

Sakelako Telefonoa

Erabilera egoki baterako gida



Ayuntamiento
de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko
Udala



ASOCIACIÓN ALAVESA
DE JUGADORES EN
REHABILITACIÓN
ERREABILITAZIOAN DIREN
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA

GU ETA SAKELAKO TELEFONOA

Komunikabide honek ahalbidetzen digu harremanetan egotea jarraian eta azkar batean familiakoekin edo lagunekin...

la ezinbestekoa den zerbait bihurtu da, baliagarritasun handiak eskaintzen dizkigu eta; besteak beste, iratzargailua, eskuko erlojua, grabagailua, argazki kamera, agenda, irratia, mp-a, interneterako sarbidea, jokoak...

Gure gustuen arabera apaindu ahal dugu eta azken modeloa duenak taldearen arreta bereganatu ahal du.



Zertarako ERABILTZEN dugu sakelako telefonoa?

Mezuak jaso eta bidaltzeko (sms-ak).
Argazkiak egin, bidali eta jasotzeko.
Bideo jokoetan jokatzeko.
Bideoak grabatu, bidali eta jasotzeko.

*Iturria: "Sondeo sobre el uso del
teléfono móvil en la población
escolar de Vitoria-Gasteiz"
(ASAJER, 2006-2007)*



Sakelako telefonoa erabiltzearen ondorioz sortzen diren arrisku batzuk

Sakelako telefonoari "lapatuta" egotea, ez dugu inoiz itzaltzen eta aldean eduki gabe ezin gara egon.

Gehiegitan erabiltzea beharrezkoak ez diren deiak egiteko edo mezuak bidaltzeko. Denok ohitura txar bat dugu: elkarrekin gaudenean ez dugu erabakitzen noiz geratu, geroago elkarri deituko diogulako. Horrek eragiten du deika, birdeika eta mezuak bidaltzen ibili beharra.

Sakelako telefonoan gastatzen duguna arazo larria bihur daiteke. Gainera, gurasoek ordaintzen dutenez, normalean ez dugu kontrolatzen.

Nahi ez duten pertsoneri argazkiak egitea edo bideoak grabatzea eurek jakin gabe. Egoera larriak edo bortitzak jasotzen dituzten bideoak amaraunean eskegitzea edo terminal batetik bestera pasatzea baimenik gabe.

Helduentzako, legez kanpoko edo sailkatutako edukietara heltzea.

AHOLKU BATZUK

TELEFONOA ZENTZUZ ERABIL DEZAGUN. Ez dugu egun osoa eman behar telefonari "lapatuta". Ezarri ditzagun erabiltzeko ekintzen edo beharren araberako arau batzuk.

Ez dugu egun osoa sakelako telefonoa piztuta eduki behar. Itzali ahal da behar ez dugunean: ikasten ari garenean, eskolan, lo egiten dugunean, zineman gaudenean ...

Lagunekin gaudenean saiatuko gara denbora osoa ez ematen telefonoari begira jakiteko deiren bat edo mezuren bat jaso dugun (egoera bereziren batek hala eskatzen ez bada, behintzat). Jokabide horrek jendetasunik eza erakusten du eta lagunentzat desatsegina izaten da.



Argi eduki behar dugu nori bidaltzen dizkiogun argazkiak, bideoak... Baliteke informazio hori pasatzea nahi ez dugun edo ezagutzen ez ditugun pertsoneri.

Sakelako telefonoa gurea bada, gastuak ere bai. Gastua ordaintzen parte hartu behar dugu eta helburua izan behar da guk ordaintzea, kontsumoa zenbatekoa den gora-behera.

