

Proč ubývá sebevražd

*Respekt, 03.02.2014, Vladimír Jaromír Horák, str. 67, Civilizace/trendy
<http://respekt.ihned.cz/>*

Kvalitní zdravotní péče a fungující ekonomika se zdají být neúčinnějšími léky proti sebevraždám

Myšlenky na sebevraždu provázely dnes třiapadesátiletého Františka už od puberty. Jeho otec byl lékař, k rodině se však choval velmi hrubě, často pil, ponižoval svou manželku a fyzicky ji napadal. Jako třináctiletý začal František matku bránit, a otec proto zaměřil své agresivní chování i proti němu. Mimo domov to nebylo o mnoho lepší. V malé moravské vesnici, kde rodina žila, se lidé Františkova otce báli a svou averzi obraceli i proti ostatním členům rodiny. Ve škole tak Františka šikanovali spolužáci i někteří učitelé. Uzavřel se do sebe a stal se úplným outsiderem.

Šikana pokračovala během vojenské služby, kterou František absolvoval za normalizace. Ještě dnes se v noci budí a opakovaně se mu zdá, že došlo k administrativní chybě a on byl povolán do armády znovu. Postupně se u něho začala projevovat klinická deprese a ve dvaadvaceti letech se rozhodl k sebevraždě. Dnes říká, že nechtěl opravdu zemřít, spíš volal o pomoc. Když ležel v kaluži krve a opouštěly ho fyzické síly, rozhodl se, že bude žít dál.

Lze sestavit profil sebevraha?

Podle psychiatra Jiřího Koutka a psycholožky Jany Kocourkové je sebevražda v drtivé většině případů způsobena zkratkovitou reakcí na tíživou, zdánlivě neřešitelnou životní situaci. Jediným východiskem se danému člověku zdá být vlastní smrt. Ne každý jedinec je ale ohrožen stejně a ne v každé společnosti je sebevražedné jednání na vzestupu. Lze tedy sestavit něco jako profil sebevraha, případně označit společenské podmínky, které sebevraždám nahrávají?

Příčinou sebevraždy může být chudoba, vážná nemoc, problémy v zaměstnání nebo v mezilidských vztazích, roli hraje také stres a hektický způsob života. Podle Koutka a Kocourkové může být určitý typ lidí k sebevraždě náchylnější, nelze to však úplně zobecnit. Větší dispozice mohou mít třeba někteří nervově labilní jedinci, vznětliví nebo vysoce senzibilní lidé.

Významným faktorem je také deprese. Přibližně 90 procent lidí, kteří spáchali sebevraždu (za poslední půlstoletí ji dokonalo zhruba 100 tisíc Čechů), trpělo depresivními poruchami. V euroamerické civilizaci postihne jednorázová deprese někdy během života přibližně každého pátého člověka. Opakovanou krátkodobou nebo dlouhodobou depresí tu pak trpí asi sedm až deset procent populace.

Deprese je téměř dvakrát častěji diagnostikována u žen, přesto dokonané sebevraždy páchají čtyřikrát častěji muži. Odborníci zdánlivý paradox vysvětlují tím, že muži mají obecně větší sklon k agresivnímu jednání, dokonce i pokud je zaměřeno proti vlastní osobě. Ženy naopak mnohem snáze o svých potížích komunikují a dříve vyhledávají psychiatrickou léčbu. Zajímavý je i rozdíl v motivacích: u mužů působí jako spouštěč nejčastěji konflikty v zaměstnání, strach z trestu či hrozba chudoby, ženy vedou k sebevraždě především

neutěšené mezilidské vztahy nebo problémy v lásce a manželství.

