

# **RAZISKOVALNA NALOGA**

**OŠ Gustava Šiliha Laporje**

## **SAMOPOŠKODBE V ŠOLSKIH KLOPEH**

**Raziskovalno področje: psihologija**

Mentorica:

**Barbara Čretnik, prof.**

Lektorica:

**Mira Pintarič, prof.**

Avtorica:

**Alisa - Martina Krajnc**

Laporje, 2008

## **ZAHVALA**

Rada bi se zahvalila vsem, ki so kakor koli pripomogli k uresničitvi raziskovalne naloge.

Še posebej bi se rada zahvalila mentorici prof. Barbari Čretnik za usmerjanje in spodbujanje pri delu. Profesorici Miri Pintarič za lektoriranje naloge. Kliničnemu psihologu g. Jerneju Vidmarju za izčrpen intervju.

Prav tako se zahvaljujem učencem OŠ Maksa Durjave in učencem OŠ Gustava Šiliha Laporje ter krajanom Slovenske Bistrice in okolice za izpolnjene ankete.

# KAZALO

1	UVOD .....	5
2	TEORETIČNI DEL .....	6
	2.1 ZGODOVINA SAMOPOŠKODB .....	6
	2.2 KAJ JE SAMOPOŠKODBA? .....	6
	2.3 METODE SAMOPOŠKODB .....	7
	2.4 MOTIVI ZA SAMOPOŠKODBE .....	8
	2.5 NEVARNOSTI SAMOPOŠKODB .....	9
	2.6 RAZUMEVANJE SAMOPOŠKODOVANČEV .....	10
	2.7 ZDRAVLJENJE .....	10
	2.7.1 DIAGNOZA .....	10
	2.7.2 ZDRAVLJENJE .....	10
	2.7.3 SAMI NAD SAMOPOŠKODBE .....	11
	2.8 PSIHIŠNI PROFIL SAMOPOŠKODOVANČA .....	12
	2.9 NAJBOLJ RAZŠIRJENI MITI O SAMOPOŠKODBAH .....	12
3	RAZISKOVALNI DEL .....	14
	3.1 NAMEN RAZISKAVE .....	14
	3.2 METODOLOGIJA .....	15
	3.3 POSTOPKI ZBIRANJA PODATKOV .....	15
	3.3.1 RAZISKOVALNI VZOREC .....	15
	3.3.2 OBDELAVA PODATKOV .....	15
4	REZULTATI .....	16
	4.1 ANALIZA ANKET .....	16
	4.1.1 ANALIZA ANKET OŠ MAKSA DURJAVE .....	16
	4.1.2 ANALIZA ANKET OŠ GUSTAVA ŠILIH LAPORJE .....	28
	4.1.3 ANALIZA ANKET KRAJANOV SLOVENSKE BISTRICE .....	39
	4.2 INTERVJU .....	51
5	RAZPRAVA .....	53
	5.1 OVREDNOTENJE HIPOTEZ .....	53
	5.2 RAZISKOVALNI INTERVJU Z G. JERNEJEM VIDMARJEM .....	57
	5.3 SINTEZA .....	57

6	ZAKLJUČEK .....	59
7	IZHODIŠČA ZA NADALJNE RAZISKAVE .....	60
8	LITERATURA .....	61
8.1	VIRI .....	61
8.2	LITERATURA SLIK .....	61
8.3	GRAFI .....	62
8.4	PRILOGE .....	64

# 1 UVOD

Ljudje smo zaradi težav, slabe organizacije, obveznosti, prevelike zasedenosti in neopravljenih nalog, ki so nam jih zastavili ali smo si jih zastavili sami, pod nenehnim stresom. Tempo, ki ga živimo v 21. stoletju, lahko pripelje do depresije in hujših psihičnih problemov, ki se jih morebiti zavedamo, lahko pa tudi ne ali pa si enostavno ne želimo priznati, da imamo težave. Slednje lahko pripelje do še hujše duševne stiske, do točke, ko ne vidimo svetle luči v našem življenju. Postanemo zagrenjeni in zaprti vase. Sčasoma zapademo v različne odvisnosti, si škodujemo tako psihično kot fizično in v najslabšem primeru si lahko strežemo po življenju. Ljudje, ki se odločijo za samomor, imajo hude težave, ki se jih zavedajo, a o njih nočejo ali enostavno ne morejo spregovoriti, ker se bojijo in se težav sramujejo.

Na žalost je veliko samomorov in pa poskusov samomora tudi med mladostniki in ne samo pri odraslih.

Ko sem brala časopise ali gledala televizijo, sem pogosto zasledila ponavljajočo se temo »samopoškodbe med mladostniki«. Problem me zanima, zato sem se odločila raziskati več na to temo.

## **Z empirično raziskavo želim raziskati:**

- kateri je najpogostejši vzrok za samopoškodbe mladostnikov;
- kako dobro so ljudje seznanjeni s problemom samopoškodb;
- kako se ljudje odzovejo, če na najstniku najdejo sledove samopoškodb;
- ali smo ljudje mnenja, da so posamezniki, ki namerno poškodujejo samega sebe, duševni bolniki;
- ali so ljudje pripravljeni pomagati in prisluhniti ljudem, ki namerno poškodujejo samega sebe;
- kako se vrstniki odzovejo na sošolce, ki namerno poškodujejo samega sebe;
- ali sebe pogosteje poškodujejo učenci ali učenke;
- koliko so učenke/učenci stari, ko začnejo z namernimi poškodbami samega sebe;
- v kakšnih socialnih razmerah živijo učenci (ljudje), ki se namerno poškodujejo;
- ali je več samopoškodb pri učencih iz mest ali s podeželja.

**Predvidevam, da:**

- je za samopoškodbe najpogostejši vzrok slaba oz. prenizka samopodoba;
- ljudje so dobro seznanjeni s problemom samopoškodb med mladimi;
- če ljudje na najstniku najdejo sledove samopoškodb, poskušajo stopit v stik s to osebo oz. najstnikom;
- ljudje so pripravljene pomagati in prisluhniti ljudem v stiski;
- določeni sošolci se izogibajo samopoškodovancem, drugi pa jim pomagajo in jih poskušajo razumeti;
- samopoškodbe so bolj pogoste pri učenkah;
- ljudje s samopoškodbami v povprečju pričnejo v puberteti;
- samopoškodbe so pogoste pri mladih, ki imajo neurejene družine;
- več samopoškodb je med učencih, ki živijo v večjih mestih.

## **2 TEORETIČNI DEL**

### **2.1 ZGODOVINA SAMOPOŠKODB**

V preteklosti so se nekatera plemena namerno poškodovala iz povsem posvetnih ali verskih razlogov. Tako vedenje bi lahko razložili kot normo, ki je veljala v določeni skupnosti. Nekatera plemena si še danes na ta način izkazujejo pripadnost, na primer Masaji ali Nubi.

Dandanes vse pogosteje slišimo za samopoškodbeno vedenje posameznikov. Te osebe se ne poškodujejo zaradi tradicije ali vključevanja v skupino, temveč da bi se lažje kontrolirale ali izkazovale svojo notranjo bolečino. <sup>[1]</sup>

### **2.2 KAJ JE SAMOPOŠKODBA?**

Samopoškodba je zavestno in namerno poškodovanje samega sebe, pri tem takšna oseba nima namena narediti samomora. Samopoškodba je proti sebi usmerjeno nasilje ali pohabljanje samega sebe. Je samouničevalni način za spopadanje s čustvi ali s stisko. Lahko je bolezen sama po sebi, ali pa je tudi simptom psihičnih bolezni. Takšno vedenje traja največ od pet do

deset let. Začne se v času pubertete, vrhunec doseže sredi dvajsetih let, v tridesetih pa se največkrat konča. <sup>[2]</sup>

Takšno vedenje lahko vodi v odvisnost. Kot pri vsaki odvisnosti lahko tudi pri tej pride do abstinencijske krize. Nekateri se poškodujejo samo občasno, drugi pa takrat, kadar se pojavi določen problem ali neznano okolje, s katerim se ne znajo soočiti. Takšno obnašanje se pojavi zaradi posameznikovega spopadanja z nerealnim svetom, trendi kulture ali izkušnjami iz preteklosti, kot so psihična ali fizična zloraba v otroštvu.

Samopoškodovanci lahko svoja dejanja stopnjujejo vse do samomora, vendar samo v nekaterih primerih, saj takšno vedenje nasprotuje samomoru in je ponavadi le način spopadanja z življenjem. <sup>[3]</sup>



SLIKA 1: Eden od načinov samopoškodb

## 2.3 METODE SAMOPOŠKODB

Najpogostejša oblika samopoškodbe je površinsko rezanje kože, predvsem na nadlahti, podlahti, na trebuhu in tudi na notranji strani stegen. Druge, tudi zelo pogoste vrste samopoškodb, so žigosanje telesa z različnimi razbeljenimi predmeti, pretiran »piercing« ali tetoviranje, praskanje kože, trganje napol zaceljenih ran, puljenje las (trihotilomanija), lomljenje kosti z različnimi predmeti ali udarjanje ob trše predmete, butanje z glavo v steno. V to skupino sodi tudi zloraba alkohola in drog ter različne prehranjevalne motnje, kot so anoreksija in bulimija.

Poznamo tudi nekoliko manj nevarne samopoškodbe, kot so grizenje nohtov in kože ob njih. Manj razširjen način samopoškodb, ki sega v skrajnosti, je na primer kastriranje. Najpogostejša mesta poškodb so zunanje strani rok, od komolca do členkov, zapestja in notranji del stegen. Posledice poškodb so odvisne od mesta in od njene resnosti. Pri resnejših poškodbah, kot so globoki rezi, nastanejo trajne belkaste brazgotine, pri površinskih rezih pa sledovi kmalu izginejo. <sup>[4]</sup>



SLIKA 2: Slepljenje samega sebe

## 2.4 MOTIVI ZA SAMOPOŠKODBE

Najpomembnejši motiv za začetek samopoškodbe je, da se posameznik ne more soočiti z neprijetnimi čustvi, kot so huda tesnoba, strah in jeza. Samopoškodbe uporablja kot pomiritev in sproščanje napetosti. To seveda ni edini razlog, saj je razlogov najmanj toliko, kot je različnih oblik poškodb in še več.

Najpogostejši motivi so družbena diskriminacija, fizična ali psihična zloraba v preteklosti, slaba oz. prenizka samopodoba, nerazumevanje s starši ali njihove prevelike in nerealne zahteve, slab šolski uspeh in razne psihične bolezni.

Vzroki za samopoškodbe so tudi testiranje lastnega praga bolečine, eksperimentiranje s čustvi, samodokazovanje poguma, z gledovanje po vrstnikih, eksperimentiranje za znanstvene namene ipd. <sup>[5]</sup>

Nekateri ljudje se s samopoškodbami kaznujejo, ker menijo, da nečesa niso naredili prav, da ne živijo takšnega življenja, kot si ga želijo živeti. Takšne samopoškodbe se razvijejo predvsem pri osebah ženskega spola. Po zadnjih raziskavah je med samopoškodovanci kar tri četrtine žensk, ki kaznujejo samega sebe.



Čez čas samopoškodbe postanejo rutina. Posamezniku poškodba postane skrivališče pred realnim svetom. Je postaja, ki se bliža odvisnosti. <sup>[6]</sup>



SLIKA 3: Prehranjevalna motnja

## 2.5 NEVARNOSTI SAMOPOŠKODB

Ker je samopoškodba spopadanje z življenjem, si samopoškodovanci zavestno ne strežejo po življenju. Velikokrat posamezniki obupajo zaradi svoje nezmožnosti samonadzorovanja, kar lahko pripelje do samomora. Pogosto si povzročijo večjo mero bolečine kot so nameravali in le-ta lahko pripelje do medicinskih zapletov ali smrti. <sup>[7]</sup>



SLIKA 4: Roke samopoškodovanca

## **2.6 RAZUMEVANJE SAMOPOŠKODOVANČEV**

Mladostniki posegajo po samopoškodbah zaradi velikih pritiskov. Medicinsko gledano niso mentalno prizadeti. Znajdejo se v situacijah, s katerimi se ne znajo soočiti. Ne znajo na drug način izražati čustev, predvsem pa imajo premalo samozavesti, da bi prosili za pomoč. Zato potrebujejo veliko mero potrpljenja, sočutja in podpore. <sup>[8]</sup>

## **2.7 ZDRAVLJENJE**

### **2.7.1 DIAGNOZA**

Diagnozo mora postaviti psihiater. Ta poskuša ugotoviti ali vzroki za moteno vedenje izhajajo iz otroštva. Pri nekaterih najstnikih je samopoškodba lahko simptom kakšne psihične bolezni, kot so bipolarna motnja (panična depresija), mejna osebnost, razpoloženska motnja, posttravmatska motnja, disociativna motnja ali pa shizofrenija. Ko psihiater postavi diagnozo, sledi zdravljenje.

### **2.7.2 ZDRAVLJENJE**

Mladostniki, ki se želijo zdraviti, se najprej oglasijo pri svojem splošnem zdravniku, ta jih napoti h kliničnemu psihologu ali psihiatru. Sledijo terapije.

Zdravljenje je učinkovito, če je bolnik predan terapiji. Poudarek pri zdravljenju samopoškodovanca mora biti na samokontroli. V posameznikovo zdravljenje je lahko vključenih več profesionalcev, ki sodelujejo. Lepe uspehe je pokazala kognitivna behaviorna terapija, saj ljudi vzpodbuja k pozitivnemu razmišljanju in odpravljanju stresa.

Zdravljenje lahko poteka tudi v zdravstveni ustanovi. Delna (dnevna) ali pa celotna hospitalizacija se uporablja predvsem, ko obstaja možnost resnejše poškodbe.

Pogosto učinkovito zdravljenje dopušča posamezniku samopoškodbeno početje. Pri tem zdravljenju mora bolnik obiskati terapevta, ko se mu to zdi potrebno ali čuti potrebo po pogovoru. Prepovedan mu je vstop za en dan k terapevtu, če zopet izvede samopoškodbo.

S takšno terapijo se posamezniki na pozitivnejši način izražajo in postopoma opustijo samopoškodbe. Na koncu ne čutijo več praznine, sramote in zapostavljenosti. <sup>[9]</sup>

### 2.7.3 SAMI NAD SAMOPOŠKODBE

Nekateri samopoškodovanci, ki jih je sram na glas reči, da se sami poškodujejo in so prepričani, da hočejo prenehati s svojim početjem, si lahko pomagajo sami.

#### **Kako se lahko odvrne potrebo po samopoškodbah?**

Potrebo po samopoškodbah se lahko odvrne z globokim dihanjem in najdbo kakšne animacije, kot je igranje s hišnim ljubljencem. V času potrebe po samopoškodbah se je pomembno izogniti samoti. Včasih zadostuje že pisanje dnevnika o svojem počutju in mislih. Najpogosteje pa pomaga ukvarjanje s športom, saj šport pomaga zmanjševati stres. V trenutku slabosti zelo pomaga tudi občutek kocke ledu na koži, ker je občutek mraza lahko boleč, vendar ne škoduje zdravju.<sup>[10]</sup>



SLIKA 5: Prvi rez z britvico

## 2.8. PSIHIČNI PROFIL SAMOPOŠKODOVANCA

Ljudje, ki namerno poškodujejo samega sebe, imajo zelo slabo samopodobo in ne marajo samega sebe. So zelo občutljivi na zavrnitve, lahko so kronično jezni nase, to jezo potlačijo in jo nato preusmerjajo na telo. Večinoma so zaprti vase. Neradi načrtujejo svojo prihodnost. Pogosto živijo iz dneva v dan. Trpijo za kronično tesnobo. Menijo, da ne morejo obvladovati svojega življenja in težav, zato se težavam in neprijetnim situacijam izogibajo.



SLIKA 6: Krvava britvica

## 2.9. NAJBOLJ RAZŠIRJENI MITI O SAMOPOŠKODBAH

**Samopoškodba je navadno neuspeh poskus samomora.**

Veliko študij je dokazalo razliko med samopoškodbami in samomorom, vendar ta mit še zmeraj živi. Največja razlika med samopoškodbami in samomorom je ta, da so samopoškodbe samo način življenja, vendar se včasih končajo s samomorom. Pri samomoru si posameznik namerno vzame življenje.

**Ljudje, ki namerno poškodujejo samega sebe, to počnejo, ker želijo pritegniti pozornost.**

Vsi ljudje iščemo pozornost in imamo potrebo po tem, da smo opazovani. Če pozornosti človek ne dobi in je edini način, da izrazi svojo bolečino s samopoškodbo, je skrajni čas, da ta človek poišče pomoč.

**Proti sebi usmerjeno nasilje je samo poskus manipuliranja z drugimi.**

Nekateri res samopoškodbe izkoriščajo za manipuliranje z drugimi ljudmi. Pri takšnih ljudeh se je bolje osredotočiti na to, kaj si želijo. Potrebno je najti vzroke za tako obnašanje in se več ukvarjati z njimi.

**Samo mejne osebnosti namerno poškodujejo samega sebe.**

Vsi ljudje, ki namerno poškodujejo samega sebe, nimajo postavljene diagnoze mejna osebnost. Kot tudi vsi ljudje, ki imajo postavljeno diagnozo mejna osebnost, se ne poškodujejo sami.

**Če rane niso dovolj hude, poškodovanje samega sebe ni hudo.**

Različni ljudje imajo različne meje tolerance na bolečino in metode pri poškodovanju samega sebe. Resnost povzročenih ran ni tesno povezana s čustveno motnjo.

**Najstnice pogosteje poškodujejo samo sebe kot najstniki.**

Samopoškodb je res več med osebami ženskega spola (starih najpogosteje od dvanajst do trideset let). Ponavadi gre za osebe, ki se niso naučile drugačnega življenja. Je pa tudi res, da se same poškodujejo tudi osebe moškega spola. <sup>[11]</sup>



SLIKA 7: Roka samopoškodovanke

## 3 RAZISKOVALNI DEL

### 3.1 NAMEN RAZISKAVE

**Namen empirične raziskave je bil ugotoviti:**

- ❑ kateri je najpogostejši vzrok za samopoškodbe mladostnikov;
- ❑ kako dobro so ljudje seznanjeni s problemom samopoškodb;
- ❑ kako se ljudje odzovejo, če na najstniku najdejo sledove samopoškodb;
- ❑ ali smo ljudje mnenja, da so posamezniki, ki namerno poškodujejo samega sebe, duševni bolniki;
- ❑ ali so ljudje pripravljeni pomagati in prisluhniti ljudem, ki imajo problem s samopoškodbami;
- ❑ kako se vrstniki odzovejo na sošolce, ki namerno poškodujejo samega sebe;
- ❑ ali sebe pogosteje poškodujejo učenci ali učenke;
- ❑ koliko so učenke/učenci stari, ko pričnejo z namernim poškodovanjem samega sebe;
- ❑ v kakšnih socialnih razmerah živijo učenci (ljudje), ki so nagnjeni k samopoškodbam;
- ❑ ali je več samopoškodb pri učencih iz mest ali s podeželja.

**Postavila sem naslednje hipoteze. Predvidevam, da:**

- za samopoškodbe je najpogostejši vzrok slaba oz. prenizka samopodoba;
- ljudje so dobro seznanjeni s problemom samopoškodb med mladimi;
- če ljudje na najstniku najdejo sledove samopoškodb, poskušajo stopit v stik s to osebo oz. najstnikom;
- ljudje so pripravljeni pomagati in prisluhniti ljudem v stiski;
- določeni sošolci se izogibajo samopoškodovancem, drugi pa jim pomagajo in jih poskušajo razumeti;
- samopoškodbe so bolj pogoste pri učenkah;
- ljudje v povprečju pričnejo z namernim poškodovanjem samega sebe v puberteti;
- samopoškodbe so pogoste in se začnejo pri mladih, ki imajo neurejene družine;
- več samopoškodb je med učencih, ki živijo v večjih mestih.

## **3.2 METODOLOGIJA**

V raziskavi sem uporabila metodo anketiranja, metodo raziskovalnega intervjuja, metodo analize in sinteze ter delo s knjižnimi viri.

## **3.3 POSTOPKI ZBIRANJA PODATKOV**

Anketiranje učenk in učencev sem opravila v mesecu februarju. Anketo so izpolnili učenci OŠ Gustava Šiliha Laporje in OŠ Maksa Durjave v Mariboru. Februarja sem anketirala tudi naključne pešce, krajanje Slovenske Bistrice in Laporja. Raziskovalni intervju sem izvedla v istem mesecu, pri informatorju v Mariborski bolnišnici.

### **3.3.1 RAZISKOVALNI VZOREC**

Anketni vzorec je izpolnilo 38 krajanov Slovenske Bistrice, 34 učencev OŠ Maksa Durjave v Mariboru in 93 učencev OŠ Gustava Šiliha Laporje. Intervjuvala sem g. Jerneja Vidmarja.

### **3.3.2 OBDELAVA PODATKOV**

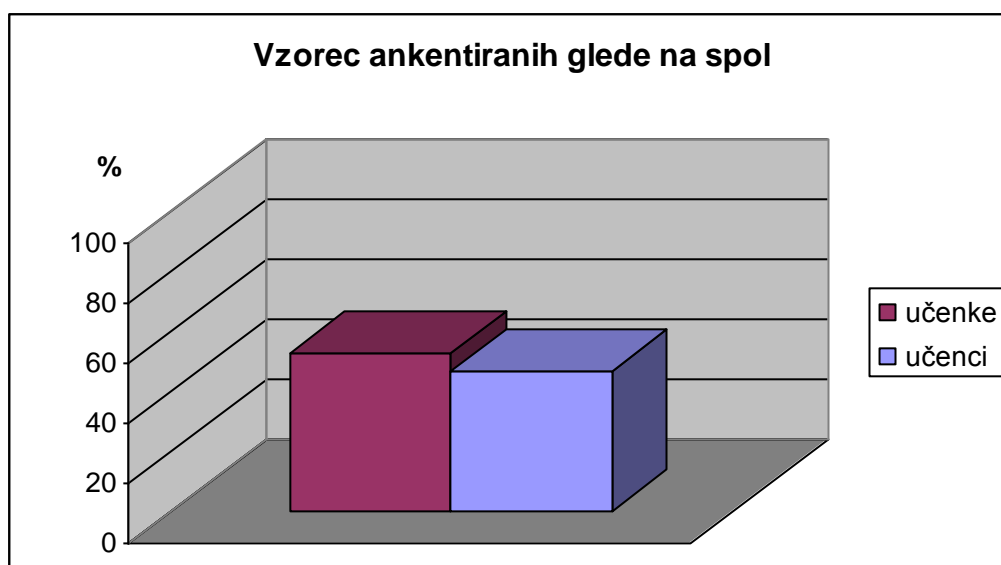
Podatke sem obdelala ročno in s pomočjo računalniškega programa Microsoft Excel.

## 4 REZULTATI

### 4.1 ANALIZA ANKET

Anketo je izpolnilo 34 učencev OŠ Maksa Durjave in 93 učencev OŠ Gustava Šiliha Laporje ter krajanj Slovenske Bistrice. Rezultate anket sem analizirala v treh skupinah: krajanj, učenci OŠ Maksa Durjave in učenci OŠ Gustava Šiliha Laporje. Vprašanja sem analizirala tako, da sem jih ločila glede na spol, ker me je zanimalo, kakšne so razlike v odgovorih žensk in moških.

