

ZACHOWANIA SAMOBÓJCZE MŁODZIEŻY W KONTEKŚCIE TRUDNOŚCI ADAPTACYJNYCH

W artykule podejmuję zagadnienie okoliczności prób samobójczych, podejmowanych przez młodzież w wieku 14–21 lat, rozważając tę problematykę w kontekście czynników ryzyka i uwarunkowań teoretycznych. Samobójstwo poddaję analizie w ujęciu epidemiologicznym i funkcjonalnym. Obrazuję częstotliwość statystyczną zdarzeń, czynniki ryzyka oraz mechanizmy, jakie współwystępują z samobójczą śmiercią dzieci i młodzieży. W tym zakresie dokonałem przeglądu wyników badań brytyjskich, amerykańskich i polskich, wskazując podobieństwa zmian poznawczych, wolicjonalnych i emocjonalnych nastoletnich samobójców. W warstwie teoretycznej artykułu rozważania koncentruję na teorii dysregulacji emocjonalnej (Linehan, 1993) oraz interpersonalnej teorii samobójstw (Van Orden i in., 2010), wyznaczając dwie przestrzenie, w jakich narasta zagrożenie samobójstwem nastolatków. Badaniom poddaję sferę emocji i relacji interpersonalnych. Pokazuję ich związki z trudnościami adaptacyjnymi, zmianami nastroju oraz usposobieniem. Procedura badań zakładała analizę materiału źródłowego, obejmującego listy pożegnalne zmarłych nastolatków oraz wypowiedzi ich bliskich (rodziców, znajomych), pozwalającą zrekonstruować okres poprzedzający zamach samobójczy. Teksty źródłowe, stanowiące materiał archiwalny prokuratur, poddaję analizie metodą pól semantycznych. Prezentacja wyników badań koncentruje się na sposobach opisywania doświadczanych emocji oraz interpretowania relacji interpersonalnych. Poszukiwałem słów kluczy używanych do tych opisów, częstotliwości ich używania oraz kontekstu interpretacji fragmentów wypowiedzi. Przeprowadzona analiza semantyczna pozwoliła mi sformułować istotne dla pedagogów wnioski, wskazujące obszary, w których młodzież informuje o swoich niekorzystnych doświadczeniach adaptacyjnych. Umiejętność tworzenia przestrzeni wypowiedzi i odczytywania przekazu staje się jedną z możliwości pedagogicznych działań profilaktycznych. Równocześnie proces interpretowania znaczeń, jakie wyłaniają się z listów samobójczych dzieci i młodzieży, dostarczył cennych informacji, które wyjaśniają trudności w komunikowaniu dorosłym swego cierpienia i odczuwanej presji.

Słowa kluczowe: emocje, relacje, młodzież, samobójstwo, list pożegnalny

Istota zachowań suicydalnych

Samobójstwo jako zjawisko społeczne poddawane jest analizie naukowej w różnych aspektach, o czym świadczy szerokie rozumienie pojęcia „suicydologia”. Jako obszar nauki podejmuje kwestie kryminologiczne, medyczne, psychologiczne, socjologiczne, ale także pedagogiczne, głównie w kwestii profilaktyki (Hołyst, 2002). Interesujące dla badaczy i pedagogów praktyków jest założenie, iż wielopoziomowe, wieloletnie i interdyscyplinarne badania nad zjawiskiem okoliczności, przyczyn i przebiegu śmierci samobójczej mają znaczenie dla jakości wsparcia osób zagrożonych. W tym kontekście Madelyn S. Gould wskazuje

na wciąż aktualne zadanie dla nauki i praktyki. Wielość i różnorodność analiz czynników ryzyka nie jest wystarczająco dobrze implementowana do praktyki budowania strategii wsparcia i prewencji (Gould, Kramer, 2001, s. 6), dlatego powstanie tekstu poświęconego tej problematyce stanowi próbę odniesienia wyników badań do praktyki pedagogicznej, nie klinicznej. Istotą nie są prezentacje czynników ryzyka, ale wypracowanie wskazówek dla nauczycieli i pedagogów na podstawie rekonstrukcji historii kilku przypadków.

Jedną z perspektyw badań suicydalnych jest ocena epidemiologiczna, skoncentrowana na danych ilościowych i stratyfikacyjnych, opisująca dynamikę liczby zgonów w ujęciu długofalowym oraz cechy dystynktywne grup ryzyka (Putowski i in., 2015, s. 264–268). W innym ujęciu samobójstwo poddawane jest analizie przyczynowej, odpowiadającej na pytania o katalog czynników ryzyka i częstotliwość ich występowania w grupach społecznych. To także ocena zagrożeń samobójstwem w grupach zróżnicowanych kulturowo, etnicznie, rasowo (Sean, Banks, Belue, 2016, s. 73–79) oraz analiza związków samobójstwa ze zmianą warunków społecznych (Holmstrand i in., 2015, s. 459–469). Badania amerykańskie podnoszą kwestie różnic etnicznych i rasowych, a także regionalnych, porównując liczebności zgonów wśród Afroamerykanów, białych nastolatków, społeczności latynoskiej w różnych stanach kraju. Podobnie ważnym czynnikiem okazuje się płeć młodych samobójców, ponieważ wyniki analiz wskazują, iż pięć razy częściej to zjawisko występuje u chłopców, ale nastoletnie dziewczęta częściej snują plany samobójcze i podejmują próby zamachu (Lewinsohn, Rhode, Seeley, 1996, s. 25–36). Kolejny aspekt, najistotniejszy z punktu widzenia zagadnień teorii i praktyki pedagogicznej, dotyczy analizy funkcjonalnej procesu samobójstwa. Poprzez pryzmat koncepcji teoretycznych i wyników badań opisywane są mechanizmy oraz procesy przyczynowo-skutkowe poprzedzające śmierć samobójczą. Jest to szczególny rodzaj wiedzy naukowej, ponieważ generuje odniesienia do jakości procesów socjalizacji, społecznej adaptacji czy profilaktyki pedagogicznej. Badania naukowe dowodzą podobieństw okoliczności samobójstw, dostarczają niezbędnej wiedzy dla wczesnej interwencji i profilaktyki pedagogicznej. Ta perspektywa analizy zagadnienia śmierci samobójczej wśród młodzieży wyznacza zasadniczy cel powstania tekstu i przeprowadzonej analizy. Istotą badań jest poszukiwanie podobieństw doświadczeń i procesów, jakie pojawiały się w okresie poprzedzającym samobójstwo. Na tej podstawie można zbudować wnioski dotyczące profilaktyki pedagogicznej, a ściślej – wczesnego rozpoznawania trudności młodych ludzi. Pedagodzy powinni z opracowania dowiedzieć się, na jakie kwestie powinni zwracać uwagę i dlaczego. W tym celu rekonstruowano doświadczenia opisane w listach pożegnalnych i wypowiedziach osób bliskich. Analiza nie ma charakteru terapeutycznego, nie podejmuje także systematyzacji czynników ryzyka, ponieważ temu poświęcono przegląd teoretyczny. Celem jest wyprowadzenie wniosków adresowanych do nauczycieli i pedagogów wywiedzionych z jakościowej analizy rekonstrukcyjnej.