Masaryk a Durkheim

Úvahy o příčinách sebevražd se ovšem nesoustředí jen na psychiku jedince. Jako první se u nás sebevražedností zabýval Tomáš Garrique Masaryk, který dobrovolný odchod ze života chápal jako hromadný společenský jev a spojoval jej s rozvojem moderní industriální společnosti, se ztrátou víry a s úpadkem morálních hodnot. Ve spise Sebevražda hromadným jevem společenským moderní osvěty vydaném v roce 1881 píše, že společnost je plná pesimismu, zloby, zoufalství, neklidu a nedůvěry a to vše vede k sebevraždám. Společenské souvislosti sebevražd zkoumal ve svém díle Le suicide (Sebevražda) z roku 1897 také francouzský sociolog Émile Durkheim. Porovnával třeba rozdíly v sebevražednosti svobodných a ženatých lidí nebo věřících a bezvěrců. Zabýval se také tím, jak ovlivňují míru sebevražednosti různé sociální faktory, jako je válka či ekonomická deprese. Upozornil třeba na skutečnost, že Židé a katolíci umírají vlastní rukou méně než protestanti, a také na to, že věřící obecně páchají méně sebevražd než ateisté. Výsledky jeho bádání dokládají vliv šíření moderního individualismu na zvýšený výskyt sebevražedného chování.

Durkheim spojoval sebevraždy s procesem anomie. Označoval tak situaci, kdy neustálé změny v moderním světě vyvolávají pocity nezařazenosti a bezradnosti. Tradiční mravní hodnoty, měřítko a regulativa vycházející z náboženství se hroutí a mnozí jedinci mají pocit, jako by jejich život postrádal smysl. Dosud uznávaná a jasně formulovaná pravidla přestávají platit a nová ještě nejsou plně ustanovena, což vede ke zvýšenému výskytu sociálně patologických jevů. A jedním z nich je právě sebevražda.

Dvě tváře společenských změn

Z Durkheimových závěrů zdánlivě vyplývá, že by v devadesátých letech, po zhroucení komunistického režimu, mělo na našem území dojít k prudkému zvýšení počtu sebevražd. Nic takového ale nenastalo. V českých zemích počet sebevražd dlouhodobě mírně klesá a nyní je v podstatě nejnižší od konce 19. století (přesněji, byl nejnižší kolem roku 2008). Vděčíme za to kvalitnějšímu zdravotnictví, častějšímu předepisování antidepresiv nebo snazšímu přístupu k psychiatrické péči. V poslední době roste rovněž počet linek důvěry, poraden a center pomoci. Česká společnost také více než dřív akceptuje jedince trpící některou z psychických poruch.

Vysvětlení však může být také v tom, že společenské změny po roce 1989 nebyly ze sociologického pohledu tak hluboké jako ty, které popisuje Durkheim. V jeho době docházelo k zásadní proměně celé tradiční společnosti, jež se transformovala ve společnost moderní. Probíhala urbanizace a industrializace, vliv náboženství slábl. Bezprostřední mezilidské vztahy se měnily ve vztahy formalizované, místo pospolitého života širší rodiny se lidé stěhovali do vlastních bytů, pomoc příbuzných začaly do jisté míry nahrazovat sociální služby. Tradiční skupinovou sounáležitost nahradily anonymní vztahy a začal převládat individualismus.

Naproti tomu o počátku devadesátých let minulého můžeme s filozofem Václavem Bělohradským říci, že došlo pouze k proměně jedné formy moderní společnosti v jinou. Socialismus nahradilo tržní prostředí a demokracie, došlo hlavně ke změně ideologické orientace a způsobu hospodaření. Změny nezasáhly do všedního života lidí ani do jejich sociálních kontaktů a rodinných vazeb tak silně jako v průběhu 19. století.

Je však otázkou, jestli dlouhodobý pokles počtu sebevražd nemůže zvrátit současná

ekonomická krize, pokud by přerostla v hlubší a déle trvající stav. Tak tomu bylo třeba po roce 1929, kdy křivka sebevraždnosti právě vlivem hospodářské krize výrazně stoupla (viz graf na str. 70). Druhou temnou epochou nárůstu sebevraždnosti byl začátek normalizace. Od poloviny sedmdesátých let pokračoval pokles počtu sebevražd, po roce 2008 však v Česku dobrovolných odchodů ze života znovu mírně přibýlo a tento trend trvá do současnosti. Důvodem je patrně strach z chudoby, způsobený hospodářskou krizí a nejistou ekonomickou situací.

