

## Próby samobójcze

Problem samobójstw jest bardzo rzadko poruszany w naszym społeczeństwie. Jest to swego rodzaju temat tabu. Często unikamy go w codziennych rozmowach, uważając, że problem nas nie dotyczy, lub nie istnieje. Zdarza się, że na samą myśl o tym zagadnieniu wyzwała się u nas strach oraz niechęć do wypowiadania się na ten temat. Z roku na rok rośnie ilość prób samobójczych. Co przerażające liczba ta wzrasta nawet w przypadku dzieci i młodzieży.

### Główne przyczyny samobójstw

W literaturze na temat problemu samobójstw u dzieci i młodzieży zwraca się uwagę na fakt, iż nie możemy uważać, że jest to problem dzieci z rodzin patologicznych. Jest prawdą, że dzieci z takich rodzin a także pociechy pozbawione opieki rodzicielskiej są grupą podwyższonego ryzyka. Należy jednak zdawać sobie sprawę z faktu, iż problem ten może dotyczyć dzieci z wszystkich środowisk i warstw społecznych.

Przyczyny samobójstw nie są wyizolowane od siebie, często na zachowania ma wpływ ma wiele czynników, które wzajemnie na siebie nachodzą i oddziałują.

Wśród głównych czynników wymienić możemy:

- niskie poczucie własnej wartości - duże znaczenie dla rozwinięcia się poczucia własnej wartości ma akceptacja dziecka przez rodziców. Jeżeli oni doceniają sukcesy młodego człowieka, wspierają go w chwilach porażki wytwarza się poczucie własnej wartości. Dziecko czuje się doceniane i ma poczucie, że jest kimś wartościowym. Nawet w przypadku wybitnych osiągnięć u młodego człowieka, a nie docenianiu i ciągłym krytykowaniu go przez rodziców nie wykształci się u niego poczucie własnej wartości. Będzie się on czuł niezdarny i bezwartościowy. Dom rodzinny bowiem ma ogromne znaczenie dla rozwoju emocjonalnego każdego człowieka.

- brak „zakorzenienia” - zjawisko to także ma ściśle powiązanie z domem rodzinnym. Bardzo ważne jest by dom był miejscem, do którego pragnie się wracać, w którym młody człowiek ma swoje miejsce. Rodzina poprzez opiekę nad dzieckiem, oraz przekazywanie mu podstawowych wartości winna dążyć do wytworzenia poczucia wspólnoty z młodym człowiekiem, dać mu poczucie przynależności.

- zaniedbania, poczucie samotności - wszelkie zaniedbania wychowawcze, a także nieakceptacja jednostki przez środowisko rówieśnicze prowadzi do postępującej izolacji. Człowiek odseparowując się od innych czuje się niechciany, gorszy, często postanawia przerwać swą egzystencję.

- presja społeczna - wywierany nacisk społeczny na młodych ludzi jest czynnikiem powodującym samobójstwa, szczególnie istotnym współcześnie. W dzisiejszych czasach z dnia na dzień rosną wymagania wobec młodego człowieka. Często młodzież nie jest w stanie im sprostać. Jest bowiem świadoma oczekiwań jakie ma wobec niej społeczeństwo, rodzice, realistycznie jednak ocenia swoje możliwości i wie, że nie może podołać oczekiwaniom. Rodzi się wówczas poczucie niedoskonałości. Często próbując za wszelką cenę spełnić wymagania otoczenia młodzież doprowadza swój organizm do licznych chorób metabolicznych. Często także nastolatki spełniają marzenia rodziców, kolegów, społeczeństwa, żyją jednak wbrew sobie, co na dłuższą metę okazuje się tragiczne

w skutkach. W tym przypadku można powiedzieć, że samobójstwo nie jest tylko wynikiem pragnienia śmierci, ale skutkiem strachu przed życiem wśród tylu wymagań często przekraczających możliwości młodzieży. Warto więc pamiętać, by nasze wymagania wobec młodzieży były dostosowane do ich możliwości, pragnień, a także ich cech charakteru.

- wpływ mediów- w literaturze przedmiotu wysuwana jest również hipoteza, że to mas - media wpływają na rozwój przypadków samobójczych u młodych ludzi. Zwraca się tu uwagę na szczególną podatność młodzieży na sugestię, a także na proces naśladownictwa. Wysuwane są teorie, że to drastyczne filmy, a także przykład narkotyzujących się i popełniających samobójstwa idoli muzycznych. Należy jednak zwrócić uwagę, że ten powód popełniania samobójstw u młodzieży pełni niewielką rolę z punktu widzenia statystyki. Stanowi on bowiem od 1% do 13% samobójstw wśród młodzieży.

### **Zapobieganie zachowaniom samobójczym**

Konkludując należy dopuścić do swojej świadomości fakt, iż problem samobójstw wśród dzieci i młodzieży istnieje. Co za tym idzie należy czuwać nad swoim podopiecznym, a także rozwijać w sobie empatię, która pomoże nam zrozumieć dziecko i jego problemy. Ważnym aspektem, na który należy zwrócić uwagę jest to by rodzice pozwolili dzieciom realizować własne cele, plany i marzenia. By nie nakładali na nich zbyt dużych wymagań, nie krytykowali nadmiernie i pozwolili realizować własne pasje, nie czyniąc z dzieci kontynuatorów własnego życia. Otwierając się na ten problem będziemy bowiem mogli być bardziej czujni, oraz starać się zapobiegać wszelkim zachowaniom samobójczym.

### **Przydatne strony:**

<http://pedagogikaspecjalna.tripod.com/notes/suicidal.htm>

<http://www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PU5469>

[http://www.pogadaj.eu/index.php?option=com\\_content&view=article&id=40:zachowania-samobojcze-u-dzieci-i-modziezy--co-zrobi&catid=6:zdrowie-psychiczne&Itemid=8](http://www.pogadaj.eu/index.php?option=com_content&view=article&id=40:zachowania-samobojcze-u-dzieci-i-modziezy--co-zrobi&catid=6:zdrowie-psychiczne&Itemid=8)