

Wybrane aspekty profilaktyki antysuicydalnej w katechezie

Katechizmu Kościoła Katolickiego podaje: „Każdy jest odpowiedzialny przed Bogiem za swoje życie, które od Niego otrzymał. Bóg pozostaje najwyższym Panem życia. Jesteśmy obowiązani przyjąć je z wdzięcznością i chronić je ze względu na Jego cześć i dla zbawienia naszych dusz. Jesteśmy zarządcami, a nie właścicielami życia, które Bóg nam powierzył. Nie rozporządzamy nim” (KKK 2280). Życie jest darem, który człowiek otrzymuje od Boga. Ten dar należy pielęgnować i szanować. Dlatego też wszelkie czyny godzące w życie i zdrowie człowieka wskazują na brak szacunku dla Boga Stwórcy, drugiego człowieka – rodziny i społeczeństwa oraz samego siebie. Wśród coraz częściej spotykanych zjawisk dotyczących młodzieży i dzieci są czyny samobójcze. Ich przyczynę stanowi zazwyczaj ucieczka od trudnych sytuacji, przeżyć czy wydarzeń. Odebranie sobie życia staje się więc dla młodego człowieka jedynym wyjściem z sytuacji i sposobem na rozwiązanie zaistniałych kłopotów. Powodem takiego niewłaściwego podejścia do przeżywanych trudności jest brak doświadczenia miłości ze strony bliskich osób, a w konsekwencji brak poczucia bezpieczeństwa. Jeżeli nie ma solidnego wychowania i jasnych zasad moralnych, to trudno jest radzić sobie z różnymi stresami i wymogami życia codziennego. Przyczyna samobójstw wśród nastolatków tkwi również w rezygnacji z wielkich marzeń, ideałów

i aspiracji. Zatem, jeśli „ktoś szuka w życiu tylko chwilowej przyjemności i nie ma większych aspiracji, to wchodzi na drogę rozpacz”¹. Kościół stoi na straży życia i naucza, że tylko Pan Bóg jest dawcą życia i tylko On może zdecydować o jego początku i końcu. Samobójstwo jest naruszeniem piątego przykazania Dekalogu i samej woli Bożej co do życia każdego człowieka. Katecheza ma za zadanie wskazywać właściwe sposoby życia w przyjaźni z Bogiem i ludźmi. Jej celem jest ukazywanie wzorów postępowania i promowanie życia zgodnego z zasadami moralności chrześcijańskiej².

1. Opis sytuacji

Postęp w wielu dziedzinach życia, rozwój techniczny i cywilizacyjny, konsumpcyjny styl życia oraz porzucenie wielu podstawowych wartości spowodowały zmianę w podejściu człowieka wobec Pana Boga i innych ludzi. Tęsknota człowieka za szczęściem została zastąpiona rządzą łatwego i przyjemnego życia, a jednocześnie wewnętrzną pustką i coraz częściej niechęcią do życia. W związku z tym wiele osób, „niewidzących możliwości wyjścia z takiej sytuacji, wyizolowanych, pozbawionych przyjaciół, pogrążonych w rozpacz, skrzywdzonych, zaczyna myśleć o tak drastycznym rozwiązaniu tego impasu, jak samobójstwo”³. Według M. Anthonego myśli dotyczące samobójstwa pojawiają się u tych, którzy

¹ M. Dziewiecki, *Samobójstwo: ucieczka od rzeczywistości*, http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/IP/md_samobojstwa.html, z dn. 10.07.2017.

² Por. R. Dąbrowski, *Piąte przykazanie zakazuje samobójstwa*, <http://katechetyczny.diecezjaplocka.pl/1165,11.html>, z dn. 10.07.2017.

³ K. Noweta, *Wybrane aspekty profilaktyki antysuicydalnej*, <http://www.zsp2.kalisz.pl/~kcj/zsb/publikacje/noweta4.doc>, z dn. 11.06.2017.

nie potrafią poradzić sobie z rozwiązywaniem problemów codziennego życia. Można to zaobserwować szczególnie u dzieci i młodzieży⁴. Określając termin „samobójstwo”, trzeba podkreślić, że jest to proces rozciągnięty w czasie, w którym występuje szereg myśli i czynów, a więc tzw. zachowań suicydalnych (samobójczych).

Zachowania suicydalne są to „reakcje i zachowania człowieka pojawiające się w chwili, gdy jednostka pożąda śmierci, a samobójstwo staje się jej celem”⁵. Przyczyną prób samobójczych i samobójstw dokonywanych przez młodsze dzieci są zwłaszcza niepowodzenia szkolne oraz związane z nimi problemy emocjonalne, natomiast ich powodem wśród młodzieży jest tzw. „okres burzy” podczas dojrzewania. Młodzież przeżywa wówczas wewnętrzne konflikty, które są związane z kształtowaniem osobowości. Często przy tłumieniu tych konfliktów i niepowodzeń życiowych wykorzystuje narkotyki albo alkohol, które stają się przyczyną prób samobójczych. Jednak najczęściej do samobójstw młodych ludzi dochodzi wówczas, gdy brakuje im wiary w siebie i we własne możliwości. W związku z tym bardzo ważna jest profilaktyka antysuicydalna, zaś jej istotny element stanowi właściwy sposób wychowania młodego człowieka⁶. Na katechezie trzeba dążyć „do kształtowania osoby ludzkiej w kierunku jej ostatecznego celu, a równocześnie do dobra społeczności, których człowiek jest członkiem i w których obowiązkach, gdy dorośnie, będzie brał udział” (DWCH 1). Należy więc pomagać „w realizacji jego człowieczeństwa, w nadaniu życiu człowieka ostatecznego sensu rozumianego

na ogół jako zjednoczenie człowieka z Bogiem poprzez praktykowanie miłości bliźniego” (DWCH 2). Poprzez profilaktykę antysuicydalną trzeba kształtować osobę ludzką, a więc „rodzić” jej ducha, osobowość, charakter (por. DWCH 2).

