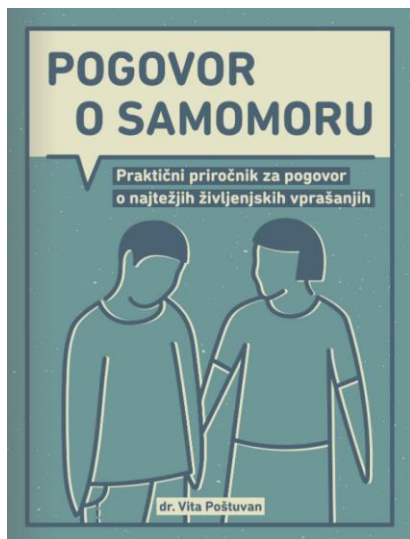


Priloga 5 – Aktualne aktivnosti Slovenskega centra za raziskovanje samomora Inštituta Andrej Marušič Univerze na Primorskem

Osrednja aktivnost našega centra že vrsto let predstavlja Program Živ? Živ!. Gre za celovit pristop k preprečevanju samomora kot enega izmed največjih družbenih in javno-zdravstvenih problemov v Sloveniji ter ponuja inovativne načine raziskovanja samomorilnega vedenja. Glavni cilji projekta so zmanjševati samomorilni količnik, prispevati k multidisciplinarnemu in večnivojskemu preprečevanju samomora ter v suicidologijo vnašati široko paleto raziskovalnih metod za boljše razumevanje in razlago samomorilnega vedenja. V okviru projekta deluje tudi spletna stran www.zivziv.si, kjer lahko dobite številne informacije o načinih krepitve duševnega zdravja in preprečevanja samomorilnega vedenja.

Ob svetovnem dnevu preprečevanja samomora smo letos v sodelovanju s partnerji že sedmič zapored pripravili simbolično akcijo Prekolesarimo svet. Pobudnik akcije je Mednarodna zveza za preprečevanje samomora, ki skuša tudi letos uresničiti izziv, da bi udeleženci z vsega sveta z združenimi močmi prekolesarili več kot 40.075 kilometrov, kolikor znaša obseg Zemlje. Akcijo bomo v Sloveniji uradno pričeli 10. septembra, trajala pa bo vse 10. oktobra 2020. Potek akcije lahko spremljate na naši spletni strani in na Facebook strani dogodka, kjer lahko delite svoje vtise.



V letošnjem letu smo izdali priročnik z naslovom Pogovor o samomoru: Praktični priročnik za pogovor o najtežjih življenjskih vprašanjih, ki je namenjen pogovoru o samomoru. V kolikor v okviru svojega dela ali v osebnem življenju pri kom zaznate duševno stisko pa ne veste, kako se pogovoriti o tem, vam priročnik lahko pri tem pomaga. Priročnik ne obravnava zgolj tematike samomora, temveč raznolike situacije in doživljanje različnih stisk. Priročnik je v fizični obliki dostopen v slovenskih knjižnicah in na UP IAM Slovenskem centru za raziskovanje samomora, v spletni obliki pa ga lahko najdete na naslovu: <http://www.hippocampus.si/ISBN/978-961-7055-91-7/mobile/index.html>.

Preprečevanje samomora med mladimi

V okviru financiranja Ministrstva za zdravje smo od leta 2017 izvajali projekt A (se) štekaš?!?. Gre za enega izmed bolj prepoznavnih projektov, s katerim neposredno in celostno naslavljamo temo preprečevanja samomora med mladimi, in sicer s sodelovanjem osnovnih in srednjih šol ter drugih deležnikov v vzgoji in izobraževanju. V tem času smo v projekt vključili več kot 750 otrok oz. mladostnikov, več kot 170 staršev in 520 učiteljev oz. šolskih delavcev. Poleg tega smo se vsako šolsko leto odzvali tudi na samomore, ki so se zgodili v šolskem okolju in pomagali sošolcem, učiteljem in staršem razumeti samomorilno vedenje in svoje reakcije ob tem. Vodja projekta, dr. Vita Poštuvan, pravi: »Mladostniki se v primeru duševnih stisk težko znajdejo sami, zato je ključno, da je med njimi dovolj informiranosti o tem, kaj narediti v takšnih situacijah. V naših projektih mladostnike učimo, kako pomagati prijatelju v stiski, starše in učitelje pa tudi, kako sploh prepoznati takšne situacije. Udeleženci pogosto povedo, da jim koristijo zelo praktične veščine in informacije, ki jih dobijo v tem procesu.«

Duševno zdravje med mladimi postaja vse bolj pomembna tema, saj se stiske pogosto kažejo tudi pri njih. Ravno zato smo v istem obdobju temo duševnega zdravja dodatno predstavili še več kot 300 mladostnikom v okviru delavnic ter preko 100 staršem in 250 prostovoljcem v okviru predavanj, srečanj ali drugih stikov v sodelovanju s Skavti v okviru projekta oz. mreže Za zdravje mladih. Mreža Za zdravje mladih je financirana s strani Ministrstva za zdravje in poteka v sodelovanju s konzorcijem mladinskih institucij.

Letos s projektom A (se) štekaš?!? nadaljujemo in ga bomo za šole in mladostnike izvajali v šolskih letih 2020/21 in 2021/22. Nadaljujemo tudi s projektom A (te) štekaš?!?, ki je nadgradnja projekta A (se) štekaš?!?. V njem raziskujemo presejalne in ocenjevalne postopke ter načine obravnave ogroženih mladostnikov. Osredotočamo se na učinkovitost in pomanjkljivosti različnih oblik dela s ciljno populacijo ogroženih mladostnikov ter na podlagi zbranih podatkov oblikujemo sistemska priporočila za delo z njimi.

Razvoj spletnih orodij za izobraževanje o duševnem zdravju

Na UP IAM Slovenskem centru za raziskovanje samomora aktivno delujemo v smeri lažje dostopnosti znanj za izobraževanje o duševnem zdravju. Na spletni strani ziviv.si ponujamo vrsto informacij o poteku in prepoznavi samomorilnega vedenja ter o načinih za preprečevanje le-tega. Obstoječe informacije pa želimo še dodatno nadgraditi in približati uporabnikom, zato v sodelovanju z NIJZ izvajamo projekt E-znanje za duševno zdravje, v okviru katerega razvijamo nove spletne intervencije za

preprečevanje samomora in krepitev duševnega zdravja. Projekt je podprt s sofinanciranjem Agencije za raziskovalno dejavnost RS.



A (se) štekáš?!?



**REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE**