



PRÍPADOVÁ ŠTÚDIA: SMŔŤ V PRIAMOM PRENOSE

Meno:

Dátum:

Téma:	Zameranie:
fakty a mýty o samovraždách, psychická záťaž a zvládacie stratégie, mediálny obraz psychických porúch a sociálne siete, potreba, hanba, vina, prosociálne správanie, pracovná angažovanosť	Psychologická disciplína: Psychológia osobnosti Odporúčaný odbor štúdia: bezpečnostné vedy, lekárstvo a ošetrovateľstvo, mediálne a komunikačné štúdiá, teológia

Otázky a úlohy:

1. Aké fakty a mýty týkajúce sa suicidálneho správania sa vyskytovali v prípadovej štúdii? Rozhodnite, či v prípade ďalších tvrdení uvedených nižšie, ide o fakty alebo mýty. Svoje odpovede zdôvodnite, pričom zdôvodnenia založte na dostupných dátach či vedeckých štúdiách.

Tvrdenie	Mýtus	Fakt
Ľudia, ktorí o samovražde hovoria, ju nevykonajú.		
Samovražde sa dá zabrániť.		
Najviac ohrození samovraždou sú ľudia vo veku 40+.		
K väčšine samovrážd dochádza v zimných mesiacoch.		
Bariéry na mostoch, bezpečné skladovanie strelných zbraní a ďalšie opatrenia na obmedzenie prístupu k smrtiacim metódam fungujú.		
Po pokuse o samovraždu je nepravdepodobné, že sa osoba pokúsi spáchať samovraždu znovu.		
Rozhovor o samovražde je zlým nápadom, pretože môže nabádať daného človeka k pokusu o samovraždu.		

2. Záchranné zložky pôsobia v prvej línii. Čo im pomáha zvládať záťaž? Vyhľadajte v prípadovej štúdii momenty náročné na zvládanie danej situácie. Pozrite sa na fotografie vytvorené zdravotníckymi pracovníčkami a pracovníkmi v prvej línii počas pandémie COVID-19 v Španielsku, ktorí pomocou metódy PhotoVoice (Badanta et al., 2021)¹ zachytávali svoje pracovné skúsenosti, výzvy a príležitosti. Dokážete identifikovať vo vizuálnych zobrazeniach zdroje ich odolnosti? Ako takéto zobrazenia utvárali a utvárajú mediálny obraz zdravotníckej profesie v čase celospoločenských kríz?

¹ Badanta, B., Acevedo-Aguilera, R., Lucchetti, G., & de Diego-Cordero, R. (2021). „A picture is worth a thousand words“-A photovoice study exploring health professionals' experiences during the COVID-19 pandemic. *Journal of clinical nursing*, 30(23-24), 3657–3669. <https://doi.org/10.1111/jocn.15887>



Svoj voľný čas využívajú na čítanie alebo „usporiadanie“ tradičných podujatí, ktoré sa pre pandémiu nemohli konať.



„Toto je fotografia, ktorú som urobila v prvý deň s pacientmi s COVIDom. Rozhodla som sa, že sa do všetkého pustím s veľkou energiou, a aj keď som bola vystrašená na smrť, bola som tak ako ostatní odhodlaná poraziť tento vírus. Spoločne sme s ním chceli bojovať.“



*„Ďakujeme, že ste tu a staráte sa o nás.“
(nápís na torte)*



„Vyrobili nám toto špeciálne zariadenie na držanie masky, aby nás neboleli uši, pretože masky musíme mať nasadené tak dlho...“



3. A. H. Maslow (1954, in Nakonečný, 1998²) chápe potrebu ako podmienku udržovania fyzického a mentálneho zdravia. Mentálny obsah potrieb reprezentuje ciele ľudského správania, a preto sa pomocou tohto termínu vysvetľuje, a teda aj chápe, správanie človeka. Vyberte si aspoň dve osoby, ktoré boli súčasťou prípadovej štúdie (napr. veliteľ zásahu, žena volajúca na tiesňovú linku, prispievateľka na sociálnej sieti a pod.), a identifikujte ich potreby. Diskutujte o možnostiach ich uspokojenia v kontexte Maslowovho hierarchického systému potrieb. Zamerajte sa pritom na vzťah k ich vlastnej osobe, iným osobám integrovaného záchranného systému či muža, ktorý spácha samovraždu.