Samobójstwa dzieci i młodzieży w ujęciu epidemiologicznym są analizowane w ujęciu makrospołecznym, obrazując okresowe tendencje porównywane ze zmianami społecznymi, statusem ekonomicznym grup społecznych, ale także z pojawianiem się zagrożeń, jak np. cybermobbing, przestępczość nieletnich,

bullying. Analizy makrospołeczne ukazują samobójstwo w kontekście problemu społecznego, czego przykładem jest raport opublikowany w 2010 r. w Wielkiej Brytanii, sytuujący śmierć samobójczą nieletnich na trzecim miejscu przyczyn zgonów, co wówczas stanowiło najwyższy odsetek w całej Europie (Anderson i in., 2012, s. 131). Podobne wyniki badań nad samobójstwem młodzieży uzyskali Philip A. Rutter i Emil Soucar, którzy badali poziom zagrożenia samobójstwem wśród młodych ludzi z odmienną orientacją seksualną. Nie uzyskali oni jednoznacznych wyników, że określone cechy demograficzne, w tym także orientacja seksualna, korelują z samobójstwem, natomiast zauważyli, iż czynnikiem ochronnym jest udzielane wsparcie społeczne. Ich zdaniem zmienne psychospołeczne poddawane eksploracji naukowej zdecydowanie częściej odgrywają rolę w profilaktyce niż konkretne cechy demograficzne przypisywane grupom ryzyka (Rutter, Soucar, 2002, s. 297).

Niniejsze rozważania wpisują się w takie ujęcie, próbując na podstawie analizy przypadków wskazywać nie tyle czynniki ryzyka, co doświadczenia osobiste i społeczne, które dla pedagogów są punktem odniesienia do oceny zagrożeń myślami samobójczymi. Podobne ujęcie proponują Lloyd Potter i Deborah M. Stone (2003, s. 35). Wskazują oni na rolę szkoły w kontekście zarówno ujawniania się trudności adaptacyjnych dzieci i młodzieży, jak i jako miejsca wczesnej interwencji. Ich zdaniem na grunt placówek edukacyjnych należy przenieść znaczny ciężar wczesnego rozpoznawania zagrożeń samobójstwem, ale wobec tego rolą badań pedagogicznych jest wskazywanie możliwości tych działań. Współczesne analizy polskie sytuują śmierć samobójczą na drugim miejscu przyczyn zgonów wśród osób w wieku 15–29 lat (Rodziński, Rutkowski, Ostachowska, 2017, s. 516), oczywiście zakładając, że liczebność zgonów zmienia się wraz z intensyfikacją wypadków komunikacyjnych czy używaniem substancji odurzających (narkotyków, dopalaczy).

W Polsce dane epidemiologiczne zachowań samobójczych pochodzą głównie z analiz policyjnych. Na przestrzeni lat 2013–2018 liczebność samobójstw dzieci i młodzieży zachowuje tendencję spadkową (tabela 1). Podobne obserwacje, odnotowywane od 1994 r., są publikowane przez badaczy amerykańskich, którzy upatrują przyczyn tego stanu w stosowaniu farmakoterapii antydepresyjnej wśród nastolatków oraz zmniejszeniu się poziomu nadużywania substancji psychoaktywnych (Shaffer, Craft, 1999, s. 70–74). Nie jest to jednak wniosek jednoznaczny, ponieważ kwestią problemową jest brak ujednoliconej bazy danych policji i instytucji opieki medycznej czy brak szacunków dotyczących powiązania samouszkodzeń ciała z realnym zamiarem samobójczym. Dodatkowo liczebność nieujawnionych prób samobójczych wśród dzieci i nastolatków jest tylko prognozowana, gdyż nie poddaje się prostej ocenie statystycznej.

Analiza przyczynowa zachowań samobójczych dzieci i młodzieży pozwala na porównywanie czynników ryzyka oraz motywacji. Literatura w tym zakresie wykazuje, iż czynniki ryzyka podjęcia próby samobójczej można klasyfikować według podobieństw. Kenneth R. Conner i David B. Goldston (2007, s. 195, 198) podają, że w Wielkiej Brytanii zdecydowanie najczęstszym czynnikiem ryzyka samobójstw młodych ludzi są zaburzenia psychiczne, a szczególnie depresja, która dominuje wśród osób w wieku 11–21 lat. Dodatkowo na negatywną jakość

zdrowia psychicznego rzutują stany lękowe młodzieży oraz fobie szkolne i społeczne, ujawniające się w 11.–16. roku życia. Oprócz zaburzeń sfery psychicznej młodzieży czynnikiem ryzyka staje się nadużywanie alkoholu i środków psychoaktywnych. Badania brytyjskie wskazują na obserwowaną kompilację używania substancji psychoaktywnych i obniżonego nastroju. Podobne kwestie zdrowia psychicznego uwzględniły badania amerykańskie, które w katalogu czynników ryzyka samobójstw młodych ludzi wymieniają: choroby psychiczne, stany depresyjne, uzależnienia od substancji psychoaktywnych i alkoholu, choroby psychiczne i epizody samobójcze w rodzinie pochodzenia, poczucie beznadziei, tendencje młodzieży do zachowań impulsywnych i agresywnych. Istotne jest poczucie odrzucenia w sferze uczuć, doświadczane szczególnie boleśnie w okresie dorastania, oraz wzorce ujawnione lokalnie w szkole, kiedy zdarzenie samobójcze powoduje akty autoagresji innych uczniów, dotąd ukrywających swoje zamiary. Rzadziej odnotowane są doświadczania traumy, niepełnosprawności, stygmatyzacji rasowej, stygmatyzacji kalectwem, chorobą somatyczną, doświadczanie stresu czy niestabilności emocjonalnej (Langhinrichsen-Rohling, Friend, Powell, 2009, s. 403). Interesujące są wyniki badań Davida Brenta i in. (1996), przeprowadzone na próbie 166 amerykańskich nastolatków. Poszukiwano w nich związków między ekspozycją na samobójstwo a osobistymi trudnościami adaptacyjnymi. Okazało się, iż utrata przyjaciela w wyniku samobójstwa wywołuje długotrwałe trudności związane z przeżywaniem stresu posttraumatycznego, lęku, wyzwała stany depresyjne nastolatków, niekiedy prowadzące do zamachu na życie.

