

Oznaka: VD-07-01  
Datum: 14. 6. 2007

# SOCIALLNA AKADEMIJA

## **Samomori – tabu, ki o(b)staja**

**Mnenja udeležencev diskusijske kavarne v  
Galeriji Družina dne  
29. 5. 2007**



Diskusijske kavarne z naslovom Samomori - tabu, ki o(b)staja se je udeležilo ok. 40 gostov, ki so po uvodu treh strokovnjakov diskutirali v 6 delovnih skupinah. Spodaj navajamo nekatere povzetke diskusij.

- Evtanazija je oblika samomora. Predvsem je tu pritisk družbe, saj oseba zaradi uvidevnosti noče biti več v breme.
- Veliko premalo slišimo, da nas ima kdo rad in nas ceni. To je npr. pri drugih narodih bivše Jugoslavije veliko bolj v navadi.
- Črna kronika je nujna, vendar s čim manj pisanja podrobnosti in kazanja slik po televiziji, saj to velikokrat potegne za seboj, predvsem v smislu posnemanja.
- Pri samomorih čas ne celi rane. Izhod iz trpljenja- čim več pogovora.
- Delam na telefonu za pomoč v stiski - Samarijan in tako osebno pomagam. Kot primer: V prometni nesreči je 21. letni fant, izgubil nogo, padel je v hudo depresijo in hotel narediti samomor. Pozneje nam je povedal:« Če vas ne bi bilo tudi mene ne bi bilo več. Hvala».
- Pomanjkanje veselja do življenja je krivo, da je toliko samomorov. Težava je, da se ljudje sploh ne znajo veseliti, niti pogovarjati drug z drugim. Dandanes se ljudje ne pogovarjajo ne v službi ne v družini.
- Depresivne osebe velikokrat zdravnik ne prepozna in predpisuje pomirjevala namesto depresivov. Ne prepozna je niti duhovnik.
- Tudi duhovnike v semenišču bi bilo dobro bolj podučiti o tej temi in jih usposobiti, jim nuditi dodatna izobraževanja.
- Težava je, ker introvertirana oseba ni zmožna svojih težave deliti in izpovedati svoje bolečine. Samomor je sebično dejanje. Mogoče se samomorilec reši bremena, vendar še večje breme doleti svoje.
- Največ uspeha je v osebni angažiranosti posameznikov, predvsem v obsežnem usposabljanju in informiranju. Čim več ljudi poučiti, opozoriti in izobraziti kako naj v takih situacijah ravna. Oseba, ki ve kaj je narobe, lahko pomaga.
- Zakaj v taboriščih in neposredno po vojni ni bilo samomorov? Na to vprašanje nismo dobili zadovoljivega odgovora, je pa zanimivo vprašanje.
- Pomembna je preventiva. Danes veliko govorimo v medicini, v cerkvi o tako imenovani promociji zdravja. Promocija zdravja je tudi v pravilnem poimenovanju človeka kot takega. Cerkvena pastorala razmišlja, da je zdravje neprestano iskanje harmoničnega odnosa človekovih ravni: telesne, duševne, duhovne, socialne ali pa občestvene, kot rečemo v cerkvi. Za zdravje je do neke mere človek tudi sam odgovoren. To je tudi nek vzgojni moment, za katerega se trudimo in ohranjamo duševno zdravje. Menim, da imamo kristjani dovolj vzvodov, ki nam lahko pomagajo. S tem samomorov ne bomo odpravili, naredili pa bomo nekaj več v preventivi samomora ali depresije nasploh.

- Na teološki fakulteti že kar nekaj let pri pastoralni zdravju govorimo o preventivi duševnega zdravja in s tem tudi o depresiji. K samomoru ne moremo pristopati celovito vendar bodoči duhovniki vsaj lahko zaslutijo problem. Jasno je, da danes tega problema ne more reševati samo duhovnik, zdravnik, sociolog, socialni delavec, temveč moramo k reševanju problem stopiti in reševati skupno. Vrniti se je potrebno h krščanskim koreninam. Muslimani imajo zelo malo samomorov in to je zaradi posledice močne vere, ki se je trdo oklepajo. Temelj je močna vera, h kateri se zatekajo in na njej gradijo. Mi pa smo svojo vero dali v kot in sami postali središče sveta.
- Strah pred nepravilnim svetovanjem, ko nam kdo zaupa se že odmikamo, saj ne vemo kako pomagati. Raje se velikokrat kar umaknemo.
- Otroke bi morali že zgodaj navajati na odprti pogovor. Težava je tudi, da starši težijo otroke k perfekcionizmu. Povsod morajo biti najboljši in to otroke tišči k tlom. Proti temu bi lahko prispevali tudi na izobraževanjih staršev.
- Dotaknili smo se primerov dobre prakse v svetu. V svetu obstajajo različne preventivne oblike zdrženj za preprečevanje samomorilnosti. Gotlandska študija, ki so jo prvič izvedli na švedskem otoku Gotland, je primer učinkovitega preprečevanja samomora. Z izobraževanjem zdravnikov splošne medicine so uspeli zmanjšati stopnjo samomorilnosti.

**Zbrala Mojca Perat in Matej Cepin,  
Ljubljana, 11. junij 2007**