Wychowanie i kształcenie chrześcijańskie w katechezie domowej, szkolnej czy parafialnej jest oparte na relacji wychowawczej między dzieckiem i rodzicem – opiekunem, wychowankiem i wychowawcą, katechizowanym i katechetą czy duszpasterzem⁷. Każdy człowiek do rozwoju swego człowieczeństwa, wiary i moralności potrzebuje wychowania, kochających i wymagających rodziców, opiekunów, wychowawców czy duszpasterzy. Pozostawiony samemu sobie nie jest bowiem w stanie rozwinąć w pełni swego człowieczeństwa, a czasem prowadzi swoje życie do autodestrukcji. Zatem konieczna jest pomoc wychowankowi w stawianiu się coraz bardziej człowiekiem poprzez jego wszechstronny i harmonijny rozwój: fizyczny, intelektualny, emocjonalny, społeczny, religijny i moralny. To wychowanie dokonuje się najpierw w rodzinie, która jest pierwszym środowiskiem życia człowieka. Pełni ona niezastąpioną rolę wychowawczą, bowiem w rodzinie nie tylko się mówi o chrześcijańskich wartościach, ale przede wszystkim świadczy o nich własnym życiem.

Stworzenie silnych więzi z rodzicami, rodzeństwem i rodziną przeciwdziała wszelkim zachowaniom samobójczym. Także dobry kontakt z wychowawcami w szkole czy duszpasterzami w parafii pełni rolę zapobiegawczą wszelkim destrukcyjnym zachowaniom. Wychowanie chrześcijańskie,

⁴ Por. *Problem samobójstw u dzieci i młodzieży*, http://www.bryk.pl/wypracowania/pozostale/C5%82e/pedagogika/15336-problem_samob%C3%B3jstw_u_dzieci_i_m%C5%82odzie%C5%82e/Cy.html, z dn. 10.07.2017.

⁵ Tamże.

⁶ Por. tamże.

⁷ Por. A. Skreczko, *Wychowanie*, w: *Słownik Małżeństwa i Rodziny*, red. E. Ozorowski, Warszawa-Łomianki 1999, s. 474.

z którym mamy do czynienia w katechezie, pomaga w ukształtowaniu dojrzałej osobowości ludzkiej, zdolnej do podejmowania odpowiedzialnych zadań i decyzji w życiu osobistym oraz w rodzinie i społeczeństwie. Dlatego konieczne jest poświęcenie i zaangażowanie wielu osób, głównie rodziców, nauczycieli i wychowawców, aby zapobiegać i korygować wiele niewłaściwych zachowań wśród dzieci i młodzieży⁸. Oprócz zapobiegania, poprzez dobre wychowanie i ukształtowanie człowieka, ważne jest obserwowanie. Rodzice, opiekunowie i wychowawcy oraz katecheci i duszpasterze powinni poznać sygnały, które ostrzegają o wystąpieniu ryzyka suicydalnego. Należą do nich przede wszystkim inne od dotychczasowego zachowanie, wycofywanie się z różnych kontaktów społecznych, zmiany nastrojów bądź zaabsorbowanie śmiercią. Warto podkreślić, iż sygnały ostrzegawcze często mogą być mało dostrzegalne, gdyż są nimi na przykład trudności w szkole, utrata zainteresowań dla rzeczy i spraw, które do tej pory były ważne lub różne fizyczne dolegliwości, niemające wyraźnej przyczyny somatycznej, takie jak: bóle głowy i żołądka, ciągłe zmęczenie czy znudzenie.

Rodzice, opiekunowie i wychowawcy powinni towarzyszyć dzieciom i młodzieży w ich ziemskiej wędrówce do Boga i dążeniu do pełni człowieczeństwa. Trzeba ich wspierać w rozpoznawaniu własnego powołania i wypracowaniu drogi życiowej⁹. Jan Paweł II w adhortacji *Christifideles laici* stwierdza, że „człowiek, choć jest powołany do radości, w swoim codziennym życiu doświadcza cierpienia i bólu w najrozmaitszych formach” (ChL 53). Dlatego poprzez katechizację

i chrześcijańskie wychowanie należy docierać zwłaszcza do tych dzieci i młodzieży, którzy przeżywają różne problemy i jednocześnie są pozbawieni wsparcia najbliższych, proponując im na przykład skorzystanie z poradnictwa duszpasterskiego i telefonu zaufania oraz innych form pomocy¹⁰. Działalność duszpasterska i katechetyczna dotycząca dzieci i młodzieży ma wspierać w zrozumieniu godności i wielkości człowieka oraz poznaniu celu życia, którym jest życie wieczne.

2. Stanowisko Kościoła wobec zachowań suicydalnych

Zakaz „Nie zabijaj!” (Wj 20,13; Pwt 5,17) odnosi się do wszystkich czynów, które spowodowałyby śmierć człowieka. W Biblii samobójstwo jest jednoznaczne z morderstwem, które ktoś dokonuje na samym sobie. W ten sposób niedopuszczalność moralna samobójstwa jest oczywista i stoi w sprzeczności z nauką Chrystusową i głoszoną wiarą, nadzieją i miłością. Św. Paweł Apostoł przypomina: „Nikt z nas nie żyje dla siebie; jeżeli bowiem żyjemy, żyjemy dla Pana; jeżeli zaś umieramy, umieramy dla Pana. I w życiu więc i w śmierci należymy do Pana. Po to bowiem Chrystus umarł i powrócił do życia, by zapanować tak nad umarłymi, jak nad żywymi” (Rz 14,7-9). Zło samobójstwa wynika z tego, że człowiek czyni się panem własnego życia i sprzeciwia się woli Boga¹¹, który jest „miłośnikiem życia” (Mdr 11,26) i pragnie zbawienia wszystkich ludzi. Dlatego porywanie się na swoje życie jest, według nauki Pisma Świętego, bluźnierstwem przeciwko Bogu. Kościół naucza, że „Życie ludzkie jest święte, ponieważ od samego początku

⁸ Por. M. Dziewiecki, *Odpowiedzialna pomoc wychowawcza*, Radom 1999, s. 3.

⁹ Por. Jan Paweł II, *List apostolski „Ojciec i nauczyciel młodzieży”* 31.01.1988, nr 19.

