

Själv mord

Själv mord (fackspråkligt även **suicid**, av nylatin: *suicidium*, bokstavligen "själv mord"),^[1] historiskt även **självspillan** med mera,^[2] är den medvetna handlingen att ta sitt eget liv.^{[3][4][5]} Själv mord tenderar att förklaras av psykologin genom att härleda handlingen mer till personens inre liv, något som kompletteras av sociologins förklaringsmodeller, där man snarare tenderar att åberopa en låg grad av social integration, vilket har stöd i att grupper med högre social integration historiskt sett har haft lägre självmordsfrekvenser.^[6]

Det finns många olika riskfaktorer för de som väljer att begå självmord, exempel är: mental och/eller fysisk sjukdom, drogberoende, finanskriser, förlust av familj, ojämlikhet, bieffekter av antidepressiva substanser, mobbning, skulder, socialt stigma, nihilistiska uppfattningar.^{[7][8][9][10][11][12][13][14]} Respektive på grund av arbete (se:karoshi).^{[15][16]} Ofta finns dock också en bakomliggande livskris, en känsla av, eller en reell hopplöshet, en brist på framtidstro, eller en låg värdering av det egna livet.^[17] Motiven kan också vara kamp med existentiella eller politiska grubblerier, eller rent religiöst betingad skuld.^{[18][19]} Själv mord föregås ofta av en själv mordskris.^[20]

Åren 2010–2020 var självmord den näst vanligaste dödsorsaken bland ungdomar.^{[21][22]} År 2012 uppskattades minst två procent av alla trafikolyckor också egentligen vara självmord.^[23] Globalt så tar någon livet av sig uppskattningsvis var fyrtionde sekund (2019).^[24] Ett självmordsförsök beräknas kosta samhället drygt tre miljoner kronor, medan ett självmord beräknas kosta 18,7 miljoner kronor.^[25]

Enligt Världshälsoorganisationen (WHO) var självmord 2019 en av de ledande dödsorsakerna och under de föregående 45 åren ökade antalet självmord med cirka 60 procent.^{[26][27]} I Sverige var det 2013 fler män än kvinnor som begick självmord, däremot var självmordsförsök vanligare bland kvinnor än män.^[28] Själv mord var 2018 en av de vanligaste dödsorsakerna bland yngre människor^[29] (vid 40-årsåldern börjar andelen minska eftersom andra orsaker ökar kraftigt, däribland cancer och hjärtproblem), trots att det begås fler självmord av äldre.^{[28][30]} År 2018 tog ungefär fyra personer livet av sig i Sverige varje dag.^{[29][31]}



Enligt Matteusevangeliet 27:5 begick Judas självmord efter att ha förrått Jesus.

Etymologi

Begreppet **själv mord** är relativt modernt och härrör från tyska: *selbstmord* (jämför danska: *selvmord*, isländska: *sjálfsmorð*, norska: *selvmord*, nynorska: *sjølvmort*). Historiska begrepp är sällan standardiserade och kan skifta men just konstruktionen "själv- + ett ord för dråp" är mycket vanlig i germanskan och finns belagt redan på vikingatiden som anglosaxiska: *selfwalu* ("självkval"). Ett äldre svenskt begrepp som fanns redan på 1600-talet är **självspillan**^[2] och på isländska finns utöver *sjálfsmorð* även *sjálfsvíg* ("självvig") som bygger på ordet "vig", ett äldre ord för strid och dråp (jämför *envige*, "tvekamp till döden").

Den latinska begreppsfamiljen till **suicid** (nylatin: *suicidium*, engelska: *suicide*) är i sig relativt modern och bygger på samma princip som ovan, en nylatinsk sammansättning av *suī* ("själv") + *-cidium* ("dråp"). Det är möjligen en engelsk skapelse från början och då en översättning av medelengelska: *seolf-cwale* ("självkval").

Historia

Under bland annat antiken kunde det vara ärofullt att begå självmord – eller låta sina kamrater ta ens liv – för att inte falla i fiendens händer. Den karthagiske fältherren Hannibal begick exempelvis självmord inför hotet att bli utlämnad till Rom. Efter det judiska upproret i Masada fann romarna bara två kvinnor och fem barn vid liv, 960 andra hade tagit sina liv.^[32] Ett annat känt exempel på en person som tagit sitt liv för att inte behöva möta fienden är när Adolf Hitler tog sitt liv under andra världskrigets slutskede.

Även politiska intriger har historiskt kunnat frambringa självmord: Den romerske politikern Marcus Antonius begick självmord när han fick höra ryktet att modern till några av hans barn, Egyptens drottning Kleopatra, begått självmord. I bakgrunden fanns en politisk fejd mellan Antonius och Kleopatra på sin sida och imperatorn Octavianus på den andra. Bara några dagar efter Antonius begick även Kleopatra självmord.

Under perioder har vissa samhällen även påtvingat människor självmord som en form av ärofullt dödsstraff. Den grekiske filosofen Sokrates fick välja mellan att förkasta allt han sade sig stå för eller döden. Han valde döden och verkställde domen själv genom att dricka gift. Under andra världskriget gjorde den tyske fältmarskalken Erwin Rommel samma val när han fick välja mellan antingen giftbägaren eller rättegång, förlorad ära (vilket skulle påverka hans familj) och säker avrättning.

I delar av det feodala Kina och i Japan har självmordet under vissa omständigheter kunnat ses som ett fullgott sätt att behålla hedern vid exempelvis ett personligt misslyckande (se *Seppuku*).

Terminologi

Själv mordstankar

Den som har själv mordstankar tänker på att ta sitt liv eller vill försöka. Dessa tankar kan variera, från att vara mycket vaga och diffusa till att vara mycket påträngande med detaljerade fantasier och ingående planläggning. Själv mordstankar är relativt vanligt, omkring 50 procent av alla tänker någon gång allvarligt på att ta sitt liv. För de flesta går tankarna snabbt över. Långvariga och återkommande tankar kan vara ett tecken på depression.^[33]

Själv mordsförsök

Många själv mordsbenägna ger sig ofta in på aktiviteter som kan sluta med döden. Det kan vara mer eller mindre allvarligt menade. Den som försökt ta sitt liv löper större risk att till sist göra det. Av de som försökt ta sitt liv försöker 15 procent igen inom ett år, de flesta av dem inom tre månader. Svenska sjukhus tar emot omkring sex själv mordsförsök för varje fullbordat själv mord. Internationella beräkningar pekar på omkring från 8 till 25 själv mordsförsök per själv mord beroende på ålder och kön.^[34] 1 av 25 personer gör ett själv mordsförsök.^[35]

Själv mordssmitta

Många är rädda för att själv mord ska smitta; ibland ser man hur flera individer i en umgängesgrupp eller familj begår själv mord under en begränsad tid. Kändisars själv mord kan till exempel ge impulser till andra själv mordsbenägna.^[källa behövs] Det är undersökt att det är viktigt att sprida information om själv mord på ett tydligt sätt och inte låta bli att rapportera om det bara för att det har varit själv mord. WHO har tagit fram tydliga riktlinjer för hur media ska rapportera om själv mord:

WHO:s råd för professionella inom media:^[36]

- Ta tillfället i akt att informera allmänheten om själv mord
- Undvik sensationsspråk eller språk som normaliserar själv mord eller presenterar det som en lösning på problem
- Undvik framträdande placering och undvik upprepning av berättelser om själv mord
- Undvik att beskriva metoden som användes för ett fullbordat själv mord eller för själv mordsförsök
- Undvik att använda detaljerad information om platsen där själv mordet eller själv mordsförsöket genomfördes
- Försiktighet bör iakttas vid rubriksättning
- Använd foton och videobilder varsamt
- Var speciellt noggrann vid rapportering kring kända personers själv mord
- Visa varsam respekt för de efterlevande och andra berörda
- Ge information om var hjälp finns
- Var uppmärksam på att även mediefolk själva kan vara direkt eller indirekt berörda och därmed mer eller mindre sårbara och påverkade av berättelser om själv mord

Själv mordsbrev

Minoriteten av de som tar sitt liv, mindre än 25 procent av vuxna och en ännu mindre andel av ungdomarna, lämnar efter sig någon form av meddelande som skulle kunna tolkas som ett avskedsbrev,^[37] där de försöker förklara sitt handlande eller lämna en sista hälsning; ibland innehåller det en ursäkt till de efterlevande eller en beskrivning över hur deras begravning ska genomföras. Ofta är det i form av ett vanligt brev, men ibland bara rudimentära anteckningar på något föremål i närheten.

Kollektivt själv mord

En del sekter och andra tätt sammanhållna grupper begår ibland själv mord av ideologiska skäl men det förekommer även mindre själv mordspakter som ingås för att de inblandade skall kunna stödja varandra i sitt gemensamma själv mord. Båda fenomenen är mycket ovanliga även om det på senare tid^[när?] har blivit något vanligare att själv mordsbenägna söker upp varandra och sluter pakter på Internet.

Mord följt av själv mord

Det händer ibland att en gärningsman dödar andra för att sedan ta sitt eget liv. I fred brukar det för det mesta vara modern eller fadern som dödar sina barn, och eventuellt sin partner, för att sedan ta sitt liv (se Familjetragedi). Ett uppmärksammat fall utanför det rena familjelivet är Columbinemassakern i USA, där två elever gick bärsärkagång med skjutvapen och flera hemmagjorda bomber på en skola för att till slut ta sina egna liv. (se även Skolmassaker).

Själv mordsattacker i krig

Terrorister har ofta med vetenskapen om att deras liv kommer att ta slut efter utfört attentat – till exempel anarkister och nihilister i Tsarryssland. Ett annat exempel är de moderna själv mordsbombarna.

