





## SARE SOZIALEN ERABILERA EGOKIA


Sare sozialek, gure **komunikatzeko, konektatzeko, ikasteko eta entretenitzeko modua aldatu dute**. Sare sozialek, komunikatzeko, interesak, informazioa eta zaletasunak partekatze, informazioa zabaldu eta eskuratzeko, iritziak eta ideiak emateko, zerbaitekin bat egiteko, elkartasuna adierazteko, modu informal batean ikasteko edota lana bilatzeko balio dute. Sare sozial desberdinak daude eta hauen erabilera moda kontua izaten da (tresnak eskaintzen dituen aukerak direla, sortzen diren beharrian berriak asetzen dituela, etab.). Egun, hauek dira ohikoenak:


 **Facebook**. Lagun eta familiekin konektatzeko, bizipenak eta baliabideak elkarbanatzeko (webguneak, argazkiak, etab.) edota lagunak eta familia kideak bilatzeko erabiltzen da. Eremu profesionalean, marketinga egiteko eta zabalpenerako tresna gisa baliagarria da, baita profesionalen arteko harremana erraztu eta profesional berrien kontaktu berriak egiteko ere.


 **Twenti**. Gaztetxoei bideratutako sarea soziala dugu. Hainbat aukera eskaintzen ditu: lagunak gonbidatuta, argazkiak eta bideoak argitaratu, planak (jarduerak, ekintzak, kontzertuak, hitzaldiak...) sortu eta hauetan parte hartu, lagunekin kontaktatu, mezuak bidali, txateatu, webgune baten jarduerak jarraitu...


 **myspace**® a place for friends Blogak sortzeko, argazkiak, musika edo bideoak igotzeko, lagunak eta lagunaren lagunak ezagutzeko... aukera ematen ditu.

 **Twitter**. Komunikazio bidirekzionala baimentzen du. Mezu edo "tweets" mugatuak ditu (140 karaktere). Bi zerrenda ditu, "jarraitzaileak" eta "jarraituak", hau da, zerrenda batean jarraitzen zaituzten pertsonak azaltzen dira eta bestean, zuk jarraitzen dituzunak. Norbaiti jarraitzeak, bere "tweets"-ak irakurtzeko aukera duzula esan nahi du. Norbaitek zu jarraitzeak, ez du esan nahi, zuk bera jarraitzeko betebeharra duzunik. Twitterrak, azken orduko albisteak irakurtzeko, pertsona interesgarriak edo ospetsuak jarraitzeko, iritziak eman eta konpartitzeko balio du besteak beste.

 **LinkedIn**. Profesionalen sare nagusia da mundu mailan. Kontakturako zerrenda edo taldeak sortu daitezke.

 **Instagram**: Argazkiak moldatu, efektuak jarri, editatu eta argitaratzeko programa edo aplikazioa dugu, gerora sare sozial desberdinetan partekatze: facebook, twitter, blogak, flickr...

 **YouTube** Sareko telebista bezala definitu daiteke (programa desberdinak aurki daitezke: musika, aisialdia, edertasun eta moda, kirola, zientzia eta hezkuntza kanalak...). Are gehiago, norbere telebista programa edo kanal propioa sortzeko aukera ematen du (dohainik). Izan ere, zaila izan arren, bada YouTube kanal propio baten bidez aberasten dena (horretarako kanal hori milaka jendek ikusi behar du).

 **Skype**: munduan zehar dagoen pertsona edo enprekin harremana izateko eta mantentzeko tresna da. Dei, bideo-deien (binaka nahiz kolektiboki) eta berehalako mezuen bidez, familia eta lagunekin edo lankide, sozio eta bezeroekin harremana izateko bide da, bereziki hauek beste herrialde batean aurkitzen badira.

Esan beharra dago, sare sozialen arriskua, tresna berean baino erabiltzen duen pertsonarengan dagoela. Pertsona bera da sarearen erabiltzaile izan edo sareko produktu bilakatzeko hautua egiten duena. Oinarri hori hizpide, ezinbestekoa da sare sozialen erabilera egokia zein den ezagutzea, batetik, menpeko egingo gaituen praktika batean ez bilakatzeko eta ondorioz inguratzen gaituzten pertsonetatik fisikoki

eta emozionalki ez bakartzeko, eta bestetik, iruzur egin, nortasun usurpazioa edo erasotua ez izateko.

