inguruan.
- Kontu bat baino gehiago izaten ditu sare sozialetan.
- Ordenagailua edo smartphonea du Internetekin, zaindu gabeko eremuetan.
- Suminkortasuna izaten du Interneten konektatuta ez dagoenean.
- Uneoro erabiltzen du mugikorra.

Nola jokatu ziberjazarpen kasu baten aurrean

Biktima babesteko ekintzak:

- Gertatzen ari denari buruzko frogak gordetzeko gomendioa egitea.
- Beti egongo garela entzuteko prest esatea, guztien arazoa dela eta ez berea bakarrik.
- Egoeraren erruduna ez dela azaltzea.
- Hazkuntza-ardura duten pertsonekin hitz egitera animatzea.
- Familiaren eta hezkuntza-taldearen arteko komunikazioarekin jarraitzea, arazoa ezagutzeko eta nola heldu jakiteko.
- Prozesuaren lehendabiziko fase honetan gauzak nola doazen konta diezagun saiatzea.
- Helduen kezka ez nabaritzen saiatzea, baina bai arazoarekin duten interesa.
- Biktimak bere buruarekin duen segurtasuna indartzea.
- Egitea mutikoak edo neskatoak bere pertsona ezaugarriez jabetzea.
- HIKTekin duen harremanaren jarraipena egitea.

Erasotzailea babesteko ekintzak:

- Arazoa ez saihestea eta pentsatzen denari buruz haiekin hitz egitea.
- Adieraztea egoera horiek ezin dutela berrito gertatu.
- Ohartaraztea oso garrantzitsua dela egoerari aurre egitea.
- Adieraztea zer-nolako ondorio kaltegarriak dituzten berdinen arteko jazarpen-egoerek, bai biktimentzat, bai erasotzaileentzat.
- Adieraztea zeinen garrantzitsua den barkamena eskatzea eta egoera konpontzea.
- Familiaren eta hezkuntza-taldearen arteko komunikazioa ezartzea, arazoa ezagutzeko eta nola heldu jakiteko.
- Beste lagunei eta denbora pasatzeko moduari buruz hitz egitea.
- Errudun ez sentiaraztea, baina jokatzeko modua aldarazten laguntzea.

Behin jazarpenaren berri izanda, dauden frogen bidez, ziberjazarpena norik eragin duen argitzen ahaleginduko da. Kontuan izan behar da erasotzaile batzuek elkarrizketak, mezuak eta, azken batean, frogak ezabatzen dituztela.

Dena dela, poliziak errekuera ditzake. Ikastetxearen inguruan gertatzen bada, onena ikastetxeari jakinaraztea da, horrek ikerketa ahalik eta objektiboan egin ahal izateko.

Hazkuntza-ardura duen pertsonak adingabeak beste norbait jazartzen duen susmoa badu, gomendagarria da mugikorra eskatzea. Gazteak portaera oldarkorra badu, jazartzen ari den seinale izan daiteke. Dena dela, neurriak hartu baino lehen, beharrezkoa da egiaztatzea; izan ere, oso larria da norbaiti egin ez duen zerbait leporatzea.

Adingabeak ezohiko portaera duela antzematen baduzu eta zer gertatzen zaion ez badakizu, erantzunik ematen ez badu, hona dei dezakezu:

- **116111 ZEUK ESAN**

Haurrei eta nerabeei laguntzeko zerbitzua.

EUSKO JAURLARITZA, Berdintasuna, Justizia eta Zientzia Politikak.

Tif. anonimoa eta doakoa: 116111. Emaila: zeukesan@euskadi.eus.

- **AEPAE**

Eskola-jazarpena prebenitzeko Espainiako Elkarteak.

Tif: 900 018 018 email: contacto@aepae.esla.

- **INCIBE fundazioa**

Zibersegurtasuneko Institutu Nazionala), 017;

telefono laburraren bidez; berehalako mezularitzako kanalak

WhatsAppen (900 116 117) eta Telegramen (@INCIBE017),

edo web formularioaren bidez.

Internetez umiliatzearen, jazartzearen edo iraintzearen ondorio legalak

- Bideo intimoak baimenik gabe hirugarrenei zabaltzen, erakusten edo lagatzen dienak 3 hilabete eta urtebete arteko espetxealdiari egin diezaioke aurre.
- Biktimarekin komunikatzeko urruntzea edo debekua.
- Komunitateari zerbitzuak eskaintzea (200 ordura luza daitezkeen 100 ordu).
- Zaintzapeko askatasuna, adingabeari jarraipena egitean datza, jarrera-arau zehatzak ezarrita (bi urtera arte, nahiz eta luza daitezkeen).
- Adingabeari askatasuna mugatzea asteburuetan ikastetxean edo bizitokian egonarazita (zortzi asteburura arte, hamaseira luza daitezke) edo bi urtera arteko egonaldiak zentro itxian edo erdi irekian, kasuaren larritasunaren arabera, luza daiteke.

Mugikorrak jada hemen daude eta horiekin WhatsAppa eta Telegrama, nola egingo ditugu seguruago?

WhatsApp

WhatsApp irudiak, bideoak, memeak, mezuak partekatzeko aplikazioa da. Irudiak marrazkiekin, testuekin eta abarrekin edita ditzakegu. Europako aplikaziorik ezagunena eta erabiliena da.

WhatsAppen «egoera» (estado) izenekoak ere baditugu. Gure kontaktuek 24 orduz ikus ditzakete. Bideo laburrak izan daitezke edo segidako irudiak. Gogoratu egoeretarako ere pribatutasuna ezartzea.

