

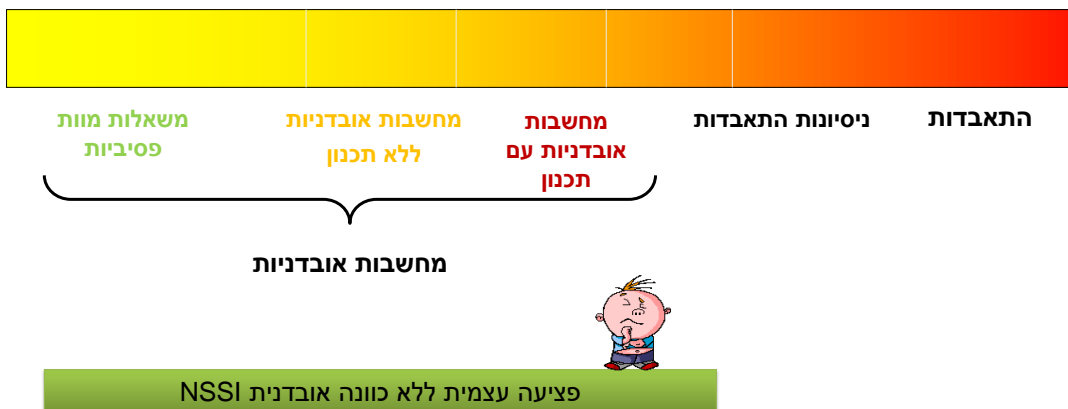
להבין כדי למנוע אובדנות בקרב צעירים

ד"ר סמי חמדאן
ראש המגמה לתואר שני – פסיכולוגיה חינוכית
המכללה האקדמית ת"א-יפו



1

ההתנהגות אובדנית



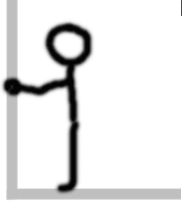
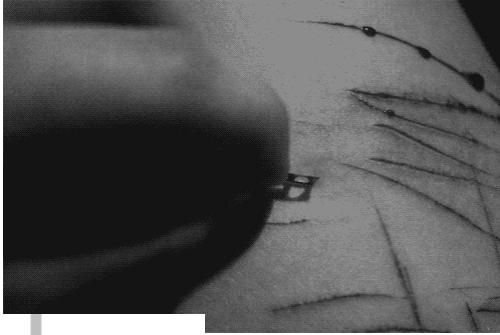
2

2

1

Non suicide self injury (NSSI)

הגדרה: פגיעה מכוונת וישירה של רקמות הגוף, ללא כוונה אובדנית



שבירת עצמות

מניעת ריפוי פצעים
גירוד

נשיכות

3

מדוע לדעת על התאבדות ומניעת התאבדות?

בישראל

- 8-9 אנשים מתאבדים בשבוע
- 100 מתבגרים מתים בשנה

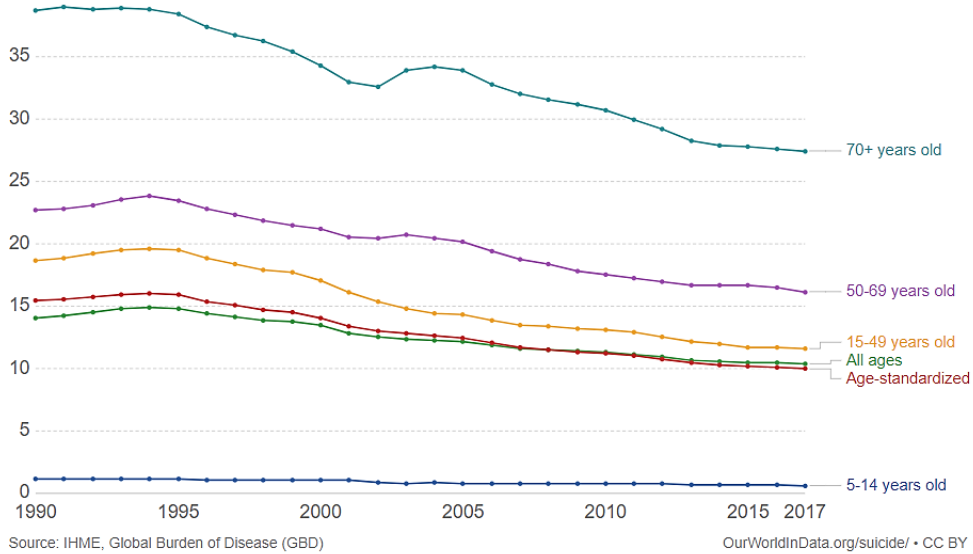
בעולם

- 15,460 מתאבדים בשבוע



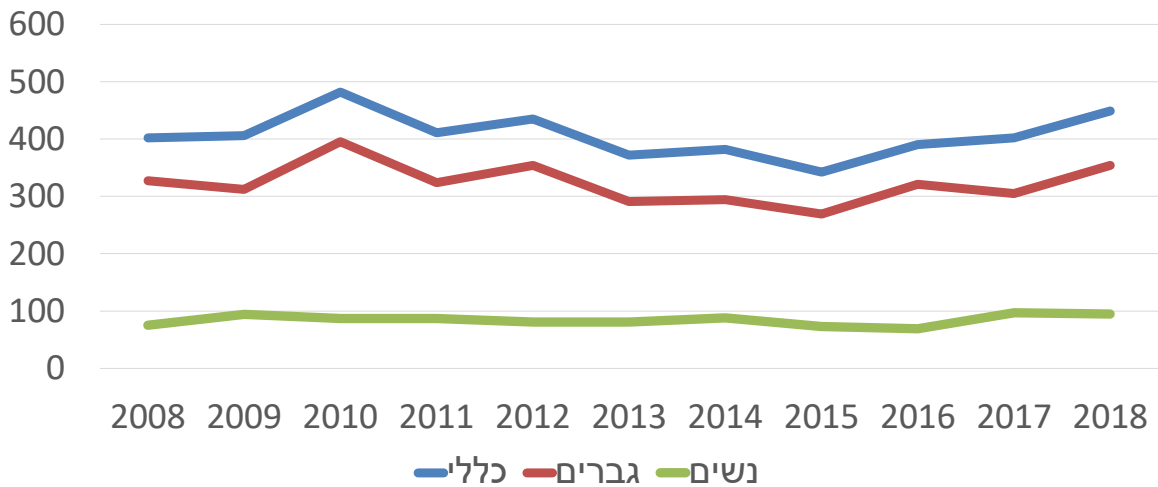
4

מה אנחנו יודעים על התאבדות בעולם?