Tabela 1

Dane ilościowe samobójstw w Polsce w latach 2013–2018 (w liczbach bezwzględnych)

Rok	Wiek			W tym:	
	7–12 lat	13–18 lat	19–24 lata	uczniowie	studenci
2013	4	144	454	166	46
2014	3	124	521	158	47
2015	5	114	436	132	43
2016	2	101	371	107	45
2017	1	115	353	119	44
2018	0	92	344	102	39

Źródło: statystyka.policja.pl, data dostępu: 15 marca 2019 r.

W Polsce również najczęstszym czynnikiem ryzyka są depresje wśród młodzieży, choroby afektywne dwubiegunowe i schizofrenia. Dodatkowo w przedziale osób w wieku 7–18 lat istotnym czynnikiem ryzyka powstawania myśli i prób samobójczych są zaburzenia odżywiania, anoreksja i bulimia (Rodziński, Rutkowski, Ostachowska, 2017, s. 517). Nie bez znaczenia są także niekorzystne relacje interpersonalne, niepowodzenia szkolne, ubóstwo i brak perspektyw (Makara-Studzińska, 2013, s. 78–82).

Analiza funkcjonalna zjawiska samobójstwa zmienia perspektywę z poziomu makrospołecznego na rozpoznawanie indywidualnych przypadków. Wówczas wyniki badań stają się istotnym źródłem wiedzy profilaktycznej, niezwykle uży-

tecznej dla pedagogów, opiekunów, nauczycieli pracujących z dziećmi i młodzieżą. U podstaw ujęcia procesualnego samobójstwa jest założenie, że zamach stanowi efekt postępujących, długofalowych zmian poznawczych, emocjonalnych i funkcjonalnych człowieka. Na podstawie analiz porównawczych indywidualnych doświadczeń i kontekstu sytuacyjnego, w jakim doszło do samobójstwa dzieci i młodzieży, można wnioskować, iż towarzyszy mu proces narastania gotowości poznawczej i wolicjonalnej do dokonania zamachu. Uwagę zwracają też zmiany kognitywne, zniekształcające realne odczucia i sądy poznawcze. Z tego powodu badania nad listami pożegnalnymi wymagają powiązań z innymi informacjami o jakości życia człowieka, aby móc weryfikować te zniekształcenia (O'Connor, Sheehy, 2003, s. 99).

Zaburzenia adaptacyjne u dzieci i młodzieży w procesie socjalizacji

Pedagogiczne ujęcie procesu socjalizacji dziecka pozwala wyróżnić kilka obszarów i zadań, jakie w tym okresie występują. Marian Nowak (2008, s. 552) definiuje socjalizację jako proces oddziaływania środowisk pierwotnych i wtórnych na dziecko, pod wpływem których wrasta ono w zastane normy. Mieczysław Łobocki (2003, s. 42–44) wskazuje, iż w efekcie procesów socjalizacyjnych kreują się postawy społeczne, następuje internalizacja norm i wartości oraz uczenie się ról społecznych. Są to złożone, długofalowe i wymagające interakcji zadania, angażujące rodziców, środowisko rodzinne, ale także działania pedagogów. W przypadku analizy problemu, jakim jest jednak samobójstwo młodych ludzi, uwagę zwraca aspekt życia emocjonalnego i nabywana w okresie socjalizacji dojrzałość emocjonalna. Zespół Nancy Eisenberg (2010, s. 681–698) łączy jakość rozwoju emocjonalnego dzieci z procesem powstawania mechanizmów samoregulacji, dzięki którym lepiej radzą sobie w stresujących sytuacjach szkolnych, zdarzeniach nieprzewidywalnych, wiążąc emocje z kreowaniem dziecięcych zdolności do działania. Podobnie w badaniach prowadzonych przez Pamelę M. Cole (Cole, Martin, Dennis, 2004, s. 317–333) opisano emocje dziecka jako regulator sfery poznawczej i behawioralnej, co ma kluczowe znaczenie dla autodestruktywnych działań samobójcy. Brak umiejętności nazywania własnych emocji, ich rozpoznawania oraz komunikowania kształtuje u dzieci i młodzieży negatywny sposób percepcji, interpretacji otaczających zdarzeń i oceny odbieranych informacji zewnętrznych (Djambazova-Popordanoska, 2016, s. 501).

Z punktu widzenia pedagogicznych oddziaływań na rzecz optymalizacji funkcjonowania społecznego dzieci i nastolatków bardzo istotne są badania zespołu Davida Watsona (Watson, Clarc, Tellegen, 1988, s. 1067), który porównywał przeciwstawne usposobienie (nastrój) młodych ludzi w zależności do poziomu ich dojrzałości emocjonalnej. Pozytywne usposobienie przejawiało się pogodą ducha, entuzjazmem w działaniu, otwartością na relacje interpersonalne, podtrzymywaniem i satysfakcją z jakości relacji z innymi ludźmi. Młodzież była zaangażowana w uczenie się, poddawała się motywowaniu do nowych doświadczeń edukacyjnych. Dla pracy pedagogicznej z tą grupą dzieci i młodzieży istotne są także obserwacje Margaret Collins (2009, s. 4–5). Wskazały one na związek między poziomem dojrzałości emocjonalnej a skutecznym wychowawczo modelowaniem zachowań

młodych ludzi przez znaczących dla nich dorosłych. Dzięki istnieniu trwałych relacji z osobami dorosłymi zaangażowanymi w sprawy dziecka, umiejętnie go słuchającymi, u dziecka tworzą się podstawy silnej samooceny.