Sare sozialetan mota askotako erasoak eman daitezke: Ciberbullying-a o eraso psikologikoa, ume edo gazte batek beste bati bide elektronikoen bidez (Internet, sare sozial, mugikor bidez, etab) egiten dion jazarpena litzateke. Era anonimo batean egiten den eraso izanik eta berehalako zabalpena duela aintzat hartuta, eskuartzea zaila izaten da. Grooming: umeei eta nerabeei egiten zaien zibereraso sexuala. Sexting: pertsona batek norbere buruari egindako argazki edo bideoak (hau da, karga erotikoa edo gorputz biluzia agertzea) edota beste pertsona batek beste bati bere oniritziarekin egindakoak, hirugarren pertsona bati edo batzuei baimenik gabe telefono mugikor bidez bidaltzea.

### **Aurre egiteko (prebenitzeko) gomendioak:**

- Seme-alabekin hitz egin beraien burua babestu dezaten: hitz egin pribatutasuna eta intimitateari buruz (zein datu eman ditzaketen, zeintzuk ez; ze argazki partekatu dezaketen...), zergatik saihestu behar duten argazki edo bideoak erabiltzaile ezagunei bidaltzea, etab.
- Beraien ekintzek duten eragina eta ondorioa azaldu (moralak, legalak...), norbere esperientzietatik abiatuz, egunerokoan gertatzen diren adibideez baliatuz edota ezagun edo ingurukoren baten kasua azalduz.
- Enpatia landu: seme-alabei besteren lekuan jartzen eta desberdina dena errespetatzera irakatsi eta beste ikuspuntu batzuk agertu beraien perspektiba zabaltzeko. Sare sozialetan egindako minaren berehalako edo zuzeneko pertzepzioa eta enpatia garatzeko zailtasunak daude.
- Seme-alabekin hitz egin beraien emozioez, bizipenez eta, oro har, harremanez (laguntasun harremanez, bikote harremanez...).
- Arrisku egoera antzematean, tutoreei adierazi hezkuntza zentrotik protokoloa aktibatzen. Delitu baten aurrean bagaude, ertzaintzarenera jo.

### **Zer egin dezakegu familia bezala sare sozialen aurrean?**

- Sare sozialekiko ikuspegi eta jarrera positiboa izan.
- Gure seme-alabek erabiltzen dituzten sare sozialei buruzko informazioa izan. Sare sozialetan egiten dutenaz hitz egin.
- Etxean, ordenagailua guztiona den espazio batean jarri eta ordenagailuan *guraso kontrola* deritzona aktibatuz.
- Interneta erabiltzeko ordutegia jarri eta kamera web-arekiko erabilera egokia sustatu.
- Seme-alabei beraien aisialdian kirola praktikatzera, hizkuntzaren bat edo beste ikastera edo zaletasunen bat izatera animatu. Horrela beste gazte batzuekin harremanetarako aukera izateaz gainera, komunikazio digitalaren erabileraren eta kontaktu fisikoa eta emozionalaren artean oreka mantenduko da.

### **Bibliografia y Webgune interesgarriak**

- Antonio Romero, Juan. (2015). Menores En La Red: Manual De Seguridad Para Padres y Educadores. El Toro Mítico.
- Puyol Pérez, Andrés. (2010). Nuevas Tecnologías: Nuevas Adicciones: Guía Pedagógica Con Casos Prácticos (Escuela De Padres). Grupo Gesfomedia.
- <http://www.kiddia.org/guia/index.html>
- [http://www.kiddia.org/guia\\_adolescentes/index.html](http://www.kiddia.org/guia_adolescentes/index.html)

**ETXADI.** [0-18 urte bitarteko seme-alabak dituzten familientzako doako Orientazio Zerbitzua](#)  
Egin zure kontsulta **Telefono bidez:** 94405 1549 (Asteartero: 11:30etatik 13:00etara eta 17:00etatik 18.30etara) edo [www.etxadi.org](http://www.etxadi.org) webgunean **Urola Garaia Mankomunitateko inprimakia betez.**