5

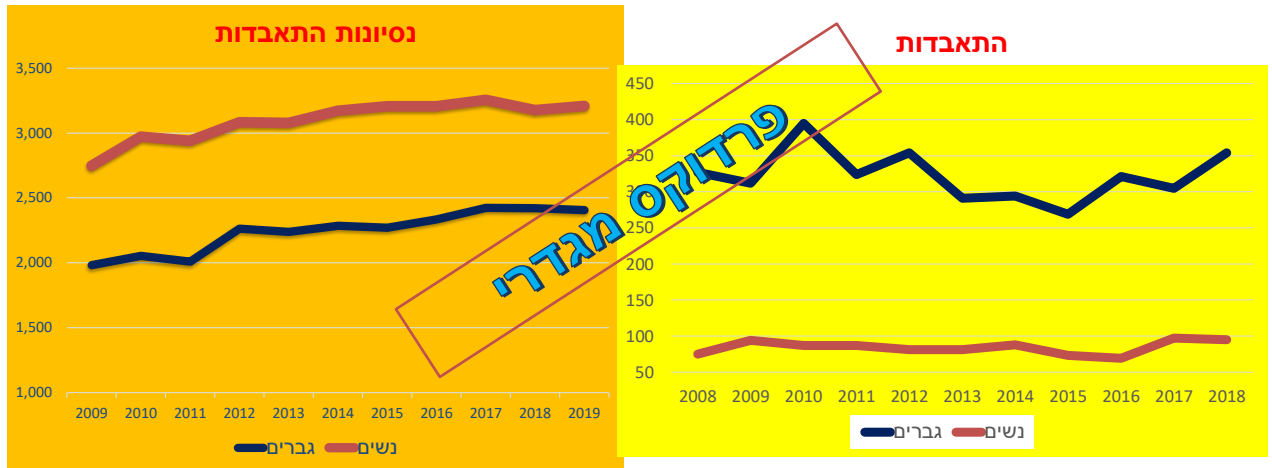
מה אנחנו יודעים על התאבדות בישראל



6



מה אנחנו יודעים על התאבדות? מי בסיכון?



7

פרדוקס מגדרי

- מדוע נשים מנסות להתאבדות בשכיחות יותר גבוהה מגברים?
 - לגיטימציה לדווח על מצוקה נפשית
 - שכיחות גבוהה במרפאות לבריאות הנפש
 - איתות למצוקה

8

מדוע גברים מתאבדים יותר מנשים

**MEN OFTEN SUFFER IN SILENCE
AND NOW IT'S WORSE**



**HELP
THE MEN
YOU LOVE
GET THE HELP
THEY NEED**

9

מדוע גברים מתאבדים יותר מנשים

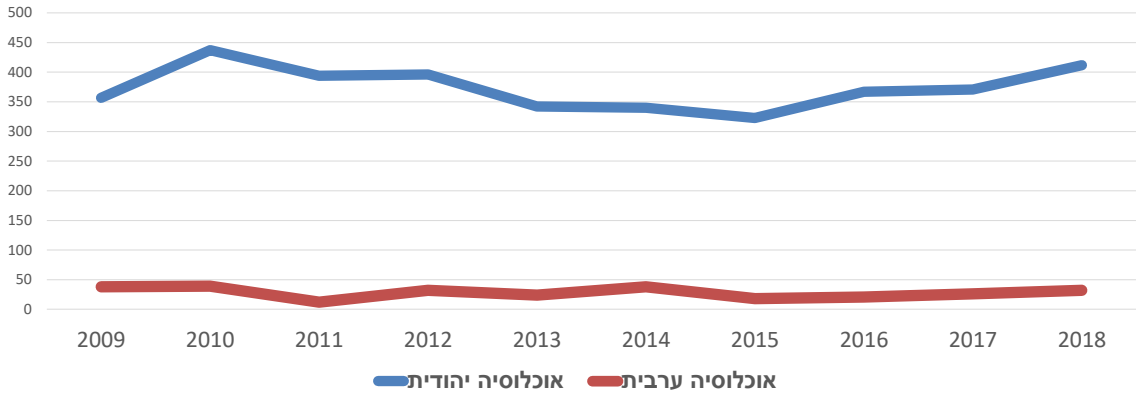
אלכוהול וסמים



10

מה אנחנו יודעים על התאבדות?

מקרי ההתאבדות לפי אוכלוסיות



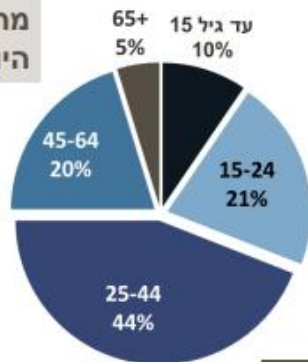
11

מה אנחנו יודעים על התאבדות?

