

Zjawisko społeczne –program profilaktyczny pt.: „Przeciwdziałanie samobójstwom dzieci i młodzieży.”

- ❑ Samobójstwo jest świadomym pozbawieniem się życia. Najbardziej znanym i jednym z pierwszych naukowych podejść do tego zagadnienia jest stanowisko **Emila Durkheima**, socjologa francuskiego. Jest on autorem dzieła „samobójstwo” („Le Suicide”), które opublikowane zostało w 1897 roku. Samobójstwem nazywa on każdy przypadek śmierci będący bezpośrednim lub pośrednim skutkiem dla działań lub ich braku podejmowanych przez ofiarę doskonale zdającą sobie sprawę z konsekwencji swoich decyzji i zachowania. Szczególnie podkreślana jest tu teza, że samodzielne podejmowane kroki do śmierci nie są zawieszane w próżni społecznej. Socjolog nadał pewne ramy społeczne umożliwiając zwrócenie uwagi na akt samobójstwa jako problem społeczny. Ukazał on przyczyny tkwiące w relacji jednostka – społeczeństwo.

Samobójstwa dzieci i młodzieży

Rozpowszechnienie i uwarunkowania samobójstw

W najbardziej dramatyczny sposób w okresie dojrzewania depresja manifestuje się poprzez próby samobójcze i samobójstwa dokonane. Samobójstwa stanowią trzecią (po wypadkach i nowotworach) przyczynę zgonów wśród młodych ludzi. Szacuje się, że na jedno samobójstwo przypada około 100 prób samobójczych. Wiele samobójstw i prób pozbawienia się życia dokonywanych jest w wieku 15–19 lat (Kazdin, 1996; SAMHSA, 2012). Obserwuje się skokowy wzrost liczby samobójstw dokonanych przez osoby po ukończeniu 14. roku życia, a więc po wejściu w wiek dojrzewania.

Ile było prób samobójczych i samobójstw dzieci i młodzieży ?

- ✦ **4 krotnie zwiększyła się liczba prób samobójczych** podejmowanych przez **dzieci i młodzież w grupie wiekowej 13-18 lat** między 2013 a 2021 r. w Polsce. W 2013 r. osoby z tej grupy wiekowej podjęły **348** prób samobójczych, podczas gdy w 2020 r. – **814**, a w **2021 r. – 1 411**.
- ✦ Liczba prób samobójczych podejmowanych przez dzieci i młodzież w grupie wiekowej 13-18 lat **zwiększyła się o 56% w trakcie pandemii** między rokiem 2019 a 2021.
- ✦ Liczba prób samobójczych **zakończonych zgonem w grupie wiekowej 13-18 lat zmniejszyła się o 13%** między 2013 a 2021 r. - **125 osób** w wieku 13-18 lat odebrało sobie życie w wyniku samobójstwa w 2021 r.

Od 15 do 40 % samobójców zostawia list samobójczy.

Według danych WHO 90% aktów samobójczych dokonują osoby w nastroju lub stanie depresyjnym. Może to być depresja intoksykacyjna wywołana przez środki psychoaktywne (alkohol, narkotyki, leki), depresja w przebiegu choroby afektywnej lub reakcja depresyjna spowodowana traumatycznymi wydarzeniami i doświadczeniami lub/i

Opracował :

Andżelika Wojtaś / Aneta Wojnar / Jakub Solecki / Paweł Szymanik / Kacper Tumidajewicz

przewlekłym stresem. Czasami samobójstwo jest wynikiem halucynacji u osób chorych na schizofrenię.

Głównym zagrożeniem jest jednak depresja, której rozpowszechnienie w populacji młodych ludzi, mechanizmy powstawania oraz przyczyny nie są jeszcze do końca poznane, choć lista zidentyfikowanych czynników ryzyka i czynników chroniących stale się rozszerza.

