

Война человека с самим собой

Уважаемые взрослые, поговорим о невидимой войне – войне человека с самим собой. Или, иначе говоря, – о суициде.

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, от самоубийств ежегодно погибает около 1 млн. человек, ежедневно 30 тыс. человек предпринимают суицидальные попытки. Во всем мире самоубийство входит в тройку наиболее распространенных причин смерти молодых людей в возрасте от 13 до 24 лет (после травм, инфекционных и онкозаболеваний).

Проблема самоубийства возникла на заре человечества и формировала на протяжении веков противоречивое отношение к себе. И мифы, которые когда-то окружали суицид, по сей день живут в общественном сознании. Некоторые из них во многом мешают предупреждению самоубийств, спасению жизни людей.

Миф 1. Люди, говорящие о самоубийстве, никогда не осуществят его на деле.

Это самый распространенный предрассудок. На самом деле 4 из 5 жертв суицида не раз подадут сигнал о своих намерениях. Однако чаще всего их просто не слышат.

Миф 2. Самоубийство происходит внезапно, без всякого предупреждения.

Это не так. Суициду предшествует ряд сигналов, выражающих внутреннюю борьбу человека между жизнью и смертью. 70% лиц, совершивших самоубийство, сообщали об этом своему ближайшему окружению.

Миф 3. Суициденты постоянно думают о смерти.

Напротив, такие люди находятся в состоянии смущения. Они хотели бы жить, но не знают как. Позывы к смерти кратковременны, вот тут-то и нужна помощь.

Миф 4. Улучшение, последовавшее за суицидальным кризисом, означает, что угроза самоубийства миновала.

На самом деле человек имеет наибольшую возможность покончить с жизнью, если предыдущая попытка совершить суицид оказалась неудачной.

Миф 5. Суицид совершают умственно неполноценные люди.

Исследования показали, что суицид совершают, как правило, несчастные люди, но не обязательно умственно отсталые.

Миф 6. Люди, совершающие суицид, не хотят принимать помощь окружающих.

На самом деле разговоры, угрозы самоубийства, попытки его осуществления являются своего рода «криком души», способом обратить на себя внимание окружающих.

Практически во всем мире детские суициды вызывают у взрослых чувство вины, стыда и страха. Именно поэтому попытки самоубийств, совершенные молодыми людьми дома, не закончившиеся тяжелыми

последствиями для здоровья или смертью, родителями тщательно скрываются. Тем более, что многие подростки и взрослые зачастую имеют противоречивые представления об истоках и причинах суицидального поведения, испытывают трудности в обсуждении возникающих проблем, боятся открыто говорить о своих переживаниях и т.д. Поэтому нам представилось необходимым в целях профилактики информировать вас, дорогие родители, об особенностях суицидального поведения, его мотивах и причинах, факторах суицидального риска.