

Raziskovalno vprašanje:

Zakaj se ljudje v stiski raje odločijo za alkohol, droge, samomor kot za iskanje pomoči pri strokovnjakih?

Od vas pričakujemo, da izvedete anketo med generacijo vašega razreda (najmanj dva oddelka) in med odraslimi iz okolice (enako število anketiranih kot je dijakov v obeh oddelkih). Prilagamo anketo, lahko jo uporabite, veseli pa bomo tudi kakšnih dodatnih upravičenih vprašanj.

Dodatne podatke pridobite tako, da stopite do strokovnjakov v zdravstvenem domu, pri socialni službi in v domu starejših občanov (saj je letos leto medgeneracijskega sodelovanja).

Podatkov ne smete iskati s pomočjo interneta, temveč na terenu in s pomočjo strokovne literature (pri tem ne pozabite navesti virov).

Na naše raziskovalno vprašanje so odgovorile naslednje šole:

BIC Živilska šola Ljubljana (BIC = Biotehniški raziskovalni center Ljubljana)

Gimnazija Franca Miklošiča Ljutomer (GMFL)

Srednje šole za farmacijo, kozmetiko in zdravstvo Ljubljana (SŠFKZ)

V času iskanja odgovorov pa so raziskovali tudi izbrani dijaki Dvojezične srednje šole Lendava, in sicer trojica: Ines Ftičar, Lucija Hajdinjak in Matej Magyar.

SPOZNANJA IZ RAZISKAV ŠOL, KI SO SODELOVALE V SUK-u

1. KAKO BI OPREDELILI POJME: ALKOHOL, DROGE, SAMOMOR?

Alkohol je najpogostejša in najbolj zlorabljena droga v našem družbeno-kulturnem okolju, ki povzroča največ ekonomskih, socialnih in zdravstvenih težav. Je depresor centralnega živčnega sistema, ki z redno uporabo stopnjevano (napredujoče) "uspava" delovanje naših višjih možganskih centrov, med njimi tudi centra, povezanega z nadzorom našega vedenja in čustvovanja, kar povzroči sprostitvev vedenjskih in čustvenih zadržkov, oziroma "popustitev" zavor. Začetna evforija, ki jo povzroči, je posledica vpliva na možganske centre za samoobvladovanje. (<http://www.mz.gov.si>, 19. 11. 2012)

V Sloveniji je izstopajoča droga alkohol, kar je povezano tudi s pozitivnim odnosom družbe do te droge. Poleg alkohola postajajo za »reševanje težav« vse bolj priljubljene tudi **droge**. Vendarle pa je potrebno ta izraz v prvi vrsti razumeti, ker vse droge, niso prepovedane droge.

So predvsem nekreativen način preživljanja prostega časa pod močnim vplivom vrstniške skupine in pogosto tudi pomoč pri izhodu iz stiske.

So snovi, ki zaradi svojevrstne kemične sestave povzročajo spremenjeno delovanje telesa in naše duševnosti vplivajo na naše počutje, odnos do ugodja, sveta in tudi smisla življenja.

Psihoaktivne droge vplivajo na mišljenje, čustva in vedenje.

Lahko so koristne ali škodljive, odvisno je od vrste, količine in pogostosti jemanja teh drog.

Velikokrat mladi poizkusijo oz. uživajo droge, ker o drogah ne vedo dovolj. Ne poznajo posledic oz. se jih ne zavedajo.

Med drogami je med mladimi najbolj razširjen kanabis oziroma konoplja. Družina je najpomembnejši dejavnik pri preprečevanju uživanju drog oz. pristni medosebni odnosi, dobra samopodoba.

Samomor je dejanje, s katerim si nekdo namenoma vzame življenje, ubije samega sebe. Na žalost ga danes stori preveč ljudi, da bi se izognili težavam, ker niso dovolj močni, da bi prenesli razne pritiske, žalost itd.

Odstotek samomorov na Slovenskem je zelo visok in sega v sam evropski, tudi svetovni vrh. Kljub resnosti samomorilne problematike pa Slovenija še vedno nima izdelanega programa za preprečevanje samomorilnosti kot jo imajo nekatere druge države.

Zakaj pride do samomora?

