

## OVISNOST – izbor ili bolest

Čovjek od samih početaka pokušava kontrolirati svoju sadašnjost i budućnost, no često se nađe zatečen promjenama koje ga u tome sprječavaju, promjenama koje se predstavljaju kao prepreke neizvjesnosti i rizika. Na rubu glavne kontradikcije suvremenog svijeta nalaze se mlađe generacije, proglašene glavnim nositeljima svih problema pa tako i tabua ovisnosti. Ovisnošću možemo smatrati sva kompulzivna ponašanja koja pružaju privremeno zadovoljstvo ostavljajući dugoročne štetne učinke na ljudski život. Nepobitno je da višak bilo čega može biti okidač izazivanja ovisnosti, a toga „viška“ u današnjem svijetu itekako ima, stoga nije ni čudo što su današnji mladi skloniji odstupanju od društvenih pravila i općeprihvaćenih normi, a time i razvijanju ovisnosti. Znanost kaže da je ovisnost kronično oboljenje mozga koje se treba smatrati bolešću na isti način kao rak ili dijabetes. Je li znanost u pravu? Je li ovisnost uistinu bolest ili je ta tvrdnja samo još jedno od opravdanja za izbjegavanje preuzimanja odgovornosti za vlastite postupke?

Živimo u dobu beskonačne raznolikosti izbora, čime dokazujemo slobodu svoje volje; slobodu oblikovanja vlastitog života i donošenja odluka. Svaki naš postupak jest izbor i u svakoj sekundi svojih života imamo priliku reći „ne“. Upravo iz tog razloga, ovisnost je u početku izbor. Rezultat naše odluke. Odlučujemo se probati alkohol, cigarete, drogu i sl. iz nekog razloga; da bismo zadovoljili znatiželjni duh, zaboravili na probleme, zaustavili misli i emocije, ublažili bol...Bez obzira, ako nam se sviđa kako se osjećamo, s vremena na vrijeme ćemo si ponovno pružiti taj užitak smatrajući da imamo sve pod kontrolom, no nesvjesni što se događa s našim tijelom i umom. U trenutku kada naš mozak postane zbrkan, a tijelo više ne može normalno funkcionirati, naš je izbor prerastao u bolest. Mozak se s vremenom prilagođava, te ometanjem tjelesnih funkcija, mišljenja i ponašanja, pokušava prisiliti tijelo na uporabu „opijata“ što dovodi do stanja koje bi se u kliničkom okruženju moglo nazvati bolešću. No početak je ključan; početak kada čistog razuma i s potpunom kontrolom nad vlastitim ponašanjem možemo preuzeti odgovornost za vlastite postupke. Ovisnost je ponašanje, a svako se ponašanje može promijeniti ako to pojedinac uistinu želi. Reći da je ovisnost moždani poremećaj izjava je nekoga tko se osjeća žrtvom svoga izbora. Ovisnosti mijenjaju ljudski mozak i mogu nanijeti ozbiljnu štetu, no pilatovski oprati ruke, odustati i reći: „Ja tu ništa ne mogu napraviti“ znači odreći se vlastite slobode i pasti u ropstvo ovisnosti nastale iz vlastitog izbora. Ljudi, koji vjeruju da ovisnost svoje začetke ima u njihovom izboru, dobivaju snagu koja im je potrebna da se njoj suprotstave i odustanu. S druge strane, oni koji vjeruju da je ovisnost poremećaj ili pak bolest, pronalaze izgovor da s njom i nastave. No ipak, ne možemo svakoj situaciji pristupiti na isti način. Neki ljudi imaju genetske predispozicije za razvijanje ovisnosti, pa možemo li reći da je njihova ovisnost u potpunosti izabrana? Dakle, zašto generalizirati i pokušavati sve nagurati u crno-bijeli kalup? Mora li ovisnost unatoč svoj svojoj kompleksnosti biti definirana točno kao izbor ili bolest? Zašto ne može biti oboje?

Smatram da je ovisnost bolest koju je pojedinac svojim izborom odlučio imati. Ona s vremenom postaje poremećaj njegovog ponašanja i osobnosti koji šteti tjelesnom i mentalnom zdravlju kao i njegovim bližnjima, no direktni je rezultat njegove odluke. Poput do ušiju zaljubljene osobe, postaje slijep i ne vidi rupu prema kojoj je vlastitom voljom napravio

prvi korak. No ipak, živimo u dobu ovisnosti i neobuzdane potrošnje te se čini da su ovisnici posvuda. Upiremo prstima na pijance i tinejdžere koji se šuljaju po napuštenim zgradama, no često zatvaramo oči na činjenicu da smo i sami pretjerano vezani za nešto. Stoga, tu nema mjesta za osuđivanje jer je ovisnost vrlo vjerojatno dio i nas samih. Ljudi smo i griješimo. Potrebno je prihvatiti sebe te pronaći saveznika u vlastitoj ovisnosti. Tek tada će se mir vratiti u psihi, a do tada nije potrebno gurati u kalup jedan od najkompleksnijih problema današnjice već budimo primjer onima koji tek uče donositi odluke i birati.

Iris Stančić, 3.a

Srednja škola Bol