

Ks. Janusz Mastalski

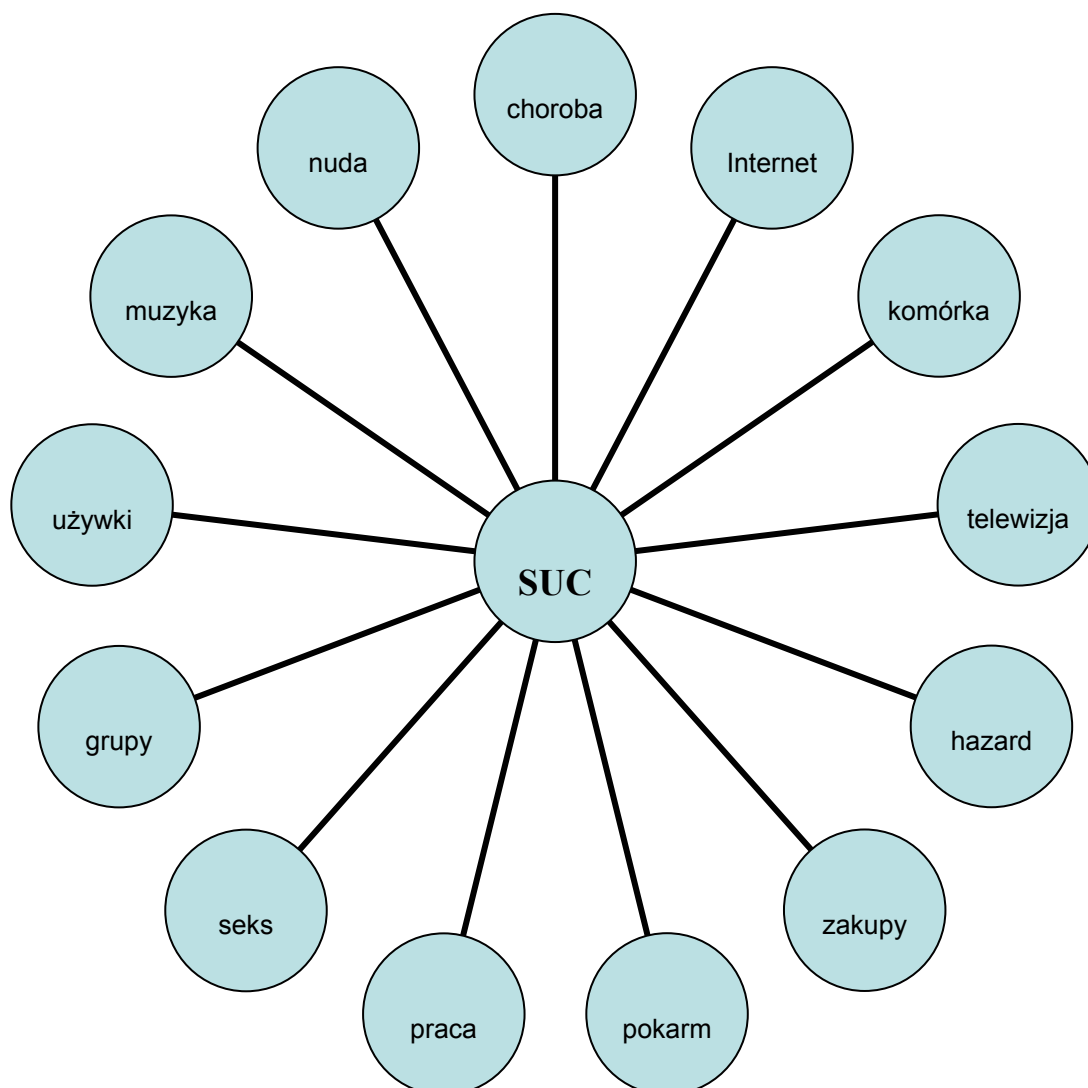
Syndrom uzależnienia cywilizacyjnego

Współczesna młodzież narażona jest na konsekwencje płynące z ingerencji człowieka w świat przyrody, materializację, zanik autorytetów, lekceważenie chorób społecznych, brutalizację i wulgaryzację życia, bezrobocie, egocentryzm i wiele innych patogennych zjawisk. Prowadzi to do powstawania licznych zachowań zmierzających do dysfunkcji. Wzrasta wśród młodych ludzi poczucie apatii, alienacji i frustracji. Rośnie ilość młodych narkomanów, przestępców, a także samobójców. Konsekwencją dotychczasowego rozwoju cywilizacyjnego jest głęboki kryzys, obejmujący świat we wszystkich jego dziedzinach: egzystencjalnej, ekonomicznej, społecznej, politycznej, świadomościowej (Z. Żukowska 2002).

Z zagrożeniami, jakie niesie współczesna cywilizacja, związane jest zjawisko uzależnienia. Uzależnienie to przede wszystkim „osobiste przekonanie, ugruntowane w wyniku interpretowanego subiektywnie doświadczenia o odnalezieniu w miejscu lub przedmiocie całkowitego zaspokojenia swoich najważniejszych potrzeb i pragnień” (P. Rigliano 1998). Można je podzielić na dwa rodzaje: uzależnienia społeczne (legalne) i antyspołeczne (nielegalne). Te pierwsze obejmują uzależnienia od używek legalnych (nikotyna, alkohol, leki) oraz działań akceptowanych społecznie (np. jedzenie, praca, telewizja). Antyspołeczne uzależnienie to zależność od narkotyków i zachowań nieakceptowanych społecznie (kradzieże, podpalanie, dewiacyjne zachowania seksualne).