»Slovenija glede na umrljivost zaradi samomora spada med bolj ogrožene evropske države, vendar pa je potrebno poudariti, da se je število umrlih zaradi samomora v Sloveniji v zadnjih nekaj letih precej zmanjšalo,« je povedala doc. dr. Saška Roškar z Inštituta za varovanje zdravja RS (IVZ) in dodala: »Razlogi in dejavniki za samomorilno vedenje so raznoliki in kompleksni, vendar na večino teh z ustreznimi preventivnimi aktivnostmi lahko vplivamo«.

V letu 2010 je zaradi samomora umrlo 416 posameznikov, od tega 336 moških in 80 žensk. Količnik samomora (število umrlih zaradi samomora na 100.000 prebivalcev na leto) je tako v Sloveniji znašal 20,3 (33,6 za moške in 7,7 za ženske), kar je v primerjavi s prejšnjim letom nekoliko manj. Trend upada samomorilnega količnika, ki ga sedaj beležimo že nekaj let, torej ostaja. Med bolj ogroženimi še naprej ostajajo vzhodne regije v Sloveniji. Lani je v Sloveniji samomor naredilo 437 ljudi, v vzhodni Sloveniji. Med samomorilci je bilo 348 moških in 89 žensk. Razlaga za tako razliko se po besedah Tančič Grumove skriva v tem, da izbirajo moški za samomor agresivnejše načine, ki pogosteje povzročijo smrt, medtem ko ženske pogosteje poiščejo pomoč in o težavah spregovorijo. Po podatkih Statističnega urada RS za leto 2011 je največ samomorilcev poročenih, 42,4 odstotka. 31,7 odstotka jih je samskih, 13,3 odstotka ločenih, 12,6 odstotka pa ovdovelih. Po regijah pa je bila po statistiki samomorilnost največja v spodnjeposavski statistični regiji, najnižja pa v goriški statistični regiji. Za leta 2010 so na spletni strani Eurostata podatki na voljo le za 17 držav članic Evropske unije. Slovenija je za Madžarsko in Latvijo na tretjem mestu, najmanj samomorilni pa so v Grčiji in Španiji.

2. REZULTATI RAZISKAV

Skupaj je bilo anketiranih 311 ljudi iz cele Slovenije.

SŠFKZ Ljubljana je na vprašanje – *Zakaj se ljudje v stiski raje odločijo za alkohol, droge, samomor kot za iskanje strokovne pomoči?* – je dobila naslednje podatke:

- a) ker jih je sram govoriti o težavah, ki jih pestijo (30 %),
- b) ker jim to pride prvo na misel (7 %),
- c) ker je to najhitrejša "rešitev" (21 %),
- d) ker so bili razočarani v ljubezni (6 %),
- e) ker imajo v družini težave (12 %),
- f) ker ne vedo, na koga se lahko obrnejo, ko imajo težave (20 %),
- g) drugo (2 %).

Pod »drugo« so bili dodani naslednji odgovori: ker je to lažja pot za takojšnji izhod; ker menijo, da so sami; ker je to odpravljanje in potiskanje težav na stran in ker izgubijo smisel življenja.

BIC Živilska šola Ljubljana je na vprašanje – *Si se počutil kdaj čisto na tleh, depresiven, brez upanja in energije* – dobila naslednje odgovore:

Nikoli	Kakšen dan	Več dni	Skoraj vsak dan
13	37	13	6

Dijaki GFML so prišli do naslednjih ugotovitev. Na vprašanje – *Kam se obrnete na pomoč, ko ste v stiski?* – je rezultat naslednji:

