Takið sjálvmorðsr

– Tað tykist, sum tey ungu síggja sjálvmorðsroyndir sum loysnina uppá truplar og svárar støður. Hava tey hjartasorg ella kenna tey seg ótrygg á annan hátt, so fara tey heim og royna at taka lívið av sær. Og ongum nýtist at varnast hesar destruktivu handlingar, sum tó skjótt kunnu gerast álvarsamari, sigur doktarin í sjálvmorði, August Gabriel Wang

ESPAD-KANNINGIN
Eydna Skaale
Eydna@sosialurin.fo

– Tað fyrsta eg hugsaði, tá eg sá úrslitið av stóru ESPAD–kanningini var, at tølini fyri tey ungu, ið hava roynt at gera enda á sær, eru eins høg í Føroyum sum í restini vesturheiminum. Har er eitt ávíst mynstur í øllum londunum, og tí mugu vit taka tølini í álvara og líta á tey, sigur sálarlæknin og doktarin í sjálvmorði, August Gabriel Wang, sum hevur arbeitt í bæði Odense og Keypmannahavn. Herfyri granskaði hann í sjálvmorðum í Føroyum og skrivaði doktararitgerð um evnið.

ESPAD–kanningin, sum var ein stór kanning gjørd í 35 evropeiskum londum, og sum varð almannakunngjørd 14. desember, kom sum ein skelkur fyri tey flestu. Hon vísti nevniliga, at 12% av okkara 15 ára gomlu hava roynt at taka lívið av sær, og 35% av sama aldursbólki hava hugsað um at gera skaða á seg sjálvan. Eisini vísti kanningin, at okkara ungu roykja illa og drekka alsamt meiri.

Sjálvmorð – ein reaktión

August Gabriel Wang vísir á, at í stórum kanningum, sum eru gjørdar um sjálvmorð ímillum ung uttanlands, er staðfest, at tað serliga eru tvær orsøkir til sjálvmorðsroyndir ímillum ung. Onnur er hjartasorg, og hin er ótryggleiki.

– Nógvar sjálvmorðsroyndir ímillum ung boða ofta frá broytingartíðum. Hjartasorgin er støðug, men ótryggleikin veksur, tá tíðirnar broytast. Um vit hava mentanarligar, samfelagsligar ella aðrar broytingar, sum ávirka tey ungu, so sæst tað aftur á sjálvmorðstølunum, veit August at siga.

Hann heldur tó, at tá talið er so høgt í øllum vesturheiminum, so er tað tekin um eina broyting í sjálvmorðsmynstrinum. Hann sigur, at tað kann tykjast sum um, at sjálvmorðsroyndir eru vorðnar ein háttur at reagera hjá teimum ungu.

– Fáa tey hjartasorg, so fara tey heim og taka nakrar tablettir, skera seg, ella hvat tey nú gera. Um onkur støða er svár og trupul at koma úr, so fara tey heim og gera skaða á seg sjálvi. Hóast deyðin kanska ikki er tað, tey veruliga ynskja sær, so er sjálvmorðsroynd ofta reaktiónin uppá trupulleikarnar, greiðir August frá.

Og tað er júst tað, sum er so vandamikið. Hóast sera fá fáa so stóran skaða av sjálvmorðroyndunum, at tey noyðast á sjúkrahús, so eru tey farin yvirum markið frá hugsan til gerð, og tá verður tað lættari at gera tað sama næstu ferð, okkurt er galið. Tey koma í ein ringan vana, at »soleiðis reagerar man«, og tá tað endurtekur seg fleiri ferðir, gerst tað veruliga álvarsamt. Tí er tað skjótt til at tey seinni gera meiri burturúr, og tá ikki vakna aftur.

August sigur víðari, at tað í ungu árunum serliga eru genturnar, ið royna at taka lívið av sær. Hann heldur eina orsøk vera, at ungar gentur reagera inneftir, meðan dreingir reagera úteftir.

– Um ungir dreingir verða útsettir fyri hjartasorg ella ótryggleika, so reagera teir ofta við at drekka seg fullar, berjast, koyra skjótt ella okkurt tílíkt. Teir venda vreiðini úteftir, og reaktiónin fer tí eisini tann vegin. Gent-urnar harafturímóti venda vreiðini inneftir, og tí royna tær oftari enn dreingir at gera enda á sær, greiðir August frá.

Handlingin er eitt mark

Sálarlæknin sigur tað vera vanligt, at ung fólk hugsa nógv um lív og deyða. Men at talið av sjálvmorðsroyndum er so høgt, heldur hann vera alarmerandi.

– Tað er ikki óvanligt, at ungfólk hava destruktivar tankar um seg sjálvi. At tey spekulera nógv, og at tey av og á gerast so mótfallin, at tey hugsa, at tey tað sama kundu verið deyð, greiðir August frá.

Hann leggur tó dent á, at tað aloftast ikki er ynskið um at doyggja, sum er tað berandi aftanfyri slíkar tankar, men bert ótryggleiki ella mótfalni. Aloftast gera tey tí ikki álvara av sjálvdestruktivu tankunum.

Hann heldur tí, at tey 35%, sum hugsa um at gera skaða á seg sjálvi, ikki eru í størsta vandabólkinum.

12% av okkara 15 ára gomlu hava roynt at gjørt sjálvmorð. Men ofta er tað als ikki ynski um deyðan, ið lig sjálvmorði. Vit eru noydd at taka tey í álvara, og kunna tey um vandan, sum liggur í tí, vísir August Gabrie

– Tá ið12% av teimum 15 ára gomlu hava tikið eina tilvitaða avgerð um at skaða seg sjálvan, fyri síðani at fremja tað í verki, so hava vit ein álvarsaman trupulleika, sum vit mugu gera okkurt við, staðfestir August G. Wang

savnsmynd

» *– Fáa tey hjartasorg, so fara tey heim og taka nakrar tablettir, skera seg, ella hvat tey nú gera. Um onkur støða er svár og trupul at koma úr, so fara tey heim og gera skaða á seg sjálvi. Hóast deyðin kanska ikki er tað, tey veruliga ynskja sær, so er sjálvmorðsroynd ofta reaktiónin uppá trupulleikarnar*

» *– Tað er ikki óvanligt, at ungfólk hava destruktivar tankar um seg sjálvi. At tey spekulera nógv, og at tey av og á gerast so mótfallin, at tey hugsa, at tey tað sama kundu verið deyð*