

ERRONKA BIRALAK

Nerabeen artean arrakasta handia duten arren, arriskutsuak izan daitezke

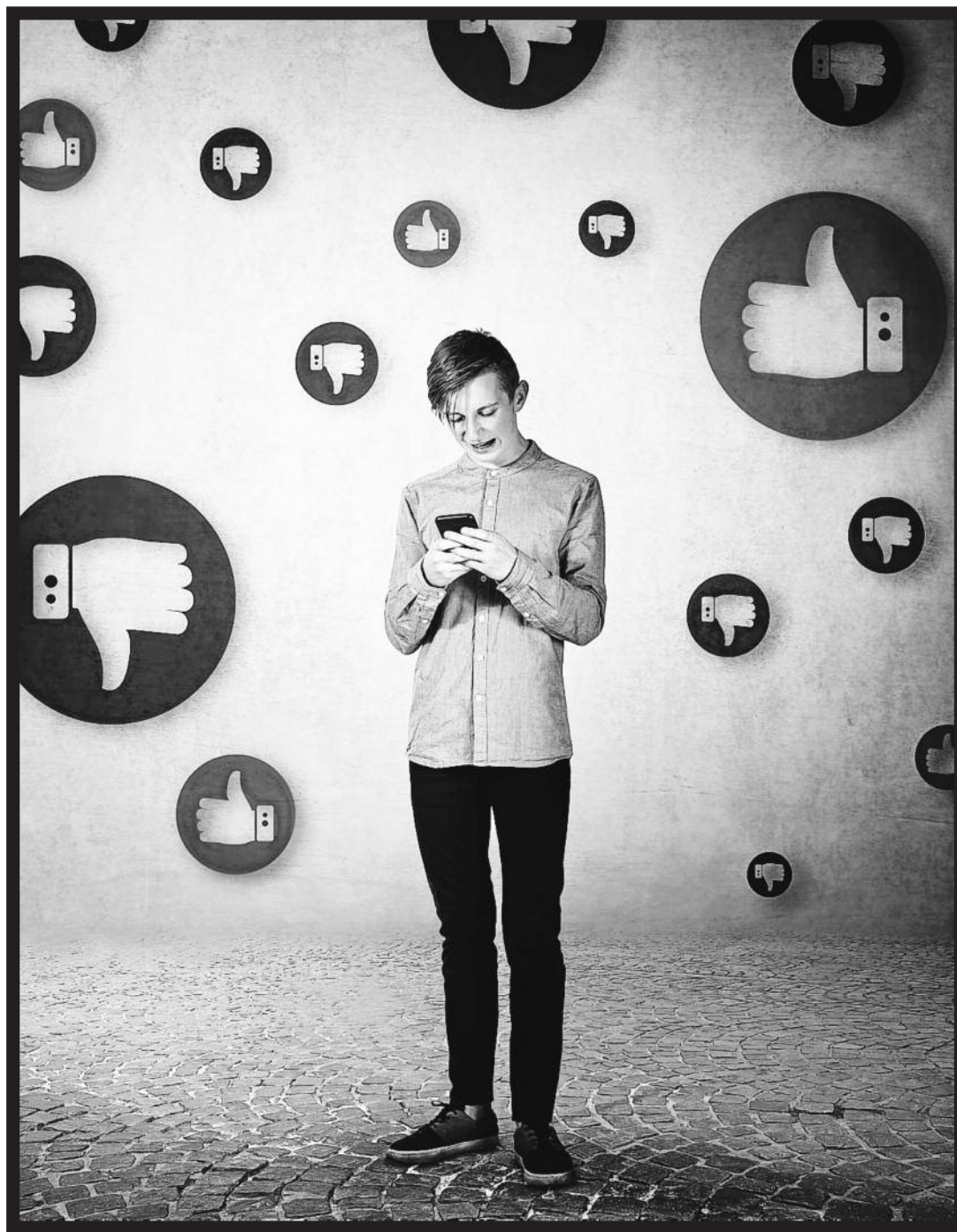
INTERNET / GAUR8

Erronka bat gainditzearen harrotasuna, besteen artean onartua izateko itxaropena edo pertsona famatu baten “ausardia” errepikatzeko aukera, hori dena eremu publikoan gertatuko dela batuta, testuinguru paregabea da gazteak sare sozialetan, batez ere TikTok eta Instagramen, bueltaka dabil-tzan erronka biralak “begiak itxita” egiten saiatzeko.