Przeciwnieństwo stanowią zaburzenia w rozwoju życia emocjonalnego w okresie socjalizacji, wywołujące negatywne usposobienie, przejawiające się strachem przed relacjami, poczuciem smutku, złością w reagowaniu na otoczenie. Młodzież ta nie utrzymuje pozytywnych wspomnień z osobistych doświadczeń tak długo jak ich rówieśnicy z usposobieniem pozytywnym, rzadziej potrafi dostrzegać szanse w sytuacjach niekorzystnych, raczej koncentruje się na poczuciu bezradności (Schutte, Schuettpehl, Malouff, 2010, s. 347–354). Z punktu widzenia zagrożeń samobójstwem negatywne usposobienie dzieci i młodzieży staje się przyczyną niekorzystnych relacji interpersonalnych. U tych osób wytwarzają się negatywne odczucia i postawy względem własnej przyszłości i dalszego życia (Djambazova-Popordanoska, 2016, s. 502), wskazują one na istotne zaburzenia adaptacyjne. Ta grupa nastolatków jest częściej narażona na używanie środków odurzających w początkowym okresie dojrzewania (13.–15. rok życia), ponieważ ma obniżone poczucie sprawstwa i wpływu na własne życie (Wills, 1994, s. 223–234). Zaburzenia życia emocjonalnego dzieci zwiększają ryzyko pojawienia się depresji i zaburzeń lękowych w okresie dojrzewania (Lasa-Aristu i in., 2019, s. 34), co pozostaje w związku z najczęstszym czynnikiem ryzyka samobójstw nastolatków. Sfera emocji i mechanizmów adaptacyjnych stanowi zatem istotny czynnik socjalizacji, ale także wskazuje na źródło informacji profilaktycznych wobec zachowań suicydalnych dzieci i młodzieży.

W ujęciu teoretycznym Marsha Linehan (1993), prowadząc badania nad osobowością borderline, własne obserwacje odniosła do mechanizmów regulujących proces samobójstwa w kontekście emocjonalnej dysregulacji. Teoria (*emotion dysregulation theory*) zakłada silny związek między niedojrzałością emocjonalną a emocjonalną dysregulacją, ponieważ samobójstwo występuje wówczas, gdy negatywne sytuacje życiowe nasilają negatywne nastawienie emocjonalne. Dysregulacja oznacza zatem brak umiejętności kierowania własną percepcją i oceną zdarzeń, które umożliwiałyby skuteczną adaptację do sytuacji życiowych (Stanley i in., 2016, s. 116). Taki stan nie pozwala na rozwiązywanie trudności czy na radzenie sobie ze stresem. Umiejętności i zasoby (kontakty społeczne, wsparcie itp.) wykorzystywane do radzenia sobie z sytuacjami stresującymi są także u młodzieży mniejsze niż u dorosłych, tym samym młodzi ludzie częściej mogą doświadczać bezradności.

Reasumując, kreacja pedagogiczna jakości życia emocjonalnego dzieci i młodzieży obejmuje: samoocenę, rozpoznawanie osobistych emocji, nazywanie stanów emocjonalnych, wzmacnianie poczucia odpowiedzialności za swoje życie. Sposobem osiągnięcia tych celów są pozytywne relacje z dorosłymi, pozwalające na uczenie się poprzez modelowanie sposobów reagowania na emocje i sytuacje życiowe, zmniejszając poczucie osamotnienia, odrzucenia emocjonalnego czy beznadziei.

Z punktu widzenia zadań socjalizacyjnych i profilaktyki pedagogicznej wobec samobójstw ważną rolę odgrywa jakość relacji interpersonalnych. W tym ujęciu mechanizmy i procesualność samobójstwa próbuje wyjaśniać teoria interpersonalno-psychologiczna (*interpersonal theory of suicide*) Kimberly A. Van Orden i in. (2010).

Wewnętrzna determinacja do podjęcia próby samobójczej stanowi wypadkową dwóch tendencji: słabej przynależności do innych oraz niskiej jakości relacji społecznych. Jeżeli młodzi są w sytuacji odrzucenia społecznego, wówczas nie budują satysfakcjonujących relacji z otoczeniem. Brak doświadczania silnych związków interpersonalnych prowadzi do przekonania, iż ich śmierć jest dla otaczających ludzi bardziej wartościowa niż dalsze życie. Samobójstwo rozgrywa się w połączeniu permanentnego poczucia osamotnienia i doświadczanej uciążliwości relacji z innymi ludźmi (Stanley i in., 2016, s. 117). Tym samym narasta przekonanie o gotowości do samobójstwa, które pod wpływem różnorodnych czynników z pasywnych przemyśleń staje się aktem autoagresji.

Uwzględniając ten kierunek interpretacji samobójstw młodzieży, pojawiają się ważne kwestie oceny relacji międzyludzkich pod względem ich wartości adaptacyjnej. Chodzi głównie o liczebność i długotrwałość relacji, ich ocenę pod kątem czerpanych satysfakcji, ale także o plany na przyszłość, jakie młodzież wiąże ze swoim miejscem wśród innych ludzi. Są to zagadnienia o dużym znaczeniu dla pracy pedagogicznej, zorientowanej na optymalizowanie procesów społecznej adaptacji.

Metodologiczne podstawy badań własnych

Prowadzone badania miały charakter indywidualny, realizujący założenia metody studium przypadków. Materiał źródłowy poddany analizie stanowiły teksty opisujące ostatni okres życia siedmiu osób w wieku 14–21 lat, które popełniły samobójstwo. Kluczowym tekstem były osobiste relacje młodych ludzi zawarte w ich listach pożegnalnych, oczywiście wymagające uwzględnienia kontekstu wydarzeń ostatnich dni życia. Dlatego jako uzupełniające dokumenty potraktowano zapisy wypowiedzi bliskich (najczęściej rodziców), którzy po zdarzeniu rekonstruowali zachowania, stany emocjonalne, opisując własne obserwacje zmian u swoich dzieci. Materiał źródłowy poddawano analizie z zachowaniem anonimowości, bez przywoływania opisów umożliwiających identyfikację osób, a także używanych po zakończonych czynnościach administracyjno-prawnych w sprawie okoliczności śmierci osoby. Był to materiał archiwalny prokuratury. Analizowane przypadki samobójstw odnotowano na Dolnym Śląsku i Opolszczyźnie w latach 2008–2011. Materiał źródłowy stanowił zbiór urzędowych dokumentów, powstałych w toku policyjnych czynności dochodzeniowo-śledczych, prowadzonych wokół okoliczności śmierci samobójczej. Zapis wypowiedzi utrwalonych w badanych aktach spraw był wynikiem wywiadów i rozmów kierowanych standardowymi protokołami policyjnymi. Zadaniem badacza było eksplorowanie *ex post facto* zapisu wypowiedzi osób z otoczenia nastolatka, natomiast anonimowość analizy i archiwalność danych stała się sposobem zabezpieczenia etyczności badań. Procedura badań jakościowych obejmowała wyselekcjonowanie słów kluczy, jakimi młodzi opisywali swoje stany emocjonalne i osoby z otoczenia. Analiza nie traktuje zatem każdego studium odrębnie, ale łączy słowa kluczowe, pokazując ich obraz, poszukując tych, które pojawiły się najczęściej w tekstach. Do tego celu użyto formuły chmury pojęć, która samoczynnie prezentowała układ słów według ich częstotliwości, wypisa-