4. Mnoho výskumných zistení sa zhoduje v tom, že hanba a vina sú bežné ľudské emócie, ktoré občas prežíva každý človek. Hoci sú nepríjemné, za určitých okolností plnia adaptačné funkcie. V rovine psychológie osobnosti tiež možno uvažovať o emočných reakciách sebahodnotenia a hodnotenia inými. Nájdite v texte miesta, kde sa s týmito, ale i inými emóciami stretávate. Čo ich vyvoláva? Aké dôsledky môžu mať na intrapersonálne a interpersonálne fungovanie jednotlivca? Ako sa líšia u rôznych osôb?

3

5. Diskutujte o vzťahu medzi prosociálnym správaním a pracovnou angažovanosťou jednotlivcov pracujúcich v záchranných zložkách. Ako súvisia tieto dve oblasti so sociálnymi a emocionálnymi kompetenciami, náplňou práce, pracovným prostredím či typom pracovných úloh? V akých oblastiach sa možno s prosociálnym správaním stretnúť v tomto type profesií?

⁴Nakonečný, M. (1998). *Psychologie osobnosti*. Academia.



Kde sa dozviem viac?

- Baštecká, E. (Eds.) (2019). *Psychická prvá pomoc: Průvodce pro terénní pracovníky (Psychological first aid: Guide for field workers)*. Univerzita Karlova.
- Creighton, G., Oliffe, J. L., Bottorff, J., & Johnson, J. (2018). "I should have ...": A Photovoice Study With Women Who Have Lost a Man to Suicide. *American Journal of Men's Health*, 12(5), 1262-1274. <https://doi.org/10.1177/1557988318760030>
- EMDR Europe Association (2020). *Odporúčania pre pracovníkov v prvej línii. Návod ako sa chrániť pre zdravotníckych pracovníkov a ostatných pracovníkov v prvej línii*. https://www.emdr-sipe.sk/media/EMDREA_Odporucenia%20pre%20pracovn%C3%ADkov%20v%20prvej%20l%C3%ADni%C3%AD.pdf
- Frankl, V. E. (2021). *Napriek všetkému povedať životu áno*. Eastone.
- Han, H., Ye, Y., Xie, Y., Liu, F., Wu, L., Tang, Y., Ding, J., & Yue, L. (2023). The impact of death attitudes on death education needs among medical and nursing students. *Nurse education today*, 122, 105738. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2023.105738>
- Jesenková, A. (2016). *Etika starostlivosti*. Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach.
- Khattak, A., Bhati, M., & Ullah, S. (2022). Association between Prosocial Behavior and Work Engagement of Rescue Workers: Moderation Effect of Social and Emotional Competence. *Sublime Haro Journal of Academic Research (SHAJAR)*, 4(2), 36-45.
- Liga za duševné zdravie (2023). *Ako hovoriť o duševnom zdraví. Sprievodca témou (nielen) pre médiá*. Bratislava. Dostupné: <https://dusevnezdravie.sk/backend/wp-content/uploads/2023/12/ako-hovorit-o-dusevnom-zdravi.pdf>
- Testoni, I., Iacona, E., Fusina, S., Floriani, M., Crippa, M., Maccarini, A., & Zamperini, A. (2018). "Before I die I want to ...": An experience of death education among university students of social service and psychology. *Health Psychology Open*, 5(2), 2055102918809759. <https://doi.org/10.1177/2055102918809759>

Riešenie³:

Tvrdenie	Zdôvodnenie
<i>Ludia, ktorí o samovražde hovoria, ju nevykonajú.</i> mýtus	Ludia, ktorí zomrú v dôsledku samovraždy, často hovoria vopred napr. o tom, že ich život nemá význam, že nevidia budúcnosť alebo že chcú dokonca zomrieť. Je možné, že niekedy hovoria o samovražde v snahe a potrebe získať niečiu pozornosť. Vždy je potrebné brať človeka, ktorý hovorí o samovražde vážne, a poskytnúť mu pomoc a podporu. Väčšina ľudí, ktorí uvažujú o samovražde, nechcú zomrieť, len nechcú alebo nedokážu žiť svoj život v takej forme, v akej momentálne je.

