

SUVREMENE OVISNOSTI U DJETINJSTVU I ADOLESCENCIJI: OVISNOST O ENERGETSKIM PIĆIMA I VIDEO IGRICAMA

Gabrijel Romstein

Fakultet za odgojne i obrazovne znanosti, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku

Sažetak

Ovisnosti postoje otkad je ljudskog roda, no unazad nekoliko desetljeća nove ovisnosti se pojavljuju sukladno društvenim uvjetima i načinima življenja u suvremenome društvu. Glavno obilježje suvremenih ovisnosti jest da se javljaju rano, već u djetinjstvu i adolescentskoj dobi te su često povezane s drugim ovisnostima. Rezultati prethodnih istraživanja pokazuju kako su suvremene ovisnosti jednako opasne za zdravlje pojedinca kao i one koje se mogu svasti pod zajednički termin „tradicionalnih ovisnosti“ poput ovisnosti o opojnim drogama ili alkoholu. Poseban problem jest društvena percepcija suvremenih ovisnosti koje još uvijek nisu prepoznate kao javnozdravstveni problem iako se odlikuju osobinama poput ometanja pojedinca u njegovu svakodnevnom funkcioniranju te zapuštanje ili potpuno uništavanje socijalnih odnosa, tj. odnosa s bližom okolinom. Ove osobine posebno su problem kada su djeca i adolescenti u pitanju, a čini se kako se ovaj problem prepušta obitelji umjesto osmišljavanja kvalitetnih intervencija i prevencije ovih vrsta ovisnosti. U radu će se dati kratak pregled suvremenih ovisnosti o energetske pićima na bazi kofeina i ovisnost o igricama, kao dvjema ovisnostima koje polako dobivaju pažnju javnosti, ali i dalje ne u opsegu u kojemu bi bilo potrebno.

Ključne riječi: ovisnosti, suvremene ovisnosti, kvaliteta života, prevencija i intervencija

Uvod

Prije nego se okrenemo definiciji ovisnosti, potrebo je definirati zdravlje. Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji (WHO 2019) zdravlje je stanje potpunog fizičkog, mentalnog i socijalnog blagostanja, a ne samo odsutnost bolesti ili slabosti. Svjetska zdravstvena organizacija govori o subjektivnim (osobnim) i objektivnim (realnim) po-

kazatelja zdravlja, što je rezultiralo posebnom interdisciplinarnim područjem koje se naziva kvaliteta života. Prema ovoj definiciji osobe koje su ovisne jesu osobe sa zdravstvenim teškoćama i osobe narušene kvalitete života. U odnosu na ovu definiciju, za očekivati je kako u društvu postoji jasna podrška po pitanju prevencije i intervencije u slučaju ovisnosti, no svjedoci smo postojanju reklama koje pozivaju na kockanje, pijenje alkoholnih ili energetskih pića te igranju igrice, što ukazuje kako ne postoji primjerena svijest u društvu o tome što je zdravlje. Definicija ovisnosti detaljno je opisana u Međunarodnoj klasifikaciji poremećaja tj. International Classification of Disorders 11 izdanje (ICD-11) iz 2019. godine (WHO 2019). ICD-11 klasifikacija namijenjena je stručnjacima s područja zdravstvenih djelatnosti, kao pomoć u šifriranju stanja koja podliježu liječenju i tretmanu. U klasifikaciji ICD-11 (WHO 2019) stoji da su ovisnosti psihički i ponašajni problemi nastali kao:

- 1) posljedica korištenja tvari koje izazivaju ovisnost ili
- 2) rezultat ponavljajućih ponašanja kojima pojedinac nagrađuje i potvrđuje vlastito ponašanje. Prema ovoj definiciji svako pretjerano učestalo ponašanje u kojemu pojedinac sam sebe nagrađuje može postati ovisnost pa ako se za nekoga kaže da je radoholičar, prema ovoj definiciji može se smatrati da je ovisnik.

Što se tiče korištenja tvari koje izazivaju ovisnosti, ICD-11 (WHO 2019) opisuje različite tvari koje svojim kemijskim osobitostima izazivaju psihičku i fizičku ovisnost a najpoznatije su alkohol, nikotin, sedativi te različiti psiho stimulansi. U klasifikaciji objavljenj 2019. godine kao sredstvo ovisnosti naveden je i kofein koji je sastavnim dijelom energetskih pića.

