

СБПБ „Ковин“

Светски дан превенције самоубиства

10.9.2021.

Стеван Стевановић,
мастер психолог

Аутодеструктивна понашања

- ▶ Самоповређивање;
- ▶ Планирање самоубиства и размишљање о самоубиству;
- ▶ Покушај самоубиства;
- ▶ Самоубиство.

Треба обратити пажњу и на само размишљање о смрти!

Самоубиство

- ▶ Активни или пасивни аутодеструктивни поступак којим човек свесно и намерно одузима себи живот, без обзира на мотив;
- ▶ На десетом месту водећих узрока смрти (1.5%);
- ▶ Мушкарци су под већим ризиком од жена (4 пута већи ризик);
- ▶ Старији мушкарци су под највећим ризиком.
- ▶ Ово не важи за покушаје самоубиства! Чешћи су код:
 - ▶ Жена;
 - ▶ Младих адолесцената.



Ко је под највећим ризиком?

Особе са менталним поремећајима:

- ▶ Депресивни поремећаји;
- ▶ Биполарни афективни поремећај;
- ▶ Аутизам;
- ▶ Анксиозни поремећаји;
- ▶ Схизофренија;
- ▶ Злоупотреба супстанци;
- ▶ Поремећаји импулса (са нагласком на патолошко коцкање).

Особе са физичким поремећајима:

- ▶ Синдром хроничног умора;
- ▶ Хронични бол;
- ▶ Рак (двоструко повећава ризик!)

Особе које су жртве:

- ▶ Злостављања, малтретирања;
- ▶ Предрасуда;
- ▶ Уопште трауматизоване особе.

Особе са нихилистичким уверењима:

- ▶ „Ништа нема смисла, па ни живот“.

Злоупотреба супстанци

Посебно су ризични

- ▶ Алкохол

- ▶ Бензодиазепини

- ▶ Ове супстанце слабе контролу понашања/импулса

Одговорност медија

- ▶ Несразмерна учесталост у извештавању;
- ▶ Романтизација и „уздицање“ самоубиства;
- ▶ Детаљни описи како је до самоубиства дошло.



Да ли смо нешто пропустили?
Имате ли ви нешто да додате?

Превенција

- ▶ Шта је превенција?
- ▶ Шта ви мислите, како можемо предупредити самоубиства?

SOS телефони?

- ▶ Није научно доказано да смањују учесталост;
- ▶ Међутим значајно умирује особу у тренуцима кризе;
- ▶ Наше искуство?

Други начини превенције

- ▶ Едукација здравствених радника и сарадника;
- ▶ Едукација становништва;
- ▶ Програми у школама;
- ▶ Сарадња медија;
- ▶ Уклањање ризичних средстава из средине (поготово кад имамо у виду да некада самоубиства могу бити импулсивне природе)

Да се вратимо SOS телефонима

- ▶ Ниједан метод није користан сам за себе;
- ▶ Комбинација више метода ће имати бољи учинак;
- ▶ SOS телефон је битан јер представља први контакт са стручњацима из области менталног здравља!
- ▶ Наш задатак је да Вам помогнемо у планирању наредних корака.

Доступни облици лечења

- ▶ Фармакотерапија;
- ▶ Психотерапија (појединачно или у групи);
- ▶ Саветовање;

Напредак и стање особе под ризиком пажљиво прати особље здравствених установа (мед. сестре/техничари, социјални радници, психолози, психијатри итд.)

Закључак

- ▶ Самоубиство оставља трајни ожиљак на целокупном друштву, породици и појединцима!
- ▶ Уколико препознате поменуте ризике, обратите се стручним лицима! Желимо, можемо и хоћемо да заједно са вама пребродимо тешке тренутке и да вам покажемо да никада нисте сами!