Under krig har det i alla tider skett själv mordsattacker på anmodan av högre befäl eller spontant av enskilda stridande, oftast praktiserat av den svagare parten i en konflikt. Mest kända är de japanska kamikazeattackerna mot amerikanska örlogsfartyg med både mänskliga torpeder och bomber under andra världskriget, men själv mordsbrigader har bildats i de flesta arméer under någon tidsperiod. Straffkompanier skickades ibland mot en sannolik död mot amnesti vid överlevnad eller så ställde grupper av fromma eller lojala soldater upp för att med sitt liv vända ett hopplöst läge. Efter den vapentekniska revolutionen som kom med Europas industrialisering kan man säga att många primitiva stammar begick själv mord när de med spjut och pilbågar försökte strida mot moderna

gevär, kulsprutor och ordentligt artilleri, knappast utan kunskap om deras effektivitet. Självordsattack i den här användningen av ordet innebär inte nödvändigtvis att deltagarna vill dö, bara att de sannolikt kommer att göra det samt är medvetna om att de förmodligen kommer att göra det. Ett specialfall av militära självmord är att kasta sig över en handgranat för att rädda sina kamrater.

Assisterat självmord

En etiskt problematisk (man kan inte anta att motiven är sjuka och irrationella på samma sätt som hos de normala självmorden) men socialt mindre tabubelagd anledning för att människor tar sina liv, är svåra hopplösa handikapp eller smärtsamma och långt framskridna sjukdomar som ändå slutar med döden. På många håll, till exempel i Brasilien och Japan är det olagligt att hjälpa någon att ta sitt liv. I Sverige är det däremot inte straffbart att hjälpa eller att förse en människa med medel att ta sitt liv, även om det görs av en läkare. Läkaren riskerar dock att förlora sin yrkeslegitimation.^[38] Eutanasi eller aktiv dödshjälp, där någon i enlighet med en människas vilja tar dennas liv, betraktas dock som dråp. Dråp ger dock ett straff på 6–10 år fängelse, dödshjälp av anhörig skulle mest troligt ge cirka 1 års fängelse på grund av förmildrande omständigheter.

Förebyggande

Olika preventiva åtgärder finns med syfte att förhindra självmord. Inom sjukvården förekommer olika suicidriskbedömning, som ämnar att upptäcka de med risk att begå självmord för att kunna sätta in åtgärder.^[39] Det finns kopplingar mellan självskadebeteende och självmordsförsök, varför en del program syftar till att minska sådant beteende.^[40]

Inom skolan

I en SBU-rapport från 2015 fann man två skolbaserade program som kunde förhindra självmord hos barn och unga.^[40] Dessa var: Good Behaviour Game (GBG) där man i lågstadiet ägnar ett antal timmar till att främja "positiva beteenden och attityder" mellan skolungdomar och lärare; samt Youth Awareness of Mental Health som försöker öka förståelsen om psykisk hälsa bland högstadielever.^[40] Andra program än dessa två saknar vetenskapligt stöd, och det finns få studier som har tittat på möjliga negativa effekter av liknande program.^[40] En senare uppdatering av kunskapsläget^[41] kunde inte dra slutsatser för andra program.

Inom vården

Inom den psykiatriska vård genomförs ofta suicidriskbedömningar för kunna sätta in behandling eller andra förebyggande åtgärder vid behov.^[39] Ett antal olika instrument finns för att underlätta sådan bedömning, men det har dåligt stöd då de används på egen hand för att bedöma suicidrisk.^[39]

Psykisk livräddning är ett förstahjälpen-program som lär ut hur man hjälper en person i psykisk kris. Det finns kurser i psykisk livräddning precis som det finns kurser i hjärt-lungräddning.^[42]

Inom jägarkåren

Svenska Jägareförbundet driver flera kampanjer kring psykisk ohälsa där jägare är överrepresenterade, vilket ökar risken för självmord med jaktvapen. I Dalarna tar cirka 50 personer sitt liv varje år, och 14% av jägare använder jaktvapen för suicid.^{[43][44]} Även om siffrorna varierar regionalt, är psykisk ohälsa generellt sett vanligare bland jägare än i befolkningen som helhet. För att möta detta problem samarbetar Jägareförbundet med psykiatrin i Värmland och Dalarna för att erbjuda stöd till jägare med självordskris. Dessa initiativ fokuserar på att skapa trygghet kring tillfällig vapenförvaring och öka kunskapen om psykisk ohälsa inom jägarkåren.^{[45][46]}

Förekomst

I självmordsstatistiken har Sverige i ett europeiskt perspektiv en genomsnittlig självmordsnivå^[48]. År 2010 tog 1 442 personer sitt liv vilket kan jämföras med 1980 års siffra som låg på 2237.^[49] Det begicks 18,4 självmord per hundra tusen invånare 2010 och 6 gånger fler självmordsförsök. Räddningsverket beräknade att samhällets kostnad för 2006 uppgick till 5,5 miljarder eller 0,2 procent av BNP. Av det var 61 procent kostnader i samband med självmordsförsök. Men för de fullbordade självmorden räknas inte förstört humankapital in, vilket beror på att det är svårt att beräkna. Det antas dock vara lönsamt för samhället att lägga ner upp till 18,6 miljoner kronor för att förhindra ett självmord.^[25]

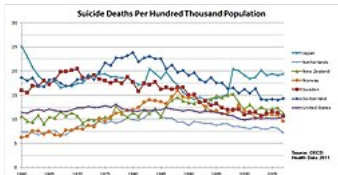
Sveriges regering införde en nollvision för självmord 2008. Idén till en nollvision kom ursprungligen från Petter Sivlér (M) och Jonas Grafström (M), i samband med en insändare under januari 2005 som fick stort genomslag runt om i Sverige.^[50] Norge som fört statistik från 1826 visar att självmordsnivåerna tenderar att vara ganska stabila över tid.^[51]

Riskgrupper

I Sverige och på många andra håll i världen är självmord den vanligaste dödsorsaken i åldersgruppen 15–44 år,^[52] samtidigt som de flesta självmord utförs av människor som är över 45 år.^[49]



En skylt med ett självmordsförebyggande budskap på Golden Gate-bron.



Tidsdiagram för dödligheten i självmord från 1960 till 2007 för Japan, Nederländerna, Nya Zeeland, Norge, Sverige, Schweiz och Förenta staterna.^[47]

Män är i hela världen mycket överrepresenterade bland självmördarna i alla åldersgrupper förutom på den kinesiska landsbygden. I Sverige var i början av 1900-talet förhållandet hela fem självmördade män för varje kvinna, men från 1970 sjönk kvoten till runt 2,5 män för varje kvinna.^[53] Den genomsnittliga kvoten för Europa är fyra män för varje kvinna.^[54]

Personer med tidigare självmordsförsök är en av de mest uttalade riskgrupperna. I Sverige är det vanligare med självmordsförsök bland kvinnor än bland män. Det tros bero på att det är mer kulturellt accepterat bland kvinnor att söka uppmärksamhet genom självmordsförsök, till exempel genom tablettöverdos (något som är mycket farligt men sällan dödligt). Män kommunicerar ofta inte sin psykiska ohälsa verbalt utan blir utåtriktade och aggressiva för att en dag ta livet av sig, och då med mer våldsamma och dödliga metoder så som att hänga eller skjuta sig.^[56]

Socialt utsatta

Andra grupper med förhöjd riskfaktor är ensamstående (särskilt nyblivet ensamstående som efter skilsmässa eller dödsfall) och människor med dåligt socialt nätverk (till exempel arbetslösa eller människor med social fobi). Bland en del invandrargrupper, i stora städer, samt på Gotland, i Värmland och Norrlands inland är självmordsfrekvensen högre än genomsnittet. Dock är Västerbotten det län i landet som har lägst självmordsfrekvens, sannolikt till följd av regionens starka folkrörelsetradition.^[57] I mindre tätorter där den sociala sammanhållningen är starkare är självmord mindre förekommande. Andra riskfaktorer är mobbing bland vuxna och barn, posttraumatisk stress efter till exempel krig, en svår olycka eller annan chockartad upplevelse och allvarlig psykisk sjukdom. Vid behandling av depression med psykofarmaka brukar självmordsrisken öka initialt; en djupt deprimerad människa mår ofta så dåligt att hen inte orkar företa sig något sådant som att ta sitt liv.^[58]

Missbruk

Människor som dricker mer alkoholhaltiga drycker än vad de flesta gör tenderar oftare att begå självmord.^{[11][59]} Hälften av alla självmord i Sverige är alkoholrelaterade, såtillvida att alkohol har förekommit före självmordet.^[60] Missbruk kan i sig driva en del att begå självmord, ibland genom att missbrukaren hamnar i en situation som han eller hon inte tror kan lösas^[61] eller i plågsam abstinens.^[62]

Etnicitet

I USA har man observerat skillnader mellan självmordsfrekvens mellan den vita majoritetsbefolkningen och de svarta och spanskspråkiga minoriteterna. Vita löper 2,5 gånger högre risk att begå självmord än någon i de två minoritetsgrupperna.

Ungdomar och självmord

Självmord bland barn och ungdomar ses internationellt som ett stort problem, självmord är nämligen en ledande dödsorsak bland unga människor.^[59] Men deras totala andel i förhållande till samtliga självmord är ganska blygsam. I Sverige försökte 2 000 ungdomar mellan 15 och 24 år ta sina liv år 2003, varav 118 fullfördes. Ibland kommer uppgifter om att självmorden bland unga stiger; det ligger närmare sanningen att konstatera att antalet självmord inte minskar i denna åldersgrupp som i de övriga.^[63] Men självmordsförsök och självskadebeteende har ökat, särskilt bland flickor.^[64]

I USA har självmorden bland unga minskat sedan mitten av 1990-talet. År 2001 tog 3 971 ungdomar livet av sig; 87 procent av dem var pojkar.^[65] I Storbritannien har självmorden bland ungdomar ökat markant sedan början 1990-talet och i princip hela ökningen har skett bland pojkar.^[66]

I Norge har självmordens relativa andel av dödsfallen i åldersgruppen 10–24 år ökat från sju procent 1973 till att 1992 ligga på 26 procent. Kraftigast är ökningen hos pojkar, men man har även observerat hur flickor anammat mer effektiva pojkmeter.^[67] Självmordsnivån bland barn och tonåringar har en större tendens att fluktuera över tid och är känsligare för snabba övergående trender och påverkan genom massmedia och Internet.