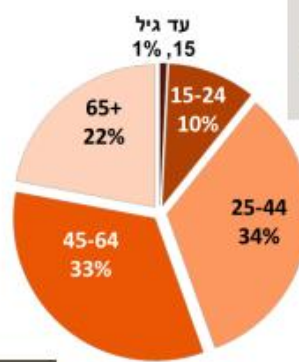


אחוז התאבדויות לפי קבוצות אוכלוסייה

ערבים:
מרבית ההתאבדויות היו בגיל צעיר



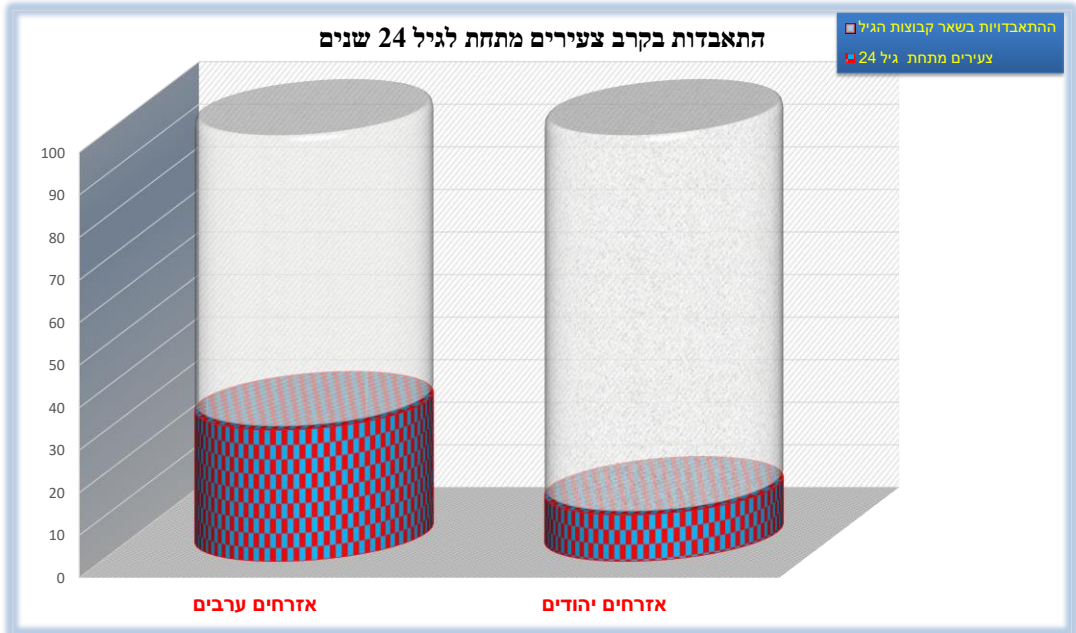
יהודים ואחרים:
יותר ממחצית ההתאבדויות היו בגיל 45 ומעלה



2014-2016

12

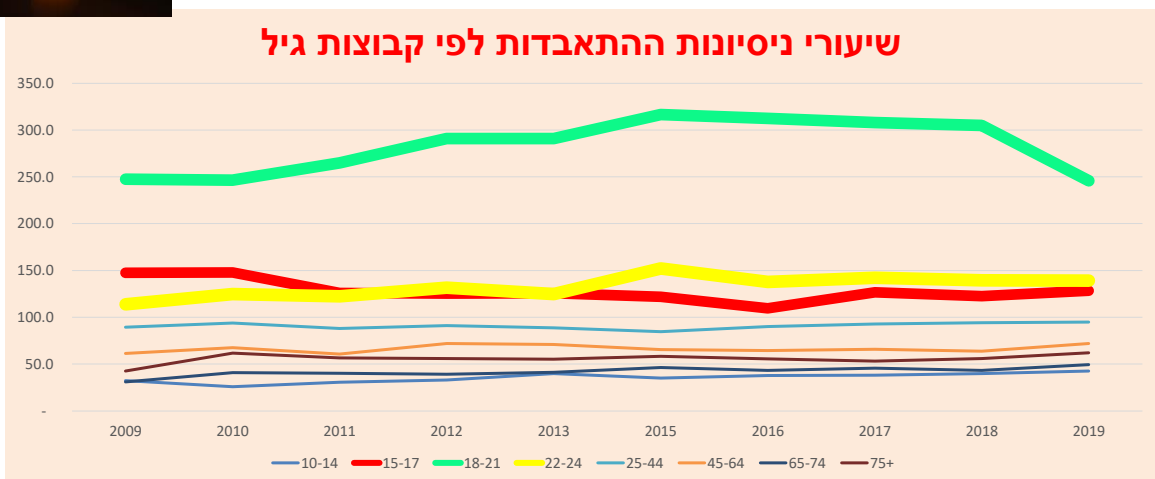
מה אנחנו יודעים על התאבדות?



13

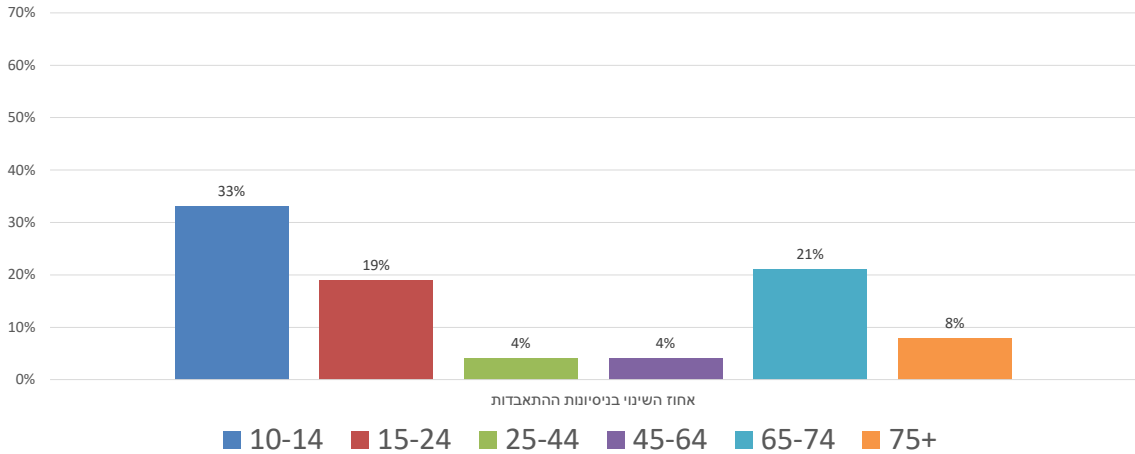


מה אנחנו יודעים על התאבדות? מי בסיכון?



