

KU PRZESTRODZE

RODZICOM MAŁYCH DZIECI, KTÓRZY CHCĄ MIEĆ SPOKÓJ I DAJĄ IM DO „ZABAWY” TELEFONY (smartphony)

10-letnia Zosia jest na odwyku. „Psychiatra powiedziała mi, że to dokładnie tak, jakby była alkoholiczką"

Zostawiając ją w szpitalu psychiatrycznym, czułam się jak najgorsza matka świata. Ale nie miałam wyjścia. U nas jest trakcja kolejowa. Bałam się, że ona coś sobie zrobi. Już wcześniej usiłowała wyskoczyć z okna - mówi Agnieszka, której córka uzależniła się od Internetu.

„Chcę opowiedzieć o mojej 10-letniej córce, uzależnionej od Internetu. Chcę ostrzec innych rodziców".

Ja nie mam żadnych wątpliwości, że moja córka jest uzależniona. Tak też powiedziała pani ordynator ze szpitala psychiatrycznego, do którego Zosia trafiła.

10-latka w szpitalu psychiatrycznym?

Tak naprawdę dziewięciolatka! Zosia dopiero za chwilę skończy dziesięć lat.

Jakie to było wspaniałe dziecko! Idealne. Każdej matce można takiego życzyć. Byłam w szoku, że dzieci w ogóle mogą takie być! Wiktoria, moja starsza córka, ciągle płakała, jak była malutka. A Zosia wcale. Przesypiała całe noce! To był aniołek. W przedszkolu była pupilkiem pani.

A z rówieśnikami lubiła się bawić?

Bardzo! Była bardzo towarzyska. Ciągle biegała z koleżankami po dworze. Uwielbiała jeździć na rowerze. Jak każde normalne dziecko.

Czyli wczesne dzieciństwo przebiegało bez problemów?

Wszystko się układało dobrze. Zosia chętnie bawiła się ze starszą siostrą. I uwielbiała, kiedy czytałam jej książeczki. Mamy całą kolekcję Disneya. Jej ulubione bajki to był „Aladyn" i „101 dalmatyńczyków". Zawsze jej czytałam przed snem. Zresztą ona spała ze mną do siódmego roku życia! Przytulała się, powtarzała: „Kocham cię, mamusiu". Przestała spać ze mną dopiero trzy lata temu, kiedy urodziłam synka.

Kiedy w życiu Zosi pojawił się Internet?

Był od zawsze! Żyjemy przecież w takich czasach, że na co dzień posługujemy się smartfonem, laptopem. Puszczaliśmy jej bajki z Internetu. Potem sama sobie wyszukiwała filmiki. Nie widziałam w tym niczego złego. Spędzała przed komputerem coraz więcej czasu, to prawda.

Ale mówiąc uczciwie, to było dla mnie wygodne rozwiązanie: ona była grzeczna i się nie nudziła, a ja miałam wolne. „Takie są czasy, że każdy siedzi przed komputerem” - myślałam.

Oglądanie bajek w Internecie nie brzmi groźnie.

Kiedy była w drugiej klasie podstawówki, zaczęła grać w gry. I oglądać filmiki na YouTube. Z moim komputerem zamykała się w pokoju.

O jakich filmikach mówimy?

Youtuberzy pokazują w nich, jak sami grają w gry i rozmawiają o nich z innymi użytkownikami. Zosia wciągała się w ten wirtualny świat coraz bardziej.

Ile godzin dziennie spędzała w ten sposób?

Właściwie cały czas po szkole. To była przecież mądra dziewczynka, a z nauką miała same problemy. Bo w ogóle nie chciała się uczyć. Niczego. Do dziś kiepsko czyta.

Mówiła pani, że wcześniej tak lubiła bajki Disneya. W szkole nic jej nie interesowało? Żadne czytanki? Lektury?