Äldre och självmord

Ibland väljer människor med smärtsamma sjukdomar att avsluta sitt liv istället för att invänta en oundviklig död. För de män som är över 80 år ökar självmorden kraftigt i jämförelse med kvinnor över 80 år som begår självmord^[68]. Ensamhet och fördomar mot äldre pekas av vissa ut som skäl till varför äldre väljer att ta sitt liv.^[69]

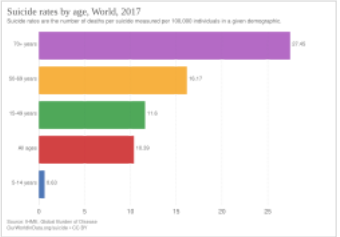
Efterlevande

Efterlevande är de anhöriga som sörjer en person som har tagit sitt liv. I sorgeprocessen kan efterlevande uppleva depression, existentiell ångest och även få egna självmordstankar. Det rör sig om 10 000–15 000 personer varje år i Sverige.^[70] Självmord upplevs ofta som en katastrof av de efterlevandes anhöriga och vänner, och ses som en stor kostnad för samhället. Självmord är tabu nästan överallt i världen.^{[71][72]}

Metoder

Förgiftning

Förgiftning med fasta och flytande ämnen är den vanligaste självmordsmetoden i Sverige, 32,5 procent av självmorden i Sverige mellan 1995 och 2004 skedde med denna metod.^[73] Förgiftning med bekämpningsmedel står för en tredjedel av alla självmord i världen och är enligt WHOs uppskattningar världens vanligaste självmordsmetod.^{[74][75]} Det är ovanligt i Europa och i Nordamerika, däremot utbrett i Asien, särskilt skuldsatta bönder på landsbygden i utvecklingsländer som Indien och Kina är utsatta. Dödligheten vid förtäring av vissa vanliga bekämpningsmedel ligger på drygt 70%.^[75]



Självmordsbenägenhet per åldersgrupp.^[55]

Gasning

Inandning av gaser och ångor är den sjätte vanligaste självmordsmetoden i Sverige, 4,6 procent av självmorden i Sverige mellan 1995 och 2004 skedde med denna metod.^[49] Självmord genom kolmonoxidförgiftning från förbränning av träkol är betydligt mer vanligt i Asien än i Europa; år 2003 var det den andra vanligaste självmordsmetoden i Hongkong där det utgjorde 25 procent av alla fallen.^[76] Den här metoden är möjlig att genomföra med exempelvis helium vilket förhindrar panik och kvävnadskänsla innan människan tappar medvetandet.^[77]

Överdos

Barbiturater är en läkemedelsgrupp som upptäcktes i början på 1900-talet och vars olika preparat i rätta mängder kan användas för att behandla ångest, sömnproblem och epilepsi men som fasats då den var svår att dosera och ofta användes för självmord och förgiftningsolyckor. Under de senaste årtiondena har förskrivningen av preparat i barbituratfamiljen till stor del upphört till förmån för de mycket säkrare bensodiazepinerna, och självmordstalen med sömnmedel har sjunkit.^{[78][79][80]} Många föredrar att ta livet av sig med tabletter till följd av att det är pålitligt, snarare än att använda sig av en så kallad "exit bag".^[81] Det finns företag som tjänar pengar på att sälja självmordspiller till de som önskar att begå självmord. Försäljningen är kontroversiell.^[82] Särskilt Nembutal är populärt, men även Cyanid.

Hängning

Hängning är den näst vanligaste självmordsmetoden i Sverige med en andel på 28,1 procent av självmorden under perioden från 1995 till 2004.^[49]

Skjutning

Skjutning är den tredje vanligaste självmordsmetoden i Sverige, 10 procent av självmorden i Sverige mellan 1995 och 2004 skedde med denna metod.^[49] I USA är självmord den vanligaste typen av dödsorsak föranledd av skjutvapen, och den i särklass vanligaste självmordsmetoden. Den stora spridningen av handeldvapen är en viktig anledning till att USA har höga självmordstal i internationella jämförelser.^[källa behövs] I USA var år 2000 4 % av alla skottskador som behandlades på sjukhus misslyckade självmord.^[83]

Dränkning

Självränkning är den fjärde vanligaste självmordsmetoden i Sverige, 8,6 procent av självmorden i Sverige mellan 1995 och 2004 skedde med denna metod.^[49]

Fall från hög höjd

Hopp från hög höjd är den femte vanligaste självmordsmetoden i Sverige, 5 procent av självmorden i Sverige mellan 1995 och 2004 skedde med denna metod.^[49] Cirka 60–70 personer tar livet av sig i Sverige varje år genom hopp från hög höjd.^[84] Det är vanligt att man använder sig av broar, då dessa ofta når en viss höjd, men det händer att människor överlever sina självmordsförsök, trots fall på så mycket som 26 meter.^{[85][86][87][88][89][90]} Många broar i Stockholm har fått höjda staket för att förhindra människor från att begå självmord.^{[91][92][93][94][95][96]} Bland annat 2012 som en del av SPIS, Suicidprevention inom Stockholms län.^{[97][98][99][96]}

Stickande och skärande

Att med stickande och skärande föremål åsamka sig själv sår som skall leda till att man förblöder är den sjunde vanligaste självmordsmetoden i Sverige 2,5 procent av självmorden i Sverige mellan 1995 och 2004 skedde med denna metod.^[49]

Självränkning

Självränkning innebär att den som försöker ta livet av sig, sätter eld på sig själv med hjälp av någon form av brandfarlig vätska.

Trafikolyckor

En del trafikolyckor och då främst singelolyckor är i själva verket självmord eller självmordsförsök.^{[100][101]} Det är också vanligt att personer hoppar framför tåg och tunnelbanevagnar, bilar, eller dylikt, för att dö, något som kan orsaka förseningar. Detta har gjort att vissa argumenterat för att personer ska hindras från detta genom glasdörrar vid spåren, som hos Citybanan.^[102]

Hoppa framför tåg

Vart tjugonde självmord i Sverige sker genom kollision med tåg. Metoden ses som ett allvarligt arbetsmiljöproblem för lokförare. 145 (76 %) av de 192 dödsfall som skedde vid den svenska järnvägen mellan 2000 och 2002 självmord.^[103] CCTV av järnvägsspår har utvecklats och försöksinstallerats på sträckningen Lund-Malmö, där många självmord sker.^[104] Omkring två tredjedelar av alla självmordsförsök i tunnelbanan i Montréal, Kanada misslyckas. Samma siffror gäller i övriga städer, bland annat Stockholm. Överlevande får ofta mycket allvarliga men, som lemlästning^[105] och förarna blir ofta starkt påverkade psykiskt.^[106]

Självmord via polis

En metod som polisen i främst USA uppmärksammat är självmord genom att vifta med ett skjutvapen eller liknande för att sedan bli ihjälskjuten av polisen. I massmedia i USA kallas detta ofta för *Suicide by cop*. I Sverige inträffar varje år flera försök där människor vill bli skjutna av polisen.^[107] Ett exempel är Mattias Flink som uppgav att han sköt andra för att han ville bli skjuten av polisen och stupa i strid.^[108]



Höga staket designade för att försvåra självmord.

Religiösa perspektiv

I de flesta kultursfärerna och kanske framför allt de som präglats av de abrahamitiska religionerna har självmord betraktats som en tabubelagd gärning. Samtidigt har dock rena självmordsattacker i till exempel krig belönats med ett martyrskap och en säker plats i himmelen. I islams jihad och kristendomens korståg fick de stridande och medvandrande löfte om en plats i paradiset om de dog, något som sannolikt ökade offerviljan, särskilt vid betänkande den religiösa tiden för dessa företeelser.

I historisk tid har ofta personen som försökt ta sitt liv setts som en brottsling, som försökt sig på ett mord men misslyckats. Det hänger samman med att livet inte sågs som ens eget, utan tillhörande Gud eller staten. I dag har de flesta moderna kyrkor och andra religiösa samfund antagit en mer förlåtande syn på självmördaren; man utgår ifrån att självmördarna inte är riktigt tillräkneliga (i någon mening sjuka och utan förmåga att begripa sin egen situation) och blir därmed, ur en teologisk synvinkel, ansvarsbefriade. I Sverige blev (i juridisk mening) självmord lagligt 1856, men fortfarande är självmord och, ännu vanligare, medhjälp till självmord olagligt på många håll i världen.

För övrigt har det i modern tid ägt rum en normalisering av synen på självmord till att se det som ett ödesdigert uttryck för psykisk ohälsa och samhället har på de flesta håll tagit som sin uppgift att på olika sätt försöka intervensera – uppenbart självmordsbenägna kan frihetsberövas och underkastas psykiatrisk tvångsvård. På många håll har civila organisationer som kyrkor och intresseföreningar nödnummer dit självmordsbenägna kan ringa för att få stöd och råd; flera av dem går att nå genom landets nödnummer.

Enligt senaste forskning inom suicid så kan självmord ibland ses som en psykisk olycka. Psykisk ohälsa är inte alltid förklaringen till att någon tar sitt liv. En person som befinner sig i en extremt pressad livssituation, som arbetslöshet, skilsmässa eller en anhörigs död, kan få självmordstankar. Att en person har självmordstankar är inte farligt men om denne börjar agera på dessa tankar kan en psykisk olycka ske som leder till att denne tar sitt liv.^[109]

Judendomens syn

Judendomens syn på självmordet har i mångt och mycket gått i arv till kristendom och islam. För judar är självmordet absolut tabu och personen anses vara en mördare. Det sägs också att livet inte är ens eget utan Guds och att det därför är orätt att ta sitt liv. Efter självmordet fastnar själen i världen, hos oss: Kroppen återgår till stoft, men själen får inte komma in i paradiset.

