

Inkestatzailea: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Fase 14-15 años***

**11. NERABEarentzat galdetegia**

Data: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Galdeketa honek mota desberdineko galderak dauzka. Zuk galdera guztiei erantzutea oso garrantzitsua da. Ez da azterketa bat. Zure egoerara gehiago hurbiltzen zaion erantzuna aukeratu. Ez dago erantzun zuzen ezta okerrik ere.

Zure erantzunak isilpekoak dira eta era anonimoan landuko dira. Ez zure irakasleek ez zure familiaren inorrek erantzunak ikusi ahal izango dituzte.

Eskerrik asko parte hartzeagatik!

**IKASKIDEEKIN HARREMANA (OBVQ)**

Hauetako hainbat galderaren gaiak zerikusia du abusatzearekin, ikasle batzuek beste ikasle batez egiten dutenarekin. Lehenik eta behin, pertsona batez abusatzea zer den azalduko dugu. Ikasle batek abusuak jasaten ditu, gure ustez, beste batek edo beste batzuek honako hau egiten dutenean:

- iraindu, iseka egin edo ezizen mingarriak ipini

- ez ikusiarena egin edo lagun taldetik nahiz euren eginkizunetatik baztertu

- jo, ostiko edo bultza egin, edota sartuta eduki gelan nahiz komunean

- gezurretan edo gaizki esaka ibili hari buruz, edo mezu faltsuak bidali beste ikasle batzuei

- mezu iraingarriak bidali telefonoz edo Internet bidez

 “Bully” motako abusuak, oro har, **behin eta berriz egiten dira, eta abusua jasaten duen ikasleari zail egiten zaio bere burua defendatzen**. Abusutzat jo behar da, era berean, ikasle batzuek eten gabe molestatzea beste ikasle bat modu mingarrian eta maltzurki.

Baina, **ez da abusua** txantxak egitea beste ikasle bati lagun giroan eta jolasean. Ezta bi ikasle, indar bertsukoak, eztabaidatzea edo elkar borrokatzea ere.

*Jarraibideak: Beheko galderei erantzuterakoan, kontuan hartu* ***AZKEN BI HILABETEAK.***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Inoiz ez** | **Behin edo bitan bakarrik gertatu da** | **Hilean 2-3 aldiz** | **Astean behin edo** | **Astean behin baino gehiagotan** |
| **1. AZKEN BI HILABETEOTAN jazarpenik jasan duzu eskolan?** | □ | □ | □ | □ | □ |
| **AZKEN BI HILABETEOTAN jazarpenik jasan duzu eskolan, honako era hauetara?** |  |  |  |  |  |
|  (a) Ezizen iraingarriak ipini dizkidate, barregarri utzi naute, era mingarrian molestatu naute…  | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (b) Jo naute, ostiko, bultza, zimiko (atximurka) eta tu (txistua bota) egin didate, gela batean sartuta eduki naute… | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (c) Beste ikasle batzuek euren jardueretatik baztertu naute, gaizki esaka aritu dira nitaz…  | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (d) Jazarpena jasan dut: mezu, argazki edo bideo krudelak telefonoz edo Internet bidez bidali dizkidate. | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (e) Jazarpena jasan dut: nitaz komentario, argazki edo bideo pribatu krudel eta mingarriak Interneten jarri dituzte. | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (f) Iraindu naute, sexu kutsuko komentario edo keinu bidez. | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (g) Jazarpena jasan dut, baina beste era batera. | □ | □ | □ | □ | □ |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Inoiz ez** | **Behin edo bitan bakarrik gertatu da** | **Hilean 2-3 aldiz** | **Astean behin edo** | **Astean behin baino gehiagotan** |
| **2. AZKEN BI HILABETEOTAN parte hartu duzu, eskolan, ikasleren baten aurkako jazarpenetan?** | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (a) Ezizen mingarriak ipini dizkiot, iseka egin diot edo modu mingarrian molestatu dut.  | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (b) Jo dut, ostiko, bultza, egin, zimiko (atximurka) eta tu (txistua bota) egin diot, gela batean sartuta eduki dut.  | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (c) Aktibitateetatik kanpo utzi dut, ez ikusiarena egin diot, gaizki esaka aritu naiz hartaz. | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (d) Jazarri dut, hari mezu, argazki edo bideo krudelak bidaliz telefonoz edo Internet bidez. | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (e) Jazarri dut, hartaz komentario, argazki edo bideo pribatu krudel eta mingarriak jarriz Interneten. | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (f) Iraindu dut, sexu kutsuko komentario edo keinu bidez. | □ | □ | □ | □ | □ |
|  (g) Hartaz abusatu dut, baina beste era batera. | □ | □ | □ | □ | □ |

**CYBERBULLYNG (CBT)**

**Victimización**

A continuación, indica con qué frecuencia te han hecho o has padecido las siguientes conductas por parte de tus compañeros/as en los **últimos 2 meses**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Inoiz ez** | **Behin edo bitan bakarrik gertatu da** | **Hilean 2-3 aldiz** | **Astean behin edo** | **Astean behin baino gehiagotan** |
| 1. ¿Han escrito o difundido bromas, rumores, chismes o comentarios que te ponían en ridículo? | □ | □ | □ | □ | □ |
| 2. ¿Te han grabado vídeo o hecho fotografías con el móvil mientras un grupo se ríe y/o Te obliga a hacer algo humillante o ridículo? | □ | □ | □ | □ | □ |
| 3. ¿Te han grabado en vídeo o hecho fotografías con el móvil mientras alguien te golpea o te hacia daño? | □ | □ | □ | □ | □ |
| 4. ¿Han difundido secretos, información o imágenes comprometidas sobre ti?  | □ | □ | □ | □ | □ |
| 5. ¿Te han apartado de un grupo en una red social (chats, listas de amigos, etiquetas, etc.) de modo intencional? | □ | □ | □ | □ | □ |

