



PANEURÓPSKA VYSOKÁ ŠKOLA



Tlačová správa

Bratislava, 09. 06. 2016

Až 38 % mladých ľudí ostáva s myšlienkou na samovraždu osamote

Reakcia na aktuálne dianie a výskum v problematike samovrážd mladých ľudí

Tinedžeri (15-19) sa stretávajú s mnohými životnými výzvami a ťažkými situáciami, ktoré musia zvládnuť. Často však nevedia, ako. Boja sa zdôveriť rodine či priateľom, informácie a rady získavajú neoverené, od neznámych ľudí na internete.

Napriek tomu, že mnohé závažné situácie je pre človeka náročné zvládnuť, pomoc by podľa výsledkov výskumu, realizovaného na Fakulte psychológie Paneurópskej vysokej školy (PEVŠ) v spolupráci s občianskym združením IPčko, **vyhľadalo len asi 50 % mladých ľudí. Ešte menej, len 39 %, by hľadalo pomoc, keby sa cítili osamelí a len 38 %, keby mali nejaké vážne konflikty v rodine.** Do online výskumu, ktorý prebiehal v jarných mesiacoch tohto roka, sa zapojilo 615 stredoškôľakov vo veku 15 až 19 rokov oslovených v rámci celého Slovenska.

Mladí ľudia, ktorí uvažujú nad samovraždou a ukončením vlastného života, by pomoc blízkych vyhľadávali menej, ako v prípade osobno-emocionálnych ťažkostí. **Až 38 % mladých by pri myšlienkach na smrť neoslovilo nikoho a ostávali by so svojimi problémami sami. Na internetovej poradni pre mladých IPčko.sk by 35 % tínedžerov hľadalo pomoc, ak by uvažovali o ukončení svojho života.**

Vyhľadanie odbornej pomoci závisí vo veľkej miere od dôvery mladých ľudí k psychológom, sociálnym pracovníkom, lekárom a iným pomáhajúcim profesiám. **Takmer polovica tínedžerov je presvedčených, že by im pomoc odborníka pomohla zvládnuť vážnu emocionálnu krízu. Čím lepší postoj majú k odborníkom – psychológom, tým skôr sú ochotní takúto pomoc vyhľadať.** Rovnako to platí aj pri online chatovom poradenstve. Ak majú pocit, že je to vhodná forma, ktorá im môže pomôcť, je väčšia pravdepodobnosť, že internetové poradenstvo aj vyhľadajú. **Až 38 % dospelých mladých má pocit, že by si mali svoje problémy vyriešiť sami a psychológ by mal byť až posledná voľba.**

Odborná literatúra hovorí, že napriek tomu, že obdobie dospievania je obdobím s najväčšou potrebou odbornej pomoci súvisiacej s duševným zdravím, zároveň predstavuje najmenšiu frekvenciu vyhľadávania odbornej pomoci pri riešení problémov.

„Pre mladých znamená vyhľadanie odborníka veľkú záťaž. Spoločnosť nás ženie k výkonom, zlyhanie sa nenosí a nie je vhodné sa so svojimi ťažkosťami niekomu priznať, pretože ukazujeme, že nie sme dosť cool. Ak mladí ľudia pomoc hľadajú, podľa našich skúseností, ju hľadajú na

internetu v rôznych diskusných fórach, uzavretých komunitách a sieťach. Mladí si nevedia predstaviť, že by kontaktovali neznámeho odborníka a preto zostávajú so svojimi problémami sami. Potrebujeme odborníkov, ktorí budú s deťmi a s mladými komunikovať ich jazykom a v ich prirodzenom prostredí – na internete, v škole,...“, hovorí autor výskumu, **Mgr. Marek Madro, zakladateľ a riaditeľ veľmi úspešnej psychologickkej internetovej poradne pre mladých, IPčko.sk** a pokračuje: „IPčko.sk poskytuje mladým ľuďom možnosť zdôveriť sa so svojím problémom a riešiť svoje náročné situácie v priestore internetu anonymne, zdarma, prepájajú priateľský jazyk s odbornou pomocou. Za čas existencie poradne ju kontaktovalo už 42 tisíc mladých ľudí, väčšina z nich by inú formu pomoci nikdy nevyhľadala. V minulom roku kontaktovalo internetovú poradňu IPčko.sk s myšlienkami na smrť až 1580 mladých ľudí.“

Tínedžeri, ktorí pochopili **výhody online poradenstva, pravdepodobnejšie túto formu komunikácie aj využili. Pre 67 % mladých ľudí je dôležité, že o tom nemusia nikomu povedať. Pre 63 % z nich je dôležitá anonymita, ktorá im umožňuje byť úprimnými. Pre 59 % mladých je to zároveň príležitosť, ako sa prejavíť, akí naozaj sú.** Mladí ľudia sú v online prostredí internetovej poradne anonymne a nevyžaduje sa od nich žiadna registrácia. Zistili sme, že **ľudia, ktorí mali skúsenosť s internetovou poradňou pre mladých IPčko.sk, mali pozitívnejší postoj k tomu, že by v budúcnosti vyhľadali aj iného odborníka.**

Podľa štatistík Národného centra zdravotníckych informácií (NCZI) bolo v minulom roku nahlásených 592 dokonaných samovrážd. U detí do 14 rokov - 4, u tínedžerov do 19 rokov 11 a u mladých dospelých do 29 rokov až 73.