Kompletnie nic. Zaczęłam więc chować przed nią komputer. A ona wymuszała: „Oddaj! Koleżanki mają dostęp do komputera!”. Dochodziło do pierwszych awantur. Zmieniła się bardzo. Ciągle by tylko siedziała w pokoju z komputerem albo telefonem. Próbowalam ją wyganiać na dwór. „Idź na rower”, prosiłam. Ale nie chciała o tym słyszeć. Kiedy przychodziły po nią koleżanki, nawet do nich nie wychodziła. Kazała mówić, że nigdzie nie pójdzie. Wolą siedzieć w tym swoim świecie. Lato ubiegłego roku: ciepło, dzieci się bawią, jeżdżą na rowerach, a ona - w pokoju.

To znaczy - w Internecie.

W Internecie.

Czy w pani rodzinie są inne osoby uzależnione?

Dziadek Zosi jest alkoholikiem.

Zapytałam o to, żeby się dowiedzieć, czy pani wiedziała, jakie zachowania są typowe dla osób uzależnionych? Jakie pojawiają się mechanizmy?

Moja mama też piła. Napatrzyłam się na to wszystko. Na picie po kryjomu, wściekłość, kiedy ktoś zwraca uwagę albo próbuje namówić do leczenia. Wszystko to znam.

Widziała pani podobne zachowania u córki?

Identyczne. Kiedy próbowałam odciąć ją od Internetu, wpadała w prawdziwą histerię. Zresztą do dziś to się zdarza.

Jak to wygląda?

Kiedy zabierałam telefon czy komputer, stawała się strasznie nerwowa, trzaskała drzwiami, wyzywała mnie strasznie.

Co mówiła?

„Nie chcę mieć takiej rodziny”, „Nie chcę już tu mieszkać”, „Ty dziwko”.

Te ostatnie słowa to do pani, tak?

Tak. I było tylko gorzej. Później usiłowała wyskakiwać przez okno. A my mieszkamy na drugim piętrze! Wyciągnęłam klamki z okien i od drzwi balkonowych. Byłam przerażona. To już nie było to samo dziecko. Biła siostrę. Mnie też. Pięściami nas okładała, kopała, gryzła.

I to wszystko, żeby wymusić dostęp do Internetu?

Tak.

Co pani z tym zrobiła?

Zabrałam Zosię do psychologa. Na pierwszych wizytach było bardzo ciężko, bo Zosia się obraziła i nic nie chciała mówić. Potem trochę się otworzyła. Pani psycholog potwierdziła moje przypuszczenia. Powiedziała, że wszystkie problemy spowodowało uzależnienie od Internetu. Słyszac to, Zosia obiecywała, że się zmieni. Przekonywała, że się poprawi, będzie grzeczna, będzie się uczyć. Ale to była nieprawda. A najgorsze dopiero miało się wydarzyć.

Psycholog zabroniła Zosi korzystać z Internetu?

Właśnie nie. Powiedziała, żebym nie odcinała jej od tego gwałtownie, tylko dawkowałam dostęp: godzina, najwyżej półtorej godziny dziennie. Więc na tyle jej pozwalałam.

Półtorej godziny Internetu dziennie - to sporo.

Ale jej nie wystarczało. Takie rozwiązanie nie zdało egzaminu. Zosia się tylko strasznie nakręcała. A tamtego dnia. To było coś okropnego. Pamiętam doskonale: 4 grudnia ubiegłego roku. Rano. Byłam z nią w kuchni. Powiedziała mi, że nie pójdzie do szkoły. „Nie, bo nie”. A potem krzyczała, wrzeszczała: „Dlaczego mi zabierasz telefon? Oddawaj!”. To było przerażające. Najgorsze były jej oczy. Takie obojętne, obce. Nie poznawałam jej. Ja nawet nie wiem, jak to określić. Histeria? Opętanie? Kiedy na nią patrzyłam, to jakby nie była moją Zosią.

Dała jej pani ten telefon?