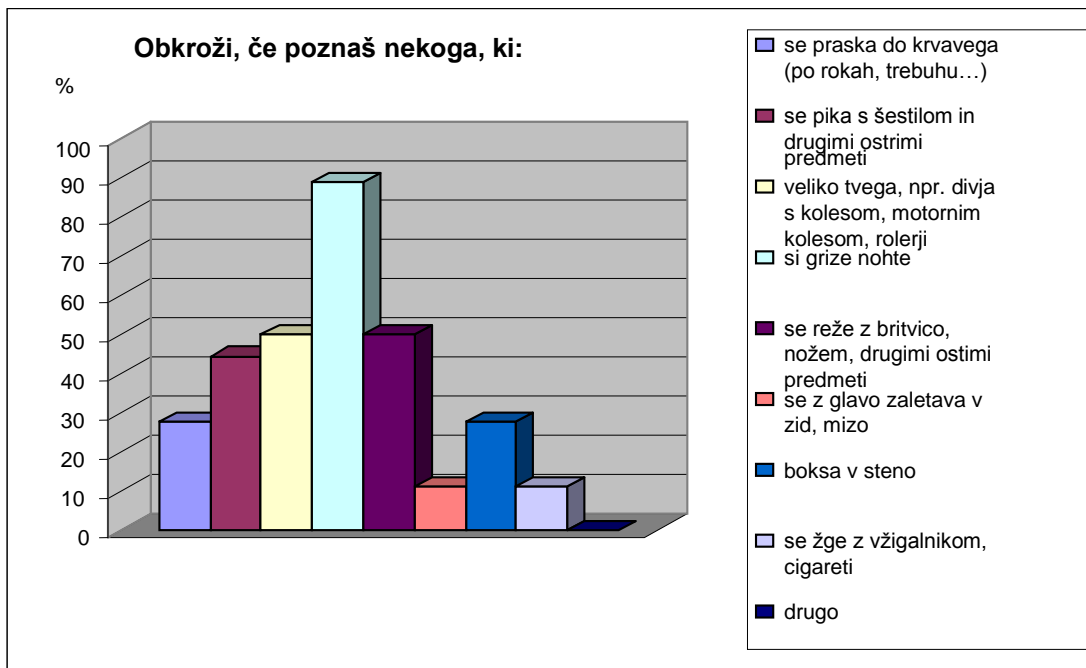
#### 4.1.1 ANALIZA ANKET OŠ MAKSA DURJAVE



Graf 1: Vzorec anketiranih učencev glede na spol na OŠ Maksa Durjave

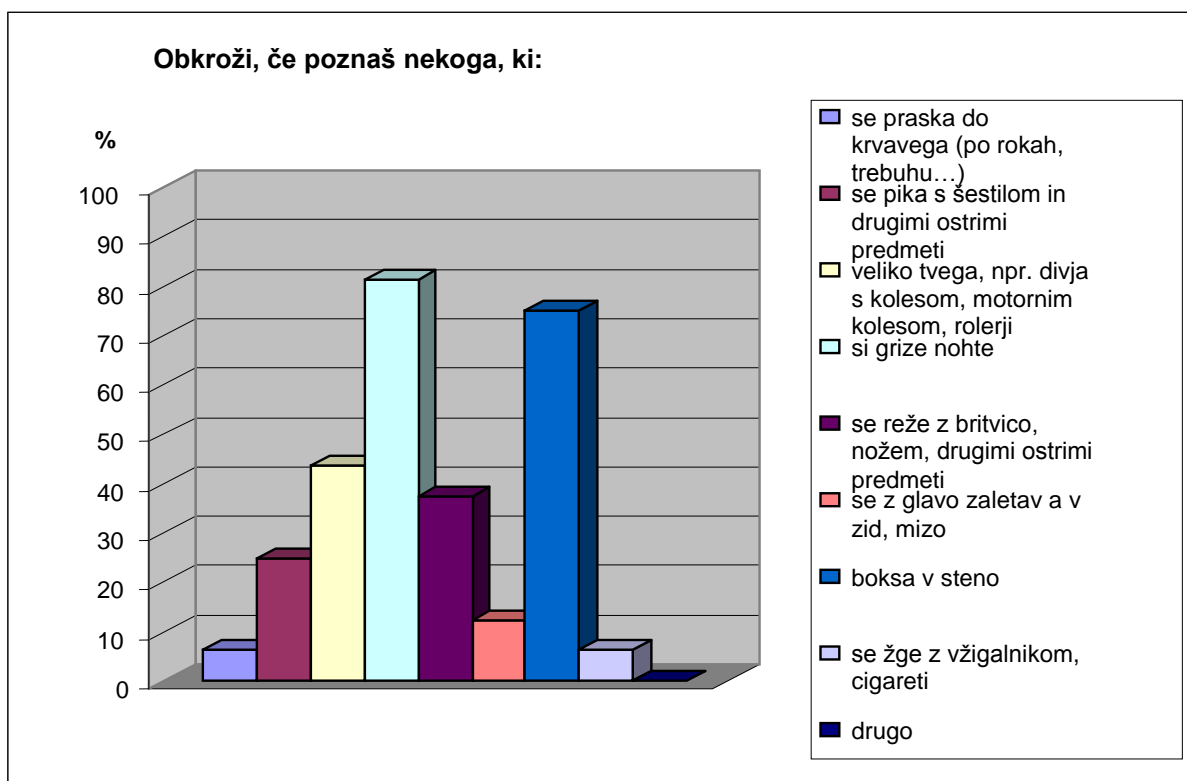
Anketo je izpolnilo štiriintrideset učencev iz OŠ Maksa Durjave. Od tega je osemnajst učenk (53 %) in šestnajst učencev (47 %).





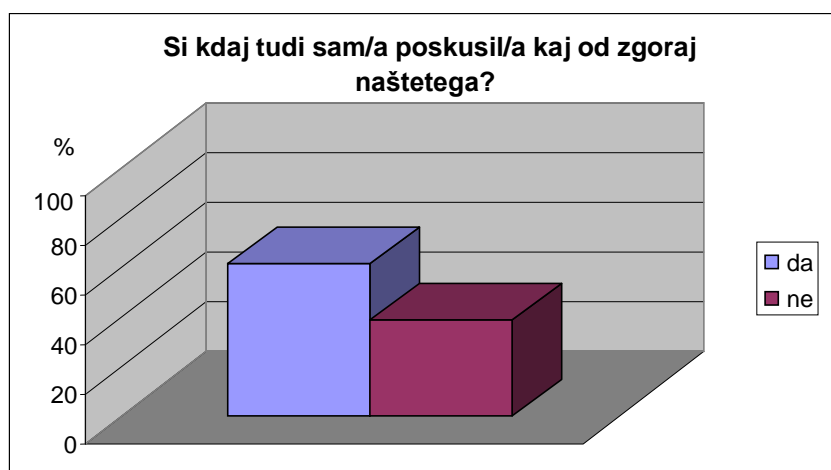
Graf 2: Grafični prikaz 2. anketnega vprašanja – učenke.

Iz grafa 2 je razvidno, da so učenke na OŠ Maksa Durjave dobro seznanjene s samopoškodbami. Skoraj vse poznajo nekoga, ki se sam poškoduje. 27,7 % učenk pozna nekoga, ki se praska do krvavega. 44,4 % učenk pozna nekoga, ki se pika, polovica anketiranih učenk pozna nekoga, ki veliko tvega, npr. divja s kolesom. Kar šestnajst 88,8 % učenk je odgovorilo, da pozna nekoga, ki si grize nohte. Neprijetna ugotovitev je, da kar polovica anketiranih pozna nekoga, ki se reže z britvicami, noži in podobnimi ostrimi predmeti. Kar 27,7 % anketirank pozna nekoga, ki boksa v steno.



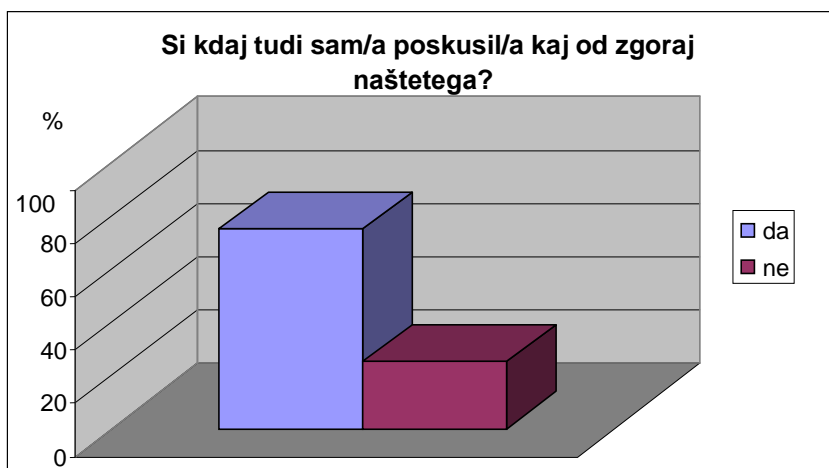
Graf 3: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – učenci.

Kar 75 % učencev pozna nekoga, ki boksa v steno, 35 % nekoga, ki se reže. 43,8 % učencev pozna nekoga, ki veliko tvega, kar ni nič presenetljivega, saj imajo fantje radi nevarnost in adrenalin. Četrtnina anketiranih pozna nekoga, ki se pika z ostrimi predmeti.



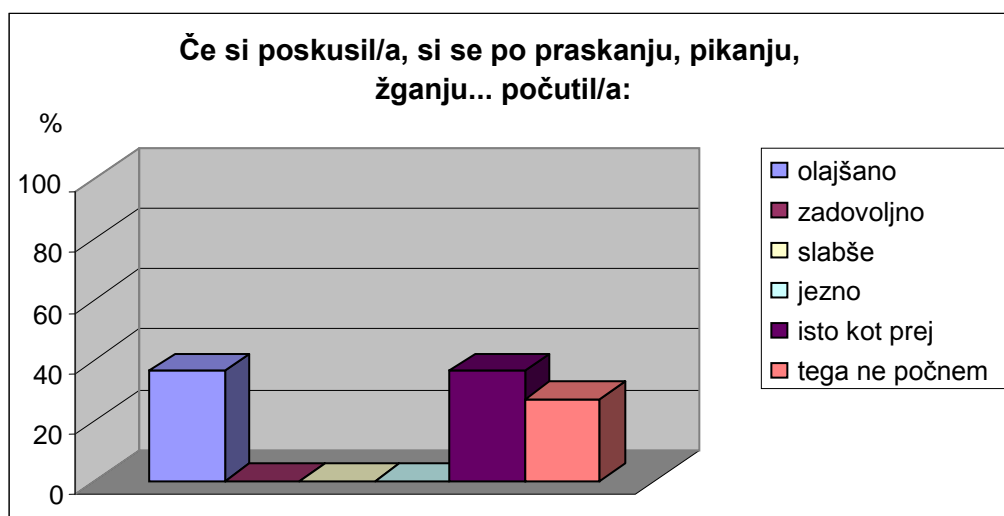
Graf 4: Samopoškodbe pri anketiranih učenkah.

Ankete so pokazale, da je kar 61,2 % učenk že namerno poškodovalo samo sebe. 38,8 % anketirank je odgovorilo, da se niso namerno poškodovale.



Graf 5: Samopoškodovanje pri anketiranih učencih.

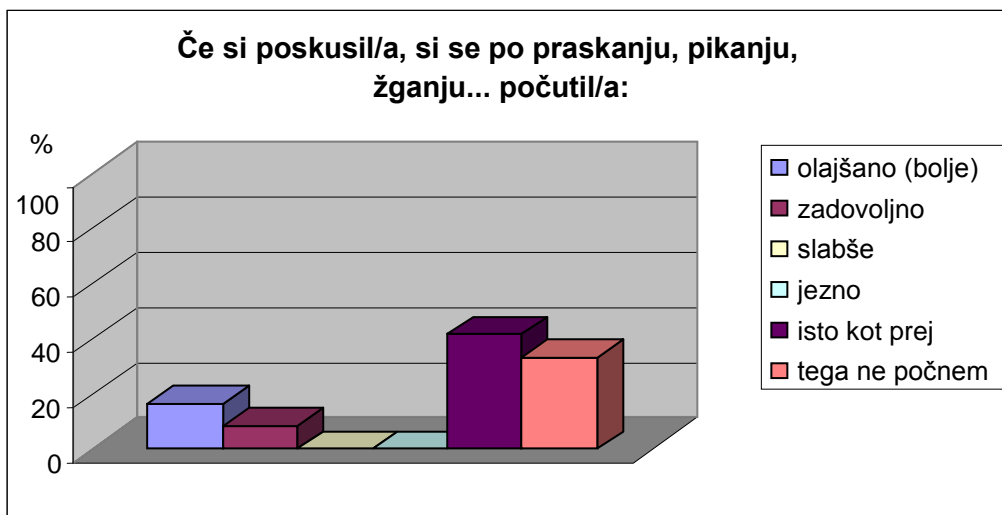
Kar 75 % učencev se je že namerno samopoškodovalo. Samo 25 % anketirancev je odgovorilo, da se še nikoli niso namerno poškodovali.



Graf 6: Počutje samopoškodovank po poškodbi.

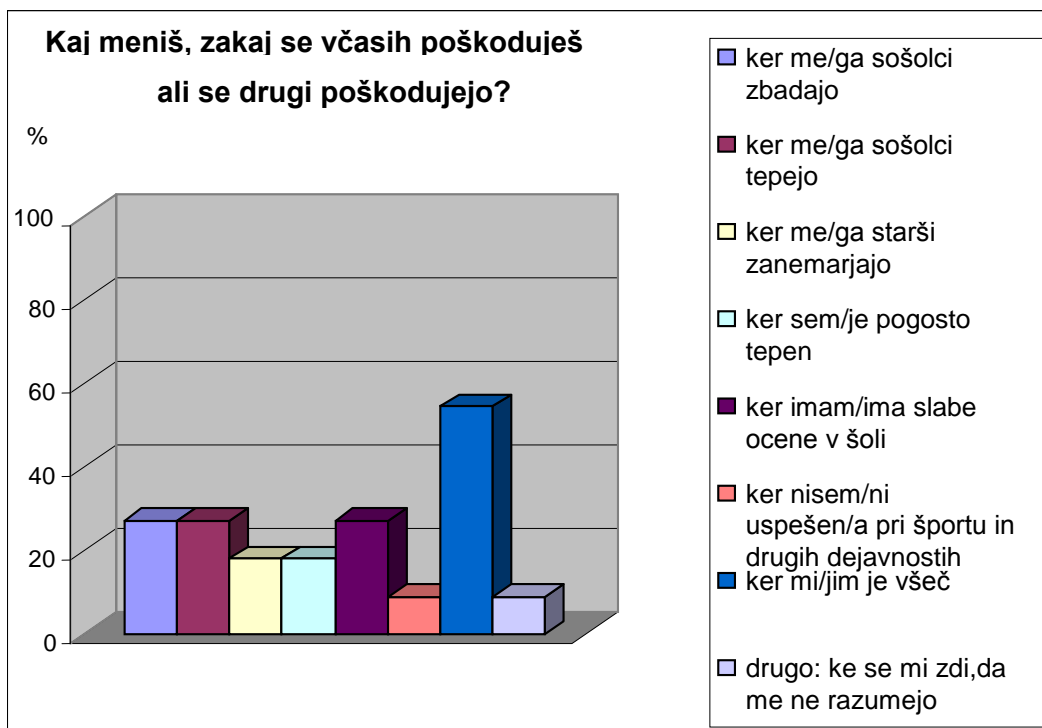
Med temi učenkami, ki se namerno poškodujejo, jih je kar 36,4 % odgovorilo, da se po poškodbi počutijo olajšano (boljše). Nobena od anketiranih ni odgovorila, da se po poškodbi počuti, zadovoljno, slabše ali jezno. 36,4 % učenk se po poškodbi počuti isto kot pred poškodbo.

27,2 % anketiranih je odgovorilo, da se ne poškodujejo namerno.



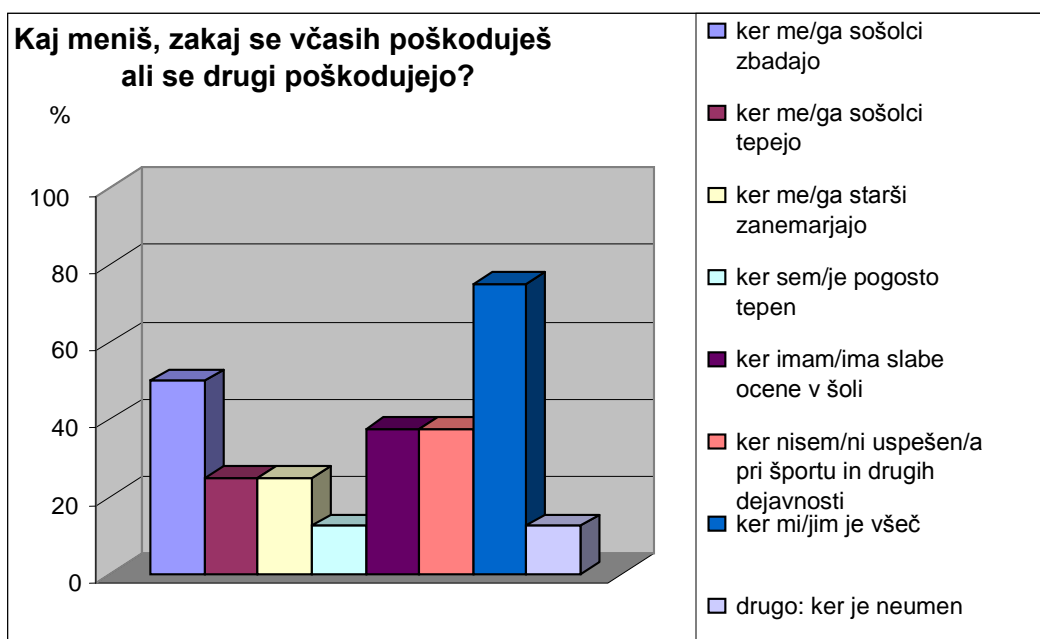
Graf 7: Počutje samopoškodovancev po poškodbi.

Pri fantih je anketa pokazala, da se 16,6 % učencev po poškodbi počuti olajšano (bolje). 8 % učencev se po poškodbi počuti zadovoljno. Nihče od učencev se po poškodbi ne počuti slabše ali jezno. Kar 41,7 % učencev se po poškodbi počuti isto kot prej.



Graf 8: Grafični prikaz rezultatov 5. anketnega vprašanja – učenke.

27,2 % anketirank je odgovorilo, da se samopoškodovanci poškodujejo, ker jih sošolci zbadajo in tepejo. Prav tako 27,2 % anketirank meni, da so vzrok slabe ocene v šoli. Večina učenk (54,5 %) je mnenja, da je poškodovanje samopoškodovancem všeč. Ena oseba je dodala svoj odgovor. Ta se je glasil, da je vzrok samopoškodb nerazumevanje okolice.



Graf 9: Grafični prikaz rezultatov 5. anketnega vprašanja – učenci.

Polovica anketirancev je odgovorila, da samopoškodovance sošolci zbadajo. 25 % učencev meni, da je vzrok pretepanje sošolcev in zanemarjanje staršev. 12,5 % je odgovorilo, da so pogosto tepeni. Trije učenci so obkrožili, da so vzrok slabe ocene v šoli ali pa niso uspešni pri športu in drugih dejavnostih. Kar 75 % anketiranih je obkrožilo, da jim je namerno poškodovanje verjetno všeč. Eden učenec je dodal svoje mnenje, da je tisti, ki namerno poškoduje samega sebe, neumen.



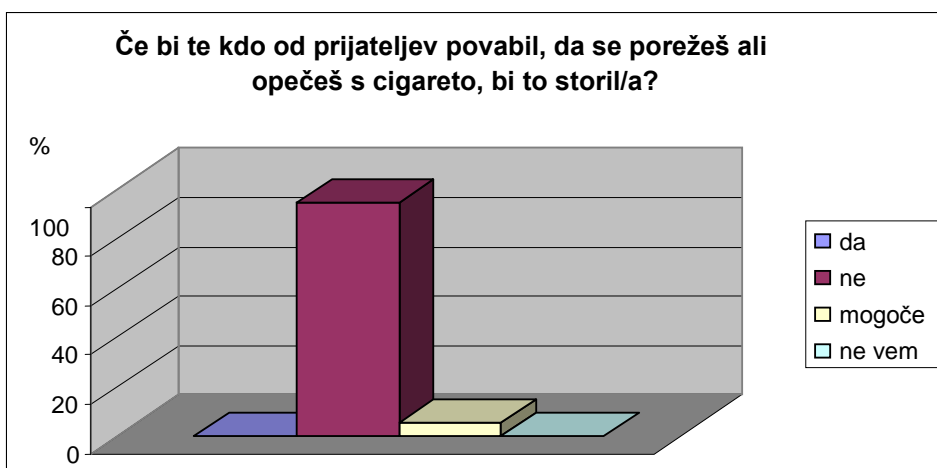
Graf 10: Poznavanje skupin, ki se samopoškodujejo - učenke.

Nobena od anketiranih ne pozna kakšne skupine mladostnikov, ki se samopoškodujejo. Nobena od učenk (100 %) ne pozna take skupine.



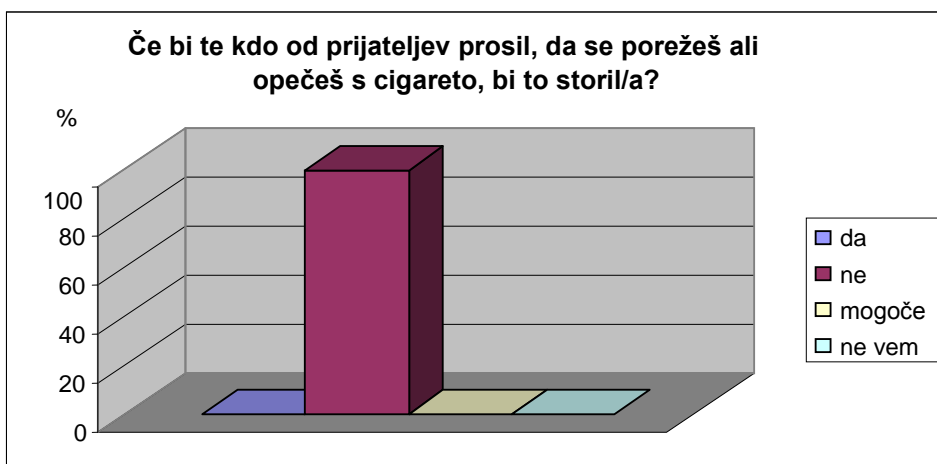
Graf 11: Poznavanje skupin, ki se namerno poškodujejo – učenci.

Dva učenca (12,5 %) poznata skupino Jackass, 87,5 % učencev pa ne pozna nobene skupine mladostnikov, ki bi se namerno poškodovali.



