

DARIA PAWLAK

Studentka I roku – kierunek: terapia zajęciowa

### **Uzależnienia społeczne w XXI wieku – studencki głos w sprawie.**

Social dependency in the XXI century - a student's opinion on the issue .

#### **Streszczenie**

Celem pracy jest ukazanie wpływu uzależnień społecznych na jednostkę. Poruszono temat narkomanii jako najpowszechniejszego nałogu obecnych czasów.

Opisane zostały także różnego rodzaju czynniki socjologiczne, które mają ogromny wpływ na powstawanie tego typu uzależnień. Grupa społeczna, subkultura, wywieranie wpływu na jednostkę, potrzeba aprobaty społecznej, marginalizacja i facylitacja społeczna są postrzegane jako niebezpieczeństwa czyhające na słabą jednostkę społeczną w XXI wieku.

*Słowa kluczowe:* uzależnienia społeczne, narkomania, jednostka społeczna, zachowania nawykowe.

#### **Summary**

The purpose of my article is to present the influence of the addictions on the social unit. The main idea is to show a drug abuse as the most common addiction these days.

There is also an analysis of many sociological factors that are the causes of such problems. Social groups, subcultures, external impact on units, the need for social approval, marginalization and social facilitation are perceived as the dangers of weak social unit in the twenty-first century.

*Keywords:* social addictions, drugs, social unit, habitual behavior.

„Uzależnienie” to termin, który w XXI wieku uzyskał dużą popularność. Prasa, telewizja, radio i Internet wielokrotnie nagłaśniają problematykę uzależnień.

Uzależnienie (nałóg) to przede wszystkim zły nawyk, najczęściej szkodliwy dla zdrowia.[1]. Wszystko, co jest u nas na porządku dziennym, bez czego nie potrafimy normalnie funkcjonować, a co gorsze – żyć, jest naszym poważnym problemem. Wpływ towarzystwa, chęć zaimponowania innym, a także moda, jaka obowiązuje w danym to główne przyczyny powstawania uzależnień społecznych [2].

Przeprowadzono badania dotyczące osób, które godzą się na podjęcie leczenia. Wyniki są dość

pesymistyczne. Okazało się, że na terapię zgłasza się bardzo mała ilość osób, głównie osoby ciężko uzależnione. Zdecydowanie częściej w nałóg popadają mężczyźni niż kobiety. Jeśli bierzemy pod uwagę wiek, to łatwiej uzależniają się ludzie młodzi (poniżej 30 roku życia), niż osoby starsze [3].

Narkotyki nigdy wcześniej nie były tak popularne jak obecnie. W ciągu kilkunastu ostatnich lat diametralnie wzrosła liczba osób zażywających właśnie te niedozwolone środki. Samo słowo „narkomania” oznacza uzależnienie od substancji chemicznych, które wpływają na pracę mózgu. Przyczyn narkotyzowania się jest wiele, tak samo jak wiele jest postaci narkotyków [4]. Najczęściej sięgają po nie ludzie młodzi, ponieważ nie mają oni wykształconej zdolności odmawiania, często też chcą się przypodobać swoim rówieśnikom, nie zostać odrzuconym, być akceptowanym, czy też uniknąć alienacji. Obowiązująca w danym momencie moda także ma ogromne znaczenie. Jeśli większość znajomych danej osoby jest uzależniona od jednej, konkretnej substancji, prawdopodobieństwo, że właśnie ta jednostka społeczna zacznie zażywać ten sam narkotyk może być zdecydowanie większe.

Często też odpowiedzialność leży po stronie samych rodziców, którzy to nie poświęcają wystarczająco dużo czasu swoim dzieciom, nie przykuwają uwagi do tego z kim ich syn lub córka przebywa, co robi w swoim wolnym czasie, a także czym się interesuje. W takich sytuacjach wkraczający w okres dojrzewania nastolatki czują się porzuceni, pozostawieni sami sobie. Większość przypadków kończy się uzależnieniem.