Nie. Zaczęła grozić, że w takim razie ucieknie z domu. Usiłowałam ją jakoś uspokoić. A ona złapała nóż, który leżał na kuchennym blacie. Ja wtedy naprawdę nie wiedziałam, co się stanie. Czy ona pójdzie z tym nożem w moją stronę? Czy zrobi coś sobie? Zaczęłam krzyczeć. Kiedy starsza córka, Wiktoria, usłyszała mnie, przybiegła do kuchni. Zobaczyła nas i zaczęła płakać. Bała się i o mnie, i o Zosię. Zadzwoiła na policję. Przyjechało dwóch młodych funkcjonariuszy. Powiedzieli, że pierwszy raz są na takiej interwencji i nigdy nie widzieli dziecka w takim stanie, w jakim była Zosia.

Co robiła, kiedy przyszli policjanci? Ciągle stała w kuchni z tym nożem?

Nie. Przestraszyła się i schowała pod łóżko. Ale potem wyszła. Przyznała się policjantom, że złapała za nóż. Ale nie była w stanie wytłumaczyć dlaczego. Nie potrafiła też powiedzieć, co zamierzała z nim zrobić. Dlatego policjanci wezwali pogotowie, które zabrało ją do szpitala psychiatrycznego do Warty. Oczywiście pojechałam z nią. Ale w szpitalu powiedzieli, że jej nie przyjmą, bo przyjmują dzieci od 13. roku życia. Odesłali nas do domu ze skierowaniem do innego szpitala.

Psychiatrycznego?

Tak. Więc zaczęłam dzwonić. Do Poznania i Gniezna. Ale nigdzie nie chcieli jej przyjąć.

Dlaczego?

Mówili, że nie ma miejsc. Mają takie przepełnienie, że dzieci śpią na dostawkach! Tydzień później usłyszałam w telewizji, że w całym kraju tak jest. Że tak zatłoczone są szpitale psychiatryczne dla dzieci.

Przez media przetoczyła się wtedy fala informacji o samobójstwach wśród dzieci i nastolatków, którzy nie otrzymują fachowej pomocy. Pani była zdeterminowana, żeby Zosię umieścić w szpitalu?

Tak. I ona wtedy też tego chciała.

Chciała pójść do szpitala? Dlaczego?

Może się przestraszyła po tej sytuacji z nożem? Z policją? Nie wiem. W każdym razie wtedy, w grudniu, w szpitalach nie było miejsc. Zbliżało się Boże Narodzenie. Na święta pojechała do dziadków. Uznałam, że po tym wszystkim dobrze jej zrobi, jak pobędzie z nimi. Że i ona, i ja złapiemy trochę oddechu. Wcześniej dwukrotnie byłam z Zosią u psychiatry, wydawała się uspokojona.

Wyjazd do dziadków okazał się fatalnym pomysłem. Prosiłam ich, błagałam: „Pod żadnym pozorem nie dawajcie jej telefonu. Ona ma kategorię zakaz od psychiatry! To dla niej niebezpieczne”. Ale dziadkowie nie potraktowali sprawy poważnie. Zosia całe święta spędziła w Internecie. Po powrocie do domu wszystko wróciło ze zdwojoną siłą: znowu były krzyki, awantury. Znowu oświadczyła, że nie będzie chodziła do szkoły. Styczeń był straszny. Wtedy już nie miałam żadnych wątpliwości, że bez szpitala sobie z tym wszystkim nie poradzimy. Znowu zaczęłam wydzwaniać, szukać miejsca. 7 lutego usłyszałam w końcu: „Proszę przyjeżdżać. Jest miejsce dla córki”.

W którym szpitalu?

W Gnieźnie. 130 km od naszego domu. Tego samego dnia wsiadłyśmy do pociągu i pojechałyśmy. Zosia płakała. Im było bliżej, tym mocniej. Przytulała się i prosiła: „Mamo, ja nie chcę tam zostać”. A ja mówiłam: „Wszystko będzie dobrze, będziesz tam miała koleżanki”.