Hiru aukera dituzu:

- **Nire kontaktuak:** edozein gaurkotze gure kontaktuen telefono guztietan agertuko da, inolako bereizketarik gabe.
- **Nire kontaktuak, ... izan ezik:** egoerak gure kontaktuek ikusiko dituzte, zehaztuko ditugunek izan ezik.
- **...-(r)ekin partekatu soilik:** banan banan hautatuko ditugu gure bideora edo argazkira sartzeko aukera izango kontaktuak.

WhatsAppen arriskuak

- Oso erraz erabiltzeko aplikazioa da, baina hain intuitiboa denez, arreta jaitea eragiten digu. Informazio pertsonala, bankuko kontuen zenbakiak, argazki pertsonalak, eta abar bidaltzen ditugu.
- Gaur egun «guztientzat ezabatu» aukera dago, baina pertsona horrek argazkia gorde badu edo pantaila-argazkia egin badu, kontrola galdua dago.
- Adinerako desegokiak diren edukiak partekatzen dituzten taldeetara edo kanaletara sartzeko aukera.

Gogorarazi bidaltzen dutena, irudiak, testuak, audioak edo bideoak, nahiz eta ezabatu, hartzailearen gailuan egoten jarraituko duela. Bi aldiz pentsatu behar dute bidaltzen duten horretan. Gonbidatzen dituzten taldeak ondo aztertzen laguntzea ere garrantzitsua da, jende ezezaguna dagoen taldeetan informazio pertsonala benetan partekatu nahi duten analizatzea.

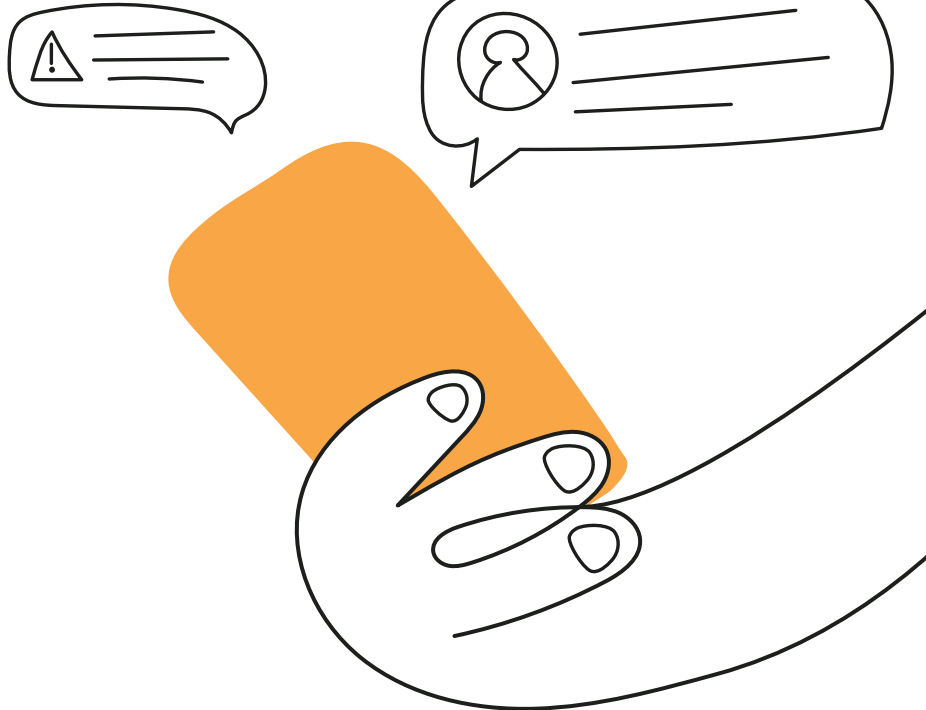


WhatsAppen
segurtasun-gunea



WhatsAppen segurtasunaren
bideo-tutoriala

QR kodea o eskaneatu edo egin klik gainean



Telegram

Telegram WhatsAppen antzekoa da, segurtasun- eta pribatutasun-ikuspegiagatik da ezaguna. Mezuak, argazkiak, bideoak eta dokumentuak bidaltzeko aukera ematen du. Txat sekretuak eskaintzen ditu muturretik muturrerako zifratuarekin, mezuen autosuntsiketa, eta taldeak, kanalak, stickerrak eta ahots eta bideo bidezko deiak. Datuak hodeian biltzen dira eta plataforma ugaritan dago eskuragarri. Pribatutasun-ikuspegia eta eskaintzen dituen funtzio ugariak dira telegramen bereizgarriak.

WhatsAppekin bezala, informazio pertsonala, bankuko kontuen zenbakiak, eta argazki pertsonalak parteka ditzakete edo adinerako desegokiak diren edukiak partekatzen dituzten talde edo kanaletan sar daitezke.

Beraz, era berean, garrantzitsua da bidaltzen dutena, irudiak, testuak, audioak edo bideoak, nahiz eta ezabatu, hartzailearen gailuan jarraituko duela, eta, hortaz, bi aldiz pentsatu behar dute bidaltzen duten horretan.