Pod ponašanjima kojima se potvrđuju i nagrađuju ovisnička ponašanja klasifikacija ICD-11 (WHO 2019) opisuje različita ponašanja koja štete pojedincu, ali koja mu izazivaju ugodu. Odnosno, pojedinčeva uroda proizašla iz ponašanja potiče pojedinca na ponavljanje ponašanja. Ta uroda je kratkoročna zbog čega pojedinac želi ponavljati ponašanja i to je začarani krug. Najčešća ovisnička ponašanja su kockanje i parafilija (seksualna ponašanja patološke prirode poput egzibicionizma, voajerizma, pedofilije i dr.), a od 2019. opisan je i *Gaming disorder offline* i *Gaming disorder online*. Odnosno, opisane su ovisnosti igranja igrice koje su u ovoj klasifikaciji podijeljene na online svijet i offline svijet, tj. u virtualnom i stvarnom/ realnom okruženju.

Autorica Marzano-Parisoli (2001) upozorava kako će se neke nove ovisnosti tek pojaviti, ponajprije zbog činjenice da se društvo mijenja i pred čovjeka se stalno stavljaju novi izazovi. Kao primjer navodi poremećaje prehrane i hranjenja i ovisnost o vježbanju, kao dvije ovisnosti koje su rezultat promjena u društvu i koje su jednako destruktivne za pojedinca kao tzv. tradicionalne ovisnosti poput alkoholizma i uživanja opijata. Kao veliki problem u društvenom pristupu ovisnosti, autori McLellan i Meyers

(2004) navode veliku prisutnost različitih sredstava ovisnosti u odgojno-obrazovnim ustanovama uz manjak preventivnih programa, nedostatnu educiranost učitelja, nastavnika i stručnih suradnika za prevenciju i intervenciju te slabu svijest zdravstvenih djelatnika o važnosti rane prevencije i ranih intervencija. Postojeći programi prevencije i intervencije često nisu znanstveno utemeljeni, nedostaje dugoročno praćenje njihove učinkovitosti i longitudinalna istraživanja koja su potrebna da bi se neki program proglasio uspješnim (ibid.). Stoga se može reći kako su suvremene ovisnosti izravno vezane uz stil života i globalne probleme pa u tome smjeru valja raspraviti moguće uzroke i potencijalne preventivne čimbenike.

1. Ovisnost o energetske pićima na bazi kofeina (ICD-11 šifra 6C48)

Prema ICD-11 (WHO 2019) uporaba napitaka koji u sebi sadrže visoke doze kofeina mogu izazvati ovisnosti. Kofein je blaži psiho stimulans, u manjim količinama pomaže pojedincu da dulje bude budan ili bolje koncentriran i zbog tih osobina sastavnim je dijelom energetskih pića. Također, može ga se pronaći u napitcima za mršavljenje. Posljedice nastaju kod intenzivnog i dugotrajnog korištenja (osoba pije energetske napitke učestalo i pije ih u velikim količinama). Smith (2013) upozorava kako energetska pića sadrže pet puta veće količine kofeina od ostalih gaziranih pića, što ne treba zanemariti s obzirom na njihovu dostupnost mlađoj populaciji. O ovoj ovisnosti se govori diljem svijeta, a kao najveći problem Jain i sur. (2017) navode laku dostupnost energetskih pića djeci i mladima, nepostojanje zakonske regulative te izostanak interesa medicine za ovaj problem. O problemu koje mogu izazvati energetska pića pisali su 1997. godine autori Lavin, French i Read koji pronalaze povezanost učestalog konzumiranja energetskih pića s pretilošću zbog čega zaključuju da su energetska pića potencijalni dugoročni problem jer se razvoja prekomjerna tjelesna težina a uz to kardiovaskularni problemi, dijabetes i dr. Promišljajući o energetskim pićima autori Budney i Emond (2014) posebno problematičnim drže promociju koja prati energetska pića. Naime, energetska pića se promoviraju kao sredstva poboljšanja pažnje i izvedbe, a zapravo rezultiraju smanjenjem sna, anksioznošću i hiperaktivnošću zbog čega autori smatraju da su potrebne kontinuirane javno-zdravstvene kampanje kako bi se roditeljima i djeci ukazalo na štetnost tih napitaka (ibid.). S obzirom na to da se u medijima energetska pića promoviraju kao pojačivači sportske izvedbe, 2013. godine International Society of Sports Nutrition (Campbell i sur. 2013) izdaje proglas u kojemu stoji kako je potrebno dodatno istraživati učinke energetskih pića na fizičke sposobnosti i sportske izvedbe jer se u pićima nalaze različite dodatne tvari o kojima nema dovoljno znanstveno utemeljenih podataka. Hammer i sur. (2011) odlaze korak