¹⁰ Por. H. Krzyszczek, *Poradnictwo rodzinne. Teoria i praktyka rogeriańskiego kontaktu pomocnego*, Katowice 1998, s. 103-111, 147-164; P. Petryk, *Ku wspólnotocie życia i miłości*, Lublin 1998, s. 315-316.

¹¹ Por. *Centrum Myśli Jana Pawła II, Samobójstwo*. <http://www.centrumjp2.pl/wikipj2/index.php?title=Samob%C3%B3jstwo>, z dn. 10.07.2017.

domaga się «stwórczego działania Boga» i pozostaje na zawsze w specjalnym odniesieniu do Stwórcy, jedynego swego celu. Sam Bóg jest Panem życia, od jego początku aż do końca. Nikt, w żadnej sytuacji, nie może rościć sobie prawa do bezpośredniego niszczenia niewinnej istoty ludzkiej” (KKK 2258). Zatem związek człowieka z Bogiem jest święty i nienaruszalny.

Kościół piętnuje każde zło i stoi na straży ludzkiego istnienia od poczęcia do naturalnej śmierci. Człowiekowi nie wolno rozporządzać życiem, gdyż nie jesteśmy jego właścicielami. *Katechizm Kościoła Katolickiego* podaje: „Każdy jest odpowiedzialny przed Bogiem za swoje życie, które od Niego otrzymał. Bóg pozostaje najwyższym Panem życia. Jesteśmy obowiązani przyjąć je z wdzięcznością i chronić je ze względu na Jego cześć i dla zbawienia naszych dusz. Jesteśmy zarządcami, a nie właścicielami życia, które Bóg nam powierzył. Nie rozporządzamy nim” (KKK 2280). Poprzez ochronę życia nie tylko wypełnia się przykazanie i nakaz Boży, ale również oddaje cześć należną Bogu. W encyklice *Evangelium Vitae* czytamy: „Z obiektywnego punktu widzenia samobójstwo jest aktem głęboko niemoralnym, ponieważ oznacza odrzucenie miłości do samego siebie i uchylenie się od obowiązku sprawiedliwości i miłości wobec bliźniego, wobec różnych wspólnot (...) i wobec społeczeństwa jako całości” (EV 66). Człowiek jest istotą społeczną i zawsze pozostaje w relacji do innych. Dlatego też ma pewne zobowiązania wobec dzieci, rodziców, małżonków, przyjaciół, kolegów, społeczeństwa i narodu¹². Samobójstwo jest zaprzeczeniem naturalnego dążenia człowieka do zachowania i przedłużenia swojego bytu na ziemi.

Sprzeciwia się miłości Boga żywego, ale także pozostaje ono w głębokiej sprzeczności z należytą miłością siebie oraz jest zniewagą miłości bliźniego, ponieważ „w sposób nieuzasadniony zrywa więzy solidarności ze społecznością rodzinną, narodową i ludzką, wobec których mamy zobowiązania” (KKK 2281). W związku z tym niezwykle ważne jest w katechezie i całej nauce Kościoła promowanie wartości moralnych i prawa do życia dla każdego człowieka¹³. Dlatego też każde ze środowisk wychowawczych (rodzina, szkoła, katecheza parafialna) ma obowiązek dbania o właściwe wychowanie młodego pokolenia, które będzie żyło wartościami chrześcijańskimi. Należy wpajać dzieciom i młodzieży te wartości i ukazywać takie wzory osobowe, dzięki którym będą mogli zmierzyć się z zastaną rzeczywistością i problemami dnia codziennego.

Ukazując katechezę jako podstawowe zadanie Kościoła, podkreśla się, że dla człowieka pragnącego pogłębić swoją wiarę i relacje osobowe z Chrystusem jest ona niezbędna na każdym etapie życia. Stąd wynika troska Kościoła o katechezę skierowaną do dzieci, młodzieży i dorosłych. Katecheza dostosowana do różnych grup wiekowych ma zatem pomagać w rozwijaniu tej wiary, która jest darem otrzymanym na chrzcie od Pana Boga. Jednocześnie katecheza staje się spotkaniem z Chrystusem Zmartwychwstałym we wspólnotcie wiary. Papież Franciszek podkreśla, że prawdziwa wiara „rodzi się w spotkaniu z Bogiem żywym, który nas wzywa i ukazuje nam swoją miłość, miłość nas uprzedzającą, na której możemy się oprzeć, by trwać niezłomnie i budować życie. Przemienieni przez tę miłość, otrzymujemy nowe oczy, doświadczamy, że jest w niej zawarta wielka

¹² Por. R. Dąbrowski, *Piąte przykazanie...*, jw.

¹³ Por. K. Warchoła, *Problem samobójstw wśród...*, jw.

obietnica pełni i kierujemy spojrzenie w przyszłość. Wiara, którą przyjmujemy od Boga jako dar nadprzyrodzony, jawi się jako światło na drodze, wskazujące kierunek naszej wędrówki w czasie” (*Lumen Fidei*, 4). Jest zatem tym światłem, które wskazuje drogę dla współczesnych ludzi często pozbawionych wszelkiej nadziei i chęci do życia.

Rodzina, parafia, szkoła i różne grupy czy stowarzyszenia powinny również wspierać dążenia katechezy do wychowania młodego pokolenia ludzi, którzy będą umieli radzić sobie z przeciwnościami losu. Te grupy i stowarzyszenia muszą zapewnić poczucie miłości i bezpieczeństwa, a także przygotować do dorosłego życia oraz do radzenia sobie z przeciwnościami¹⁴. Na potrzebę duszpasterstwa skierowanego do osób chorych, ale także i będących w rozpaczach bądź rozterkach życiowych, zwracał uwagę Jan Paweł II. W adhortacji *Christifideles laici* wskazuje, że „musi to być działalność, która umożliwi i stworzy warunki do skupienia uwagi na człowieku, do obecności przy nim i z nim, do wysłuchania go, dialogu i współczucia oraz konkretnej pomocy w tych momentach, w których z powodu choroby i cierpienia na ciężką próbę zostaje wystawione nie tylko jego zaufanie do życia, ale także sama wiara w Boga i w Jego ojcowską miłość. To odnowione duszpasterstwo wyraża się w sposób najbardziej znamienity w sprawowaniu z chorymi i dla chorych sakramentów, będących wsparciem w cierpieniu i słabości, nadzieją w rozpaczach, miejscem spotkania i święta” (ChL 54). Działaniami duszpasterskimi powinni być objęci wszyscy chrześcijanie, stosownie do wieku i sytuacji życiowej. Wśród tych działań mają znaleźć się te, które są skierowane do chorych fizycznie i psychicznie oraz ich rodzin.