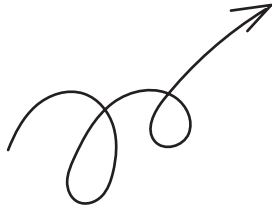


Telegramen Segurtasun-
zentroa



Telegramen
pribatutasunaren bideo-
tutoriala

QR kodea o eskaneatu edo egin klik gainean



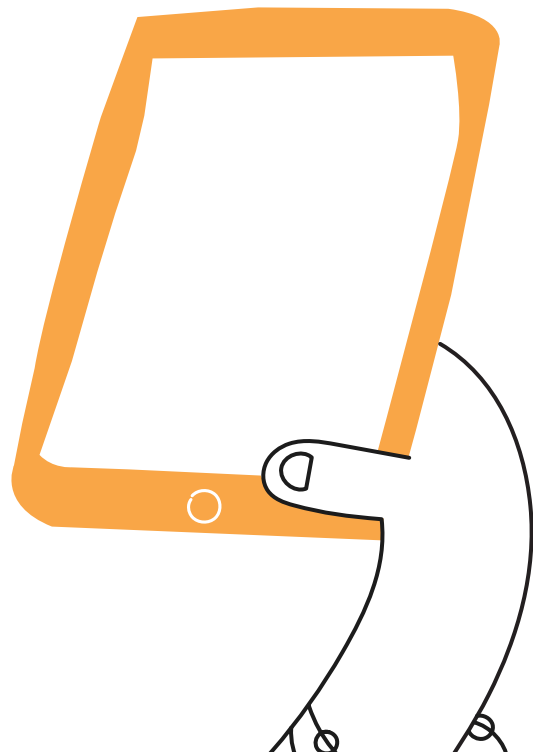
Pornografia, gero eta irisgarriagoa, nola egingo diogu aurre?

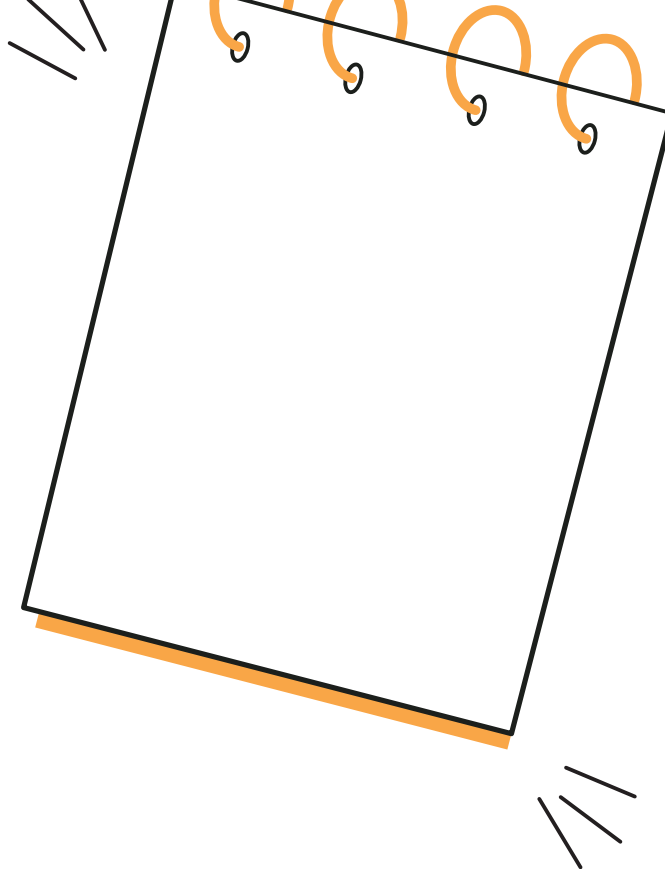
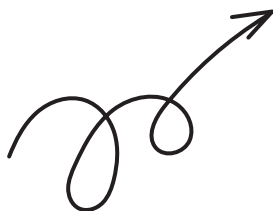
Adin horretan nerabe gehienek telefono mugikorra dute, Interneteko konexioa eta, ondorioz, pornografiara iristeko aukera. Pornografia inguratzen duen guztia ulertzeko gaitasuna handiagoa den adinean daude -aurreko etapan gertatzen denaren kontrara-. Pornografiaren inguruan azterketa sakonagoak egin daitezkeen adina, erlazio errealak eta sarean aurki daitezkeen formatu desberdinek irudikatzen dituztenak oinarri hartuta.

Adin horretan pornografia ikusten harrapatzen badituzu, garrantzitsua da egoera lasaitasunez kudeatzea. Garrantzitsua da ez epaitzea edo errudun ez sentiaraztea, are, hori egiteak kontrako eragina izan eta jarrera defentsiboak har ditzakete eta sexu-heziketaren inguruko elkarriketa blokeatu. Sexuarekiko jakin-min handia duten garaian daude eta normala da asebetetzen ahalegintzea.

Ikusten ari zirenaz hitz egin daiteke, horrelako edukiek erakusten dituzten alderdiez. Genero-desoreka, estereotipoak eta erlazio sexualetako indarkeria esplizitua pornografiak kritikoki hitz egiteko oinarri izan daitezke.

Horrelako edukien ordezkoko aukerak eskain daitezke; porno etikoa, irakurketa erotikoa... sexualitatea era osasungarriagoan tratatzen duten horiek.





Laburbilduz

01.

Autonomia iritsi da

Guraso-kontrolak desagertzen dira. Garrantzitsua da beren interakziorako eta edukiak aukeratzeko erantzukizuna erdigunean jartzea. Eduki oldarkorren edo pornografikoen aurrean kritikotasuna sendotzen duten tresnak eman behar zaizkie.

02.

Aplikazioak eta online apustuak

Garrantzitsua da aplikazioen funtzionamenduaren oinarria eta ezaugarriak ezagutzea, aplikazio horiekin erantzukizun-jarraibideak eskainita, erabileran hezi ahal izateko.

“Garrantzitsua da plataforma horiek errespetuz erabiltzeko, hautatzeko eta elkarreragiteko kritikotasuna lantzea. Beti modu eraikitzailean erabiltzeko eta inoiz ez izateko hirugarren baten kaltearen konplize edo eragile.”



03.

Sare sozialak

Sare sozialak beren egunerokotasunaren parte dira, beren lehen motibazioa interakzioa, edukiak bidaltzea, eta esposiziorako nolabaiteko joera.

04.