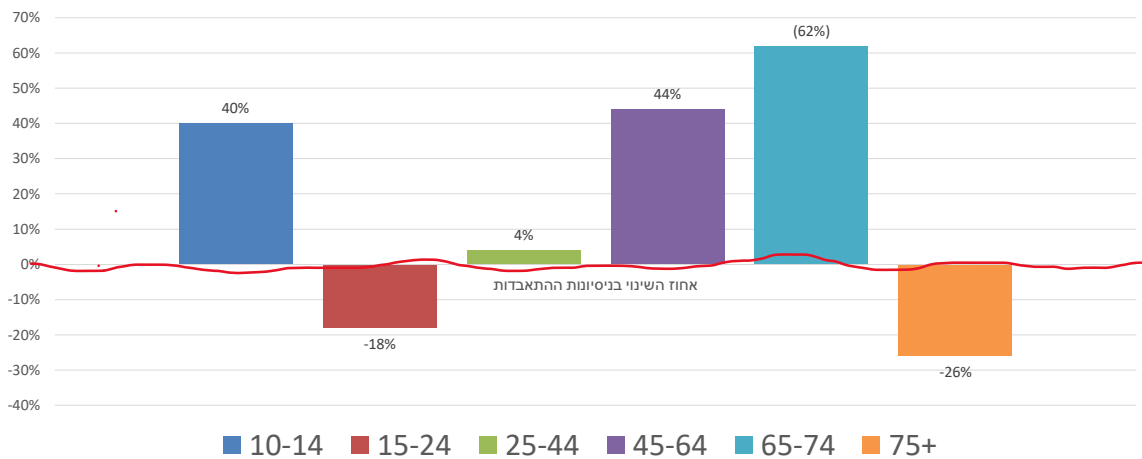
14

אחוז השינוי בניסיונות ההתאבדות לפי קבוצות גיל האוכלוסייה היהודית



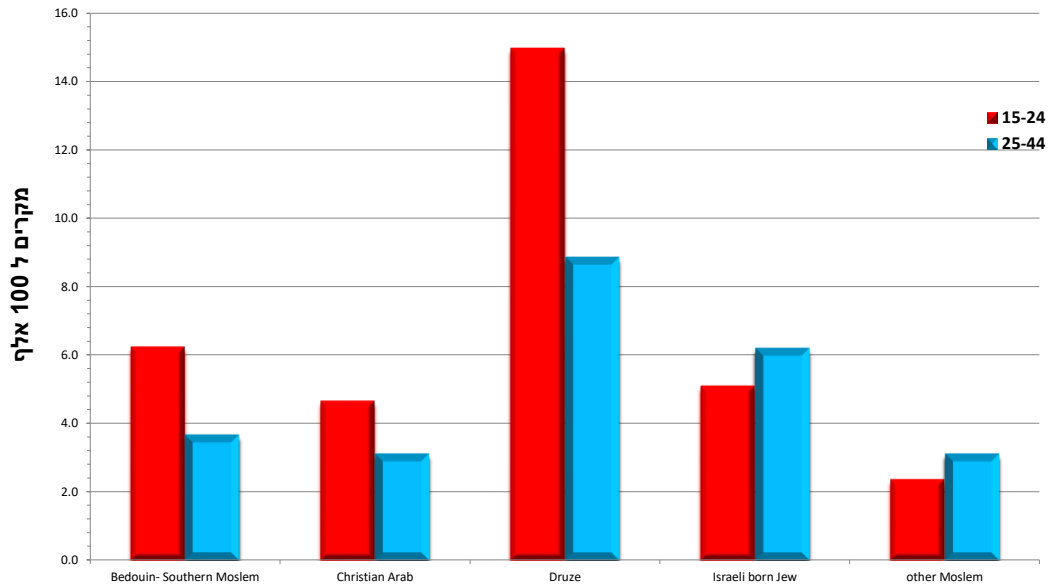
15

אחוז השינוי בניסיונות ההתאבדות לפי קבוצות גיל האוכלוסייה הערבית



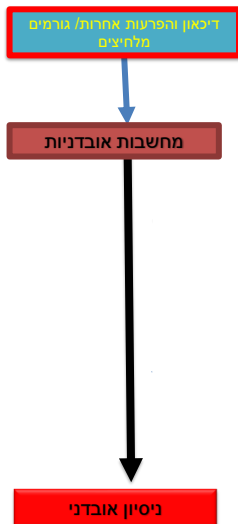
16

שיעור התאבדות בישראל לפי קבוצות – אוכלוסיה הערבית



משרד הבריאות 2017

17



מדוע אנשים מתאבדים

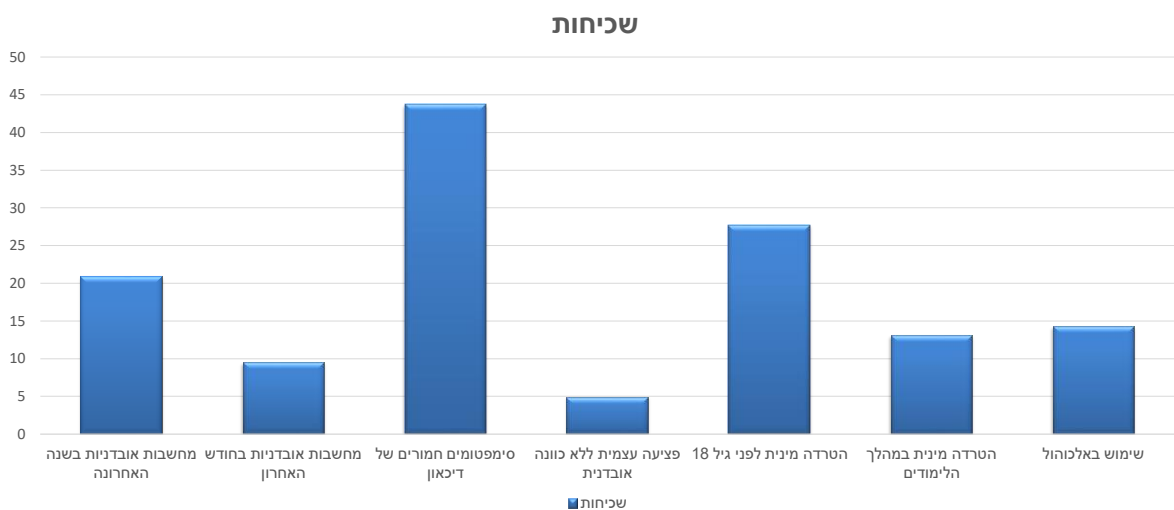
18

מדוע מתאבדים



19

מצוקות נפשיות בקרב סטודנטים ערביים באקדמיה

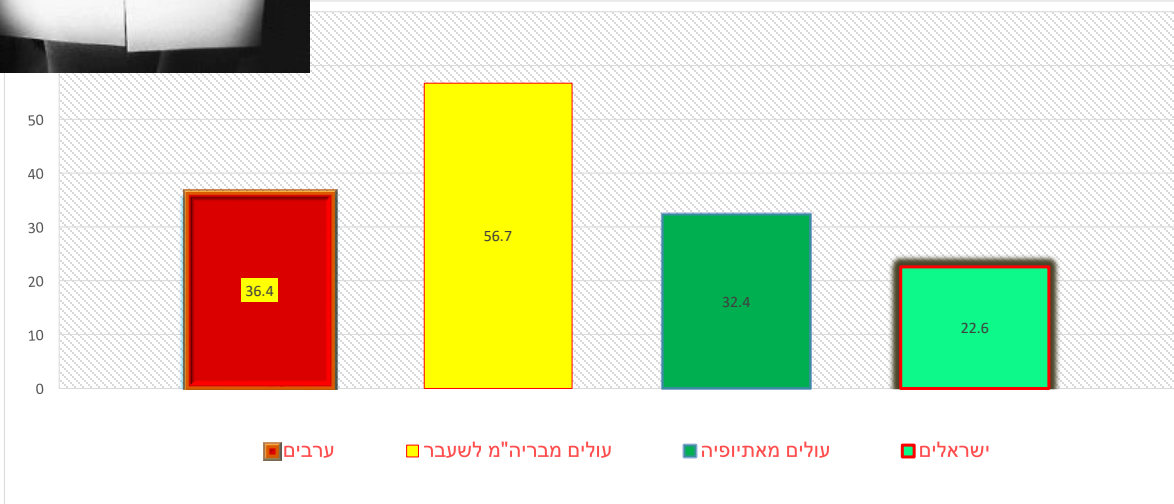