Samobójstwa – czynniki chroniące i czynniki ryzyka

Zachowania samobójcze, niespowodowane przez chorobę psychiczną, powstają w wyniku interakcji licznych czynników: indywidualnych, rodzinnych, środowiskowych, z których wiele zostało zidentyfikowanych. Na podstawie obszernego przeglądu badań utworzono listę najważniejszych czynników chroniących i czynników ryzyka, która nie jest jeszcze zamknięta.

Czynniki chroniące młodzież przed samobójstwem (Gould i in., 1996; Lazear, Roggenbaum, Blase, 2003; SAMHSA, 2012):

- spójna rodzina (której członkowie okazują zainteresowanie i udzielają wsparcia);
 - umiejętność stawiania czoła trudnościom;
 - osiągnięcia szkolne;
 - poczucie więzi ze szkołą;
 - dobre relacje z rówieśnikami w szkole;
- mała dostępność środków umożliwiających skuteczne pozabawienie się życia (broni palnej, leków, trucizn);
 - umiejętność poszukiwania pomocy i porady u innych;
 - umiejętność kontrolowania impulsów;
 - umiejętność rozwiązywania problemów i konfliktów;
- integracja ze środowiskiem; liczne okazje do uczestnictwa we wspólnie podejmowanych działaniach, w wydarzeniach szkolnych i kołach zainteresowań;
 - poczucie sensu życia, zaufanie do siebie i innych;
 - stabilne środowisko;
- dostęp do pomocy psychologiczno-pedagogicznej i medycznej;
- odpowiedzialność za innych (kolegów, zwierzęta domowe itp.);
 - religijność.

Część wymienionych wyżej czynników chroni zarówno przed depresją, jak i samobójstwem. Warto zauważyć, że większość tych czynników wiąże się ze szkołą lub jest możliwa do modyfikowania właśnie poprzez odpowiednie działania szkoły. Niektóre czynniki związane z rodziną można wzmacniać, pomagając rodzicom np. w rozwijaniu kompetencji wychowawczych. Dla pracowników oświaty szczególnie ważna jest znajomość czynników ryzyka związanych ze szkołą.

Czynniki zwiększające ryzyko samobójstw wśród uczniów (Greenberg, Velting, Shaffer, 2003; Lazear, Roggenbaum, Blase, 2003):

- nastawienie na osiągnięcia w nauce; wysokie wymagania przy braku wsparcia;
- negatywny klimat społeczny: bezosobowe relacje nauczycieli z uczniami i rodzicami, obojętność lub wrogość, niezajomość problemów i potrzeb uczniów; dezintegracja zespołów klasowych; chaos i brak dyscypliny lub nadmierna dyscyplina i restrykcje; przemoc rówieśnicza i brak zdecydowanej reakcji na nią ze strony nauczycieli;
- tolerowanie lub niezauważanie używania przez uczniów środków psychoaktywnych;
 - brak oferty zajęć rozwijających zainteresowania uczniów;
 - brak oferty pomocy psychologiczno-pedagogicznej.

Są to te same czynniki, które generują agresywne zachowania uczniów, spadek motywacji i trudności z nauką, sprzyjają opuszczaniu zajęć szkolnych i eksperymentowaniu ze środkami psychoaktywnymi.

WAŻNE TELEFONY ANTYDEPRESYJNE :

- Antydepresyjny Telefon Forum Przeciw Depresji / tel. 22 594 91 00
 - Telefon zaufania dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym / tel. 116 123
 - Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży / tel. 116 111
 - ITAKA – Antydepresyjny telefon zaufania / tel. 22 484 88 01
 - Bezpłatna linia wsparcia dla osób po stracie bliskich / tel. 0 800 108 108 (poniedziałek-piątek od 14.00 do 20.00)
 - Telefoniczna Pierwsza Pomoc Psychologiczna / tel. 22 425 98 48 (poniedziałek – piątek od 17:00 do 20:00 / sobota od 15:00 do 17:00)
- Telefon interwencyjny w sprawie zaginionych dzieci – Linia Nadziei / tel. 600 100 260 (czynne całodobowo)
 - Stowarzyszenia Animo – Odważ się żyć! Wsparcie psychologiczne osób trudności z powodu zaburzeń lękowych. / tel. 22 270 11 65