I *Tanach* (eller gamla testamentets böcker i Bibeln) beskrivs några självmord. Det första är judarnas förste konung, Saul, som tog sig av daga med svärd när hans vapendragare tvekade att göra så. Vidare, när Ahitofel önskar soldater för att slå kung David, men nekas detta, tar han sitt liv. När Simri blir överfallen i Tirsa retirerar han till sitt palats och bränner det med sig själv i.^[110] Simson dödade sig själv och sina fiender i en självmordsattack enligt Domarboken.^[111]

Kristendomens syn

Svenska kyrkan gör idag ingen skillnad mellan människor som dött på grund av självmord eller av andra orsaker. Man betonar Guds kärlek till alla människor och försöker på olika sätt hjälpa anhöriga, och människor som funderar på att begå självmord. Historiskt sett har synen varit en helt annan, man har bland annat nekat att begrava självmördare i vigd jord.^[112]

Bland katoliker har självmord betraktats som en av de allvarligaste synderna man kan begå. Historiskt har kyrkan haft en sträng hållning mot personer som begått självmord, inte hållit begravningsgudstjänst och inte låtit dem ligga i vigd jord. Enligt katolska kyrkans katekes (n. 2280-2283) är människan förvaltare och inte ägare av sitt liv. Självmord är ett brott mot den kärlek som människan ska hysa till sig själv och ett uttryck för bristande solidaritet med de sociala sammanhang man ingår i. Svåra psykiska besvär, ångest eller fruktan för prövningar, lidande eller tortyr är förmildrande omständigheter vid bedömningen av suicid. Man ska inte misströsta om evig frälsning för den som berövat sig livet, eftersom Gud kan ge möjlighet till ånger också på andra sidan döden, och kyrkan ber för dem som begått denna desperata handling.

Enligt aposteln Matteus i Matteusevangeliet 27:5 ska Jesu lärjunge Judas Iskariot ha hängt sig efter att ha förrått Jesus.

Islams syn

Enligt koranen förbjuder Allah (Gud) människan att döda eller skada sig själv. I Koranen står det: *"Av denna orsak förskrev Vi för Israels barn att om någon dödar en människa, som inte själv har dödat någon eller försökt störa ordningen på jorden och sprida sedesfördärv, skall det anses som om han hade dödat hela människosläktet och om någon räddar en människa skall det anses som om han hade räddat hela människosläktet".* [Koranen 5:32].

Hinduismens syn

Hinduismen godkänner inte självmord. Anledningen är att en människa inte kan komma ifrån sitt öde och liv. Den som begår självmord får ett svårare liv efter detta, eller går tillbaka till en lägre livsnivå. Det är ett stort misstag för individen om självmord begås. En hindu som begår självmord kommer varken till himlen eller till helvetet, utan denne återföds till något sämre hela tiden och kommer aldrig kunna uppnå moksha.^[113]

Buddhismens syn

Inom buddhismen har man olika uppfattningar om frågan att ta sitt eget liv. I skrifterna står det,^[*källa behövs*] att det är tillåtet att begå självmord när man har nått en viss upphöjd nivå i livet för de upplysta; *de upplysta* har inga önskningar kvar i livet och kan uppgå i nirvana. I Kina och Japan utfördes ibland sådana rituella självmord där munkar drack te av olika örter och upplöst harts under flera dagar för att sedan begravas levande. Där kunde sedan munken sitta i flera dagar innan han dog. Lyckades självmordet fullt ut blev liket självmumifierat. Däremot var det inte tillåtet att begå självmord om man tillhörde de icke-upplysta. De oupplysta har en lång väg att gå med många återfödelser, medan en upplyst persons handlingar inte längre anses generera karma, varken ont eller gott.

Ett litet antal buddhistiska munkar (utan status som upplysta) har också, i modern tid, tagit livet av sig i politisk protest, som regel genom att dränka in sig i bensin och antända sig på offentlig plats.

I litteratur och film

Själv mord har länge skildrats i litteraturen. Den grekiske skalden Homers hjältefigur Ajax begår självmord genom att slänga sig över sitt svärd när han besegrats av Odysseus.

Litteraturhistoriens kanske mest kända självmord äger rum i William Shakespeares pjäs Romeo och Julia om förbjuden kärlek. Den slutar med att de två förälskade ungdomarna begår självmord efter ett missförstånd.

Den tyske skalden Johann Wolfgang von Goethe skrev 1774 den korta brevromanen Den unge Werthers lidanden om målaren Werther som är olyckligt kär i sin bästa väns trolovade, Charlotte. Den känslomme Werther maktar inte med och skjuter sig. Romanen var upphovet till en våg av känslomshet och svärmande krig begrepp som Weltschmerz. Mest uppståndelse väckte alla de självmord som tillskrevs romanen (se Werther-effekt).



Ajax själv mord

Själv mord i film är ofta av typen självmordsattack eller blivande martyrskap. Ett av de mer makabra exempel på motsatsen är den japanska filmen Suicide Club som börjar med hur 54 flickor i skoluniform hoppar framför ett framrusande pendeltåg. Filmen kretsar kring Tokyo-polisen som försöker reda ut hur mängder av ungdomar fås att sluta självmordspakter på Internet.

"Det finns bara ett enda riktigt allvarligt filosofiskt problem: självmordet." Så börjar Camus filosofiska roman Myten om Sisyfos, som behandlar det absurda livets val och kval. Enligt författaren är även en träls enformiga liv, utan hopp eller mening, värt att leva.

Källor

1. ^ Svenska Akademiens ordbok: suicid (<https://www.saob.se/artikel/?seek=suicid&h=1>)
2. ^ [a b] Svenska Akademiens ordbok: självspillan (<https://www.saob.se/artikel/?seek=sj%C3%A4lvspillan>)
3. ^ Svenska Akademiens ordbok: "Suicid" (https://www.saob.se/artikel/?unik=S_14323-0359.dj3l). Läst 9 april 2018.
4. ^ "Om suicid – SPES" (<http://spes.se/om-sjalmvord/>). Läst 9 april 2018.
5. ^ "Suicid | Socialstyrelsen - Patientsäkerhet" (<https://patientsakerhet.socialstyrelsen.se/risker/varnskadeomraden/suicid>) Arkiverad (<http://web.archive.org/web/20180410072910/https://patientsakerhet.socialstyrelsen.se/risker/varnskadeomraden/suicid>) 10 april 2018 hämtat från the Wayback Machine.. Läst 9 april 2018.
6. ^ George, Ritzer (2008). *The Blackwell encyclopedia of sociology*. (<http://worldcat.org/oclc/553617341>). Blackwell. sid. 4889. ISBN 1-4051-2433-4. OCLC 553617341 (<http://worldcat.org/oclc/553617341>). <http://worldcat.org/oclc/553617341>. Läst 28 juli 2021. "Suicide is among the top ten leading causes of death. Over 30,000 Americans take their own lives each year: about 85 per day. Further, there are an estimated 250,000–600,000 suicide attempts each year. There are at least 5 million living Americans who have attempted suicide in the past. While Americans fear being murdered more than dying by their own hand, the suicide rate is currently double the murder rate. The dominant mode of analysis of suicide has stressed Durkheim's (1966) concept of social integration – bonds between the individual and society. Subordination of the individual to society is thought to provide meaning and prevent selfishness or "egoism." Groups lacking in ties to society, such as widowers, the divorced, atheists, the unemployed, and non church members, are at higher than average risk of suicide. According to Durkheim, the greater the number of religious beliefs and practices shared with co religionists, the lower the suicide rate of a group. Historically, Catholics were more integrated (e.g., meatless Fridays, confession, weekly church attendance) than Protestants, and had lower suicide rates. In modern times, Islam is a religion with a high level of integration (e.g., prayer is expected multiple times a day). Research finds that the higher the proportion of Muslims in a nation, the lower the nation's suicide rate."
7. ^ "APA PsycNet" (<https://psycnet.apa.org/record/2003-07200-024>) (på engelska). [psycnet.apa.org](https://psycnet.apa.org/record/2003-07200-024). <https://psycnet.apa.org/record/2003-07200-024>. Läst 16 juni 2020.
8. ^ [a b] "Inequality and suicide" (<https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/inequality-suicide/>) (på brittisk engelska). Samaritans. <https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/inequality-suicide/>. Läst 16 juni 2020.
9. ^ Research, Center for Drug Evaluation and (2018-11-03). "Suicidality in Children and Adolescents Being Treated With Antidepressant Medications" (<https://www.fda.gov/drugs/postmarket-drug-safety-information-patients-and-providers/suicidality-children-and-adolescents-being-treated-antidepressant-medications>) (på engelska). FDA. <https://www.fda.gov/drugs/postmarket-drug-safety-information-patients-and-providers/suicidality-children-and-adolescents-being-treated-antidepressant-medications>. Läst 16 juni 2020.
10. ^ Haiken, Melanie. "More Than 10,000 Suicides Tied To Economic Crisis, Study Says" (<https://www.forbes.com/sites/melaniehaiken/2014/06/12/more-than-10000-suicides-tied-to-economic-crisis-study-says/>) (på engelska). *Forbes*. <https://www.forbes.com/sites/melaniehaiken/2014/06/12/more-than-10000-suicides-tied-to-economic-crisis-study-says/>. Läst 16 juni 2020.
11. ^ [a b] George, Ritzer, (2008). *The Blackwell encyclopedia of sociology*. (<http://worldcat.org/oclc/553617341>). Blackwell. sid. 4890. ISBN 1-4051-2433-4. OCLC 553617341 (<http://worldcat.org/oclc/553617341>). <http://worldcat.org/oclc/553617341>. Läst 28 juli 2021
12. ^ "French Telecom Company Convicted Of 'Moral Harassment' After Employee Suicides" (<https://www.npr.org/2019/12/20/790101370/french-telecom-company-convicted-of-moral-harassment-after-employee-suicides>) (på engelska). NPR.org. <https://www.npr.org/2019/12/20/790101370/french-telecom-company-convicted-of-moral-harassment-after-employee-suicides>. Läst 16 juni 2020.
13. ^ Nossiter, Adam (20 december 2019). "3 French Executives Convicted in Suicides of 35 Workers" (<https://www.nytimes.com/2019/12/20/world/europe/france-telecom-suicides.html>) (på amerikansk engelska). *The New York Times*. ISSN 0362-4331 (<http://worldcat.org/g/issn/0362-4331>). <https://www.nytimes.com/2019/12/20/world/europe/france-telecom-suicides.html>. Läst 16 juni 2020.
14. ^ Moore, Malcolm (11 januari 2012). "'Mass suicide' protest at Apple manufacturer Foxconn factory" (<https://www.telegraph.co.uk/news/worldnews/asia/china/9006988/Mass-suicide-protest-at-apple-manufacturer-foxconn-factory.html>) (på brittisk engelska). ISSN 0307-1235 (<http://worldcat.org/issn/0307-1235>). <https://www.telegraph.co.uk/news/worldnews/asia/china/9006988/Mass-suicide-protest-at-apple-manufacturer-foxconn-factory.html>. Läst 16 juni 2020.
15. ^ "Another Foxconn worker falls to death in China" (<https://www.bbc.com/news/world-asia-pacific-10702689>) (på brittisk engelska). BBC News. 20 juli 2010. <https://www.bbc.com/news/world-asia-pacific-10702689>. Läst 28 juli 2021.
16. ^ "Killing Yourself To Make A Living: In Japan Financial Incentives Reward "Suicide" : Japan Subculture Research Center" (<https://web.archive.org/web/20161119115928/http://www.japansubculture.com/killing-yourself-to-make-a-living-in-japan-financial-social-incentives-keep-suicide-rates-high/>). [web.archive.org](https://web.archive.org/web/20161119115928/http://www.japansubculture.com/killing-yourself-to-make-a-living-in-japan-financial-social-incentives-keep-suicide-rates-high/). 19 november 2016. Arkiverad från originalet (<http://www.japansubculture.com/killing-yourself-to-make-a-living-in-japan-financial-social-incentives-keep-suicide-rates-high/>) den 19 november 2016. <https://web.archive.org/web/20161119115928/http://www.japansubculture.com/killing-yourself-to-make-a-living-in-japan-financial-social-incentives-keep-suicide-rates-high/>. Läst 28 juli 2021.