Ciberbullyinga

Adin-tarte horretan, nerabeen sare sozialetarako sarbidearen ondorioz, ziberjazarpen-kasuak ugartu egiten dira. Garrantzitsua da prebentzioan lan egitea eta jazarpen- edo ciberbullying-kasu bat hautematen lagun dezaketen adierazleei adi egotea.

05.

Ospe positiboari eustera bultzatun

Beharrezkoa da Interneten bidez erakusten duten irudia eta gaur egun eta etorkizunean izan ditzakeen ondorioak azpimarratzea.

06.

Irudia zaindu

Beren askatasuna eta autonomia garatzen jarraitzen dute, aurreko adinetan ezarritako arauetik. Hala ere, garrantzitsua da erabilera-akordioak eta erantzukizun-itunak egitea, familia osoak parte har dezan.

07.

Arau berriak

Aurreko adinetan finkatutako arauekin alderatuta, askatasuna eta autonomia handitzen ari dira. Hala ere, garrantzitsua da familia osoak parte hartuta erabilera- eta erantzukizun-hitzarmenak egitea. familia osoak parte har dezan.

“Beharrezkoa da pertsona baten irudiak onarpenik gabe partekatzea ilegala dela gogoraraztea.”

Hau ere interesa dakizuke

10-12 urteko gida

Lehenengo mugikorra erabiltzeko garaia da?

Sare sozialak hurbiltzen ari dira, ezagutzen ditugu? nola egingo ditugu seguruago?

Tik tok, ezagutzen dugu modako sarea? seguruago egin dezakegu?

Pornografia eta sarbide-erraztasuna, kontrolatzen dugu?

16-18 urteko gida

Nola landu dezakegu HIKTen bidez sortutako genero-indarkeria?

Fake News, berri faltsuak identifikatzen badakigu?

Online erosketak, badakigu nola funtzionatzen duten?

Adimen artifiziala, arrisku berria?





Familian jolastuko gara?



Zer dakizu sextingari buruz? Egin proba!

Galdera-erantzun multzo batean oinarritutako jarduera interaktiboa, praktika horrekin lotutako arrisku posibleen inguruan gogoeta egiten laguntzen du, baita material intimoaren eskaeren edo horien zabalkundearen aurrean nola erantzun jakiten ere..



Mahai-jokoa: handitan influencer izan nahi dut!

Familia osoarentzako karta-jokoa, gazteenei sare sozialen munduko segurtasun-jarraibideak erakutsi eta ulertzen lagunduko die.



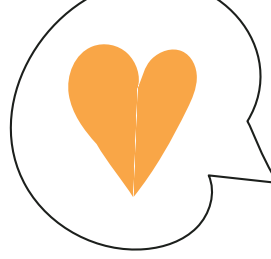
Datu blindatuak!

Interneteko gure datuen arriskuak eta mehatxuak eta nola defendatu ikasteko karta-jokoa.



Aholkuen paperontzia

Gailuaren birziklapenari eta datuak era seguruan ezabatzeari buruzko hainbat aholku erabilgarri jarri ditugu zur eskura paperontzia eratzeko eskulan ebakigarri honekin.



Glosarioa

a

Aplikazioa/App

Smartphonetarako eta tabletetarako lan espezifikoak egiten duten programa edo programa informatiko-bilduma; erabilgarriak, dinamikoak eta instalatzen eta erabiltzen errazak dira. Gaur egun era guztietako aplikazioak daude: berriak, jokoak, sare sozialak, berehalako mezularitza, kirolak, hizkuntzak eta abar.

Apple pay

Applenen mugikorra erabilia ordaintzeko sistema bat da.

Abatar

Inguru digitaletan erabiltzaile batek duen identitate birtualaren irudikapen grafikoa.

b

Bing

2009ko ekainean Microsoft konpainiak abiarazitako bilaketa-motorra da. Beste edozein bilatzaile bezala, erabiltzaileak egindako kontsultaren arabera funtzionatzen du, bilaketari iragarkiekin, emaitza organikoekin, irudiekin, bideoekin eta berriekin erantzuten dio.

Bideo-kontsola

Telebista-monitore batera konektatzen den aparatu

elektronikoa. Bertan, hainbat bideojokoren kartutxoak sartzen dira, aparatuari konektatutako aginte baten bidez kontrolatzen direnak.

Bio

Sare sozialeko (Instagramen eta Twitterren, esaterako) profilean dagoen espazioa, oro har, besteei norbere buruari buruzko informazioa emateko.

Blog

Bloga oso popularra den webgunea da, aldizkari gisa, autoreak (sarritan partikularra) irakurleek iruzkin ditzaketan edukiak («post», «sarrera» edo «artikulu deituak») publikatzen ditu aldian behin.

Bluetooth

Bluetootha gure eguneroko gailu elektronikoetan dagoen haririk gabeko konektibitatearen estandarra da. Hurbiletik gailuen artean datuak transmititzeko aukera ematen duen haririk gabeko estandarra da, bien arteko komunikazioa erraztuta, harien edo konektatzaileen presentziarik gabe edo aparatuen arteko interakzio erraza eta azkarra ahalbidetuta.

k

Kamera digitala

Kamera digitalak, argazki-pelikula duten kamerek egiten duten bezala argazkiak pelikula kimikoan kaptatu eta bildu beharrean, argazki digitalera jotzen du irudiak sortzeko eta biltzeko.

d

Deskarga

Deskarga batek ekipo edo gailu batera informazioa transmititzea dakar. Egun, sarearen bidez, liburuak ez ezik, ezaugarri desberdinetako dokumentuak ere deskarga daitezke, txantilioiak, musika, bideoak, filmak eta telesailak, bideo-jokoak, programa informatikoak, etab.

e

Erabiltzailea

Konputagailua edo sareko zerbitzuren bat darabilen pertsona.

