



Iratxe Esnaola
Informatika ingeniaria

Gaztetxoak eta teknologiekiko menpekotasuna

Mundu mailan %5-10 omen dira adikzio digitala pairatzen duten erabiltzaileak; 200 milioi pertsona inguru. Espero da, gainera, ko-

puru horrek gora eta gora egitea. Adituek diotenez, plazeraren emozioa sortzeko ahalmena duen elementu batek, adikzioa edo menpekotasuna sortzeko aukera handiak ditu. Hortaz, Internetek, bideojokeak, eta komunikatzeko balio duten tresnek (Whatsapp edo posta elektronikoa, kasu), adikzioa sortzeko adina plazer sortzen dute, ziur aski.

Zentzu horretan, gero eta gehiago dira euren seme-alabek teknologiekiko duten menpekotasunarekin kezkatzen diren gurasoak eta hezitzaileak. Aste barruko egunetan jarritako erabilera arauak eta mugak betetzen omen dituzte, baina asteburutan ordu mugarik jartzen ez denez, asteburu osoa smartphonearen bueltan igarotzen omen dute. Erantzun beharko litzatekeen lehen galdera da honakoa (gaztetxoaren adinaren eta izaeraren arabera, noski): asteburutan, bere denbora librean ez da mugarik jarri behar?

Ezin dugu ahaztu gaztetxoek komunikazioko eta aisialdiko elementu nagusi bilakatu dela smartphonea (asteburutan mugarik ez jartzeak izango du zeresanik horretan, noski). Ildo horretan, adituen arabera, erabilera erregulatua eta ez erregulatua artean dagoen aldea ez da denbora terminoetan neurtzen, eguneroko bizitzan duen eraginean baizik. Hau da, smartphonearekin denbora asko igarotzeak, bere horretan, ez omen du menpekotasuna adierazten. Erabilera hori eguneroko bizitza oztopatzen edo eragozten hasten den unean, has omen gaitezke, hastekotan, menpekotasunaz hitz egiten. Hortaz, smartphoneari begira ematen duen denboraz harago, bere jarrerak eta egunerokotasunak izan duen aldaketa ere aztertu behar dugu, menpekotasunaz ari garen edo ez erabakitzeko.

Guraso askok menpekotasunaren sintomak zein diren galdetzen didate. Izan daitezke hauek: euforia adieraztea (erabiltzerakoan), baina baita antsietatea eta erru sentimendua (erabilera erregu-

latzea lortzen ez duelako) ere; loak ezin hartzea, burua aktibo izateagatik; eta, noski, senideekiko eta lagunekiko harremanak zaintzeari uztea.

Egin diren azterketen arabera, ezberdintasunak atzematen dira emakumezkoen eta gizonezkoen menpekotasunen artean. Emakumezkoek *chat*, enkante edo subasta eta erosketa webguneekiko menpekotasuna izaten omen dute, kasurik gehienetan. Gizonezkoek, berriz, *on line* joko, eduki sexuarekiko eta rol jokoekiko. World of Warcraft da horietako bat, mundu mailan ia 12 milioi erabiltzaile dituen (tartean, 10-12 urteko gaztetxoak).

Baina menpekotasun hori zergatik sortzen da? Adituek diotenez, arrazoi asko daude: anonimotasunerako aukera, talde-kidetzat sentimendua eta desinhibitze bidea dira garrantzitsuenak. Honen eskutik, noski, zenbait arrisku datoz: arazo emozionalak, batez ere harremanak sortu eta mantentzeko.

Horren guztiaren aurrean, adituek ematen dituzten gomendioak askotarikoak dira. Batzuk ordenagailuaren edo smartphonearen erabilera debekatzearen aldekoak dira. Nik besteekin egiten dut bat, debekua baino, erregulazioa helburu izango duten mugak jartzearen aldekoa bainaz: erabilera mugatuz, beste ekintza sozial batzuk sustatuz eta, behar izatekotan, laguntza profesionala eskatuz. Horri honakoa gehi diezaiokegu: lotara joan baino ordubete lehenago (gutxienez) smartphonea itzaltzea (loan eragina duelako), baita bazkari eta jatorduetan ere, eta, zergatik ez, denbora librearen zati batzuetan (denbora librea smartphonearekin gabe ere bizi dezan).

Horretarako, ordea, guraso edo hezitzaileak eredu izan behar du. Eta askotan sumatzen dut, hain justu, norberaren jarreraren gaineko hausnarketa hori falta dela, kezka osoa seme-alabengan proiektatuz. Eta, izan, eredu izatea da besteei mugak erakusteko biderik eraginkorrenetako bat. •



Gaztetxoek aisialdiko eta komunikazioko elementu nagusi bihurtu da smartphonea.

GAUR8