Można mówić o dwóch, zdecydowanie odmiennych grupach osób uzależnionych. Do pierwszej z nich należy młodzież z bogatych rodzin, w których rodzice często większą wagę przywiązują do zarabiania pieniędzy niż do wychowywania dzieci. W efekcie dochodzi do tego, że młodzi ludzie nie mają oparcia wśród najbliższych, więc szukają przyjaciół wśród równie zamożnych ludzi, gdzie często w krótkim czasie ich znajdują. Niestety nowi znajomi oprócz dóbr materialnych posiadają także układy z najlepszymi dealerami i dostęp do większości (jeśli nie do wszystkich możliwych) narkotyków. Według nich przecież nie można być całkowicie zadowolonym z życia, jeśli się niczego „nie bierze”, liczy się przede wszystkim zabawa na wysokim poziomie, dlatego też zażywane narkotyki nie mogą należeć do tych łatwo dostępnych, muszą być z najwyższej półki, w końcu cena nie ma dla nich znaczenia. Zdobycie ecstasy, kokainy czy heroiny z innych krajów a nawet kontynentów nie jest dla nich jakimkolwiek problemem. Pieniądze sprawiają, że nie ma barier do przeskoczenia.

Druga grupa to całkowite przeciwieństwo – ludzie z biednych rodzin odurzający się środkami, które nie dość, że można nabyć w bardzo wielu miejscach to dodatkowo są tanie. Opiaty, kleje i środki wziewne są sposobem na przypodobanie się otoczeniu lub ucieczką na moment od codziennych problemów. Podczas pierwszych kontaktów z tymi szkodliwymi substancjami poprawie ulega samopoczucie, często osoba taka czuje się zdecydowanie silniejsza, pełna energii, w szybszym

tempie przyswaja wiedzę, jest zrelaksowana.

W kontekście społecznym można spotkać się z określeniem „uzależnienia środowiskowego”. Jest to nałóg, który obejmuje szereg różnego typu sytuacji i zachowań wymuszonych przez zdobywanie i stosowanie narkotyków. Ta zależność diametralnie się powiększa w przypadku stosowania substancji odurzających, które w większości krajów są nielegalne.

Zaznaczyć tutaj należy, że odurzający się są traktowani jak margines społeczny. Wiele osób jest zdania, że nie ma dla nich ratunku, są spisani na straty. To nieprawda. Stereotypy od zawsze przysłaniają istotę problemu, należy uświadamiać społeczeństwu, że zawsze istnieje realna szansa na wyleczenie. Narkomania to szczególne uzależnienie, choćby dlatego, że w większości przypadków dotyczy naprawdę młodych ludzi. Nie należy tego lekceważyć, oni liczą na pomoc dorosłych, ponieważ sami nie są w stanie sobie pomóc.

Pojedyncza jednostka przynależy jednocześnie do wielu grup społecznych, czy to ze względu na narodowość, religię czy wyznawane poglądy polityczne. W większości przypadków jednak na pierwszym miejscu są rówieśnicy, czyli osoby o takim samym lub bardzo zbliżonym wieku. Osoby z najbliższego otoczenia mają nie tylko wpływ na popadanie jednostki w narkomanię ale we wszelkiego rodzaju inne uzależnienia. Wszystko to spowodowane jest tym, że dana osoba nie chce być odrzucona przez towarzystwo, które ma na nią niewyobrażalny wpływ [5].

Każda grupa posiada jakieś swoje własne, wewnętrzne i niepodważalne zasady. Przebywanie w danej zbiorowości nakazuje, aby przestrzegać tych norm. Rzadko spotyka się to ze sprzeciwem, choćby dlatego, że nowy członek czuje się wolny w stosunku do innych norm, ustalonych na przykład przez rodziców czy nauczycieli. W ostatnim czasie takie zbiorowości ludzi, głównie w młodym wieku, postrzegane są jako miejsca, w których czyhają niebezpieczeństwa na słabe, zarówno psychicznie jak i fizycznie, jednostki. Nowi członkowie danej grupy nie są asertywni, nie potrafią przeciwstawić się innym, ponieważ obawiają się utraty swojej pozycji w grupie, nie chcą zostać z niej wykluczeni. Wszystko dlatego, że taka grupa daje olbrzymie poczucie bezpieczeństwa, ułatwia pozbycie się często nieuzasadnionego buntu. Dzięki temu jednostka może być sobą, nie musi udawać kogoś kim w rzeczywistości nie jest.