E-posta

Posta elektronikoa, ingelesez, «electronic mail» edo «e-mail», komunikazio elektronikoko sistemen bidez mezuak sortzeko, bidaltzeko eta jasotzeko metodoa da. Gaur egungo posta elektronikoko sistema gehienek Internet darabilte, eta posta elektronikoa da Interneteko adierazgarrienetako bat.

Etiketatu

Pertsona bat publikazio batean (argazkia, bideoa, etab.) identifikatzeko ekintza, publikazio horri sare sozialeko profila lotuta.

f

Follower

Zure sare soziala darabilten eta egiten dituzun gaurkotzeak jasotzen dituzten jarraitzaileak edo pertsonak.

Foroa

Foro birtuala gai jakin bati buruzko eztabaida-gunea da, leku askotako pertsona askoren iritziak biltzen ditu era asinkronikoan. Azken horrek esan nahi du pertsonen arteko komunikazioa plataforma une berean erabiltzen aritu gabe gauzatzen dela.

Fraping

Norbaiten sare sozialeko kontura baimenik gabe sartzea eta edukia argitaratzea edo ekintzak bere izenean egitea da. Sarritan, baten batek gailu partekaturen batean saioa irekita uzten duenean gertatzen da eta beste pertsona batek bere kontuan txantxak edo behar ez diren ekintzak egiteko aprobetxatzen du.

g

Geokopakena

Geokopakena Internetera konektatuko objektu baten, esaterako, radarraren, telefono mugikorraren edo ordenagailuaren kokapen geografikoa lortzeko gaitasuna da.

Google

Googlen jarduera osoaren epizentroa web-bilatzailea da; hortaz, bilaketa-motorrik garrantzitsuena du Interneten,

eta erabiltzaile guztiek edonolako bilaketak egiteko erabiltzen duten ataria. Erabiltzaile batek sartu nahi duen webgunearen domeinua ezagutzen duenean, nahikoa zaio Googleren bidezko bilaketa egitea, baita interes jakin bateko webgune-taldea nahi badu ere. Aipatutako bilatzaileaz gain, Google LLCk sareko beste aplikazio batzuk ere eskaintzen ditu, besteak beste: [posta elektronikoa](#) (*Gmail*), bideo-erreproduktzioa (*YouTube*) eta mundu-mapa batean posta helbideak bilatzea (*Google Earth* eta *Google Maps*), baita Interneteko [nabigatzailea](#) (*Google Chrome*) eta [sare soziala](#) (*Google+*) ere.

Google Play

Edo Play Store, horrela ere ezaguna da. Googlek sortutako aplikazioen denda da; bertan jokoak, filmak, musika, liburuak eta gehiago aurki daitezke. Android sistema operatiboa duen edozein gailu mugikorretarako dago eskuragarri.

Grooming

Heldu batek garatzen dituen estrategiak adingabe baten konfiantza Internet bidez irabazteko, sexu-onurak lortzeko azken helburuarekin (sexu-abusuak).

h

Happy slapping

Eraso fisiko, hitzeko edo sexual baten grabaketa eta teknologia digitalen bidez online zabaltzea.

Hater

Edozein gairen, konturen edo pertsonaren aurrean etsaitasuna edo jarrera negatibo sistematisuak erakusten dituen pertsona.

i

Instagram stories

Instagrameko «stories» edo istorioak plataforma horretako ikus-entzunezko edukiak dira eta, argitalpen normalak ez bezala, aldakorak dira; hau da, iraupen jakina dute eta, horren ondoren, desagertu egiten dira. Kasu honetan, argitaratzen direnetik, 24 orduko epean egongo dira ikusgai.

Ipod

Applek diseinatutako eta komertzializatutako audio digital irakurgailu eramangarrien lerroa da.

Ivox

Era guztietako audioak entzun, deskargatu eta parteka daitezkeen online plataforma da; podcastak bakarrik ez, irratsaioak, audio-liburuak, hitzaldiak eta abar izan daitezke.

m

Malwarea

Malware «gaizto» eta «software» hitzek eratzten dute, eta erabiltzaileen ekipoetan exekutatzeko den programa edo aplikazio informatikoa da, informazioa lapurtzeko edo sistemaren kontrola hartzeko helburuarekin. Ezaugarri nagusia da ekipoaren jabeak jakin gabe instalatzen dela eta funtzioak egiten dituela, jabea konturatu gabe. Software gaiztoak erabiltzaileentzako kaltegarriak diren ekintza ugari egin ditzake: informazioa lapurtu, zifratu, oinarriko funtzio informatikoak kaltetzeko datuak ezabatu edo jarduera monitorizatu, esaterako.

Meme

Interneten azkar zabaltzen den testu, irudi, bideo edo beste elementuren bat, eta sarritan umore-helburuarekin eraldatzen da.

Mp3/mp4 irakurgailua

Mp3 audio digitaleko artxiboak biltzen, antolatzen eta erreproduzitzen dituen gailua da. Mp4k bideo-, irudi- eta audio-artxiboak erreproduzitzea, biltzea eta ezabatzea ahalbidetzen du.

Multijokalaria

Gutxienez bi jokalarik parte hartuko duten bideo-joko horiez guztiez dihardugu, eta, jokia garatzeko modua aldarria izan daiteke. Hau da, multijokalaria moduan oinarritutako joko batek jokalariek era kooperatiboan jokatzeko ekar dezake edo; kontrara, aurkari eta lehiakide izatea.

n**Nabigatu**

Internet erabiltzeari deitzen zaio eta informazioa bilatzeari eta horrek eskaintzen dituen aplikazio desberdinak erabiltzeari.