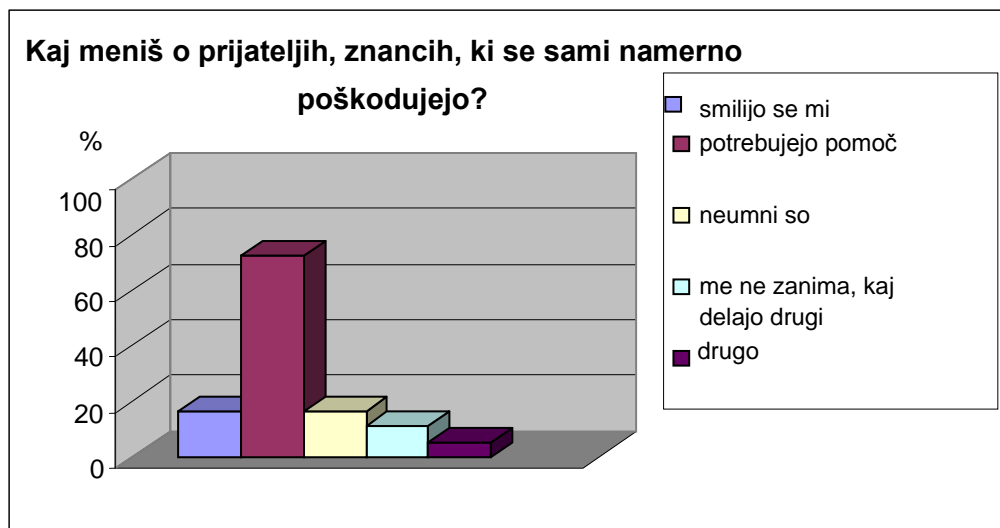
Graf 12: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenke.

Iz grafa 12 je razvidno, da se kar 94,5 % učenk na željo prijateljev ne bi poškodovalo. Le ena učenka bi ustregla želji prijateljev.



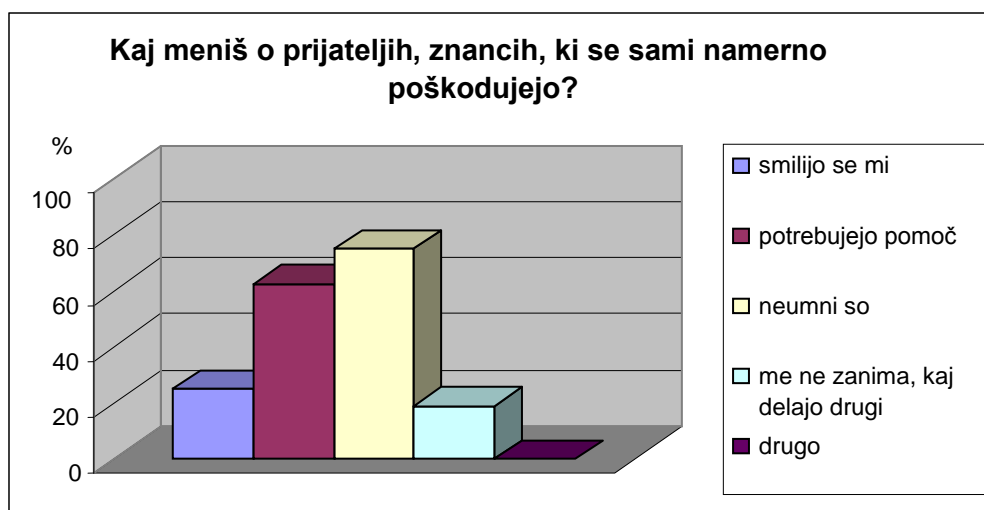
Graf 13: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenci.

Vsi anketirani učenci so odgovorili, da jih prijatelji ne bi nikoli prepričali, da namerno poškodujejo samega sebe.



Graf 14: Mnenja učenk o prijateljih, ki se namerno poškodujejo.

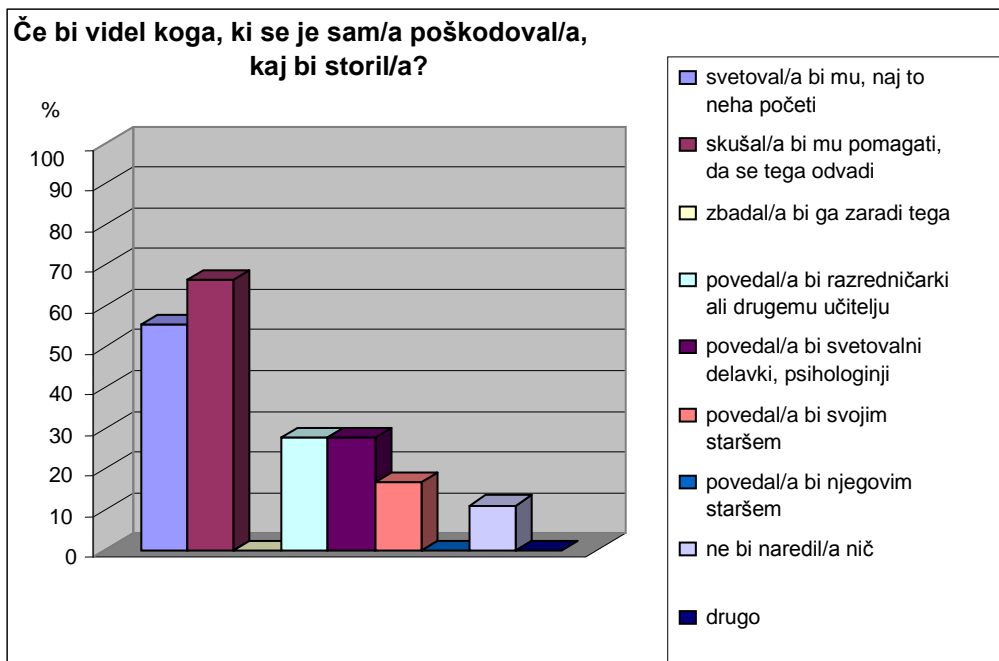
16,6 % učenk je odgovorilo, da se jim ti prijatelji, znanci smilijo. Kar 72,2 % učenk bi prijateljem pomagalo. 16,6 % jih meni, da so samopoškodovanci neumni in 11,1 % učenk ne zanima, kaj delajo drugi. Dve učenki sta napisali svoje mnenje. Prvo se je glasilo, da tisti, ki se namerno poškodujejo, potrebujejo izključno pomoč psihiatra, drugo pa je bilo, da so njihova dejanja napačna.



Graf 15: Mnenja učencev o prijateljih, ki se samopoškodujejo.

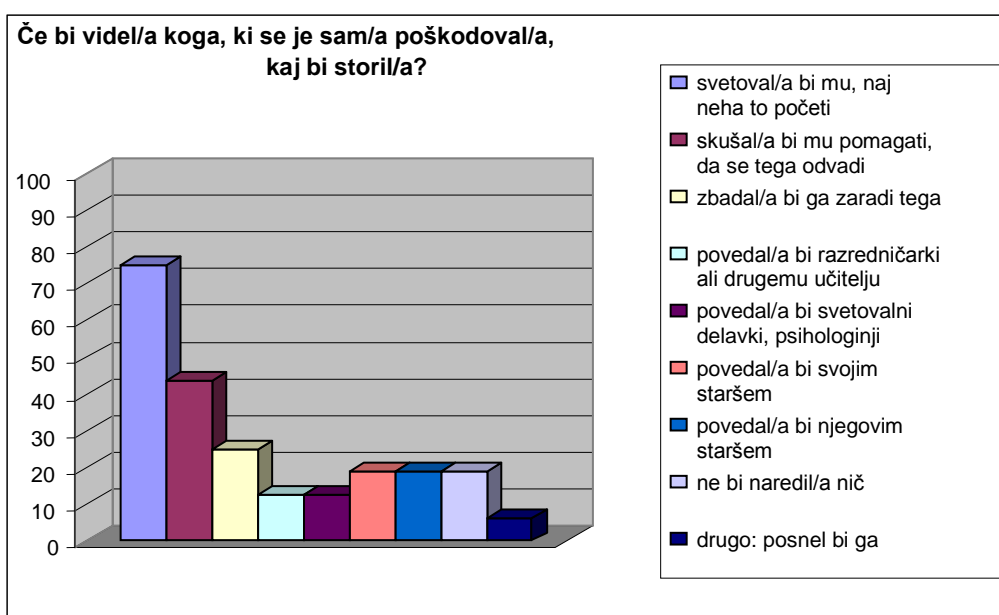
62,5 % učencev meni, da samopoškodovanci potrebujejo pomoč. Kar 75 % jih meni, da so neumni. 25 % učencev se samopoškodovanci smilijo. Trem učencem je vseeno kaj delajo ostali.





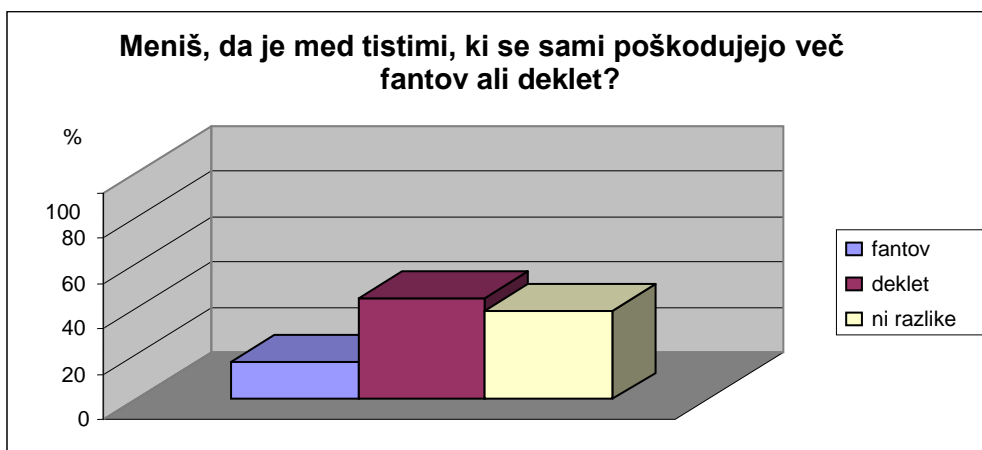
Graf 16: Rezultati 9. anketnega vprašanja – učenke.

55,5 % učenk bi tem prijateljem svetovalo, da se naj nehajo škodovati samemu sebi. Kar 66,6 % bi jim pomagalo, da se odvadijo škodovati samemu sebi. Nobena učenka ne bi samopoškodovanca zbadala zaradi njegovega početja. 27,7 % učenk bi za namerno poškodovanje povedalo razredničarki, drugemu učitelju ali svetovalni delavki oz. psihologinji. 16,6 % učenk bi povedalo svojim staršem, toda zanimivo je, da nobena od anketiranih ne bil povedala samopoškodovančevim staršem. Nekaj učenk (11,1 %) pa ne bi naredilo ničesar.



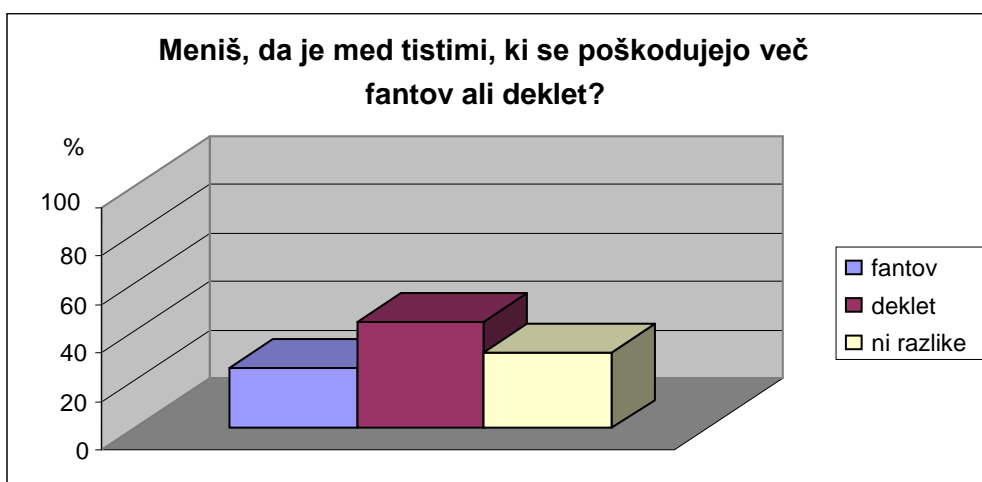
Graf 17: Rezultati 9. anketnega vprašanja – učenci.

Večina (75 %) učencev bi samopoškodovancem svetovalo, naj nehajo s svojim početjem. 40 % učencev bi jim skušalo pomagati, da se odvadijo tega početja. Četrtnina bi jih zaradi namernega poškodovanja zbadala. 12,5 % učencev bi povedalo razredničarki, drugemu učitelju ali svetovalni delavki oz. psihologinji. 18 % učencev bi povedalo svojim ali samopoškodovancevim staršem. Isti odstotek učencev (18 %) ne bi naredilo ničesar. Eden učenec je napisal, da bi ga med poškodbo posnel.



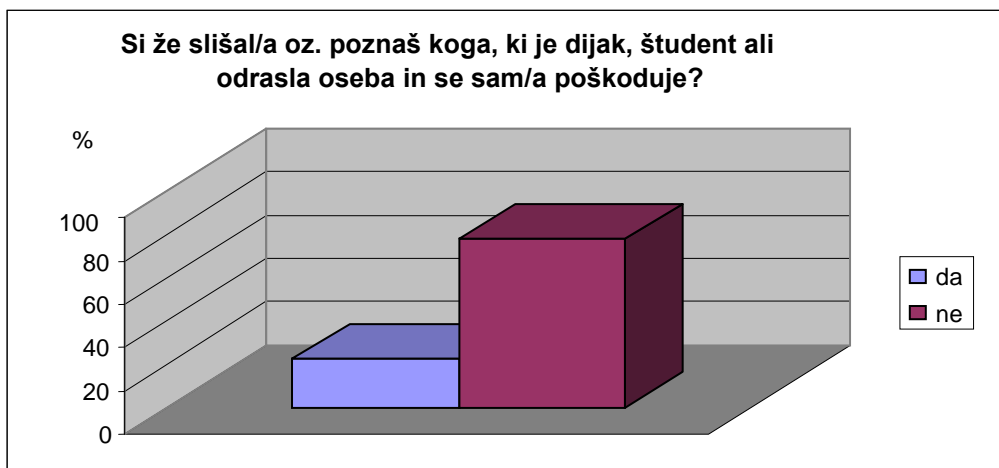
Graf 18: Rezultati 10. anketnega vprašanja – učenke.

Na deseto vprašanje je kar 44,5 % učenk odgovorilo, da je med samopoškodovanci več deklet. Kar 38,9 % učenk je odgovorilo, da med samopoškodovanci ni razlike. Še manj učenk (16,6%) je odgovorilo, da je med samopoškodovanci več fantov.



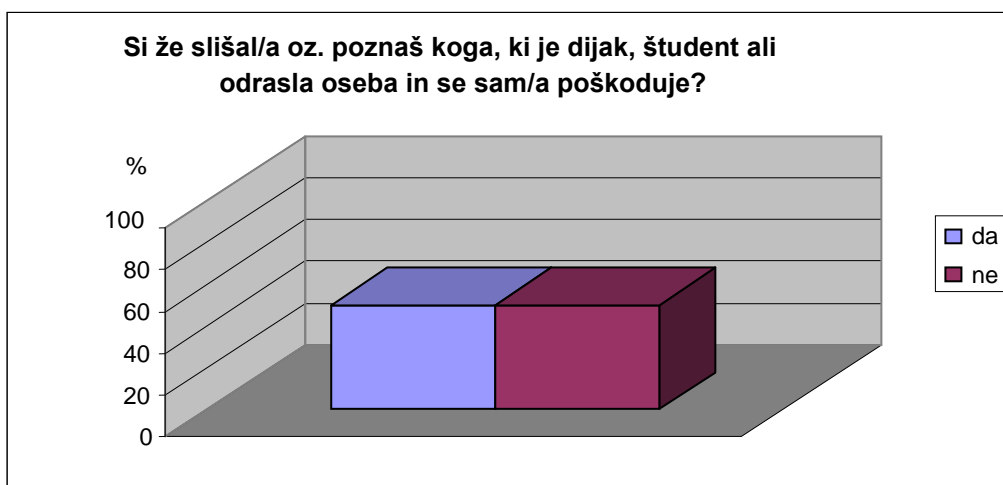
Graf 19: Rezultati 10. anketnega vprašanja – učenci.

25 % učencev je odgovorilo, da je več samopoškodovancev moškega spola. Kar 43,8 % učencev meni, da je več samopoškodovank, ostali (31,3 %) so mnenja, da se po spolu samopoškodovanci ne razlikujejo.



Graf 20: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenke.

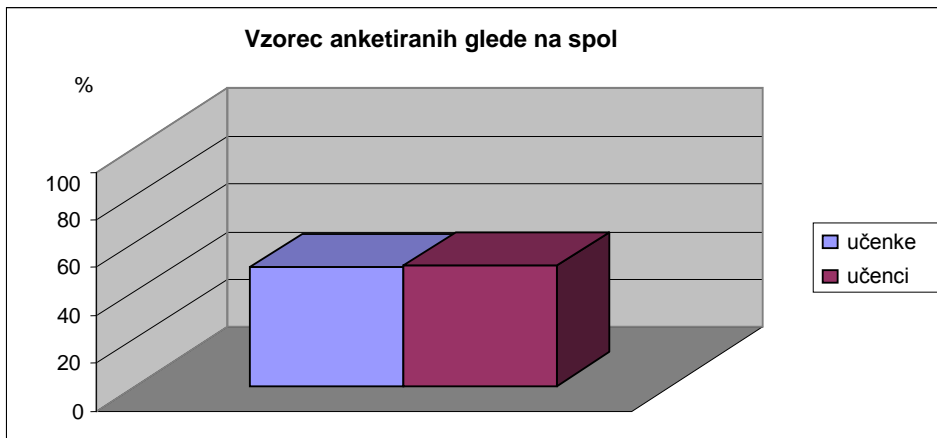
22,2 % učenk pozna dijaka, študenta ali odraslo osebo, ki se namerno poškoduje. Večina učenk (77,8 %) ne pozna nikogar, ki je starejši, da bi se sam poškodoval.



Graf 21: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenci.

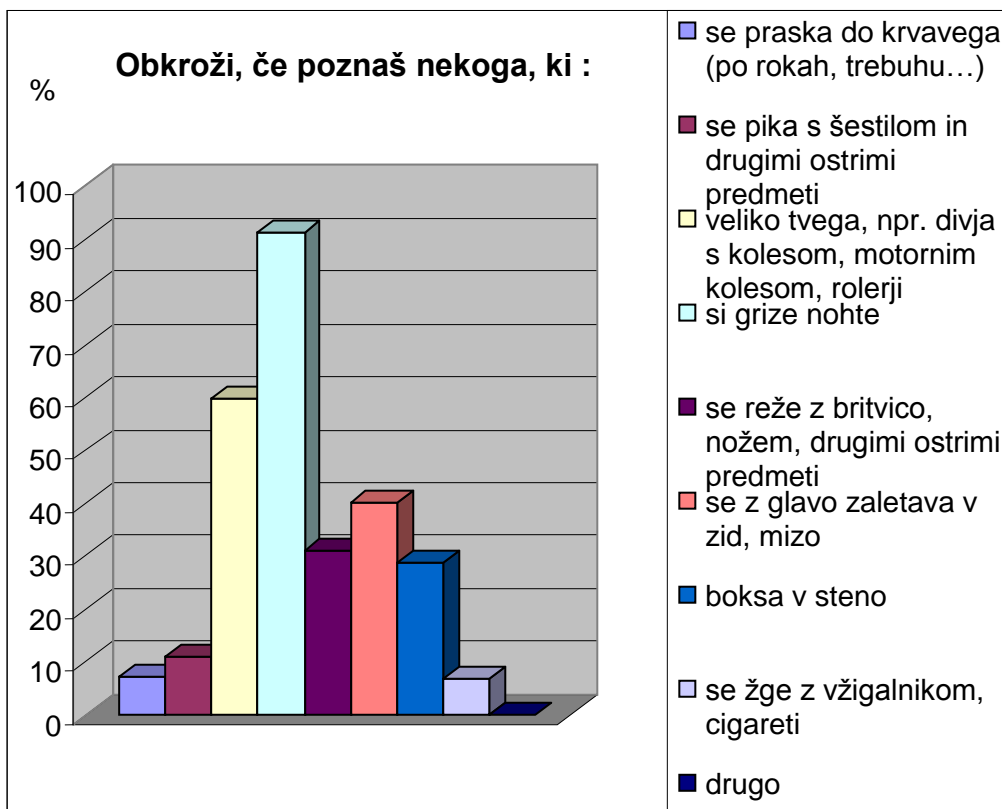
50 % učencev je odgovorilo, da poznajo dijaka, študenta ali odraslo osebo, ki se namerno poškoduje. Druga polovica učencev je obkrožila, da ne poznajo nikogar, ki bi to počel.

## 4.1.2 ANALIZA ANKET OŠ GUSTAVA ŠILIIHA LAPORJE



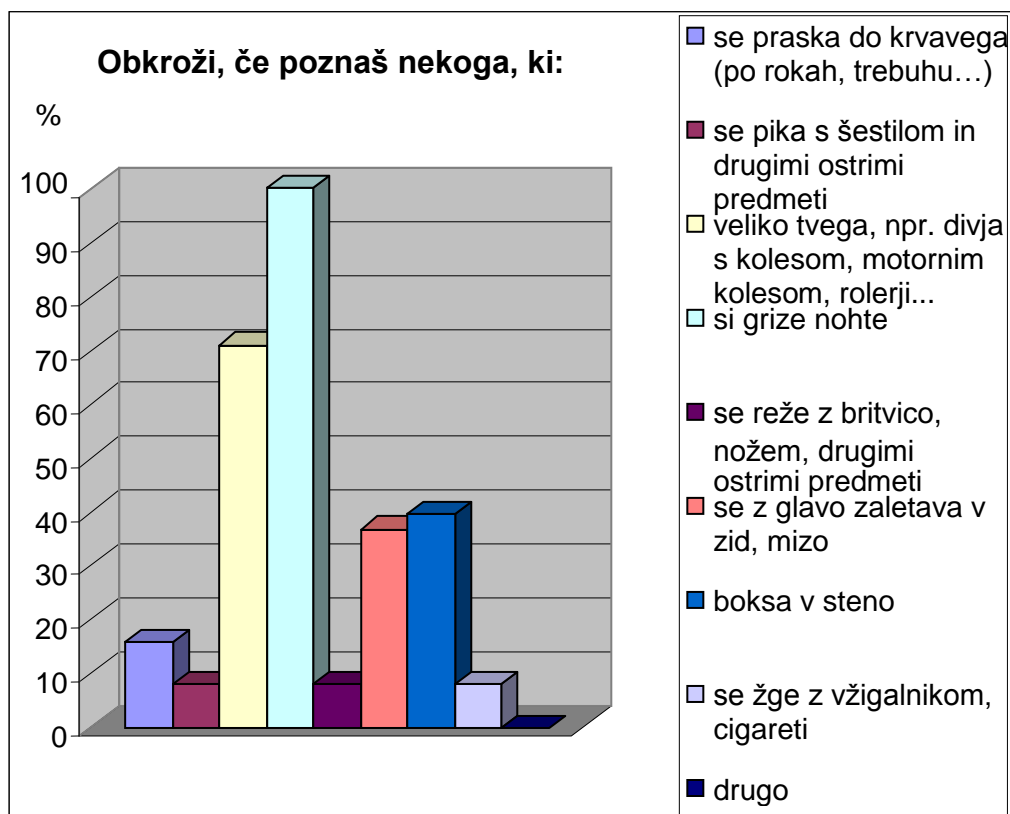
Graf 22: Vzorec anketiranih učencev OŠ Gustava Šiliha Laporje.