Subkultury to grupy osób, które wyróżniają się spośród innych grup swoistą odrębnością, normami czy zasadami. Członkowie takich zbiorowości wyznają swoje własne wartości, żyją według własnego schematu, często tak samo się ubierają, zachowują. Obecnie istnieje naprawdę wiele różnych subkultur. Część z nich przetrwała wiele lat (punk, heavy metal, hipisi), są też i takie, które powstały dość niedawno (np. cybergoci, czy hip-hopowcy) [6].

W dzisiejszych czasach już samo słowo „subkultura” jest źle odbierane przez społeczeństwa. Dla większości osób są to grupy zbuntowanych nastolatków, które łamią ogólne normy społeczne,

tworzą swój własny świat i zasady nie mając pojęcia o prawdziwym życiu. Oczywiście są takie grupy, których członkowie rzeczywiście mogą stwarzać realne zagrożenie dla innych (jak na przykład ‘dresiarze’, czy ‘sataniści’), ale są też i tacy, którzy przeprowadzają wszelkiego rodzaju akcje charytatywne, walczą o pokój na świecie czy o ochronę środowiska.

Nie da się ukryć, że bez względu na charakter działania danej grupy, w każdej można spotkać się z tym samym sposobem postępowania. Nowa jednostka wkraczająca w „świat” danej podkultury musi przyjąć jej wzorce i według nich żyć, w innym przypadku zostanie ona wykluczona z grupy.

Reguły i techniki wywierania wpływu na ludzi również ułatwiają osobom mało asertywnym popadanie we wszelkie uzależnienia. Osoba, która pozwala sobie manipulować zazwyczaj ma niską samoocenę, czuje się wykorzystywana, ma poczucie, że robi rzeczy, na które nie ma najmniejszej ochoty [5]. Istnieje naprawdę wiele mechanizmów manipulacyjnych, przy czym jest sześć głównych kategorii, do których da się dopasować wszystkie techniki. Są to:

- reguła wzajemności,
- zaangażowania i konsekwencji,
- lubienia i sympatii,
- autorytetu,
- niedostępności,
- społecznego dowodu słuszności.

Każda z tych reguł polega na innych zasadach, ale w każdej z nich osoba zainteresowana jest w stanie osiągnąć swój cel korzystając z uległości innej. Dzisiaj, gdy świat pędzi do przodu w zaskakująco szybkim tempie ludzie często nie mają wystarczająco dużo czasu, aby przemyśleć daną sprawę, zastanowić się nad odpowiednim rozwiązaniem. To wszystko sprawia, że podejmując decyzję na jakiś temat, bardzo często opieramy ją nie na całej dostępnej informacji, lecz tylko na pojedynczych kwestiach. Dlatego też jesteśmy na każdym kroku narażeni na niebezpieczeństwo popełnienia ogromnego błędu. Nikt jednak nie powinien tego wykorzystywać (np. stosując jedną z sześciu reguł w stronę naszej osoby). Niestety w dzisiejszych czasach zdarza się to wyjątkowo często, ponieważ otacza nas zbyt wielu egoistów dla których liczy się tylko i wyłącznie osobiste dobro.

Uzależnienia społeczne powiązane są także z potrzebą aprobaty. Są osoby, które za wszelką cenę przedstawiają siebie w pozytywnym świetle, a wszystko po to, aby zostać zaakceptowanym przez innych. Jednostka taka często przyjmuje postawę niezgodną ze swoimi przekonaniem. Obawa przed wykluczeniem z grupy społecznej powoduje, że upodabnia się do innych członków konkretnej zbiorowości, pozbawia się dobrowolnie możliwości wyrażania własnego zdania. Taka sytuacja diametralnie przybliża daną osobę do uzależnienia, ponieważ nie przeciwstawi się ona

innym, będzie obawiała się zmiany swojej postawy. Przegra walkę z samym sobą, ulegnie silniejszym w grupie, którzy traktowani są jako autorytety, których nie wolno nawet w najmniejszym stopniu znieważać [5].