17. ^ editor, Sarah Boseley Health (9 oktober 2018). "World in mental health crisis of 'monumental suffering', say experts" (<https://www.theguardian.com/society/2018/oct/09/world-mental-health-crisis-monumental-suffering-say-experts>) (på brittisk engelska). *The Guardian*. ISSN 0261-3077 (<http://worldcat.org/issn/0261-3077>). <https://www.theguardian.com/society/2018/oct/09/world-mental-health-crisis-monumental-suffering-say-experts>. Läst 16 juni 2020.
18. ^ Exline JJ, Yali AM, Sanderson WC, Guilt, discord, and alienation: the role of religious strain in depression and suicidality (<http://europemc.org/abstract/med/11132565>), *Journal of Clinical Psychology* 2000, 56(12):1481-1496
19. ^ Koenig, HG (May 2009). "Research on religion, spirituality, and mental health: a review" (http://www.psychology.hku.hk/fbcstudies/efbase/docs/hill/2003/29_Hill+Pargament2003.pdf). *Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie* 54 (5): sid. 283–91. PMID 19497160. http://www.psychology.hku.hk/fbcstudies/efbase/docs/hill/2003/29_Hill+Pargament2003.pdf
20. ^ Vårdguiden: Självmord (<http://www.vardguiden.se/Article.asp?ArticleID=3241>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20070322151832/http://www.vardguiden.se/Article.asp?ArticleID=3241>) 22 mars 2007 hämtat från the Wayback Machine. läst 2007-05-26
21. ^ News, A. B. C.. "Economic status may be a warning sign for youth suicide" (<https://abcnews.go.com/Health/economic-status-warning-sign-youth-suicide/story?id=68631401>) (på engelska). *ABC News*. <https://abcnews.go.com/Health/economic-status-warning-sign-youth-suicide/story?id=68631401>. Läst 16 juni 2020.
22. ^ "Products - Data Briefs - Number 37 - May 2010" (<https://www.cdc.gov/nchs/products/databriefs/db37.htm>) (på amerikansk engelska). *www.cdc.gov*. 7 juni 2019. <https://www.cdc.gov/nchs/products/databriefs/db37.htm>. Läst 16 juni 2020.
23. ^ https://www.researchgate.net/publication/224939391_Car_accidents_and_suicide
24. ^ "One person dies by suicide every 40 seconds: new UN health agency report" (<https://news.un.org/en/story/2019/09/1045892>) (på engelska). *UN News*. 9 september 2019. <https://news.un.org/en/story/2019/09/1045892>. Läst 16 juni 2020.
25. ^ [a b] Räddningsverkets rapport 'Suicid och samhällsekonomiska kostnader' (https://www.msb.se/Upload/Kunskapsbank/Statistik_larande/Suicid_och_samhallsekonomiska_kostnader.pdf) Arkiverad (https://web.archive.org/web/20111025141828/https://www.msb.se/Upload/Kunskapsbank/Statistik_larande/Suicid_och_samhallsekonomiska_kostnader.pdf) 25 oktober 2011 hämtat från the Wayback Machine. 18 januari 2007
26. ^ "World Suicide Prevention Day" (https://web.archive.org/web/20200802053230/https://www.iasp.info/wspdpdf/2012_wspdp_brochure.pdf). World Health Organization. Arkiverad från originalet (https://www.iasp.info/wspdpdf/2012_wspdp_brochure.pdf) den 2 augusti 2020. https://web.archive.org/web/20200802053230/https://www.iasp.info/wspdpdf/2012_wspdp_brochure.pdf Läst 16 juni 2020.
27. ^ <https://ourworldindata.org/suicide>
28. ^ [a b] "Om självmord" (https://web.archive.org/web/20151124195428/http://www.spesistockholm.se/?page_id=30) Arkiverad från originalet (http://www.spesistockholm.se/?page_id=30) den 24 november 2015. https://web.archive.org/web/20151124195428/http://www.spesistockholm.se/?page_id=30. Läst 24 november 2015.
29. ^ [a b] "Fyra personer tar sitt liv – varje dag: "Psykisk ohälsa ökar"" (<https://www.expressen.se/nyheter/fyra-personer-tar-sitt-liv-varje-dag/>). *Expressen*. 25 maj 2018. <https://www.expressen.se/nyheter/fyra-personer-tar-sitt-liv-varje-dag/>. Läst 13 maj 2020.
30. ^ "Självmord är vanligast bland" (http://www.scb.se/statistik/publikationer/LE0001_2009K04_TI_04_A05TI0904.pdf). http://www.scb.se/statistik/publikationer/LE0001_2009K04_TI_04_A05TI0904.pdf Läst 12 februari 2015.
31. ^ *I stället för äktenskap: Att driva jordbruk tillsammans med syskon i 1900-talets Sverige* (<https://dx.doi.org/10.21525/kriterium.12.b>). Nordic Academic Press (Kriterium). 2018-08-31. sid. 45–78. ISBN 978-91-88661-43-2. <http://dx.doi.org/10.21525/kriterium.12.b>. Läst 13 maj 2020
32. ^ Sören Wibeck. (2007). Palestina, strid om helig mark. Populär Historia 2007: nr 4 s. 24
33. ^ Web4Health: Förekomst av självmordstankar (<http://web4health.info/sv/answers/bipolar-depr-suic-prev.htm>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20070811032600/http://web4health.info/sv/answers/bipolar-depr-suic-prev.htm>) 11 augusti 2007 hämtat från the Wayback Machine. URL läst 2007-02-11
34. ^ Web4Health: Självmordsförsök och risk för fler försök (<http://web4health.info/sv/answers/bipolar-suicide-repeat.htm>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20060922000925/http://web4health.info/sv/answers/bipolar-suicide-repeat.htm>) 22 september 2006 hämtat från the Wayback Machine. URL läst 2007-02-11
35. ^ "World Suicide Prevention Day 2019 Facts and Figures Sheet" (https://web.archive.org/web/2020111233724/https://www.iasp.info/wspdpdf/2019/2019_wspdp_facts_and_figures.pdf). International Association for Suicide Prevention. Arkiverad från originalet (https://www.iasp.info/wspdpdf/2019/2019_wspdp_facts_and_figures.pdf) den 11 november 2020. https://web.archive.org/web/2020111233724/https://www.iasp.info/wspdpdf/2019/2019_wspdp_facts_and_figures.pdf Läst 16 juni 2020.
36. ^ "Att Förebygga Självmord: ett stödmaterial för professionella inom media" (https://web.archive.org/web/20200319121417/https://ki.se/sites/default/files/migrate/who_media_jan_2012.pdf) (PDF). https://web.archive.org/web/20200319121417/https://ki.se/sites/default/files/migrate/who_media_jan_2012.pdf Läst 19 mars 2020.
37. ^ Maris Ronald W., Berman Alan L., Silverman Morton M., Bongar Bruce Michael, red (2000) (på engelska). *Comprehensive textbook of suicidology*. New York: Guilford Press. sid. 269. Libris 6385694 (<http://libris.kb.se/bib/6385694>). ISBN 1-57230-541-X
38. ^ Castelius, Olle (1 oktober 2006). "Det är inte förbjudet att hjälpa någon dö" (<https://web.archive.org/web/20070711/http://www.aftonbladet.se/vss/nyheter/story/0,2789,897004,00.html>). *Aftonbladet*. Arkiverad från originalet (<https://www.aftonbladet.se/nyheter/a/Mg7g6B/det-ar-inte-forbjudet-att-hjalsa-nagon-do>) den 11 juli 2007. <https://web.archive.org/web/20070711/http://www.aftonbladet.se/vss/> Läst 15 augusti 2020.
39. ^ "Metodinstrument för bedömning av suicidrisk" (<http://www.sbu.se/sv/publikationer/SBU-utvardear/instrument-for-bedomning-av-suicidrisk/>). SBU Utvärderar. Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU); Swedish Agency for Health Technology Assessment and Assessment of Social Services. <http://www.sbu.se/sv/publikationer/SBU-utvardear/instrument-for-bedomning-av-suicidrisk/>. Läst 17 juni 2016.
40. ^ [a b c d] "Skolbaserade program för att förebygga självska debeteende inklusive suicidförsök" (<http://www.sbu.se/sv/publikationer/SBU-utvardear/skolbaserade-program-for-att-forebygga-sjalvska-debeteende-inklusive-suicidforsok/>). SBU Utvärderar. Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU); Swedish Agency for Health Technology Assessment and Assessment of Social Services. <http://www.sbu.se/sv/publikationer/SBU-utvardear/skolbaserade-program-for-att-forebygga-sjalvska-debeteende-inklusive-suicidforsok/>. Läst 17 juni 2016.
41. ^ [a b c d] "Program för att förebygga suicid och suicidförsök hos barn. En systematisk översikt med utvärdering av effekter och hälsoekonomiska aspekter." SBU, Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. 16 december 2021. www.sbu.se/336. Läst 19 november 2021.
42. ^ "Psykisk livräddning" (<http://spes.se/wp-content/uploads/2014/10/Psykisk-livradning.pdf>). <http://spes.se/wp-content/uploads/2014/10/Psykisk-livradning.pdf>. Läst 4 juli 2017.
43. ^ P4 Dalarna (17 maj 2023). "Vill stoppa självmord bland jägare – men rädsla finns att bli av med vapen" (<https://www.sverigesradio.se/artikel/jagareforbundet-ska-stoppa-sjalvmord-genom-samverkan>). *Sveriges Radio*. <https://www.sverigesradio.se/artikel/jagareforbundet-ska-stoppa-sjalvmord-genom-samverkan>. Läst 28 augusti 2025.
44. ^ "Jägareförbundet Dalarna startar samarbete om psykisk ohälsa" (<https://jagareforbundet.se/aktuellt/landet-runt/landet-runt---mitt/2023/05/jagareforbundet-dalarna-startar-samarbete-om-psykisk-ohalsa/>). Svenska Jägareförbundet. <https://jagareforbundet.se/aktuellt/landet-runt/landet-runt---mitt/2023/05/jagareforbundet-dalarna-startar-samarbete-om-psykisk-ohalsa/>. Läst 28 augusti 2025.
45. ^ Johan Forssblad (15 september 2024). "Rädsla att förlora sitt vapen om man pratar om psykisk ohälsa" (<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/varmland/sjalvmord-bland-jagare-fortsatter-att-oka-stor-kampanj-fran-jagareforbundet>). *SVT Nyheter*. <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/varmland/sjalvmord-bland-jagare-fortsatter-att-oka-stor-kampanj-fran-jagareforbundet>. Läst 28 augusti 2025.

