Moja snaga u izazovnim vremenima

Koronavirus danas je svima dobro poznata riječ. Cijelu smo 2020. godinu pod maskama. Bez sumnje, najgora godina u mom životu.

Najteže mi je bilo pod ljetnim praznicima. Završio je 7. razred. Gotova je nastava na daljinu, nadam se zauvijek. Počeli su ljetni praznici. Brojni mladi, pa tako i ja, počinju s izlascima. Išao sam van s društvom, no to možda i nije bila najbolja ideja. Cijeli smo tjedan izlazili, a za vikend sam dobio simptome koronavirusa. Išao sam na testiranje i dobio negativan nalaz. Tek tri tjedna nakon testa izašao sam iz dvorišta jer mi je bilo loše. U tih skoro mjesec dana puno sam sjedio i igrao igrice, baš puno. Također, jeo sam puno slatkiša. Puno sam telefonirao s prijateljima. Stvorio sam neku vrstu ovisnosti o igricama. Znao sam igrati i po osam sati dnevno, nekad i tijekom noći. Postaos am ovisan, osjećao sam to.

Na nekim portalima čitao sam kako mladi rješavaju probleme ovisnosti o videoigrama. Nije mi pomoglo. Razmišljao sam kako bi bilo da počnem pušiti, iako sam u sebi čuo unutarnji glas koji mi je govorio da to ne radim. Bio sam depresivan. Dogodilo mi se još mnogo stvari o kojima ne volim pričati. Preko Facebook-a ušao sam u grupu, u njezinu opisu pisalo je da može ući svatko s manje od 20 godina i svatko kome treba „ispušni ventil“ zbog problema. Ljudi su svašta pisali, da će se ubiti, otrovati… Ostao sam u šoku. Moje misli o pušenju odlutale su iz moje glave zbog čega sam danas sretan. Stvarno nisam mogao vjerovati što ljudi misle i žele napraviti zbog samoizolacije ili nekih privatnih problema. Slušao sam sretnu glazbu i za svaku lošu situaciju našao sam dobro stranu, iako su to bile sitnice. I dalje sam igrao igrice. Prestao sam jesti slatkiše i fokusirao sam se na trening. S prijateljima iz kluba biciklirao sam svaki dan. Trenirao sam svaki dan, svidjelo mi se i osjećao sam se odlično. Od tad treniram svaki dan i više nemam želju za sredstvima koje izazivaju ovisnosti.

Trening mi je promijenio život, možda i spasio. Više se ne svađam, nisam depresivan. Nisam probao cigaretu, savjetujem svima da tako postupe, ako ne treningom, neka nađu nešto što im odgovara. Trenirajući, osim dobroga osjećaja, odviknuo sam se od predugoga i čestoga igranja igrica.

XX, I. osnovna škola Čakovec