Anonimno anketo je izpolnilo šestinštirideset učenk (49,5 %) in sedeminštirideset učencev (50,5 %) OŠ Gustava Šiliha Laporje.



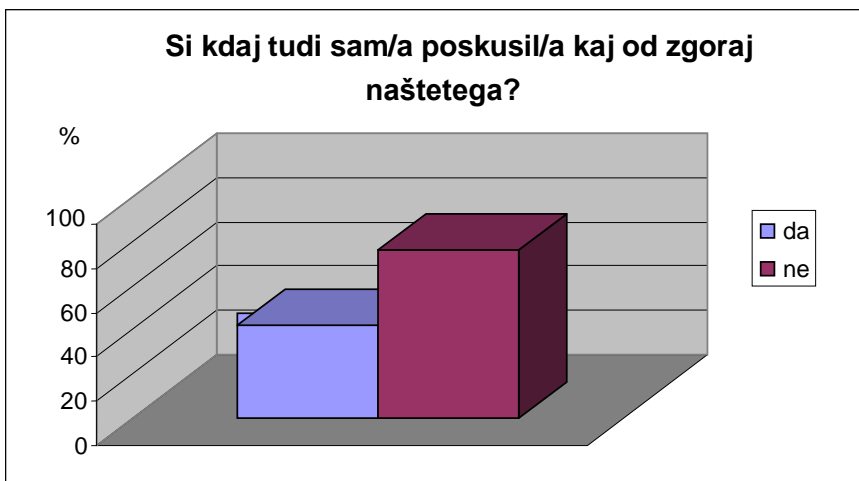
Graf 23: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – učenke.

Največ, kar 91,1 %, učenk pozna nekoga, ki si grize nohte. 60 % učenk pozna nekoga, ki veliko tvega, npr. divja s kolesom. 7,2 % anketiranih učenk pozna nekoga, ki se praska do krvavega. 11,1 % učenk je odgovorilo, da poznajo nekoga, ki se pika s šestilom. 31,1 % učenk pozna nekoga, ki se reže z britvico, nožem ali drugimi ostrimi predmeti. Skoraj 40 % učenk pozna nekoga, ki se zaletava v zid, mizo... 35 % učenk je odgovorilo, da pozna nekoga, ki boksa v steno. 7,9 % učenk pozna nekoga, ki se žge z vžigalnikom ali cigareti.



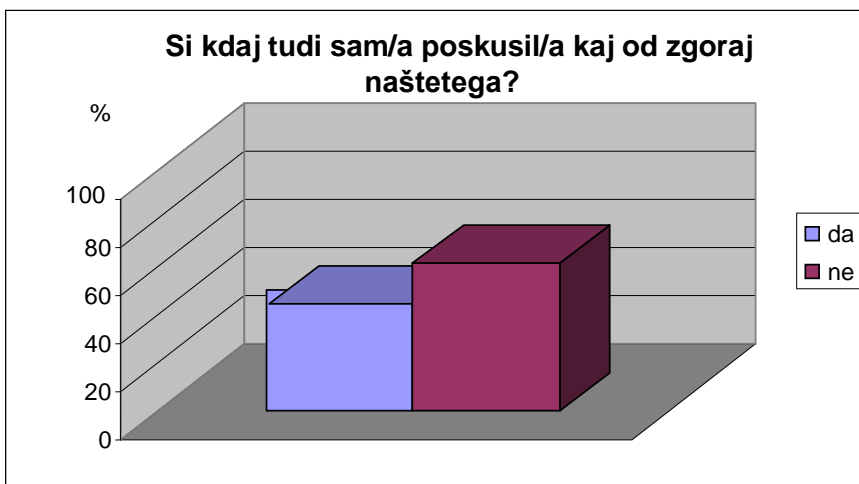
Graf 24: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – učenci.

Zanimivo je, da vsi anketiranci (100 %) poznajo nekoga, ki si grize nohte. 70 % učencev pozna nekoga, ki veliko tvega, divja s kolesom ipd. Tako kot pri učenkah, kar 12 % anketiranih učencev pozna nekoga, ki se praska do krvavega. Kar 36,8 % učencev je odgovorilo, da poznajo nekoga, ki se zaletava v zid, mizo. Kar 39,5 % učencev pozna nekoga, ki boksa v steno. 6 % učencev je odgovorilo, da poznajo nekoga, ki se pika z ostrimi predmeti, reže ali žge z vžigalnikom ali cigareti.



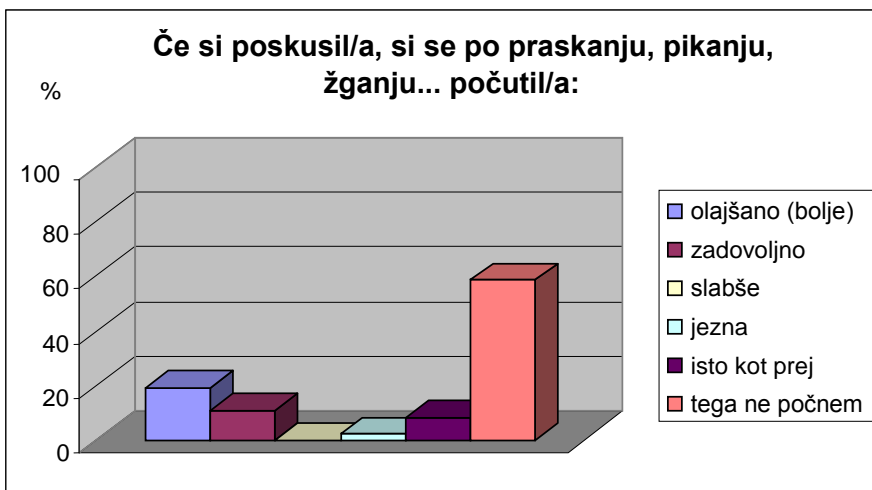
Graf 25: Rezultati 3. anketnega vprašanja – učenke.

Na to vprašanje je 24% učenk odgovorilo, da so same poskusile naštete stvari iz prejšnjega vprašanja. 76% učenk je odgovorilo, da se niso nikoli namerno poškodovale.



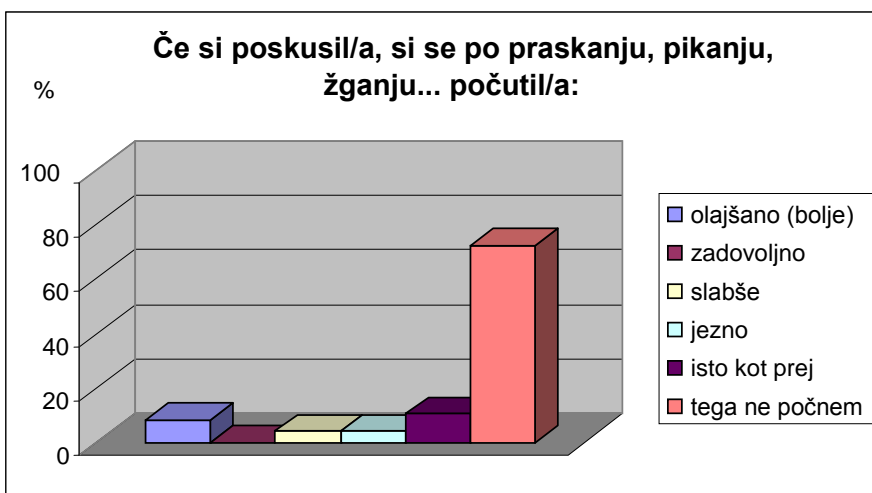
Graf 26: Rezultati 3. anketnega vprašanja – učenci.

Pri učencih jih je 38,3 % odgovorilo, da so poskusili poškodovati samega sebe. Ostalih 61,7 % se v svojem življenju ni nikoli namerno poškodovalo.



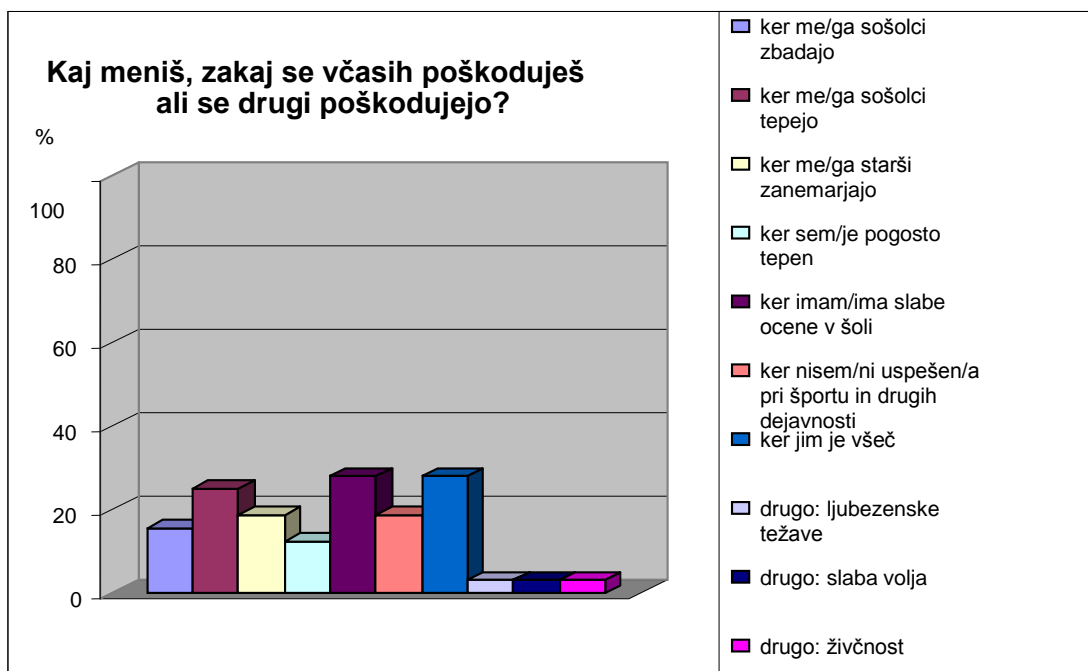
Graf 27: Rezultati 4. anketnega vprašanja – učenke.

19,5% učenk je odgovorilo, da se po poškodbi počutijo olajšano (bolje). 10,8 % učenk je odgovorilo, da se po poškodbi počutijo zadovoljno. Nobena ni obkrožila, da se po poškodbi počuti slabše. Samo ena učenka (2,3 %) je obkrožila, da se po poškodbi počuti jezno. Kar 58,7 % učenk se jih ne poškoduje.



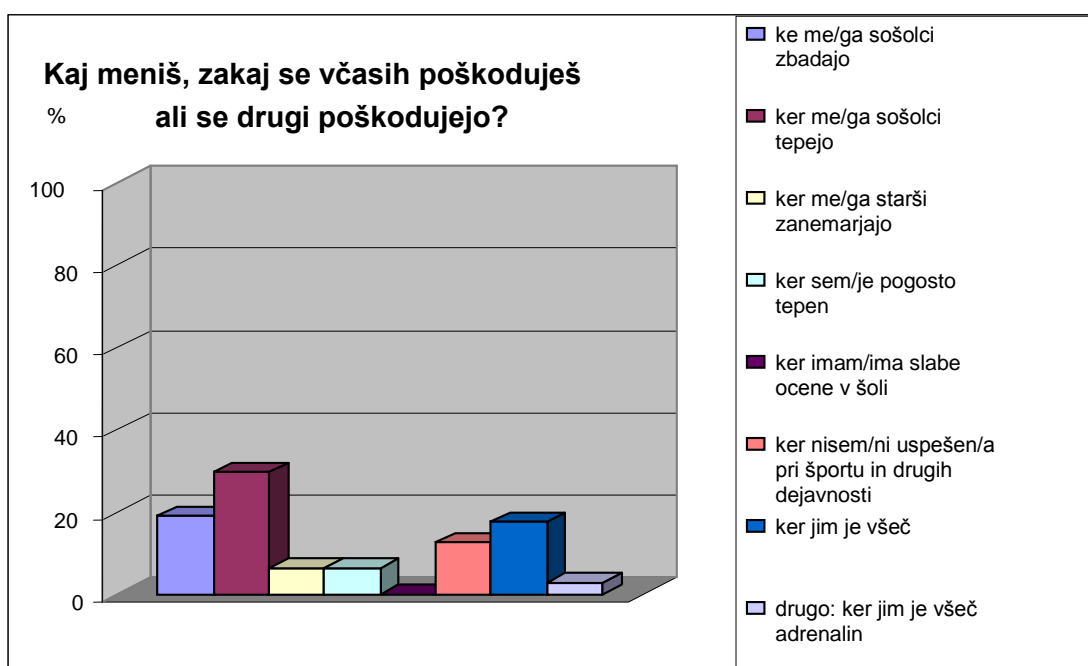
Graf 28: Rezultati 4. anketnega vprašanja – učenci.

8,5 % učencev se po poškodbi počuti olajšano (bolje). Nihče se po poškodbi ne počuti zadovoljno. Da se po poškodbi počutijo slabše je izbralo 4,3 % anketirancev. Prav tako se dva učenca (4,3 %) po poškodbi počutita jezno. 10,6 % učencev se počuti isto kot pred poškodbo. Kar 72,3 % učencev je obkrožilo, da tega ne počnejo.



Graf 29: Rezultati 5. anketnega vprašanja – učenke.

Kar 28,1 % učenk meni, da poškodujejo samo sebe, ker imajo slabe ocene v šoli. 25 % učenk je odgovorilo, da se, ker jih sošolci tepejo. 15,6 % učenk je odgovorilo, da je vzrok zbadanje sošolcev. 18,7 % učenk je mnenja, da jih starši zanemarjajo. 12,5 % učenk je obkrožilo, da so pogosto tepene. Tri učenke so napisale, da so vzroki za samopoškodbe ljubezenske težave, slaba volja in živčnost.



Graf 30: Rezultati 5. anketnega vprašanja – učenci.

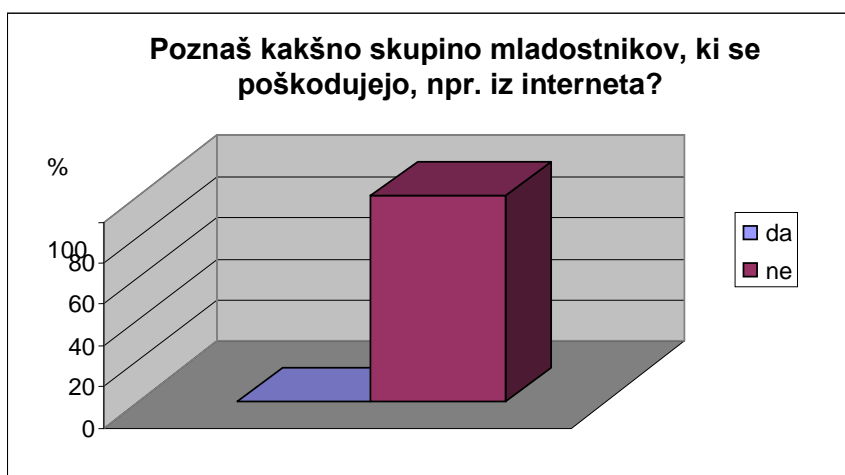


Devet učencev (19,1 %) je odgovorilo, da se poškodujejo zaradi zbadanja sošolcev. Kar 29,7% učencev meni, da jih sošolci tepejo. 17,6 % jih je obkrožilo, da jim je samopoškodovanje všeč. 12,7 % učencev trdi, da je vzrok neuspeh v športu in drugih dejavnostih. 6,4 % učencev je odgovorilo, da jih starši zanemarjajo. 6,4 % učencev je obkrožilo, da so pogosto tepeni. Nihče ne meni, da so vzrok za tako početje slabe ocene v šoli. Samo eden učenec je dopisal mnenje, da mu je všeč adrenalin.



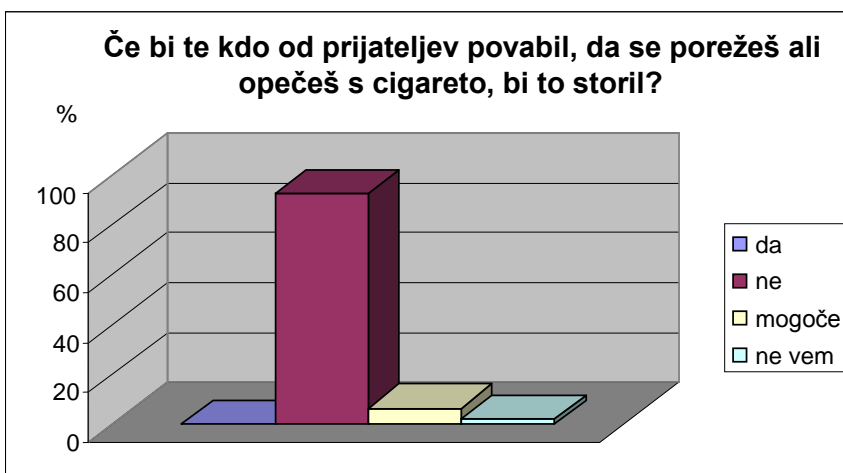
Graf 31: Rezultat 6. anketnega vprašanja – učenke.

Samo 2,2 % (ena učenka) pozna skupino mladostnikov, ki se namerno poškodujejo. Učenka ni želela napisati imena skupine. Kar 97,8 % učenk ne pozna skupine mladostnikov, ki bi se namerno poškodovale.



Graf 32: Rezultat 6. anketnega vprašanja – učenci.

Pri učencih nihče ne pozna skupine, ki bi se namerno poškodovale.



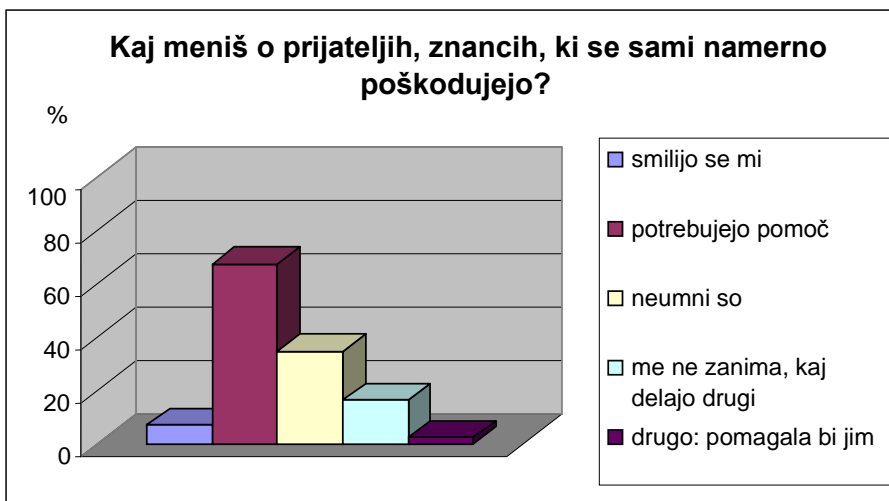
Graf 33: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenke.

Nobena od učenk se na pobudo prijateljev ne bi namerno poškodovala. 6,5 % učenk bi se na pobudo prijateljev mogoče namerno poškodovale. 2,2 % učenk ne ve ali bi se poškodovale.



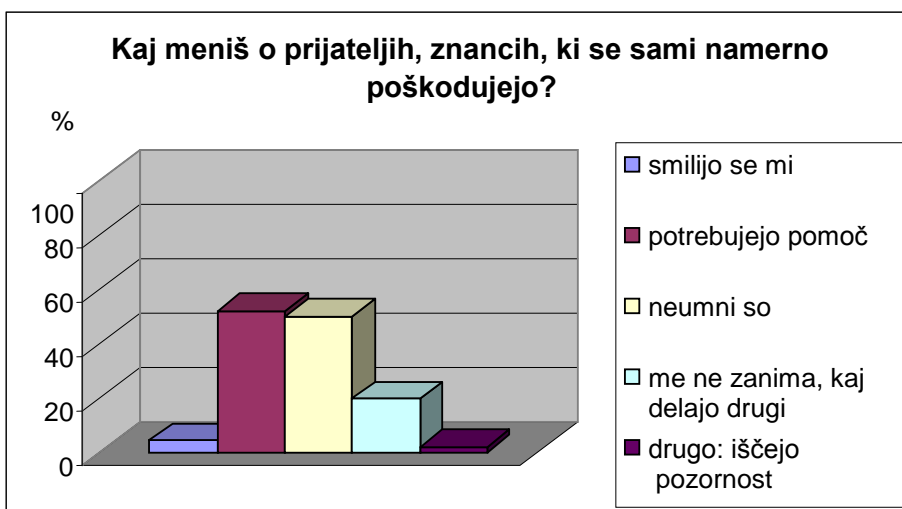
Graf 34: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenci.

Kar 93,6 % učencev se na povabilo prijateljev ne bi poškodovale. Nihče od učencev ni obkrožil da ali mogoče. 6,4 % učencev ne ve, kako bi se v takšnem primeru odzvali.



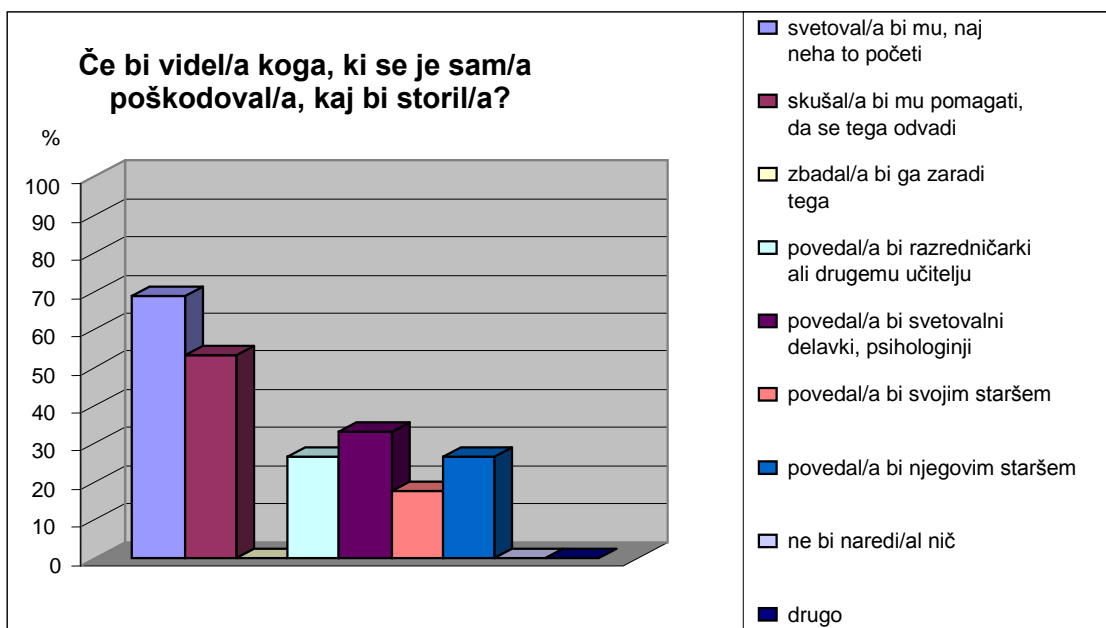
Graf 35: Rezultati 8. anketnega vprašanja – učenke.