dalje i svojim istraživanjem pronalaze moguću povezanost konzumiranja energetskih pića s fetalnom aritmijom u trudnica. Slično pronalazi Smith (2013) koji pretjeranu konzumaciju kofeina povezuje s niskom porođajnom masom novorođenčeta. S obzirom na to da se eksperimenti provode na glodavcima, nije moguće potvrditi postojanje ove povezanosti no svakako bi bilo dobro izbjegavati energetska pića tijekom trudnoće. Neki autori (Curry i Stasio 2009; Howland i Rohsenow 2013) posebno opasnom pronalaze kombinaciju energetskih pića i alkohola. Tako primjerice Curry i Stasio (2009) pronalaze kako mladi misle da kofein potire negativne učinke alkohola, dok ih u stvarnosti pojačava. Prema njihovoj studiji koju su proveli na 27 dragovoljaca, ispitanici koji su konzumirali kombinaciju energetskih pića i alkohola pokazali su niske rezultate na zadatcima koji uključuju prostorno-vizualnu percepciju i kognitivno funkcioniranje, dvije važne komponente upravljanja vozilom (ibid.). Istražujući povezanost rizičnih ponašanja s konzumacijom alkohola i energetskih pića Howland i Rohsenow (2013) utvrđuju kako ova kombinacija doprinosi većem broju rizičnih ponašanja jer energetska pića subjektivno reduciraju osjećaj opijenosti što se reflektira na pojedincevu prosudbu i donošenje odluka. O opasnosti kombiniranja alkohola i energetskih pića pišu Patrick i Maggs 2014. godine. One pronalaze kako se konzumacija količine alkohola povećava s uzimanjem energetskih pića (ibid.). Odnosno osobe koje piju alkohol i energetska pića piju značajnije veće količine alkohola od osoba koje piju samo alkohol bez energetskih pića. Takav oblik zlouporabe energetskih pića i alkohola doprinosi bržem propadanju zdravlja i dugim poteškoćama, ponajprije na području socijalne i ekonomske kvalitete života pojedinca. U literaturi se može zapaziti opreznost autora kada su u pitanju energetska napitci. Čini se kako ne postoji dovoljno kliničkih istraživanja koja bi dala odgovor na učinke energetskih pića. Pojedini autori zagovaraju ideju o povoljnim učincima energetskih pića. Primjerice Smith (2013) otkriva kako kofein potiče funkcioniranje pacijenata s demencijama i psihičkim poteškoćama kao što su anksioznost i depresija, ali samo ako su količinama koje odgovaraju pacijentovoj tjelesnoj građi. Promišljajući o potencijalnim benefitima energetskih pića Ariffin i sur. (2022) iznose kako je potrebno ispitivati sastojke energetskih pića. Autori pretpostavljaju da ne bi bilo negativnih učinaka, ako bi sastojci bili unutar dozvoljenih granica (ibid.). No za sada ne postoje istraživanja koja pa se može zaključiti kako energetska pića na bazi kofeina imaju potencijalno negativne učinke koje treba dodatno istražiti ali i educirati javnost o ovom problemu. Ponajprije u smislu preuzimanja odgovornosti za konzumiranje energetskih pića u kombinaciji s alkoholom ili pretjeranog konzumiranja energetskih pića. Kako bi se konzumacija energetskih pića stavila pod kontrolu Costantino i sur. (2023) ključnim drže regulaciju proizvodnje i distribucije, što su odgovornosti politika pojedinih država. U medijskom prostoru, uz ovisnosti o energetskim pićima sve se više govori o ovisnostima o virtualnom svijetu, posebice ovisnosti o igricama kao suvremenoj ovisnosti koja ima posljedice i za razvoj mlade djece.

2. Ovisnost o igricama

Prema ICD-11 (WHO 2019) ovisnost o igricama se dijeli na ovisnosti u offline i online okruženju. U porastu su ovisnosti o igricama u online okruženju, a u prilog tomu govore i neka izvješća o porastu prodaje online igrice, posebice od početka Covid-19 pandemije.