Ale na miejscu ja też zaczęłam płakać. „Po co ja to robię? Własne dziecko zamykam w szpitalu?“, myślałam. W najczarniejszych snach nie przeżyłam czegoś takiego! Czułam się tak, jakbym była najgorszą matką na świecie. (pani Agnieszka zaczyna płakać) Nigdy w życiu bym nie pomyślała, że będę musiała własne dziecko wywieźć do szpitala psychiatrycznego. Żadna matka sobie tego nie wyobraża. Ale ja nie miałam wyjścia.

Czego się pani najbardziej bała?

U nas jest trakcja kolejowa. Teraz jest modernizacja, więc jest zamknięta. Ale bałam się, że jak otworzą. To ona sobie coś robi. Przecież już wcześniej usiłowała wyskoczyć z okna.

Zostawiła pani córkę w szpitalu?

Zostawiłam. Następnego dnia miałam rozmowę z panią psychiatrą. Powiedziała, że bardzo dobrze zrobiłam.

Uważa pani, że gdyby nie telefon, komputer, Internet - to wszystko nigdy by się nie wydarzyło?

Tak. W tym samym czasie przyszło też do domu pismo z sądu. Trafiła do nich notatka od policji wezwanej przez Wiktorię na interwencję. Zosia będzie miała teraz sprawę o demoralizację. Jeden wielki koszmar.

Jak długo Zosia była w szpitalu?

Od 7 lutego do 9 marca. Miesiąc. Lekarze pozwolili mi ją odwiedzić tylko dwa razy. Pani ordynator powiedziała, że chcą ją „poobserwować” samą. To było wszystko takie trudne. Kiedy odwiedziłam Zosię pierwszy raz, zrobiła mi awanturę. „Po co w ogóle przyjechała?”.

Jak wyglądał szpital?

Na jednym poziomie były dzieci młodsze: do 14. roku życia. Na drugim te od 15 do 18 lat. Najmłodsze dziecko, jakie tam spotkałam, to był siedmioletni chłopiec. Taki malutki. Coś straszego.

Zosia mówiła, że co jakiś czas jest kontrola. Personel sprawdzał, czy dzieci się nie tną. Moja córka tego nie robiła. Ale inne dziewczyny się cięły. Dostawały wtedy zastrzyki uspokajające. Czytałam w szpitalnym regulaminie, że za takie zachowania były kary: zakaz odwiedzin albo oglądania telewizji. To mi przypominało więzienie. Ale z drugiej strony - ten szpital był też trochę jak szkoła. Bo byli wychowawcy.

Z jakiego powodu trafiły tam inne dzieci? Uzależnionych od Internetu było więcej?

Nie wiem. Mnie to przerażało. Na przykład kiedy patrzyłam na taką jedną dziewczynkę: była spokojniutka, chodziła dosłownie jak żółw. Ciągle była na lekach. To wyglądało strasznie. Drugiej dziewczynki bała się Zosia. Bo tamta siedziała w pasach, w sali zamykanej od zewnątrz. Nie wiem, co jej było.

Zapewne lekarze uznali, że zagraża swojemu życiu.

Kiedy Zosia była przyjmowana na oddział, pielęgniarki wszystko sprawdziły: każde ubranie, każdą skarpetkę! Nawet zdekompletowały jej książkę do angielskiego. Tam była płyta do nauki na CD. Kazały mi ją zabrać, bo dzieci nie mogą mieć przy sobie nic ostrego. Dostają wyłącznie plastikowe sztucce. „Tu są różne dzieci, nie możemy niczego zlekceważyć” - powiedziały. Od Wiktorii Zosia dostała ramkę z ich wspólnym zdjęciem. Ale ją też musiałam zabrać. Bo w tej ramce było szkło.

Jak Zosia zniosła pobyt w szpitalu?

Pani ordynator powiedziała, że nie sprawiała problemów. Dostała leki na uspokojenie. Podobno była po nich bardzo grzeczna.

Ciągle dostaje leki?