Erronka edo *challenge* horiek gero eta indar handiagoa dute. Gero eta gehiago, nerabe-zaro aurreko adinean dauden gazteak edo nerabeza-roko lehen urteetan daudenak (10 eta 14 urte arteko tartea) “atsegin dut” aukeraren “dikta-durak” bultzatuta mugitzen dira, onarpena eta ospea lortzeko beharrezkoa iruditzen zaien edozer eginez, alegia. Egunero sare sozialetan klikatzen diren 4.200 milioi “atsegin dut” horietako bat lortzeko helburuan lagungarri izan daitezke erronka hauek.

«Erronkak egoera zail edo arriskutsuak dira, gainditzea lortuko den edo ez ziur jakin ez daitezkeenak. Interneteko munduan bereziki askotarikoak eta aldakorak dira, eta jende askok jarraitzen eta egiten ditu oso denbora gutxian, batez ere gazte jendea erakarrit, jolas baten moduan hartzen dituztelako», dio Irene Montiel UOC Kataluniako Unibertsitate Irekiko Zuzenbide eta Zientzia Politikoen ikasketetako irakasleak. Montiel VICRIM - Justizia Penalaren Sistema taldeko ikertzailea ere bada, eta gehitu duenez, erronka hauek «jarraitzaile eta ‘atsegin dut’ asko lortzeko modu oso azkarra izan daitezke».

Sare sozialen bidez zabaltzen diren erronka biral edo «challenge» famatuak dibertigarriak izan daitezke, eta baliagarriak jarraitzaileak pilatu edo «atsegin dut» bidez onarpena jaso nahi duten gazteentzat. Baina arriskua ere izan dezakete, erabilera desegokiak arazo fisikoak nahiz psikologikoak sor ditzakeelako.



Pediatriako Akademia Amerikarrak baieztatzen duenez, sare sozialek portaera eskandalagarriak saritzen dituzte. Zenbat eta arraroagoa izan, are eta harroago agertu daiteke egindakoaz. Zalantzarik gabe, inguru digitalak erraztu egiten du oraindik erabat heldu gabe dagoen nerabeen burmuinak ez pentsatzea bere ekintzen ondorioetan. Nerabeek ez dute behar besteko denbora hartzen pentsatzeko arropa garbitzeko xaboia edanez gero ezta-rria erreko zaiela, edo difenhidramina (Benadryl) bezalako sendagai baten erabilera desegokiak bihotzean arazo larriak, konbultsioak edo koma egoera sor ditzakeela. Beraien ikusten dutena da gelakideren batek egin zuela eta ehunka “atsegin dut” eta iruzkin lortu zituela plataforma digital jakin batean.

TikTok sare sozialak finantzatutako ikerketa baten arabera, 13 eta 19 urte arteko gazteen %21ek hartu dute parte noizbait Internet bidezko erronka batean (galdetutakoen %14k 13 eta 15 urte artean zituzten eta %9k 18 eta 19 urte artean), eta %2k onartzen dute arriskutsutzat zuten erronkaren batean parte hartu izana (Praesidio Safeguarding, 2021).

Espainiar Estatuaren kasuan, erronka mota desberdinak, satisfazio gradua eta nerabeek Interneteko erronka horiek egiteko dituzten motibazio sozialek ezagutzeko helburuarekin Errioxako Nazioarteko Unibertsitateak berriki egin duen ikerketa baten arabera (“Viral internet challenges scale in preadolescents: An exploratory study”, 2021eko abendua), %80k egin du mota sozialeko erronka biralen bat (egilearentzat arriskurik ez duena eta arlo sozial edo fami-

liarra duena), %20k egin du erronka solidarioren bat (helburu sozial batengatik edo laguntza emateko) eta %8k egin du erronka arriskutsuren bat (bizitza edo pertsonen egoera fisiko edo psikologikoa arriskuan jartzen duena). Gainera, nerabeen %15,3k egin dituzte arriskurik gabeko erronka sozialak eta erronka biral arriskutsuak, biak batera.

GUZTIAK EZ DIRA BATZEN

Pediatrico Akademia Amerikarraren arabera, pentsamendu arrazionalaz arduratzen den garuneko zatia, kortex prefrontala, ez da erabat garatzen 25 urte bete arte, gutxi gorabehera. Horregatik, naturala da nerabeak inpulsiiboak izatea eta gauzak ondo-rioretan pentsatu gabe egiteko joera izatea.

