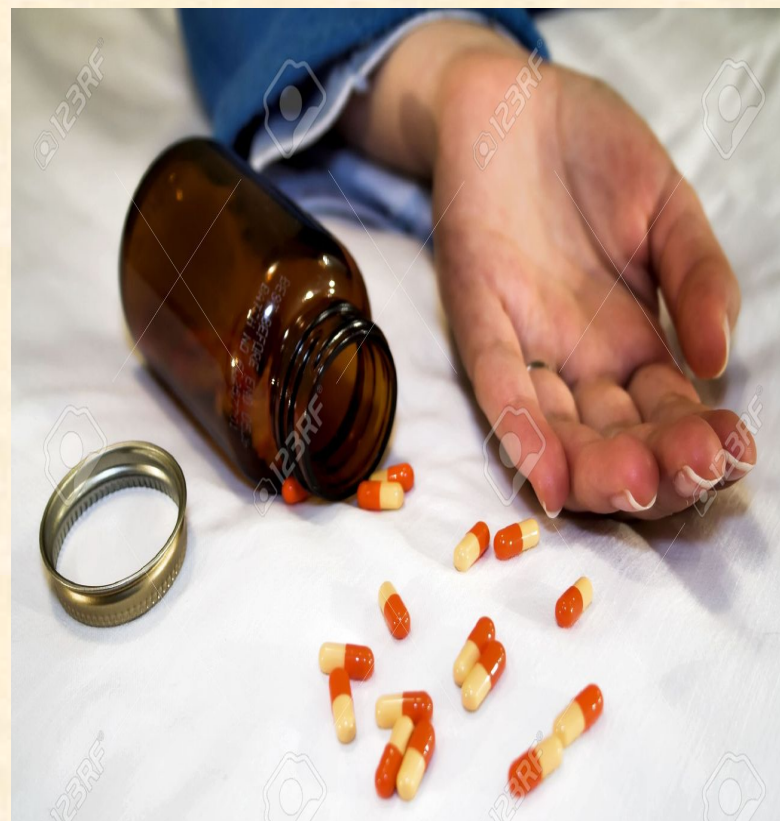


Kommunikáció szuicid páciensekkel



Tények

- Magyarország világelső között
- Gyógyszeres önmérgezés a leggyakoribb módja az öngyilkossági kísérletezésnek:
 - Eszköze, vagy megkönnyíti az egyéb módszereket
- Leggyakrabban nyugtatók, altatók és fájdalomcsillapítók



TévHITEK

Aki beszél az öngyilkosságról, csak figyelmet akar, sosem fogja megtenni!

- ⇒ 80%-a az öngyilkosságban meghaltaknak direkt vagy indirekt jelzéseket ad a tette előtt.
- ⇒ Ilyenkor még ambivalensek.
- ⇒ Szükségük van valakire, aki felismeri a problémájukat és segítséget nyújt.

Tévhit 2.

Aki megkísérelte az öngyilkosságot meg akart halni.

⇒ Elviselhetetlen helyzetből nem látnak más kiutat, beszűkült tudatállapot!

⇒ Cry for help jelensége

Tévhit 3

Az öngyilkosság a major depresszió legmélyebb fázisában a leggyakoribb.

=> A javulás fázisában történik a legtöbb öngyilkosság, mert már kellő energiájuk van, de a hangulatuk még nyomott.

Tévhit 4

Nem szabad rákérdezni az öngyilkossági gondolatokra, mert csak ötletet adunk.

- ⇒ Ellenkezőleg! Minden gyanú esetén nyíltan kérdezzünk rá! Végre megoszthatja valakivel gondolatait és ventillációra van mód.
- ⇒ Úgy érzi figyelnek rá és megértik.

Teendők

- Gyanú esetén kérdezzünk rá:

„ A kérdése alapján felmerül bennem, hogy talán ártani szeretne magának. Gondolt arra, hogy öngyilkosságot kövessen el?

Kommunikációs teendők

- Maradj nyugodt!
- Sugározz megértést és empátiát!
- Hallgasd meg!
- Adj időt, hallgasd meg hogy beszéljen!
- Ne hozz fel morális érveket, ne bíráld (hogyan teheti ezt a gyerekeivel? Családjára nem gondolt?)
- Kérdezd meg ki az aki most segíthetne neki?
Hívjátok oda!
- Juttasd szakmai segítséghez (pszichiáter, pszichológus, mentők)
- Ne hagyd egyedül!

Helyzetgyakorlat

„Meg tudná mondani, hogy ebből a gyógyszerből hány szem a halálos adag?”

További hasznos információk

The advertisement features a black and white photograph of a person's silhouette walking away from the viewer down a long, brightly lit hallway. The light source is at the far end of the hallway, creating a strong perspective and a long shadow on the floor. On the right side of the image, the numbers "116" and "123" are displayed in large, white, bold, sans-serif font. Below these numbers, the text "ingyenesen névtelenül mobilról is hívható telefonszám" is written in a smaller white font. Further down, a short paragraph in white text reads: "Forduljon bizalommal munkatársainkhoz, akik önként, szeretettel segítenek embertársaiknak!". At the bottom left, the website address "www.sos505.hu" is written in white. At the bottom right, there is a small circular logo for "Lelki Elősegély Telefonszolgálat".