

# MUGIKORREN ERABILERA



# 1. AURKEZPENA

---

## Zergatik?

- **Kezka**
- **Ardura**

## Zertarako?

- **Hausnarketa**
- **Kontzientziazioa**
- **Komunitatea**



## 2. MUGIKORRAK ETA HAURRAK

---

**Zer dio neurozientziak? \***

**Garunaren garapenean eragina:**

- **Gehiegizko estimuluak → errealitatean aspertu, arreta mantentzeko zailtasunak**
- **Aldaketa kimikoak → dopamina**
- **Kokainaren efektu bera → menpekotasuna**

---

\* Peter Whybrow, UCLA Unibertsitateko Neurozientzia Zuzendaria

## 2. MUGIKORRAK ETA HAURRAK

---

### Arriskuak gaztearengan:

- **Menpekotasuna**
  - **Isolamendua**
  - **Harreman “fisikoak” izateko zailtasunak**
  - **Antsietatea (FOMO – Fear of Missing Out)**
  - **Autoestima baxua**
  - **Depresioa**
  - **Loarekin arazoak**
  - **Eskola jarduera eskasa**
  - **...**
-

## 2. MUGIKORRAK ETA HAURRAK

---

### Arriskuak sarean:

- **Grooming-a**
- **Ziberbullying-a**
- **Gossiping-a**
- **Identitate lapurreta**
- **Phising-a**
- **Engainuak**
- **Online apustuak**
- **Erronka biralak (ballena azul)**
- **...**



### 3. ZERGATIK EROSTEN DIEGU MUGIKORRA?

---

- . Baztertua izan ez dadin
- . Azkena izan ez dadin
- . Gurasoon lasaitasunerako
- . “Gizarteak bultzatzen gaituelako”
- . ...



## 4. GURASO TALDEA LANEAN

---

- ✓ **Ikastolako Guraso Eskolatik ateratako taldea.**
  - ✓ **Gaia aztertzen gabilta, sakontasun eta esparru asko ukitzen ditu.**
  - ✓ **Alde praktikotik, aurreneko mugikorra noiz erosiko diegun aztertzen gabilta.**  
**12 urterekin gure inguruan orokorrean, nahiko onartua dagoen arren, guri azkarregi iruditzen zaigu.**
  - ✓ **Lanean dihardugu eta Ikastolako guraso guztiak ekarpenak egitera gonbidatuta zaudete.**
-

---

**Eskerrik asko!!**

---