Nick

Nick gure operazioak sarean egiteko adoptatu genuen Goitzena edo Ezizena besterik ez da. Interneten «bataiatzea» erabakitzen dugun nik edo «erabiltzaile-izen» horrek blogetan, webguneetan, foroetan, txatetan, komunitate birtualetan eta abarrera sartzeko aukera emango digu.

p**Phishing**

Identitate, posta elektronikoa edo webgune faltsuen bidez pertsonak engainatzen ahalegintzen dira informazio konfidentziala parteka dezaten: pasahitzak, bankuko datuak edo informazio pertsonala, adibidez.

Podcasta

Erabiltzaile batek aurretiazko kideztaren bidez Internetetik deskargatu eta konputagailu zein irakurgailu eramangarri batean entzun dezakeen irratsaio- edo telesaio-emisioa.

S**Sarea**

Konputagailu-sarea informazioa eta baliabideak partekatzeko eta zerbitzuak eskaintzeko helburuarekin inultsu elektrikoak, uhin elektromagnetikoak edo datuen garraiorako bestelako bitartekoak bidaltzen eta jasotzen dituzten gailu fisikoen bidez elkarren artean konektatutako nodo- eta software-ekipoen bilduma da.

Sextinga

Gailu mugikorren bidez beste pertsona batzuei ezaugarri sexuala duten edukiak bidaltzea (argazkiak eta bideoak batez ere).

Softwarea

Zenbaketarako programa-multzoa, baita sistema informatiko bateko zeregin desberdinak egiteko aukera ematen duten prozedurak eta jarraibideak ere.

Smartphonea

Telefono mugikorraren eta konputagailuaren edo poltsikoko ordenagailuaren funtzioak uztartzen dituen gailu mugikorra da. Dispositibo horiek plataforma informatiko eramangarri baten gainean funtzionatzen dute, biltzeko eta une berean zereginak egiteko gaitasun handiagoa dute, eta ohiko telefonoak baino konektagarritasun handiagoarekin.

SMS

Telefono mugikorren artean bidal daitekeen testu-mezu laburra.

Streamer

Streamerra audientzia espezifiko bati zuzenean transmisioak egiteko komunikazio-gaitasuna eta teknologikoa dituen pertsona da. Streamerrek Youtube, Twitch edo Facebook plataformen bidez partekatzen dute edukia denbora errealean, eta gero eta adierazgarriagoak dira entretenimendu digitalaren industrian.

Streaming

Aurretiaz datuak gailuan deskargatu beharrik izan gabe Interneten edo beste sare batean zuzenean transmititzen diren edukiak ikusteko eta entzuteko aukera ematen duen teknologia.

Sextortsioa

Sextortsioa edo estortsio sexuala esplotazio sexual mota bat da, pertsona bat induzitu edo xantaia egiten diote sexting bidez—oro har, Internet bidezko mezularitza-aplikazioen bidez— biluzik edo sexu-jardueretan agertzen den irudi edo bideo batekin.

SoundCloud

Sareko audio-banaketa plataforma da, erabiltzaileek kolabora dezaketeko, beren proiektu musikalak sustatu eta banatu.

Spotify

Milioika kantura eta mundu osoko sortzaileen edukira iristeko aukera

ematen duen musika, podcast eta bideo-zerbitzu digitala da.

Skype

Munduko edozein tokitan daudenekin dei, bideo-dei edo berehalako mezularitza bidez komunikatzeko zure konputagailuan, ordenagailuan edo telefono mugikorrean instala dezakezun aplikazioa edo programa da.

t

Tableta digitala

Konputagailu eramangarri bat da, smartphone edo PDA bat baino handiagoa, ukipen bidezko pantaila du (arrunta edo multitaktila) eta hatzak erabiltzen dira, teklatu fisikorik edo sagurik behar izan gabe.

Trending topic

Trending topic edo uneko gaia sare sozialean besteak baino erritmo biziagoan aipatzen den hitz bat, esaldi bat edo gai bat da. Gaurkotasuneko gai horiek oso ezagunak egiten dira denbora gutxian, bai modu espontaneoan, bai erabiltzaileek hitzartutako ahalegin baten bidez, bai pertsonak gai espezifiko horri buruz hitz egitera bultzatzen dituen ekitaldi baten bidez. forma espontánea, a través de un esfuerzo concertado por los usuarios o debido a un evento que impulsa a las personas a hablar sobre este tema específico.

Troll

Molestatzeko edo probokatzeko intentzioarekin sareko komunitate batean, eztabaida-foro batean, txat-gela batean, blogeko iruzkinetan, edo antzekoetan mezu probokatzailak, hutsalak edo lekuz kanpokoak argitaratzen dituen identitate ezezaguna duen pertsona.

Txata

Interneteko sarearen bidez bi pertsona edo erabiltzailearen edo gehiagoren arteko komunikazio digital mota da. Txatak Internet sareari konektatutako software bat erabiltzeari esker berehala gauzatzen diren elkarrizketak dira eta publikoak, edonork parte hartzeko elkarrizketa-taldeak, edo txat pribatuak izan daitezke, baimenduek bakarrik erabil ditzaketanak.

v

Vimeo

Bideoetan oinarritutako Interneteko sare soziala da, InterActiveCorp konpainiak 2004ko azaroan abiarazitakoa. Iragarkirik gabeko New Yorkeko bideo-plataforma da, bideo-ikustaldi libreak eskaintzen ditu.

w

Web

Web-orrialdea, orrialde elektronikoa, orrialde digitala edo ziberorrialdea testua, soinua, bideoa, programak, loturak, irudiak, hiperestekak eta beste gauza asko izateko gai den informazio elektronikoa duen dokumentua da, World Wide Web deiarri egokitua, eta web-nabigatzaile baten bidez sar daiteke bertan.

