**ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИХ**

**ТЕХНОЛОГІЙ І ЗВ’ЯЗКУ**

**Реферат**

**з дисципліни БЖД ОП**

**на тему: «Суїцид в Україні.»**

Виконав: студент 3 курсу, групи ІПЗ-3.04 спеціальності

121 Інженерія програмного забезпечення

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Бухта М.М.

Перевірив\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Гинда В,В

**Одеса  2023**

**ЗМІСТ**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Вступ………………………………………………………………………….. | 3 |
| 2. Контекст війни з Росією в Україні………………………………………….. | 4 |
| 3. Статистика та динаміка самогубств в Україні……………………………... | 5 |
| 4. Фактори ризику та причини самогубств в умовах війни………………….. | 6 |
| 5. Психологічні наслідки війни та заходи з попередження самогубств…….. | 7 |
| 6. Висновки……………………………………………………………………… | 8 |
| 7. Список джерел……………………………………………………………….. | 9 |

**1. ВСТУП**

Самогубство, визначене як волонтерський акт припинення власного життя, є явищем, що пронизує людську історію та культуру. Це явище ставить перед суспільством широкий спектр етичних, моральних, релігійних та соціологічних питань, вимагаючи глибокого розуміння та вивчення.

Велике соціальне значення самогубства полягає в його впливі на всіх членів суспільства. Під впливом різноманітних факторів, таких як психічні розлади, стрес, відчуття відчаю та соціальна ізоляція, цей акт вчиняється не лише із метою закінчити власне життя, але й залишає за собою слід у середовищі особи, її родини, друзів та спільноти.

Важливо підкреслити, що самогубство - це складний та многогранний феномен, що потребує комплексного підходу до вивчення та запобігання. Як серйозна глобальна проблема охорони здоров'я, воно вимагає невідкладних заходів з боку всіх секторів суспільства, спрямованих на зменшення його поширення та наслідків.

Самогубство, як складне явище, обумовлене різноманітними факторами, що включають як психологічні, так і соціальні аспекти. Непереборні фактори, які можуть впливати на виникнення самогубств, охоплюють широкий спектр ситуацій та умов, в яких людина може відчувати емоційну нездатність або безвихідність.

Серед таких факторів варто виділити психічні розлади, які можуть бути ключовими причинами виникнення відчуття відчаю та непокою. Депресія, біполярний розлад, шизофренія та інші психічні розлади є важливими ризиковими чинниками.

Крім того, соціальна ізоляція може відігравати значну роль, зумовлюючи відчуття відокремленості та відчуженості, що може вести до безнадійності. Стресові події, такі як втрата роботи, розлучення або фінансові труднощі, також можуть поглиблювати відчай та збільшувати ризик самогубства.

На додаток до цього, хронічні медичні стани, які призводять до фізичної та емоційної складності, можуть збільшувати ризик самогубства через відчуття відчаю. Крім того, наявність самогубних думок або попередні спроби самогубства є сильними показниками ризику.

**2. КОНТЕКСТ ВІЙНИ З РОСІЄЮ В УКРАЇНІ**

Конфлікт з Росією, що розпочався з анексії Криму та подальших військових дій на сході України у 2014 році, став великою випробуванням для українського суспільства та його психічного здоров'я. Період з 24 лютого 2022 року по сьогодні відзначився підвищеною напругою через нову хвилю воєнних дій та агресивні дії Російської Федерації проти України.

Війна принесла значні наслідки для українського суспільства. Міста на сході країни зазнали великих руйнувань, тисячі людей втратили свої будинки та майно, а безліч сімей розриває війна. Події війни також вплинули на економіку та соціальний розвиток країни, спричинивши економічні труднощі та зниження якості життя для багатьох.

Психологічні наслідки війни також не можна недооцінити. Люди переживають посттравматичний стрес, тривогу, депресію та інші психічні розлади через постійний страх та тривожність, що супроводжують військові дії. Втрати близьких, руйнування майна та загроза безпеці також поглиблюють ці психологічні стани.

Вплив стресу, травм та втрати на емоційний стан українців в умовах війни з Росією виявляється надзвичайно значимим та глибоким. Постійний страх, невизначеність та тривога, що випливають із воєнних дій, суттєво поглиблюють стресові реакції серед населення.

Травматичні події, такі як обстріли, вибухи та втрати близьких, залишають глибокий слід на психічному здоров'ї українців. Вони можуть викликати посттравматичний стресовий розлад, який проявляється в тривозі, розладах сну, відчуттях відокремленості та втрати інтересу до звичних занять. Ці емоційні реакції можуть перетворитися на хронічний стрес та призвести до розвитку депресії та інших психічних розладів.

Втрати близьких, руйнування майна та зміна звичного способу життя також сприяють поглибленню емоційного дискомфорту серед населення. Люди переживають відчуття втрати, безпорадності та безпеки, що може призвести до підвищення рівня тривоги та відчуття безнадійності.

**3. СТАТИСТИКА ТА ДИНАМІКА САМОГУБСТВ В УКРАЇНІ**

У звіті про статистику самогубств в Україні за останні роки, аналізуючи дані Чернігівської області, ми спостерігаємо тривожну тенденцію зростання цього негативного явища. За період з 2021 по 2023 рік кількість самогубств в цій області зросла з 174 до 199 випадків. Щоб краще зрозуміти динаміку цього процесу, ми порівняли ці показники та зробили приблизний розрахунок для 2022 року. В результаті виявилося, що у 2022 році кількість самогубств становила приблизно 186-187 випадків, що свідчить про збільшення у порівнянні з попереднім роком.