46. ^ Maria Haglund (14 september 2023). "Brevutskick ska minska självmord bland jägare i Värmland" (<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/varmland/brevutskick-ska-minska-sjalvmord-bland-jagare-i-varmland>). SVT Nyheter. <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/varmland/brevutskick-ska-minska-sjalvmord-bland-jagare-i-varmland>. Läst 28 augusti 2025.
47. ^ OECD Health Data 2011
48. ^ WHO/Europe – The World Health report 2001 (http://www.euro.who.int/mediacentre/PressBackgrounders/2001/20011128_1) Arkiverad (https://web.archive.org/web/20050912084545/http://www.euro.who.int/mediacentre/PressBackgrounders/2001/20011128_1) 12 september 2005 hämtat från the Wayback Machine. 18 januari 2007
49. ^ [a b c d e f g h] NASP – Självmord i Sverige 1980–2010 – Totalt (http://www.ki.se/suicide/sm_sverige_total.html) Arkiverad (https://web.archive.org/web/20070120151015/http://www.ki.se/suicide/sm_sverige_total.html) 20 januari 2007 hämtat från the Wayback Machine. NASP 2012
50. ^ "Nollvision för självmord saknas" (<https://www.kristianstadsbladet.se/fria-ord/nollvision-for-sjalvmord-saknas/>). Kristianstadsbladet. 24 januari 2005. <https://www.kristianstadsbladet.se/fria-ord/nollvision-for-sjalvmord-saknas/>. Läst 1 juli 2010.
51. ^ Statistisk centralbyrå – Statistisk årbok 2000, Selvmord 1826–1995 (<http://www.ssb.no/histstat/aarbok/ht-030110-112.html>) URL läst 2007-02-14
52. ^ NASP – Självmord bland andra dödsorsaker (http://www.ki.se/suicide/stat_dodsorsaker.html) Arkiverad (https://web.archive.org/web/20061029082421/http://www.ki.se/suicide/stat_dodsorsaker.html) 29 oktober 2006 hämtat från the Wayback Machine. NASP 15 november 2006
53. ^ NASP – Självmord i Sverige 1980–2003 – Män (http://www.ki.se/suicide/sm_sverige_men.html) Arkiverad (https://web.archive.org/web/20061029043647/http://www.ki.se/suicide/sm_sverige_men.html) 29 oktober 2006 hämtat från the Wayback Machine. NASP 15 november 2006
54. ^ Health First Europe – Mental health (<http://www.healthfirsteurope.org/index.php?pid=79>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20070211092731/http://www.healthfirsteurope.org/index.php?pid=79>) 11 februari 2007 hämtat från the Wayback Machine. URL läst 2007-02-13
55. ^ "Suicide rates by age" (<https://ourworldindata.org/grapher/suicide-rates-by-age-detailed>). Our World in Data. <https://ourworldindata.org/grapher/suicide-rates-by-age-detailed>. Läst 30 juli 2021.
56. ^ NASP – Samband mellan självmordsförsök och självmord (http://www.ki.se/suicide/sjelvmord_ungdomar_konsskillnader.html) Arkiverad (https://web.archive.org/web/20070210160327/http://www.ki.se/suicide/sjelvmord_ungdomar_konsskillnader.html) 10 februari 2007 hämtat från the Wayback Machine. NASP 15 november 2006
57. ^ Jämtland tvåa på självmordslistan (<http://www.ltz.se/jamtland/ostersund/jamtland-tvaa-pa-sjalvmordslista>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20160920221351/http://www.ltz.se/jamtland/ostersund/jamtland-tvaa-pa-sjalvmordslista>) 20 september 2016 hämtat från the Wayback Machine., länsidningen 2012-08-02
58. ^ Taubert, Johan (23 mars 2004). ""Självmordstankar - tecken på tillfrisknande"" (<https://web.archive.org/web/20041124203923/http://www.aftonbladet.se/vss/nyheter/story/0,2789,451839,00.html>). Aftonbladet. Arkiverad från originalet (<https://www.aftonbladet.se/nyheter/a/wEakxd/sjalvmordstankar-tecken-pa-tillfrisknande>) den 24 november 2004. <https://web.archive.org/web/20041124203923/http://www.aftonbladet.se/vss/nyheter/story/0,2789,451839,00.html>. Läst 15 augusti 2020.
59. ^ [a b] Ritchie, Hannah; Roser, Max; Ortiz-Ospina, Esteban (2015-06-15). "Suicide" (<https://ourworldindata.org/suicide>). Our World in Data. <https://ourworldindata.org/suicide>. Läst 30 juli 2021.
60. ^ Region Skåne: Folkhälsa – Hälften av självmorden beror på alkohol (<https://archive.is/20120524201125/https://www.skane.se/sv/Webbplatser/Folkhalsa/Tobak-alkohol-narkotika/Artiklar-om-tobak-alkohol-narkotika/Artiklar-om-alkohol/Halften-av-sjalvmorden-beror-pa-alkohol/>) URL läst 2007-02-12
61. ^ Netdoktor – Självmord – aldrig en utväg (<http://netdoktor.passagen.se/default.ns?lngltemID=3575>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20070510205443/http://netdoktor.passagen.se/default.ns?lngltemID=3575>) 10 maj 2007 hämtat från the Wayback Machine. URL läst 2007-02-12
62. ^ Riksförbundet för narkotika- och läkemedelsberoende Uppsala län – Abstinens (<http://www.oberoende.info/rfhups/abst.htm>)
63. ^ SPES pressmeddelande 17 september 2004 – Statistikuppgifter över antalet suicid 2002 (https://web.archive.org/web/20041104060214/http://www.spes.nu/suicid_stat.htm) 18 januari 2007
64. ^ Sensus studieförbund – Låt himlen vänta (<http://www.sensus.se/default.asp?menultem=123&subMenultem=265>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20070222005836/http://www.sensus.se/default.asp?menultem=123&subMenultem=265>) 22 februari 2007 hämtat från the Wayback Machine. URL läst 2007-02-01
65. ^ Suicide: Fact Sheet (<https://www.cdc.gov/ncipc/factsheets/suifact.htm>) URL läst 2007-02-11
66. ^ Storbritanniens National Statistics Online: Trends in Suicide in England and Wales, 1982–1996 (<http://www.statistics.gov.uk/CCI/article.asp?ID=628&Pos=4&ColRank=1&Rank=192>) URL läst 2006-02-11
67. ^ Tidningen för Svenska Skolläkarföreningen: Nr 2/1999 (<http://www.slf.se/templates/AssociationArticleSLF.aspx?id=3094>) Arkiverad (<https://web.archive.org/web/20050318153552/http://www.slf.se/templates/AssociationArticleSLF.aspx?id=3094>) 18 mars 2005 hämtat från the Wayback Machine. URL läst 2007-02-13
68. ^ SVT 2011-11-27: Självmord stort problem bland gamla män (http://svt.se/2.22620/1.2619299/sjalvmord_stort_problem_bland_gamla_men) Arkiverad (https://web.archive.org/web/20111128074802/http://svt.se/2.22620/1.2619299/sjalvmord_stort_problem_bland_gamla_men) 28 november 2011 hämtat från the Wayback Machine.
69. ^ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5992051/>
70. ^ "Om självmord - SPES i Stockholm" (<http://www.spesistockholm.se/om-sjalvmord/>). SPES i Stockholm. <http://www.spesistockholm.se/om-sjalvmord/>. Läst 30 maj 2017.
71. ^ Jr, Noyes Russell (1968-05-01). "The Taboo of Suicide" (<https://doi.org/10.1080/00332747.1968.11023545>). *Psychiatry* 31 (2): sid. 173–183. doi:10.1080/00332747.1968.11023545 (<https://dx.doi.org/10.1080%2F00332747.1968.11023545>). ISSN 0033-2747 (<http://worldcat.org/issn/0033-2747>). PMID 27780435. <https://doi.org/10.1080/00332747.1968.11023545>. Läst 16 juni 2020.
72. ^ "BBC - The 'discovery' of suicide in Africa" (<https://www.bbc.co.uk/programmes/articles/5PPwm7sf3xy78q7lz4tdpWC/the-discovery-of-suicide-in-africa>) (på brittisk engelska). BBC. <https://www.bbc.co.uk/programmes/articles/5PPwm7sf3xy78q7lz4tdpWC/the-discovery-of-suicide-in-africa>. Läst 16 juni 2020.
73. ^ Statistik över självmord 1980-2004 och självmordsförsök 1987-2004 i Sverige och Stockholms län (https://web.archive.org/web/20160304104153/http://ki.se/sites/default/files/statistikrapport_2007_gallande_19802004.pdf). Nationellt centrum för suicidforskning och prevention av psykisk ohälsa. 2007. Arkiverad från originalet (http://ki.se/sites/default/files/statistikrapport_2007_gallande_19802004.pdf) den 4 mars 2016. https://web.archive.org/web/20160304104153/http://ki.se/sites/default/files/statistikrapport_2007_gallande_19802004.pdf Läst 21 november 2016 Arkiverad (https://web.archive.org/web/20160304104153/http://ki.se/sites/default/files/statistikrapport_2007_gallande_19802004.pdf) 4 mars 2016 hämtat från the Wayback Machine.
74. ^ Bertolote JM, Fleischmann A, Butchart A, Besbelli N (2006). "Suicide, suicide attempts and pesticides: a major hidden public health problem". *Bulletin of the World Health Organization* 84 (4): sid. 260. doi:10.2471/BLT.06.030668 (<https://dx.doi.org/10.2471%2FBLT.06.030668>). ISSN 0042-9686 (<http://worldcat.org/issn/0042-9686>). PMID 16628293.
75. ^ [a b] Gunnell D, Eddleston M, Phillips MR, Konradson F (2007). "The global distribution of fatal pesticide self-poisoning: Systematic review". *BMC Public Health* 7 (357). doi:10.1186/1471-2458-7-357 (<https://doi.org/10.1186/1471-2458-7-357>). PMID 18154668. Läst 15 maj 2014.
76. ^ Wu, Kevin Chien-Chang; Chen, Ying-Yeh; Yip, Paul S. F. (2012). "Suicide Methods in Asia: Implications in Suicide Prevention". *International journal of environmental research and public health* 9 (4): sid. 1135–1158. doi:10.3390/ijerph9041135 (<https://dx.doi.org/10.3390%2Fijerph9041135>).
77. ^ Nitschke, Philip,. *The peaceful pill ehandbook* (<https://www.worldcat.org/oclc/1003529499>) (2016 edition). ISBN 978-0-9758339-1-9. OCLC 1003529499 (<http://worldcat.org/oclc/1003529499>). <https://www.worldcat.org/oclc/1003529499>. Läst 13 maj 2020
78. ^ Humphry, Derek (2002). *Final Exit* (tredje upplagan). sid. 171–172. ISBN 0-385-33653-5