Montiel ere norabide horretan doa. Bere esanetan, nerabeek eta nerabezarora iristear diren gaztetxoek «zailtasunak izaten dituzte inpulsoak kontrolatzeko eta etengabe bilatzen dute berehalako gozamen, berdinen onarpen soziala eta taldearen parte sentitzea. Gainera, etengabe mugak aurkitzen saiatzen dira, bereak eta ingurukoak, beren identitatea eraikitze modua delako eta dituzten gaitasunez jabetzekoa. Horri gehitu behar zaio TikTok edo Instagram bezalako sare sozialen erabiltzaile nagusiak direla, eta hor erronken bideoak azkar hedatzen direla milaka pertsonaren artean, horietatik batzuk famatuak direnak, gainera».

Edozein modutan, erronka digital hauek ez dituzte nerabe guztiak erakartzen. Adituak dioenez, «erronka biral hauetan parte hartzeko joera gehien erakusten duten gazteak berdinen partetik onartuak,



Sare sozialetan nerabeek jasotzen dituzten iruzkinen eragin handia izan dezakete beraien egoera psikologikoan. Erronka biralak modu azkarra izan daitezke jarraitzaile eta «atsegin dut» asko pilatzeko, baina arriskutsuak ere izan daitezke erabilera desegokia eginez gero. Silvia BULET - Antonio GUILLEM | GETTY IMAGES

baloratuak eta ezagutuak izateko behar gehien dutenak dira, baina erronka bakoitzak bere 'target' berezia dauka». Eta adibideak ipintzen ditu: «'Balea urdina' erronkan, esaterako, gazteen adina 11-15 urte artekoa zen batez beste eta edukia autolesioa zen argi eta garbi, emozionalki zaurgarriak ziren gaztetxoei zuzenduta zegoen. Oro har, zaurgarritasun soziala duten haurrek eta sozialki baztertuak izateko arriskuan daudenek gehiago bilatzen dute besteen onarpena eta adostasuna, eta erronka arriskutsuagoei baiezkota ematera eramaten ditu horrek. Era

berean, badakigu orokorrean erronka hauek gehiago asebetetzen dituztela gazteenak, eta mutilek erronka arriskutsu gehiago egiten dituztela neskek baino».

SARE SOZIALAK JOPUNTUAN

Ez dugu ahaztu behar adin txikiko pertsonak ditugula hizpide eta, horregatik, nerabeen sare sozialen erabilera gurasoen ardura dela. Montielen ustez, arazo nagusia da gurasoek ez dituztela ondo ezagutzen erronka hauek: «Erronken ondorioen eta arriskuen ezagutzarik eza, eta orokorrean sare sozialek gazteentzat izan di-

tzaketen arriskuena. Erronka hauetako batzuk bultzatzen dituzten suizidioa eta portara autolesioak tabua izaten jarraitzeak ere ez du laguntzen, familia askok nahiago dutelako ez hitz egin gaiak 'dei efektua' ekiditeko, nahiz eta elkarrizketa eta konfiantza isiltasuna baino lagungarriagoak diren beti».

Egin diren ikerketa ugariak datu kezagarriak azaltzen dituzte. Irene Montielen ustez, «16 urtetik beherako gaztetxoek, edo baita 18 urtetik beherakoek ere, ez lukete profilik eduki behar sare sozialetan», eta ohartarazi du hainbat ikerketak ondorioztatu dutela sare sozialen erabilerak osasun mentalean kalteak sor ditzakeela (antsietatea, depresioa, lo falta, ziberjazarpena, hipersexualizazioa...) giza garapenean gakoa den etapa batean.

«Nerabezaroa garuna erabat berrantolatzen den unea da eta babes emango dion inguru osasuntsua behar dute gazteek, potentzial guztia garatu ahal izateko. Sozializazio prozesuan sare sozialak baldin bada ardatz nagusia, potentzial hori arriskuan dago», ondorioztatzen du irakasleak.

Erronka hauetan parte hartzea ez da doan ateratzen. «Balea urdina» erronkan jasaten dituzten autolesioetatik hasita –suizidiora irits daitezke–, «Benadryl erronkak» ekar leza-keen heriotzaraino. Eta bestetik, irudien hedapenetik eratorritako ondorioak leudeke, protagonista edo biktima umiliatu eta hari burla egiteko helburuarekin, «irudi horiek denboran iraun egiten dutelako eta zaila delako ezabatzea, eta lotsa sorrarazten badute, antsietatea, depresioa edo autoestimua arazoak sor ditzakeelako».

TikTok sare sozialak finantzatutako ikerketa baten arabera, 13 eta 19 urte arteko gazteen %21ek hartu dute parte noizbait Internet bidezko mota honetako erronka batean

«'Balea urdina' erronkan gazteen adina 11 eta 15 urte artekoa zen batez beste eta edukia autolesioa zen, emozionalki zaurgarriak ziren gaztetxoei zuzenduta zegoen argi eta garbi»