Webinar

Online konferentzia, orokorrean zuzenean eta ikusten duen publikoarekin interakzioa ahalbidetzen du.

Wikipedia

Wikipedia entziklopedia askea da, eleanitza eta kolaborazioz

editatua. Sarean entziklopedia askea sortzeko proiektua da. Edozein gairi buruzko ezagutzen ekarpena egin dezake bakoitzak, giza jakinduria osoarekin datu-base bat sortzeko. Wikimedia Fundazioak administratzen du, dohaintzetan oinarritutako finantzazioa duen irabazi-asmorik gabeko erakundeak.

y

Yahoo

Atari propioa, bilatzailea eta erlazionatutako beste zerbitzu batzuk, posta elektronikoa, berriak, eguraldia eta abar dituen Internet sektoreko enpresarik nagusienetako bat da. Googleren ezteandaren eta haren produktu guztien aurretik lortu zuen garrantzia dela eta, Sarearen mundu mailako garapenean eragin zuen konpainia aitzindarietakotzat hartzen da.

Youtuber

Youtube bideo-webgunearen barruan duen kanalean ikus-entzunezko edukia zintzilikatzen duen pertsona. Zuzeneko emisioak ere egiten ditu aipatutako kanalaren bidez.

Z

Ziberjazarpena

Jazarpen birtuala ere deitzen zaio; pertsona bati edo multzo bati molestatzeko edo jazarpena egiteko eraso pertsonalak, informazio pertsonala edo faltsua zabaltzeko baliabide digitalak erabiltzea da. Ziberreraso ekintzek ezaugarri zehatzak dituzte: erasotzailearen anonimotasuna, abiadura eta irismena.

Baliabide interesgarriak

Internet ikasteko espazioa

Eskumen digitalak

01 Eusko Jaurlaritzaren Ikanos proiektua



02 IS4k hezkuntza-baliabideak



Gurasoen kontrola

03 Incibe



04 Educación 3.0



05 Playstation



Fake News

06 Newtral



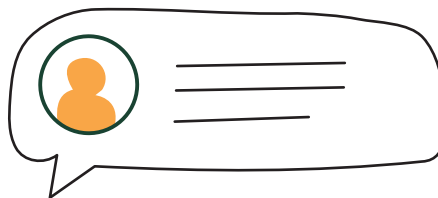
07 Maldita.es



08 Googlaren tresna datuak eta gertaerak egiaztatzeko



QR kodea o eskaneatu edo egin klik gainean



Genero indarkeria

09 Nire mutil-lagunak kontrolatzen nau Blogspota



10 Genero-indarkeriaren aurkako Gobernuaren Ordezkaritza. Berdintasun Ministerioa



Sare sozialak

Facebook

11 Facebook



12 Nola hasi erabiltzen Facebook



13 Erabilera-gida



X

14 X



15 Erabiltzeko eskuliburuak



16 Hasiberrientzako eskuliburuak



Instagram

17 Instagram



18 Erabilera-eskuliburua



LinkedIn

19 LinkedIn



20 Erabilera-eskuliburua



Skype

21 Skype



22 Nola instalatu Skype?



YouTube

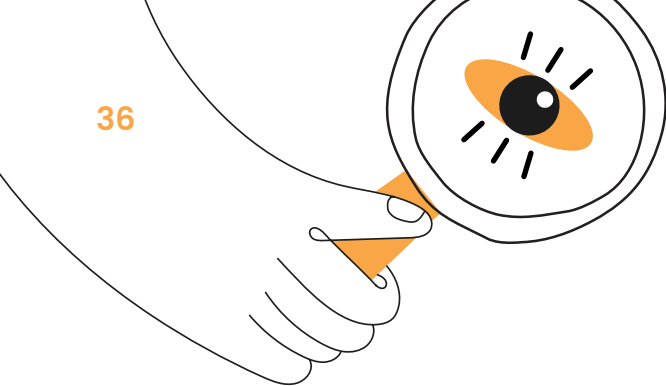
23 YouTube



24 Erabilera-eskuliburua



**TikTok****25** TikTok**26** Erabilera-eskuliburua**Snapchat****27** Snapchat**28** Erabilera-eskuliburua**WhatsApp****29** WhatsApp**30** Erabilera-eskuliburua**Telegram****31** Telegram**32** Erabilera-eskuliburua



Nortasun digitala eta online ospea

33 Zer da identitate digitala?



Segurtasuna webguneetan

34 Incibeko adingabeentzako Interneteko Segurtasun Zentroa



35 Phishing eta software maltzuraren aurkako babesa Google Chromerentzat



36 Saihestu nortasuna ordeztea Safarin



Mehatxuak Interneten

Bullyinga

37 Berdinen arteko tratu txarren aurrean ikastetxeetan jarduteko gida. Eusko Jaurlaritza



Ziberbullinga

38 Ziberbullyingaren aurrean eskolak emateko protokoloa, EMIClrena, Hezkuntza Sailaren laguntzarekin. Eusko Jaurlaritza



Grooming

39 Grooming-ari aurre egiteko dekalogo



40 Haur eta nerabeen aurkako sexu-ziberjazarpena eta horien prebentzioa



41 Internet segurua



Sextinga

42 Sexting-ari buruzko informazioa



43 Sexting: ez ezazu egin!



Sextorsioa

44 Incibe



43 Pantaila lagunak



Internet. Konfiantzako gunea

44 EU kids online. Interneten erabilerari buruzko txostena (UPV/EHU)



Internet. Eremu pribatua

45 Microsoften segurtasun eta babes-zentroa



46 Sarean ditugun lagunengan duten eta dugun eragina. Sare sozialen boterea



47 Sare Sozialak (1)



48 Sare Sozialak (2)



Erreferentziazko beste webgune batzuk

49 GAZTEAUKERA. Gazteentzako informazioa, jarduerak eta zerbitzuak



50 116111 ZEUK ESAN. Zeuk esan. Haurrei eta nerabeei laguntzeko zerbitzua



51 Internautaren Segurtasun Bulegoa (ESI) / INCIBE (Zibersegurtasuneko Institutu Nazionala). Erabiltzaile adingabeei egokitutako edukiak emateko ekimena



