

İNTİHAR HAKKINDAKİ GERÇEKLER

YANLIŞ

Bir kişi kendini öldürmeyi gerçekten istiyorsa onu kimse engelleyemez.

DOĞRU

İntihar eden insanlar çoğunlukla ölmeyi değil, sahip oldukları hayatı yaşamak istememektedirler.

Amaçları, yaşadıkları derin acıya son vermektir.

YANLIŞ

Depresyondaki bir kişinin duygusal durumunda düzelme olursa intihar riski azalır.

DOĞRU

Depresif hastalar çoğunlukla canlılıkları ve enerji düzeyleri artmaya başladıktan sonra intihar ederler. İyi hissettiklerinde intihar etmek için güç bulurlar. İntihara kesin karar vermiş olduklarında da dışarıdan daha sakin ve iyi görünebilirler.

YANLIŞ

Kişiye intihar düşünceleri olup olmadığını sormak onun aklına intihar fikrini sokar ve intihar etmesine neden olur.

DOĞRU

İntihar düşünceleri hakkında soru sormak kişinin yardım istemesine ve bu duygularını konuşarak duygusal yükünü boşaltmasına yardımcı olur. İntihar fikirlerini konuşma fırsatı bulan kişi intiharın kısır döngüsünden kurtulmuş ve rahatlamış olur.

YANLIŞ

İntihardan bahseden kişi bunu yapmaz, o ancak dikkat çekmeye çalışmaktadır.

DOĞRU

Kendi hayatına son veren kişilerin yaklaşık %80'i daha önceden çevresindeki kişilere niyetlerinden bahsetmişlerdir.

Bir kişi intihar hakkında konuştuğunda mutlaka ciddiye alınmalıdır! Her zaman!