Moja snaga u izazovnim vremenima

„Nakon toliko vježbe? A što vi učinite? Da znate, za usporedbu, 8.b razred je puno bolje napisao ovaj test.“. Noge ti počinju klecati. Znaš da si se trebao bolje pripremiti za provjeru gradiva koje nisi u potpunosti razumio. Znao si... Učiteljica ti pruži ispit. Srce ti preskoči otkucaj. Pogled ti pada na crvenu znamenku koja vrišti na tebe, na sve one poglede nevjerice i panike. Ocjena čije je zanimanje rušenje nade pred pomisli na situaciju u elektroničnome dnevniku. Nedovoljan. Vrijeme vrtoglavo i nemilo prolazi dok se pokušavaš pribrati i suzdržati suze. Odjednom začuješ urlikanje zvona ili, u ovim vremenima, nečiji glas u razredu koji izriče završetak školskoga sata. Tresak vrata.

Potpuno skrušen upravo ulaziš u vlastitu sobu nakon previše vremena provedena pred ljutitim roditeljem koji ti je neprimjerenim stasom i tonom glasa očitao lekciju. Gušiš se u toj nepodnošljivoj nemoći prožetoj kajanjem. Razmišljaš kako bi sladak bio osjećaj iskakanja iz vlastite kože u težnji da zaustaviš tu lavinu problema koja sijeva pred tobom očekujući pronalazak rješenja iz razloga što pretpostavljaš da ih nema!

Odjednom osvještavaš ruku kako poseže u ladicu stola tražeći vrećicu koja nudi sklonište. Uzimaš karticu knjižnice kojoj je već lani istekla vrijednost usitnjujući bijeli prah utjehe. Gdje li je ona plastična slamka? Primičeš lice na kojem se nalaze osušene suze što te podsjećaju na svu okrutnost života cjevčici koja odiše spasom.

Udah. Tada se dogodilo.

Taj trenutak u kojem ti se dah počinje usporavati. Svaki put kada udahneš, izdišeš sav kisik koji si ikada imao. Izdah. Sve je stalo. Tvoje srce, pluća... Te napokon mozak. I sve što si ikada osjećao, nadao se ili htio zaboraviti... Potone u najdublji ocean. Ali najednom. Napokon. Ponovno mu daruješ zraka. Daruješ mu život. Vraćaš se na onaj prvi put kada se to dogodilo. Bio si toliko uplašen da si želio posegnuti za telefonom s brojem 112 na umu. Otići u bolnicu i biti održan na životu pomoću kakvih posebnih sprava ili naprava. Ali ti ne izgledaš poput kakva naivna jadnika. Nisi želio upropastiti svačiju večer. No, nakon nekog vremena, to je bilo sve što si ikada želio. Tih nekoliko trenutaka apsolutne ništarije.

Situacija koju sam opisala nadahnuta je izrazito nagrađivanom serijom *Euforija* koja na uistinu predivan, drugačiji način progovara o životu današnje mladeži te na smion način potiče na razmišljanje o temama koje društvo doživljava kao gorke pilule. Upravo me ona animirala na sagledavanje šire slike o problemu droga i na koje se sve načine može pronaći u apsolutno svačijem džepu. Naravno, svi smo više puta čuli za prizor vezan uz mladenačke zabave i opasnosti koje tamo vrebaju: pojaviš se na simpa tulumu kod Suzane jer joj starci nisu kod kuće, izgubiš iz vida svoju grupicu prijatelja, uživaš u, naravno, jabučnome soku koji nema pjene pri površini jer ti ne konzumiraš alkohol, svijetla trepere šarenim bojama koje pozivaju na ples te se odjednom pred tobom pojavi spodoba u dugome crnom kaputu kazujući ti nešto nalik na: „Oj klinac, hoćeš probati drogu?“. Ni od kuda začuješ onaj ikoničan zvuk iz kakvoga filma koji označuje kako je vrijeme stalo, vrećica sumnjičava sadržaja plamti zlom energijom, pogledaš osobu u lice i primijetiš kako su joj izrasli rogovi te očnjaci i dragi Merline .. to je Sotona!... Ne, to nije ono što će se odigrati pred vašim očima. Ako se već želimo pozabaviti problemom utjecaja vršnjaka ili slične problematike... Realistično, bili biste na kakvom malom prijateljskom okupljanju: igrajući igrice ili časkajući do tada ste se vas trojica-četvorica divno proveli. Jedan od frendova samo izvuče tipičnu posudicu za užinu i dobaci rečenicu nalik na: „Hej, imam kokaina.“. Ne začuješ usporavanje glazbe u pozadini, niti nad spomenutom kutijicom ne lupaju sirene uzbune - ugođaj je u potpunosti uobičajen te opušten, a ti si najednom zbunjen. „Droge su loše, ali ovo je moj najbolji prijatelj, znamo se od prvoga razreda, on je u potpunosti razuman. On nije loš, hoće li ostali to učiniti? ... Čekaj, svi već šmrću ... ?!“. Sam naš zdrav razum pokušava racionalizirati ponašanje osoba kojima vjerujemo ili o njima imamo visoko mišljenje što stvara izniman emocionalan teret koji otežava situaciju.