שירין סלימאן וד"ר סמי חמדאן
 2020

20



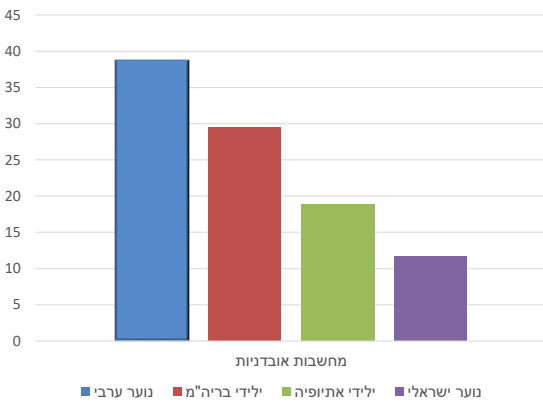
שכיחות פציעה עצמית ללא כוונה אובדנית



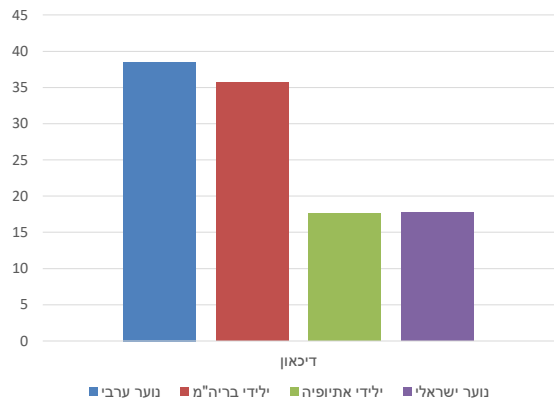
Hamdan; In press

מתבגרים במצוקה

מחשבות אובדניות בחודש האחרון

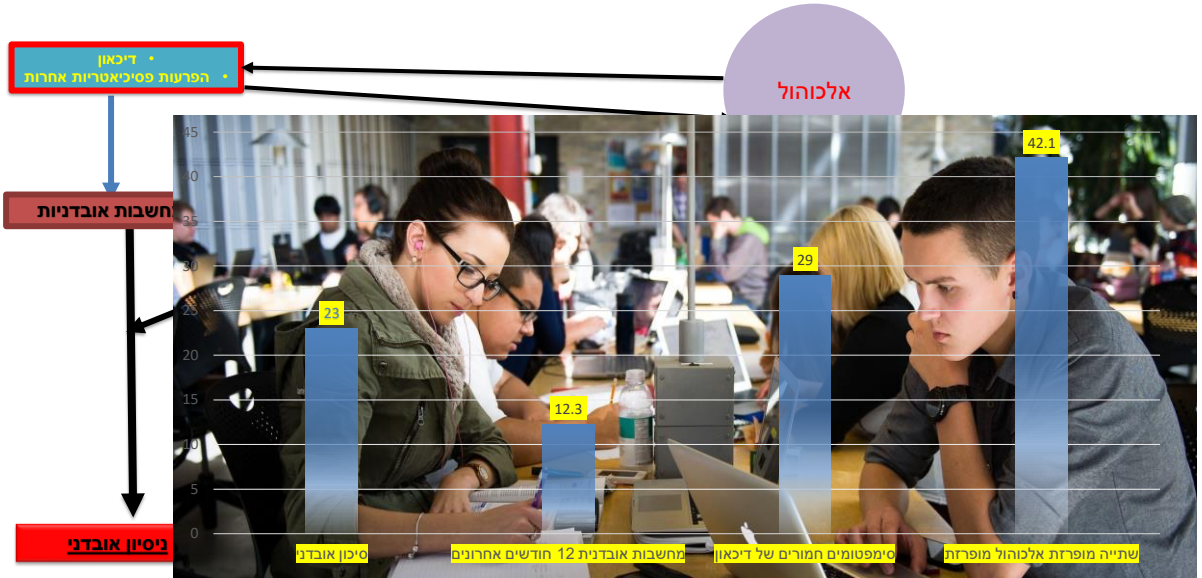


סימפטומים חמורים של דיכאון

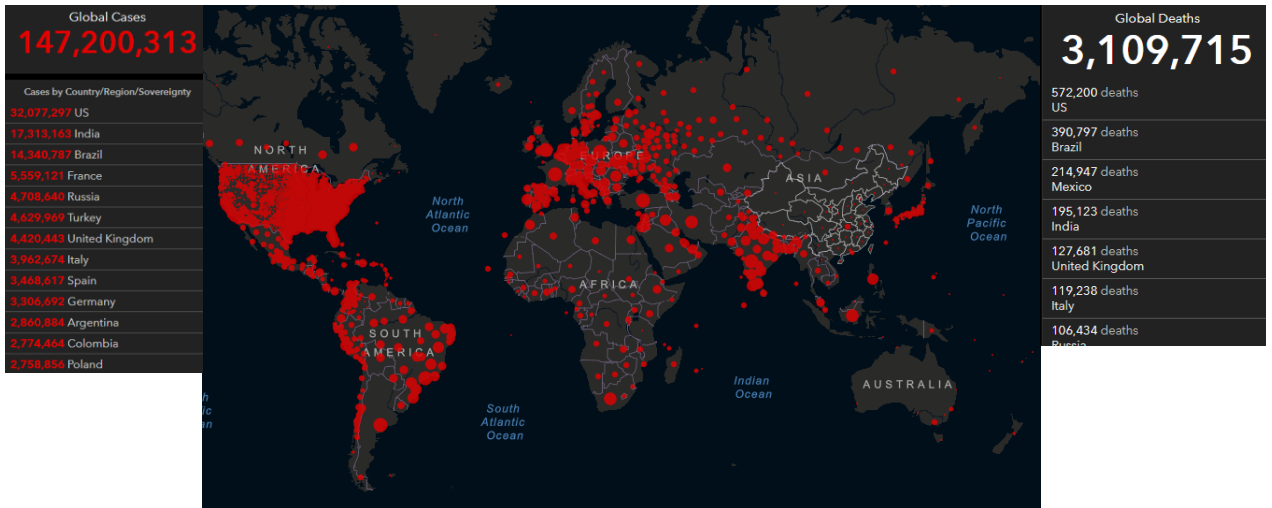


Hamdan; In press

מדוע מתאבדים

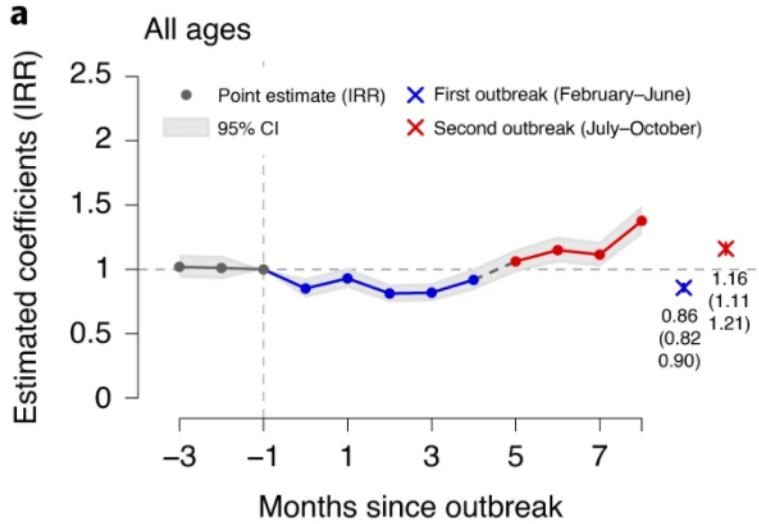


COVID 19





התאבדות בתקופת ה COVID 19



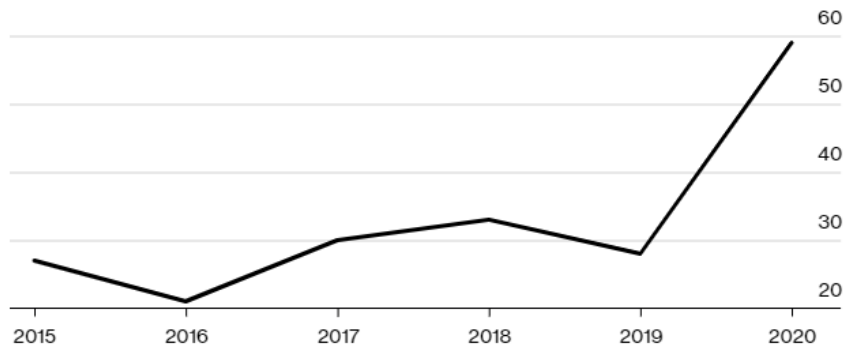
