结果反馈：请分别汇报被试在4个维度的得分情况及对应的解释，形式如下：

* 关于对自杀行为性质的认识: 总分 (均分： ) ，您对自杀行为持\_\_\_\_\_\_\_的态度；
* 关于对自杀者的态度: 总分 (均分： )，您对自杀者持\_\_\_\_\_\_\_\_的态度；
* 关于对自杀者家属的态度: 总分 (均分： )，您对自杀者家属持\_\_\_\_\_\_\_\_\_的态度；
* 关于对安乐死的态度: 总分 (均分： )，您对安乐死持\_\_\_\_\_\_\_\_\_的态度。

|  |
| --- |
| 各维度所持态度的评判标准：   * **≤2.5**：持肯定、认可、理解和宽容的态度； * **2.5（不含）～3.5（不含）**：持矛盾或中立态度； * **≥3. 5**：持反对、否定、排斥和歧视态度。 |

自杀是人类社会普遍存在的一种行为。在人类历史进程中，人们受社会发展水平、宗教思想、文化背景等的影响，对自杀的态度也有所不同，但一般来说，自杀行为被认为有悖于社会基本的伦理道德，对社会现实产生极其消极的负面影响。从个人来讲，每个人的生命都是极其珍贵的，我们应该对人生抱有积极乐观的态度，在克服一个个的困难、挫折和挑战中不断成长。自杀行为不仅威胁到实施者本人的生命安全，还会给周围的亲人朋友造成心理上的伤害。

导致产生自杀意念的原因很多，其中抑郁症是当今社会自杀的最主要原因之一。

“不向外界求助，独自在死胡同里打转”是抑郁症发病及病情加重的重要因素之一。70%的抑郁症患者曾有过自杀的念头，有15% 死于自杀。当我们听到某位明星因抑郁症而自杀时，常常会很疑惑，他患有抑郁症多年，为什么没有被发现呢？这是因为有些抑郁症属于隐形抑郁，其中有一种被称为“微笑型抑郁”，多发于身份高、学识高、事业有成的人群。患者的内心感到极度压抑，表面却若无其事，面带微笑。这类患者在人群中看起来和平时一样，可能会出现效率下降、精力差等情况。但他独处时，就会特别沉默。这是因为心理疾病本身有一定的主观性和隐秘性。抑郁症的核心是主观痛苦，如果没有严重到破坏社会功能，别人就很难察觉出来。一个人独处时才是抑郁暴露得最充分的时候。当他离开人群，从人群中回归到一个人孤独的状态时，突然觉得太痛苦了，活得太累，可能就会选择走极端。

预防自杀坚持“七要七不要”：要重视不要忽视；要讨论不要躲避；要理解不要说教；要帮助不要刺激；要陪伴不要独处；要保护不要隐瞒；要治疗不要等待。当感到自己压力过大或无原因长时间心情不愉快，莫名烦躁时，应向身边的亲人、朋友求助。可通过暂时放下工作、听听音乐、与家人聚会或则出去旅游等不同方式缓解压力。

当一个人出现自杀意念时，可尝试以下缓解方法：

1. 勇于讨论自杀话题。谈论就是一种支持，躲避反而让人绝望。

2. 寻求共情与理解。

3. 有人陪伴，陪伴本身就是一种良好的支持。

4. 利用社会支持系统，主动寻求帮助。

5.及时治疗干预，时间不是缓解自杀意念的良药，等待只能延误时机。

如果通过这些方法依旧没有得到有效的改善，那么就要去寻求专业人员的帮助。如果只是心理方面的因素，比如：家庭纠纷、工作压力、不良事件的影响，完全是可以通过心理治疗进行干预的。经过一段时间的干预治疗后，基本可以让人能认识自我、提高与人沟通能力、促进心理成长，提升自尊感等。而如果是患有精神障碍方面的问题，可通过药物治疗辅助心理治疗的方式消除疾病。早发现早治疗，治愈率是特别高的。