Kościół, będąc świadomy swej odpowiedzialności za katechezę, powinien ułatwiać współpracę oraz dbać o zbieżność i ciągłość zasadniczego kierunku oddziaływania wychowawczego w domu, szkole, parafii. W ten sposób działalnością duszpasterską i katechetyczną zostaną objęte różne środowiska wychowawcze. *Dyrektorium ogólne o katechizacji* podaje, że katechezą powinny zostać objęte różne trudności właściwe dla całego wychowania moralnego, związane z upadkiem autorytetów, relatywizacją wartości, kryzysem wokół zagadnienia prawdy (por. DOK 40). Powyższe niebezpieczeństwa mogą być przyczyną zachowań destrukcyjnych. Dlatego środowiska wychowawcze muszą dążyć do tego, aby wychowanie moralne było skuteczne. Jego efekty będą skutkiem przyjęcia pewnych założeń. Nakłada to na Kościół szczególną odpowiedzialność stawiania w obronie prawdy i godności człowieka. Tak więc oddziaływania wychowawcze skupiają się na ukazywaniu, iż wychowanie opiera się na zdobywaniu wiedzy i kształceniu umiejętności oraz przekazywaniu i do wartościowaniu prawdy. Potrzebna jest zatem integracja pomiędzy środowiskami wychowawczymi i współpracą pomiędzy duszpasterzami. Dlatego też Kościół, „który odczytuje na nowo wezwania moralne w świetle coraz to nowych wyzwań współczesności, nie tylko dziś modli się za ludzi, którzy odebrali sobie życie, ale rozwija coraz to nowe sposoby kompetentnej i skutecznej pomocy, szczególnie w dziedzinie przeciwdziałania zachowaniom samobójczym. W tym zadaniu ogromną rolę odgrywa głoszenie orędzia Bożego Miłosierdzia”¹⁵.

¹⁴ Por. *Problem samobójstw u dzieci...*, jw.

¹⁵ Cyt za: P. Libera, <https://www.wydawnictwo.plock.pl/afirmacja-zycia--o-zapobieganiu-zachowaniom-samobojczym>, z dn. 06.07.2017.

3. Profilaktyka antysuicydalna

Papież Jan Paweł II w encyklice *Evangelium Vitae* podkreśla, że życie „zostaje powierzone człowiekowi jako skarb, którego nie wolno mu roztrwonić i jako talent do wykorzystania. Człowiek musi się z niego rozliczyć przede swoim Panem” (EV 52). Zatem życie ludzkie jest bezcennym darem Boga, ale także zadaniem. Każdy człowiek ma obowiązek rozwijania tego daru, jego ochrony i pielęgnowania oraz troski o życie innych¹⁶. Dlatego też potrzeba, aby Kościół swoją opieką otoczył osoby, które przeżywają jakiegokolwiek problemy. Niesienie pomocy drugiemu człowiekowi jest okazywaniem miłosierdzia oraz wypełnianiem przykazania miłości, o którym mówił Jezus, że „Cokolwiek uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych, Mnieście uczynili” (Mt 25,40). Wysiłek podejmowany ze względu na Jezusa dla konkretnej osoby przynosi owoce i pomaga w zmienianiu rzeczywistości na lepsze. Wspierając i pomagając w przezwyciężeniu myśli samobójcze, robimy dokładnie to samo, co Jezus Chrystus, gdy chorym i odrzuconym ludziom przynosił nadzieję oraz ukazywał konkretne sposoby pokonania wszelkich trudności i kłopotów.

3.1. Strategie profilaktyczne

Kościół ma za zadanie uobecniać posłannictwo Syna Bożego, a czyni to poprzez głoszenie Dobrej Nowiny, sprawowanie sakramentów, modlitwę, liturgię oraz pomoc niesioną drugiemu człowiekowi. Papież Franciszek w encyklice *Laudato si'* przypomina, że: „Wszyscy możemy współpracować jako narzędzia Boga w trosce o stworzenie, każdy ze swoją kulturą

i doświadczeniem, swoimi inicjatywami i możliwościami” (nr 14). Do podjęcia działalności związanej z profilaktyką przeciwdziałającą zachowaniom samobójczym są zobowiązani przede wszystkim rodzice, wychowawcy, nauczyciele i psycholodzy, ale również duszpasterze i cała społeczność. Oni to przede wszystkim powinni poznać swoich wychowanków, gdyż większość z przypadków samobójstw jest poprzedzonych przez ściśle określone sygnały, czyli tzw. syndrom presuicydalny¹⁷. Dlatego też pierwsza strategia w przeciwdziałaniu samobójstw polega na zaznajomieniu się z sygnałami, które świadczą o tym, że dana osoba przeżywa jakieś problemy bądź trudności. Należy więc poznać mechanizmy powstawania i funkcjonowania zespołu presuicydalnego, a więc zbadać wszystkie te czynniki, które wpływają na zachowania samobójcze wśród dzieci i młodzieży. Kolejnym zagadnieniem ważnym dla rodziców i wychowawców jest ukazanie sposobów przeciwdziałania samobójstwom oraz nauczanie się naprawiania zaburzonych stosunków międzyludzkich. Chodzi zatem o skupienie się na drugim człowieku i znalezieniu dla niego czasu. Łączy się to ze zmianą mentalności konsumpcyjnej współczesnego świata i indywidualnym podejściu do drugiego człowieka, w tym do ludzi starszych i chorych. Konieczne jest przyznanie im należnego miejsca i otoczenia troską nie tylko w strukturach państwowych i społecznych, lecz przede wszystkim w świadomości ludzkiej.