25



התאבדות בתקופת ה COVID 19

Youth Suicides

Deaths among school-age kids and teenagers more than doubled in August



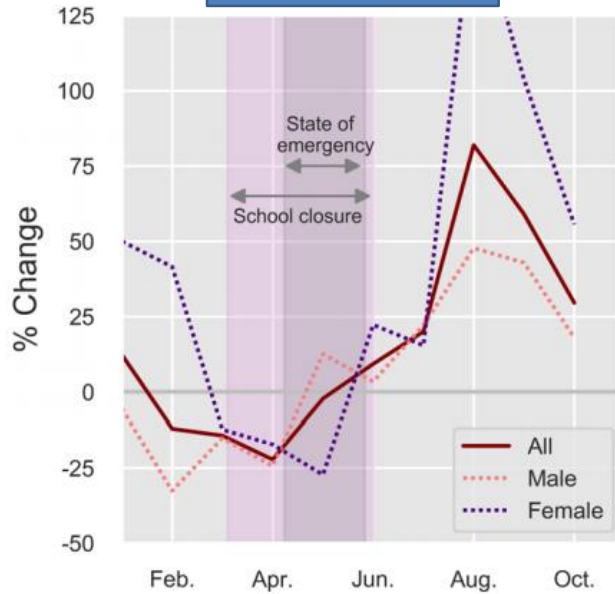
Source: Japan's Ministry of Health
 Note: Figures show August suicide numbers every year

26

התאבדות בתקופת ה COVID 19

סטודנטים מובטלים

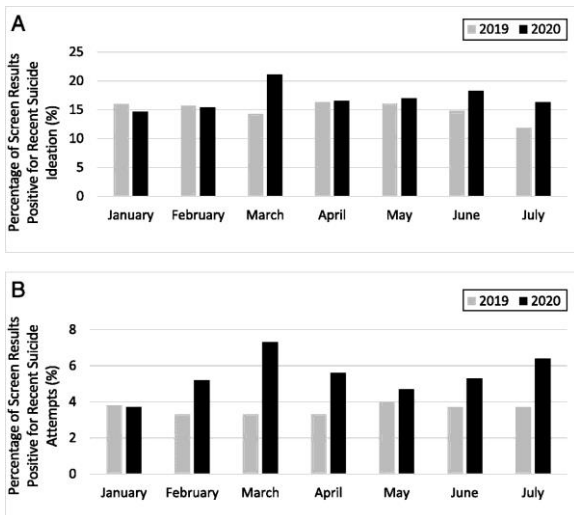
יפן



Ueda, M., Nordström, R., & Matsubayashi, T. (2020). Suicide and mental health during the COVID-19 pandemic in Japan. *medRxiv*.