2.1. Ovisnost o offline igricama (šifra 6C51.1)

Ovisnost o offline igricama jesu sva ponašanja koja su rezultat igranja igrice koje se ne odvijaju u online okruženju. Karakterizirane su lošom kontrolom – osoba se ne može suzdržati od igranja igrice, zatim davanju prioriteta igranju igrice do te mjere da osoba zanemaruje sve druge obveze, te povećanje učestalosti igranja iako osoba zna da joj to šteti. Harrison (2023) smatra da postoji nekoliko razloga zašto se može javiti ovisnost o offline igricama – njihova privlačnost i estetika, zatim omogućavanje građenja alternativnih svjetova prema želji igrača, udaljavanje od stvarnosti i građenje zajednice s istomišljenicima. On kaže kako se tu radi o igrama s pravilima, koje imaju jasnu strukturu pa su igračima izazovne jer potiču strateško razmišljanje i kompetitivnost, ali i u isto vrijeme omogućuju povezivanje i jačaju osjećaj pripadnosti (ibid.). Iz ovoga se može zaključiti kako su otuđene osobe u većem riziku od ove vrste ovisnosti kao i pojedinci koji posjeduju dobar kognitivni kapacitet no općenito žive nižom kvalitetom života što se socijalnih odnosa tiče. Kao jedna od najpoznatijih igrice koje mogu imati negativne posljedice jesu Dungeons & Dragons. Ima više istraživanja koja su provedena od 90-ih godina do danas. Zanimljiva su dva istraživanja o igrici Dungeons & Dragons koja kazuju kako ova igra potiče otuđivanje osobe od okruženja jer se osoba polako gubi u svijetu fantastije i nema dodir s realnim svijetom (DeRenard i Kline, 1990) te istraživanje koje kazuje kako ova igrice potiče na nasilje, te zbog činjenice da osobe „kliznu“ u svijet fantastije, nasilje postaje sve jače (Shank, 2015). Moguće da osobe podložne bijegu u svijet fantastije imaju određene osobine ličnosti ili proživljene traume zbog čega su potrebna daljnja istraživanja ovog fenomena.

2.2. Ovisnosti o online igricama (šifra 6C51.0)

Ovisnost o online igricama odnosi se na uporno, dugotrajno i učestalo igranje video ili digitalnih igrice, najčešće putem interneta. Prepoznaje se prema tome što pojedinac daje prioritet igranju igrice u odnosu na sve druge aktivnosti ili obveze koje ima tijekom dana do te mjere da može izgubiti potpuno interes za svakodnevni, realni život. U najtežim slučajevima gubi se kontakt sa socijalnom okolinom te se pojavljuju

konflikti s obitelji, radnom okolinom i prijateljima. Epizode ovisnosti o online igricama mogu biti i povremene, ali su posljedice uvijek prisutne. Kako bi se reklo da netko ima problem ovisnosti o online igricama, potrebno je da osoba kontinuirano kroz 12 mjeseci igra igrice te da ga one pritom ometaju u svakodnevnom životu i obvezama (WHO 2019). O opasnosti online igrica pišu Bahtia i Goyal 2019. godine. Prema njihovu tumačenju, ovisnost o online igricama treba uzeti ozbiljno jer se naizgled radi o bezopasnoj aktivnosti koja nikome ne šteti. S obzirom na to da su online igrice sve dostupnije mlađim generacijama i djeci zbog razvoja tehnologije, autori smatraju kako potrebno razvijati odgovore na ovaj problem, uključujući psihološku podršku djeci i mladima (ibid.). Brunborg, Mentzoni i Frøyland 2014. godine proveli su istraživanje s 1 928 Norveška adolescenata u dobi od 13 do 17 godina i pronašli kako je ovisnost o videoigricama povezana s depresijom, nižim akademskim postignućem i problemima u ponašanju, no modelirajuća varijabla količine vremena nije potvrđena. Odnosno, autori smatraju kako vrijeme provedeno igrajući igrice samo po sebi ne bi trebalo biti uzrokom pojave depresije ili loših ocjena već da su bitne osobine ličnosti pojedinca. Hussain, Griffiths i Baguley (2012) razlikuju jačinu ovisnosti o igricama ovisno o vrsti igrice. Tako najveću ovisnost iskazuju igrači koji igraju *multiplayer role-playing* igre, odnosno igre koje igra više sudionika zajedno s mogućnošću izmjene uloga. U ovim igricama likovi često imaju magične odlike i zajedničkim akcijama grade svijet u kojemu se igra odvija. Ove igrice omogućavaju interakciju između igrača i na način da igrači mogu međusobno komunicirati u realnom vremenu zbog čega mogu stvarati dojam stvarnosti i međusobne povezanosti s drugim igračima. Zanimljivo kros-kulturalno istraživanje proveli su 2017. godine autori Tang, Koh i Gan koji pronalaze razlike u online ovisnostima kod studenata u Singapuru, Kini i Sjedinjenim Američkim Državama. Na uzorku od 3267 ispitanika autori pronalaze kako studenti iz Kine i Singapura imaju veću razinu ovisnosti o online socijalnim mrežama nego o online igricama, dok studenti iz SAD-a imaju značajno veću razinu ovisnosti o online igranju igrica nego o socijalnim mrežama. Najveću vjerojatnost da će razviti simptome depresije imaju studenti iz Kine, što ukazuje kako socijalni čimbenici imaju ulogu u razvoju online ovisnosti. Rezultati istraživanja impliciraju kako su osobe u riziku od isključivanja ili osobe iz socijalno marginaliziranih skupina (npr. djeca s teškoćama u razvoju) u potencijalnom riziku od bijega u online svijet kako bi zadovoljili potrebu za pripadanjem i interakcijom jer nemaju dostatne prilike za njezino ostvarivanje u stvarnom životu. Stoga je potrebno u istraživanja o online ovisnostima uključiti i osobe s invaliditetom, djecu s teškoćama u razvoju ili njihove zakonske zastupnike kako bi se dobio uvid i u tu problematiku.