W kontekście uzależnień cywilizacyjnych można mówić o tych znanych od wielu lat, a nawet wieków (alkoholizm, narkomania, nikotynizm) oraz o tzw. *new addictions* czyli uzależnieniach, w których substancje chemiczne nie odgrywają żadnej roli (C. Guerreschi 2006). Są to więc uzależnienia, których przyczyny leżą poza używkami. Łącząc obie typologie, można przedstawić model uzależnień cywilizacyjnych, który składa się na *syndrom uzależnienia cywilizacyjnego* (SUC) (J. Mastalski 2007).

Model cywilizacyjnych uzależnień



Źródło: opracowanie własne.

Zaburzenia psychiczne

Pierwszy obszar uzależnień tworzą zaburzenia psychiczne, które mogą stanowić źródło wielu zniewoleń. Ostatnie lata przynoszą znaczący wzrost rozpowszechnienia niektórych zaburzeń psychicznych, zarówno z perspektywy badań epidemiologicznych, jak i codziennej praktyki klinicznej. Kryzys rodziny, stres rywalizacji i koncentracja na osiągnięciach już we wczesnym wieku, dostępność narkotyków, antyspołeczne wzorce współczesnej kultury młodzieżowej wydają się być znaczącym źródłem tej tendencji (R. L., Hendren, H. Shen 2007).

Występujące u dzieci i młodzieży zaburzenia trudno sklasyfikować, bowiem „najczęściej przejawiają się we wzajemnych powiązaniach, a różnorodność obrazów klinicznych oraz ich zmienność w przebiegu rozwoju dziecka dodatkowo utrudniają próby ich uporządkowania” (I. Obuchowska 2005). Mówiąc o chorobach XXI wieku, wymienić należy przynajmniej kilka, które w szczególny sposób wpływają na życie młodego człowieka i jego otoczenie. Są to anoreksja i bulimia, depresja oraz lęki.