Približno 30 % vseh anketirancev se v stiski obrne po pomoč k družinskim članom. Ostali dve tretjini anketirancev se pri izbiri vrste pomoči zelo razlikujeta glede na spol in starost. Tako kar 39 % odraslih moških zadeve najraje rešuje kar samih. Le redko se posvetujejo s prijatelji ali svetovalci. Pri ženskah je delež tistih, ki se v težavah posvetujejo s svetovalcem, precej večji. Vendarle pa tudi ženske kar s četrtnim deležem težave najraje rešujejo same. Dijaki se po pomoč zatekajo k staršem, prijateljem ali sošolcem. Četrtnina se jih po pomoč zateka tudi k psihiatru oz. svetovalcu. Skorajda polovica dijakinj se po pomoč zateče k prijateljem oz. sošolcem, petina pa skuša rešiti težave sama. Razvidno je, da se zelo majhen delež dijakov in dijakinj zateče po pomoč k učiteljem oz. razrednikom. Pri vprašanju je bila dana tudi možnost lastnega odgovora. Tako je en izmed odraslih moških zapisal, da se v težavah obrača k molitvi, en izmed dijakov pa je izpostavil, da se poleg staršev obrača na pomoč tudi k bratu.

Moški so tisti, ki želijo v največji meri težave reševati sami. Ženski del anketirancev pa se o problemih raje pogovarja z bližnjimi oz. s tistimi, ki jim zaupajo.

Dijaki DSŠ Lendava pa smo na prvo vprašanje dobile naslednje odgovore: največ anketirancev se o težavah najprej pogovori s starši./odraslimi, s kakšnim družinskim članom, življenjskim sopotnikom (kar 66,66 %). Nekateri bi se pogovorili z učitelji, razrednikom. 35% bi se jih pogovorilo s prijatelji in s sošolci. 2 anketiranca bi se pogovarjala o problemih s psihiatrom ali s svetovalko, ki se razume na tem območju. Nekateri pa bi tudi problem rešili sami.

Na drugo vprašanje – *Zakaj se mladostniki največkrat zatečejo k alkoholu, drogam, samomoru?* – je *SŠFKZ Ljubljana* dobil naslednje odgovore:

- a) ker jih je sram govoriti o težavah, ki jih pestijo (22 %),
- b) ker jim to pride prvo na misel (12 %),
- c) ker je to najhitrejša "rešitev" (19 %),
- d) ker so bili razočarani v ljubezni (12 %),
- e) ker imajo v družini težave (16 %),
- f) ker ne vedo na koga se lahko obrnejo, ko imajo težave (13 %),
- g) drugo (5 %).

Pod drugo so bili navedeni naslednji odgovori: ker mislijo, da uživajo v tem; ker jih vrstniki ne razumejo; zaradi različnih problemov in ker je prepovedano sadje najslajše.

BIC Živilska šola Ljubljana je na drugo vprašanje – *Ali telesno skrbiš zase?*– od anketirancev dobila naslednje odgovore

Ne skrbi zase	DA – vsak dan	DA – 1x do 2x/na teden	DA – 1x do 2x/na mesec
13	15	31	9

GFML je na drugo vprašanje – *Ste že kdaj zaužili alkoholno pijačo?* – dobil zelo zanimiv odgovor.

Vsi moški so že zaužili alkohol, prav tako dijaki. Delež žensk, ki še niso zaužile alkohola je celo za odtenek višji od deleža dijakinj, ki še niso zaužile alkohola. To je verjetno posledica velike družbene tolerance do uživanja alkohola kot sprejemljivega načina vedenja.

Na isto vprašanje kot *Ljutomerčani* smo *Lendavčani* dobili naslednje odgovore: 26 odraslih anketirancev je že poskusilo alkoholno pijačo. 3,7 % odraslih anketirancev še ni zaužilo alkohola. Pri mladih je na to vprašanje odgovorilo 27 dijakov, od teh je že 93 % zaužilo alkohol in 7 % še ni zaužilo alkohola.

Na tretje vprašanje je *SŠFKZ Ljubljana* dobil naslednje rezultate. Vprašanje se je glasilo: *Katera starostna skupina je najbolj podvržena alkoholu?*

- a) osnovnošolci (4 %),
- b) srednješolci (38 %),
- c) študentje (27 %),
- d) odrasli do 55 let (21 %),
- e) starejši od 55 let (7 %).