Zaključak

Suvremene ovisnosti rezultat su globalnih društvenih promjena. Otudivanje pojedinca te zahtjevi za što boljom i kvalitetnijom izvedbom, odnosno visoka razina natjecateljstva koja postoji već od djetinjstva, mogući su čimbenici rizika za razvoj suvremenih ovisnosti. Istraživanja suvremenih ovisnosti nisu sustavna, ne postoji dovoljan interes javnosti i akademske zajednice za istraživanje ovih fenomena pa su i aktivnosti prevencije i intervencije oskudne. Upravo izostanak interesa šire javnosti, uključujući odgojno-obrazovnih stručnjaka i ustanova, potencijalno vodi u porast broja djece i mladih – ovisnika o suvremenim ovisnostima.

U medijima se uz energetska pića kao sredstvo ovisnosti sve više spominju i igrice. To je problem jer su napretkom digitalnih tehnologija igrice sve više dostupne mlađoj djeci. Postoje mnogi potencijalni problemi vezani uz konzumiranje energetskih pića i online igrice, a ponajprije se oni odnose na zdravstveni status pojedinca te na njegove odnose s okolinom. Uzevši u obzir kriterij koji kazuje da ovisnost ometa pojedinca u njegovu svakodnevnom funkcioniranju i uništava mu socijalne odnose, potrebno je promišljati o mogućim akcijama u društvu kojima bi se ukazalo na ovaj rastući, šuljajući i sveprisutan problem. Pritom bi bilo poželjno da društvene preventivne akcije budu prisutne na svim razinama odgoja i obrazovanja, počevši od dječjih vrtića.

Literatura

1. Ariffin, Hani i sur. 2022. Is the consumption of energy drink beneficial or detrimental to health: a comprehensive review?. *Bulletin of the National Research Centre* 46/1. 1-28. doi: 10.1186/s42269-022-00829-6.
2. Bhatia, S. Majeet; Goyal, Aparna. 2019. Games people play: The next-generation addiction. *Medical Journal Armed Forces India* 75/2. 119–120. doi: 10.1016/j.mjafi.2019.03.006
3. Brunborg, G. Scott; Mentzoni, R.; Aune, Frøyland; L. Roar. 2014. Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *Journal of Behavioral Addictions* 3/1. 27–32. doi: 10.1556/jba.3.2014.002
4. Budney, J. Alan; Emond, A. Jennifer. 2014. Caffeine addiction? Caffeine for youth? Time to act! *Addiction* 109/11. 1771–1772. doi: 10.1111/add.12594
5. Campbell, Bill i sur. 2103. International Society of Sport Nutrition Position Stand on Energy Drinks. *Journal of International Society of Sport Nutrition* 10/1. 1-16. doi: 10.1186/1550-2783-10-1
6. Costantino, Andrea i sur. 2023. The Dark Side of Energy Drinks: A Comprehensive Review of Their Impact on the Human Body. *Nutrients* 15/18. 3922. doi: 10.3390/nu15183922.