W przeciwdziałaniu samobójstwom powinno korzystać się z wiedzy suicydalnej, a więc współpracować z naukowcami z różnych dyscyplin i z suicydologami¹⁸. Poznanie człowieka, „wszystkich jego aspektów, uwarunkowań,

¹⁶ Por. J. Olszówka, *Dar życia, jego afirmacja i obrona*, <http://www.katolik.pl/dar-zycia--jego-afirmacja-i-obrona,684,416,cz.html>, z dn. 10.07.2017.

¹⁷ Por. K. Noweta, *Wybrane aspekty...*, jw.

¹⁸ Por. tamże.

struktury i możliwości rozwiązań pozwoli coraz skuteczniej przeciwdziałać zjawisku samobójstwa i minimalizować jego następstwa”¹⁹. Kolejna strategia profilaktyczna to kształtowanie w dzieciach i młodzieży właściwej hierarchii wartości oraz celów w życiu, dzięki którym staną się lepszymi i wartościowszymi ludźmi. Konkretnie osiągnięcia i sukcesy są szczególnie znaczące w momentach przeżywania niepowodzeń²⁰. W realizacji różnych działań profilaktycznych pomaga Kościół poprzez katechezę odbywającą się w szkole i duszpasterstwo parafialne wśród dzieci, młodzieży i dorosłych. Jednak, jak wskazuje M. Dziewiecki, najbardziej skutecznym „sposobem zapobiegania samobójstwom u dzieci i młodzieży jest solidne wychowanie młodego pokolenia w dobru, prawdzie i pięknie, pomaganie młodym ludziom w realizacji ich największych marzeń oraz radosna przyjaźń z rodzicami i Bogiem. Przyjaźń jest podstawową formą miłości, a nic nie chroni człowieka tak skutecznie, jak prawdziwi przyjaciele, którzy nas rozumieją, kochają i uczą kochać, a z których największym i najbardziej niezawodnym jest Bóg”²¹.

Katecheza jest ukierunkowana na rozwój człowieka w wierze, a jednocześnie ma być miejscem dialogu Kościoła ze współczesnym człowiekiem. Jej obecność w szkole świadczy, iż w procesie nauczania i wychowania docenia się znaczenie zasad i ideałów chrześcijańskich, które wpływają na kształtowanie człowieka. Ważną rolę pełni w tym kształtowaniu właśnie prawda, która jest zawarta w Objawieniu przekazywanym w Biblii oraz w tradycji chrześcijańskiej²². Katecheza,

opierając się na przykazaniu miłości Boga i człowieka, ukazuje wartość i godność osoby, ale też uczy umiejętności braterskiego współżycia oraz współdziałania i nawiązywania dialogu z samym sobą i bliźnimi. Dlatego, jak zauważa Jan Paweł II, „Człowiek, który chce zrozumieć siebie do końca (...) – musi ze swym niepokojem, niepewnością, a także słabością i grzesznością, ze swoim życiem i śmiercią przybliżyć się do Chrystusa” (RH 10). Potrzeba zatem odniesienia różnych aspektów życia ludzkiego do osoby Jezusa Chrystusa, gdyż to pozwala w pełni rozwijać dojrzałą osobowość katechizowanego. Zatem potrzebna jest pomoc wychowankowi, aby „stawał się coraz bardziej człowiekiem – o to, ażeby bardziej «był», a nie więcej «miał» – aby więc poprzez wszystko, co «ma», co «posiada», umiał bardziej i pełniej być człowiekiem – to znaczy, ażeby również umiał bardziej «być» nie tylko «z drugimi», ale także i «dla drugich»”²³. Celem takiego postępowania jest integralny rozwój człowieka.

Nie da się skutecznie wychowywać bez świadomości celu, do którego ten proces ma prowadzić. Każdy chrześcijanin dąży do osiągnięcia zbawienia. To dążenie do własnego rozwoju, stawianie sobie celów i przezwyciężanie różnych przeciwności jest swoistego rodzaju profilaktyką na wszelkie problemy i niepowodzenia człowieka. Dlatego proces wychowawczy powinien prowadzić do osiągnięcia pewnego stopnia dojrzałości psychofizycznej, czyli do momentu, kiedy „człowiek zaczyna «wychowywać się sam»” (*Gratissimam sane*, 16). Tak rozumiane wychowanie chrześcijańskie zachodzi

¹⁹ Tamże.

²⁰ Por. tamże.

²¹ M. Dziewiecki, *Samobójstwo...*, jw.

²² Por. J. Bagrowicz, *Edukacja religijna współczesnej młodzieży – źródła i cele*, Toruń 2000, s. 111.

²³ Jan Paweł II, *W imię przyszłości kultury*, w: *Wiara i kultura. Dokumenty, przemówienia, homilie*, red. M. Radwan, Rzym-Lublin 1988, s. 58.

w relacji człowieka do samego siebie, Boga, innych osób oraz otaczającej rzeczywistości. Katecheza pozwala na stworzenie swoistego rodzaju więzi z Bogiem i innymi ludźmi oraz specyficznych relacji, które wpływają na zachowania człowieka. Wiara w Boga i miłość do drugiego człowieka mogą być uważane za prawdziwą profilaktykę antysuicydalną, gdyż dają takie powody, których nic i nikt nie jest w stanie podważyć. Osoby wierzące dzięki modlitwie i sakramentom oraz działaniu Trójcy Świętej otrzymują swego rodzaju „zbroję” lub „pancerz” do walki z różnymi myślami czy ludźmi dążącymi do autodestrukcji człowieka. Mówi o tym św. Paweł w Liście do Efezjan: „Dlatego weźcie na siebie pełną zbroję Bożą, abyście w dzień zły zdołali się przeciwstawić i ostać, zwalczyszcy wszystko. Stańcie więc [do walki] przepasawszy biodra wasze prawdą i obłókszy pancierz, którym jest sprawiedliwość, a obuwszy nogi w gotowość [głoszenia] dobrej nowiny o pokoju. W każdym położeniu bierzcie wiarę jako tarczę, dzięki której zdołacie zgasić wszystkie rozżarzone pociski Złego. Weźcie też hełm zbawienia i miecz Ducha, to jest słowo Boże – wśród wszelakiej modlitwy i błagania. Przy każdej sposobności módlcie się w Duchu! Nad tym właśnie czuwajcie z całą usilnością” (Ef 6,13-18).

