

# fakte

## Dhuna e drejtuar kah vetvetja

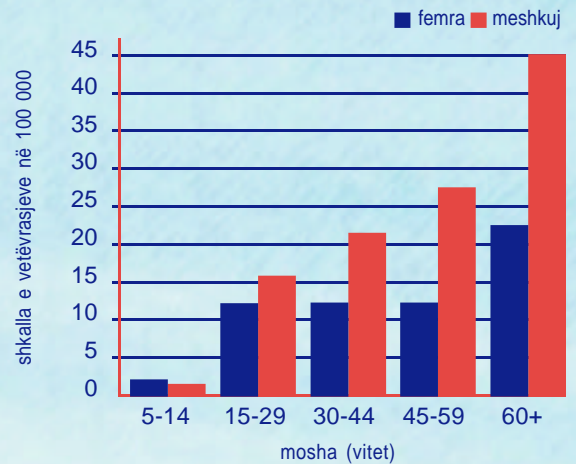
Vetëvrasja është njëra nga arsyet udhëheqëse për vdekje në gjithë botën dhe është një problem për shëndetësinë publike. Ndërmjet personave të moshës 15 deri 44 vjeç, lëndimet e vetëshkaktuara janë arsyeja e katërt udhëheqëse për vdekje dhe arsyeja e gjashtë për shëndet të keq ose invaliditet.

Në pjesën më të madhe të botës vetëvrasja është e stigmatizuar dhe dënohet përshkak të arsyeve fetare ose kulturore. Në disa shtete, sjellja vetëvrasëse është gabim penal dhe më ligjë i dënueshëm. Prandaj vetëvrasja është akt i fshehur i rrethuar me tabu, mund të mos pranohet, të klasifikohet gabimisht ose të fshihet me qëllim në dokumentet zyrtare të vdekjes.

### SHKALLA E PROBLEMIT

- Vlerësohet se në vitin 2000, 815 000 njerëz janë vetëvrasarë – shkallë prej 14,5 në 100 000 ose një vdekje në çdo 40 sekonda.
- Shkalla më e lartë e vetëvrasjeve është përcaktuar në shtetet e Evropës jugore. Shkallë më të ulët ka kryesisht në Amerikën Latine dhe në disa shtete të Azisë.
- Në vetë shtetet, shkallët e vetëvrasjes shpesh herë janë më të larta mes grupeve autoktone. Shembuj konkret janë Aborixhinjtë dhe ishujt e populluara në Australi dhe Inuitët në veriun arktik të Kanadës.
- Në përgjithësi, shkallët e vetëvrasjeve rriten me moshën. Shkalla mes njerëzve nga 60 vjet e më sipër janë tre herë më të larta se shkalla ndërmjet njerëzve me moshë nga 15 deri 29 vjeç. Megjithatë numrat absolut janë më të lartë tek personat me moshë ndër 45 vjet.
- Edhe pse femrat u janë më shumë të nënshtruara mendimeve vetëvrasëse, shkallët e vetëvrasjes janë më të larta mes meshkujve. Mesatarisht, ka 3 vetëvrasje meshkujsh përkundërt një të femrave, edhe pse në pjesë të Azisë, proporcioni është më i ngushtë.
- Mendimet dhe tentimet për vetëvrasje janë shumë të zakonshme mes njerëzve të rinjë. Proporcioni i tentimeve dhe vetëvrasjeve të kryera mes njerëzve ndër moshën 25 vjeç mund të arrijnë edhe deri në 100-200:1.
- Përgjithësisht, rreth 10% e personave të cilët provojnë të vetëvriten, në fund edhe kanë sukses në këtë.

Shkallët globale të vetëvrasjeve në moshë dhe gjini, 2000



### CILËT JANË FAKTORËT-RREZIK PËR DHUNË TË DREJTUAR KAH VETËVETJA?

Ndodhi të ndryshme stresi ose rrethana mund ti sjellin njerëzit në rrezik të zmadhuar për vetëlëndim, duke përfshirë edhe humbjen e të dashurve, konflikte ndërpersonale me familjen ose shokët dhe probleme me ligjin ose punën. Por, për të vepruar si faktor të përshpejtuar për vetëvrasje ato duhet patjetër ti shërbejnë dikujt i cili është i mbidisponuar ose në mënyrë tjetër veçanërisht i thyeshëm për vetëlëndim.

Faktor të mbidisponueshmëris janë:

- Keqpërdorimi i alkoolit dhe drogës,
- Histori e maltretimit fizik apo seksual gjatë fëmijërisë,
- Izolim social,
- Probleme psikike si probleme të prishjes së disponimit, shizofreni dhe ndjenjë e përgjithshme e humbjes së shpresës.