79. ^ Commission fédérale de contrôle et d'évaluation de l'euthanasie – "Deuxième rapport aux chambres législatives" (https://portal.health.fgov.be/pls/portal/docs/PAGE/INTERNET_PG/HOMEPAGE_MENU/GEZONDHEIDZORG1_MENU/OVERLEGSTRUCTUREN1_MENU/COMMISSIES1_MENU/EUTHANASIA1_MENU/EUTHANASIA1_D_OCS/G6624%20RAPPORT%20EUTHANASIE%20FR3-29%20OCT.PDF). Läst 19 januari 2007.
80. ^ Humphry, Derek (2001). "Swiss Assisted Suicide Branching Out" (<http://www.finalexit.org/swissframe.html>). <http://www.finalexit.org/swissframe.html>. Läst 19 januari 2007.
81. ^ Nitschke, Philip. (2007). *The peaceful pill handbook* (<https://www.worldcat.org/oclc/245542475>) (New rev. international ed). Exit International US. sid. 33. ISBN 0-9788788-2-5. OCLC 245542475 (<http://worldcat.org/oclc/245542475>). <https://www.worldcat.org/oclc/245542475>. Läst 13 maj 2020
82. ^ "Teenager bought suicide drugs online" (<https://www.bbc.com/news/uk-england-manchester-21607424>) (på brittisk engelska). *BBC News*. 27 februari 2013. <https://www.bbc.com/news/uk-england-manchester-21607424>. Läst 17 juni 2020.
83. ^ Hemenway, D (2003). "The Epidemiology of U.S. Firearm Injuries". *Journal of Public Health Policy* 24 (3/4): sid. 380–385. doi:10.2307/3343383 (<https://dx.doi.org/10.2307%2F3343383>).
84. ^ Lundkvist, Lina (17 augusti 2007). "Hoppskydd ska hindra självmord" (<https://web.archive.org/web/20140430025922/http://www.gp.se/nyheter/goteborg/1.111118-hoppskydd-ska-hindra-sjalvmord>). *Göteborgs-Posten*. Arkiverad från originalet (<http://www.gp.se/nyheter/goteborg/1.111118-hoppskydd-ska-hindra-sjalvmord>) den 30 april 2014. <https://web.archive.org/web/20140430025922/http://www.gp.se/nyheter/goteborg/1.111118-hoppskydd-ska-hindra-sjalvmord>. Läst 15 maj 2014.
85. ^ "Malin försökte ta sitt liv – överlevde hopp på 29 meter från bro" (<https://www.aftonbladet.se/a/xR92zQ>). *Aftonbladet*. <https://www.aftonbladet.se/a/xR92zQ>. Läst 13 maj 2020.
86. ^ "Jenny stoppade självmordet på Västerbron" (<https://web.archive.org/web/20181005231145/https://mitti.se/nyheter/stoppade-sjalvmordet-vasterbron/>). *mitti.se*. Arkiverad från originalet (<https://mitti.se/nyheter/stoppade-sjalvmordet-vasterbron/>) den 5 oktober 2018. <https://web.archive.org/web/20181005231145/https://mitti.se/nyheter/stoppade-sjalvmordet-vasterbron/>. Läst 13 maj 2020.
87. ^ <https://stockholmskallan.stockholm.se/teman/de-skriver-om-stockholm/samfundet-sankt-eriks-uppsatstavling/vasterbron-och-jag/>
88. ^ <https://rib.msb.se/Filer/pdf/27633.pdf>
89. ^ TT (6 januari 2017). "Självmord från broar ska kartläggas" (<http://www.ttela.se/1.4101517>). *ttela.se*. <http://www.ttela.se/1.4101517>. Läst 13 maj 2020.
90. ^ Schmidt, Carlo (2016-01-21). *Ett håll i isen* (https://books.google.se/books?id=QIHcDAAQBAJ&pg=PT137&lpg=PT137&dq=v%C3%A4sterbron+sj%C3%A4lvmord&source=bl&ots=tOM9n6Y_0v&sig=ACfU3U3vI8CO61eRJQMLhzm14TJiTRWIA&hl=sv&sa=X&ved=2ahUKEwjJveP-hLHpAhUEkMMKHx_fAYM4PBD0ATABegQICxAB#v=onepage&q=v%C3%A4sterbron%20sj%C3%A4lvmord&f=false). Brombergs Bokförlag. ISBN 978-91-7337-753-9. https://books.google.se/books?id=QIHcDAAQBAJ&pg=PT137&lpg=PT137&dq=v%C3%A4sterbron+sj%C3%A4lvmord&source=bl&ots=tOM9n6Y_0v&sig=ACfU3U3vI8CO61eRJQMLhzm14TJiTRWIA&hl=sv&sa=X&ved=2ahUKEwjJveP-hLHpAhUEkMMKHx_fAYM4PBD0ATABegQICxAB#v=onepage&q=v%C3%A4sterbron%20sj%C3%A4lvmord&f=false. Läst 13 maj 2020
91. ^ Hellekant, Johan (23 oktober 2012). "Höga staket – men bara på halva bron" (<https://www.svd.se/hoga-staket--men-bara-pa-halva-bron>). *Svenska Dagbladet*. ISSN 1101-2412 (<http://worldcat.org/issn/1101-2412>). <https://www.svd.se/hoga-staket--men-bara-pa-halva-bron>. Läst 13 maj 2020.
92. ^ Mahovic, Amela (26 april 2016). "Så ska självmord förebyggas på Liljeholmsbron" (<https://www.svt.se/nyheter/lokalt/stockholm/farre-sjalvmord-med-staket-pa-liljeholms-bron>). *SVT Nyheter*. <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/stockholm/farre-sjalvmord-med-staket-pa-liljeholms-bron>. Läst 13 maj 2020.
93. ^ "Satsning att minska antalet självmord." (<http://saramodigh.bloggplatsen.se/2012/07/17/11059152-satsning-att-minska-antalet-sjalvmord/>). *saramodigh.bloggplatsen.se*. <http://saramodigh.bloggplatsen.se/2012/07/17/11059152-satsning-att-minska-antalet-sjalvmord/>. Läst 13 maj 2020.
94. ^ "Färre självmord med staket på Västerbron" (<https://www.dn.se/st-hlm/farre-sjalvmord-med-staket-pa-vasterbron/>). *Dagens Nyheter*. 11 januari 2014. <https://www.dn.se/st-hlm/farre-sjalvmord-med-staket-pa-vasterbron/>. Läst 13 maj 2020.
95. ^ "Fler larm om självmord" (<https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=103&artikel=5590854>). *Sveriges Radio*. 13 juli 2013. <https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=103&artikel=5590854>. Läst 13 maj 2020.
96. ^ [a b] "Skyddande räcke ska stoppa hopp från Västerbron - DN.SE" (<http://www.dn.se/sthlm/skyddande-racke-ska-stoppa-hopp-fran-vasterbron/>). 9 november 2013. <http://www.dn.se/sthlm/skyddande-racke-ska-stoppa-hopp-fran-vasterbron/>. Läst 13 maj 2020.
97. ^ "Västerbron 16-19-16-58" (<https://www.situationsthlm.se/artikel/vasterbron-16-19-16-58/>). *Situation Sthlm*. <https://www.situationsthlm.se/artikel/vasterbron-16-19-16-58/>. Läst 13 maj 2020.
98. ^ <https://goteborg.se/wps/wcm/connect/08ef355a-9726-4904-bc90-008b2762955e/ConnySoderberg.pdf?MOD=AJPERES>
99. ^ "Thomas Anderberg: Västerbron – ingen kan bygga bort döden - DN.SE" (<https://web.archive.org/web/20120719052503/http://www.dn.se/kultur-noje/debatt-essa/thomas-anderberg-vasterbron-ingen-kan-bygga-bort-doden>). *web.archive.org*. 19 juli 2012. Arkiverad från originalet (<http://www.dn.se/kultur-noje/debatt-essa/thomas-anderberg-vasterbron-ingen-kan-bygga-bort-doden>) den 19 juli 2012. <https://web.archive.org/web/20120719052503/http://www.dn.se/kultur-noje/debatt-essa/thomas-anderberg-vasterbron-ingen-kan-bygga-bort-doden>. Läst 13 maj 2020.
100. ^ "Självmord döljs bland trafikolyckor" (<http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=83&artikel=343815>). *sr.se*. Sveriges Radio. 25 december 2003. <http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=83&artikel=343815>. Läst 21 november 2016.
101. ^ "Var tionde trafikolycka misstänkt självmord" (<http://www.expressen.se/nyheter/var-tionde-trafikolycka-misstankt-sjalvmord/>). *expressen.se*. Expressen. 26 april 2016. <http://www.expressen.se/nyheter/var-tionde-trafikolycka-misstankt-sjalvmord/>. Läst 21 november 2016.
102. ^ Coats, T J; Walter, D P (1999-10-09). "Effect of station design on death in the London Underground: observational study" (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC28249/>). *BMJ : British Medical Journal* 319 (7215): sid. 957. ISSN 0959-8138 (<http://worldcat.org/issn/0959-8138>). PMID 10514158. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC28249/>. Läst 13 maj 2020.
103. ^ Wijnblad, H. (2004). *Självmord och andra dödsfall genom tåg på järnvägar. En epidemiologisk kartläggning av dödsfall på det statliga svenska järnvägsnätet 2000-2002* (<https://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:kau:diva-23497>). Karlstads universitet. <https://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:kau:diva-23497>. Läst 1 september 2025
104. ^ Wijnblad, Olof (16 februari 2007). "Kameror stoppar självmord" (<http://www.dn.se/nyheter/sverige/kameror-stoppar-sjalvmord/>). *Dagens Nyheter*. <http://www.dn.se/nyheter/sverige/kameror-stoppar-sjalvmord/>.
105. ^ News and Information – Suicide by Train Is a Growing Concern (<http://thetransitcoalition.us/News/LAT20050126c.htm>) Arkiverad (<http://web.archive.org/web/20161011203054/http://thetransitcoalition.us/News/LAT20050126c.htm>) 11 oktober 2016 hämtat från the Wayback Machine. URL läst 2007-02-11
106. ^ "Bristande rutiner i tunnelbanan" (<https://web.archive.org/web/20071004011911/http://suntliv.nu/AFATemplates/Page.aspx?id=1133>). *COPIA*. 16 augusti 2007. Arkiverad från originalet (<http://web.archive.org/web/20071004011911/http://suntliv.nu/AFATemplates/Page.aspx?id=1133>) 13 oktober 2007. <https://web.archive.org/web/20071004011911/http://suntliv.nu/AFATemplates/Page.aspx?id=1133>.
107. ^ Liedholm, Andreas (2010). *Polisprovocerande suicidbeteende : Förekomst, karakteristika och polisers upplevelser av suicide by cop i Sverige* (<https://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:mdh:diva-10198>). Mälardalens högskola. <https://urn.kb.se/resolve?urn=urn:nbn:se:mdh:diva-10198>. Läst 1 september 2025
108. ^ Gubb Jan Stigson (11 juni 2014). "Motivet till morden: att själv bli dödad" (<https://www.dalademokraten.se/2014-06-11/motivet-till-morden-att-sjalv-bli-dodad/>). *Dala-Demokraten*. <https://www.dalademokraten.se/2014-06-11/motivet-till-morden-att-sjalv-bli-dodad/>. Läst 1 september 2025.
109. ^ "Pressad livssituation" (<https://www.svt.se/30-liv-i-veckan/30-liv-i-veckan-experterna-sa-har-kan-personer-som-begar-sjalvmord-tank-a/>). <https://www.svt.se/30-liv-i-veckan/30-liv-i-veckan-experterna-sa-har-kan-personer-som-begar-sjalvmord-tank-a/>. Läst 1 augusti 2017.
110. ^ Bibelsajten.nu Bibeln och Självmord (<http://www.bibelsajten.nu/visaArtikel.asp?id=113>) Arkiverad (<http://web.archive.org/web/20040427230152/http://www.bibelsajten.nu/visaArtikel.asp?id=113>) 27 april 2004 hämtat från the Wayback Machine. 17 januari 2007

