



International
Association
for
Suicide
Prevention

Poslanica IASP WSPD 2018

Preprečevanje samomora ostaja vsestranski izziv. Ne glede na starost, je samomor vsako leto med 20. vodilnimi vzroki umrljivosti na svetu. Zaradi samomora vsako leto umre več kot 800 000 ljudi, kar pomeni, da se vsakih 40 sekund zgodi en samomor.

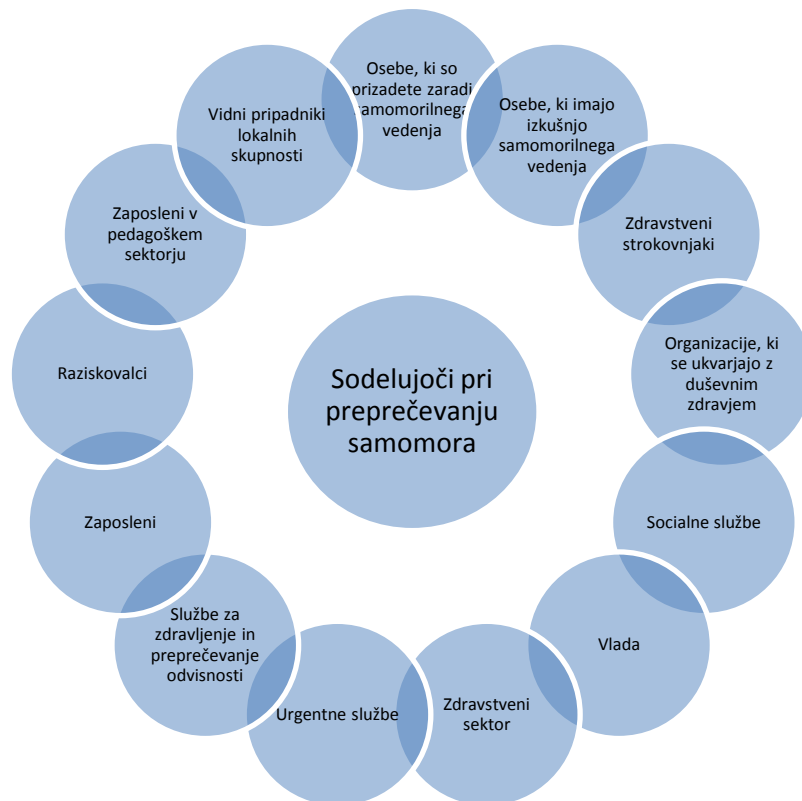
Vsaka oseba, ki umre zaradi samomora, je nekemu predstavljala nekoga pomembnega. Partner, otrok, starš, prijatelj ali znanec. Vsak samomor zato čustveno ali kako drugače prizadene še okrog 135 oseb, ki so bile žrtvi blizu. To pomeni, da je na letni ravni zaradi samomorilnega vedenja tako ali drugače prizadetih okrog 108 milijonov oseb. Samomorilno vedenje vključuje samomor, kot tudi samomorilne misli in poskuse. Na vsak samomor se zgodi približno 25 poskusov samomora, še veliko večje število oseb pa se sooča z resnimi samomorilnimi mislimi.

Samomor je posledica sovplivanja genetskih, psiholoških, socioloških, kulturnih in drugih dejavnikov tveganja, ki se jim včasih pridruži še izkušnja travme ali izgube. Osebe, ki si vzamejo življenje, predstavljajo heterogeno skupino, saj je zgodba vsakega posameznika edinstvena in kompleksna, vzroki, ki so predhodili dejanju, pa večplastni. In ravno omenjena heterogenost, predstavlja izziv za strokovnjake na področju preprečevanja samomora. Te izzive lahko premagamo z več-nivojskim in povezovalnim pristopom k preprečevanju samomora.

Samomor je v veliki večini možno preprečiti in eden izmed glavnih akterjev preprečevanja samomora ste tudi vi! Vplivate lahko v in iz različnih vlog - kot člani skupnosti in družbe, v vlogi otroka, starša ali prijatelja, v vlogi znanca ali soseda. Obstaja veliko stvari, ki jih za preprečevanje samomora lahko naredimo in naredite vsak dan in tudi ob svetovnem dnevu preprečevanja samomora. Doprinesete lahko k ozaveščanju o samomoru, informirate sebe in druge o vzrokih in opozorilnih znakih za samomorilno vedenje, pokažete sočutje in skrb za ljudi iz vaše okolice ki so v stiski, se borite proti stigmati na področju duševnih težav in nenazadnje delite tudi lastne izkušnje.

Za preprečevanje samomora se je potrebno potruditi. Pozitivni učinki truda so neskončni in imajo lahko ogromen učinek. Vložen napor lahko pozitivno vpliva na ljudi v stiski in na njihove bližnje, na osebe, ki so dejavne na področju preprečevanja samomora in nenazadnje na družbo kot celoto. Prizadevati si moramo razviti na podatkih temelječe pristope preprečevanja samomora, pristope, ki bodo dosegli osebe v stiski na vsakem koncu sveta.

Združevanje moči je bistveno za preprečevanje samomora saj zahteva trud mnogoterih. Nujno je sodelovanje družin, prijateljev, sodelavcev, lokalnih skupnosti, zdravstvenih strokovnjakov, političnih uradnikov in vlade. Preprečevanje samomora zahteva integrativne strategije, ki se usmerjajo na dejavnike na individualni, sistemski in lokalni ravni. Na podlagi izsledkov raziskav vemo, da je preprečevanje samomora veliko bolj učinkovito če vključuje več nivojev in intervencij. Intervencije se morajo izvajati v skupnosti in vključevati socialne in politične reforme, kot tudi aktivnosti, ki so usmerjene neposredno na posameznika. V zasledovanju poslanstva preventive samomorilnega vedenja moramo delovati sodelovalno, usklajeno in multidisciplinarno – kot družba, kot organizacije, kot zakonodajno telo in pripadniki skupnosti.



Vsakdo lahko prispeva k preprečevanju samomora. Samomorilno vedenje ne pozna meja in lahko prizadene vsakogar. Ljudje, ki imajo izkušnjo samomorilnega vedenja, imajo edinstveno vlogo pri preprečevanju samomora – njihov uvid in opis izkušnje sta neprecenljiva za oblikovanje preventivnih programov in oblik pomoči osebam z izkušnjo samomorilnega vedenja in njihovim bližnjim. Vključevanje ljudi z osebno izkušnjo v raziskovanje, evalvacijo in intervencije, bi moralo biti osrednjega pomena za delo organizacij, ki naslavljajo samomorilno vedenje.

Slogan letošnjega svetovnega dneva preprečevanja samomora »Skupaj za preprečevanje samomora« se bo nadaljeval tudi v leto 2019 in 2020.

Ta slogan je bil izbran, ker osvetljuje najbolj pomemben del učinkovitega preprečevanja samomora – sodelovanje. Pri preprečevanju samomora ima prav vsak od nas svojo vlogo in skupaj lahko naslovimo in premagamo marsikateri izziv na področju preprečevanja samomorilnega vedenja.

Zato se nam 10. septembra in tudi že prej pridružite in bodite del skupnih naporov pri preprečevanju samomora. Vabimo vas, da se udeležite kolesarske akcije »Prekolesarimo svet« kot tudi drugih aktivnosti, ki so navedene na <https://iasp.info/wspd2018/>.