SŠ BIC Ljubljana Živilska šola je prejela zelo zanimive izsledke na vprašanje: *Ali se počutite osamljenega?*

Nikoli	Redko	Včasih	Pogosto	Ves čas
20	14	26	4	3

Naslednje vprašanje *GFML* pa se je glasilo: *Če ste že zaužili alkohol, ste to storili zato, da bi se (umirili, sprostiti, zaradi zabave)?*

Rezultati so naslednji: Največ anketirancev uživa alkohol zaradi zabave. Pri dijakinjah je ta delež celo 100 %. Drugi vzrok za uživanje alkohola je sprostitvev. Ta delež je bolj izrazit pri odraslih moških (29 %) in pri dijakih (25 %). Ženske pa po alkoholu bolj pogosto posegajo zaradi umiritve (19 %) in manj zaradi sprostitve (13 %). Ena izmed odraslih žensk je zapisala, da uživa alkohol kot pijačo pri kosilu. Dijaki so zapisali, da uživajo alkohol, ker je dober ali ker so le želeli poskusiti kakšen je. Dijakinje pa so zapisale, da uživajo alkohol, da bi poskusile, kakšen je ter iz radovednosti.

Dijaki *DSŠ Lendava* pa smo ugotovili, da 10 % odraslih pije alkohol zaradi sprostitve, 39 % odraslih zaužije alkohol zaradi zabave in 14 % zaradi drugih razlogov. Pri mladih smo ugotovili, da 7 % zaužije zaradi sprostitve in kar 90 % zaradi zabave. Ostalih 3 % zaužijejo zaradi drugih poskusov ali zaradi okusa.

SŠFKZ Ljubljana dobila naslednje odgovore na vprašanje: *Katera starostna skupina je najbolj podvržena drogam?*

- a) osnovnošolci (3%),
- b) srednješolci (49 %),
- c) študentje (38 %),
- d) odrasli do 55 let (8 %),
- e) starejši od 55 let (2 %).

BIC Živilska šola Ljubljana je raziskovala odgovore na četrto vprašanje in je ugotovil naslednje.

Vprašanje se je glasilo: Kaj običajno narediš, ko se počutiš žalostnega, osamljenega in brez energije?

Se pogovori s bližnjimi	Se zapre vase	Prebere knjigo,revijo	Se giblje na svežem zraku	Popije kozarec vina	Gleda TV	Računalnik	Drugo
23	16	11	15	21	14	10	14

Dijaki iz Ljutomera so v anketi postavili vprašanje, kako pogosto anketiranci uživajo alkohol. Rezultat je naslednji. Delež anketirancev, ki uživajo alkohol vsak dan, je največji pri odraslih, tako pri ženskah kot pri moških se ta delež giblje okrog 10 %. Pri moških je največji delež tistih, ki alkohol uživajo tedensko (47 %), sledi delež tistih, ki alkohol uživajo mesečno (27 %) in le redkokdaj (13 %), medtem ko med anketiranci ni nobenega moškega, ki alkohola ne bi užival nikoli. Pri ženskah je največji delež tistih žensk, ki alkohol uživajo redkokdaj, in sicer kar 71%. Pri dijakinjah in dijakih so deleži precej podobni, in sicer se deleži dijakov in dijakinj, ki alkohol uživajo tedensko ali mesečno, gibljejo med 25 % in 30 %. Delež dijakov in dijakinj, ki alkohol uživajo redkokdaj, je okrog 35 % in delež tistih, ki alkohola ne uživajo nikoli, se giblje okrog 15 %. Delež anketirancev, ki alkohola ne uživajo nikoli, je izredno majhen. To je posledica že prej omenjenega dejstva, da v naši družbi vlada velika toleranca do uživanja alkohola.

Lendavski dijaki smo zastavili isto vprašanje in ugotovili, da pije samo 1% odraslih vsak dan alkohol, tedensko pa jih pije 23 %. Mesečno okoli 16 % odraslih pije alkohol, 60 % pa zelo redko zaužije alkohol.

Pri petem vprašanju so dijaki *SŠFKZ Ljubljana* izvedeli, pri kateri starostni skupini so posamezniki najbolj podvrženi samomoru. Rezultati so naslednji.

- a) osnovnošolci (3 %),
- b) srednješolci (50 %),
- c) študentje (37 %),
- d) odrasli do 55 let (8 %),
- e) starejši od 55 let (2 %).

Ali imaš občutek, da te imajo ljudje radi? – je bilo šesto vprašanje dijakov *SŠ BIC Živilska šola Ljubljana*.