3.2. Adresaci profilaktyki antysuicydalnej oraz niektóre propozycje form zapobiegawczych

Adresatami profilaktyki antysuicydalnej są osoby przeżywające problemy, z którymi nie potrafią sobie poradzić, a samobójstwo uważają za jedyne rozwiązanie. Są to dzieci, młodzież

i dorośli, którzy doświadczają trudności w szkole, rodzinie i pracy. Należą do nich osoby zmagające się z poważnymi kłopotami życiowymi, związanymi między innymi z nieuleczalnymi i terminalnymi chorobami. Są to także ci, którzy stracili bliskie osoby w wypadkach lub poprzez samobójstwo oraz osoby odratowane po nieudanych próbach samobójczych²⁴.

Człowiek kształtuje siebie, a następnie wszystko wokół siebie. Dlatego też całościowe rozumienie człowieka oznacza, że rodzice, katecheci i wychowawcy uwzględniają w wychowaniu wszystkie podstawowe sfery człowieczeństwa, a zatem sferę fizyczną, emocjonalną, intelektualną, moralną, duchową, religijną, społeczną, a także sferę wartości i wolności. Takie realistyczne podejście do człowieka oznacza, że jest niezwykle istotą, ale również ograniczoną i słabą²⁵. Wychowanie i profilaktyka rodzinna służy w szczególnym tego słowa znaczeniu „uczłowieczeniu” człowieka. Chodzi zatem o tworzenie właściwego obrazu człowieka, docenianiu jego duchowości i cielesności oraz nauczaniu życia wartościami. Jan Paweł II stwierdza, że „osoba ludzka jest takim dobrem (...), które nie może być traktowane jak przedmiot użycia, a właściwe i pełnowartościowe odniesienie do niej stanowi tylko miłość”²⁶. Profilaktyka antysuicydalna powinna opierać się na budowaniu właściwych relacji pomiędzy członkami rodziny opartymi na miłości. Rodzina, jako podstawowa komórka życia społecznego, jest pierwszym i najważniejszym środowiskiem wychowawczym dziecka. W niej formacja osobowa polega na rozwijaniu trzech niezbędnych czynników: intelektualnego, uczuciowego i motywacyjnego. To również rodzina kształtuje dojrzałą

²⁴ Por. *Problem samobójstw u dzieci...*, jw.

²⁵ Por. S. Łabendowicz, *Wychowanie w wierze podstawowym zadaniem katechezy*, w: *Katecheza w służbie wiary*, red. S. Łabendowicz, Radom 2013, s. 107-108.

²⁶ K. Wojtyła, *Miłość i odpowiedzialność*, Lublin 1986, s. 43.

świadomości w zakresie zasad moralnych oraz uczy wprowadzania je w życie. Dekret o apostołstwie świeckich *Apostolicam actuositatem* wskazuje, że chrześcijańscy małżonkowie i rodzice są „dla siebie nawzajem, dla swoich dzieci i innych domowników współpracownikami łaski i świadkami wiary. Dla swoich dzieci są oni pierwszymi zwiastunami wiary i wychowawcami, dlatego niech słowem i przykładem przygotowują je do życia chrześcijańskiego i apostołskiego, pomagają im roztropnie w rozpoznawaniu ich powołania” (DA 11). Dlatego należy pomagać rodzicom w dobrym wypełnieniu tego trudnego zadania wychowawczego, umacniając ich przekonania religijno-moralne, dając przykład, wymieniając doświadczenia między sobą i z innymi rodzicami oraz z pedagogami i kapłanami²⁷. Człowiek, który jest właściwie ukształtowany w rodzinie pod względem religijnym i moralnym, umie tworzyć silne więzi międzyosobowe, szanuje innych oraz będzie potrafił przezwyciężyć myśli samobójcze. Liczne badania wykazały, że rodzina pełni niezastąpioną rolę w tworzeniu różnych czynników, które chronią przed negatywnymi zachowaniami wśród dzieci i młodzieży²⁸.

Z profilaktyką antysuicydalną mamy do czynienia w szkole. Wychowanie i kształcenie podczas szkolnych zajęć lub katechezy zakłada zdobywanie wiedzy, rozwijanie umiejętności, sprawności, zainteresowań oraz wyciąganie wniosków i posługiwanie się zdobytymi wiadomościami w życiu. Jednocześnie nauczyciele i wychowawcy powinni być przykładem ludzi mądrych i dojrzałych emocjonalnie, uczyć odpowiedzialności i troski o innych. Związszcza katecheci mają dawać świadectwo wiary

i modlitwy, a więc życia sakramentalnego i świadczenia miłości chrześcijańskiej i miłosierdzia. Szkoła uczy i wychowuje, gdy pomaga swym wychowankom, by dostrzegali i rozwijali to, co w nich szlachetne, ale również by coraz dojrzej rozumieć samych siebie oraz sens własnego życia. Dlatego też zadaniami nauczycieli i duszpasterzy, rodziców i dyrekcji szkół jest dopilnowanie, aby były realizowane programy wychowujące do odpowiedzialnej miłości osobowej i społecznej. Jeśli szkoła będzie miejscem rozwoju różnorodnych zainteresowań uczniów poprzez kółka sportowe, teatralne i charytatywne, to wówczas zachowania samobójcze nie będą występowały wśród dzieci i młodzieży. Ucząc i wychowując do prawości i uczciwości, życzliwości oraz odpowiedzialności niejako wychowuje się ludzi, którzy będą umieli tworzyć właściwe relacje rodzinne i społeczne. Natomiast organizowanie w szkole różnych akcji charytatywnych o znaczeniu społecznym wykształci w dzieciach i młodzieży chęć do niesienia pomocy, a przy tym da im satysfakcję z czynienia dobra. W szkole istnieje możliwość nawiązywania szeregu rozmów dotyczących między innymi problemów, które nurtują dzieci i młodzież.

