

## Estibaliz Ansotegi psikologoari egindako elkarrizketa. 'Substantziarik gabeko mendekotasunen egungo egoera: ausazko jokoak eta kirol-apustuak' ikastaroa emango du



Maiatzean zehar Gazteen Euskal Behatokian **“Substantziarik gabeko adikzioen egungo egoera: ausazko jokoak eta kirol apustuak”** ikastaroa egingo da, Estibaliz Ansotegi Guruziaga psikologian lizentziatua eta Ortzadarreko adikzioak prebenitzeko programen koordinatzailearen eskutik.

Bide batez, Estibalizekin hitz egingo dugu eta berarekin komentatuko dugu nola ikusten ari diren ikasgeletako egoera, pandemiaren ondoren aldaketarik izan den eta abar.

### **Urte asko daramatzazue ikasgeletan jokabide-adikzioen gaiak lantzen, baina azken hilabete hauetan aldaketarik sumatzen duzue?**

Jokabide-adikzioei lotutako arriskuen murrizketan eta sentsibilizazioan urte asko daramatzan arren, azken bi ikasturte hauek oso bitxiak izan dira. Lekukotza asko jaso ditugu, eta bertan azaldu digute nola aldatu diren ohiturak, bai pandemian zehar, bai ondoren, pertsona batzuek sarean erabilera-orduak murrizteko sentitu dituzten zailtasunak, pixkanaka normaltasunera itzuliz joan direlako, lo-orduetan desfasea eta abar.

Pertsona gehienek esan dute askoz ere seguruago sentitu izan direla sareetan harremanak izan dituztenean, beldurra ematen baitzien jendearekin modu presentzialean geratzeak. Sentimendu hori desagertuz joan da, nahiz eta noizean behin oraindik egoera horretan jarraitzen duen pertsonaren batekin topo egiten dugun.

### **Atentzinoa eman dizuen adibideren bat?**

Egia esan, adibide batekin geratzea zaila izango litzateke, baina, laburbilduz, atentzio handia ematen digun gauzetako bat Interneten, jokoetan, bideojokoetan, sareetan eta abarretan ematen duten ordu-kopurua da.

Lan egiten dugun pertsona gehienek esan digute konfinamenduaren lehen hilabeteetan 16 ordu ere egon zitezkeela jokatzeko, serieak ikusten, sareetan. Bizitzak berreskuratzen joan ahala, gehienek erabilera-orduak murriztu dituzte, baina pertsona batzuek esan dute oso zaila egiten zaiela.

Atentzioa ematen digun beste gauza bat da jende asko ordu nahikorik lo egin gabe joaten dela eskolara. Irakasleek ere hori berresten dute. Esan dute batzuetan lehen orduetan absentismo handiagoa izaten dela, ikasgelan logurarekin edo erdi lo ikusten dituzula... Gehienek esan dute ohera telefonoekin joaten direla eta denboraren nozioa oso erraz galtzen dutela.

## **Zuen ustez, Interneten, ausazko jokoan eta kirol-apustuen erabilerak gora egin du?**

Pandemiaren lehen hilabeteetan argi dago teknologien, serieen, bideojokoan eta horrelako jokoan erabilerak gora egin zuela, kasu askotan ez baitzegoen askoz gehiago egiteko.

Lan egiten dugun ikasleekin hitz egitean, batez ere esan dute serieen eta bideojokoan kontsumoa handitu egin dela. Dirua behar duten beste joko mota batzuek ere gora egin zuten, hala nola kirol-apustuek edo ausazko jokoek, baina ez hainbeste lan egiten dugun ikasleen artean. Esan digutenaren arabera, gehienek nahiago dute aurrez aurreko apustua egin. Laburbilduz, serieen eta, batez ere, sareetako edo bideo-jokoetako orduen kontsumoaren gorakada ikusi dugu lantaldean.

Gure kasuan anekdotikoagoa izan da, baina gero eta iruzkin gehiago egiten dituzte kriptodiruari buruz. Ohikoa da fenomeno horretan dirua gastatzen ari diren pertsonak aurkitzea. Beraz, puntu horri erreparatu beharko diogu.

## **Amaitzeko, zer gomendio emango zenieke gazteekin lan egiten duten pertsonen gai hori lantzeko?**

- Kirol apustuek, on-line jokoek, sare sozialek eta abarrek ekar ditzaketen benetako arriskuak aztertzearen eta horien inguruan hausnartzearen garrantzia azpimarratzea. Gaiari buruz hitz egitea eta gai horretan hezteak, batez ere.
- Sare sozialen (zer argitaratzen den eta zer partekatzen den) eta ausazko apustu eta jokoan erabilera kontrolatzea, batez ere adingabeen artean.
- Gizartea joko eta aplikazio horien benetako arriskuez kontzientziatzea, pertsona guztiak gara arazo horren parte, eta badugu zer egin eta zer esan.
- Nork bere burua zaintzeko jokabideak indartzea, haien erabileran mugak eta arauak erabiltzea.
- Enpresa horiekiko autoanalisia eta kritika sustatzea.

**IKASTAROA**  
Substantziarik gabeko adikzioen egungo egoeraz ausazko jokoak eta kirol-apustuak

**Bilbao**  
Data: 2022ko maiatzaren 4an, 11n eta 18an  
Ordua: 10:00ak - 14:00ak  
Leku: Nerea 2022ko Gurekin Egunak, Nerea kalea 11, 48001  
Lan-egunak: 14 pertsona

**Donostia**  
Data: 2022ko maiatzaren 25ean, 26an eta 27an  
Ordua: 10:00ak - 14:00ak  
Leku: Nerea 2022ko Gurekin Egunak, Nerea kalea 11, 48001  
Lan-egunak: 20 pertsona

**Ikastailuak:** online  
**Orduak:** 10:00ak - 14:00ak  
**Itzuli emateko epea:** 2022ko apirilaren 15etik 10era  
**Itzuli emateko epea:** 2022ko apirilaren 15etik 10era  
**www.gaztebehatkia.euskadi.eus**

**Izena-ematea:**  
**www.gaztebehatkia.euskadi.eus**

**2022**

**GAZTEEN ESKUALDE BATZULARIA**  
ORGANIZATIBO VASCO  
DE LA JUVENTUD