**Moj otrok je odvisen od spletnih igric**

**Po resnični zgodbi družine, ki se je spoprijela z odvisnostjo od spletnih igric in jo uspešno premaguje.**

**»Na vašem bančnem računu smo opazili neobičajne denarne transakcije. Ste z njimi seznanjeni ali gre morda za zlorabo?« so se glasile besede, ki so pred slabim letom dni presenetile mamo treh otrok. Z njimi pa se je pričela razpletati tudi njena družinska zgodba, zgodba o otrokovi odvisnosti od spletnih igric.**

»Za 12. rojstni dan smo sinu Petru uresničili njegovo veliko željo. Kupili smo mu pametni telefon,« se začetka lanskega leta spominja Mojca (imena oseb so za zagotavljanje anonimnosti spremenjena, podatke hrani uredništvo). »S partnerjem, Petrovim očetom, sva se zavedala, da morava uporabo telefona omejiti, a sva pri tem kmalu naletela na težave.«

**Prvi opozorilni znaki odvisnosti od spletnih igric**

Peter je kmalu po nakupu ob telefonu začel preživljati vedno več časa. Njegov interes je še posebej pritegnila strateška igra Clash Royale. Ob spletni povezavi jo je mogoče igrati na vsaki mobilni napravi ali tabličnem računalniku.

Prevzela ga je v tolikšni meri, da se od nje kar ni mogel ločiti. »Ko sva s partnerjem sinu naročila, naj odloži telefon in napiše domačo nalogo ali kaj postori, se je začel upirati. Nenehno smo se pogajali o tem, koliko časa lahko preživi ob telefonu,« zmajuje z glavo naša sogovornica, ki želi s svojo zgodbo pomagati drugim staršem in otrokom.

*»Danes vem, da bi pri postavljanju omejitev morala biti strožja. Morala bi se jih držati bolj dosledno in pri njih ne popuščati,« svoje napake priznava Mojca.*

Šola se je počasi bližala koncu in začele so se počitnice. Z njimi pa je Peter imel tudi več prostega časa, ki ga je posvečal spletni igrici. Vse do trenutka, ko je Mojca iz banke prejela neprijeten klic.

»Priznam, da me je klic presenetil. Takoj sem začela razmišljati, kaj bi lahko bil razlog za zlorabo kartice. Mož ni o tem vedel nič, kartica pa je bila še vedno spravljena v moji denarnici,« je bila sprva nevedna Mojca.

A ne za prav dolgo. Čeprav podobnih težav s Petrom do takrat ni imela, ji je nekaj govorilo, da imata morda pri vsem skupaj prste vmes prav sin in njegov prijatelj, ki je bil tiste dni pri njih na počitnicah.

**Spoprijemanje s težavo**

»Preverjanja krivde sem se lotila premišljeno. Po kosilu, ko smo pospravljali posodo, sem omenila, da se mi mudi v banko. Peter se je na moje besede nemudoma odzval. Zanimalo ga je, ali bodo krivca našli in kaj se bo z njim zgodilo,« trenutek resnice danes podoživlja Mojca.

Ko je sinu zaupala, da bodo lopova poslali v zapor, je ta povprašal, ali bo tako tudi, če gre za otroka.

»Vedel sem, da sem naredil nekaj, kar ni bilo prav, zato sem povedal resnico,« priznava Peter. Vsa družina se je o dogodku pogovorila. Starša sta se odločila, da bo Peter porabljeni denar moral vrniti, do nadaljnjega pa ne bo smel uporabljati mobilnega telefona.

»S partnerjem sva bila pri spoprijemanju s težavo enotna in menim, da je to izredno pomembno. Omejila sva tudi uporabo druge tehnologije in sledile so aktivne počitnice – morje, taborjenje in druženje s prijatelji,« razlaga Mojca.

*Petrova starša sta že takrat vedela, da je eden od načinov spoprijemanja s težavo tudi ta, da sina poskušata zamotiti v realnem svetu. Veliko truda sta tako vložila v družinske aktivnosti v naravi.*

A Peter vseeno ni nehal prositi za telefon. Ob pričetku šole se je začel upirati tudi učenju. Njegova starša sta ob tem začutila nemoč in se spraševala, kako naprej.

**Odločitev o strokovni pomoči**

Konec poletja sta se po nasvetu starejšega sina, ki je spremljal dogajanje, odločila za obisk terapevta Mihe Kramlija iz novogoriške ambulante za [zdravljenje odvisnosti](https://www.zd-go.si/ambulante/zdravljenje-odvisnosti/2016052012300018/Center%20za%20bolezni%20odvisnosti?lat=45.9580155&long=13.6460646).

»Pomembno je, da starši ukrepajo ob prvih opozorilnih znakih. V nasprotnem primeru lahko odvisnost napreduje do stopnje, ko bo otrok ob odvzemu naprave postal celo fizično nasilen. Takrat bo za reševanje težave potreboval 24-urno organizirano zdravljenje,« pojasnjuje Kramli.

*Prepoznavanje opozorilnih znakov je ključno za pravočasno ukrepanje. Več o tem si preberite v članku*[*Otroci so vse bolj izpostavljeni odvisnosti od spleta*](https://vsebovredu.triglav.si/druzina/otrokom-vse-bolj-preti-odvisnost-od-spleta)*.*

»Prvi korak, ko poiščeš strokovno pomoč, je zagotovo težak. A zavedala sem se, da jo potrebujemo. Človek potrebuje pomoč zdravnika ob prebolevanju bolezni, kot je angina, prav tako pa tudi pri zasvojenosti, pa naj gre za alkohol, droge ali kot v našem primeru splet in spletne igre,« pojasnjuje naša sogovornica.

Peter se obisku terapevta ni upiral. Spominja se, da sta se na prvi obravnavi pred približno pol leta večinoma pogovarjala terapevt in mama. Zraven sta bila tudi oče in brat.

Na kasnejših terapijah, ki sta jih z mamo sprva obiskovala enkrat tedensko, danes pa malce poredkeje, pa se je z gospodom Kramlijem veliko pogovarjal tudi sam.

»Skozi terapije smo prišli do številnih spoznanj, ki so nas malce presenetila, hkrati pa postavila na realna tla. Ugotovili smo, da so Petrove težave s prekomernim igranjem spletne igrice krive tudi za poslabšanje v šoli. Do takrat na to nisem niti pomislila,« se danes opozorilnih znakov spominja Mojca.

**Spremembe po terapiji**

Že po prvih terapijah so Novakovi pri Petru začeli opažati spremembe. Izboljšal je šolske ocene. Po nasvetu terapevta je pričel pomagati pri domačih opravilih in prevzemati vedno več odgovornosti.

»Otroku moramo zaupati določene naloge in mu pokazati, da smo nanj ponosni. To mu bo namreč prineslo zadovoljstvo, ki bi ga drugače iskal na spletu. A zadovoljstvo ob oprijemljivih nalogah je seveda popolnoma drugačno od zadovoljstva pri igranju igric, ki mu nikdar ni videti konca,« na podlagi svoje izkušnje svetuje Mojca.

Za konec pa s starši deli še en dragocen nasvet. »Kot starši se moramo zavedati svoje vloge. Mi moramo odločati o tem, kdaj, kje in kako bo otrok uporabljal sodobno tehnologijo. Otrok tega ne zmore sam in potrebuje našo usmeritev, četudi to pomeni, da bomo večkrat morali reči ne in kdaj slišati tiste težke besede, da smo najslabši starš na svetu. Vse zato, ker svojemu otroku želimo le najboljše.«