

## Мифы и факты о суициде!

- ✓ Если человек говорит о самоубийстве, он просто хочет привлечь к себе внимание - **МИФ!**
- ✓ Говорящий о самоубийстве переживает психическую боль и таким образом «кричит» о помощи и ставит в известность о своей боли людей - **ФАКТ!**
- ✓ Настоящее самоубийство случается без предупреждения - **МИФ!**
- ✓ Примерно 8-10 суицидентов подают окружающим предупреждающие знаки о грядущем поступке - **ФАКТ!**
- ✓ Самоубийство - явление наследуемое, значит все равно ничем не поможешь - **МИФ!**
- ✓ Самоубийство не передается генетически. Человек лишь использует аутоагрессивные

(агрессия направленная на себя)  
модели поведения, если они существуют в семье или значимом окружении - **ФАКТ!**



- ✓ Те, кто кончает собой, психически больны, значит им нельзя помочь - **МИФ!**
- ✓ Многие совершающие самоубийства не страдают никаким психическим заболеванием - **ФАКТ!**

## Интересные факты про самоубийство - безвозвратный шаг в никуда.

Почти все самоубийцы, совершившие «успешный» суицид, делали попытку и раньше, но она не привела к летальному исходу.

Удивительно, но «безуспешных» попыток больше у женщин - в 3 раза, а «успешных» - у мужчин (также в 3 раза).

Предсмертные записки оставляет около 25% самоубийц.

Хотя существует распространенное мнение, что чаще всего самоубийство совершают молодые люди, на самом деле самые частые самоубийцы — старики.

Весной уровень самоубийств на 4-6% выше, чем в остальные месяцы года.

## ВОЗМОЖНЫЕ МОТИВЫ СУИЦИДА

- ✓ Поиск помощи - большинство людей, думающих о самоубийстве, не хотят умирать. Самоубийство рассматривается, как способ получить что-либо (например, внимание, любовь, освобождение от проблем, от чувства безнадежности).
- ✓ Безнадежность - жизнь бессмысленна, а на будущее рассчитывать не приходится. Потеряны всякие надежды изменить жизнь к лучшему.
- ✓ Множественные проблемы - все проблемы настолько глобальные и неразрешимы, что человек не может сконцентрироваться, чтобы разрешить их по одной.
- ✓ Попытка сделать больно другому человеку - "Они еще пожалеют!" Иногда человек считает, что, покончив с собой, унесет с собой проблему и облегчит жизнь своей семье.
- ✓ Способ разрешить проблему - человек рассматривает самоубийство как показатель мужества и силы.

**Берегите себя!  
Цените жизнь - она одна!**

**Игры со смертью.  
Памятка профилактики  
суицида**