„Ej Tena! Fotografije koje si mi poslala tako su smiješne, nevjerojatno mi je bilo kako si samo iskoristila onu našu šalu, stvarno ne znam gdje ih nalaziš, baš si mrak. Nego, skopčaj što sam iskamčila: pošto nas dvije dijelimo tako sličan smisao za humor, ne, mislim kako bi nam ove tablete mogle biti još zabavnije. Ha, kaj misliš? Idemo to probati, daj, onako obje istovremeno. Budeš Tena, ha, ma daj, takva si kukavica, ajde idemo probati, ovo će biti toliko dobro!“ ... I što sad?

Što biste vi uistinu učinili kada vam netko ovako blizak priđe s nečime toliko dalekim vašim znanjima obrane? Ako me prije navedena serija ičemu podučila, onda je to vrijednost i podcijenjenost mentalnog zdravlja. Trebala bih napomenuti kako se u moderno doba sve više i više potiče svijest o ovoliko teškoj temi, ali, hoćemo li iskreno, prijekopotreban pomak uočavam u najviše slučajeva ili isključivo u izrazito razvijenim te naprednim zemljama svijeta, što znači da je naša država miljama udaljena od pravilnoga odnošenja prema spomenutoj osjetljivoj temi. Jer vidite, ono što sam primijetila jest kako razgovor o ovisnostima, konkretno drogi, nije crnobijel kako je u mnogo slučajeva prikazan. Vaše se toliko dragocjeno prijateljstvo neće promijeniti iz odnosa koji ste godinama njegovali te ulagali veliku količinu svoga vremena i ljubavi u potpuno negativnu uspomenu pri slici kakva praha. Hoćete li uistinu razmišljati o prezentaciji sa sata razrednika dok se počnete osjećati kao da možete osvojiti cijeli svijet kada vam netko na izrazito lukav način u piće podmetne gotovo nevidljiv sastojak? Ili kada vaša voljena bliska osoba izgubi bitku sa teškom bolesti, hoćete li se znati zaustaviti kada nađete sami sebe gutajući preveliku dozu jakih lijekova za smirenje u želji da zaboravite svu bol i sjećanja? Hoćete li? Stvarno?

Vidite, jednako tako isključivo napadamo tu posljedicu koja nam je već pomalo isprana u umove: „droge su loše“ ili „ovisnici su grozne osobe bez budućnosti…“.

Ali zašto ne svrnemo nešto pozornosti i na sam uzrok problema? Nedavno sam čitala jedan poduži znanstveni članak koji ističe kako današnje društvo označuje ovisnost kao bolest te dalje nastavlja objašnjavati kako ta pretpostavka nije istinita. Ovisnost je izbor. Jedino što taj izbor odlučujemo u još nedovoljno istraženom svjesnome dijelu mozga.

To što vam pokušavam poručiti jest kako vjerujem da odgovor na ovisnost, poput mnogih drugih mentalnih poteškoća koje haraju današnjim svijetom nalikujući šumskome požaru, imenima poput depresije, anksioznosti, bipolarnosti, anoreksije, zapravo je bolje odnošenje prema izučavanju duševnog dijela čovjeka. Psihologija je temelj čovječanstva te što se više o njoj educiramo, to ćemo bolje i lakše znati upravljati vlastitim osjećajima, emocijama, odlukama, navikama, i na poslijetku, cijelim životom te životom oko nas.

Stoga bih voljela završetak ovoga sastavka uputiti školstvu i cjelokupnome suvremenom odgojno-obrazovnome sustavu: potičem razgovor o unaprjeđenju psihologije u edukacijske i rehabilitacijske svrhe; mnogo jače i produktivnije zalaganje za mentalno zdravlje, ovisnosti te brigu o emocionalnome stanju za sve koji sudjeluju u školstvu: intenzivnije i kvalitetnije ustručavanje psihologa kojima se omogućuje redovito oprskrbljivanje informacijama o gorućim temama, pridavanje mnogo, mnogo većih prava učiteljima te profesorima osiguravajući bolje radne uvjete, što će naposlijetku rezultirati u bolje radne uvjete samih učenika (da vas priupitam, biste li voljeli buđenje nakon pune noći sna i mentalnu stabilnost pretvoriti u svakodnevicu svih polaznika školskoga sustava?). Tek nakon ovakvih promjena možemo sanjati i planirati o predivnoj i pristupačnoj budućnosti sa smanjenom popularnosti droga te sličnih ovisnosti što ostavljaju negativan učinak za sve.

Meri Matjačić 8.a, I. osnovna škola Čakovec