Da	Ne	Ne vem
37	6	26

GFML se je pozanimal, ali so anketiranci že zaužili kakšno ilegalno drogo zaradi čustvenih težav ali iz drugih razlogov.

Rezultat je pokazal, da dijaki in dijakinje ilegalne droge še niso zaužili. Delež moških, ki so zaužili ilegalno drogo, je manjši od deleža žensk, ki so storile enako, in znaša 13 %, medtem ko delež žensk, ki so zaužile ilegalno drogo, znaša 27 %.

V *okolici Lendave* smo ugotovili, da odrasli še nikoli niso zaužili ilegalne droge. Pri dijakih pa je ugotovljeno, da je 7 % že poskusilo ilegalno drogo, ostali pa je niso.

Šesto vprašanje pri dijakih *SŠKFZ* se je glasilo: *Ali imamo v Sloveniji dovolj organizacij, ki pomagajo ljudem v stiski?* Odgovori so naslednji:

- a) preveč (5 %),
- b) premalo (59 %),
- c) toliko kot je potrebno (35 %).

SŠ BIC Ljubljana Živilska šola je kot šesto vprašanje zastavila: *Ali imaš ob sebi ljudi, ki jim lahko zaupaš?*

Da	Ne	Ne vem
54	6	9

Pri šestem vprašanju so dijaki iz Ljutomera izvedeli, da so droge moški zaužili zaradi radovednosti ali iz zabave. Medtem ko so nekatere ženske zapisale, da so ilegalno drogo zaužile zgolj iz radovednosti.

Dijaki iz Lendave smo izvedeli, da so mladi zaužili ilegalno drogo zaradi zabave in zaradi radovednosti, saj so hoteli izvedeti, kakšen občutek je to, in da bi se pomorili.

Sedmo vprašanje se je glasilo pri SŠFKZ ali so te organizacije dovolj promovirane oziroma ali so ljudje dovolj informirani o njih?

- a) DA 16%
- b) NE 84%

Pri *BIC Živilska šola Ljubljana* je bilo sedmo vprašanje naslednje: *Si kdaj pomislil, da bi bilo bolje, da te ne bi bilo?*

Da	Ne
33	36

GFML je anketirance vprašal, *kje uživajo alkohol* (v družbi, sami, v krogu družine, ne uživam drog, ne pijem alkohola ...)

Tri četrtine moških uživa alkohol v družbi, 13 % jih uživa alkohol samih in 6 % v krogu družine. Ženske uživajo alkohol večinoma same ali v družbi. Dijaki in dijakinje večinoma uživajo alkohol v družbi. Nekaj jih uživa alkohol tudi samih in v krogu družine. Delež tistih, ki alkohola ne uživajo, je večji pri dijakih (21 %), kot pri dijakinjah (13 %). En izmed odraslih moških je zapisal, da alkohol uživa le ob kosilu.

V Lendavi smo tudi zastavili to vprašanje. Ugotovili smo, da 89 % odraslih alkohol uživa v družbi in samo 11 % sami. Pri dijakih je rezultat podoben, saj jih 93 % jih alkohol uživa v družbi in le 7 % ne uživa alkohola.

Kako bi lahko ljudi v stiski odvrnili od zatekanja k alkoholu, drogam, samomoru? – je bilo osmo vprašanje *SŠFKZ* dijakov iz *Ljubljane*.

- a) Z njimi bi se pogovorili in jim svetovali 30%
- b) Napotili bi jih po strokovno pomoč 27%
- c) Mladostnike bi nagovarjali, naj se več pogovarjajo s starši, prijatelji 41% osebami, ki jim zaupajo
- d) Drugo: 3%

Pod drugo so anketiranci navedli: da bi jim dali to, kar potrebujejo in bi bolj poudarjali delo.

Pri BIC Živilska šola Ljubljana je bilo naslednje vprašanje ali si že kdaj poskušal storiti samomor?