nej z materiału źródłowego. Celem analizy było poszukiwanie odniesień do wyselekcjonowanych słów nazywających emocje oraz relacje, ponieważ wokół nich powstawały pola semantyczne, dające szansę na odczytywanie słowa w jego kontekście i osobistym znaczeniu.

Procedura badań korespondowała z głównym pytaniem badawczym: jak młodzi ludzie interpretowali emocje i relacje społeczne w okresie poprzedzającym zamach samobójczy? Postawione pytanie kieruje uwagę na szczegółowe wątki analizy tekstów, zaliczając do nich: samoocenę, stan emocjonalny, określenia używane do opisu siebie, wskazania osób z otoczenia społecznego.

Zastosowaną techniką pracy nad dokumentacją była analiza pól semantycznych. Zgodnie z założeniami metodologicznymi pola semantyczne konstruowano wokół kluczowego wątku (słowa, frazy), łącząc go z opisami, które mają osobisty sens, jeżeli są czytane w kontekście całego wątku. Wiodącą dla definiowania tej metody jest opinia Regine Robin (1980, s. 252–256), że pola semantyczne służą szukaniu znaczenia tekstu, słowa, wyrazu. Aby je odkrywać w materiale jakościowym, badacz tworzy wokół kluczowych słów sieci odniesień, dzięki czemu jedno słowo klucz ma znaczenie w różnych polach semantycznych. Koncentrowano się na opisywanych emocjach i relacjach interpersonalnych jako zasobach adaptacyjnych dzieci i młodzieży. Powstaje zatem obraz wyobrażeń i przekonań osoby, wykreowany i ujawniony w ostatnim okresie jej życia. Jest to podejście zgodne z przywołanymi tu koncepcjami teoretycznymi mechanizmów samobójstw, które zachowanie suicydalne opisują dynamicznie i procesualnie.

Wyróżnienie kluczowych wątków tematycznych, wokół których organizowały się pola semantyczne, stanowi punkt wyjścia prezentacji wniosków, zorientowanych na podobieństwa między przypadkami. W tym celu wyróżniono dwie grupy słów kluczy, wyselekcjonowanych z listów pożegnalnych, aby w konsekwencji przeprowadzić fragmentaryzację tekstu i jego selekcję, grupując przekaz i kontekst użycia słów. Powstałe w ten sposób pola semantyczne były porównywane z wypowiedziami osób bliskich.

Analiza opisów stanu emocjonalnego dzieci i młodzieży

Analizując zagadnienie doświadczeń emocjonalnych młodych ludzi, wyróżniono łącznie 37 określeń używanych do opisu własnych emocji. Korzystając z rysunku zaprezentowano kluczowe określenia, ale także wielkością czcionki zobrazowano powtarzanie się niektórych z nich (rys. 1.), wskazując na popularność zwrotów w materiale źródłowym.

Ta kompilacja określeń występujących w listach pożegnalnych w pierwszej kolejności wskazuje na dominację negatywnych konotacji. Podobnie jak w przywołanych badaniach międzynarodowych, proces gotowości do zamachu samobójczego rozstrzyga się wokół poczucia cierpienia, nienawiści, bólu, dlatego charakterystyka przypadków świadczy o negatywnym nastroju. Dla pedagogów jednak kluczową kwestią jest związek stanów emocjonalnych z działaniami podejmowanymi w codziennych sytuacjach szkolnych, rówieśniczych, rodzinnych, partnerskich.

autorytaryzmu w relacjach, a mimo to w percepcji dzieci ich możliwości malały wraz z przekonaniem o wzrastających oczekiwaniach. Słabość wywoływała więc poczucie bólu, presji, zmęczenia, które w ich percepcji nie znikną w przyszłości, raczej staną się bardziej dolegliwe.

Analiza relacji interpersonalnych badanych przypadków

Analiza treści listów pożegnalnych wymaga także powiązania emocji z jakością relacji interpersonalnych, dlatego rysunek 2 przedstawia kluczowe słowa używane przez młodych ludzi do opisywania własnego otoczenia społecznego. Zachowano tożsamą zasadę prezentacji wyników analizy, gdzie wielkość czcionki różnicuje te określenia, które pojawiały się najczęściej w tekstach pożegnalnych.



Rys. 2. Obraz kluczowych słów zawartych w listach pożegnalnych używanych w związku z opisem relacji interpersonalnych

Źródło: analiza własna materiału źródłowego.

Uwzględniając młody wiek badanych osób, potencjalnie można zakładać ich szerokie relacje społeczne. Przemawia za tym różnorodność środowisk, w jakich funkcjonują (szkolne, rówieśnicze itp.), czy naturalne przechodzenie od relacji koleżeńskich do bardziej dojrzałych, partnerskich. W przypadku młodzieży zagrożonej samobójstwem to założenie jest jednak błędne, ponieważ generalnie funkcjonuje ona w wąskim otoczeniu społecznym, które można ograniczyć do osób bliskich (mama, tata, brat, siostra, dziewczyna, kolega). Bliscy pojawiają się w listach pożegnalnych jako adresaci wyjaśnień decyzji samobójczej, np.: *nie byłem wam potrzebny, zrobię rodzicom przykrość, rodzice mieli przeze mnie same kłopoty, bracie, siostrze, koleżanko – żegnam was*. Otoczenie na ogół nie zauważało wcześniej takich komunikatów, które mogłyby być zapowiedzią myśli samobójczych. Potwierdza to opinia rodziców, którzy dostrzegali trudności w relacjach z dorastającymi nastolatkami, np. pojawiały się kłopoty z ich zachowaniem, trudności w nauce. Powstawały na tym tle konflikty rodzinne, ale interpretowane przez rodziców jako zdarzenia codzienne, połączone z drażliwością emocjonalną ich dzieci. Treść listów wykazuje, że istnieje bariera utrudniająca młodym ludziom wyrażanie przemyśleń o sobie, opisywanie swojej negatywnej samooceny czy poczucia odrzucenia. Informowali o tym dopiero w pożegnaniu. Istotną kwestią dla praktyki pedagogicznej jest działanie młodych ludzi zmierzające do kamuflowania zamiarów samobójczych pozorną wesołością, planami na przyszłość, dlatego bezpośrednie rozmowy rzadko wzbudzały czujność rodziców.