I tak, zaburzenia odżywiania występują pod dwiema postaciami: jadłowstrętu psychicznego zwanego anoreksją (*anorexia nervosa*) oraz żarłoczności psychicznej zwanej bulimią (*bulimia nervosa*). Anoreksja, czyli jadłowstręt psychiczny, charakteryzuje się fałszywą oceną własnego ciała, prowadzącą do głodzenia się. Jest to choroba o podłożu psychicznym. Objawia się silną obawą przed utyciem, prowadzącą do unikania jedzenia. Osoby chore postrzegają siebie jako dużo grubsze i brzydsze niż są w rzeczywistości; nierzadko czują wstręt do swojego ciała i mają zaniżone poczucie własnej wartości. Często też stwierdzają, że są syte, zanim zaczną jeść. Jednym z kryteriów rozpoznawczych anoreksji jest spadek należnej masy ciała o ponad 15% (A. Pleszowy, D. Szeliga 2002). Chorują na nią osoby w różnym wieku i z różnych środowisk, ale najczęściej dotyka ona dziewczęta między 12 a 21 rokiem życia. Chłopcy zapadają na tę chorobę 10 razy rzadziej (B. Ziółkowska 2004).

Bulimia to często manifestacja uczuć, których młode osoby nie potrafią wyrazić lub ukierunkować w inny sposób. Jest również chorobą o podłożu psychicznym. Są to okresowe napady żarłoczności z utratą kontroli nad ilością spożywanych pokarmów. Chorzy na bulimię czują się głodni nawet bezpośrednio po jedzeniu. Zaburzenie to występuje u nastolatków i ludzi młodych z dużą przewagą płci żeńskiej. Choroba spotykana jest dość często w środowiskach młodzieżowych, a dokładna częstość występowania jest trudna do określenia z powodu ukrywania przez chorych tej dolegliwości (E. Maciocha 2000).

Kolejnym niepokojącym zjawiskiem związanym z chorobami o podłożu psychicznym są lęki i fobie. Mówiąc o zaburzeniach lękowych dotyczących dzieci i adolescentów, można odnaleźć pięć podstawowych. I tak, pierwszym z nich jest tzw. zespół uogólnionego lęku, charakteryzujący się nierealistycznym i nadmiernym lękiem i niepokojem. Fizycznymi symptomami tego lęku są: drażliwość, trudność koncentracji, napięcie mięśniowe, a także problemy ze snem (P. C. Kendall 2004).

Drugim rodzajem zaburzenia lękowego jest zespół obsesyjno-kompulsyjny. Charakterystycznymi objawami tego typu zaburzeń są: nadmierne, częste mycie się, poczucie

życia w grzechu (wątpienie), permanentne kontrolowanie, ciągle liczenie i organizowanie czynności, przymusowe zbieranie rzeczy, a także przesadny perfekcjonizm (R. Meyer 2003).

Trzecim rodzajem lęku jest tzw. lękowe zaburzenie separacyjne, które polega na odczuwaniu cierpienia z nadmiernej obawy przed rozdzieleniem z osobami, do których dana osoba jest przywiązana. Wbrew pozorom dotyczy to obu płci, a wiele niepokojących objawów tego zaburzenia istnieje w dorosłym życiu (także u mężczyzn). U dzieci przejawia się omawiany zespół między innymi: odmawianiem spania poza domem, stałym przebywaniem przy rodzicu, niechęcią do rozstania w chwili wyjścia do szkoły.

Czwartym rodzajem lęku jest zespół stresu urazowego (Post Traumatic Stress Disorder). PTSD to upośledzające funkcjonowanie dziecka schorzenie, które często jest następstwem przerażającego, zagrażającego życiu fizycznego lub emocjonalnego wydarzenia. Osoba, która przeżyła takie zdarzenie, często miewa uporczywe, przerażające myśli i wspomnienia z nim związane. PTSD może pojawić się po wydarzeniu, które miało miejsce w życiu dziecka lub miało miejsce w życiu osoby blisko związanej z dzieckiem, a także w sytuacji, gdy dziecko obserwowało to wydarzenie w charakterze świadka (B. Dudek 2003).

Piątym, charakterystycznym dla wieku dziecięcego lękiem, jest fobia szkolna. Charakteryzuje się ona przede wszystkim ogromną niechęcią do szkoły. Uczeń unika szkoły, a przez to staje się coraz bardziej lękliwy, kiedy do niej przychodzi (P. C. Kendall 2004).

Jak więc widać, obszar zaburzeń współczesnego młodego człowieka jest ogromny, a możliwość uzależnień – wielopłaszczyznowa.