Щодо гендерного розмежування та випадків самогубств серед дітей, можна зазначити, що жінки та діти також стали більш вразливими до цього негативного явища, що може свідчити про загальне погіршення психічного стану населення в умовах соціально-економічної нестабільності та воєнного конфлікту.

Проте, важливо врахувати контекст війни, який вплинув на психічне здоров'я населення. Багато українців були змушені залишити свої домівки та виїхати за кордон, а ті, хто залишилися, стали свідками або жертвами стресу та травм від воєнних подій. Це може призвести до того, що реальна кількість самогубств виявиться вищою, ніж офіційна статистика, оскільки деякі випадки можуть залишитися невиявленими або нереєстрованими.

**4. ФАКТОРИ РИЗИКУ ТА ПРИЧИНИ САМОГУБСТВ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Умови воєнного конфлікту насамперед створюють серйозний психологічний стрес для людей, які перебувають в зоні конфлікту або піддаються його впливу. Невизначеність майбутнього, страх перед ворожими діями, постійна загроза безпеці, а також втрата контролю над власним життям можуть призвести до розвитку стресових розладів, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також депресії та тривожних розладів. Ці психічні стани можуть викликати почуття відчаю, безнадійності та безсилля, що стає фактором ризику для самогубств.

Травми, які отримують люди під час воєнного конфлікту, можуть бути як фізичними, так і психологічними. Фізичні травми можуть призвести до хронічних болів, інвалідності та зниження якості життя. Психологічні травми включають втрату близьких, свідчення насильства, відчуття загрози для власного життя та життя рідних. Ці травми можуть викликати серйозні порушення психічного здоров'я, які можуть призвести до розвитку депресії, тривожних розладів та інших психічних проблем, які підвищують ризик самогубств.

Втрата близьких під час війни, а також відчуття втрати соціальної підтримки можуть поглиблювати почуття відчаю та безнадійності, що також може призвести до самогубств. У воєнних умовах люди можуть втрачати своїх рідних, друзів, а також стикаються з руйнуванням соціальних мереж та інфраструктури, що створює відчуття самотності та відчуженості.

**5. ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВІЙНИ ТА ЗАХОДИ ПОПЕРЕДЖЕННЯ САМОГУБСТВ**

Психологічні наслідки війни можуть бути дуже серйозними і включати в себе посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресію, тривожні розлади, а також збільшене ризик самогубств. Умови військового конфлікту створюють середовище, де люди зазнають надзвичайних стресів та травм, що може серйозно підірвати їх психічне здоров'я.

Психологічна підтримка грає ключову роль у забезпеченні допомоги тим, хто постраждав від воєнного конфлікту. Психологи та психіатри надають професійну підтримку та консультації для тих, хто потребує допомоги у вирішенні психологічних проблем, що виникають в результаті війни. Їхня робота полягає в тому, щоб допомогти людям зрозуміти свої почуття та емоції, знайти способи подолання стресу та травм, а також розвивати стратегії копінгу для подолання складних ситуацій.

Програми психосоціальної допомоги є важливим інструментом для зменшення ризику самогубств серед тих, хто постраждав від війни. Ці програми можуть включати в себе групові та індивідуальні консультації з психологами, групові заняття з розвитку навичок копінгу та стресоустойчивості, а також програми соціальної підтримки для підтримки соціальної інтеграції та реабілітації. В Україні за допомогою потрібно звертатись за номером 7333.

Ефективність таких програм вже була доведена у багатьох країнах, які пережили воєнні конфлікти або природні катастрофи. Вони допомагають зменшити ризик самогубств, покращують психічне здоров'я та збільшують опірність до стресу серед населення, що стикається зі складними життєвими обставинами.

**6. ВИСНОВОК**

Вплив війни на рівень самогубств в Україні є значним, що підтверджується збільшенням кількості випадків самогубств протягом останніх років. Негативні наслідки військових дій, такі як стрес, травми, втрата близьких та соціальної підтримки, є серйозними факторами ризику для самогубств.

Однак поточні статистичні дані можуть не відображати повний обсяг проблеми, оскільки багато випадків самогубств може залишатися незареєстрованими, зокрема серед тих, хто був змушений покинути країну через війну. Також важливо врахувати, що психологічний стан населення погіршується через соціально-економічну нестабільність та загрозу конфлікту.

Для подальших досліджень та заходів для попередження самогубств в умовах конфлікту необхідно провести більш детальне дослідження психологічних наслідків війни та їх впливу на рівень самогубств. Також потрібно зосередитися на розробці та впровадженні програм психосоціальної підтримки, які б забезпечували ефективну допомогу та підтримку тим, хто стикається зі стресом та психічними травмами внаслідок війни. Крім того, важливо розглянути можливості забезпечення доступу до психологічної допомоги та психіатричного лікування для всіх, хто цього потребує, зокрема для ветеранів та постраждалих від військових дій.

**7. СПИСОК ДЖЕРЕЛ**

<https://suspilne.media/chernihiv/715908-na-cernigivsini-za-ostanni-dva-roki-pobilsalo-zinocih-samogubstv/>

<https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

<https://news.un.org/ru/story/2021/06/1404872>

<https://habr.com/ru/articles/696430/>

<https://ruadvocate.ru/vidy-prestuplenij/suicid-prichiny-nakazanie-za-dovedenie-do-samoubijstva/>

<https://www.psychologytoday.com/us/basics/suicide>

<https://www.cdc.gov/suicide/facts/index.html>

<https://www.nimh.nih.gov/health/publications/suicide-faq>

<https://kidshealth.org/en/teens/suicide.html>