Z punktu widzenia pracy pedagogicznej z dziećmi i młodzieżą ważne są wnioski dotyczące informacji pośrednio wskazujących przyczynę ukrywania emocji. Właśnie w treści listów młodzi ludzie informowali o swoim silnym przekonaniu, że nikt nie jest w stanie ich zrozumieć, otoczenie ich nie słucha, są dla innych obojętni. Nieocenioną rolę we wczesnej profilaktyce pedagogicznej odgrywa zatem tworzenie sytuacji i przestrzeni do spontanicznego wyrażania własnych skrywanych przemyśleń. Nasuwa się wniosek, że dla pedagogów większą rolę w kreowaniu przestrzeni do wyrażania siebie odgrywają zajęcia dramy, techniki rysunku, swobodnej ekspresji niż wywiad pedagogiczny, ponieważ on wywoła opisywaną niechęć do mówienia o sobie lub pozorowane kamuflowanie niekorzystnego stanu emocjonalnego.

Przeprowadzone analizy tekstów wskazują na równie ważną rolę uogólnionego otoczenia społecznego, do którego nastolatek zwraca się w swoim liście. Istotną zmianą poznawczą jest silne przekonanie o istniejącej relacji z takimi kategoriami pojęciowymi, jak: nikt, wszyscy, ludzie, a nie z konkretnymi osobami. Dodatkowo ta relacja jest osobiście odbierana przez młodych ludzi jako niekorzystna, np.: *Wszyscy w kółko kłamią, każdemu przeszkadzałem, dla wszystkich samobójstwo będzie śmieszne. Ludzie są źli i podli, są inni niż ja, nie rozumieją mnie, samobójstwo uwolni ludzi ode mnie.* Dodatkowo istotne są negatywne uogólnienia tych relacji oraz przekonanie, że sama śmierć jest zdarzeniem wręcz śmiesznym i błahym: *Nikt nie chce mi wierzyć, nikomu nie byłem potrzebny, nikt nie będzie płakał po mnie, nikt się nie zmartwi, nie pożegna mnie, nikt nie będzie mnie oplakiwał.* Podobnie uogólnieniom ulega grupa najbliższych osób. Osoby te w wyobrażeniu nastolatka także nie są zainteresowane jego losem: *Wy będziecie dalej żyć, wymażecie z pamięci ten mało istotny fakt, nie płaczcie – szkoda też, nie płaczcie – sobie pomagam, nie bierzcie winy za to głupstwo.* Warto zatem zwrócić uwagę na dwa aspekty wypowiedzi, które opisują stan poznawczy samobójców. Z jednej strony komunikują oni o wyalienowaniu od innych, ale uogólniają tę niekorzystną relację na szeroki kontekst grupy społecznej. Jeżeli w listach wskazywali konkretne problemy w konkretnych relacjach z osobami, to w dalszym opisie te negatywne doświadczenia poznawczo zostały uogólnione i rozszerzone. Z drugiej – nastolatki zaakceptowały decyzję o śmierci, opisują ją jako banalną, śmieszna, z punktu widzenia zmian poznawczych starają się z nią oswoić. Ten wniosek potwierdza analiza stanu emocjonalnego badanych, ponieważ informowali oni, że nie tak boją się śmierci jak dalszego życia, presji, ranienia.

Z punktu widzenia profilaktyki i wsparcia pedagogicznego ważną rolę odgrywa powiązanie negatywnych emocji i ich uogólnienie na niedookreśloną grupę. Można wnioskować, że zmiany poznawcze, dokonujące się w sposobie myślenia i postrzegania, zmierzają do utrwalenia przekonania młodych ludzi o generalnym odrzuceniu ich przez innych, braku szans na przyszłe satysfakcjonujące relacje czy zmianę niekorzystnej sytuacji.

Wniosek ważny dla profilaktyki jest taki, że młodzi ludzie zagrożeni samobójstwem przypisują osobom uogólnionym konkretne czynności, jakie wobec nich prowadzą (*krzywdzą, ranią*) lub nie będą prowadziły (*nie będą płakały*). Powtarzającym się kontekstem w polach semantycznych było przypisywanie negatywnych intencji innym, ale połączone z przekonaniem, iż taka sytuacja faktycznie istnieje.

Te zmiany poznawcze nie zostały potwierdzone przez bliskich, którzy nie wskazywali przykładów tak niekorzystnych relacji z otoczeniem społecznym czy na realne odrzucenie emocjonalne nastolatków. Uogólnione przekonania wyjaśniają, dlaczego zagrożeni samobójstwem dzieci i młodzież nie poszukują pomocy u innych. Byli oni przekonani o negatywnym nastawieniu otoczenia wobec siebie, przypisywali także bliskim sobie osobom niezrozumienie i obojętność. Byli również przekonani, że przeszkadzają innym ludziom swoją obecnością. Jest to ważne uzupełnienie obrazu samobójstwa, jaki zaprezentował Roy F. Baumeister, opisując je jako ucieczkę od bólu i cierpienia psychicznego (Hochard, Heym, Townsend, 2017, s. 311). W każdym analizowanym liście pożegnalnym pojawiła się informacja nie tylko o cierpieniu, ale także o wykluczeniu spośród ludzi, braku miejsca dla siebie.