Działania destrukcyjne

Kolejnym elementem składającym się na SUC są działania destrukcyjne. Pierwszym z nich jest pracoholizm (*work addiction*), który wprawdzie odnosi się do osób dorosłych, ale ponieważ żyją one w rodzinach, to poprzez proces współzależniania występują pewne objawy wśród dzieci pracoholików (P. C. Kendall 2004). Mają one duże szanse stać się w przyszłości takimi jak ich rodzice. Pracoholizm jest zachowaniem nałogowym. Nie powoduje zależności fizjologicznej (tak jak alkoholizm, lekomania, narkomania), ale opiera się na emocjach. Zaburza równowagę w życiu codziennym. Jest zachowaniem poza kontrolą. Osoba taka traci poczucie czasu i ma mniejszy kontakt z rzeczywistością. Jest to więc osoba, dla której potrzeba pracy jest tak wielka, że jej zaspokajanie wywołuje duże dolegliwości i ma negatywny wpływ na stan zdrowia, poczucie szczęścia oraz relacje międzyludzkie.

Drugim obszarem zachowań destrukcyjnych są wszelkie postawy przeniknięte agresją. Są to najpierw zaburzenia zachowania, które wiążą się z powtarzającym i trwałym wzorem postaw, w którym są naruszane prawa osób lub normy społeczne. Może to być zachowanie agresywne w stosunku od ludzi i zwierząt (znęcanie się, wszczynanie bójek, używanie broni, fizyczne okrucieństwo, zmuszanie kogoś do czynności seksualnych). Następnie zaburzeniem zachowania jest, niewątpliwie, niszczenie mienia, oszustwo lub kradzież, a także poważne naruszenie zasad społecznych (np. ucieczka z domu, wagary itp.). Ponadto, mówiąc o zachowaniach destrukcyjnych, nie można pominąć zachowań przestępczych, a w nich rozbojów i zabójstw.

Trzecim obszarem zachowań destrukcyjnych jest samobójstwo. Młodzież, która dokonuje zamachów samobójczych, przeżywa konflikty w wielu przestrzeniach, stąd też rodzi się napięcie obejmujące coraz to większą ilość tych obszarów, powodując poczucie bezradności. Takie stany mogą prowadzić do samobójstwa rozumianego jako przemyślane, zamierzone działanie zagrażające życiu, podjęte samodzielnie, którego następstwem jest śmierć. Przyczyną zachowań samobójczych młodzieży mogą być: depresja i agresja, które mają większy lub mniejszy, ale jednak wpływ na myśli samobójcze. Ponadto duże znaczenie posiada dzieciństwo, a konkretnie neurotyzacja w tym wieku. W dzieciństwie może być „położony fundament przyszłej negacji życia” (R. Ringel 1992). Trzeba jednak pamiętać, że największą rolę w zachowaniach suicydalnych młodzieży odgrywa rodzina. Brak poczucia bezpieczeństwa, brak wsparcia oraz niemożność nawiązania kontaktu z rodzicami to główne czynniki takich zachowań. Oczywiście, przyczyn zachowań samobójczych można także doszukiwać się w środowisku szkolnym, w którym istnieje wiele sytuacji stresogennych, mających wpływ na myśli samobójcze (K. Kopczyński 1994). Wśród przyczyn zachowań suicydalnych nie może także zabraknąć kwestii związanych z osobowością młodego człowieka. Komponentami wpływającymi na zachowania samobójcze mogą być następujące elementy: nieprawidłowa samoocena, stany lękowe, wyuczona bezradność, nieprawidłowa hierarchia wartości itp.

