

## Żyją w szumie informacyjnym. Bywa, że się gubią

data aktualizacji: 2021.11.10 autor: Joanna Kielak



**Czasy się zmieniają, uzależnienia również. - Kiedyś samookaleczanie zdarzało się incydentalnie, teraz to dość powszechny problem. Tak młodzież radzi sobie z tym, że sobie nie radzi - przekonuje Marzena Ciesielska, psychoterapeutka.**

- Przez wiele lat pracowałam z ludźmi, w wieku 17-22 lata. Pacjenci nauczyli mnie wielu rzeczy - przyznaje terapeutka. - Między innymi dystansu do siebie. Kilka lat temu młoda osoba przyszła do mnie do poradni i dosłownie po kilku zdaniach powiedziała, że jestem stara i się nie znam. A przecież nie wyglądałam wtedy zbyt poważnie. Wiedziałam też, że „trochę” się jednak znam. Gdy wyjaśniła mi, dlaczego tak sądzi przyznałam jej jednak rację.

Psychoterapeutka dowiedziała się od pacjentki, że na imprezach nie pije się dziś alkoholu.

- Po pierwsze dlatego, że proces upojenia trwa za długo, a po drugie trzeba byłoby stracić na alkohol za dużo pieniędzy - wyjaśnia. - Ona na imprezę miała 15-17 złotych. To wystarczało na zakup dopalacza.

Zdaniem specjalistów młodzież coraz częściej uzależnia się od... samookaleczania. Co istotne, osoby,

z którymi na ten temat rozmawiała terapeutka przekonywały, że samookaleczanie nie służy temu, by popełnić samobójstwo.

Młodzi ludzie sprawiają sobie ból fizyczny, by choć na chwilę przestać czuć wewnętrzne cierpienie. Nastolatek dostał gorszą ocenę, rodzice się kłócą, sympatia odeszła – zbierają się kolejne kamyczki, które pokonują młodego człowieka.

- Wtedy raz na jakiś czas, systematycznie potrzebuje zrobić sobie seans samookaleczania – mówi Małgorzata Ciesielska.

Coraz częściej młodzież cierpi na zaburzenia łaknienia.

- Problem z reguły dotyczy młodych dziewczyn. Te są eko, fit, medytują, ćwiczą, biegają. Są szczupłe – wylicza terapeutka. – Uczyłam się, że bulimiczka wymiotuje, bo ma poczucie winy, że za dużo zjadła. Tymczasem na terapiach słyszę, że to nie wynika z tego, że mają poczucie winy. Wymiotowanie jest symbolicznym uwolnieniem się od nadmiaru emocji.

**Psychologowie i terapeuci mówią o rosnącej liczbie „prób samobójczych” podejmowanych przez coraz młodsze dzieci. Tragiczny paradoks polega na tym, że dzieci nie próbują, one nie chcą żyć. W roku pandemii problem się nasilił. Liczba zakończonych śmiercią prób samobójczych wśród nieletnich wzrosła. W 2020 roku w całej Polsce życie odebrało sobie 107 dzieci, najmłodsze z nich miało 8 lat.**

Źródło: <https://zyrardow.eglos.pl/aktualnosci/item/39607-zyja-w-szumie-informacyjnym-bywa-ze-sie-gubia>