Kategoria: Styl życia
Opublikowano: czwartek, 25, maj 2023 12:05
Alicja Cisowska
Odsłony: 1670

Internetowe wyzwania (challenge) są od lat popularne wśród młodzieży. Ich idea polega na wrzucaniu do sieci filmików lub zdjęć przedstawiających osoby, które usiłują sprostać najdziwniejszym zadaniom – w teorii zabawnym, najczęściej niezbyt mądrym, nierzadko groźnym.

Niebezpieczne internetowe challenge

Niekiedy wyzwania polegają na wskazaniu konkretnej osoby, która ma wykonać określone zadanie, najczęściej jednak „wirtualna zabawa" rozprzestrzenia się w sieci jak viral, a młodzi internauci spontanicznie do niej dołączają, bez specjalnej nominacji. Istotą tej mody jest pokazanie swoich dokonań możliwie jak najszerszemu gronu odbiorców.

Pozytywne wyzwania

Niektóre challenge zamieszczane w mediach społecznościowych to nieszkodliwe i ciekawe zabawy, które po prostu służą rozrywce, jak np. wyzwanie polegające na upodobnianiu się do znanych celebrytów, czy bijące rekordy popularności wyzwania taneczne.

Część wyzwań – angażujących zarówno dzieci, jak dorosłych – to akcje społeczne mające zwrócić uwagę na ważne problemy bądź podejmowane w szczytnych celach akcje charytatywne. Szerokim echem po świecie rozeszły się wyzwania w rodzaju TrashTag Challenge. To akcja polegająca na sfotografowaniu zaśmieconego miejsca, posprzątaniu go i pokazaniu uprzątniętej przez siebie przestrzeni w sieci. Był też Cold Bucket Challenge polegający na oblewaniu się lodowatą wodą, którego celem było zebranie funduszy na leczenie osób ze stwardnieniem zanikowym bocznym oraz podniesienie świadomości na temat tej groźnej choroby. W naszym kraju podobną akcją charytatywną było #Hot16Challenge2, w którym wzięły udział tysiące internautów. Dzięki zaangażowaniu w to wyzwanie zebrano ponad 3,5 mln złotych na cel wsparcia personelu medycznego podczas epidemii COVID –19.

Niebezpieczne, ryzykowne, absurdalne

Niestety nie wszystkie wyzwania pojawiające się w mediach społecznościowych są jedynie niewinną rozrywką. „Gry" i internetowe challenge mogą przybrać niezwykle groźną formę.

W 2022 roku lekarze ostrzegali przed naśladowaniem Benadryl Challenge polegającego na przyjmowaniu nadmiernej ilości leków na alergię oraz przed odtwarzaniem trendu Sleepy Chicken lub NyQuil Chicken, czyli przyrządzaniem kurczaka w roztworze leków. Przykładem jednego z wysoce ryzykownych wyzwań, które zdobyły rzesze naśladowców jest m.in.: Milk Crate Challenge – wchodzenie na schody wykonane ze skrzynek po mleku tak, aby nie spaść z wysokości, co niewielu osobom się udawało.

Młodzi ludzie zawsze starają się podążać za aktualnymi trendami. Nieodłącznym elementem wyzwań jest także presja ze strony rówieśników – przyjaciół i znajomych, którym trudno odmówić. Obawa przed wyśmianiem, odrzuceniem czy wykluczeniem z grupy sprawia, że nastolatki są skłonne angażować się w najbardziej ryzykowne działania byle tylko zyskać akceptację rówieśników i zaistnieć w otoczeniu.

Udział w wirtualnych zabawach to dla dzieci i młodzieży także rozrywka. Dzięki nim mogą ze sobą rywalizować, wygłupiać się i żartować. To też sposób na zabicie nudy i zaspokojenie ciekawości.

Phoca PDF

Jest też grupa dzieci, które podejmują wyzwania, ponieważ nie znają zdrowych sposobów wyrażania emocji i rozładowywania napięcia emocjonalnego. To dzieci, które doświadczają trudności lub traumatycznych zdarzeń w życiu i potrzebują wsparcia, także terapeutycznego.

- Większość dzieci nie zdaje sobie sprawy z tego, jak bardzo niebezpieczne mogą być niektóre wyzwania. Działają pod wpływem impulsu i potrzeby poszukiwania dreszczyku emocji w przekonaniu, że „mnie nic złego nie spotka". Po części związane jest to z etapem rozwoju mózgu u dzieci i nastolatków, a w szczególności z dojrzewaniem takich struktur jak kora przedczołowa odpowiedzialnych za myślenie krytyczne, przewidywanie konsekwencji, planowanie i podejmowanie decyzji. Te struktury w okresie adolescencji nadal się rozwijają, pełną dojrzałość osiągając dopiero około 25 roku życia – mówi Anna Borkowska, ekspertka NASK. Dlatego, jak dodaje, nastolatki są impulsywne i nie rozumują tak, jak dorośli. Nie w pełni rozumieją konsekwencje ryzykownych zachowań, ale za to szybko odczuwają gratyfikację wywoływaną przez te zachowania.

Co mogą zrobić rodzice?

Rodzice powinni zwracać uwagę na sygnały mogące świadczyć o tym, że ich dzieci angażują się w tego typu wyzwania i właściwie reagować. Warto porozmawiać z dzieckiem o tym zjawisku, dowiedzieć się co o nim wie i tłumaczyć, że każdą „grę" czy wyzwanie można przerwać, że zawsze może się z niej wycofać bez konsekwencji. Temat internetowych challenge'y może być też dobrą okazją do porozmawiania o presji rówieśniczej i o tym, jak nie bać się mówić „nie" w trudnych sytuacjach.

Rozmowa z dziećmi o ich doświadczeniach z mediami społecznościowymi, o tym, czego się uczą i jak postrzegają świat, jest najlepszym sposobem na uzyskanie wglądu w to, jak wpływają na nie platformy, na których pojawiają się wyzwania. Otwarta komunikacja z dzieckiem zwiększa również prawdopodobieństwo, że zanim zaangażuje się w niebezpieczną zabawę porozmawia o tym z rodzicem.

Jeśli mamy obawy, że jakieś wyzwanie jest niebezpieczne, warto o tym powiedzieć dziecku i podać jasne powody, dlaczego tak uważamy, pomóc dostrzec potencjalne zagrożenia z nim związane (dla dziecka lub innych osób, które je podejmują), rozważyć konsekwencje do jakich może prowadzić udział w takiej aktywności.

Szczególną czujność rodziców powinny wzbudzać sytuacje, w których widzą, że dziecko angażuje się w wyzwania, które np. sprawiają ból. Może to być sygnał, że przeżywa ono trudne emocje i nie umie sobie z nimi poradzić w konstruktywny sposób. Jeśli tak się dzieje, warto zasięgnąć porady specjalisty.

Warto także nauczyć dzieci, aby zgłaszały podejrzane treści do administratorów serwisów oraz samemu podejmować takie interwencje.

Źródło: MC

Phoca PDF