67,4 % učenk se strinja, da ti učenci potrebujejo pomoč. 7 % učenk se prijatelji, ki poškodujejo samega sebe, smilijo. 30% učenk meni, da so neumni. 16,3 % učenk ne zanima, kaj delajo drugi. Samo 2,3 % učenk bi jim pomagalo.



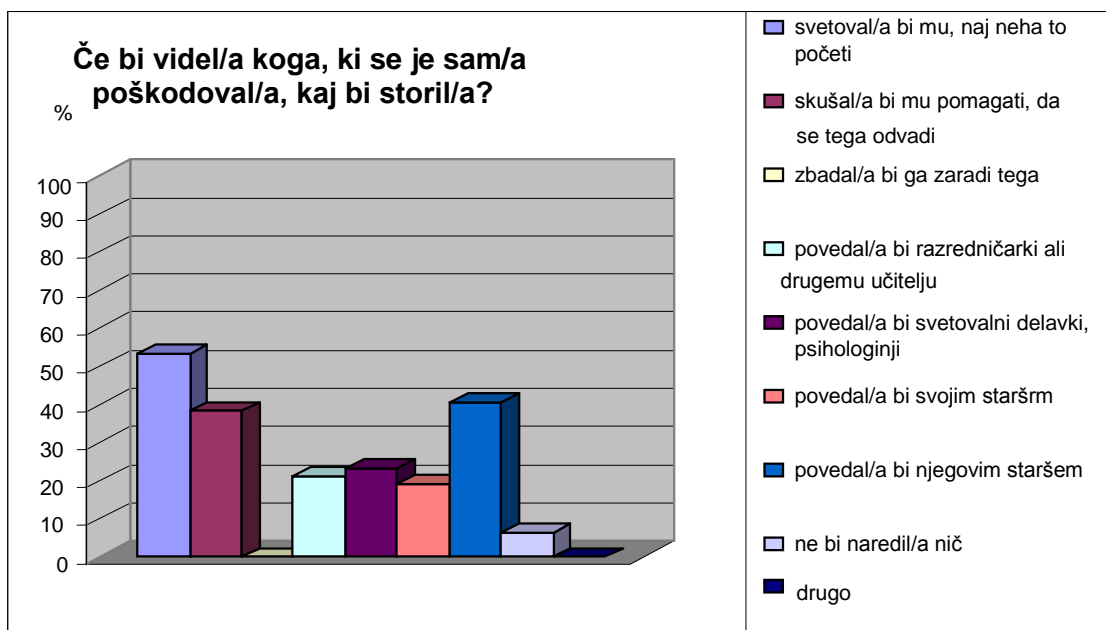
Graf 36: Rezultati 8. anketnega vprašanja – učenci.

Anketiranci so obkrožili več možnosti. 52,1 % učencev se strinja, da le-ti potrebujejo pomoč. Polovica anketiranih jih je označila za neumne. 19,6 % anketirancev ne zanima, kaj delajo drugi. 4,3 % učencev se samo poškodovanci smilijo. Samo eden je izrazil svoje mnenje, in sicer da iščejo pozornost.



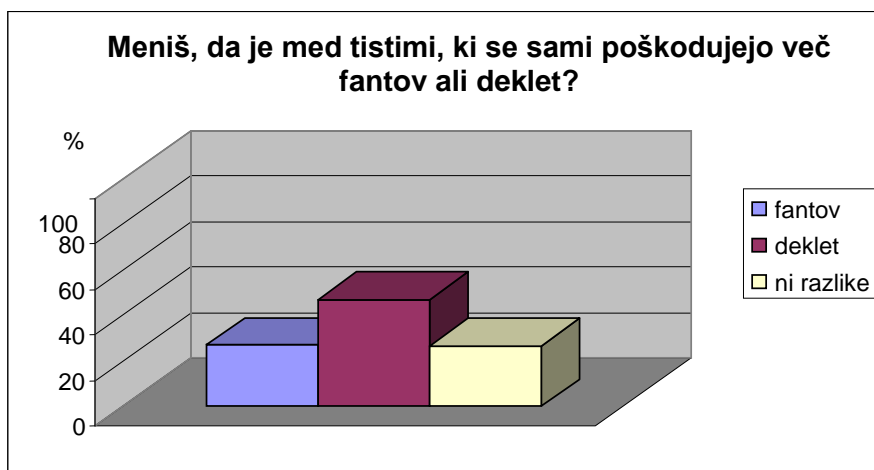
Graf 37: Rezultati 9. anketnega vprašanja – učenke.

68,8 % učenk bi namernim poškodovancem svetovalo, da naj nehajo s tem početjem. 53,3 % učenk bi jim pomagalo, da se tega odvadijo. Nobena od anketirank jih ne bi zbadala zaradi samopoškodb. 26,6% učenk bi povedalo razredničarki ali drugemu učitelju. 33,3 % učenk bi seznanilo svetovalno delavko oz. psihologinjo. 17,7 % učenk bi povedalo svojim staršem, 26,6 % pa samopoškodovančevim staršem. Nobena od anketiranih ni obkrožila, da ne bi storila ničesar.



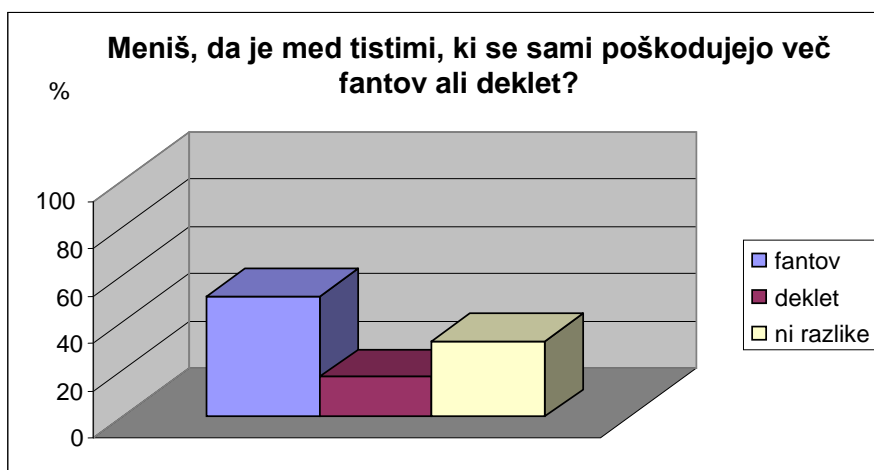
Graf 38: Rezultati 8. anketnega vprašanja – učenci.

53,2 % učencev bi samopoškodovancem svetovala, da naj nehajo s tem početjem. 38,3 % učencev bi jim pomagalo pri odvijanju. Nihče od anketiranih ne bi samo poškodovancev zbadal. 21,3 % učencev bi s tem početjem seznanilo razrednika ali drugega učitelja. 23,4 % učencev bi za samopoškodbe povedalo svetovalni delavki oz. psihologinji. 19,1 % učencev bi povedalo svojim staršem, 40,4 % pa samo poškodovančevim staršem. 6,4 % anketirancev ne bi naredilo ničesar.



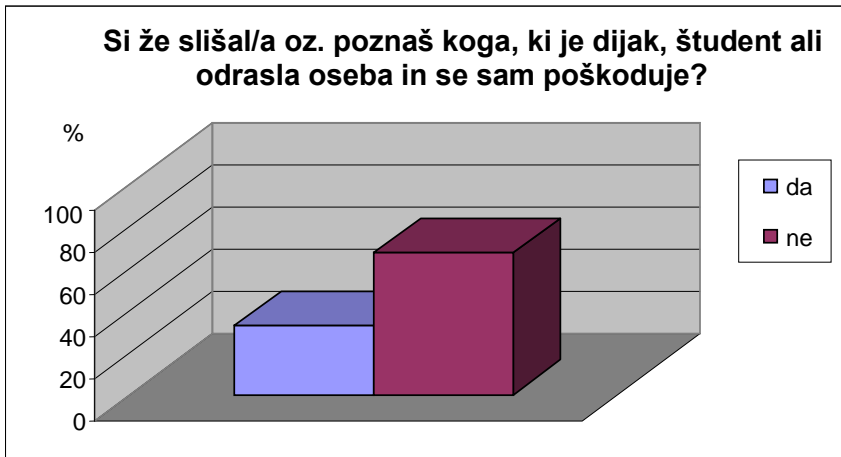
Graf 39: Rezultati 10. anketnega vprašanja – učenke.

Slaba polovica učenk (46,9 %) meni, da se namerno poškoduje več deklet. 26,6 % učenk meni, da je med samopoškodovanci več fantov. 26,6 % učenk je obkrožilo, da ni razlike.



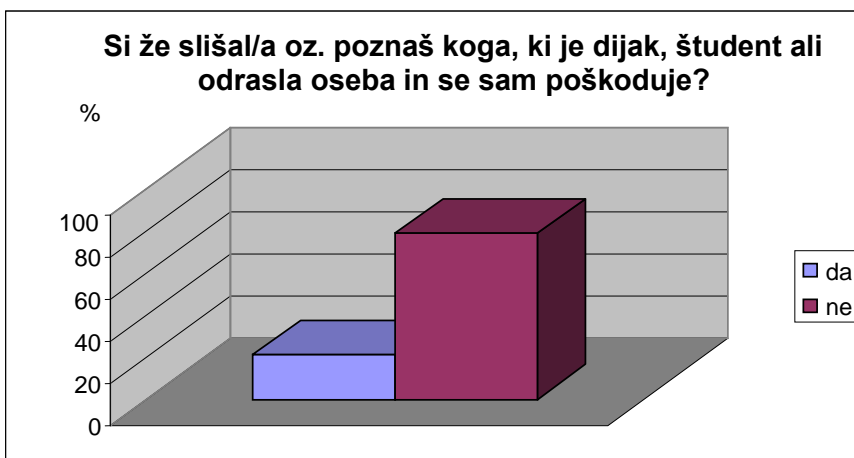
Graf 40: Rezultati 190. anketnega vprašanja – učenci.

Dobra polovica učencev (51 %) meni, da je več samopoškodovancev moškega spola. 32 % učencev je obkrožilo, da se po spolu število samopoškodovancev ne razlikuje. Manjšina (17 %) meni, da je več samopoškodovank.



Graf 41: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenke.

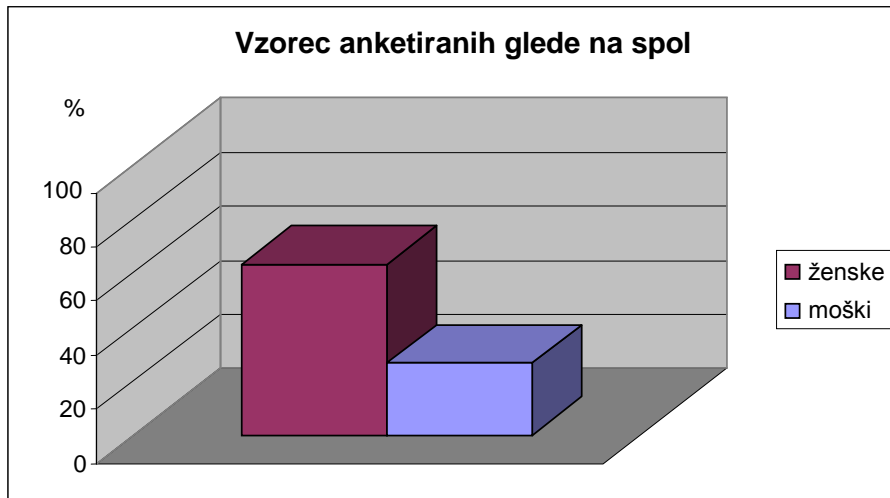
67,4 % učenk ne pozna nikogar, ki je starejši in bi namerno poškodoval samega sebe. 32,6 % učenk je obkrožilo, da poznajo nekoga, ki je dijak, študent ali odrasla oseba in se namerno poškoduje.



Graf 42: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenci.

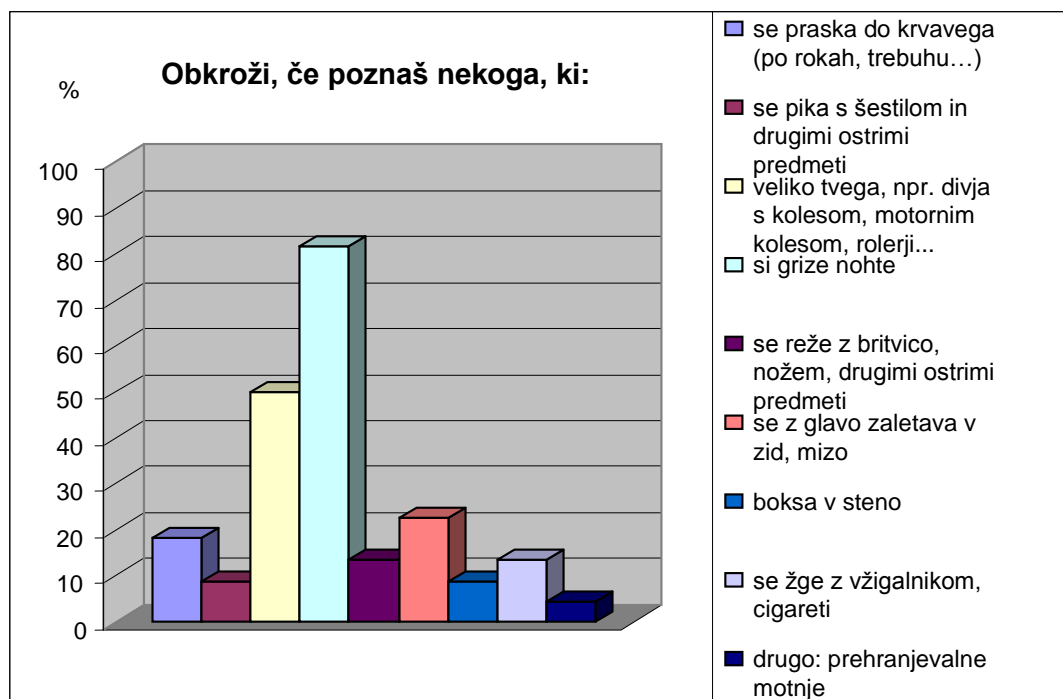
21,3 % učencev pozna nekoga, ki je dijak, študent ali odrasla oseba in se namerno poškoduje. Ostali učenci (78,7 %) ne poznajo nikogar, ki bi se sam poškodoval in je starejši.

### 4.1.3 ANALIZA ANKET KRAJANOV SLOVENSKE BISTRICE



Graf 43: Vzorec anketiranih krajanov glede na spol.

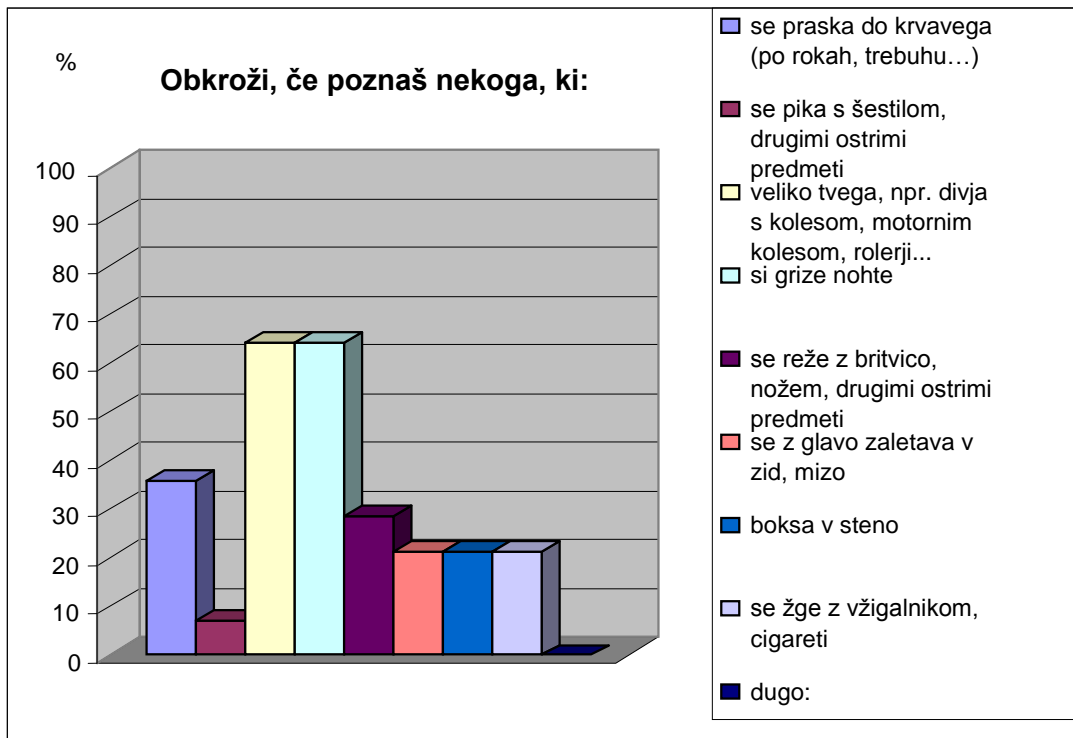
Anketo je izpolnilo osemtrideset oseb, 63,2 % žensk in 36,8 % moških.



Graf 44: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – ženske.

81,8 % žensk pozna nekoga, ki si grize nohte. Kar polovica anketiranih žensk pozna nekoga, ki veliko tvega, npr. divja s kolesom ipd. 22,7 % anketirank pozna nekoga, ki se zaletava v zid,

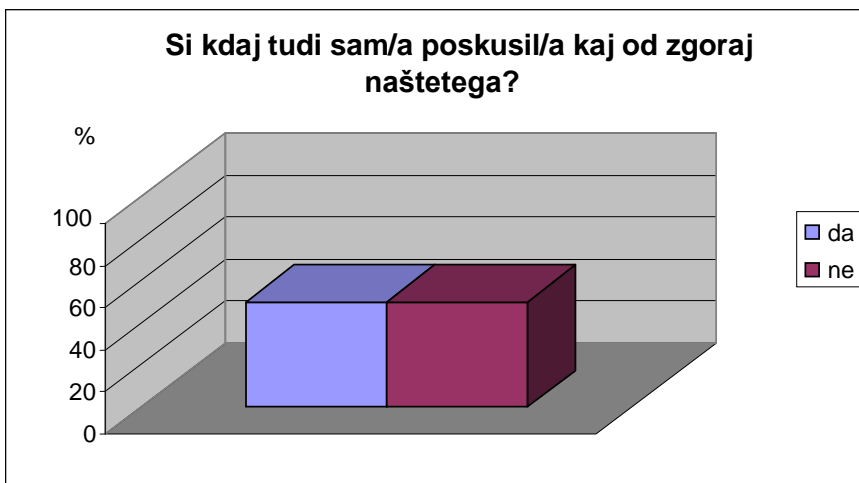
mizo. 18,2 % jih pozna nekoga, ki se praska do krvavega. Samo 13,6 % žensk pozna nekoga, ki se reže z britvico. 9 % anketirank pozna nekoga, ki boksa v steno in pika z ostrimi predmeti.. 4,5 % anketirank pozna nekoga, ki se žge z vžigalnikom ali cigareti. Ena gospa je dodala k namernim poškodbam prištela še prehranjevalne motnje, druga pa samomor.



Graf 45: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – moški.

64,3 % oseb pozna nekoga, ki veliko tvega in si grize nohte. 35,7 % anketirancev pozna nekoga, ki se praska do krvavega. Samo ena oseba pozna nekoga, ki se pika z ostrimi predmeti. 27 % moških pozna nekoga, ki se reže z ostrimi predmeti. 21,4 % moških je obkrožilo, da poznajo nekoga, ki se zaletava v zid ali mizo. Prav tako trije poznajo nekoga, ki namerno boksa v steno. Enako število anketiranih pozna nekoga, ki se žge z vžigalnikom ali cigareti.





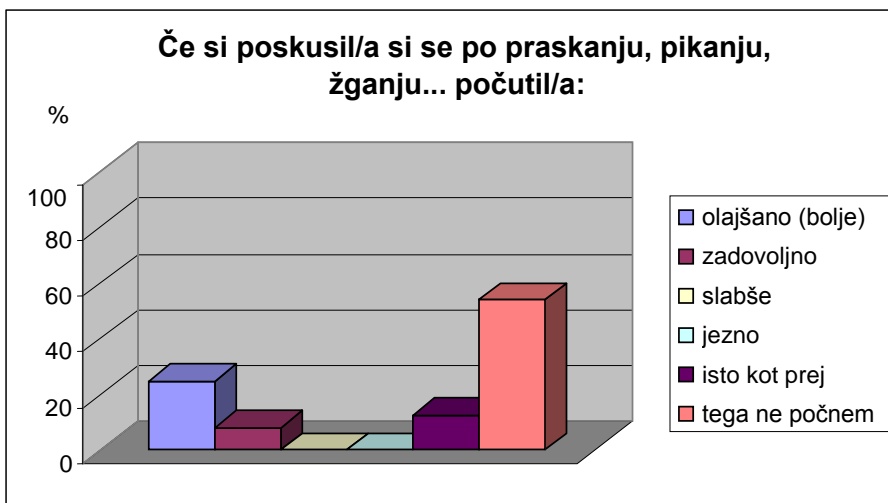
Graf 46: Rezultati 3. anketnega vprašanja – ženske.

Na tretje vprašanje je polovica žensk odgovorila, da so se v svojem življenju že namerno poškodovale.



Graf 47: Rezultati 3. anketnega vprašanja – moški.

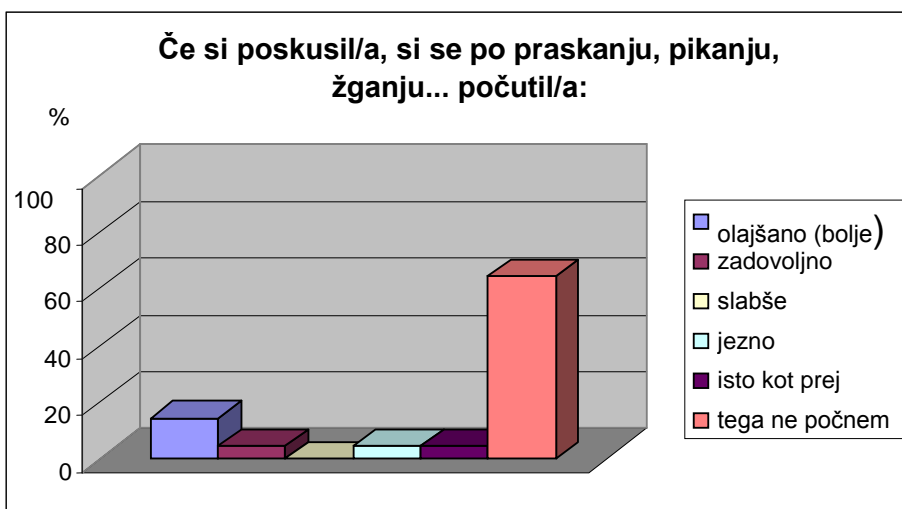
Pri moških so bili rezultati nekoliko drugačni, saj se je 42,8 % anketiranih že namerno poškodovalo. Večina anketirancev (57,2 %) se nikoli v življenju ni namerno poškodovala.