Wychowanie prorodzinne, ze szczególnym uwzględnieniem szacunku do życia, ukazuje, że życie ludzkie ma wartość w każdym jego stadium rozwoju²⁹. Nieocenioną rolę w profilaktyce antysuicydalnej odgrywa Kościół, który prowadzi człowieka ku jego osobowej pełni. Natomiast dojrzała osobowość nie może być pozbawiona tej wartości, jaką jest Bóg. Zatem „religia przyczynia się do profilaktyki antysuicydalnej przez to, że pozwala odnaleźć sens

²⁷ Por. S. Łabendowicz, *Wychowanie w rodzinie chrześcijańskiej*, „Zeszyty Formacji Katechetów” 46 (2012) nr 2, s. 33-35.

²⁸ Por. A. Arendarska, K. Wojcieszek, *Przygotowanie do profilaktyki domowej*, Warszawa 1995, s. 31.

²⁹ Por. K. Noweta, *Wybrane aspekty...*, jw.

życia, jak i przez naukę o tym, że tylko Bóg jest Panem życia i śmierci³⁰. Kościół poprzez wychowanie chrześcijańskie i przekazywanie nauki wiary (por. DKP 83) chce kształtować ludzi sumienia. Dlatego musi głosić Ewangelię, gdyż „spotkanie z Jezusem jest wydarzeniem, które nadaje sens egzystencji człowieka i wstrząsa nią ukazując duchowe horyzonty prawdziwej wolności”³¹. Wiara jest dla człowieka czynnikiem motywującym jego życie, a perspektywa lepszego życia w przyszłości pomaga w znoszeniu trudności dnia codziennego. Dlatego też, jak stwierdza Jan Paweł II, „Człowiek, który chce zrozumieć siebie do końca (...) – musi ze swym niepokojem, niepewnością, a także słabością i grzesznością, ze swoim życiem i śmiercią przybliżyć się do Chrystusa” (RH 10). Potrzeba zatem odniesienia różnych aspektów życia ludzkiego do osoby Jezusa Chrystusa, gdyż to pozwala w pełni rozwijać dojrzałą osobowość katechizowanego. Jednocześnie wzór Jezusa Chrystusa oraz szeregu świętych i błogosławionych pomaga w przezwyciężaniu różnych samobójczych myśli.

W profilaktyce antysuicydalnej pomagają działające w szkole bądź parafii wspólnoty uczniowskie, grupy koleżeńskie czy stowarzyszenia. Dają one dzieciom i młodzieży oparcie oraz pomagają w zrozumieniu trudnych problemów. Dlatego też rodzice, duszpasterze, nauczyciele i inni powinni zadbać o zorganizowanie odpowiednich grup społeczno-religijnych zarówno w szkole, parafii, jak i ośrodkach kultury. Grupy te uczą i wychowują dzieci

i młodzież. Zatem jest rzeczą konieczną, aby tworzyło się harcerstwo, grupy oazowe, Katolickie Stowarzyszenie Młodzieży czy koła różańcowe. W grupach rówieśniczych dzieci i młodzież uczą się chrześcijańskich wartości, ale także mają możliwość opowiedzenia o swoich problemach bądź uzyskania wsparcia. Grupy społeczno-religijne zaspokajają potrzebę wspólnoty, miłości przyjacielskiej, nauki wiary i moralności³².

Najlepszą profilaktyką antysuicydalną jest życie przykazaniem miłości. Wykształcenie postawy braterstwa ludzkiego i chrześcijańskiego, zwłaszcza we współczesnym świecie, jest bardzo potrzebne. *Katechizm Kościoła Katolickiego* przypomina, że „pierwszy błąd, przynoszący dziś wielkie i powszechne szkody, polega na zapomnieniu o istnieniu węzłów wzajemnej solidarności i miłości między ludźmi, na które jako na konieczność wskazuje wspólne pochodzenie wszystkich i równość duchowej natury takiej samej u wszystkich, niezależnie od przynależności narodowej” (KKK 1939). Dlatego też bez miłości „dobro wspólne i społeczeństwo nie mogły, nie mogą i nie będą mogły przetrwać”³³. Istnieje konieczność podjęcia działań duszpasterskich w parafiach oraz czynności wychowawczych w szkołach i rodzinach, które będą uwrażliwiały dzieci, młodzież i dorosłych na drugiego człowieka i jego sytuację. Wychowując do posługi na rzecz drugiego człowieka, można mieć pewność, że przykazanie miłości Boga i człowieka będzie miało swój oddźwięk w życiu Kościoła, państwa i całej społeczności ludzkiej.

³⁰ Tamże.

³¹ Jan Paweł II, *Orędzie na IX i X Światowy Dzień Młodzieży*, <http://nauczaniejp2.pl/dokumenty/wy-swietl/id/684>, z dn. 14.12.2016.

³² Por. S. Łabendowicz, *Przygotowanie do sakramentu małżeństwa i życia w rodzinie*, „Zeszyty Formacji Katechetów” 18 (2005) nr 2, s. 46.

³³ J. Słomińska, *Mechanizmy i funkcje grup młodzieżowych*, Warszawa 1986, s. 31.