Faktorë tjerë të rëndësishëm përfshijnë:

- Të pasurit qasje ndaj mjeteve për vrasje (më së shpeshti revole, medikamente, dhe helme bujqësore),
- Sëmundje fizike veçanërisht ata të cilët janë të sëmurë ose invalidizuar,
- Tentim i mëparshëm për vetëvrasje.



Organizata botërore e shëndetësisë



Ministria e shëndetësis, RM



Enti Republikan për mbrojtje shëndetësore



Fondacioni Instituti i Hapur i Shoqëris Civile në Maqedoni



Shoqata për emancipim, solidaritet dhe barazi gjnore në RM



Mundësin për vetëvrasje e zmadhojnë edhe disa faktor të caktuar social dhe të mjedisit. Për shembull, shkallët e vetëvrasjes janë më të larta gjatë kohës së recesionit ekonomik dhe në periudha të papunësisë së lartë. Ato janë më të larta edhe në periudha të dezintegritimit social, jostabilitetit politik dhe kolapsit shoqëror.

## **ÇKA MUND TË BËHET QË TË PARANDALOHET DHUNA E DREJTUAR KAH VETVETJA?**

### **Mjekimi i çregullimeve mentale**

Strategji e rëndësishme preventive është zbulimi i hershëm dhe mjekimi adekuat i çregullimeve mentale veçanërisht kur kihet parasysh kontributi relevant që kanë depresioni dhe problemet tjera psikike në sjelljen vetëvrasëse. Njëlloj e rëndësishme është zbulimi i hershëm si dhe mjekimi i personave me probleme rreth keqpërdorimit të alkoolit dhe substancave psikotrope.

### **Qasja ndaj sjelljes?**

Njerëzit me mbushje vetëvrasëse zakonisht tregojnë vështirësi në zgjidhjen e problemeve. Metodot e terapisë mbi sjelljen janë të bëra që ti studiojnë faktorët themelor dhe t'u ndihmojnë pacientëve të zhvillojnë shkathtësi për zgjidhjen e problemeve. Edhe pse nuk janë të njohura përgjigjet e fundit, egzistojnë disa dëshmi të cilat sugjerojnë metodat e terapisë mbi sjelljen, sepse janë efektive në zvogëlimin e mendimeve vetëvrasëse dhe sjelljes së tillë.

### **Përpjekje të bazuara në shoqërinë**

Bashkësit lokale janë rrethinë e rëndësishme për aktivitete për preventimin e vetëvrasjeve. Disa prej masave më të zakonshme janë:

- qendra për preventimin e vetëvrasjeve që ofrojnë linja të hapura telefonike, këshillime dhe punë në teren,
- programe në bashkësit, në qendrat rinore dhe të personave të moshuar,
- grupe për përkrahje të personave që kanë tentuar të vetëvriten si dhe për familjet dhe shokët të cilët kanë humbur dikë nga vetëvrasja,
- fushata në medime dhe fushatat tjera edukative për të ngritur vetëdijen për problemin dhe të zvogëlohen tabut lidhur me sjelljet vetëvrasëse.

Intervenimet nëpër shkolla janë të rëndësishme që ti afrohem të rinjve. E, edhe pse kuadri shkollor nuk mund t'i zëvendëson profesionalët nga fusha e shëndetit mental, ai mund të trajnohet që t'i njoh shenjat dhe simptomat e sjelljes vetëvrasëse dhe t'i drejton personat në rrezik në shërbimet përkatëse për shëndetësi mentale. Mund të jenë të dobishme edhe programe edukative për studentët.

### **Strategji të shoqëris dhe rrethinës**

Faktor i madhë i cili përcakton nëse sjellja vetëvrasëse do jetë fatale ose jo, është metoda i zgjedhur. Gjuajtja me armë, kërcimi nga lartësia dhe varja janë ndër metodat më vdekjeprurëse për vetëvrasje.

Kështu, zvoglimi i qasjes ndaj këtyre mjeteve për vetëlëndim, e rëndësishme është që të ketë strategji preventimi e cila është e treguar si efektive. Për shembull, erdhi deri tek zvoglimi i vetëvrasjeve në vendet të cilat e larguan monoksid karbonin nga gazi shtëpiak dhe nga gazrat dalëse ose e kanë kufizuar qasjen ndaj helmave bujqësore të koncentruara ndërmjet njerëzëve. Kufizimet për pronësi të armëve të zjarra janë të lidhura me uljen e përdorimit të tij për vetëvrasje.