Graf 48: Rezultati 4. anketnega vprašanja – ženske.

25 % anketirank se je po poškodbi počuti olajšano (bolje), 8,3 % se počuti zadovoljno.

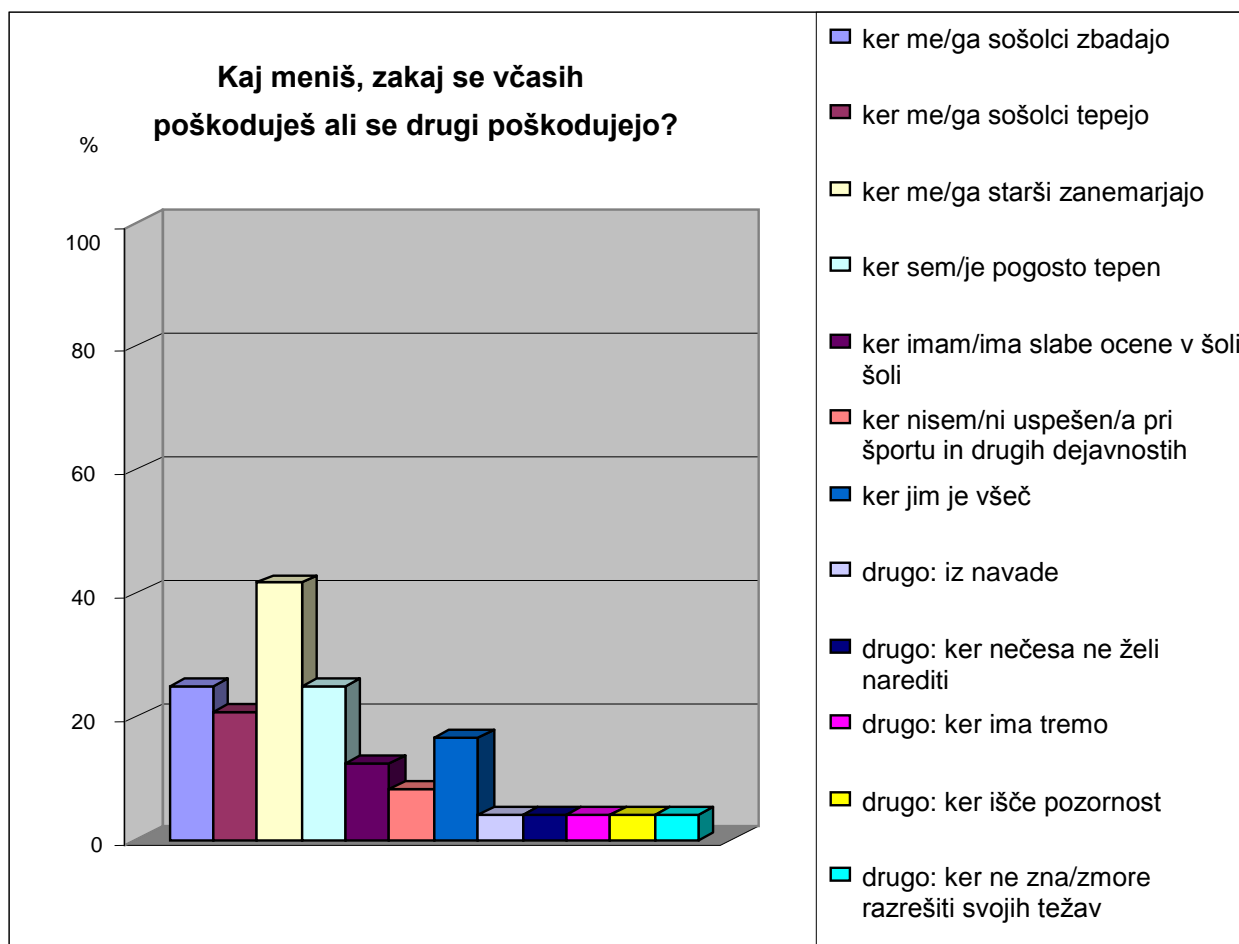
12,5 % žensk se je po poškodbi počuti isto kot prej in 54,2 % jih je obkrožilo, da tega ne počnejo. Nobena od anketirank se ni počutila jezno ali slabše.



Graf 49: Rezultati 4. anketnega vprašanja – moški.

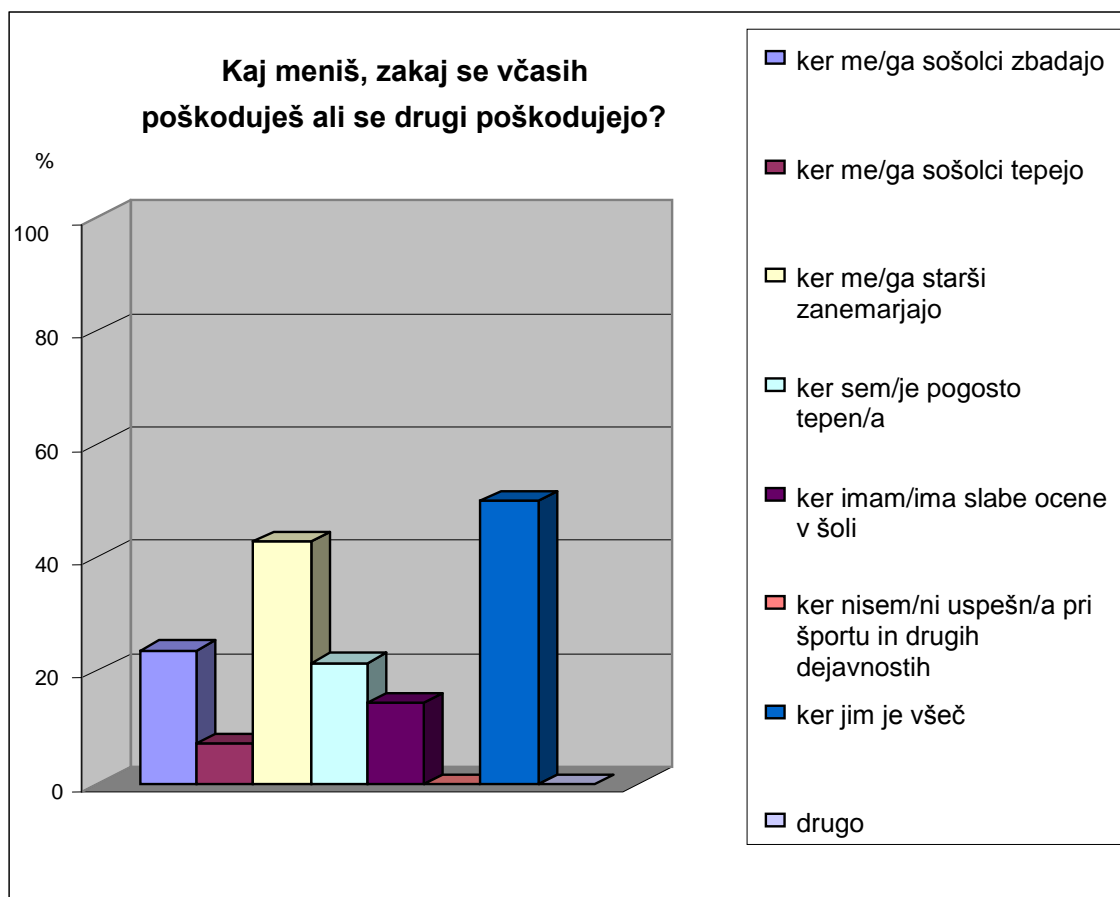
14,3 % moških se je po poškodbi počutilo olajšano, 4,5 % zadovoljno, jezno ali isto kot prej.

Noben se ni počutil slabše in kar 64,3 % jih je obkrožilo, da tega ne počnejo.



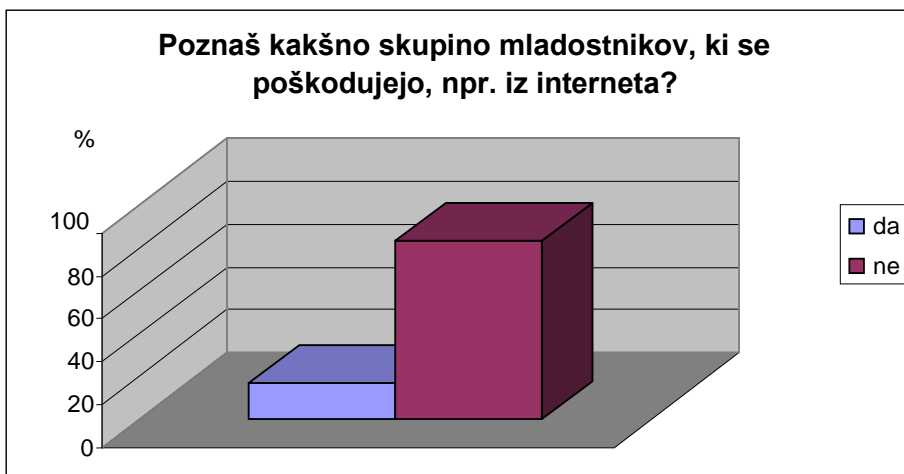
Graf 50: Rezultati 5. anketnega vprašanja – ženske.

25 % anketirank je odgovorilo, da se samopoškodovanci poškodujejo zaradi zbadanja sošolcev. 20,8 % je odgovorilo, da jih sošolci tepejo. Kar 41,7 % se jih je strinjalo, da jih starši zanemarjajo. 25 % jih je obkrožilo, da so pogosto tepeni. 12,5 % anketirank se strinja, da imajo samopoškodovanci slabe ocene v šoli. 8,3 % oseb je obkrožilo, da so vzroki v neuspehu na športnem področju in drugih dejavnostih. 16,7 % žensk meni, da, da jim je namerno poškodovanje všeč. Anketiranke so dopisale, da se poškodujejo iz navade, ali ker česa ne želijo narediti. Poškodujejo se zaradi treme, ker iščejo pozornost, ali zaradi neznanja ter nezmožnosti razreševanja svojih težav.



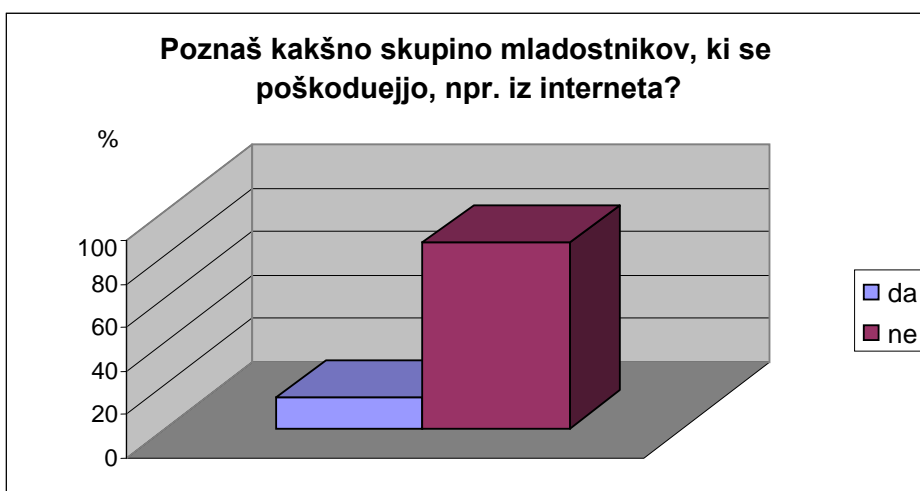
Graf 51: Rezultati 5. anketnega vprašanja – moški.

Kar polovica anketiranih je obkrožila, da so samopoškodbe samopoškodovancem všeč. 28,6 % anketirancev je obkrožilo, da se samopoškodovanci poškodujejo zaradi zbadanja sošolcev. 42,8 % moških se je strinjalo, da jih starši zanemarjajo. 21,4 % jih je odgovorilo, da so samopoškodovanci pogosto tepeni. 14,3 % se jih je strinjalo, da imajo slabe ocene v šoli. Samo 7,1 % oseb je obkrožil, da samopoškodovance pogosto tepejo.



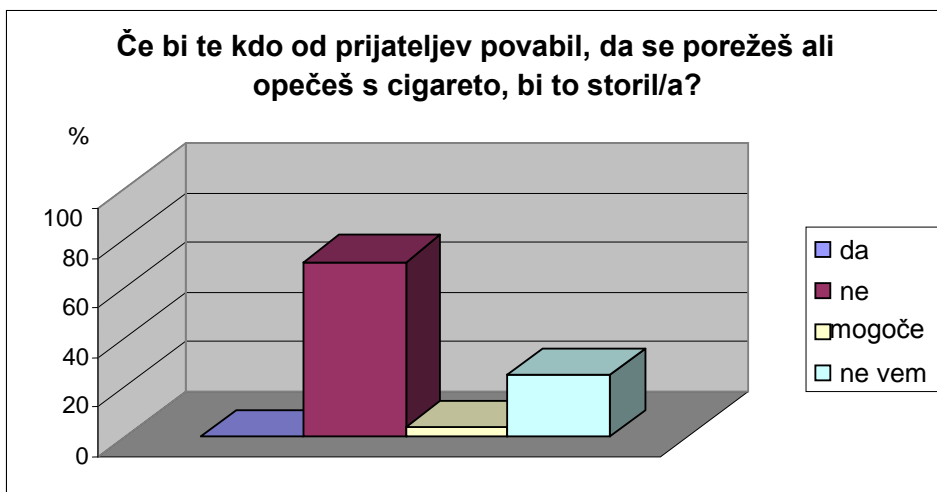
Graf 52: Rezultati 6. anketnega vprašanja – ženske.

Zanimivo je, da odrasle osebe bolje poznajo skupine mladostnikov, ki se namerno poškodujejo. Tako je kar 16,7 % žensk napisalo Jackass, 4,2 % pa je dodalo internetno stran Manekenke – anoreksija.



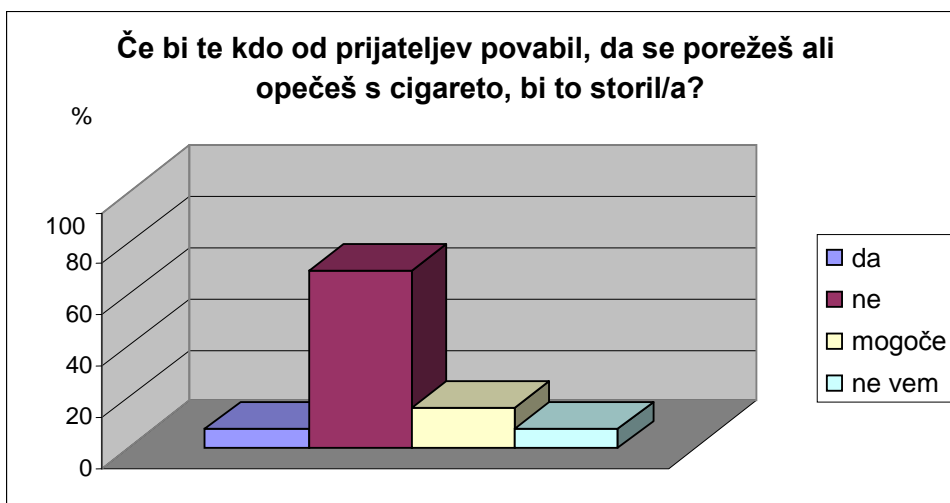
Graf 53: Rezultati 6. anketnega vprašanja – moški.

Večina anketiranih, (85,7 %) anketiranih ne pozna nobene skupine, ki bi se namerno poškodovala. 14,3 % moških pozna skupino Jackass.



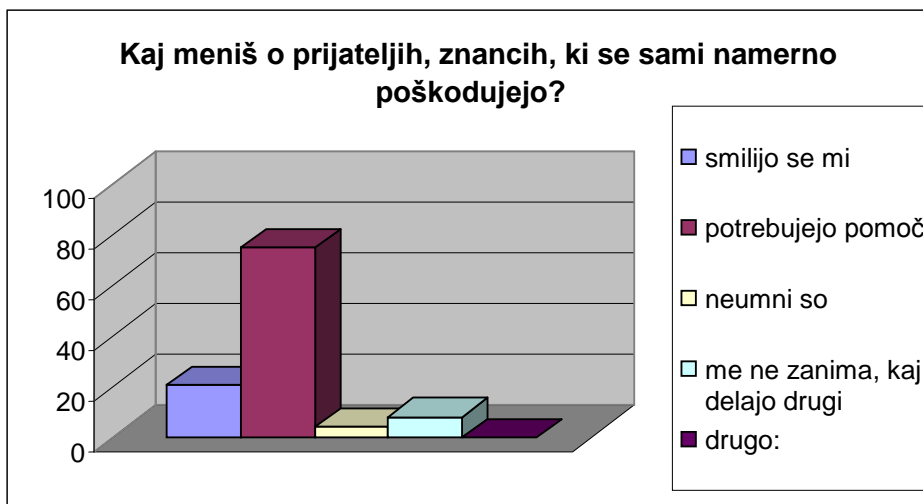
Graf 54: Rezultati 7. anketnega vprašanja – ženske.

Nobena ženska se na pobudo prijateljev ali znancev ne bi namerno poškodovala same sebe. 4,2 % anketirank bi se na pobudo mogoče poškodovalo. 25 % ne ve, kako bi se v takšnem primeru odzvale.



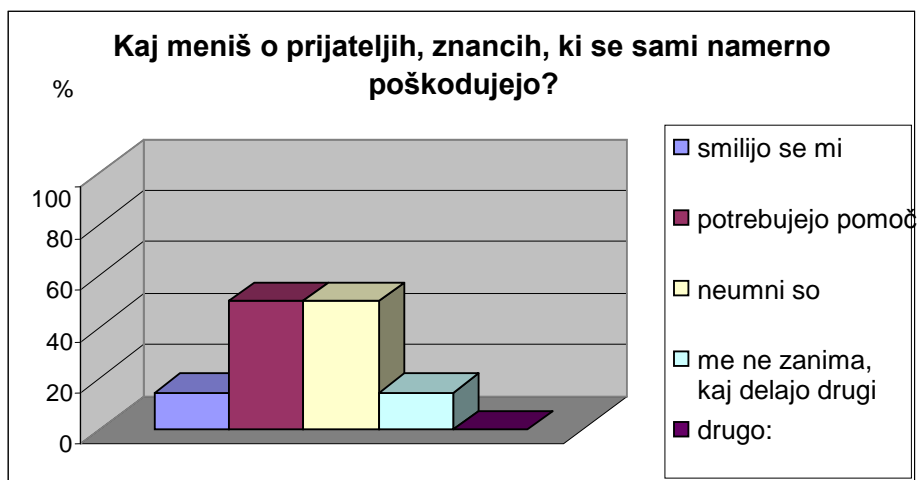
Graf 55: Rezultati 7. anketnega vprašanja – moški.

7,7 % anketirancev bi se na pobudo prijateljev poškodovalo, kar 69,2 % se ne bi odzvalo na pobudo prijateljev in 15,4 % bi se jih mogoče poškodovalo. Eden od anketiranih pa ne ve, kako bi se odzval.



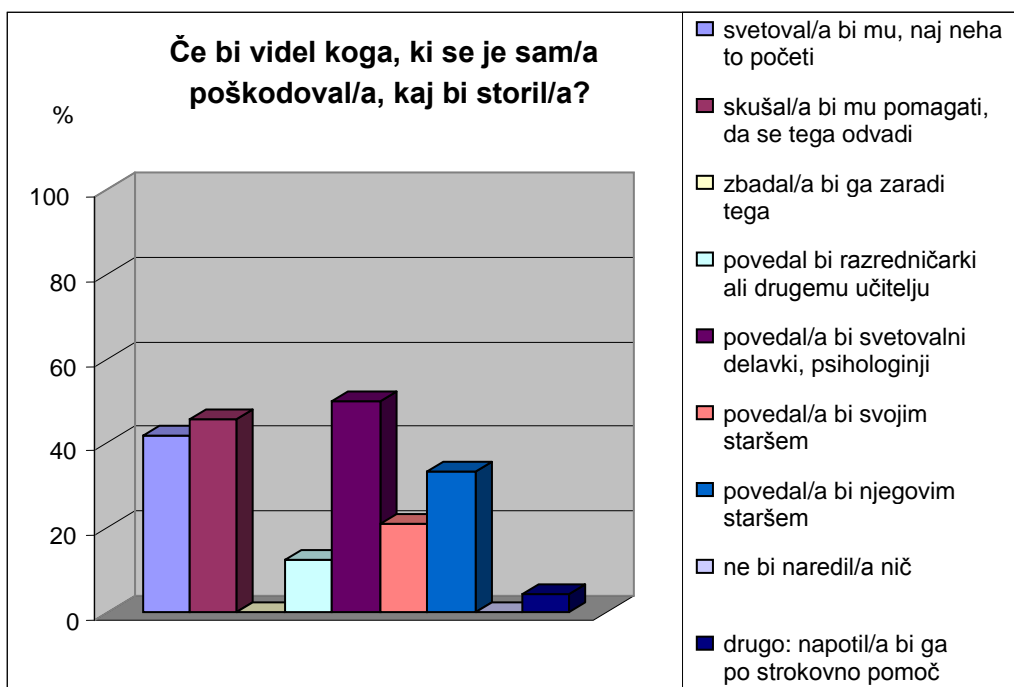
Graf 56: Rezultati 8. anketnega vprašanja - ženske.

20,8 % žensk se prijatelji, ki se namerno poškodujejo, smilijo in 75% jih meni, da takšni ljudje potrebujejo pomoč. 4,1 % oseb meni, da so samopoškodovanci neumni. 8,3 % ne zanima, kaj delajo drugi.



Graf 57: Rezultati 8. anketnega vprašanja – moški.