Całkowite odrzucanie jednostki ze względu na swoje widoczne wady lub dysfunkcje również jest przyczyną popadania takiej osoby w uzależnienia. Nasze społeczeństwo niestety nie należy do wyjątkowo tolerancyjnych zbiorowości. Widok osoby niepełnosprawnej, bezdomnej czy obcokrajowca sprawia, że dochodzi do sytuacji, w której jednostka pozbawiona danej cechy, przedmiotów zostaje odrzucona, „zepchnięta na margines”, ma poczucie, że jej stan/sytuacja odbiega od normy.

Ludzie zupełnie inaczej zachowują się gdy są sami niż gdy są w towarzystwie. Obecność innych osób sprawia, że jednostka czuje się obserwowana i nie może skupić się na danym zadaniu. Zdecydowanie częściej jednak w sytuacjach takich motywuje się do pracy, chce pokazać na co ją stać i jakie posiada zdolności. Tego typu zachowania również w jakiś sposób sprawiają, że dana osoba udaje w pewnym stopniu kogoś kim nie jest, zachowuje się nienaturalnie, chce przypodobać się innym, zaimponować im. Tego typu zachowania podobnie jak wcześniejsze mogą wpływać na rozwój osobniczy, uniemożliwiając bycie sobą. Nie liczy się własne zdanie, liczy się poczucie akceptacji i przynależności do danej grupy [7].

W dzisiejszych czasach na każdym kroku czekają na nas niebezpieczeństwa. Nie chodzi już nawet o silne uzależnienia fizjologiczne czy psychiczne ale o wpływ innych osób na jednostkę. Niewyobrażalnie ogromne znaczenie ma dla wielu opinia innych. Nikt też nie chce być samotny. Liczy się chęć akceptacji, często za wszelką cenę. Są osoby, które są w stanie popaść w ciężki nałóg, kraść, zmienić swój styl ubierania czy poglądy i wyznawane wartości. Osoby o słabej osobowości zatracają się, gubią, nie potrafią się przeciwstawić i kroczyć przez życie własną drogą. Co gorsze – uzależnienie od danej grupy może być tak silne, że jednostka w efekcie zacznie zaniedbywać pracę i obowiązki domowe. Jednym słowem na dalszy plan zejdzie wszystko z wyjątkiem spraw związanych z konkretnymi osobami.

Charakterystycznymi objawami popadania w uzależnienia społeczne są zachowania nawykowe, które zajmują zdecydowanie większy czas danej osoby. Dodatkowo to wszystko jest przyczyną powstawania różnego rodzaju problemów, czy to zdrowotnych czy finansowych. Zdarza się, że wpływ otoczenia jest gorszy niż picie alkoholu, czy zakupoholizm jednostki społecznej. [8]

## PIŚMIENNICTWO

1. Sobol E., Podręczny słownik języka polskiego, PWN, Warszawa 1996, 501.
2. Stimmel B., Alcoholism, Drug Addition, and the Road to Recovery: Life on the Edge, The Haworth Medical Press, New York 2002, 3-9, 35-40.
3. Teesson M., Dedenhardt L., Hall W., Addictions, Psychology Press, East Sussex 2002, 13-21.
4. Maisto S., Galizio M., Connors G., Drug use and abuse, Cengage Learning, Wadsworth 2010, 1-24, 149-160.
5. Gerrig R., Zimbardo P., Psychologia i życie, PWN, Warszawa 2006, 562-597.
6. Gelder K., Subcultures. Cultural histories and social practice, Routledge, New York 2007.
7. Strelau J., Psychologia – podręcznik akademicki. Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej. Tom 3, GWP, Gdańsk 2000, 188-189.
8. <http://www.uzaleznienia.efame.pl/uzaleznienie-spoleczne.php>