

3 MAGGIO 2006

E' normale che ogni essere umano, soprattutto se giovane, si ponga degli interrogativi sul significato dell'esistenza, sulla vita e sulla morte. Può capitare anche che, in momenti di profondo sconforto, si pensi al suicidio. Ma quando un pensiero simile diviene "anormale" e deve costituire fonte di preoccupazione? Occorre valutare attentamente la sua intensità, profondità e durata; il contesto all'interno del quale emerge, la sua persistenza e quando si presenta come unica possibile soluzione ad un problema o ad una situazione critica. La prevenzione di tali comportamenti è in tutto il mondo una priorità, essendo il suicidio una tra le prime cause di mortalità tra i giovani ed essendo un fenomeno in crescita, soprattutto nella nostra provincia. Secondo i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità gli uomini realizzano un più

L'INTERVENTO

Riflettori meno forti sul fenomeno suicidio

elevato numero di suicidi rispetto alle donne che, però, più frequentemente tentano il suicidio. Queste ultime, pur presentando più spesso sintomatologie depressive, sarebbero maggiormente propense a comunicare ad altri le proprie difficoltà ed a chiedere aiuto. Il suicidio è un problema complesso per il quale non esiste una singola causa o una sola spiegazione: è difficile, ad esempio, comprendere perché alcune persone decidano di suicidarsi, mentre altre in condizioni simili o peggiori non lo facciano. A volte è possibile individuare un fattore "precipitante" di carattere ambientale e/o psicosociale, un evento stressante che

intercorre nei mesi immediatamente precedenti l'evento. Un suicidio, però, è il risultato dell'interazione di fattori psicologici, ambientali, culturali, sociali, biologici e genetici. Il migliore approccio preventivo ad un fenomeno complesso quale quello del suicidio è sicuramente di "rete", la famiglia e la società sono il luogo della prevenzione. Tutti noi possiamo fare qualcosa, favorendo un clima di solidarietà e di fiducia reciproca nelle nostre relazioni interpersonali, promuovendo nei giovani un'autostima positiva sottolineando le loro capacità. Forti e "caldi" legami familiari, genitori e compagni attenti e supportivi, disponibili all'ascolto,

capaci di riflessione sulla risoluzione dei conflitti, solidi legami di amicizia, clima lavorativo positivo, capacità di chiedere aiuto nei momenti di difficoltà, vicinanza ed attenzione: sono unanimemente riconosciuti tra i più importanti fattori protettivi. Occorre ricordare che chiunque di noi può essere colpito e sconvolto dal suicidio (perché per noi spesso incomprensibile) e che come evidenziano molte ricerche, sull'onda della grande emozione il rischio di suicidi imitativi può essere elevato. Quindi minor enfasi a questi eventi, ma una maggiore autocritica. Gli esperti reclamano una maggiore informazione, perché a volte per evitare che il disagio si esteriorizzi in forme pericolose è utile intervenire in modo diretto sul problema.

***Dott.ssa Claudia Marino
Studio di consulenza
psicologica - Avellino**