Zakończenie

Problemem samobójstw i towarzyszącymi mu zagadnieniami zajmuje się wiele dyscyplin naukowych, poczynając od psychiatrii, psychologii aż po filozofię, etykę oraz religię. W literaturze przedmiotu spotykamy się z różnymi przyczynami powodującymi samobójstwo. Ukazywane są także liczne sposoby zapobiegania zachowaniom samobójczym oraz metody pracy z osobami, które podejmowały próby samobójcze. Zwraca się też uwagę na osoby szczególnie podatne na tego typu zachowania oraz analizuje przyczyny takiego postępowania³⁴. Istotnym wezwaniem dla osób zaangażowanych w profilaktykę antysuicydalną jest „stworzenie integralnego i wielosektorowego programu zapobiegania samobójstwom, tak by w swoim zakresie obejmował on (w perspektywie antropologicznej) oddziaływania na wszystkie sfery człowieka; z wykorzystaniem wszelkich możliwych strategii, metod i form profilaktycznych; z zaangażowaniem odpowiednich instytucji i służb społecznych oraz uwrażliwiający na ten problem”³⁵. W przeciwdziałaniu temu zjawisku konieczna jest współpraca specjalistów pochodzących z różnych środowisk i grup zawodowych, tj. lekarzy, psychologów, nauczycieli, księży, policjantów, trenerów i etyków³⁶. Bardzo ważną rolę spełniają tutaj instytucje wychowawcze, a więc szkoła, Kościół i przede wszystkim rodzina. Szczególnie istotne jest tutaj wychowanie skierowane ku dążeniu do określonych wartości oraz podkreślenie wiary człowieka.

Kościół pełni posługę głoszenia miłości miłosiernej wobec potrzebujących pomocy poprzez głoszenie słowa Bożego i współpracę z instytucjami wychowawczymi i opiekuńczymi. W ten sposób przypomina, że okazywanie miłości wobec każdego człowieka to nie słowne deklaracje, ale czyny. Mówi o nich św. Paweł: „Jeden drugiego brzemiona noście i tak wypełnicie prawo Chrystusowe” (Ga 6,2). Wychowanie w katechezie jest inspirowane duchem ewangelicznym i powinno polegać na rozwijaniu tego, co jest w człowieku dobre. Motywacją do posługi na rzecz innego człowieka jest pragnienie zrobienia czegoś dobrego i niesienie pomocy. Ojciec Święty Jan Paweł II zachęcał do angażowania się na rzecz dobra wspólnego i przypominał, że „Duszą porządku społecznego winna stać się zasada miłości, ponieważ tylko ona jest w stanie obronić godność człowieka, ożywić sprawiedliwość i rozwiązać również problemy społeczne” (DiM 14). Zachowania samobójcze należą do coraz częściej spotykanych zachowań wśród młodzieży i dzieci. Tylko dobre wychowanie, wpojenie zasad moralnych i określonych wartości daje gwarancję, że młodzi ludzie nie będą dążyli do samobójstwa. Dlatego też przed rodzicami, nauczycielami i wychowawcami oraz duszpasterzami staje pilne zadanie niesienia Dobrej Nowiny o Chrystusie oraz kształtowania osobowości młodych ludzi³⁷. Jan Paweł II, przypominał, że „Człowiek, który chce zrozumieć siebie do końca (...) – musi ze swym niepokojem, niepewnością, a także słabością i grzesznością, ze swoim życiem i śmiercią

³⁴ Por. K. Warchoń, *Problem samobójstw wśród...*, jw.; *Problem samobójstw u dzieci...*, jw.

³⁵ K. Noweta, *Wybrane aspekty...*, jw.

³⁶ Por. K. Warchoń, *Problem samobójstw wśród...*, jw.

³⁷ Por. J. Stala, *Współpraca rodziny, szkoły i parafii w dziele wychowania*, w: *Dydaktyka katechezy*, cz. I, red. J. Stala, Tarnów 2004, s. 339-376.

przybliżyć się do Chrystusa” (RH 10). Potrzeba zatem odniesienia różnych aspektów życia ludzkiego do Jezusa Chrystusa, gdyż to pozwala w pełni rozwijać dojrzałą osobowość katechizowanego.

To właśnie rodzina, parafia i Kościół, szkoła, różne grupy duszpasterskie czy grupy teatralne, szkolne koła zainteresowań powinny kształtować młodych ludzi. Poprzez różne oddziaływania wychowawcze i współpracę środowisk mają na celu wychowanie dobrego człowieka. Specyfiką tego wychowania ma być nie tylko wspomaganie szeroko pojmowanego rozwoju jednostki i całych społeczności, ale również prowadzenie do komunii z Bogiem. Swoją działalność edukacyjną Kościół opiera więc na wartościach chrześcijańskich i ku takim wartościom prowadzi człowieka. Działania wychowawcze podejmowane poprzez katechetyczną posługę w szkole, domu i parafii to inicjacja w życie chrześcijańskie oraz kształtowanie postaw nią inspirowanych³⁸. Katecheza

ma kierować wychowanków do nabywania zdolności zawierzenia i powierzenia się Bogu oraz służby drugiemu człowiekowi. Ma zapobiegać różnym czynom samobójczym poprzez promocję życia. Jednak, aby żyć, wzrastać i wytrwać w wierze, katecheci, rodzice i wychowawcy oraz nauczyciele powinni wspierać uczniów w rozwoju ich wiary. Konieczne jest, aby poprzez swoją postawę umożliwili dzieciom i młodzieży spotkanie z Jezusem Chrystusem we wspólnocie wiary. Jak zachęcał bp Jan Chrapek, trzeba dzielić się wiarą i miłością, „aby otaczający nas świat ludzi wszelako potrzebujących stał się piękniejszy i bardziej braterski, a dobro wspólne mogło być nie tylko bronione, ale także wzbogacane naszą odpowiedzialną troską, inspirowaną wrażliwością serca kształtowanego Ewangelią. Tylko bowiem w ten sposób uratujemy Nadzieję i tym, z którymi wspólnie zamieszkujemy przestrzeń współczesnego świata, damy motywy nadziei, bez których trudno żyć i myśleć o przyszłości”³⁹.

³⁸ Por. Tamże, s. 352; A. Offmański, *Pojęcie i natura katechezy*, w: *Katecheza Kościoła w świetle Dyrektorium ogólnego o katechizacji*, red. A. Hajduk, Kraków 1999, s. 87; T. Panuś, *Zasada wierności Bogu i człowiekowi i jej realizacja w polskiej katechizacji*, Kraków 2001, s. 114-115.

³⁹ Bp Jan Chrapek, „*Dzielmy się miłością – Wolontariat*”. List (Radom 29.01.2001), <http://mateusz.pl/czytelnia/jch-wolontariat.htm>, z dn. 31.05.2017.