

MUGIKORRAREN ERABILERA NERABEZAROAN

Gaur egungo gizarte modernoan, mugikorra ezinbestekoa bihurtu da gure bizitzan, entretenitzeko eta komunikatzeko modu berri bat izanik. Teknologia hau gabe bizitzea ia ezinezkoa da, eta abantaila ugari eskaintzen ditu. Gailu hau erabiltzeko aukera izatea positiboa eta aberasgarria iruditzen zait; hala ere, arriskuak eta ondorio txarrak ekar ditzake, nerabeen ongizatean eta garapenean eraginez. Horregatik, garrantzitsua da erabilera arduratsua egitea.

Ikerketen bidez frogatuta dago 16-17 urteko gazteen artean ondorio txarrak agertzen ari direla, batez ere, osasun mentalean eta harreman pertsonaletan. Mugikorraren gehiegizko erabilerak lo-arazoak, antsietatea eta autoestimu baxua sor ditzake, eta, gainera, aurrez aurreko komunikazioa murriztu da, gatazkak sortuz eta harremanak kaltetuz.

Nire egunerokoan oinarrituta, gero eta nerabe gehiago ikusten ditut sare sozialetan murgilduta. Nahiz eta Instagram, TikTok, YouTube... bezalako aplikazioek informazio ugari eskaini eta gazteen aisialdirako plataforma erakargarriak izan, erabilera okerra nabaritu da gizartean. Nerabeek denbora gehiegi igarotzen dute pantailen aurrean, beste jarduera garrantzitsu batzuk alde batera utziz, hala nola, kirola edo irakurketa. Gainera, sare sozialetan irudi perfektua nagusitzen da, eta horrek segurtasun eza eta autoestimu baxua eragin ditzake, gazteak etengabe konparatzen baitira besteen bizitza idealizatuekin. Ondorioz, antsietatea eta frustrazioa nabarmentzen dira, gazteen ongizatea kaltetuz, eta kasu larrienenetan, depresioa edo suizidiora iristeko arriskua ere badago.

Bestalde, komunikazioari dagokionez, mugikorrak lagunekin eta familiarekin harremanak mantentzeko erraztasuna ematen du. Edozein unetan eta edozein lekutatik komunika gaitezke, baina honek ere alde txarrak izan ditzake. Zenbat aldiz ikusi ditugu gazteak beraien artean sortutako gatazkak mugikorraren bitartez konpontzen saiatzen? Egoera horietan, askotan, aurrez aurre hitz eginez argitu beharreko arazoak okerrera egiten dute, gaizki-ulertuak sortzen baitira gehienetan.

Mugikorraren atzean ezkutatuta errazago egiten dira irainak edo iradokizun desagokiak, eta horrek harremanak okertu ditzake. Horrez gain, benetako komunikazioa murriztu egin da, aurrez aurreko elkarriketak galduz.

Laburbilduz, mugikorrek eta sare sozialek aukera ugari eskaintzen dituzte eta erabilera egokia eginez gero, aberasgarriak izan daitezke. Hala ere, erabilera desegokiak ondorio negatibo larriak ekar ditzake. Horregatik, ezinbestekoa da erabilera arduratsua egitea, oreka bilatzea eta benetako harremanak zaintzea, teknologiak gure bizitza kontrola ez dezan.

Jasmin Eldosh Amenabar

Azpeitiko Urola Ikastola BHI

DBH 4B