



Saioa Aginako Lamarain
Psikoterapeuta

Praktika gaiztoen glosa bilduma

Teknologiarekiko mendekotasunak markatutako gizarte honetan, ez da harritzekoa harreman asko online hastea. Sare sozialen garapenarekin, harreman afektiboak zenbait aldaketa izaten hasi dira. Bihotz-sastadak Instagramen bihotzetan neurtzen dira; eta pertsona zehatz baten Facebookeko “atsegin dut” batek eguna alaitu diezaguke. «Ghosting» edo «benching» bezalako hitzak ezarri dira hiztegi herrikoian, praktika koldar eta gaiztoei izena emanez. Komunikabide horiek gure harremanak eraikitzeke modua aldatu dute, batez ere, bikote harremanak eta adiskidetasun harremanak eraikitzeke (eta suntsitzeko) modua.

«**Ghosting**»: Ezer esan gabe harreman batetik desagertzeari deitzen zaio. *Ghost* hitzak «mamua» esan nahi du eta ghosting egiten duena, mamu bihurtzen da goizetik gauera. Harreman bat hasten denean, bertan parte hartzen duten pertsonak onartzen dute harreman horrek jarraitu egiten duela batek amaitu nahi duen arte. Arrazoizkoena da une hori denboran markatuta geratzea komunikazio ireki baten bidez, besteak lotura amaitu dela uler dezan. Hain begi bistakoa dirudien hori ez da argia heldu askorentzat. “Mamu” hauek bat-batean urrundu egiten dira eta, euren urruntzearekin, besteak harremanari amaiera emateko modu bat dela ulertzea nahi dute. Bestea abandonatzen dute, alegia.

«**Breadcrumbing**»: Sare sozialetan bereziki ezaguna, ingelesezko hitz hau *breadcrumb*-etik dator, eta «ogi mamia» esan nahi du. Izenak berak dioen bezala, pertsona horrek “ogi apurrak” uzten ditu besteari itxaropena sortuz. Halere, bere barru-barruan, badaki egoera ez dela inoiz ezertara iritsiko; izan ere, pertsona ez dago inola ere horren alde egiteko prest, eta horrek min handia eragiten dio besteari, harremanak aurrera egingo duen itxaropena ematen baitio, baina inoiz ez duela aurrera egingo jakinda.

«**Benching**»: Ghosting-a bezala, benching-aren praktika harreman batetik ihes egiteko modu bat da, beste pertsonari aurre egin gabe. Lehenengoarekiko alde na-

gusia da benching-a erabiltzen duen pertsonak bere ohiarekin harremanetan jarraitu nahi duela, bera manipulatu ahal izateko. Hitz ingelesezko *to bench* esamoldetik dator: norbait ordezeko aulkian utzi. Inolako konpromisorik nahi ez izatea baina aldi berean interes berekoia mugituta pertsona hori alboan mantendu nahi izatea, alegia.

«**Zombieing**»: Ghosting egin zigun eta mirariz “bizitzara itzultzen den” pertsona horren portaerari egiten dio erreferentzia. Desagertutzat jotzen genuen norbait gure orainera itzultzen da normaltasun osoz eta helburu batekin: harremana berpiztea. Gainera, testu mezu bat, whatsapp bat edo gure sare sozialetan mezuren bat uzten du. Baina itzulera hori ez da kasualitatea: zonbiak gure atea goseti jotzen du, bere egoa elikatu eta bere autoestimua indartu nahian. Ghosting baten bizipenak zerbaitetarako balio behar badu, horrelako zerbait berriro gerta ez dadin da.

«**Pocketing**»: Pocketing hitza ingelesezko *pocket* hitzetik dator eta «patrika» esan nahi du, *-ing* gehituz, ekintzaren esanahiarekin, hau da, «poltsikoan sartu edo gorde» adierazteko. Bikote harremanekin erabilia, zure bikotekideak lagun, familia eta inguruko pertsonen aurrean ezkutatzen zaituenean gertatzen da. Adibidez, ez dizkizu bere lagunak aurkezten, beste pertsona batzuekin planak egiteko proposatzen diozunean aitzakia bat aurkitzen du beti, edo kalean ezagunen batekin gurutzatuz gero nor zaren ez azaltzeko urruntzen da.

Laburbilduz, maila publikoan zuen harremana ez da existitzen, ezkutuan dago eta intimitatean ikus daiteke soilik.

Akaso, ziber-harremanekin batera sortu den glosategi honetan aurkeztu ditudan zenbait hitz ezagutu ez arren, portaerak nahi baino ezagunagoak egin zaizkizu, pairatu edo eragin dituzulako. Dena dela, horiei izena jartzeko balio izatea espero dut. Gogorarazi nahi dut maitasunak ez duela zerikusirik ez mamuekin, ez zonbiekin; mintzen, zauritzen eta kaltetzen duen harreman ororen aurrean, hobe da distantzia ezartzea. •



«Ghosting»-a, harremanetatik desagertzeko modua. kolokon.com