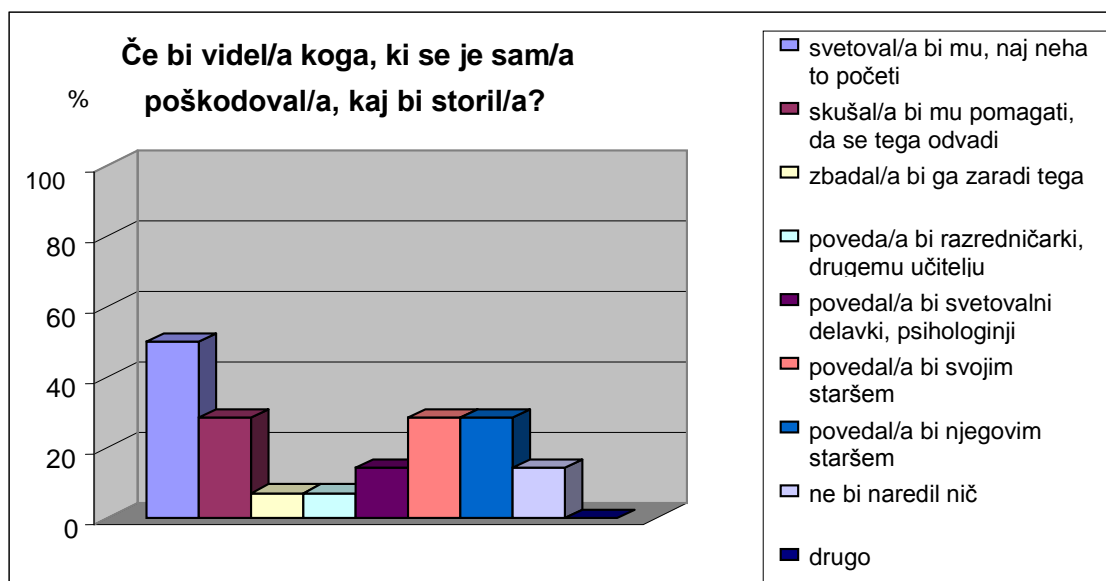
14,3 % moškim se samopoškodovanci smilijo. Kar polovica anketiranih se je strinjala, da so potrebni pomoči. Prav tak polovica je obkrožila, da so samopoškodovanci neumni.



Graf 58: Rezultati 9. anketnega vprašanja – ženske.

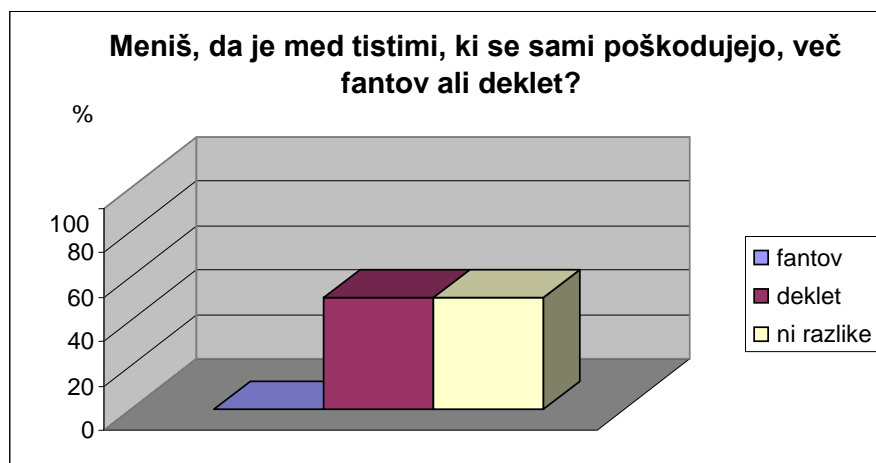
41,7 % žensk bi samopoškodovanem svetovalo, da nehajo s svojim početjem in 45,8 % anketiranih bi jim pomagalo, da se odvadijo svojega početja. Nobena od anketiranih ne bi samopoškodovanca zbadala. 12,5 % bi jih seznanilo razredničarko ali drugega učitelja. 50 % bi jih povedalo svetovalni delavki oz. psihologinji. 20,8 % bi (je) povedalo svojim staršem in 33,3 % samopoškodovančevim staršem. 4,2 % anketirank je poudarilo, da bi samopoškodovanca napotile po strokovno pomoč. Nobena ni obkrožila odgovora, da ne bi naredila ničesar ali da bi jih zbadale.





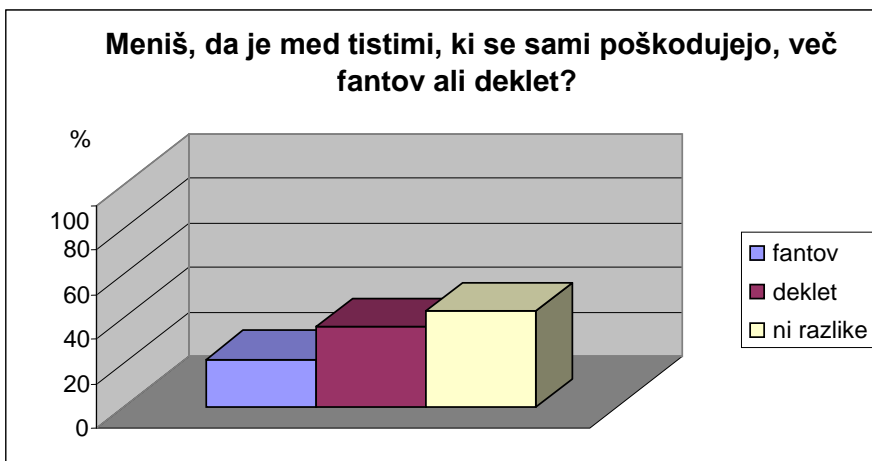
Graf 59: Rezultati 9. anketnega vprašanja – moški.

Kar polovica moških bi samopoškodovancu svetovala, da naj neha s svojim početjem. 28,6 % anketiranih bi jim pomagalo, da se odvadijo samopoškodb. 7,1 % bi jih zbadalo zaradi njihovega početja, povedalo razredničarki ali drugemu učitelju. 14,2 % bi o samopoškodbah seznanila svetovalno delavko oz. psihologinjo. 28,6 % moških bi povedalo svojim staršem in enak odstotek samopoškodovančevim staršem. 14,3 % anketirancev ne bi naredilo ničesar.



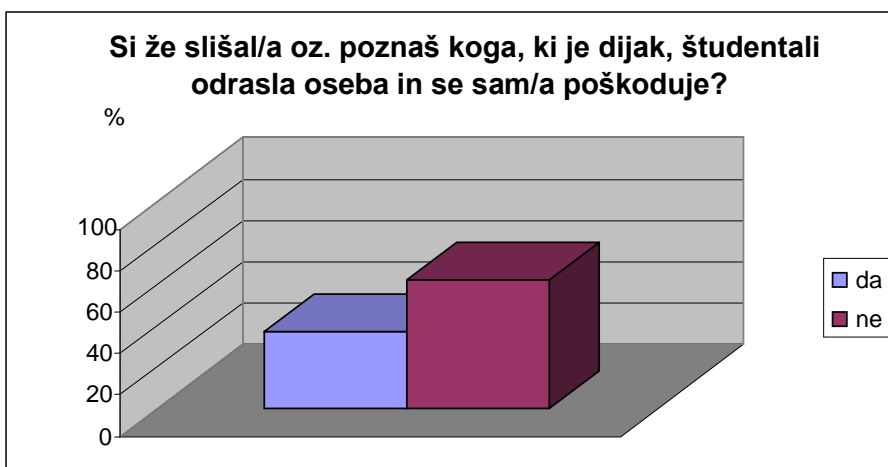
Graf 60: Rezultati 10. anketnega vprašanja – ženske.

Nobena ženska ne meni, da je med samopoškodovanci več moških oz. fantov. 50 % jih je menilo, da je več žensk oz. deklet. Prav tako polovica anketiranih meni, da ni razlike med spoloma.



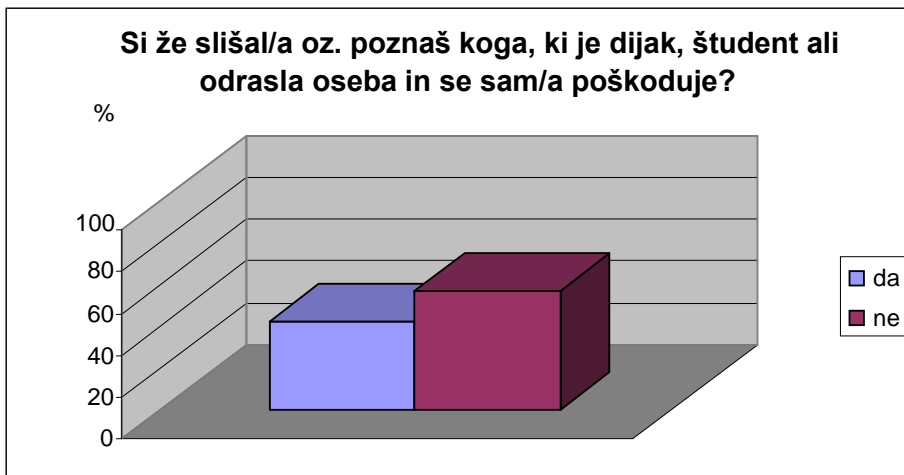
Graf 61: Rezultati 10. anketnega vprašanja – moški.

21,4 % moških je bilo mnenja, da je med samopoškodovanci več moških oz. fantov. 35,7 % anketiranih je menilo, da je več samopoškodovank. Šest oseb je obkrožilo, da ni razlike med spoloma.



Graf 62: Rezultati 11. anketnega vprašanja – ženske.

37,5 % anketirank pozna dijaka, študenta ali odraslo osebo, ki je poškodoval samega sebe. 62,5 % anketirank ne pozna nikogar, ki se namerno poškoduje.



Graf 63: Rezultati 11. anketnega vprašanja – moški.

42,9 % moških pozna dijaka, študenta ali odraslo osebo, ki je poškodoval samega sebe.

57,1 % anketiranih ne pozna nikogar, ki se namerno poškoduje.

## 4.2 INTERVJU

G. Jernej Vidmar je klinični psiholog specializiran za pedopsihiatrijo. V svojo ordinacijo sprejema osnovnošolce in srednješolce do osemnajstega leta starosti, ki imajo težke psihične motnje. Ponavadi gre za čustvene motnje, največkrat omenja tematiko samomora in »samopoškodbenega vedenja«.

Samopoškodbena vedenja so, kot je dejal g. Vidmar, skupina vedenj, pri katerih si oseba namerno poškoduje dele telesa. Pri deklicah so to plitve vreznine po rokah, trebuhu in spodnjem delu telesa, žigosanje s cigaretnimi ogorki, po katerih ostanejo še kar nekaj časa značilni krogci, ali pa pikanje s predmeti, kot je šestilo. Pri fantih najpogosteje opazajo udarce roke ali glave ob steno ali kakšen drug trd predmet. Vendar meni, da je samopoškodbe pri fantih lažje skrit, ker fantje razvijejo različna druga nevarna obnašanja, kot so pretepi oz. ekstremni športi.

Dokazano je, da je več »samopoškodbenega vedenja« pri osebah ženskega spola. G. Vidmar omenja faktor od tri- do sedemkrat večjo razširjenost takšnega vedenja. Opažanja pri samomorih so čisto obratna, saj je od dva- do trikrat več uspešnih samomorov pri osebah moškega spola.

Meni, da je samopoškodovancev, ki živijo v mestu, več, kot pa tistih, ki živijo na podeželju. Razlog je v tem, da je v mestih veliko več odtujenosti v družinah.

Z opažanji, ki jih je dobil med delom, bi lahko potrdil marsikatero študijo. Spoznal je, da je samopoškodbeno vedenje vezano na šolska ocenjevalna obdobja. Med počitnicami je manj otrok s samopoškodbenim vedenjem. Število se poveča, ko se približuje zaključevanje ocen, izpiti, matura idr.

G. Vidmar je dejal, da se je vedno treba lotiti vzroka samopoškodb in ne samo samopoškodb. Terapije se morajo med seboj prepletati in se prilagajati problemu. Po potrebi je treba poseči tudi po zdravilih, o katerih je sam dejal, da *»dajejo oporo posamezniku«*. Na vprašanje, kakšen je najpogostejši psihični profil samopoškodovanca, je odgovoril, da ga pravzaprav ni, saj tako široko paleto težav skoraj ni mogoče stlačiti v tri predalčke. Vendar jih je poskušal. Prvi predalček je pripadal skupini otrok s travmami, drugi predalček so zasedli otroci, ki so že karakterno bolj občutljivi, v tretjem so tisti otroci, ki imajo kombinacijo značajске občutljivosti in zaprtosti vase.

Na vprašanje, ali je oseba, ki se sama poškoduje, duševni bolnik ali ima zgolj nagnjenja k duševnim motnjam, sem dobila odgovor, da praviloma taka oseba ni duševni bolnik, vendar imamo vsi nagnjenja k duševnim motnjam. Od našega okolja in od nas samih je odvisno ali bomo to motnjo razvili. Nekatere osebe, ki imajo razvito kakšno duševno motnjo (npr. shizofrenija), se lahko ob tej motnji tudi namerno sami poškodujejo, vendar to ni pravilo, saj se nekateri, ki so tudi razvili določeno duševno motnjo, poškodujejo.

Marsikdo pozna nekoga, ki se namerno poškoduje in ne ve, kako bi se na takšno dejanje odzval. G. Vidmar je povedal eno od možnosti za pomoč takšni osebi. Potrebno se je odzvati na klice na pomoč in s tem posamezniku, ki se samo poškoduje sporočiti, da je nekdo opazil, da klici *»na pomoč«* niso naleteli na gluha ušesa. Osebam, ki se same poškodujejo, je potrebno nuditi pomoč in razumevanje, vendar se po besedah g. Vidmarja nikakor ni pametno postaviti v vlogo zdravnika, rešitelja ali psihologa. To ni naša naloga; mi osebo postavimo le na pravo pot. Mi moramo ostati njen prijatelj, ki ji daje pomoč in oporo.

## 5 RAZPRAVA

### 5.1 OVREDNOTENJE HIPOTEZ

Postavila sem naslednje hipoteze:

1. **HIPOTEZA:** Za samopoškodbe je najpogostejši vzrok slaba oz. prenizka samopodoba. Na OŠ Maksa Durjave prevladuje mnenje, da se ljudje sami poškodujejo, ker jim je všeč. Učenci tudi menijo, da je krivo zbadanje sošolcev, slabe ocene in neuspešnost pri dejavnostih. 20 % učenk in učencev je mnenja, da je vzrok tudi zanemarjanje staršev. Na OŠ Laporje skoraj 30 % učenk in učencev meni, da je vzrok tepež sošolcev. Učenke so izbrale kot vzroke tudi slabe ocene, ker jim je takšno početje všeč in zanemarjanje staršev ter neuspešnost pri športu. Učenci niso pripisali nobenega pomena slabim ocenam. Pri krajankah Slovenske Bistrice prevladuje mnenje, da je krivo zanemarjanje staršev, sledi zbadanje sošolcev in tepež. Veliko bolj so se poglobile v problem. Kar polovica moških meni, da to počnejo, ker jim je namerno poškodovanje samega sebe všeč, sledi zanemarjanje staršev in zbadanje ter tepež.

Večina oseb, ki namerno poškoduje samega sebe, ima prenizko samopodobo. Samopodoba se oblikuje v skladu z okolico, v kateri odraščamo. Če je otrok že v otroštvu zapostavljen in ga starši zanemarjajo, največkrat težko vzpostavi stik z vrstniki. Zaradi tega se počuti odmaknjeno. Je zelo občutljiv in zaradi tega ranljiv. Da ga sošolci zbadajo, tepejo in ni uspešen pri raznih dejavnostih, ne pomaga. Ker ne najde načina, s katerim bi komuniciral z okolico in ker ne zna izražati svojih čustev, se lahko začne namerno poškodovati. Menim, da sem hipotezo potrdila.

2. **HIPOTEZA:** Ljudje so dobro seznanjeni s problemom samopoškodb med mladimi. Pri učencih iz OŠ Maksa Durjave prevladuje mnenje, da so samopoškodovanci neumni in kar 25 % učenk in učencev bi posameznike zbadalo, vendar so tudi mnenja, da takšne osebe potrebujejo pomoč. Na OŠ Laporje prevladuje mnenje, da potrebujejo pomoč in kar 50 % učencev meni, da so takšni ljudje neumni. 15–20 % učenk in učencev ne zanima, kaj delajo drugi. Tudi pri analizah krajanov Slovenske Bistrice so podobni rezultati. Moški manj sočustvujejo s posamezniki, ki namerno poškodujejo samega sebe.

To hipotezo sem potrdila, saj veliko odraslih pozna problem samopoškodb. Je pa res, da starejši ljudje in otroci stari okrog deset let ne vedo natančno, kaj je to samopoškodba in jo

zamenjujejo z nezgodo. Grizenje nohtov je najpogostejša samopoškodba, vendar ljudje ne razmišljajo verjetno o grizenju na tak način. Toda tudi »dobro« je relativen pojem. Ker se o namernem poškodovanju samega sebe malo govori in je o tem malo napisanega v slovenski literaturi, so odrasli dejansko slabo seznanjeni s samopoškodbami. Menim, da bi lahko veliko več storili na tem področju.

3. HIPOTEZA: Če ljudje na najstniku najdejo sledove samopoškodb, poskušajo stopit v stik s to osebo oz. najstnikom.

Večina učenk OŠ Maksa Durjave bi posamezniku skušala pomagati, da bi se početja odvadi. Kar 75 % učencev in 55 % učenk bi jim svetovalo, da naj nehajo s takšnim početjem. Fantje bi jih zbadali (25 %). Nasploh bi o početju obvestili učitelja, svetovalno delavko, psihologa ali starše. Na OŠ Laporje bi večina učenk in učencev osebi, ki se poškoduje, svetovala, da naj nehajo s takšnim početjem in ji skušala pomagati. Večji delež učenk bi pomagalo. Več kot tretjina učencev bi obvestila njene starše. Prav tako bi povedali zaposlenim na šoli. Nihče od učencev in učenk jih ne bi zbadal. 50 % krajank Slovenske Bistrice bi povedalo svetovalni delavki in psihologinji. Nekoliko manjši odstotek žensk bi jim skušal pomagati in svetoval, da naj se takega početja odvadijo; tudi moški bi svetovali enako. Enak delež (28,6 %) moških bi jim pomagal in povedal svojim ali njegovim staršem.

Tudi to hipotezo sem potrdila, saj je zelo veliko anketiranih, ne glede na leta, odgovorilo, da bi takšnim osebam svetovali in jim pomagali, da se odvadijo namernega poškodovanja samega sebe. Veliko anketiranih meni, da te osebe potrebujejo pomoč. Marsikomu se smilijo. Določeni skupini ljudi pa je vseeno, kaj delajo drugi. Zanimivo je, da bi veliko učencev iz mesta takšne osebe zbadalo, iz podeželja pa nihče. To je pokazatelj slabih odnosov med učenci v večjih mestih.

4. HIPOTEZA: Ljudje so pripravljene pomagati in prisluhniti ljudem v stiski.

Tudi to hipotezo sem potrdila, ker je veliko anketiranih odgovorilo, da bi tem osebam pomagali iz stiske in jim stali ob strani tudi v najhujših trenutkih. G. Vidmar je povedal, se je potrebno odzvati na klice na pomoč in s tem posamezniku, ki se namerno poškoduje, sporočiti, da je nekdo opazil, da klici »na pomoč« niso naleteli na gluha ušesa. Osebam, ki se namerno poškodujejo, je potrebno nuditi pomoč in razumevanje, vendar se ni pametno postaviti v vlogo zdravnika, rešitelja ali psihologa. To ima lahko negativne posledice.

5. HIPOTEZA: Določeni sošolci se izogibajo osebam, ki namerno poškodujejo samega sebe, drugi pa jim pomagajo in jih poskušajo razumeti.

10 % učenk OŠ Maksa Durjave in 18 % učencev ne bi naredilo nič, če bi opazili osebo, ki se namerno sama poškoduje. 16 % učenk in skoraj 20 % učencev OŠ Laporje ne bi storilo ničesar. 8,3 % krajanek in 14,3 % krajanov Slovenske Bistrice se tudi ne bi odzvalo. Povsod prevladujejo moški, manj je žensk.

To hipotezo težko potrdim ali ovržem. Marsikdo ne ve, da njihov sošolec namerno poškoduje samega sebe. Nekateri poškodbe dobro skrivajo in najdejo zelo prepričljive izgovore, če poškodbe odkrijemo. Vprašanje je hipotetično, zato je vprašljivo, ali bi se ljudje v konkretni situaciji odzvali tako, kot so zapisali. Vseeno je anketa dala nekaj statističnih podatkov.

6. HIPOTEZA: Samopoškodbe so bolj pogoste pri učenkah.

G. Vidmar je, povedal, da je dokazano več »samopoškodbenega vedenja« pri osebah ženskega spola, kar tri- do sedemkrat več. Le uspešnih samomorov je dva- do trikrat več pri moškem spolu. 61,2 % učenk OŠ Maksa Durjave in kar 75 % učencev je že namerno poškodovalo samega sebe.

36,4 % učenk se je po poškodbi počutilo olajšano ali isto kot prej. 16,6 % učencev se je počutilo olajšano in 8,4 % zadovoljno. Na OŠ Laporje se je 24 % učenk in 38,8 % učencev že namerno poškodovalo. Skoraj 20 % učenk in 9 % učencev se je počutilo olajšano. 11 % učenk se je počutilo zadovoljne. Učenci so večinoma le poskušali. Kar 50 % krajanek in 43 % krajanov Slovenske Bistrice se je v življenju namerno poškodovalo. 33 % krajanek in 19 % krajanov se je po poškodbi počutilo olajšano ali zadovoljno. Le ena gospa je dopisala, da med samopoškodbe uvrščamo tudi samomor. V anketo ga namenoma nisem uvrstila, ker me je zanimalo, kako dobro so ljudje seznanjeni s samopoškodbami.

Tudi to hipotezo sem potrdila, ker so ankete pokazale, da so samopoškodbe bolj pogoste pri pripadnicah ženskega spola.

7. HIPOTEZA: Ljudje s samopoškodbami v povprečju pričnejo v puberteti;

61,2 % učenk OŠ Maksa Durjave in kar 75 % učencev je že namerno poškodovalo samega sebe. Velika večina si grize nohte, nekoliko manj jih tvega tako, da divja npr. s kolesom. 50 % učenk pozna nekoga, ki se reže z ostrimi predmeti in kar 44,4 % take, ki se pikajo, 27 % se jih praska do krvavega in boksa v steno ter 11 % se žge z vžigalnikom. Na OŠ Laporje se je 24 %

učenk in 39 % učencev že namerno poškodovalo. Največ je takih, ki si grizejo nohte. Na drugem mestu so tisti, ki veliko tvegajo. Sledijo tisti, ki se zaletavajo in boksajo v steno. Med učenci je več praskanja in žganja s cigaretami. Pri učenkah je nekoliko več pikanja z ostrimi predmeti. Med krajani Slovenske Bistrice jih je največ grizlo nohte in veliko tvegalo na cesti. Nekoliko več moških se spomni praskanja in rezanja z ostrimi predmeti. Ženske so pogosteje obkrožile zaletavanje v steno.

To hipotezo sem potrdila. Ljudje v obdobju pubertete pogosto eksperimentiramo. Dokaz so rezultati moje ankete. Veliko oseb, ki so že končali osnovno šolo, je priznalo, da so se nekoč v življenju namerno poškodovali. Nekateri so se poškodovali še v srednji šoli. Večina je takšna dejanja opustila, saj so le poskusili.

#### 8. HIPOTEZA: Samopoškodbe so pogoste pri mladih, ki imajo neurejene družine.

Te hipoteze ne morem potrditi niti ovreči. Veliko anketiranih je obkrožilo, da jih starši zanemarjajo, drugi s samopoškodbami samo eksperimentirajo, ali pa so jih starši razvadili. Takšni otroci so naveličani sveta in ne vedo, kaj lahko še naredijo, zato se zatečejo k samopoškodbam. O tem je poročala tudi informativna oddaja Svet na A Kanalu (4. 9. 2007). Objavili so prispevek o OŠ v Savskem naselju, kjer je učenka priznala, da se je na šoli oblikovala skupina otrok, ki med odmori namerno poškoduje samega sebe. Tudi na internetu obstaja skupina, ki v svoje kroge vabi posameznike, ki se želijo družiti. Spodbuja jih k samopoškodbam.