Triada ekranowa

Mówiąc o Syndromie Uzależnienia Cywilizacyjnego, należy wspomnieć o wielopłaszczyznowym zniewoleniu komunikacyjnym. Charakteryzuje się on tzw. triadą ekranową, w której dominują trzy ekrany: internetowy, telewizyjny i komórkowy. I tak, wirtualna rzeczywistość (ciekawsza, bardziej kolorowa, często bogatsza w emocje i przeżycia

od świata realnego) przyciąga spragnionych nowych doświadczeń i wrażeń internautów. Często ta rzeczywistość okazuje się być „drugim światem, w który angażują się niepomernie głębiej niż w rzeczywistość za oknem” (M. Robak 2001). Wielu internautów poprzez długotrwałe „przebywanie w Sieci” próbuje oderwać się od rzeczywistości i oddać łatwej rozrywce. Odbiorcy, szczególnie młodzi, rezygnują z osobistego wzbogacenia wewnętrznego, które wymaga wysiłku moralnego i intelektualnego (T. Reroń 2002). To z kolei zubaża ogromnie nie tylko użytkownika Internetu, ale także relacje, jakie buduje z innymi. Każde zubożenie emocjonalne odbija się na przejrzystości wzajemnych odniesień i w konsekwencji rodzi przemoc (często przeniesioną albo symboliczną). Internet jako multimedium operuje wieloma formami bodźców, z których najważniejszym pozostaje, rzecz jasna, bodziec wzrokowy. Dominacja wielobarwnych obrazów i animacji nad słowem służy do przyciągania uwagi i tym samym powoduje sugestywne oddziaływanie na internautę. Zbyt intensywna tego typu interakcja użytkownika ze światem urojonym (S. Juszczyk 2000) prowadzi w efekcie do utraty poczucia rzeczywistości. Wyidealizowany świat w zderzeniu z rzeczywistością powoduje frustrację, która odbija się między innymi na atmosferze domowej. W wielu rodzinach następuje także niepokojący proces wirtualizacji życia, który wyraża się zachwytem nad cybernetycznym światem. W miejsce realnych doznań i zjawisk pojawiają się wirtualne doznania (M. Robak 2001). Codziennosc staje się nudna, zwykła, przestaje dostarczać emocji i wrażeń. Odejściem od niej wydaje się barwny, urojony świat sieci internetowej.

Drugi ekran stanowi telewizja mająca ogromny, wieloraki i wielopłaszczyznowy wpływ na odbiorcę, co sprawia, „że kontakt z programami audiowizualnymi zaspokaja w jednostce głębokie potrzeby psychiczne i wiąże ją z mass mediami, których wpływ pozornie wydaje się łagodny, traktowany jest naturalnie, przyjmowany bez zastrzeżeń” (J. Koblewska 1972). Wśród niebezpiecznych przestrzeni oddziaływania telewizji należy wymienić następujące:

- Ucieczka przed rozwiązaniem problemu.
- Iluzoryczna wizja świata.
- Dezinformacja odbiorców (negacja prawdy, odwrócenie faktów, mieszanina prawdy i kłamstwa, modyfikacja okoliczności, rozmycie, tendencyjna interpretacja, generalizacja, nierówna reprezentacja).
- Uczenie się przemocy.
- Epatowanie seksem.

Trzecim ekranem uzależniającym jest komórka, która zastępuje zegarek, plan miasta, plan dnia, kalendarz, kalkulator, pomaga podpowiadać, ściągać, uśmierza lekcyjną nudę. Zapewnia błyskawiczny kontakt. Daje poczucie, że jest się w centrum wydarzeń. Gwarantuje dyskrecję. Jest to więc ulubiony gadżet młodych ludzi. Oprócz wielu zalet można jednak odnaleźć przynajmniej kilka toksycznych skutków używania komórki. Uzależniony od telefonu komórkowego ma następujące symptomy:

- poświęca sporą część własnego czasu na używanie komórki (telefonowanie, sms-y, konsultacje, robienie zdjęć, kręcenie filmów), ograniczając w ten sposób inną aktywność;
- odczuwa dyskomfort, bóle głowy, zawroty, problemy z oczami oraz inne symptomy somatyczne związane z nadużywaniem aparatu;
- przeżywa ekstremalne stany emocjonalne, kiedy aparat jest niewłączony lub nie jest w pobliżu;
- pokazuje potrzebę korzystania z telefonu, która przynosi zadowolenie i jednocześnie stanowi główny sposób kontaktowania się z innymi;
- odczuwa niepokój, a nawet panikę, gdy telefon jest wyładowany;
- używa telefonu, aby czuć się bezpiecznie i mieć poczucie komfortu;
- ma skłonność do używania telefonu jako instrumentu kontroli obiektu uczuć;
- nie potrafi wytrzymać dłużej bez kontaktowania się z kimś;
- dąży do usprawiedliwiania siebie w tak częstym używaniu telefonu;
- używa telefonu pod wpływem pewnych lęków (lęk przed samotnością, fobie, niepokoje);
- nawet w nocy sprawdza, czy nie ma jakiejś wiadomości, aby na nią odpowiedzieć (L. di Gregorio 2003).