Samovražedných pokusov bolo na NCZI nahlásených celkovo 859. Z tohto počtu bolo u detí od 0 do 14 rokov - 18 pokusov, u mladých ľudí od 15 – 18 rokov - 81 evidovaných pokusov a u mladých dospelých do 29 rokov až 194. Tieto štatistiky NCZI však nedávajú ucelený obraz o skutočnej situácii a odborníci sa zhodujú, že tieto čísla sú v skutočnosti každý rok až trojnásobné, niektoré zdroje hovoria, že až desaťnásobné.

Spoluautorka výskumu, **PhDr. Desanka Kanderová, PhD., prodekanka Fakulty psychológie PEVŠ**, považuje tému samovrážd mladých ľudí za vysoko aktuálnu práve v tomto období pred letnými prázdninami a dodáva: „Prílišná medializácia citlivých informácií o deťoch a mladých ľuďoch môže niekedy spôsobiť opačný efekt, ako ich ochranu. Nabáda k činu, ktorý je jednoduchší ako dlhotrvajúce stretnutia s odborníkom. Ďalším extrémom a zároveň častým javom v našej spoločnosti je zatváranie očí pred problémami okolia, o ktorých vieme. Študenti psychológie PEVŠ sa už počas štúdia aktívne zapájajú do rôznych projektov, ktoré škola organizuje alebo si ich nájdu po vlastnej línii. Často sa angažujú aj v dobrovoľníckych aktivitách, zameraných na záchranu života.“

Prof. PhDr. Eva Gajdošová , PhD. považuje pri riešení tohto problému za veľmi dôležitú intervenciu a prevenciu s dôrazom na prácu psychológov v školách. Tá má ponúknuť možnosti, ako s týmto vážnym problémom pracovať ďalej. Podľa profesorky Gajdošovej sú internetové poradne prvou šancou ako zvrátiť suicidálny úmysel dospelujúceho/mladého človeka a pokračuje: „Ak mladému človeku suicidálny pokus (pokus o samovraždu) nevyšiel, musí opäť fungovať v podmienkach, z ktorých chcel uniknúť smrťou a potrebuje sa možno denne rozprávať o svojom probléme s dôveryhodnou osobou. Túto úlohu by mali prevziať odborníci - psychológovia v školách, ktorí pracujú nielen s mladistvým, ale aj s jeho kamarátmi, spolužiakmi,

učiteľmi, rodičmi. Tu treba pracovať s veľmi širokým sociálnym prostredím, ktoré musí pochopiť, že je akousi záchrannou sieťou, oporou, podporou, bezpečím - a to nemá šancu zvládnuť z časového hľadiska ani sociálny pracovník na Úrade práce, ani psychiater, ani klinický psychológ v zdravotníckom zariadení. Šancu na život držia v rukách aj psychológovia v školách.“

JUDr. Karel Molin, riaditeľ Národného koordinačného strediska pre riešenie problematiky násilia na deťoch, pôsobiaceho pri Ministerstve práce, sociálnych vecí a rodiny SR, poukazuje na potrebu zvyšovania informovanosti detí a mládeže o možnostiach pomoci v ťažkých životných situáciách, ktorú vidí aj v pripravovanej informačnej kampani MPSVR SR, ktorá bude spustená v tomto roku. Riaditeľ Molin ďalej dodáva: „*Násilie v kruhu rodiny, medzi spolužiakmi, rovesníkmi, ale aj v rámci inštitúcií, má mimoriadne nepriaznivý vplyv na psychiku dieťaťa. Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR pripravuje v druhej polovici roka 2016 kampaň, ktorej cieľom bude deťom poskytnúť informácie o možnostiach pomoci v deťom zrozumiteľnej forme a aj za pomoci on-line nástrojov, ktoré sú v súčasnosti deťmi široko využívané. Kampaň sa bude venovať všetkým formám násilia. Osobitná pozornosť bude venovaná problematike sexuálneho zneužívania a to aj v súvislosti s ratifikáciou Dohovoru Rady Európy o ochrane detí pred sexuálnym vykorisťovaním a sexuálnym zneužívaním. Práve sexuálne násilie má mimoriadne negatívny vplyv na psychiku dieťaťa a prináša so sebou množstvo závažných následkov.“*