Da	Ne
14	55

Iz obkroženih ponujenih odgovorov v anketi – *Droge uživajte: v družbi, sami, v krogu družine, ne uživam drog, ne pijem alkohola* – so ugotovili, da večina anketirancev drog ne uživa, pri dijakih je ta delež 100 %. Odrasli moški, ki uživajo droge, to počnejo v družbi. Prav tako dijakinje, ki poleg tega uživajo droge tudi v krogu družine. Najbolj izstopajo ženske, kjer kar 40 % uživa droge. 19 % žensk uživajo droge v družbi, prav tako 19 % jih uživajo droge same in 6 % v krogu družine. Veliko število anketirancev je tu izpostavilo, da drog ne uživajo. Nekateri so zapisali, da so poskusili le enkrat. Zanimivo je dejstvo, da so vse dijakinje pri vprašanju 5 obkrožile odgovor, da ilegalne droge še niso zaužile. Pri vprašanju 8 pa so nekatere obkrožile odgovor, da droge uživajo ali v družbi ali v krogu družine. Na tak način izpodbijajo svoje lastne izjave.

Dijaki iz Lendave smo ugotovili, da odrasli uživajo droge vsi sami. 15 % dijakov uživa drog v družbi ter 85 % sami.

Pri devetem vprašanju so dijaki SŠFKZ na vprašanje – *Kdo vam je prvič ponudil alkoholno pijačo?* – izvedeli naslednje.

- a) starši (16 %),
- b) prijatelji (45 %),
- c) sorodniki (14 %),
- d) sam (18 %),
- e) drugo (6 %).

Pod »drugo« so anketiranci navedli, da se ne spomnijo, kdo jim je ponudil pijačo. Dve dijakinji alkoholne pijače še nista poskusili.

BIC Ljubljana Živilska šola je pri devetem vprašanju – *Ali si pred kratkim doživel kakšno izgubo?* – dobila naslednje odgovore.

Da	Ne
33	36

Pri dijakih iz Ljutomera, pa se je deveto vprašanje glasilo tako: *Ali ste kdaj pomislili, da bi storili samomor?*

Večji del anketirancev ni še nikoli pomislil na samomor. Ta delež je največji pri dijakih. 9 % dijakov je na samomor pomislilo enkrat in 4 % so na samomor pomislili več kot enkrat. Razdelitev deležev je zelo podobna tudi pri odraslih moških. Pri teh je na samomor enkrat pomislilo 20 % in več kot enkrat 13 %. Bolj pogosto na samomor pomislijo ženske. Delež dijakinj, ki so na samomor že pomislile, znaša 24 %. Pri odraslih ženskah pa ta delež znaša 34 %, od tega je kar 27 % takšnih, ki so na samomor pomislile večkrat. Takšni rezultati so verjetno posledica tega, da so ženske bolj čustvene in jih stvari hitreje in lažje spravijo iz tira. Moški so ponavadi bolj psihično močni. Vendarle pa velja, da pri številu samomorov prednjačijo moški, kar verjetno pomeni, da ženske pogosteje pomislijo na samomor, a ga redkeje tudi dejansko storijo. Medtem ko moški redkeje pomislijo na samomor, ampak v trenutku, ko pomislijo nanj, obstaja večja verjetnost, da ga bodo dejansko storili.

Dijaki DSŠ Lendava smo ugotovili, da 96 % odrasli še ni pomislilo na samomor, 4% jih je pomislilo enkrat.

Zadnje vprašanje pri SŠFKZ se je glasilo: *Kako pogosto in koliko enot alkoholne pijače zaužijete povprečno na teden?*

Ena enota alkoholne pijače je 0,5 l piva ali 2 dl vina ali 0,3 dl žganje pijače. Dijaki učitelji in starši skupaj:

- a) Ne uživam alkoholnih pijač. (49 %)
- b) Do 3 enot. (35 %)
- c) 4 do 5 enot. (10 %)
- d) 6 do 7 enot. (3 %)
- e) Več kot 7 enot. (2 %)

Deseto vprašanje pri dijakih iz *BIC Ljubljana Živilska šola* se je glasilo: *Kako bi ocenil svoje počutje v zadnjem mesecu na lestvici od 1 do 10?*

Lestvica	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Št.vprašanih	3	0	6	7	5	6	16	8	11	7

GFML je pri vprašanju – *Ali bi bili pripravljene pomagati osebam, ki so nagnjene k samomoru?* – dobila naslednje odgovore:

Najbolj so osebam, ki so nagnjene k samomoru, pripravljene pomagati odrasli moški in dijakinje. Pri dijakih je ta delež manjši kar za polovico. Deleži anketirancev, ki bi osebam nagnjenim k samomoru vsekakor ali vsaj verjetno bili pripravljeni pomagati, je zelo podoben pri moških, dijakih in dijakinjah.