Chudoba a ekonomická nejistota posledních let se mnohem výrazněji projevily třeba v Itálii, kde například v první třetině loňského roku vzrostl počet sebevražd o 40 procent. Život si tu brali jednak malí a střední podnikatelé, kteří přišli o svou existenci, jednak lidé, kteří byli propuštěni ze zaměstnání a novou práci nesehnali. Za posledních 15 měsíců tu spáchalo sebevraždu 121 osob, akutní chudobou je v Itálii dnes ohroženo 15 milionů lidí. Podobně se situace vyvíjí také v Řecku nebo ve Španělsku; v druhé jmenované zemi přišlo od začátku krize o střechu nad hlavou 350 tisíc lidí a každý den je tu násilně vystěhováno na 500 domácností, jež nemohou platit nájemné.

Nejsilněji se nyní projevuje vliv chudoby v Maďarsku, Slovinsku a v Litvě. Bulharsko se možná stává zemí nejnešťastnějších lidí v Evropské unii: například během prvních dvou měsíců loňského roku spáchalo sebevraždu jen v Sofii 131 osob a čtyřikrát více lidí se o ni pokusilo.

Rozdíly v sebevraždnosti mezi jednotlivými evropskými státy jsou značné, až jedenáctinásobné, přičemž Češi patří k průměru. Kromě ekonomické situace se na výkyvech oběma směry podepisují i další faktory: například v Maďarsku se na vysokém počtu sebevražd může podílet také tamní rovinatá krajina, která prohlubuje deprese. Situace je dlouhodobě špatná též v Pobaltí, částečně vinou nízké kvality tamní sociální péče, kvůli níž není deprese diagnostikována jako choroba, a pacientům se proto nedostává léčby.

Nejméně si v rámci Evropy lidé berou život na Kypru a před propuknutím ekonomické krize byla sebevraždnost nízká také v Řecku. Roli tak zřejmě hraje i skutečnost, že na jih kontinentu dopadá během roku více slunečního záření, což příznivě ovlivňuje psychiku. Pozoruhodné přitom je, že Evropané páchají v přepočtu na obyvatele nejvíce sebevražd na světě.

Následují je lidé v Severní Americe, Oceánii a Austrálii, tedy na kontinentech s výrazným podílem původně evropského obyvatelstva.

Co se stalo s Františkem

Sebevražedné jednání patří k člověku a je součástí jeho kultury. Lze jej vnímat jako oběť, kterou někteří lidé reflektují existenciální realitu dnešního složitého, uspěchaného a často velmi necitlivého světa, právě tak jako projev psychické nemoci. Jak ukazují historické statistiky, dobrá lékařská a sociální péče pomáhá počet sebevražd snižovat a podobně působí i hospodářská a společenská stabilita.

Žádný jednoduchý recept, jak pomoci člověku se sebevražednými sklony, ovšem neexistuje.

Dokládá to i pokračování Františkova příběhu. Během života plného zvrátů se u něj prohloubily příznaky deprese, které ho teď nutí k tomu, aby omezil, nebo dokonce úplně opustil své současné zaměstnání v univerzitním prostředí. Kvůli občasnému depresivnímu

chování se od něho také odvrátila většina příbuzných i mnoho bývalých přátel. Myšlenky na sebevraždu jej neopustily, stejně jako životní postoj osamělého člověka, který, i když má kvalitní vzdělání a jeho osobnost se nevyznačuje asociálními rysy, stojí na samém o svých potížích snáze komunikují a dříve vyhledávají psychiatrickou pomoc.

foto milan jaroš

O autorovi: Vladimír Jaromír Horák, Autor je etnolog, sociolog a kulturně-sociální antropolog. Působí na **Ostravské univerzitě**.

Zpracovatel: Anopress IT a.s.

<http://www.osu.cz/>