

Stör Döden FAQ

- *Varför gör ni en kampanj om bara män? Är det inte mest kvinnor eller unga tjejer som mår dåligt och tar sina liv?*

Självklart vill vi rädda allas liv, men just den här kampanjen riktar sig mot män (det finns studier som tyder på att kvinnor i högre grad drabbas av psykisk ohälsa, men det är mer än dubbelt så många män som tar sina liv). Vi tror att vi når fram bättre med riktade insatser än breda.

- *Vad vill ni uppnå med kampanjen?*

Vi vill öka medvetenheten om suicid som ett folkhälsoproblem, men också tala om att det här är något vi alla kan göra något åt. Män har mindre benägenhet att själva söka vård eller att be om hjälp när de mår dåligt, och depression hos män kan vara svår att känna igen, även för vården. Därför vill vi berätta vad du kan göra som anhörig, vän eller kollega när du uppmärksammar något avvikande.

- *Kan inte kampanjen trigga den som mår dåligt att ta sitt liv?*

En av många myter om självmord är att samtal och frågor om självmord kan "väcka den björn som sover". Myter som dessa förstärker snarare stigmat och försvårar för den med självmordstankar att prata om sitt mående.