Izstopajo le ženske, pri katerih je kar precejšen delež tistih, ki verjetno ali nikakor ne bi bile pripravljene pomagati.

Dijaki DSŠ Lendava smo zastavili isto vprašanje in ugotovili, da 96 % odraslih nikakor ne bi pomagalo osebi osebam, nagnjenim k samomoru, in 4 % jih verjetno tudi ne bi pomagalo. Pri dijakih pa je situacija naslednja: 7 % bi jih, 15 % verjetno ne, 78 % dijakov nikakor ne bi pomagalo.

Kaj menite o ljudeh, ki so ga naredili? Zakaj so ga storili? – je bilo naslednje vprašanje *GFML*.

Rezultati so bili naslednji: večji delež anketirancev meni, da so ljudje naredili samomor, ker niso našli drugega izhoda iz krize. Največji delež anketirancev, ki so tega mnenja je pri ženskah (73 %) in najmanjši pri moških (43 %). Okrog 40% odraslih moških in dijakov meni, da so ljudje ki so storili samomor, naredili napako. Delež tistih anketirancev, ki razumejo, da so ljudje naredili samomor, ker so za to imeli razlog, je največji pri moških (21 %) in dijakinjah (21 %).

Dijaki Lendave pa smo ugotovili, da 44 % odraslih meni, da so samomor naredili zaradi napake, 52 % meni, da so naredili z razlogom ter 4 % odraslih meni, da so samomor naredili zaradi drugih razlogov. 37 % dijakov meni, da so samomor naredili zaradi krize, niso našli drugega izhoda, 63 % pa zaradi napake.

3. NOVA SPOZNANJA, ZAKLJUČEK

Ines Gaál:

Dandanes veliko mladih poskusi alkohol ali ilegalne droge. Vzrok za to je največkrat družba ali pa ne vejo, kako naj živijo življenje. In ko enkrat poskusijo, se ne morejo odvaditi. Pomoč si poiščejo samo tisti, ki bi se res radi pozdravili. Tisti gredo k zdravniku. Kot vemo, če je dijak pod vplivom alkohola ali drog in pride v šolo, sledi kazen. (To so tudi opisali dijaki iz Ljutomera). Podobna je situacija tudi pri odraslih. Res je, da je takih, ki bi vsak dan uživali alkohol, zelo malo. Ankete so pokazale, da ženske popijejo več alkoholnih pijač kot moški. Za samomor pa se odločajo samo tisti ljudje, ki si ne morejo predstavljanjati v lastne prihodnosti.

Zato menim, da bi morale biti organizacije, ki bi obiskovale vsako gospodinstvo vsaj enkrat letno, da bi se prepričale, ali je v družini prisoten alkoholizem, saj so prav starši največkrat otrokov vzor.

Lucija Hajdinjak in Izabella Zadravec::

Vprašanja, ki so jih šole pripravile za ankete, so si bila na vseh šolah zelo podobna. Glede uživanja alkohola in drog smo lahko opazili, da to počno večinoma dijaki in študentje zaradi zabave in eksperimentiranja. Uživanje alkohola drog se začne tudi zaradi družbe. Alkohol je večkrat prisoten kot droge, pa vendar lahko vidimo, da je alkohol prisoten skoraj pri vseh moških, med tem ko pri ženskah ne. Od ene od šol smo dobili podatek, da so droge večkrat prisotne pri ženskah. Glede samomora je lahko vidno, da ga ljudje storijo zaradi različnih težav, ki jih nikomur ne morejo zaupati in je samomor zanje edini izhod. Od anketirancev jih je veliko priznalo, da so velikokrat depresivni in slabe volje, vendar jih vseeno malo pomisli na samomor.

Tatjana Somi:

Ljudem, ki razmišljajo o samomoru, svetujemo predvsem to, da naj ne obupajo, naj ostanejo optimistični, ker je življenje kjub vsemu lepo in da se sčasoma vse uredi. Svetujejo tudi, naj se ljudje pogovarjajo in naj svoje težave in stiske delijo z ljudmi, ki jim zaupajo ali pa se naj obrnejo na strokovnjake.

Danes živimo v družbi, ki nam ponuja številne možnosti pomoči. V težavah se lahko obrnemo na psihologe, psihiatre in druge svetovalne delavce. Vendar pa je število ljudi, ki se poslužujejo takšnih pomoči, še zmeraj majhno. Menimo, da je to posledica zaprtosti naše družbe. Še zmeraj se nismo pripravljene pogovarjati o svojih težavah z ljudmi, ki jih ne poznamo in smo nekako mnenja, da lahko vse težave rešimo sami. Vendar ni zmeraj tako. Ko ljudje ne vidijo več rešitve iz težav, se pogosto zatekajo v alkohol, pa tudi v droge.

Zdravljenje največkrat opravijo mlajši, saj jih imajo institucije z dovoljenjem staršev možnost zadržati, medtem ko starejših ne morejo v nič prisiliti.

Mladi vidijo rešitev k zmanjšanju omenjene problematike v pogovoru, svetovanju ter nagovarjanju mladostnikov k pogostejšim pogovorom s starši, prijatelji ter drugimi osebami, ki jim zaupajo. Slednje so odrasli navedli kot najbolj učinkovito strategijo k zmanjševanju omenjene problematike.

Nasveti ljudem, ki razmišljajo o samomoru (povzeto po GFML):

- Svet je velik. Naj počakajo in še enkrat premislijo. Naj ga ne storijo, ker je življenje samo eno. Pomisli: nekdo te ima rad in mu ni vseeno zate.
- Ozrite se okrog sebe, dobro premislite, da ni vse črno, da se da živeti. Dvakrat premisli pred dejanjem. Poišči nekaj optimizma.

- Poiščite pomoč, pogovorite se s kom. Po dežju vedno posije sonce. Kljub velikim težavam je potrebno vztrajati, čeprav se včasih zdi, da drugega izhoda ni. Še enkrat premislite, kaj počnete.
- Obrnite se na osebo, ki ji zaupate. Nikoli ne smete obupati!
- Pogovarjajte se čim več, saj vam bo lažje. Ne gledte na življenje s slabe strani, temveč v življenju najdete tudi dobre.
- Za vsako težavo se najde rešitev.
- Slab konec ne obstaja, če je slab, ni konec.

Rebeka Šabjan:

- Iz raziskav je razvidno, da se k alkoholu, drogam in samomoru zatekajo ljudje, ki ne vidijo izhoda iz svojih vsakdanjih težav, nimajo se s kom pogovoriti o svojih težavah, v slabšem primeru se sramujejo svojih težav, živijo v prepričanju, da na svetu obstaja le zlo, nimajo vere vase in dvomijo o svojih sposobnostih, zmogljivostih.
- V drogah, alkoholu in samomoru vidijo izhod, možnost pobega. Težava je v tem, da se ne upajo spopasti s težavami.
- Vso svojo energijo porabijo za iskanje izhodov, namesto da bi s to energijo iskali rešitev.

Izabella Zadravec:

Če si ogledamo vprašanja, so bila v večini šol precej podobna. Pri težavah z alkoholom in drogami smo prišli do ugotovitve, da počnejo mladi to zaradi zabave ter eksperimentiranja. Uživanje teh stvari začnejo največkrat samo zaradi družbe. V večini je alkohol večkrat prisoten kot droge, vendar lahko vidimo ter sklepamo, da je alkohol prisoten skoraj pri vseh moških med tem, ko pri ženskah ne. Na eni šoli smo dobili tudi podatek, da naj bi bile droge večkrat prisotne pri ženskah, kot pri moških. Glede samomora je jasno, da ljudje to počnejo zaradi različnih težav, ki jih nikomur ne morejo oz. ne želijo zaupati in v tem vidijo edini izhod. Od anketirancev jih je večina ljudi priznalo, da so velikokrat depresivni in slabe volje, vendar pa kljub temu majhna količina ljudi pomisli na samomor.