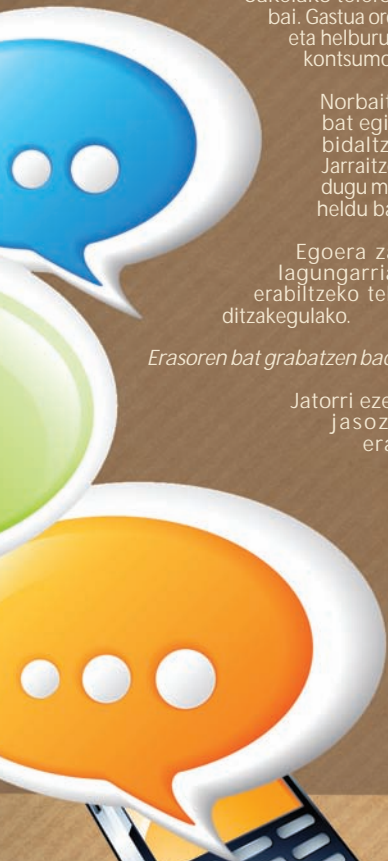
Norbaitek gogaitzen gaituen deiren bat egiten badigu edo mezuren bat bidaltzen badigu, blokea dezagun. Jarraitzen badu bere horretan, onena dugu mezua gordetzea eta gurasoei edo heldu bati erakustea.

Egoera zailetan sakelako telefonoa lagungarria izan daiteke, larrialdietan erabiltzeko telefono batzuk gordeta eduki ditzakegulako.

Erasoren bat grabatzen badugu, gu ere erasotzen ari gara.

Jatorri ezezaguneko deiak edo sms-ak jasoz gero, onena dugu ez erantzutea. Zalantzarik gabe gurekin harremanetan egotea nahi dugun pertsonen datuak gordeta izango ditugu telefonoan.

Kontuz ibili jasotzen dugun publizitate-arekin. Ondo irakurri eta eskatu ondo azaltzeko kontratuei, txartelei, tarifei buruzko informazio guztia.



SEXTING-a

Sex “sexua” + **texting** “mezuak bidaltzea”

Sexu-edukia duten irudiak bidaltzean datza. Zehazki, sakelako telefonoarekin norberaren argazkiak ateratzea (edo bideoak grabatzea) erdi biluzik edo biluzik, eta bidaltzea ezagunei, edo normalean, bikotekideari.

Oso inportantea da kontuan hartzea honek duen arriskua. Batzuetan, garai batean bidalitako edo emandako irudi bat sakelako telefonotik telefonora ibil daiteke edo amaraunean eskegita egon daiteke lehengo harreman hura apurtu delako.

Kasu horietan irudian agertzen den pertsona babesik gabe sentitzen da, bere intimitatea urratu delako, eta horren ondorioz, burlak, garrazkeriak edo beste eraso batzuk jasan behar ditu.

Askotan sufrimendua hain da handia oso zaila dela aurrera egitea.



Sexting-ari aurre egiteko ideia batzuk

- 1** Irudi bat bidali baino lehen, ONDO PENTSATU. Sakelako telefono baten bidez bidaltzen duzuna ezin izango duzu kontrolatu gerora eta baliteke pertsona askok eskura izatea. Gaur egun zure lagunak dira, baina bihar zeinek daki. Kasu batzuetan ezagutzen ez dituzun pertsonak zure irudiak jasoko dituzte.
- 2** DELITU baten aurrean egon gaitezke. Adin txikikoek euren borondatez elkarri pasatzen badizkiote argazki esplizituak, legez kanpoko gertaerei buruz hitz egin dezakegu, hala nola, haur pornografia sortzea, edukitzea eta banatzea. Horrelako irudirik heltzen bazaizu, ezabatu, eta norbait kaltetzen duelakoan bazaude, esan heldu bati.
- 3** IRUDI batek legearen babesa du, izan ere, DATU PERTSONALTzat hartzen da. Argi eduki behar duzu irudiak ezin direla erabili agertzen diren pertsonen baimenik gabe.
- 4** Telefonoan pertsona baten irudia edukitzeak ez du esan nahi irudi horrekin egin dezakezula gogoak ematen dizuna, nahiz eta pertsona horrek baimena eman izana argazkia ateratzeko.
- 5** Legeak zu babesteko daude, eta era berean, besteak ere babesten dituzte. Arauak errespetatzen ez badituzu, kargu hartu ahal izango dizute.
- 6** EZ EGIN, EZ EGIN BARRE, EZ GORDE ISILEAN. Ezagutzen baduzu sexting-ak eragindako umilazio egoera edo jazarpena jasaten ari den norbait, egin zerbait. Sustatzen baduzu, horren arduraduna izango zara, eta isiltzen bazara, lagunduko diezu jazarpena eragiten ari diren pertsonari.



