

NERABE TALDEEN PROPOSAMENA 22-23 AUTERKIA 3.0 PROGRAMA

FITXA TEKNIKOA

PROGRAMAREN IZENA: AuTerkia 3.0

Deskribapena: Prebentzio egokituko programa, nerabeei zuzendua, AuTerkia programaren antzeko egitura duena (hainbat taldetan garatu da 21-22 ikasturtean), baina online testuinguruetan, urrakortasunetan eta erabilerarekin lotutako arriskueta ardaztua.

Justifikazioa:	<p>Justifikazioa: Sare sozialen eta sareko bideojokoen bidez online testuinguruak modu desegokian erabiltzea nerabeen arrisku-egoeren iturri garrantzitsuenetako bat da, eta nerabeekin lan egiten duten profesionalen (irakasleak, hezitzaileak, osasun-sistemako profesionalak, etab.) kezka handienetako bat da, espazio horiek gainbegiratzeko, erabileran mugak jartzeko eta adingabeengan kaltea eragin dezaketen egoerak detektatzeko zailtasuna dela-eta.</p> <p>Egungo datuen arabera, nerabeen % 10ek baino gehiagok pairatu dute ziberbullying. Egiaztatuta dago nerabeek, kasu gehienetan, ez dakitela beraiek detektatzen arrisku-egoerak, eta, hala badagokio, online jazarpena jasan duten nerabeen % 25ek baino gehiagok onartzen dute ez dutela jakin norengana jo laguntza eskatzeko.</p> <p>Horregatik, lehentasunezko estrategia da online autobabeserako gaikuntza eta gurasoei laguntza ematea seme-alaben baliabide teknologikoak behar bezala erabiltzeko gainbegiratzeko eta orientazio-lanetan aholkatzeko. Hala adierazten da Haurren eta Nerabeen aurkako Indarkeriaren aurkako Euskal Estrategian (71. or.).</p>	
Hartzailen profila	<p>2-15 urteko nerabeak, IKTen erabilera desegokia egiten ari direnak, kalteberatasun- edo arrisku-egoeren eraginpean daudenak. Zehazki, honako nerabe hauek:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. ziberbullying gertakariak jasan dituztenak edo jasaten ari direnak. b. xantaien edo nortasun-ordezpenen biktimak izan badira edo arriskuan badaude. c. Jazarpeneko, xantaiako, indarkeriazko mezueta eta berdinekiko jokabideak izan dituzte (jokabide arinak). d. nolabaiteko gizarte-isolamenduko egoeretara iristen ari direnak (berdinen bazterketagatik edo norberak aukeratutakoagatik) e. erabili sare sozialak eta online jokoak gehiegikeriaz eta egunero. <p>2. Gurasoak. Nerabe batek programan parte hartzeko baldintza bat izango da gurasoetako batek guraso-taldean parte hartzea (ikus parte hartzeko aukerak).</p>	
Programaren helburuak	HELURU OROKORRAK	Objetivos específicos
	1.- ONGIZATE/OREKA EMOZIONALA	1.1.- Autoezagutza areagotzea. Bere indarguneen (gaitasunak) eta alderdi kalteberenen kontzientzia errealistatik jabetzea

