



روز جهانی پیشگیری از
خودکشی
۱۹ شهریور ماه ۱۴۰۲
۱۰ سپتامبر ۲۰۲۳

چگونه در رابطه با
«خودکشی» صحبت کنیم...

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران
معاونت دانشجویی و فرهنگی
مرکز مشاوره دانشجویی

هنگام بحث درباره خودکشی، کلماتی که استفاده می‌کنیم؛ اهمیت بالایی دارند. این کلمات می‌توانند مشکلاتی را به وجود بیاورند. راهنمای زیر نمونه‌هایی از عبارات و کلمه‌های مشکل ساز و جایگزین‌های امن‌تری برای آن‌ها می‌باشد. هدف این دستورالعمل‌های زبانی- فرهنگی کاهش خطر آسیب در عین افزایش آگاهی و درک خودکشی و پیچیدگی‌های آن است.

عبارات و کلمات جایگزین	عبارات و کلمات مشکل ساز
«در اثر خودکشی فوت کرد» / «جان خود را گرفت»	«خودکشی موفقیت آمیز»
«اقدام به خودکشی غیر کشنده» / «خودکشی ناکامل»	«خودکشی ناموفق»
«کسانی که با خودکشی می‌میرند»	«قربانی خودکشی»

از منتشر کردن اطلاعات در مورد مکان و شیوه خودکشی، خودداری کنید.

تحقیقات نشان داده است که اطلاعات، اخبار و محتواهایی که شامل توصیف روش یا مکان خودکشی می‌باشد؛ منجر به افزایش نرخ رفتار خودکشی و تقلید از روش/محل خودکشی می‌شود.

عبارات و کلمات جایگزین	عبارات و کلمات مشکل ساز
- جزئیات در مورد روش یا محل خودکشی - تصاویری که روش، محل یا صحنه خودکشی را نشان می‌دهد.	جزئیاتی در مورد روش یا مکان خودکشی داده نمیشود. در صورت نیاز، به جای جزئیات خاص، می‌توان از اصطلاحات کلی‌تر استفاده کرد. هیچ عکس، تصویر یا ویدیویی که روش یا مکان خودکشی را نشان دهد، وجود ندارد.

جمعیت ملی پیشگیری از خودکشی:

<https://iranianssp.com>

مرکز مشاوره دانشگاه علوم پزشکی ایران:

[/https://counseling.iums.ac.ir](https://counseling.iums.ac.ir)

سامانه نوشتاری بحران طعم گیلاس:

<https://irancrisisline.org>

ترجمه و گرافیک: امیرعلی حبیبی
دانشجوی گفتاردرمانی
علوم پزشکی ایران





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران
معاونت دانشجویی و فرهنگی
مرکز مشاوره دانشجویی

شما می‌توانید با اقدامات خود امید بسازید.

شما می‌توانید روشن‌تر باشید.

چگونه در رابطه با خودکشی صحبت کنیم...

هنگام بحث درباره خودکشی، کلماتی که استفاده می‌کنیم؛ اهمیت بالایی دارند. این کلمات می‌توانند مشکلاتی را به وجود بیاورند. راهنمای زیر نمونه‌هایی از عبارات و کلمه‌های مشکل ساز و جایگزین‌های امن‌تری برای آن‌ها می‌باشد. هدف این دستورالعمل‌های زبانی- فرهنگی کاهش خطر آسیب در عین افزایش آگاهی و درک خودکشی و پیچیدگی‌های آن است.

عبارات و کلمات جایگزین	عبارات و کلمات مشکل ساز
«در اثر خودکشی فوت کرد» / «جان خود را گرفت»	«خودکشی موفقیت آمیز»
«اقدام به خودکشی غیر کشنده» / «خودکشی ناکامل»	«خودکشی ناموفق»
«کسانی که با خودکشی می‌میرند»	«قربانی خودکشی»

روز جهانی پیشگیری از خودکشی
۱۹ شهریور ۱۴۰۲
۱۰ سپتامبر ۲۰۲۳





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ایران
معاونت دانشجویی و فرهنگی
مرکز مشاوره و دانشجویی

شما می‌توانید با اقدامات خود امید بسازید.

شما می‌توانید روشن‌تر باشید.

چگونه در رابطه با خودکشی صحبت کنیم...

از منتشر کردن اطلاعات در مورد مکان و شیوه خودکشی،
خودداری کنید.

تحقیقات نشان داده است که اطلاعات، اخبار و
محتواهایی که شامل توصیف روش یا مکان
خودکشی می‌باشد؛ منجر به افزایش نرخ رفتار
خودکشی و تقلید از روش یا محل خودکشی می‌شود.

عبارات و کلمات جایگزین

جزئیاتی در مورد روش یا مکان
خودکشی داده نمی‌شود. در صورت
نیاز، به جای جزئیات خاص، می
توان از اصطلاحات عمومی استفاده
کرد.
هیچ عکس، تصویر یا ویدیویی که
روش یا مکان خودکشی را نشان
دهد، وجود ندارد.

عبارات و کلمات مشکل ساز

-جزئیات در مورد روش یا محل
خودکشی
-تصاویری که روش، محل یا
صحنه خودکشی را نشان می
دهد.

روز جهانی پیشگیری از خودکشی
۱۹ شهریور ۱۴۰۲
۱۰ سپتامبر ۲۰۲۳