111. ^ Bibeln; Domarboken, 16 Kapitlet (https://runeberg.org/bibeln/07_1_6.html) i Projekt Runeberg 17 april 2009
112. ^ "Bibeln och kyrkan om självmord" (<https://web.archive.org/web/20150513094301/http://www.svenskakyrkan.se/default.aspx?id=678959>). Svenska kyrkan. 11 april 2008. Arkiverad från originalet (<http://www.svenskakyrkan.se/default.aspx?id=678959>) den 13 maj 2015. <https://web.archive.org/web/20150513094301/http://www.svenskakyrkan.se/default.aspx?id=678959>.
113. ^ Wibeck, Sören (2015-02-03). *Hinduismens historia* (https://books.google.se/books?id=zkJ4BgAAQBAJ&pg=PT47&lpg=PT47&dq=hinduism+sj%C3%A4lmord&source=bl&ots=3aq7F_qzB&sig=cL0Ng1NWMcWKE0jeFTg6E2qFFac&hl=en&sa=X&ved=0ahUKewjKnJ7fss3ZAhUREIAKHbD0D_MQ6AEIdjAJ#v=onepage&q&f=false). Svenska Historiska Media Förlag AB. ISBN 9789175452166. https://books.google.se/books?id=zkJ4BgAAQBAJ&pg=PT47&lpg=PT47&dq=hinduism+sj%C3%A4lmord&source=bl&ots=3aq7F_qzB&sig=cL0Ng1NWMcWKE0jeFTg6E2qFFac&hl=en&sa=X&ved=0ahUKewjKnJ7fss3ZAhUREIAKHbD0D_MQ6AEIdjAJ#v=onepage&q&f=false. Läst 2 mars 2018

Externa länkar

-  Wikimedia Commons har media som rör Självmord.
-  Scholia har publikationer om Självmord (<https://scholia.toolforge.org/topic/Q10737>)

Auktoritetsdata	<div> <ul style="list-style-type: none">LCCN: sh85129742 (http://id.loc.gov/authorities/subjects/sh85129742)GND: 4054423-0 (http://d-nb.info/gnd/4054423-0)SUDOC: 040785327 (http://www.idref.fr/040785327)BNF: cb11946657r (http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb11946657r)(data) (http://data.bnf.fr/ark:/12148/cb11946657r)HDS: 017450 (http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/f/F017450.php)NDL: 00574856 (http://id.ndl.go.jp/auth/ndlna/00574856)NKC: ph125453 (http://aleph.nkp.cz/F/?func=find-c&local_base=aut&ccl_term=ica=ph125453&CON_LNG=ENG)BNE: XX525594 (http://catalogo.bne.es/uhtbin/authoritybrowse.cgi?action=display&authority_id=XX525594) </div>
------------------------	---

Hämtad från "https://sv.wikipedia.org/w/index.php?title=Självmord&oldid=58166993"