	<p>Iortzea. AUTOESTIMU ETA SEGURTASUN PERTSONAL ona izatea.</p>	1.2.- Sentimenduak hautematea, ezagutzea, onartzea eta lantzea.
		1.3.- Emozioak komunikatzeko eta adierazteko gaitasun eta estrategia egokiak eskuratzea (jokabidearen autokontrola).
		1.4.- Hurbiltasunezko harreman lotuak hasteko gaitasunak eskuratzea.
		1.5.- Zailtasuna edo ondoeza sortzen dioten edo kalteberatasun-egoeran jartzen duten kanpoko egoerak edo iturriak identifikatzea.
		1.6.- Besteen egoera emozionalak atzematea eta ulertzea (gaitasun enpatikoa)
		1.7.- Zailtasunak eta mugak ezagutzea eta horiek gainditzeko laguntza eskatzea
		1.8.- Autoestimua indartzea
		<p>2.- GIZARTE- HARREMANETAKO ETA pertsonen arteko GAITASUNAK eskuratzea, gizarte- sare positibo bat eraiki edo mantendu ahal izateko..</p>
	2.2.- Norberaren beharrak adieraztea eta defendatzea	
	2.3.- Garrantzizko gaiei buruzko informazio erreal, esanguratsua eta koherentea izatea.	
	2.4.- Aisialdiko jokabide osasungarriak izatea	
Parte-hartzaileen kanalizazioa	Adin-profil hori eta Kasuak Kudeatzeko Programatik (PC) eta detekzio eta esku-hartze goiztiarreko programatik (IP) datozen ezaugarriak dituzten nerabeez elikatuko dira taldeak. Hautagai-zerrendek eskabide-proposamen bat egin beharko diote Kudeaketa Unitateari, eta hark, hala badagokio, parte hartzeko oniritzia emango dio.	
Iraupena	Iraupena 2023ko martxoaren 7tik ekainaren 6ra	
Taldeen osaera:	8-10 neraberen taldeen osaera. Adinaren eta profilaren aldetik nolabaiteko homogeneotasuna duten taldeak.	
Profesionalak	2 hezitzaile taldeka	
Saioen kopurua	NERABEAK: 90 minutu eta bi ordu arteko 13 saio. GURASOAK:	

	<p>A aukera: guraso-taldea. Taldearen hasiera atzeratzea (martxoaren amaiera), gurasoek gurasotasun positiboko talde espezifikoago batean parte har dezaten ahalbidetzeko, 2-3 saio gehituta. Saio horiei buruz egin ohi dira, Internet eta sareen arrisku eta aukeretan eta lotutako egoeren maneian sakontzeko.</p> <p>B aukera: taldean ez parte hartzea erabakitzen duten gurasoak aurkitzen baditugu eta haien seme-alabak taldeko esku-hartzetik kanpo ez geratzeko helburuarekin: gurasoen jarraipena:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hasierako elkarrizketa. Auterkia 3.0 neraberen esparrua, taldean parte hartzeko motibazioa (motibazio-elkarrizketa), lankidetzaren garrantzia, lankidetzaren kontratua, lehen jarraibideak. - Jarraipenerako elkarrizketak: jarraibideen jarraipena. Aldaketak behatzea - Itxiera-elkarrizketa: prozesuaren balorazioa. Hurrengo talde-proposamenetarako motibazioa. <p>4 elkarrizketa kalkulatuko ditugu.</p>
Programaren egitura nerabeekin	<ul style="list-style-type: none"> -1 ESPARRUA ETA IGURIKIMENAK ARGITZEKO SAIOA (banaka parte-hartzaile bakoitzarekin) - TALDEKO GIROA SORTZEKO ETA INTIMITATEA BABESTEKO ETA KUDEATZEKO GAKOETARA HURBILTZEKO 3 SAIO. - 9 SAIO TEMATIKOAK-PREBENTZIO PROGRAMA - EBALUAZIO- ETA AMAIERA-SAIO 1 <p>PROZESUAREN ERDIAN BANAKAKO SAIO BAT EGINGO DA PARTE-HARTZAILE BAKOITZAREKIN.</p>
Leku, eguna eta ordutegia	<p>Nerabeak-Kontadoreak. Asteartetan 17:00tatik 19:00tara Gurasoak: Nafarroa Behea-ko lokalean. Ostegunero 17:00tatik 19:00tara</p>
Dibulgazioa	<p>Programa zehatz-mehatz aurkeztuko zaie PC eta IP ekipoei, eta egoki iritzitako ikastetxeetan aurkezteko aukera eskainiko da.</p>
Ebaluazioa	<ol style="list-style-type: none"> 4. Ezagutze Testa IS4KIDS Pre-post. https://www.is4k.es/node/927/take 5. Erabila Testa: Galdetegia https://www.ocu.org/salud/bienestar-prevencion/calculadora/test-adiccion-movil 6. Adierazleak P16 pre.post