Tak. Dwa na stałe: uspokajający i nasenny. I hydroksyzynę doraźnie. Na wypadek ataków hysterii. Zanim ją stamtąd zabrałam, miałam rozmowę z panią psycholog. Powiedziała: „Teraz będzie najtrudniej. Proszę spędzać z Zosią czas, wymyślać różne zajęcia, ale absolutnie nie dawać jej telefonu. Pod żadnym pozorem. Zero”.

Odwyk, po prostu.

Odwyk. Tak mi powiedziała pani psychiatra. Że to dokładnie tak, jakby była alkoholiczką. Że to takie samo uzależnienie. Dlatego trzeba radykalnie odstawić telefon, komputer. Wszystko. Kiedy wychodziłyśmy ze szpitala, córka chciała lekarzowi, który dawał wypis, powiedzieć: „Do widzenia”. A on na to: „Nie. Nie do widzenia. Słyszysz, Zocha? Nie do widzenia. Masz tu nie wracać”.

Pani ciągle płacze. Męczy panią ta rozmowa.

Przeczytam pani wypis Zosi ze szpitala: „Dalsze leczenie w poradni, udział w zajęciach w świetlicy socjoterapeutycznej i indywidualna ścieżka edukacyjna”.

Zosia uczy się w domu?

Nie. Uczy się w szkole. Część zajęć ma normalnie, ze swoją klasą, a część indywidualnie. Sama z nauczycielem. Ona zupełnie nie potrafi się uczyć. Ma problemy ze skupieniem się choć na chwilę. Z zapamiętywaniem.

Uważa pani, że to wszystko następstwa uzależnienia od Internetu?

Oczywiście! Przecież wcześniej była mądrym, bystrym dzieckiem!

Zosia ma teraz terapię?

Chodzi do świetlicy socjoterapeutycznej, tak jak kazali w szpitalu. Ale dodatkowo szukam też psychologa i psychiatry.

Co z Internetem? Udaje się pani ją od tego totalnie odciąć?

Jest ciężko. Zdarza się, że ona płacze, rozpaczliwie prosi. A ostatnio, kilka dni temu, znowu wpadła w histerię. Dałam jej wtedy dodatkowe lekarstwo i trochę się uspokoiła.

Jak Zosia funkcjonuje poza domem? Czy przez to wszystko straciła kontakt z rówieśnikami? Wyizolowała się?

Nie. Ciągle jest towarzyska, na szczęście. W szpitalu też dobrze się czuła dzięki temu, że się zaprzyjaźniła z dziećmi.

Czy pani córka zdaje sobie sprawę, co się z nią stało? Rozumie, jak wielki to jest problem?

Myślę, że nie. Jest ciągle małym dzieckiem. Jeszcze nie wie, co to jest uzależnienie. To ja wiem, jak długa i trudna droga przed nami. Teraz, w tym okresie odstawiennym - bo to jest jak z alkoholem - staram się zajmować jej uwagę innymi rzeczami: dużo rozmawiamy, bawimy się, wygłupiamy. Chodzi na zajęcia do świetlicy. Robię wszystko, żeby tylko nie wracała myślami do Internetu.

Jak zachowali się nauczyciele? Wiedzieli o jej hospitalizacji?

Oczywiście. Przecież przyniosłam dokumenty ze szpitala, zwolnienie za te dni. Kiedy Zosia była w szpitalu, rozmawiałam z jej wychowawczynią. Zaproponowałam, że może jej koleżanki i koledzy z klasy zrobią dla niej laurki. Pomyślałam, że ją to ucieszy, kiedy je zawiozę do szpitala. Przykro mi potem było, bo dostałam tylko dwie kartki. (płacz) Dziecko ma taki straszny problem, jest w takim szpitalu i tylko dwie laurki od kolegów?. Miałam nadzieję, że napisze do niej cała klasa. Byłam bardzo zawiedziona. Przecież to bardzo poważna choroba. Ale wcale nie jest tak traktowana. W jednej szkole w naszej okolicy uczniowie mają kategoryczny zakaz korzystania z telefonów. W tej, do której chodzi moja córka, takiego zakazu nie ma. Pytałam panią dyrektor dlaczego. Stwierdziła, że rada rodziców chce, żeby dzieci miały w szkole telefony. I koniec. Co mam zrobić? Świata nie uratuję. Ale na internetowym forum napisałam apel do innych rodziców, żeby uważali na swoje dzieci.