³ Spracované podľa: Národné centrum zdravotníckych informácií (2024). Samovraždy a samovražedné pokusy v Slovenskej republike 2023; IPčko (2022). Mýty a fakty o samovražde. Dostupné na: <https://chcemsazabit.sk/clanky/myty-a-fakty-o-samovrazde/>; St. Thomas Aquinas College (2023). Suicide: myths and facts. <https://stac.edu/wp-content/uploads/2023/04/Suicide-Myths-Facts-Brochure.pdf>



<i>Samovražde sa dá zabrániť.</i> fakt	Samovražde sa dá predísť, ale faktom je, že je nepredvídateľná. Väčšina ľudí, ktorí uvažujú o samovražde, často prežíva silnú emocionálnu bolesť, beznádej a má negatívny pohľad na život alebo svoju budúcnosť. Samovražda je produktom viacerých faktorov. Správne intervencie však môžu zachrániť životy.
<i>Najviac ohrození samovraždou sú ľudia vo veku 40+.</i> fakt	V roku 2023 až jednu štvrtinu dokonaných samovrážd spáchali v SR osoby vo veku 40 až 49 rokov (24,8 %; 124 osôb), no samovraždy boli časté aj u osôb vo vekovej skupine 50 – 59 rokov (19,2 %; 96 osôb) a u seniorov vo veku 70 a viac rokov (17,2 %; 86 osôb). Vo vekovej skupine do 14 rokov dokonali samovraždu dve deti a vo veku 15 až 19 rokov bolo dokonaných 10 samovrážd (8 mužov a 2 ženy).
<i>K väčšine samovrážd dochádza v zimných mesiacoch.</i> mýtus	Samovražda je komplexným javom a nie je spájaná len s ročným obdobím, počasím či teplotou. Zo skúseností so samovraždou na linkách pomoci a aj zo štatistík vyplýva zvýšený výskyt samovrážd v jarných mesiacoch. Niektorí ľudia sú po jeseni a zime veľmi vyčerpaní.
<i>Bariéry na mostoch, bezpečné skladovanie strelných zbraní a ďalšie opatrenia na obmedzenie prístupu k smrtiacim metódam samovraždy fungujú.</i> fakt	Obmedzenie prístupu k smrtiacim prostriedkom, ako sú strelné zbrane, je jednou z najjednoduchších stratégií na zníženie pravdepodobnosti samovrážd. Mnohé pokusy o samovraždu sú výsledkom impulzívnych rozhodnutí. Oddelenie osoby od smrtiaceho prostriedku by preto mohlo poskytnúť človeku čas na rozmyslenie, než si ublíži.
<i>Po pokuse o samovraždu je nepravdepodobné, že sa osoba pokúsi spáchať samovraždu znovu.</i> mýtus	Ľudia, ktorí sa pokúsili o samovraždu, sa o ňu veľmi pravdepodobne pokúsia znova. V 80 % prípadov sa ľudia, ktorí zomreli v dôsledku samovraždy, už aspoň raz pokúsili o samovraždu.
<i>Rozhovor o samovražde je zlým nápadom, pretože môže nabádať daného človeka k pokusu o samovraždu.</i> mýtus	Samovražda je, žiaľ, aj v dnešnej dobe stigmatizovanou témou. Mnoho ľudí, ktorí uvažujú o samovražde, nevedia, s kým môžu o takom prežívaní hovoriť. Práve rozhovor však dokáže jednotlivcovi poskytnúť možnosti efektívneho riešenia situácie alebo čas na zhodnotenie svojho rozhodnutia.

Ako citovať tento učebný materiál:

Lemešová, M., Minarovičová, K., Sokolová, L., & Zacharová, Z. (2024). *Smrť v priamom prenose*. In: Dvorská, D., Sokolová, L., Karolčík, Š., Dovičák, M., Griguš, S., & Hrcán, Z.: Učiteľská akadémia UK [webová stránka]. Získané z <https://www.ucitelskaakademia.sk/pripady-a-pribeh/psychologia-x-krat-inak/smrt-v-priamom-prenose>

Prípadové štúdie a zadania sú súčasťou publikácie:

Lemešová, M., Minarovičová, K., Sokolová, L., & Zacharová, Z. (2024). *Psychológia x-krát inak*. Univerzita Komenského v Bratislave. ISBN 978-80-223-5955-9.