

Problem samobójstw dzieci w czasie pandemii

4 września 2020

Permanentne obniżenie nastroju i poczucie lęku wśród dzieci i młodzieży jest coraz częstszym problemem w Polsce. Według wyników badania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę z 2018 roku co szósty nastolatek przynajmniej raz w życiu się okaleczał, 7 proc. badanych próbowało popełnić samobójstwo. Pandemia koronawirusa może przyczynić się do pogłębiania kryzysu. Psychoterapeutka i specjalistka od uzależnień Magdalena Waszczyńska-Warda tłumaczy, że dzieci bardzo potrzebują wsparcia rodziny oraz rówieśników. Pozostawione same sobie często nie potrafią poradzić sobie z otaczającymi je problemami.

„Problem samobójstw wśród nastolatków oraz młodszych dzieci niestety jest coraz większy. Z badań Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę wynika, że Polska jest na niechlubnym drugim miejscu w Europie pod względem liczby samobójstw i prób samobójczych młodych ludzi” – mówi agencji Newseria Lifestyle Magdalena Waszczyńska-Warda, psychoterapeutka dzieci i młodzieży, specjalistka terapii uzależnień w Zakładzie Medycznym „KAAR-MED”.

Z raportu Komendy Głównej Policji wynika, że tylko w 2019 roku w przedziale wiekowym od 13. do 19. roku życia samobójstwo popełniły 94 osoby, natomiast w przedziale od 19 do 24 lat aż 360. Dane z roku na rok są porównywalne, co oznacza, że problem nie maleje.

Do jego narastania może przyczynić się okres pandemii, który był i jest niezwykle trudnym czasem dla dzieci. Zamknięcie w domach mogło przyczynić się do pogorszenia stanu psychicznego oraz obniżenia nastroju.

„Nie ma badań, które pokazują, czy problem nasilił się w

czasie pandemii. Będzie można to stwierdzić, gdy zapanujemy nad COVID-em. Obecnie jednak przypuszczamy, że tak się stało, ponieważ dzieci zamknięte w domu nie miały dostępu do relacji społecznych. Jeżeli więc z rodzicami już wcześniej była zaburzona, gdy dziecko musiało przebywać z nimi przez cały czas i nie mogło porozmawiać ze swoimi rówieśnikami, stało się jeszcze bardziej wycofane” – tłumaczy psychoterapeutka.

Czasem przyczyną złego samopoczucia jest odwrotna sytuacja, kiedy dziecko nie radzi sobie w szkole, w kontaktach z rówieśnikami. Wtedy powinno liczyć na wsparcie w domu. Szkoła i dom to główne obszary funkcjonowania dziecka. Gdy zarówno w jednym, jak i drugim miejscu młody człowiek czuje się porzucony, prawdopodobieństwo myśli samobójczych znacznie wzrasta. Nastolatek ma poczucie samotności i nie wie, do kogo zwrócić się z prośbą o pomoc. Z badań Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę wynika, że aż 57 proc. badanych nastolatków doświadczyło przemocy rówieśniczej, natomiast 41 proc. z nich padło ofiarami przemocy ze strony bliskich dorosłych. Ponadto 7 proc. nastolatków doświadczyło wykorzystywania seksualnego.

„Czasem bywa tak, że dziecko w kontaktach z rówieśnikami zachowuje się normalnie, jest pogodne i radosne. Jednak w środku odczuwa pustkę, napięcie i obniżony nastrój” – ostrzega Magdalena Waszczyńska-Warda. „Czasami ofiary samobójstw przed ich popełnieniem mają dobry nastrój, ponieważ podjęły już decyzję o targnięciu się na swoje życie. To paradoks, który należy wziąć pod uwagę. Jeżeli zatem dziecko przez długi czas ma obniżone samopoczucie i następuje nagła, nieuzasadniona poprawa, powinniśmy mieć się na baczności”.

Relacje z najbliższymi mają największe znaczenie przy identyfikacji problemu i zapobieganiu najgorszemu scenariuszowi. Rodzice powinni obserwować zmiany nastrojów swojego dziecka i pod żadnym pozorem nie mogą ich lekceważyć. To właśnie one są pierwszym symptomem myśli samobójczych.

„Sygnałem alarmowym jest wycofanie. Kiedy dziecko zamyka się w

pokoju, nie chce rozmawiać, nie ma z nim kontaktu emocjonalnego, jest rozdrażnione, leży na łóżku i patrzy w jeden punkt albo skupia się tylko na jednej czynności, na przykład na telefonie, powinniśmy się zaniepokoić. Groźnym symptomem jest również samookaleczanie, chociaż ono nie zawsze świadczy o chęci popełnienia samobójstwa” – zaznacza psychoterapeutka.

Źródło: Newseria.pl