

Samomorilno vedenje mladostnikov – izzivi, možnosti preprečevanja in ukrepanja

Vita Poštuvan

Univerza na Primorskem, Inštitut Andrej Marušič, Slovenski center za raziskovanje samomora, Univerza na Primorskem, FAMNIT, Oddelek za psihologijo; kontakt: vita.postuvan@upr.si

Samomor globalno predstavlja drugi najpogostejši vzrok umrljivosti pri mladostnikih. Slovenija je med državami OECD v zgornji četrtini držav z najvišjimi količniki samomora med otroki (starimi med 10 in 14 let) in adolescenti (med 15 in 19 let). Za leto 2005 je količnik samomora (na 100.000 prebivalcev) znašal 3,00 za fante in 1,20 za dekleta v starostni skupini otrok ter 14,53 za fante in 6,14 za dekleta v starostni skupini adolescentov (Roh et al., 2018).

Samomorilno vedenje mladostnikov predstavlja poseben izziv. Že pri odrasli populaciji je težko z visoko zanesljivostjo oceniti samomorilno ogroženost, pri mladostnikih pa je zaradi razvojnih značilnosti to pogosto še težje. Mladostniki se namreč pogosteje odzivajo impulzivno, zaradi česar je med drugim razmerje med poskusi samomora in smrtnimi primeri zelo visoko. V zadnjih desetletjih se je ocenjevanju samomorilnega vedenja posvečalo veliko pozornosti, razvitih imamo kar nekaj lestvic oz. ocenjevalnih shem oz. vprašalnikov, ki poskušajo oceniti samomorilno vedenje. Žal je dolgoročna napovedna vrednost instrumentov relativno nizka, kar je verjetno posledica predvsem tega, da je samomorilno vedenje zelo kompleksno in dolgoročno odvisno od velikega števila prepletajočih se dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov. Presejalni intervju za ocenjevanje samomorilne ogroženosti STARS (Hawgood in De Leo, 2016) predstavlja alternativo klasičnemu ocenjevanju samomorilne ogroženosti. Namreč, intervju se ne opira na neosebno reševanje vprašalnikov in preštevanje prisotnih simptomov, temveč vabi, da v pogovoru oseba v stiski pripoveduje svojo zgodbo, opiše svojo bolečino, s čimer dobimo občutek za stopnjo ogroženosti. Strokovnjaki s STARS še nimajo veliko izkušenj pri mladostnikih, zato je študija na slovenski populaciji ranljivih otrok in adolescentov, ki jo trenutno izvajamo, še posebej dobrodošla.

Intervencijske študije (npr. mednarodnega projekta SEYLE, Wasserman, 2015) so pokazale, da neposredne delavnice, na katerih razvijamo spretnosti ozaveščenosti o duševnem zdravju, vplivajo na zmanjševanje samomorilnega vedenja med mladostniki. Možnosti ukrepanja v slovenskem šolskem prostoru predstavlja uvajanje preventivnih delavnic v osnovne in srednje šole. Na Slovenskem centru za raziskovanje samomora UP IAM v okviru financiranja Ministrstva za zdravje izvajamo sklop delavnic projekta »A (se) štekaš?!?«. Na delavnicah skozi interaktivno naravo dela mladostniki spoznavajo sebe in svoje vrstnike ter se naučijo prepoznati in odzvati v stiskah. Pomemben del delavnic je tudi učenje ukrepanja, kadar jim vrstniki zaupajo svoje samomorilne misli. Prav tako lahko šole opolnomočijo svoje učitelje in starše otrok z znanjem o samomorilnem vedenju, da bodo ti čim boljše prepoznavali stiske in se ob tem znali ustrezno odzvati.

Slovenski šolski prostor prav tako ponuja možnosti za postvencijske intervencije. Smrt mlade osebe ima v okolici pogosto odmevne posledice. Postvencijo izvajamo tako z namenom psihološke razbremenitve vrstnikov, staršev in drugih vpletenih odraslih kot z željo, da preprečimo učinke posnemanja samomorilnega vedenja v širši vrstniški skupini. Vpletenim in žalujočim je na voljo psihoedukativna podpora pri procesu žalovanja, kar navadno vključuje tudi možnosti konstruktivnega izražanja čustev in bolečine. Da bi zajezili učinke posnemanja, pa je ključno, da tudi z ostalimi mladimi, ki so bili seznanjeni s primerom smrti, o tej temi odgovorno spregovorimo. Izkušnje s samomorilnim vedenjem mladostnikov gotovo kažejo, da je izzivov na tem področju mnogo, a hkrati obstajajo možnosti preprečevanja in ukrepanja v sistemih, ki so tej ranljivi skupini blizu.

Literatura:

Roh, B.-R., Jung, E. H. in Hong, H. J. (2018). A Comparative Study of Suicide Rates among 10–19-Year-Olds in 29 OECD Countries. *Psychiatry Investig*; 15(4): 376–383.

Hawgood in De Leo. (2016). *Suicide Prediction – A Shift in Paradigm Is Needed*. *Crisis* (2016), 37(4): 251–255.

Wasserman, D., Hoven, C. W., Wasserman, C., Wall, M., Eisenberg, R., Hadlaczky, G., Kelleher, I., Sarchiapone, M., Apter, A., Balazs, J., Bobes, J., Brunner, R., Corcoran, P., Cosman, D., Guillemin, F., Haring, C., Iosue, M., Kaess, M., Kahn, J.-P., Keeley, H., Musa, G. J., Nemes, B., Postuvan, V., Sâiz, P., Reiter-Theil, S., Varnik, A., Varnik, P. in Carli, V. (2015). School-based suicide prevention programmes: the SEYLE cluster-randomised, controlled trial. *The Lancet*, 385(9977): 1536–1544.