27

מחשבות וניסיונות אובדניים בתקופת ה COVID 19



Ryan M. Hill et al. Pediatrics 2021

בארה"ב
עלייה בדיווחים
מחשבות אובדניות
ניסיונות אובדניים בחלק
מהמדינות

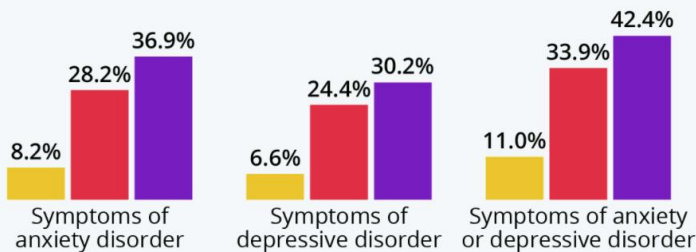
28

עלייה בדיווחים על סימפטומים דיכאון וחרדה

Pandemic Causes Spike in Anxiety & Depression

% of U.S. adults showing symptoms of anxiety and/or depressive disorder*

January-June 2019 May 14-19, 2020 December 9-21, 2020



Sources: CDC, NCHS, U.S. Census Bureau

דיכאון ואובדנות בקרב סטודנטים

ארה"ב וקנדה

Share who reported experiencing anxiety and/or depression

Post-secondary students



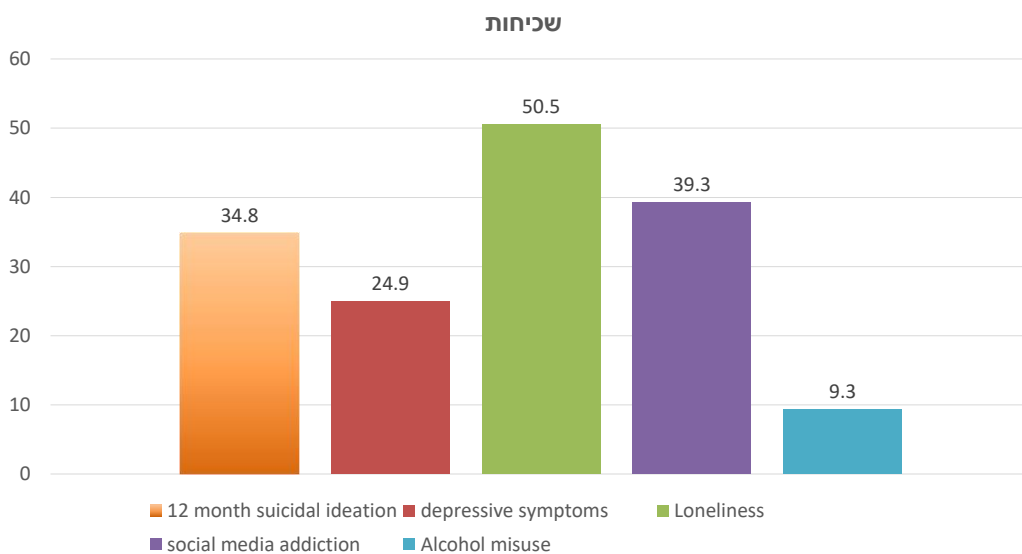
מחשבות וניסיונות אובדניים בתקופת ה COVID 19

בישראל
עלייה בדיווחים
סימפטומים של
דיכאון/חרדה

בישראל
עלייה בדיווחים
על מחשבות אובדניות

31

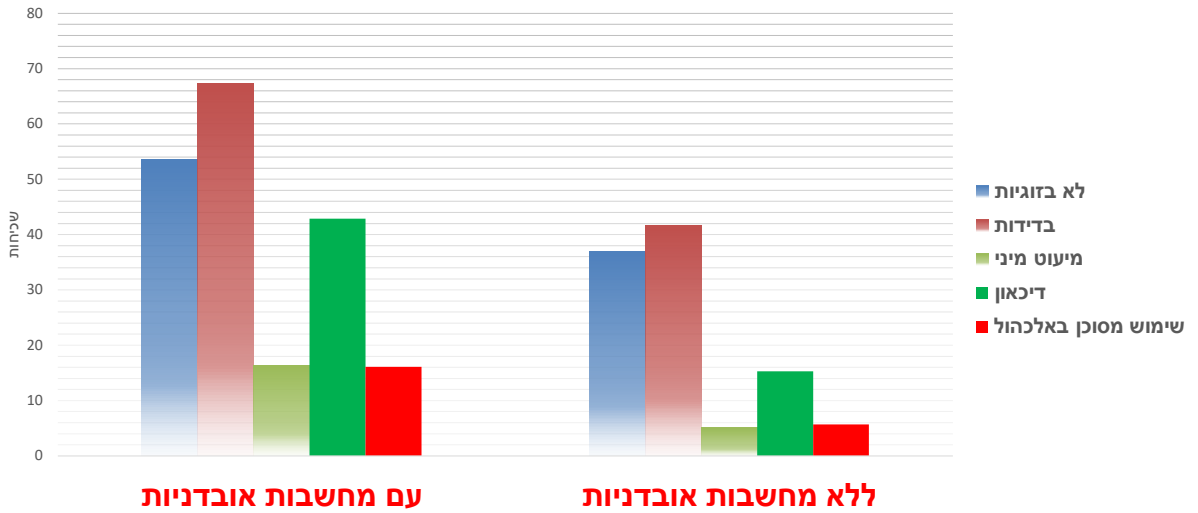
מצוקה נפשית בתקופת הקורונה בקרב סטודנטים בישראל