52 Ikasnova. Nafarroako Gobernua



53 Childnet international



54 Datuak babesteko Euskal Bulegoa



55 Internet seguru eta emankorrerako gida



56 Panda software Orria, adingabeei eta Interneti eskainia



57 Internauten Elkarte (AI)



58 Pantallas amigas webgunea



59 Industria, Energia eta Turismo Ministerioaren Orrialdea



60 Korapilatzen.com
Aholkularitza, prestakuntza eta coachinga



Bibliografía

- AFTAB, PARRY (2006). *Ciberbullying. Guía práctica para madres, padres y personal docente*. EDEX - PantallasAmigas.
- ALFARO, ADREA (2020). *Manual de supervivencia para madres y padres en tecnologías y redes sociales*.
- ARRANZ FREIJO, E. B., GARCÍA GARCÍA M. D., ITSAMENDI-TXURRUKA, A., ACHA MORCILLO, J., BARRETO ZARZA, F. B., ETXANIZ ARANZETA, A., OLABARRIETA ARTETXE, F. Y RONCALLO ANDRADE, P. (2021). *Bebés y pantallas digitales: una propuesta educativa audiovisual desde la parentalidad positiva*.
- AVILES, ANGEL-PABLO (2013). *Por una red más Segura. Informando y Educando*.
- AYUNTAMIENTO DE VITORIA-GASTEIZ (2018). *El plan local de infancia y adolescencia de Vitoria-Gasteiz*.
- BLOCK, J. (2008). *Issues for DSM-V: Internet Addiction*. Am J Psychiatry.
- CASAS, J.A. (2010). *Adicción a Internet, de la quimera a la intervención terapéutica*. Trabajo presentado en el Máster de Intervención e Investigación Psicológica en Justicia, Salud y Bienestar Social. Córdoba: Universidad de Córdoba.
- CONSELL COMARCAL DEL BAIX LLOBREGAT (2020). *Guía de apoyo a madres y padres con hijas adolescentes víctimas de la violencia machistas*.
- DOLORS REIG; VILCHEZ LUIS F. (2013) *Los jóvenes en la era de la hiperconectividad: tendencia, claves y miradas*. Fundación Telefónica; Fundación Encuentro.
- EJIMÉNEZ IGLESIAS, M GARMENDIA LARRAÑAGA, MÁ CASADO DEL RÍO (2015). *Percepción de los y las menores de la mediación parental respecto a los riesgos en Internet*. Revista Latina de Comunicación Social
- EMICI, Equipo Multidisciplinar de Investigación sobre Ciberbullying. Editado por Gobierno Vasco (2011). *Protocolo de actuación escolar ante el Ciberbullying*.
- FUNDACIÓN ATRESMEDIA; Colegio de Psicólogos de Madrid; Luengo Latorre Jose Antonio (2014). *Ciberbullying, Prevenir y Actuar*.
- GOBIERNO DE CANARIAS (2018). *Guía para el buen uso de las nuevas tecnologías para familias y profesionales en el ámbito de la infancia*.
- GOBIERNO VASCO (2014). *Guía Egonline para trabajar la educación en las Nuevas Tecnologías*.
- GONZÁLEZ TARDÓN, CARLOS (2014) *Videojuegos para la transformación social*.
- HERNANDEZ PRADOS, MARÍA DE LOS ÁNGELES. *Ciberbullying, una auténtica realidad*. III Congreso Online.
- INTECO. *Guía S.O.S contra el Grooming*.
- LEDERACH, JEAN PAUL. (2000) *El abecé de la paz y los con ictos. Educación para la paz*. Los libros de la catarata. Madrid.
- LIVINGSTONE, SONIA (2009) *Children and the Internet: great expectations, challenging realities*. Polity Press, Oxford, UK. ISBN 9780745631943
- MASCHERONI, G., PONTE, C., GARMENDIA, M., GARITAONANDIA, C. AND MURRU, M. F. (2010). *Comparing on-line risks for children in south-western European Countries: Italy, Portugal and Spain*. International Journal of Media and Cultural Politics
- MASCHERONI, G., & CUMAN, A. (2014). *Net Children Go Mobile: Final Report*.
- MASON, K. L. (2008). *Cyberbullying: A preliminary assessment for school personnel*. Psychology in the Schools.
- ORANGE; INTECO (2011). *Estudio sobre hábitos seguros en el uso de smartphones por los niños y adolescentes españoles*.
- PANTALLAS AMIGAS. *Guía tiktok para padres y madres*.
- PÉREZ ÁLVAREZ, SALVADOR; BURGUERA AMEAVE, LEYRE; LARRAÑAGA, KEPA PAUL (2013). *Menores e Internet*. Thomson Reuters Aranzadi.
- SAVE THE CHILDREN (2020). *Tenemos que hablar de porno. Guía para familias sobre el consumo de porno en la adolescencia*.
- TEJEDOR SANTIAGO; PULIDO CRISTINA (2012). *Retos y riesgos del uso de Internet por parte de los menores. ¿Cómo empoderarlos?*
- TEJERINA, O.; FLORES J. (2008). e-legales. *Guía para la gente "legal" de Internet*. EDEX PantallasAmigas.
- UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID (2017). *Guía de prevención y detección del acoso sexual, acoso sexista y acoso por orientación sexual e identidad o expresión de género*.