

IZOBRAŽEVANJE Z NASLOVOM:

Stiska in samomor pri mladostnikih

Taja Hribernik, dipl. psihosocialne pomoči

Strokovna opažanja

Dne 13.10.2026 sem se udeležila izobraževanja z naslovom *Stiska in samomor pri mladostnikih*, ki so ga izvedle predavateljice z Univerze na Primorskem v okviru programa *Integriran pristop krepitve duševnega zdravja in preprečevanja samomorilnega vedenja za mlade*.

Izobraževanje je bilo praktično in izkustveno usmerjeno. Predavateljici sta prikazali, kako prepoznati osebo, ki kaže samomorilne težnje, kako k njej pristopiti, ali je smiselno pristopiti ter kakšno škodo lahko povzročimo, če (ne) pristopimo. Predstavili sta stopnje, po katerih lahko pomagamo osebi s samomorilnimi težnjami, in načine, kako to storiti.

Predstavili sta tudi podatke o samomorih, povprečnih starostnih skupinah ter pogostosti samomorov med mladimi in starejšimi osebami. Pojasnili sta, zakaj prihaja do samomorov in kateri so varovalni dejavniki.

Samomorilno vedenje ni posledica zgolj enega dejavnika, temveč prepleta različnih dejavnikov, kot so družbeno in socialno okolje, osebnostne lastnosti posameznika, trajanje slabega počutja, nepravočasno ukrepanje, stiska in podobno. Poudarili sta tudi pomen sodelovanja med institucijami, ki se ukvarjajo s to problematiko.

Pomembno sporočilo izobraževanja je bilo tudi, da je vsako ukrepanje, tudi če v dani situaciji ne vemo natančno, kako ravnati, boljše kot neukrepanje.



FOTO: Taja Hribernik