טל גוז וסמי חמדאן
2021

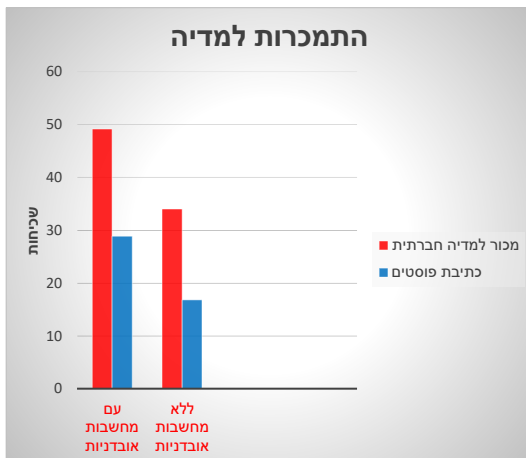
32

מאפיינים של סטודנטים עם מחשבות אובדניות



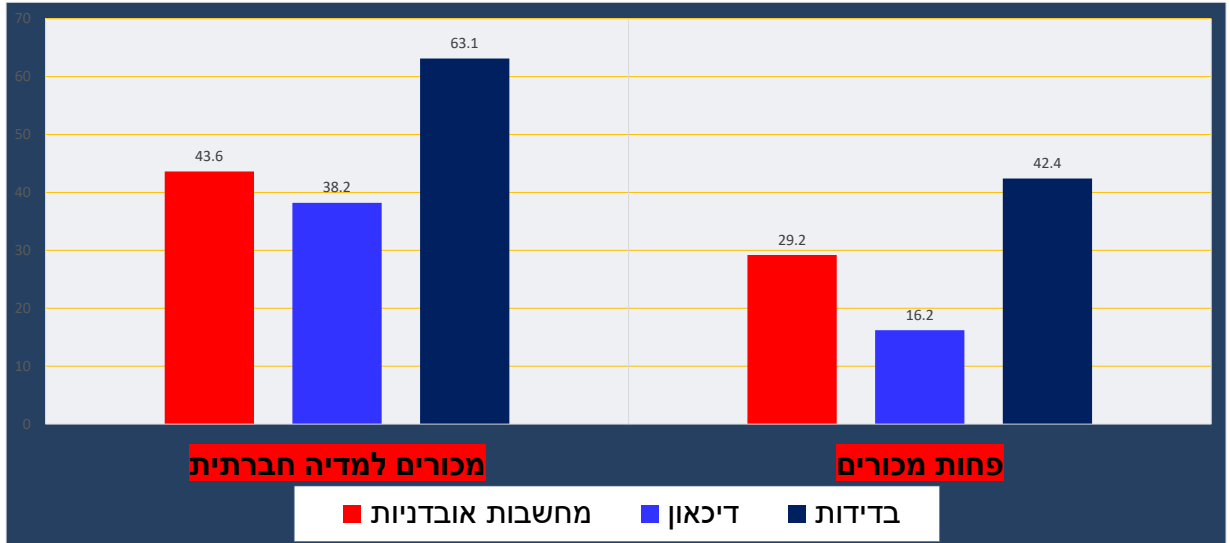
טל גוז וסמי חמדאן
2021

מאפיינים של סטודנטים עם מחשבות אובדניות



טל גוז וסמי חמדאן
2021

מאפיינים של סטודנטים מכורים למדיה חברתית



35

איך מונעים התאבדות

Suicides by paracetamol, England & Wales

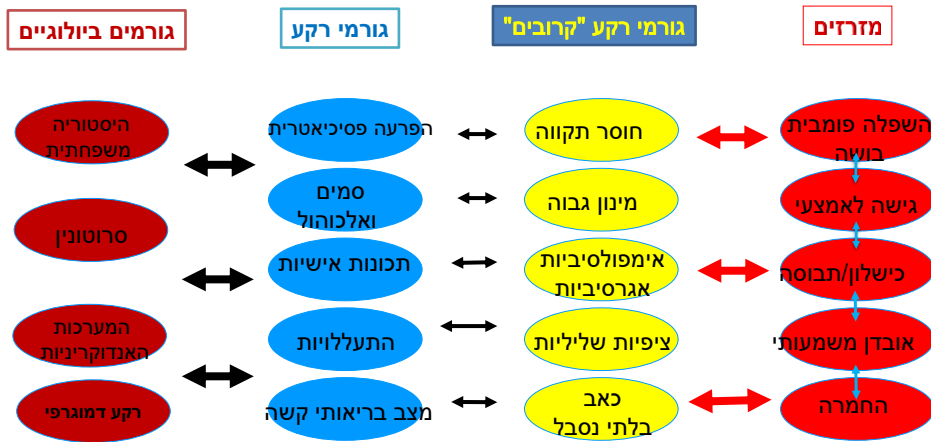
תכנית חיטוך והעלאת מודעות
אנשי מקצוע בקהילה- שומרי סף

10 המלצות שיש לשקול לפי סיקור מקרה אובדני

מה 10 מומלץ	מה אס מומלץ
<ol style="list-style-type: none"> לדווח בעמודים הפנימיים ובפונטים מתונים/ רגילים. להציג את המורכבות של ההתאבדות (קיומה של הפרעה נפשית, אלכוהול, סמים, הימנעות מפנייה לסיוע נפשי). לספק מידע על מקורות תמיכה נפשיים (קווים חמים וכיו"ב). להתייעץ עם איש מקצוע לפני הפרסום. הדגש את גורמי הסיכון ואת העובדה שאפשר להפחית אותם. 	<ol style="list-style-type: none"> הימנע מפרסום בעמוד הראשון ופונטים גדולים הימנע מפרסום תמונת המת/שיטת ההתאבדות/מקום ההתאבדות. הימנע משימוש במלים סנסציוניות ודרמטיות בתיאור ההתאבדות. הימנע לתיאור נסיבות חד ערכי המקדם תהליך הזדהות (אהבה נכזבת, אבטלה, קורבן התעללות וכיו"ב). הימנע מביטויים כמו "הצליח להתאבד" או "ניסיון התאבדות לא מוצלח"

36

לסיכום...



השדולה למניעת התאבדויות בקרב

סטודנטים





תודה!
ד"ר סמי חמדאן

Samihamd@mta.ac.il

