



SLOVENSKO ZDRUŽENJE ZA PREPREČEVANJE SAMOMORA

PISMO PODPORE

Med strokovnjaki, ki se ukvarjajo s preprečevanjem samomora je že dolgo znano dejstvo, da je možno samomor preprečevati predvsem z aktivnostmi, usmerjenimi v celotno populacijo in s povezanim delovanjem različnih strokovnjakov ter podporo predstavnikov na ključnih položajih v družbi. V okoljih, ki so zaznamovana z visoko stopnjo samomorilnosti (kar žal še vedno velja tudi za Slovenijo), je to težko izpeljati prav zaradi bremena čustvenih dejavnikov, ki jih samomor posameznika sproži med bližnjimi.

Zato je oblikovanje spletne strani Živ?Živ! Slovenskega centra za raziskovanje samomora pomemben prispevek k preprečevanju samomora in samomorilnega vedenja v Sloveniji. Spletna stran vključuje obširne razlage dejavnikov, ki vplivajo na nastanek in razvoj suicidalnega vedenja, opisuje razlike med zdravim (normalnim) duševnim funkcioniranjem in duševnimi motnjami, pojasnjuje področja dela različnih strokovnjakov na področju duševnega zdravja, posameznikom v stiski pa nudi informacije in oporo pri iskanju strokovne pomoči. S tem pri obiskovalcih strani razširja strokovno znanje, omejuje predsodke, blaži stigmo ter zmanjšuje tabuje. Strokovne informacije so podane na razumljiv način, hkrati pa pri bralcu stopnjujejo motivacijo za prebiranje novih in novih ponujenih tem.

Priporočamo jo vsem uporabnikom spleta; mladim in starejšim, tistim, ki trenutno nimajo problemov, pa bodo vedeli kako ravnati, kadar jih bodo imeli, pa tudi vsem tistim, ki se že soočajo s težavami in življenjskimi krizami. Vsebine spletne strani bodo morda opogumile moške, da bodo zmogli spregovoriti o svojih problemih in pravočasno poiskati pomoč.

Obisk postaje Živ?Živ! nas bo pripravil na to, kako v času čustvene stiske (s katero se v življenju sreča vsak med nami) pomagati sebi ali svojim bližnjim. Hkrati bodo »postanki« na spletni strani Živ?Živ! slovenske suicidologe vzpodbujali k sodelovanju ter izmenjavi mnenj in izkušenj z drugimi obiskovalci in s tem povečevali znanje o tem fenomenu.

Anamarija Zavasnik

Slovensko združenje za preprečevanje samomora