Z punktu widzenia pracy profilaktycznej zwraca się uwagę, że pedagodzy częściej mogą dostrzegać sygnały o uogólnionym i niekorzystnym obrazie relacji społecznych niż opisy bezpośrednich stanów emocjonalnych. Dodatkowo emocje i nastrój dzieci i młodzieży wiążą się z codziennymi doświadczeniami, dlatego mogą pojawiać się kontekstualnie, np. bliscy podawali przykłady wesołości, planów na wakacje snuty przez osoby, które wieczorem popełniły samobójstwo. Otoczenie społeczne koncentrowało się na kontekstach codziennych zdarzeń i doświadczeń młodych ludzi, ale nie mogło odczytać ich generalnego zawężenia na myślach samobójczych. Analiza danych wykazała, że przekonania osób zagrożonych samobójstwem o relacjach społecznych są bardziej jednoznacznym sygnałem zmian w ich sposobie myślenia. Taką obserwację potwierdza jakość materiału źródłowego, ponieważ więcej odnotowano pól semantycznych o relacjach społecznych niż tych opisujących bezpośrednio stany emocjonalne sygnalizujące zagrożenie zachowaniem suicydalnym.

Wnioski

Zadaniem oddziaływań pedagogicznych jest optymalizacja jakości życia społecznego dziecka, dlatego podjęta kwestia życia emocjonalnego i społecznego jawi się jako przedmiot oddziaływań socjalizacyjnych. Prowadzone analizy sytuacji zagrożeń samobójstwem nastolatków pozwalają wskazać kilka obszarów zainteresowania, istotnych dla profilaktyki pedagogicznej. Intencją artykułu jest próba odniesienia wyników analizy do praktyki pedagogicznej, dlatego wnioski nie są podsumowaniem wyników badań własnych. Analiza danych (rys. 1 i 2) ujawniła podobieństwa w sposobie postrzegania siebie wśród ludzi, interpretowania emocji czy zawężeń negatywnego myślenia o sobie, chociaż przypisywanego innym ludziom i uogólnianego na społeczne otoczenie, dlatego katalog wniosków odnosi się do działań rozpoznawczych, wyłapujących symptomy tych stanów, a nie odnosi się wprost do okoliczności śmierci, ponieważ takie ujęcie nie jest uprawnione dla przeprowadzonej rekonstrukcji badawczej. Innymi słowy, analiza rekonstrukcyjna odnosi wnioski do innych osób (nauczycieli, pedagogów) niż osoby, które doświadczyły próby samobójczej kogoś dla siebie bliskiego. Jest to wynik przyjętego założenia, iż tekst zmierza w kierunku prewencji i jest adresowany do pedagogów, a nie podejmuje zagadnień terapeutycznych, co nie jest domeną pedagogiki. Istotną kwestią dla odczytywania symptomów nie-

pokojących jest szansa na pośrednie wypowiedzi uczniów, starając się słuchać, w jaki sposób myślą o swoich relacjach z otoczeniem. Ta kwestia bycia wysłuchanym jest istotną częścią przekazów listów samobójczych, wskazując, że inni „nie są zainteresowani”, „nie rozumieją”, „nie mogą mnie zrozumieć”.

Okazją do słuchania są zajęcia wychowawcze, które dają szansę na wypowiedzi werbalne, przekazy rysunkiem, pracą pisemną, pamiętnikiem itp. Analizy opisywanych zmian poznawczych właśnie w tym zakresie stają się częściej wyrażane i bardziej wyraziście nazywane niż opisy ukrywanych emocji. Koncentracja na doświadczeniach emocjonalnych – mimo iż często akcentowana w teoriach samobójstw – może być nieuchwytna dla pedagogów na co dzień pracujących z grupami młodzieży. Podobnie psychologiczne badania przesiewowe wymagają gotowości nastolatka do współpracy z dorosłymi, a analizy pokazują, że nie ma z ich strony gotowości do współpracy. Pedagodzy mogą dostrzegać symptomy niepokojące, jeżeli pozwolą na wywoływanie dyskusji, debat na tematy relacji społecznych. Źródła pozwalają wykreować obszary tematyczne o dużym natężeniu diagnostycznym, koncentrując się na rozpoznawaniu emocji, samooceny, uogólnień, a przede wszystkim negatywnych intencji, jakie są przypisywane otoczeniu społecznemu. Koncentracja na tych problemach staje się okazją do rozpoznawania uczniów wymagających pracy interwencyjnej czy terapeutycznej.

Jeżeli wychowawcy stworzą nastolatkom okazję do komunikowania o sobie, powinni zwracać uwagę na tematy wypowiedzi nastolatków, tj.:

- a) izolowanie siebie od innych, choćby w kontekście braku rozumienia, słuchania;
- b) przypisywanie ogółowi ludzi złych intencji lub obojętności, nawet odrzucenia;
- c) negatywne określenia siebie (epitety), ale połączone z emocjami (nienawiść, złość);
- d) informacje o nadmiernych i nasilających się oczekiwaniach ze strony otoczenia przy słabnących możliwościach sprostania im;
- e) komunikaty o braku aktywności w codziennych sytuacjach (*poddaję się, cierpię, uciekam, nie radzę sobie*).

Istotne dla pedagogów są także informacje świadczące o subiektywnym doświadczaniu życia w izolacji społecznej, co rzadko jest potwierdzone przez inne osoby, ponieważ stanowią efekt indywidualnych zmian poznawczych. Nastolatki faktycznie mają relacje z innymi, choćby w wąskim kręgu osób, dlatego pozornie w grupie rówieśniczej nie wyróżniają się jako osoby odrzucone. Kluczowe są jednak nie tyle obiektywne informacje, co utrwalone osobiste ich przekonanie, że inni nie są zainteresowani ich problemami, nie słuchają, są obojętni i nie zauważają ich odejścia.

Bibliografia

- Anderson, J., Hurst, M., Marques, A., Millar, D., Moya, S., Pover, L., Stewart, S. (2012). Understanding suicidal behaviour in young people referred to specialist CAMHS: a qualitative psychoanalytic clinical research project. *Journal of Child Psychotherapy*, 38(2), 130–153.
- Brent, D.A., Moritz, G., Bridge, J., Perper, J., Canobbio, R. (1996). Long-term impact of exposure to suicide: A three-year controlled follow-up. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35, 646–653.

