**МИФЫ И РЕАЛЬНОСТИ О СУИЦИДАХ**

1. **МИФ:** Самоубийства совершают психически ненормальные люди. **ФАКТ**: исследования показали: 80 - 85% самоубийц были вполне здоровыми людьми.

2. **МИФ:** Самоубийство невозможно предотвратить.

**ФАКТ:** Период кризиса - явление временное, и в этот момент человек нуждается в душевной теплоте, помощи и поддержке. Получив это, человек часто отказывается от своих намерений.

3.**МИФ:** Существует тип людей, склонных к самоубийству. **ФАКТ:** Все зависит от ситуации и от ее личностной оценки.

4. **МИФ:** Решение о суициде приходит внезапно, без предварительной подготовки. **ФАКТ:** Анализ показал, что суицидальный кризис может длиться несколько недель, даже месяцы.

5**. МИФ:** Люди, которые много говорят о самоубийстве, никогда не совершат его. **ФАКТ:** Человек перед самоубийством будет говорить об этом, но окружающие воспримут это как шутку. То есть человек всегда предупреждал окружающих о своих намерениях.

6. **МИФ:** Не существует признаков, которые бы указывали на то, почему человек решился на самоубийство. **ФАКТ:** Самоубийству обычно предшествует необычное поведение.

7. **МИФ:** Если человек совершил попытку самоубийства, он никогда не повторит ее снова. **ФАКТ:** На самом же деле, если человек совершил попытку, то риск повторной попытки очень высок, особенно, в первые три недели. Около 80 % совершивших успешный суицид до того имели неудачные попытки.

8. **МИФ:** Влечение к самоубийству передается по наследству. Это утверждение никем еще не доказано.

9. **МИФ:** Самоубийство можно предотвратить, если люди будут загружены работой. Это-то же неправда.

10. **МИФ:** Прием алкоголя помогает снять суицидальное переживание. **ФАКТ:** Зачастую это вызывает обратный эффект: повышается тревога, обостряются конфликты, тем самым способствуя самоубийству. 50% суицидов совершены в состоянии алкогольного опьянения.