

Dopamin

*Betemetett a nagy hó
erdőt, mezőt rétet.
Minden, mint a nagyanyó
haja, hófehér lett.
Minden, mint a nagyapó
bajsa, hófehér lett,
csak a feketerigó
maradt feketének.
(Kányádi Sándor)*



A Látóhegy oldalában lakom. (A fővárosiak Guggerhegyként ismerik.) Régebben, hóeséskor, azonnal előkerültek a szánkók, a lejtős utcákon alig lehetett közlekedni, gyerekzsivaj, nevetés. Most hóból volt elég, de szánkó egy sem. A gyerekek – miközben mobiljukat, tabletjüket bámulják – időnként kinéznek az ablakon: Még mindig esik?

A félperces minidramák és gegek, a neveltető jelenetek összehasonlíthatatlanul több örömet okoznak nézőiknek, mint a barátokkal eltöltött idő, a társaság. A TikTok lett a fő dopamin-termelő. Elmagányosodás, a fiatalok már alig érintkeznek egymással, az izgalmas youtube-vidéókkal a barátok nem tudnak versenyezni. Öt másodperc alatt zajlik le a szemük előtt egy nagy színész, híres ember élete: a csecsemőtől a kisgyereken és a felnőttkoron át a koporsóba tevésig. Hol van ehhez egy beszélgetés a baráttal! Legfeljebb a szex léphet ez élvezetek nyomába, de ahhoz meg társasági-társalgási képességek szükségeltetnének. Később pedig jön az amfetamin, a hasis, a heroin, a THC, majd a designer drogok.

Az információtechnológiai cégek vezetői ezzel tisztában vannak, nem hiába tiltják gyermekeiket a social médiától. Több országban is életbe léptettek különféle korlátozásokat; a francia iskolákban, vagy egyes német iskolákban. Ausztráliában pl. a 16 év alattiak nem használhatják az X-et, az Instagramot vagy a Tik Tokot.

Nehéz feladat vár a nevelőkre és az oktatásra. Rá kell ébreszteni a fiatalokat, hogy melyek az igazi képességeik, értékeik. És olyan célt, életpályát kell elébük állítani, melyen ezeket a képességeket felhasználva boldogulnak és boldogok lesznek. Azaz: ezáltal jutnak a dopaminhoz.

Buda, 2026 február

Kiss Károly