7. Curry, Kim; Stasio, J. Michael. 2009. The effects of energy drinks alone and with alcohol on neuropsychological functioning. *Human Psychopharmacology: Clinical and Experimental* 24/6. 473–481. doi: 10.1002/hup.1045
8. DeRenard, A. Lisa; Kline, M. Linda. 1990. Alienation and the Game Dungeons and Dragons. *Psychological Reports* 66/3-suppl. 1219–1222. doi: 10.2466/PRO.66.4.1219-1222
9. Hammer, Kristianna i sur. 2011. Fetal Arrhythmia due to Maternal Consumption of Energy Drinks? *Ultrasound in Medicine & Biology* 37/8. S123. doi: 10.1016/j.ultrasmedbio.2011.05.556
10. Harrison, Elijah. 2023. *Psychology behind Board game addiction*. <https://medium.com/@harrison.elijah/the-psychology-behind-board-game-addiction-6cb041b155ce> (pristupljeno 10. siječnja 2024.).
11. Howland, Jonathan; Rosenow J. Demaris. 2013. Risk of Energy Drinks Mixed With Alcohol. *JAMA* 309/3. 245–246. doi: 10.1001/jama.2012.187978
12. Hussain, Zaheer; Griffiths, D. Mark; Baguley, Thom. 2012. Online gaming addiction: Classification, prediction and associated risk factors. *Addiction Research & Theory* 20/5. 359–371. doi: 10.3109/16066359.2011.640442
13. Jain, Shobhit i sur. 2017. Caffeine addiction: Need for awareness and research and regulatory measures. *Asian Journal of Psychiatry* 41/1. 73–75. doi: 10.1016/j.ajp.2017.01.008
14. Lavin, H. Jacquie; French, J. Sue; Read, W. Nicu. 1997. The effect of sucrose- and aspartame-sweetened drinks on energy intake, hunger and food choice of female, moderately restrained eaters. *International Journal of Obesity* 21/1. 37–42. doi: 10.1038/sj.ijo.0800360
15. Marzano-Parisoli, Maria. 2001. The Contemporary Construction of a Perfect Body Image: Bodybuilding, Exercise Addiction, and Eating Disorders. *Quest* 53/2. 216–230. doi: 10.1080/00336297.2001.10491741
16. McLellan, A. Thomas; Meyers, Kathleen. 2004. Contemporary addiction treatment: A review of systems problems for adults and adolescents. *Biological Psychiatry* 56/10. 764–770. doi: 10.1016/j.biopsych.2004.06.018
17. Patrick, Megan; Maggs, L. Jennifer. 2014. Energy Drinks and Alcohol: Links to Alcohol Behaviors and Consequences Across 56 Days. *Journal of Adolescent Health* 54/4. 454–459. doi: 10.1016/j.jadohealth.2013.09.013
18. Shank, Nathan. 2015. Productive Violence and Poststructural Play in the Dungeons and Dragons Narrative. *The Journal of Popular Culture* 48/1. 184–197. doi: 10.1111/jpcu.12242
19. Smith, P. Andrew. 2013. Caffeine and Caffeinated Energy Drinks. *Principles of Addiction: Comprehensive Addictive Behaviors and Disorders* (str. 777–785) Ur. Miller, Peter. Academic Press. San Diego.
20. Tang, Catherine; Koh, Woen; Gan, YiQun. 2017. Addiction to Internet Use, Online Gaming, and Online Social Networking Among Young Adults in China, Singapore, and the United States. *Asia Pacific Journal of Public Health* 29/8. 673–682. doi: 10.1177/1010539517739558
21. WHO. 2019. *ICD-11*. <https://icd.who.int/en> (pristupljeno 20. prosinca 2023.).

MODERN DAY ADDICTIONS IN CHILDHOOD AND ADOLESCENCE: ADDICTION TO ENERGY DRINKS AND VIDEO GAMES

Summary

Addictions have existed since the beginning of humanity, but in the past few decades a new addictions have emerged, in accordance to social conditions and life style in modern society. The main characteristic of modern addictions is that they appear early, in childhood and adolescence, and are often associated with other addictions. The results of previous research show that modern addictions are just as dangerous to an individual's health as those that can be grouped under the common term "traditional addictions" such as drug or alcohol addiction. A particular problem is the social perception of modern addictions, which are still not recognized as a public health problem, even though they are characterized by interfering with an individual's daily functioning, and neglecting or completely destroying social relationships, i.e. relationships with the immediate environment. These characteristics are especially problematic when it comes to children and adolescents, and it seems that this problem is left to the family, instead of designing quality interventions and prevention of these types of addictions. The paper will provide a brief overview of contemporary addictions to caffeine-based energy drinks, and gaming addiction - two addictions that are gradually gaining public attention, but still not to the extent that they should be.

Key words: *addictions, modern day addictions, quality of life, prevention and intervention*