#### 9. HIPOTEZA: Več samopoškodb je med učenci, ki živijo v večjih mestih.

61,2 % učenk OŠ Maksa Durjave in kar 75 % učencev se je že samo poškodovalo. Na OŠ Laporje se je 24 % učenk in 39 % učencev že namerno poškodovalo. Čeprav so učenci večinoma le poskušali, so skupni podatki osupljivi. Kar 37 % učenk v mestu in 20 % v kraju Laporje je verjetno resničen odstotek samopoškodovank, ker so se po poškodbi počutile bolje. V mestu je za 17 % več samopoškodb med učenkami. V mestu je okrog 25 % učencev, ki se poškodujejo. Na podeželju le 20 %.

Menim, da sem hipotezo potrdila. Moj raziskovalni vzorec je obsegal 165 oseb. Zanimivo bi bilo anketirati več učencev mestnih šol. Lahko bi vključili več mestnih in podeželskih šol ter jih med seboj primerjali.



## **5.2 RAZISKOVALNI INTERVJU Z G. JERNEJEM VIDMARJEM**

Ko sem intervjuvala g. Jerneja Vidmarja, sem ugotovila, da ima rad svojo službo, da rad pomaga mladim, ki imajo čustvene motnje. V to skupino spada tudi t.i. »samopoškodbeno vedenje«, ki je v največji meri prisotno pri ženskah. Po njegovem mnenju se tudi fantje velikokrat namerno poškodujejo, vendar za poškodbe izberejo ekstremne športe. Razlog za takšno moteno vedenje je zelo pogosto odtujenost v družini, ki je prisotna predvsem v mestih. Je pa res, da nekateri samopoškodbe samo izkoriščajo, da se izognejo svojim dolžnostim, spet drugi iščejo pozornost.

Pri odpravljanju težav se je treba najprej lotiti vzroka za samopoškodbe in ne poškodb samih. Terapijo je treba prilagajati problemu, zato ni neke univerzalne terapije. V določenih primerih je seveda treba poseči tudi po zdravilih. Samopoškodovanec praviloma ni duševni bolnik, vsi pa imamo nagnjenja k duševnim motnjam. Zato samopoškodbe lahko spremlja kakšna duševna motnja, vendar to ni pravilo.

## **5.3 SINTEZA**

V preteklosti so imeli ljudje veliko več časa in posluha za ljudi okoli sebe in tudi zase. Samopoškodba je bila samo posvetni ali verski obred, dandanes se k takšnemu vedenju zateka vse več mladih. Vendar ne zaradi obredov, ampak zaradi stiske, ki jo doživljajo. Težave največkrat nastopijo že v zgodnjem otroštvu. Takšni otroci velikokrat živijo v družini, kjer jih eden od staršev, največkrat je to oče, psihično ali fizično zlorablja. Velikokrat otrokom ni dovoljeno izražati svojih čustev (jeze, žalosti, svojega mnenja). Nadalje takšen otrok kot najstnik ne zna izražati svojega mnenja, počuti se odrinjenega, nedružabnega, saj nikomur ne pusti blizu in je nedostopen. Ko se znajde v težavah, ne poišče pomoči, saj ne ve, kje in kako naj jo poišče. Ker v otroštvu ni smel pokazati neuspeha, poskuša vse rešiti sam. To mu vedno ne uspe. K slabemu počutju, ki ga spremlja, se pridružijo še vihrava čustva in občutljivost adolescenčnega obdobja. Najlažja pot, kako pozabiti vse skrbi, je samopoškodba, ki deluje kakor mamilo narkomanom. Skozi fizično bolečino izrazijo psihično oz. notranjo bolečino, a ker se ta napetost čez nekaj časa znova vrne, poškodbo znova ponovijo in se tako znajdejo v začaranem krogu samopoškodb.

Vzrokov za samopoškodbe je zelo veliko. Nekateri namerno poškodujejo samega sebe tudi zato, ker se počutijo odtujeni in menijo, da jih okolje ter vrstniki ne sprejemajo. Upajo, da jih bo sprejela vsaja tista družba, ki je že podvržena samopoškodbam. Posnemajo jih in upajo, da jih bodo sprejeli medse, če bodo enaki kot oni.

Spet drugi hočejo z ljudmi okoli sebe manipulirati. Največkrat izsiljujejo in ustrahujejo starše. Če ne morejo doseči svojega »prav«, grozijo, da se bodo poškodovali. Najhuje je, da jim starši verjamejo in jim ustrezajo. Spet drugi s samopoškodbami iščejo pozornost, in sicer iščejo pozornost vsepovsod: pri starših, učiteljih, vrstnikih, znancih.

Nekateri najstniki so samo radovedni in se sprašujejo, kako je, ko se poškoduješ, kaj ob samopoškodbi občutiš. Vendar ti radovedneži niso rizična skupina za nadaljnje samopoškodbe, ker med poškodbo ne občutijo olajšanja in razbremenitve, ki jo občutijo samopoškodovanci.

Kadar spoznamo osebo, ki se namerno poškoduje, največkrat ne vemo, kako se pravilno odzvati. Postavljajo se nam raznovrstna vprašanja: Naj povem drugim? Naj poškodbe spregledam? Naj se te osebe izogibam? V intervjuju z g. Jernejem Vidmarjem sem dobila odgovore na vsa vprašanja, saj je povedal, da moramo takšni osebi, ki namerno poškoduje samo sebe, dati vedeti, da smo opazili poškodbe. Samopoškodovanec mora dobiti zaupanje v nas, da mu bomo pomagali oz. posredovali njegov klic na pomoč. Moramo ga poslušati in ga poskušati razumeti. V intervjuju je g. Vidmar tudi poudaril, da ljudje, ki jim poškodovanci zaupajo, navadno niso usposobljeni za svetovanje in pomoč. Samopoškodovanca lahko samo napotijo na pravo pot, k psihologu in drugim usposobljenim osebam.

Dandanes smo ljudje vedno bolj odtujeni. Vedno manj imamo časa za prijatelje, znance in družino. Iz leta v leto smo podvrženi vedno večjemu stresu. Moramo se vprašati, kako dolgo bomo zdržali v takšnem tempu življenja, ali bomo pustili, da postanemo žrtev samega sebe in ali bomo res tisti, ki bomo »zavozili« svoje življenje ter propadli. Ljudje, ki se poškodujejo, se vprašajo: »Zakaj bi iskal pomoč, če bom znova in znova ostal sam s svojimi težavami? Kdo mi bo pomagal, saj so vsi okoli mene zaposleni sami s seboj? Kako naj doma povem, da ne zmorem več prenašati tega bremena? S kom naj se pogovorim, ko mislim, da se vsi obračajo za menoj, da me berejo kot odprto knjigo, da se zgražajo, ko me vidijo – komu naj povem?«

Nato najdejo prijateljico – samopoškodbo, ki za nekaj časa odnese vse težave. Ko problemi znova potrkaajo na njihova vrata, znova »obiščejo« nekoga, ki jim bo prisluhnil, pomagal – vsaj za nekaj časa.

Ker veliko otrok ne razlikuje med namernim poškodovanjem samega sebe in nezgodo, bi bilo dobro čim mlajše učence poučiti tako o enem kot o drugem dejanju in jih naučiti, kako pregnati stres ter kako se spopadati s težavami. Morda bi z osveščanjem otrok in odraslih zmanjšali in omejili tako vedenje. Prav tako odrasli velikokrat ne poznajo dovolj dobro vedenja, ki je značilno za osebe, ki so nagnjene k poškodovanju samega sebe. Menim, da bi se morali o težavah in samopoškodbah med mladimi več pogovarjati. Problem bi lahko poskusili rešiti, in sicer z delavnicami ali z branjem strokovne literature na to temo, vendar je žal v Sloveniji primanjkuje. V časopisih in na slovenskih spletnih straneh se sicer objavljajo članki, vendar v premajhni meri. Večino informacij je mogoče najti na tujih spletnih straneh in v tuji strokovni literaturi. Dobrodošla bi bila dobra strokovna knjiga v slovenskem jeziku.

## **6 ZAKLJUČEK**

V raziskovalni nalogi sem spoznala, kaj sploh je samopoškodba in kakšno vedenje je značilno za takšne osebe. Samopoškodba je zavestno in namerno poškodovanje samega sebe, pri tem pa samopoškodovanec nima namena narediti samomora. Samopoškodba je proti sebi usmerjeno nasilje ali pohabljanje samega sebe. Je samouničevalni način za spopadanje s čustvi ali s stisko. Takšno poškodovanje je bilo včasih posvetni ali verski obred, toda dandanes se k poškodovanju samega sebe zateka veliko več mladih. Vendar ne zaradi obredov, ampak zaradi stiske, ki jo doživljajo. Začetek vsega je pritisk, ki narašča, ko ne zmorejo ali znajo reševati svojih problemov. Pomoči ne poiščejo zaradi sramu ali straha pred očitki okolice. Včasih se bojijo zavrnitve in izločitve drugih. Najpogostejša in najbolj poznana oblika samopoškodbe je površinsko rezanje, predvsem na notranji strani stegen, po trebuhu in seveda na podlahti. So tudi druge pogoste vrste samopoškodb, kot so žigosanje telesa z različnimi razbeljenimi predmeti, pretiran »piercing« ali tetoviranje, praskanje kože, trganje napol zaceljenih ran in zadnje čase vse bolj popularne prehranjevalne motnje pri manekenkah. Poznamo tudi nekoliko manj nevarno samopoškodbo, in sicer grizenje nohtov in kože ob njej. Manj razširjena načina samopoškodbe – ki sežeta v skrajnost – sta na primer kastriranje in samomor. Pri namerni poškodbi samega sebe ne gre vedno za blage poškodbe, ampak so le-te lahko tako hude, da človek celo umre.

V raziskovalni nalogi sem uporabila metodo anketiranja in intervjuvanja. V intervjuju z gospodom Jernejem Vidmarjem sem spoznala načine in resnične motive za namerno poškodovanje samega sebe. Anketirala sem učenke in učence OŠ Gustava Šiliha Laporje, OŠ Maksa Durjave in krajanje Slovenske Bistrice. Rezultate anket in intervjuja sem analizirala in grafično predstavila. Večino hipotez, ki sem jih zastavila, sem potrdila. Ugotovila sem, da je za samopoškodbe najpogostejši vzrok slaba oz. prenizka samopodoba. Ljudje so dobro seznanjeni s problemom samopoškodb med mladimi. Če ljudje na najstniku najdejo sledove le-teh, poskušajo stopiti v stik z njimi ter so jim pripravljene pomagati in prisluhniti. Določeni sošolci se izogibajo osebam, ki namerno poškodujejo samega sebe, drugi pa jim pomagajo in jih poskušajo razumeti. Poškodovanje samega sebe se pogosto prične v puberteti in je bolj pogosto pri dekletih in mladih, ki živijo v neurejenih družinskih razmerah. Prav tako je več samopoškodb pri učencih, ki živijo v večjih mestih.

## **7 IZHODIŠČA ZA NADALJNJE RAZISKAVE**

Zanimivo bi bilo raziskati še naslednja področja:

- Anketirati več mestnih šol in šol iz podeželja in rezultate primerjati.
- Narediti analizo samopoškodovancev po izobrazbi.
- Primerjati razširjenost samopoškodb v Sloveniji z državami drugod po svetu.
- Narediti raziskavo med samopoškodovanci. V kakšnih bivalnih razmerah živijo in kakšen poklic imajo.
- Razširjeno raziskavo primerjati z raziskavami narejenimi pred petdesetimi leti.

## 8. LITERATURA

### 8.1. VIRI

- [<sup>1</sup>] [http:// www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid](http://www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid)
- [2] Klobučar, R. Nataša. 2007. Otrok in družina. Ljubljana.
- [3] [http:// www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid](http://www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid)
- [4] [http:// www.viva.si/članek.asp?id=1182](http://www.viva.si/članek.asp?id=1182)
- [5] [http:// www.viva.si/članek.asp?id=1182](http://www.viva.si/članek.asp?id=1182)
- [6] Klobučar, R. Nataša. 2007. Otrok in družina. Ljubljana.
- [7] [http:// www.viva.si/članek.asp?id=1182](http://www.viva.si/članek.asp?id=1182)
- [8] [http:// www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid](http://www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid)
- [9] [http:// www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid](http://www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid)
- [10] [http:// www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid](http://www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid)
- [11] [http:// www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid](http://www.bambino.si/forum/viewtopic.php?t=3247&sid)

### 8.2. LITERATURA SLIK

1. Internet Explorer. Pridobljeno 4. 2 2008.  
[www.najportal.si/?vsebina=albumi&podvsebina=ogled\\_slike&id=389](http://www.najportal.si/?vsebina=albumi&podvsebina=ogled_slike&id=389)
2. Internet Explorer. Pridobljeno 4. 2 2008.  
[www.img257.imageshack.us/.../7129/rezanje37qgka9.jpg](http://www.img257.imageshack.us/.../7129/rezanje37qgka9.jpg)
2. 3. Internet Explorer. Pridobljeno 4. 2 2008.  
[www.geocities.com/gabrielhaas/Buf\\_f\\_anorexic.jpg](http://www.geocities.com/gabrielhaas/Buf_f_anorexic.jpg)
4. Internet Explorer. Pridobljeno 4. 2 2008.  
[www.humanillnesses.com/images/hdc\\_0000\\_0001\\_0...](http://www.humanillnesses.com/images/hdc_0000_0001_0...)
5. Internet Explorer. Pridobljeno 4. 2 2008.

[bp3.blogger.com/\\_nZ\\_QTwx37Wk/Rm5UKHyL5I/AAAA](http://bp3.blogger.com/_nZ_QTwx37Wk/Rm5UKHyL5I/AAAA)

6. Internet Explorer. Pridobljeno 4. 2 2008.

[www.geocities.com/suisajdo/britvica-krvava.gif](http://www.geocities.com/suisajdo/britvica-krvava.gif)

7. Internet Explorer. Pridobljeno 4. 2 2008.

[www.voltairenet.org/IMG/jpg/webDROGA.jpg](http://www.voltairenet.org/IMG/jpg/webDROGA.jpg)

### **8.3. GRAFI**

Graf 1: Vzorec anketiranih učencev glede na spol na OŠ Maksa Durjave.

Graf 2: Grafični prikaz 2. anketnega vprašanja – učenke

Graf 3: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – učenci

Graf 4: Samo-poškodovanost pri anketirankah.

Graf 5: Samo-poškodovanost pri anketiranih učencih.

Graf 6: Počutje samo-poškodovank po poškodbi.

Graf 7: Počutje samo-poškodovancev po poškodbi.

Graf 8: Grafični prikaz rezultatov 5. anketnega vprašanja – učenke.

Graf 9: Grafični prikaz rezultatov 5. anketnega vprašanja – učenci.

Graf 10: Poznavanje skupin, ki se samo -poškodujejo - učenke.

Graf 11: Poznavanje skupin, ki se samo -poškodujejo – učenci.

Graf 12: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenke.

Graf 13: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenci.

Graf 14: Mnenja učenk o prijateljih, ki se samo-poškodujejo.

Graf 15: Mnenja učencev o prijateljih, ki se samo-poškodujejo.

Graf 16: Rezultati 9. anketnega vprašanja – učenke

Graf 17: Rezultati 9. anketnega vprašanja – učenci.

Graf 18: Rezultati 10. anketnega vprašanja – učenke.

Graf 19: Rezultati 10. anketnega vprašanja – učenci.

Graf 20: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenke.

Graf 21: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenci.

Graf 22: Vzorec anketiranih učencev OŠ Gustava Šiliha Laporje.

Graf 23: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – učenke.

Graf 24: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – učenci.

Graf 25: Rezultati 3. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 26: Rezultati 3. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 27: Rezultati 4. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 28: Rezultati 4. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 29: Rezultati 5. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 30: Rezultati 5. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 31: Rezultat 6. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 32: Rezultat 6. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 33: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 34: Rezultati 7. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 35: Rezultati 8. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 36: Rezultati 8. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 37: Rezultati 9. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 38: Rezultati 8. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 39: Rezultati 10. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 40: Rezultati 190. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 41: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenke.  
Graf 42: Rezultati 11. anketnega vprašanja – učenci.  
Graf 43: Vzorec anketiranih krajanov glede na spol.  
Graf 44: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – ženske.  
Graf 45: Grafični prikaz rezultatov 2. anketnega vprašanja – moški.  
Graf 46: Rezultati 3. anketnega vprašanja – ženske.  
Graf 47: Rezultati 3. anketnega vprašanja – moški.  
Graf 48: Rezultati 4. anketnega vprašanja – ženske.  
Graf 49: Rezultati 4. anketnega vprašanja – moški.  
Graf 50: Rezultati 5. anketnega vprašanja – ženske.  
Graf 51: Rezultati 5. anketnega vprašanja – moški.  
Graf 52: Rezultati 6. anketnega vprašanja – ženske.  
Graf 53: Rezultati 6. anketnega vprašanja – moški.  
Graf 54: Rezultati 7. anketnega vprašanja – ženske.  
Graf 55: Rezultati 7. anketnega vprašanja – moški.  
Graf 56: Rezultati 8. anketnega vprašanja - ženske.  
Graf 57: Rezultati 8. anketnega vprašanja – moški.  
Graf 58: Rezultati 9. anketnega vprašanja – ženske.

Graf 59: Rezultati 9. anketnega vprašanja – moški.

Graf 60: Rezultati 10. anketnega vprašanja – ženske.

Graf 61: Rezultati 10. anketnega vprašanja – moški.

Graf 62: Rezultati 11. anketnega vprašanja – ženske.

Graf 63: Rezultati 11. anketnega vprašanja – moški.

#### **8.4. PRILOGE**

Priloga 1: Vprašanja za raziskovalni intervju.

Priloga 2: Anketni vprašalnik.



## VPRAŠANJA ZA RAZISKOVALNI INTERVJU

1. Najprej bi Vas prosila, če bi lahko povedali kaj več o sebi. (Kdo ste, s čim se ukvarjate, kako dolgo se že s tem ukvarjate in predvsem kaj Vas pri tem poklicu najbolj veseli?).
2. Kaj vi razumete pod izrazom samopoškodba oz. samopoškodovanje?
3. Ali menite, da je več mladih samopoškodovancev, ki živijo v mestu ali na podeželju. Ali pa mogoče na podeželju družine samo bolj skrivajo samopoškodbe?
4. Koliko so samopoškodovanci v povprečju stari? Ali je dokazano, da je več samopoškodb pri pripadnicah ženskega spola, saj sem tako zasledila v literaturi?
5. Vi ste psiholog. Ali zdravite tudi ljudi, ki namerno poškodujejo samega sebe in bi lahko navedli kakšen primer, ki se Vam je še posebno vtisnil v spomin?
6. Kakšne oblike terapije so po Vašem mnenju najučinkovitejše?
7. Kakšen je najpogostejši profil samopoškodovanca?
8. Zanima me, ali je mladostnik, ki se samo poškoduje dušeni bolnik, ali ima nagnjenja k duševnim motnjam?
9. Kako je po Vašem mnenju najbolje reagirati, če ugotoviš, da se nekdo, ki ga poznaš samopoškoduje?
10. Slišala sem, da so se po nekaterih šolah po Sloveniji (natančneje v Ljubljani) učenci začeli sami poškodovati, ker je to zadnji trend med mladimi. Kako reagirati v takem primeru?
11. Kdo konkretno v šoli bi bil po Vašem mnenju najprimernejši za pogovor s takimi učenci, ki namerno poškodujejo samega sebe?
12. Kakšen je najprimernejši način raziskovanja samopoškodb v šoli?

## ANKETNI VPRAŠALNIK

Pišem raziskovalno nalogo Samopoškodbe v šolskih klopeh. Zato vas prosim, da izpolnite anonimen anketni vprašalnik. Za sodelovanje se Vam že vnaprej iskreno zahvaljujem.

1. Ustrezno obkrožite:

- Spol:                    a) M    b) Ž  
Starost:                a) med 12 in 15 let                            b) med 15 in 35 let                            c) nad 35 let  
Izobrazba:            a) obiskujem OŠ                                b) končana SŠ                                c) visoka ali višja izobrazba

2. Obkroži, če poznaš koga, ki:

- se praska do krvavega (po rokah, trebuhu...),
- se pika s šestilom in drugimi ostrimi predmeti,
- veliko tvega, npr. divja s kolesom, motornim kolesom, rolerji...,
- si grize nohte,
- se reže z britvico, nožem, drugimi ostrimi predmeti,
- se z glavo zaletava v zid, mizo,
- boksa v steno,
- se žge z vžigalnikom, cigareti,
- (drugo)\_\_\_\_\_

3. Si kdaj tudi sam poskusil kaj od zgoraj naštetega?

- a) da    b) ne

4. Če si poskusil/a, si se po praskanju, pikanju, žganju... počutil/a:

- a) olajšano (bolje)    b) zadovoljno    c) slabše    d) jezno    e) isto kot prej    f) tega ne počnem

5. Kaj meniš, zakaj se včasih poškoduješ ali se drugi poškodujejo? (obkroži)

- ker me/ga sošolci zbadajo,
- ker me/ga sošolci tepejo,
- ker me/ga starši zanemarjajo,
- ker sem/je pogosto tepen/a,
- ker imam/ima slabe ocene v šoli,
- ker nisem/ni uspešen/a pri športu in drugih dejavnostih,
- ker jim je všeč,
- (drugo)\_\_\_\_\_

6. Poznaš kakšno skupino mladostnikov, ki se poškoduje, npr. iz interneta?

- a) da                      b) ne

Če si obkrožil/a da, katero: \_\_\_\_\_

7. Če bi te kdo od prijateljev povabil, da se porežeš ali opečeš s cigareto, bi to storil/a?

- a) da                      b) ne                      c) mogoče                      d) ne vem

8. Kaj meniš o prijateljih, znancih, ki se sami namerno poškodujejo?

- smilijo se mi,
- potrebujejo pomoč,
- neumni so,
- me ne zanima, kaj delajo drugi,
- drugo: \_\_\_\_\_

9. Če bi videl koga, ki se je sam poškodoval, kaj bi storil?

- svetoval/a bi mu, da naj neha to početi,
- skušal/a bi mu pomagati, da se tega odvadi,
- zbadal/a bi ga zaradi tega,
- povedal/a bi razredničarki ali drugemu učitelju,
- povedal/a bi svetovalni delavki, psihologinji,
- povedal/a bi svojim staršem,
- povedal/a bi njegovim staršem,
- ne bi naredil/a nič,
- drugo: \_\_\_\_\_

10. Meniš, da je med tistimi, ki se sami poškodujejo več fantov ali deklet?

- a) fantov                      b) deklet                      c) ni razlike

11. Si že slišal/a oz. ali poznaš koga, ki je dijak, študent ali odrasla oseba in se sam poškoduje?

- a) da                      b) ne

Alisa-Martina Krajnc, 9. a  
OŠ Gustava Šiliha Laporje