Mgr. Dana Rušinová, prezidentka Koalície pre deti Slovensko hovorí: „*Ak sa nedodržia pri komunikácii odborníkov s dieťaťom princípy vychádzajúce z Dohovoru o právach dieťaťa, môže dôjsť (a žiaľ aj dochádza) k najrôznejším negatívnym dopadom na dieťa – od sekundárnej traumatizácie dieťaťa až po absolútnu stratu dôvery v dospelých a v systém, od ktorého deti očakávajú pomoc.“*

Kontakt na hovorcu:

Mgr. Jana Gemeranová

Tel: +421 917 341 742, jana.gemeranova@paneurouni.com

Paneurópska vysoká škola (PEVŠ) vznikla v roku 2004 ako súkromná vysoká škola s pôvodným názvom Bratislavská vysoká škola práva. Od akademického roka 2010/2011 nesie dnešné meno. Sídli v Bratislave a má päť fakúlt: fakultu práva, ekonómie a podnikania, masmédií, informatiky a psychológie. PEVŠ disponuje moderným materiálnym a technickým vybavením so zameraním na praktickú výučbu. Presadzuje rozvoj medzinárodnej spolupráce s prestížnymi zahraničnými univerzitami a vedeckými inštitúciami, je členom štyroch svetových zoskupení univerzít a má partnerstvá s ďalšími štyridsiatimi univerzitami. Má 20 akreditovaných študijných programov vo všetkých troch stupňoch vysokoškolského štúdia: bakalárskom, magisterskom a doktorandskom v dennej a externej forme. PEVŠ poskytuje aj habilitačné a inauguračné konanie. Od vzniku našej školy do konca akademického roka 2014/2015 úspešne u nás ukončilo štúdium takmer 12.000 absolventov. V hodnotení Akademickou rankingovou a ratingovou agentúrou ARRA sa naše fakulty umiestňujú v ukazovateľoch atraktivity štúdia a vzdelanie na popredných miestach.

Fakulta psychológie PEVŠ, založená v roku 2011, je jedinou fakultou tohto druhu na Slovensku. Má akreditované študijné programy pre všetky tri stupne štúdia – bakalárske a magisterské (Bc., Mgr.) v študijnom odbore psychológia a doktorandské (PhD.) v študijnom odbore pedagogická a školská psychológia. V mesiaci február 2016 bolo Fakulte psychológie priznané MŠVVŠ SR právo udeľovať akademický titul Magister absolventom v študijnom programe psychológia. Poslaním fakulty je kvalitná teoretická a praktická príprava študentov, aby splnili podmienky pre získanie „Európskeho certifikátu

z psychológie“ a zápisu do zoznamu europsychológov. To umožní absolventom fakulty pôsobiť v rámci celej Európskej únie. „Európsky certifikát z psychológie“, stanovuje špecifiká vysokoškolskej prípravy psychológov a vymedzuje formy vzdelávania na všetkých stupňoch štúdia.

Občianske združenie IPčko vzniklo v roku 2012. Napriek pokroku doby a takmer neobmedzeným možnostiam sa často stáva, že mladým ľuďom niečo chýba. Nie je to ich nevďačnosť, ale rýchlota každodenného života, ktorá prináša svoje obete. Neostáva čas na rodinu a priateľstvá, chýba pocit bezpečia. Ľudia neraz nevidia zmysel života, cítia sa sami a nepochopení. Mnohí z nich uvažujú o ukončení svojho života, alebo hľadajú riešenie v drogách či alkohole. Organizácia IPčko sa venuje práve týmto ľuďom s vierou, že im pomôžeme naštartovať ich život. Chce odpovedať na volanie mladých ľudí o pomoc v ich problémoch a chce na to využiť tie najlepšie prostriedky. Tak vzniklo IPčko.sk – internetová poradňa pre mladých. Internet dáva priestor, aby spojili priateľský prístup s odbornou pomocou. Prostredníctvom online chat-rozhovorov podáva pomocnú ruku, oporu i radu stovkám mladých v boji s ich psychickými problémami či inými nepriazňami života. Najčastejšie sa na poradcov (dobrovoľníkov) – psychológov, sociálnych pracovníkov, obracajú mladí ľudia s prežívaným pocitom samoty, depresie, s problémami vo vzťahoch, so závislosťami, sexuálnym násilím, sebapoškodzovaním a často sa im zdôverujú aj s myšlienkami na samovraždu. Pomoc mladým poskytujú prostredníctvom chatu anonymne, bezplatne, každý deň v týždni od 7:00 do polnoci. Za čas existencie využilo už služby IPčko.sk asi 42 tisíc mladých ľudí v krízových situáciách. Občianske združenie realizuje aj ďalšie projekty na pomoc mladým – online terénne vyhľadávanie ohrozených mladých ľudí, poradenský portál Nenormálne.sk, nízkoprahové kontaktné centrum UPside na Obchodnej ulici v Bratislave, či verejné diskusie s názvom GAUČ. Viac informácií o aktivitách a projektoch organizácie sa dozviete na www.ipcko.sk.