

23% zgonów dzieci i młodzieży stanowią samobójstwa

Przyczyny samobójstw wśród dzieci i młodzieży:

- rozluźnienie więzi rodzinnych
- coraz większa anonimowość i izolacja społeczna
- zaburzenia psychiczne
- nieporozumienia rodzinne
- zawód miłośny
- warunki ekonomiczne
- rozstanie z przyjaciółmi lub sympatią,
- śmierć kogoś bliskiego
- nacisk ze strony rówieśniczej,
- tyranizowanie,
- rozczarowanie wynikami w nauce.

U chłopców samobójstwa stanowią ok. 26% wszystkich przyczyn zgonów, a wśród dziewczyn ok. 16%



Czynniki chroniące przed podjęciem próby samobójczej można podzielić na:

- **czynniki rodzinne** (pozytywne relacje z rodziną);
- **czynniki poznawcze i osobowościowe** (umiejętności społeczne, wiara w siebie i swoje osiągnięcia, korzystanie z pomocy w trudnych sytuacjach);
- **czynniki społeczno-kulturowe** (zaangażowanie w życie szkoły i otoczenie społeczne, np. udział w zajęciach sportowych, klubach, uczestnictwo w życiu religijnym, dobre kontakty społeczne);
- **czynniki związane ze zdrowiem psychicznym** (wysoki poziom odporności psychicznej, dobre radzenie sobie ze stresem)

W ponad 47% przypadków nie można ustalić przyczyny samobójstwa

Uwaga!

Przyczyną podjęcia próby samobójczej przez młode osoby może być każdy, nawet najbardziej wydający się z zewnątrz prozaiczny problem, który według ofiary jest nie do rozwiązania w inny sposób.

U większości osób podejmujących próbę samobójczą próg odporności na stres jest bardzo niski.

Do motywów samobójstwa można zaliczyć:

ZEMSTĘ pragnienie wzbudzenia w innych poczucia winy,

IZOLACJĘ poczucie niedopasowania do społeczeństwa,

BEZNADZIEJNOŚĆ wrażenie braku wyjścia z danej sytuacji,

NIEPOWODZENIE często wyolbrzymione,

STRATĘ realną lub wymagowaną oraz depresję, która wpływa na zachowanie i emocje.

Uwaga! 80% osób zamierzających popełnić samobójstwo, szuka pomocy przed dokonaniem aktu autodestrukcji.

Pamiętaj! Często próba poszukiwania pomocy to wysyłanie sygnałów werbalnych i niewerbalnych – zwróć na nie uwagę i nie bagatelizuj ich jeśli coś Cię zaniepokoi.

Największa liczba samobójstw dzieci i młodzieży jest odnotowywana w styczniu i maju. Najmniej samobójstw następuje w miesiącach wakacyjnych w Polsce.

Jedną z głównych przyczyn samobójstw w Polsce jest stres szkolny i brak poczucia spełnienia oczekiwań rodziców i nauczycieli w aspekcie nauki szkolnej.

25% nastolatków, którzy próbowali odebrać sobie życie, przyznało, że poszukiwało pomocy u dorosłych, ale jej nie znalazło, co spowodowało utratę nadziei na wyjście z trudnej sytuacji

Skutki samobójstwa dziecka/nastolatka są odczuwane przez całe otoczenie:

- 1 Bliscy analizują, dlaczego to właśnie ich dziecko lub wchodząca dopiero w życie młoda osoba podjęła tak radykalną i często niespodziewaną decyzję.
- 2 Rodzice zastanawiają się, czemu tak mało znaczyli dla dziecka, że postanowiło ich opuścić.
- 3 Pojawiają się konflikty związane z wzajemnym obwinianiem się rodziców
- 4 W większości przypadków rodzice ofiary, którzy byli małżeństwem, po śmierci swojego dziecka nie potrafią żyć ze sobą, co prowadzi do ich rozwodu
- 5 Rówieśnicy i nauczyciele nie potrafią zrozumieć czemu nie zauważyli, że ich kolega/koleżanka z klasy czy uczeń miał problemy/ czy potrzebował pomocy
- 6 Wszyscy mają poczucie winy, wyrzuty sumienia. Czują żal i smutek.

Zapobieganie samobójstwom:

RODZINA

1. Rodzice powinni być autorytetem, z którego można czerpać wzorce właściwych zachowań i postaw
2. Rozwijać w dzieciach empatię, umiejętności interpersonalne, wrażliwość
3. Zwracać ich uwagę na problemy życia społecznego, aby dziecko wchodzące powoli w dorosłość i samodzielne życie było świadomą częścią społeczeństwa.
4. Rodzice nie powinni być obojętni na zmianę zachowań dziecka oraz powinni poświęcać wiele czasu na rozmowy i wspólne rozwiązywanie problemów
5. Podawać dziecku odpowiednie autorytety moralne, właściwe wartości oraz dbać o ich prawidłowy rozwój psychiczny i społeczny

SZKOŁA

1. Uwrażliwienie nauczycieli na wypowiedzi i zmieniające się zachowanie uczniów.
2. Działania profilaktyczne powinny być prowadzone profesjonalnie. Należy pamiętać, że nieodpowiednie działania mogą jedynie pogorszyć sytuację dzieci i młodzieży, a nie pomóc.
3. Należy obserwować uczniów i ich zachowania w codziennym życiu szkolnym.
4. Podejmować działania dążące do zmniejszenia negatywnych emocji wynikających ze stresu psychicznego.
5. Zapewnienie pomocy w nauce uczniom o mniejszych umiejętnościach.
6. Nawiązywanie przez nauczycieli kontaktów z uczniami opartych o właściwe autorytety i zasady.