CIBERBULLYING-a

Berdinen arteko eraso psikologikoa da, denboran errepikatzen da, pertsona batek edo batzuek beste baten kontra egiten dute eta teknologia berriak erabiltzen dituzte (Interneta, Sakelako telefonoa...).

Ciberbullying-a jasaten duen pertsona oso egoera mingarrian egoten da, batzuetan, jasanezina. Neska-mutilek ez dute ezer esaten ausartzen ez direlako eta beldur handia ematen dielako.

Era berean, ingurukoek ikusi arren zer gertatzen ari den, ez dira ausartzen ezer esatera.



Sakelako telefonoa jazarpen tresna moduan

Behin eta berriro eta ezorduetan egiten diren dei anonimoak: batzuetan ez dute ezer esaten, beste batzuetan biraoak edo oihuak entzuten dira edo pertsona lardieriatzen dute.

Eduki desegokiak dituzten testu-mezuak: batzuetan krudelak izan daitezke.

Ahots-mezuen bitartez iraindu, mehatxatu... egiten da.

Pertsona baten argazkiak: gehienetan eragindako pertsonaren baimenik gabe lortutakoak izaten dira, eta egoera umiliagarria islatzen dute, gainera beste batzuei ere bidaltzen zaizkie eta horrek umilazioa handiagoa dakar.

Bideo grabazioak: bertan ikus daiteke eragindako pertsona tratu txarrak jasaten.

Argazkiekin gertatzen den moduan, jende gehiagori bidaltzen zaizkio.

Nola egin aurre CIBERBULLYING-ari

Ez erantzun eduki desatseginak dituzten mezuei edo ezezagunek bidalitakoei.

Probokazio baten aurrean, nahiz eta ikaragarri haserretu, ez erantzun, izan ere, horixe nahi du erasotzaileak; bide emango diozu bere jarrerarekin aurrera egiteko eta gauzek okerrera egin dezakete.

Inportantea da jaso duzun mezua gordetzea, horixe izango baita gertatzen ari denaren froga. Halaber, gorde itzazu norberarentzat edo besteentzat eduki mingarriak dituzten bideoak edo argazkiak.

Blokea ezazu jazarpenera egoera eragiten ari den telefono zenbakia.


Jazarpen egoera bat jasaten ari bazara, eskatu laguntza. Kontaiozu zure konfiantzazko pertsona bati. Ez gorde zuretzat egoera hori, besteek zer pentsatuko duten beldur zarelako. Isilltasunak ahalbideratzen du jazartzaileak bere horretan jarraitzea eta indartu egiten ditu jokabide kaltegarriak.

Salatu egoera laguntza eman ahal dizuten pertsonen aurrean.

Eta batez ere,
BESTEAK ERRESPETATU ETA
ZEURE BURUA ERRESPETATU



WEB ORRI INTERESGARRIAK



www.onlinezurein.org
www.protegeles.com
www.micueva.com
[www.euskadi.net/
kolegainfo](http://www.euskadi.net/kolegainfo)



Ayuntamiento
de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko
Udala



ASOCIACIÓN ALAVESA
DE JUGADORES EN
REHABILITACIÓN
ERREABILITAZIOAN DIREN
ARABAKO JOKALARIEN ELKARTEA