Co pani napisała?

Opisałam ze szczegółami, co się działo z Zosią. A na końcu napisałam: „Dziewczyny, naprawdę obserwujcie swoje dzieci i reagujcie jak najszybciej”. I prosiłam, żeby mnie nie hejtować.

Mam wrażenie, że pani sama ma do siebie ogromne pretensje.

Zareagowałam zbyt późno. Ale skąd mogłam wiedzieć, że to aż tak się skończy? Wszyscy używają Internetu. To tak jak z piciem. Trudno wychwycić moment, w którym się robi niebezpiecznie.

Proszę już nie płakać.

Ja to wszystko strasznie przeżywam! Jest mi tak ciężko. A ludzie tego nie rozumieją. Kiedy powiedziałam dziadkom Zosi, że ona jest w szpitalu, że jest uzależniona, oni zaczęli mi grozić! Że mi odbiorą prawa rodzicielskie. „Co to za matka, która dziecko do psychiatryka zawozi?!” - krzyczeli na mnie. A przecież jej dziadek sam jest uzależniony od alkoholu. I nie rozumiem, że ja to zrobiłam, żeby dziecko ratować? Mam nadzieję, że któregoś dnia zrozumie to Zosia.

Ciągle się pani o nią boi?

Boję się. Boję się, czy w ogóle zda do następnej klasy. Boję się sprawy w sądzie. Mamy asystenta rodziny i kuratora. Nigdy wcześniej o czymś takim nie było mowy. A najbardziej się boję, że jeszcze kiedyś Zosia będzie musiała wrócić do szpitala. Przecież to jest jeszcze dziecko. Małe dziecko. Za dwa miesiące idzie do pierwszej komunii!

A jak Zosia teraz funkcjonuje? Jak się czuje?

Teraz akurat dobrze, spokojnie. Ta komunia ją cieszy, zajmuje jej myśli.

Jakie były reakcje na pani post w grupie dla rodziców?

Pozytywne. Matki mi dziękowały. Pisały, że otworzyłam im oczy. Niech pani sama się przyjrzy dzieciakom dookoła: one wszystkie siedzą z telefonami i nie widzą poza nimi świata! To jest droga donikąd! Ja to wiem najlepiej. Dlatego do pani napisałam. Bo chcę, żeby ludzie zaczęli zwracać uwagę na zagrożenie. Wiem, że jest wygodnie dać dziecku laptop, tablet albo smartfon i jest spokój. Dziecko grzeczne, nic nie chce, jakby go nie było. I nawet nie zauważamy, że za chwilę może dojść do tragedii. Ja ciągle nie mam w oknach klamek! Ani w tych drzwiach od balkonu. Nie wiem, co się może zdarzyć z moją córką. Teraz zajmuje ją komunie. Ale co będzie potem? To wszystko jest takie bolesne.

Wie pani, ostatnio poszłam zapisać synka do przedszkola. Od wychowawczynie usłyszałam, że mają tam takiego maluszka - trzylatka, który od piątej rano siedzi w telefonie. I jest przerażony, kiedy tata czy babcia go od tego telefonu odciągają. Dlatego mój synek nie ma dostępu do Internetu. Drugi raz nie popełnię tego samego błędu. Bajki może sobie oglądać w telewizji.

Uzależnienie od Internetu w niczym nie różni się od uzależnienia od alkoholu, narkotyków czy papierosów.

Historię wyszukała w sieci
pedagog Jolanta Górka