Subkultury

Jednym z obszarów poszukiwania przez nastolatka swojej tożsamości jest przynależność do subkultury. Grupy proponujące alternatywny sposób bycia w stosunku do konwencji społecznych są jakimś przejawem podejmowanych przez młodzież poszukiwań swojego miejsca, wyrażania emocji i przeżywania wolności. A przecież człowiek „coraz trudniej odnajduje w dzisiejszych czasach poczucie własnej tożsamości, wewnętrznej jedności, która uzgadniałaby go z sobą samym, z innymi i z całokształtem ludzkiej egzystencji (...). Aby jednak żyć i twórczo działać w życiu, człowiek jako istota rozumna nie

może trwać w niepewności i pewnego rodzaju psychicznym zawieszeniu. Jego osobowy i społeczny rozwój domaga się jasnej orientacji moralnej w życiu, wyraźnego sprecyzowania celu i sensu swojej egzystencji” (S. Rosik 1992).

Powstawanie i atrakcyjność subkultur bazuje przede wszystkim na naturalnym pragnieniu przynależności: poczuciu posiadania jakiegoś układu odniesienia, identyfikacji, wsparcia emocjonalnego, wspólnoty przeżyć i doświadczeń. Te naturalne potrzeby, niezrealizowane, szukają często zaspokojenia w społecznościach alternatywnych. Subkultury młodzieżowe wychodzą naprzeciw młodzieńczemu zagubieniu, poczuciu niezrozumienia przez najbliższych. Specyficzny język, ideologia, charakterystyczny ubiór sprawiają, że subkultury stają się hermetycznymi środowiskami, do których przynależność wiąże się z akceptacją i powielaniem określonych wzorców. Oczywiście tego typu grupy niosą ze sobą wiele uzależnień i niebezpieczeństw.

Konsumpcja

Mówiąc o wzrastającej, uzależniającej kulturze konsumpcji, trzeba wspomnieć o kilku obszarach uzależnień. Pierwszy z nich stanowią używki. Niestety, narkomania jest zjawiskiem masowym, zarówno w Polsce, jak i w krajach zachodnich. Ścisłe określenie jej rozmiarów jest bardzo trudne, gdyż statystyki rejestrują tylko dane oficjalne, pozostawiając poza swoim zasięgiem osoby, które ukrywają swoje uzależnienie od tego rodzaju środków. Trzeba jednak pamiętać, iż narkomania nie jest problemem tylko jednej osoby – uzależnionego. Swego rodzaju terapii musi zostać poddana również rodzina, gdyż w wielu sferach swego wewnętrznego życia, przejawia patologię. Z narkomanią łączy się także zjawisko lekomanii, czyli stan przewlekłej lub okresowej intoksykacji, spowodowanej powtarzającym się zażywaniem leku naturalnego lub syntetycznego (M. Jarosz 2004). Młodzież także jest narażona na przyjmowanie zwiększonej ilości leków, szczególnie tych przeciwbólowych, a także aspiryny i antybiotyków.

Używki to także alkohol, który jest spożywany przez coraz większą ilość dzieci i młodzieży. Mówiąc o spożywaniu i nadużywaniu przez uczniów alkoholu, warto uświadomić sobie czynniki ryzyka. I tak, można je podzielić na dwie grupy. Pierwsza z nich to czynniki biologiczne: uwarunkowania genetyczne (dzieci alkoholików częściej rozpoczynają picie alkoholu w wieku dojrzewania oraz popadają w uzależnienie); uwarunkowania osobowościowe (ADHD, agresywność w wieku dziecięcym, antyspołeczne zachowania w okresie przedszkolnym i wczesnym dzieciństwie, zaburzenia psychiczne) oraz

uwarunkowania posttraumatyczne (lęki i depresje, urazy psychiczne dzieciństwa, doznanie przemocy fizycznej lub seksualnej, bycie świadkiem przemocy oraz pozytywne oczekiwania wobec alkoholu, a także PTSD) (B. T. Woronowicz 1998).

Następny rodzaj uwarunkowań związany jest z czynnikami psychospołecznymi. Wśród nich można wyodrębnić najpierw środowisko rodzinne (konflikty, rozwód, przemoc, niewłaściwe wzorce, uboga komunikacja z rodzicami i brak wsparcia, złe świadectwo rodzeństwa). Kolejnym środowiskiem alkohologennym jest szkoła. Czynnikiem ryzyka mogą być niskie umiejętności szkolne, brak zainteresowania wybranym kierunkiem kształcenia, niewłaściwe relacje w klasie (narzucanie toksycznych zachowań), poczucie niesprawiedliwego traktowania przez nauczycieli, zbyt wysokie wymagania stawiane uczniom przez nauczycieli lub konflikty rodzinne, wynikające z braku sprostania przez ucznia oczekiwaniom rodziców (R. E. Vogler, W. R. Bartz 1999). Niewątpliwie, także środowisko rówieśnicze ma wpływ na spożywanie alkoholu przez młodzież. Picie rówieśników i akceptacja alkoholizowania się to główne powody związane z tym środowiskiem (C. Clamati 2003).

Kolejnym rodzajem uzależnienia od używek jest nikotynizm. Obecnie palenie jest niemal powszechne wśród młodzieży, a niepokojący jest fakt sięgania po papierosy przez coraz młodsze dzieci. W środowisku młodzieży istnieje moda na palenie. Grupa przyjmuje wzory zachowań proponowanych jej przez autorytet, jakim jest przywódca, lider grupy. Większość zaczyna palić w wieku kilkunastu lat, ze względu na presję środowiska kolegów, rodzeństwa i rodziców. Młodzi ludzie, paląc papierosy, czują się jak dorośli, a to obiecuje wzrost w hierarchii społecznej (Cz. Cekiera 2001).

Drugim obszarem konsumpcji staje się muzyka. Niestety, muzyka (oprócz walorów pozytywnych) może także mieć charakter toksyczny, a w dobie powszechności konsumpcji muzycznej ma to ogromne konsekwencje dla rozwoju człowieka. Istnieje wiele przejawów zagrożeń płynących z konsumpcji muzycznej. Oto one:

- Toksykogenicna głośność.
- Manipulacyjne sekwencje (ogromna możliwość oddziaływania podprogowego).
- Niebezpieczne teksty.
- Epatowanie seksem.
- Generowanie agresji.

- Kształtowanie zniekształconego poglądu na świat.
- Komunikowanie perswazyjne teledysków.
- Taniec w służbie dezintegracji.

Niepokojącym obszarem konsumpcji we współczesnym świecie staje się także sfera seksu. Seksualność może wyrażać wierną miłość i czułość oraz być miejscem odpowiedzialnego przekazywania życia. Niestety, nieraz staje się ona miejscem wyrażania przemocy oraz przestrzenią rozczarowań i frustracji. A przecież właśnie tam człowiek wielokrotnie poszukuje sensu swojego życia, perspektyw czy przyjemności (M. Dziewiecki 2003). Tymczasem w ostatnich latach seksualność stała się „obszarem dramatycznych problemów zdrowotnych i społecznych w niespotykanej dotąd skali” (Sz. Grzelak 2006). Istnieje kilka płaszczyzn, w których młody człowiek jest narażony na te problemy: zaburzenia seksualne związane z rozwojem, przedwczesna inicjacja seksualna, panseksualizm oraz wykorzystywanie seksualne.

Niewątpliwie, przejawem omawianej konsumpcji jest także hazard. Niestety, wśród młodych ludzi problem ten narasta i dotyczy w dużym stopniu chłopców. Nastolatki uzależniają się przede wszystkim poprzez automaty do gier i gry komputerowe. Trzeba pamiętać, iż siłą napędową patologicznego hazardu jest potrzeba przeżywania silnego napięcia, jakie pojawia się podczas gry. Wygrana zwiększa poczucie mocy i popycha do dalszej gry (B. Dzik 2002). Podobny problem występuje w odniesieniu do gier komputerowych. Uzależnienie od gier komputerowych zaczyna się zazwyczaj bardzo niewinnie. Najpierw jest ciekawość i zafascynowanie, a dziecko spędza wiele czasu przy grach komputerowych. Nastolatki korzystający z gier komputerowych ujawniają silną potrzebę autonomii, ekspresji siebie, a jednocześnie są osobami z nasiloną agresją oraz dużą pewnością siebie, z jednoczesnym uchylaniem się od odpowiedzialności. Istnieje także niska potrzeba rozumienia siebie i innych. Można też powiedzieć, że występują u nich pewne cechy charakterystyczne dla osobowości narcystycznej. Wyrażają się one przekonaniem o własnej doskonałości i wyjątkowości; współwystępują z małą potrzebą rozumienia siebie i innych. Można także wnioskować u nich o braku empatii i potrzeby uczenia się oraz poznania siebie i innych ludzi (I. Ulfik 2000). Dodatkowo można mówić o ubóstwie wyrażanych emocji, dominacji niepokoju i wycofywaniu się z życia towarzyskiego. Charakterystyczną cechą jest również traktowanie innych osób jako przedmiotów, które należy zniszczyć, wykorzystać lub oszukać, aby osiągnąć zamierzony cel (D. Raś 2000).

Ostatnim obszarem zniewalającej konsumpcji jest nałogowe kupowanie. Istnieje jeszcze mało badań na temat uzależnień tego typu u dzieci i młodzieży. Jednak globalny uczeń jest niejako bombardowany różnego rodzaju reklamami, które oferują mu ogromne ilości gadżetów. To z kolei prowadzi do poszukiwań danych towarów w centrach handlowych czy sklepach internetowych. Tego typu konsumpcja zajmuje coraz więcej czasu. Chęć bycia na topie rzuca młodego człowieka w otchłań konsumpcji, która w pewnym momencie staje się sposobem na życie.

Jak więc widać, Syndrom Uzależnienia Cywilizacyjnego ma złożoną strukturę, a jego toksyczne skutki – ogromną siłę. Globalizm w połączeniu z chaosem aksjologicznym i niepoohamowaną konsumpcją sprawia, że współczesny człowiek czuje się coraz bardziej zagubiony. Stąd też istnieje ogromna potrzeba podejmowania wielu inicjatyw na rzecz przeciwdziałania destrukcyjnym wpływom *cywilizacji instant*. Trzeba pomóc młodemu człowiekowi odnaleźć się w tej fascynującej, ale pełnej pułapek rzeczywistości.

Warto więc na koniec przytoczyć słowa Jana Pawła II z *Listu do Młodych*, który przypomina, że „działanie rodziny, jak i szkoły pozostanie niekompletne (a może nawet zostać wręcz zniweczone) – jeżeli każdy i każda z Was, Młodych, sam nie podejmie dzieła swojego wychowania. Wychowanie rodzinne i szkolne może tylko dostarczyć Wam elementów do dzieła samowychowania. (...) Wewnętrznej struktury, gdzie «prawda czyni nas wolnymi», nie można zbudować tylko «od zewnątrz». Każdy musi ją budować od «wewnątrz» - budować w trudzie, z wytrwałością i cierpliwością, o którą młodym nie zawsze tak łatwo. I ta właśnie budowa nazywa się samowychowaniem”. Aby tak się stało, młody człowiek musi być wsparty działaniem wielu środowisk odpowiedzialnych za wychowanie. W tym procesie szczególną rolę powinien odegrać Kościół!