- Cole, P.M., Martin, S.E., Dennis, T.A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challengers and directions for child development research. *Child Development*, 75, 317–333.
- Collins, M. (2009). *Raising Self-esteem in Primary School*. Thousand Oaks: CA, Sage.
- Conner, K.R., Goldston, D.B. (2007). Rates of suicide among males increase steadily from age 11 to 21: Development Framework and outline for prevention. *Aggression and Violent Behavior*, 12, 193–207.
- Djambazova-Popordanoska, S. (2016). Implications of emotion regulation on young children's emotional wellbeing and educational achievement. *Educational Review*, 68(4), 497–515.
- Eisenberg, N., Valiente, C., Eggum, N.D. (2010). Self-Regulation and school readiness. *Early Education and Development*, 21(5), 681–698.
- Gould, M.S., Kramer, R.A. (2001). Youth suicide prevention. *Suicide & Life – Threatening Behavior*, 31, 6–31.
- Hochard, K.D., Heym, N., Townsend, E. (2017). Investigating the interaction between sleep symptoms of arousal and acquired capability in predicting suicidality. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 47(3), 370–381.
- Holmstrand, C., Bogren, M., Mattisson, C., Bradvik, L. (2015). Long-term suicide risk in no, one or more mental disorders: the Lundby Study 1947–1999. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 132, 459–469.
- Hołyst, B. (2002). *Suicydologia*. Warszawa: LexisNexis.
- Langhinrichsen-Rohling, J., Friend, J., Powell, A. (2009). Adolescent suicide, gender, and culture: A rate and risk factor analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 14, 404–414.
- Lasa-Aristu, A., Delgado-Egido, B., Holgado-Tellom, F.P., Amor, P.J., Dominguez-Sanchez, F.J. (2019). Profiles of cognitive emotion regulation and their association with emotional traits. *Clinica y Salud*, 30, 33–39.
- Lewinshon, P.M., Rohe, P., Seeley, J.R. (1996). Adolescent suicidal ideation and attempts: Prevalence, risk factors, and clinical implications. *Clinical Psychology Science and Practice*, 3(10), 25–36.
- Linehan, M.M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. NY: Guilford Press.
- Łobocki, M. (2003). *Teoria wychowania w zarysie*. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Makara-Studzińska, M. (2013). Przyczyny prób samobójczych u młodzieży w wieku 14–18 lat. *Psychiatria*, 10, 76–82.
- Nowak, M. (2008). *Teorie i koncepcje wychowania*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne.
- O'Connor, R., Sheehy, N. (2003). *Zrozumieć samobójcę*. Gdańsk: GWP.
- Potter, L., Stone, D.M. (2003). Suicide prevention in schools: What can and should be done. *American Journal of Health Education*, 34(5), 35–41.
- Putowski, M., Piróg, M., Podgórnica, M., Zawisłak, J., Pieciewicz-Szczęsna, H. (2015). Analiza epidemiologiczna występowania samobójstw w Polsce w latach 2000–2013. *Problemy Higieny i Epidemiologii*, 96(1), 264–268.
- Robin, R. (1980). Badanie pól semantycznych: doświadczenia Ośrodka Leksykologii Politycznej w Saint-Cloud. W: M. Głowiński (red.), *Język i społeczeństwo* (s. 252–281). Warszawa: Czytelnik.
- Rodziński, P., Rutkowski, K., Ostachowska, A. (2017). Progresja myśli samobójczych do zachowań samobójczych w świetle wybranych modeli suicydologicznych. *Psychiatria Polska*, 51(3), 515–530.
- Rutter, P.A., Soucar, E. (2002). Youth suicide risk and sexual orientation. *Adolescence*, 37(146), 289–299.
- Schutte, N.S., Schuettpehl, E., Malouff, J. (2010). Emotional intelligence and task performance imagination. *Cognition and Personality*, 20(4), 347–354.

- Sean, J., Banks, A., Belue, R. (2016). Suicide risk among urban children. *Children and Youth Services Review*, 68, 73–79.
- Shaffer, D., Craft, L. (1999). Methods of adolescent suicide prevention. *Journal of Clinical Psychiatry*, 60, 70–74.
- Stanley, I.H., Hom, M.A., Rogers, M.L., Hagan, C.R., Joiner, T.E. (2016). Understanding suicide among older adults: a review of psychological and sociological theories of suicide. *Aging and Mental Health*, 20(2), 113–122.
- Van Orden, K.A., Witte, T.K., Cukrowicz, K.C., Braithwaite, S.R., Selby, E.A. (2010). The interpersonal theory of suicide. *Psychological Review*, 117(2), 575–600.
- Watson, D., Clark, L.A., Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1068–1070.
- Wills, T.A. (1994). Self-esteem and perceived control in adolescent substance use: Comparative tests in concurrent and prospective analyses. *Psychology of Addictive Behaviors*, 8, 223–234.

ADOLESCENT SUICIDAL BEHAVIORS IN THE CONTEXT OF ADAPTATION DIFFICULTIES

Abstract

In the article, I discuss the circumstances of suicidal attempts made by adolescents aged 14–21 and ponder this issue in the context of risk factors and theoretical determinants. I analyze suicide from an epidemiological and functional perspective. I present the statistical frequency of occurrences, risk factors, and mechanisms that accompany suicide among children and adolescents. I reviewed the findings of British, American, and Polish research within this scope, pointing out the similarities in cognitive, volitional, and emotional changes in adolescents dying by suicide. In the theoretical part of the article, I focus on the theory of emotion dysregulation (Linehan, 1993) and the interpersonal theory of suicide (Van Orden et al., 2010), outlining two areas in which the risk of adolescent suicide increases. I study the areas of emotions and interpersonal relationships. I show how they relate to adaptation difficulties, changes in mood, and temperament. The research procedure provided for analysis of reference materials including suicide notes left by adolescents and statements by their family and friends that would allow reconstruction of the period before suicide. I analyze the reference materials, which constitute prosecutors' archives, with the use of the semantic field method. The findings are presented with focus on how the emotions experienced are described and how interpersonal relationships are interpreted. I was looking for keywords used for these descriptions, the frequency of their use, and the context for interpretation of statement fragments. The semantic analysis performed allowed me to frame conclusions important for educators that point to areas in which adolescents inform about their adverse adaptation experiences. The ability to create space for expression and interpretation of the message becomes one of pedagogical preventive measures. At the same time, the process of interpreting the meanings that emerged from children's and adolescents' suicide notes provides valuable information that explain difficulties in expressing their suffering and pressure to adults.

Keywords: emotions, relationships, adolescents, suicide, suicide note