**Agresión**

A continuación, indica con qué frecuencia te has realizado las siguientes conductas a tus compañeros/as en los **últimos 2 meses.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Inoiz ez** | **Behin edo bitan bakarrik gertatu da** | **Hilean 2-3 aldiz** | **Astean behin edo** | **Astean behin baino gehiagotan** |
| 6. ¿Has escrito o difundido bromas, rumores, chismes o comentarios que ponían en ridículo a algún compañero/a? | □ | □ | □ | □ | □ |
| 7. ¿Has conseguido la contraseña para acceder a redes sociales (nicks, claves, etc.) de un compañero y enviado mensajes en su nombre que podían hacerle quedar mal ante los demás o crearle problemas?  | □ | □ | □ | □ | □ |
| 8. ¿Has grabado vídeo o hecho fotografías con el móvil a un compañero/a mientras un grupo se ríe y/o le obliga a hacer algo humillante o ridículo? | □ | □ | □ | □ | □ |
| 9. ¿Has difundido secretos, información o imágenes comprometidas sobre un compañero/a?  | □ | □ | □ | □ | □ |
| 10. ¿Has apartado a un compañero/a de un grupo en una red social (chats, listas de amigos, etiquetas, etc.) de modo intencional? | □ | □ | □ | □ | □ |

**USO PROBLEMÁTICO DEL TELÉFONO MÓVIL (MPPUS10)**

Tipo de uso de los dispositivos de comunicación móvil (teléfono móvil, tablet o portátil).

Marca para las siguientes afirmaciones tu grado de desacuerdo o acuerdo en una escala del 1 = “totalmente en desacuerdo” al 10 = “totalmente de acuerdo” cuando piensas en tí.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Totalmente en desacuerdo** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Totalmente de acuerdo** |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 1. Cuando me he sentido mal he utilizado el teléfono móvil, tablet, o portátil para sentirme mejor | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 2. He gastado más con el móvil de lo que debía o podía pagar  | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 3. Cuando no estoy localizable me preocupo con la idea de perderme alguna llamada | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 4. Me cuesta apagar el móvil, tablet o portátil | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 5. Me noto nervioso/a si paso tiempo sin consultar mis mensajes o si no he conectado el móvil, tablet o portátil | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 6. Mis amigos y familia se quejan porque uso mucho el móvil, tablet o portátil | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 7. Si no tuviera móvil, tablet o portátil, a mis amigos les costaría ponerse en contacto conmigo | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 8. Me veo enganchado/a al móvil, tablet o portátil más tiempo de lo que me gustaría | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 9. Suelo llegar tarde cuando quedo porque estoy enganchado/a al móvil, tablet o portátil cuando no debería | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 10. Me han dicho que paso demasiado tiempo con el móvil, tablet o portátil | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |

**USO PROBLEMÁTICO DE REDES SOCIALES (SPIU-SNS)**

A continuación, verás una serie de frases que hacen referencia a tu forma de usar las redes sociales virtuales.

Recuerda que puedes considerar Red Social los “foros” y “juegos online” donde el usuario tiene que tener abierto un perfil y se interactúa con otros usuarios.

Elige la afirmación que más se acerque a tu día a día.

Antes de comenzar responde estas dos preguntas:

1. ¿Cuántas redes sociales usas? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. ¿Cuáles? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Indica qué redes sociales usas en función del tiempo que inviertas en ella. Por ejemplo, si sobretodo usas Instagram, también usas Facebook, y alguna vez Tik-Tok puedes apuntar (1) Instagram, (2) Facebook y (3) Tik-Tok.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Totalmente en desacuerdo** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Totalmente de acuerdo** |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| 1. Prefiero relacionarme con otras personas a través de las redes sociales que comunicarme cara a cara | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 2. He usado las redes sociales para estar con otros cuando me he sentido solo | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 3. Cuando no me conecto a mis redes sociales durante algún tiempo, empiezo a preocuparme con la idea de conectarme | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 4. Tengo dificultad para controlar la cantidad de tiempo que uso las redes sociales | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 5. Mi uso de las redes sociales ha producido dificultades en el control de mi vida | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 6. Me siento más cómodo comunicándome con otras personas mediante las redes sociales que haciéndolo cara a cara | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 7. He usado las redes sociales para sentirme mejor cuando he estado triste | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 8. Me sentiría perdido si no pudiera conectarme a redes sociales | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 9. Me resulta difícil controlar mi uso de las redes sociales | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 10. He dejado compromisos o actividades que tenía para estar en redes sociales | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 11. Prefiero comunicarme con la gente a través de las redes sociales que hacerlo cara a cara | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 12. He usado las redes sociales para sentirme mejor cuando me he sentido enfadado | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 13. Cuando no estoy conectado pienso obsesivamente en conectarme a las redes sociales | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 14. Cuando no tengo acceso a las redes sociales, me resulta difícil resistir el impulso de conectarme | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |
| 15. Mi uso de las redes sociales ha creado problemas en mi vida | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ |