

Raport: Samobójstwa i próby samobójcze w Polsce

**w latach 2020-2024 na podstawie danych KGP
na dzień 17.01.2025**

autor: dr hab. Adam Czabański prof. AJP, ekspert Biura ds. Zapobiegania Zachowaniom
Samobójczym w IPIN, Prezes Polskiego Towarzystwa Suicydologicznego

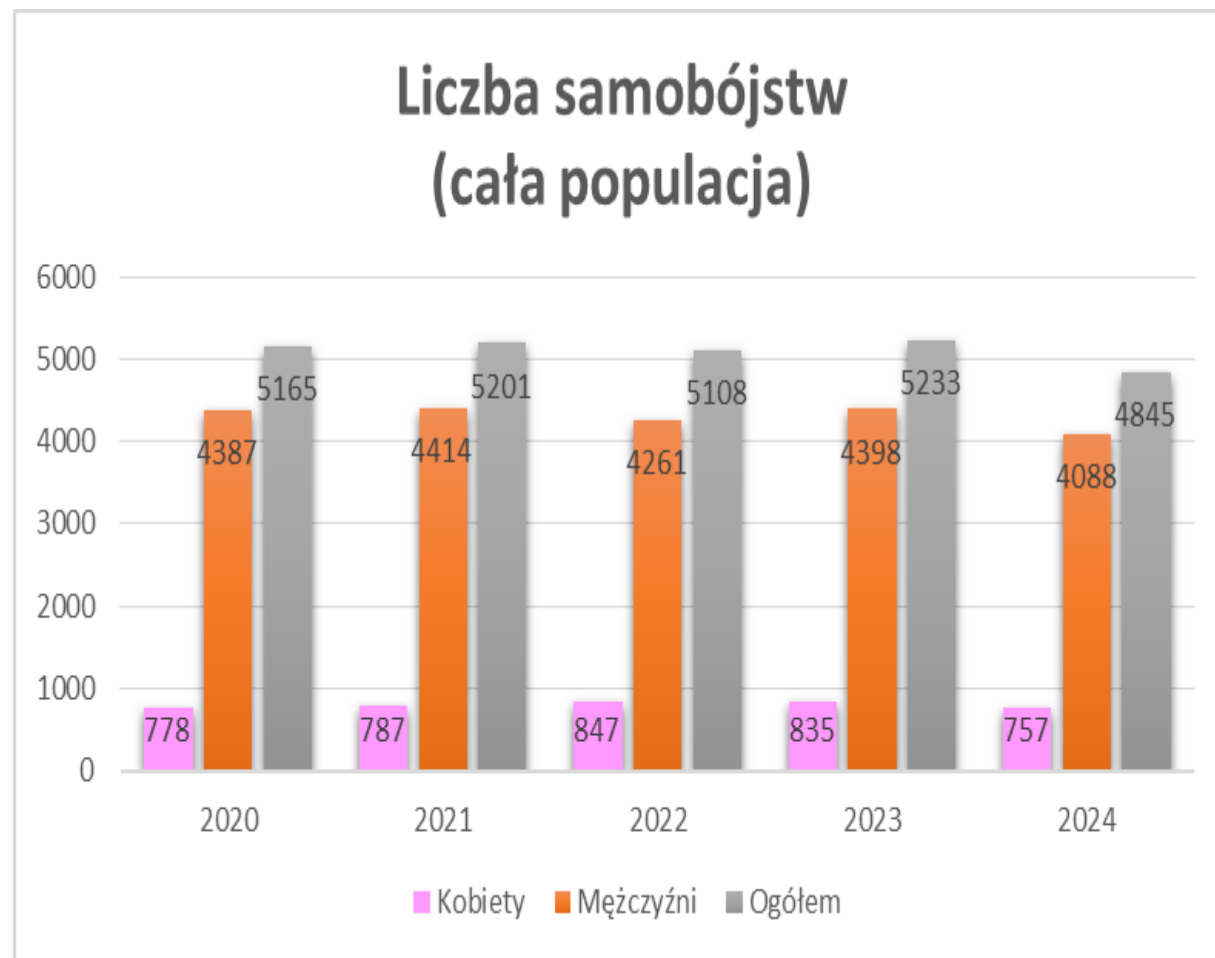
konsultacja merytoryczna: dr Halszka Witkowska, ekspert Biura ds. Zapobiegania Zachowaniom
Samobójczym, Wiceprezes Polskiego Towarzystwa Suicydologicznego, Koordynator Serwisu ZWJR.

Samobójstwa w Polsce w latach 2020-2024 (cała populacja)

Rok	Liczba samobójstw		
	Kobiety	Mężczyźni	Ogółem
2020	778	4387	5165
2021	787	4414	5201
2022	847	4261	5108
2023	835	4398	5233
2024	757	4088	4845

Każdego dnia w Polsce około 13 osób odbiera sobie życie, z czego około 11 to mężczyźni. Mężczyźni prawie 5 razy częściej odbierają sobie życie, niż kobiety.

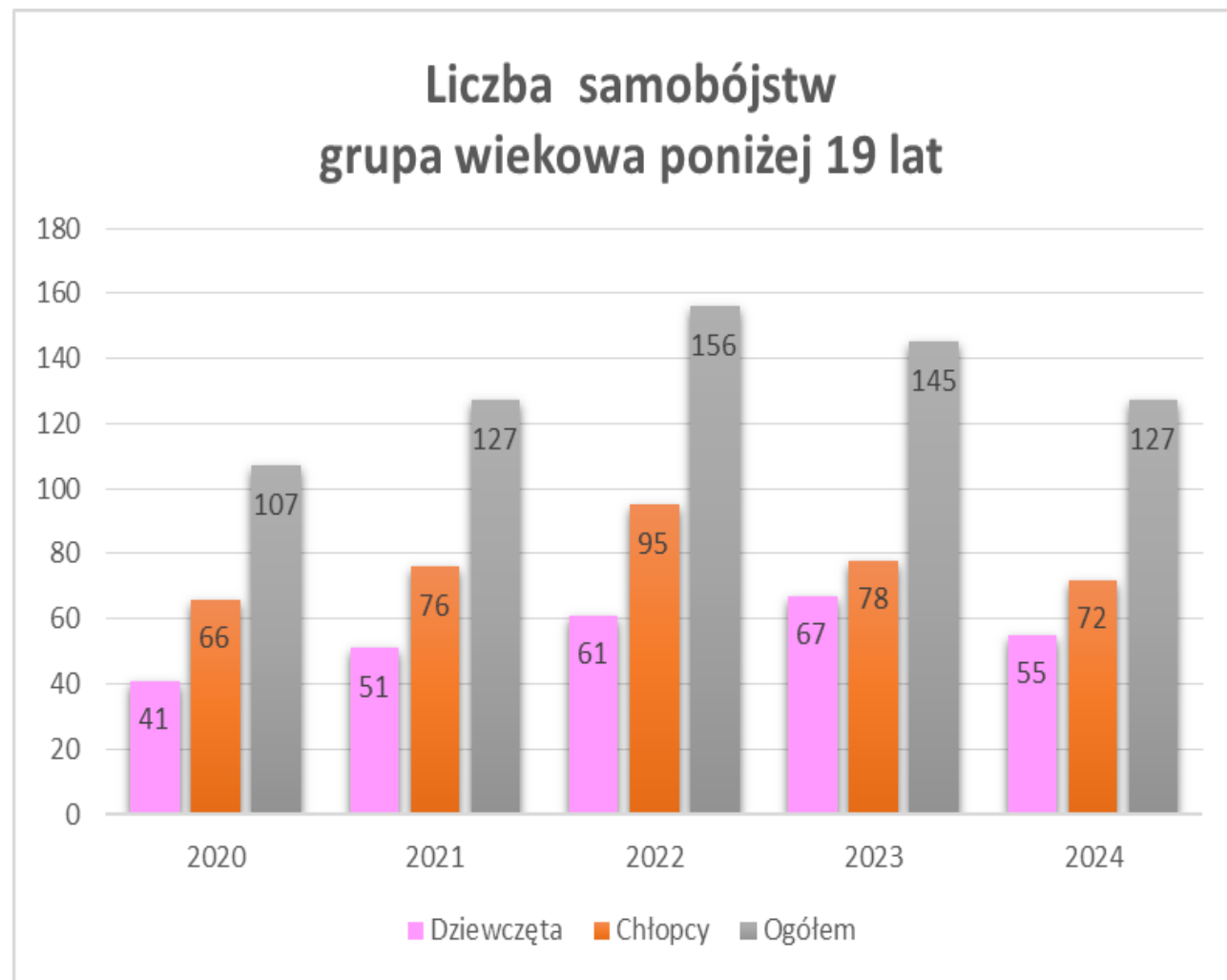
W analizowanym okresie liczba samobójstw w populacji ogólnopolskiej nieznacznie zmieniała się, praktycznie można mówić o spadkach i wzrostach na poziomie maksymalnie 2,4% (rok 2022 i 2023). W stosunku do roku 2020 w roku 2023 nastąpił wzrost liczby samobójstw o 1,3%. Porównując jednak rok 2020 do 2024 widzimy spadek liczby samobójstw o 6,2%. **Najbardziej widoczny spadek liczby samobójstw w Polsce nastąpił pomiędzy rokiem 2023 a 2024 (7,4%) – 388 samobójstw mniej. To największy spadek od 10 lat! W 2014 roku liczba samobójstw wynosiła 6165 a w roku 2024 już 4845. W tym okresie odnotowano spadek aż o 21,4% – 1320 samobójstw mniej!**



Samobójstwa dzieci i młodzieży w Polsce w latach 2020-2024 (grupa wiekowa poniżej 19 lat)

Rok	Liczba samobójstw		
	Dziewczęta	Chłopcy	Ogółem
2020	41	66	107
2021	51	76	127
2022	61	95	156
2023	67	78	145
2024	55	72	127

W latach 2020-2023 wciąż wzrasta liczba dziewcząt, które popełniły samobójstwo. Od roku 2020 wzrost ten wyniósł 63,4%. Z kolei wśród chłopców przyrost samobójstw następował w latach 2020-2022, natomiast w roku 2023 wyraźnie liczba samobójstw się zmniejszyła o 17,8% w stosunku do roku 2022. W całej populacji dzieci i młodzieży liczba samobójstw zmniejszyła się o 7%. **Porównując rok 2023 i 2024 widzimy duży spadek liczby samobójstw na poziomie 12,4%. W stosunku do roku 2022, kiedy to wystąpił szczyt samobójstw dziewcząt i chłopców (okres pandemii COVID-19) liczba samobójstw wśród nich zmniejszyła się o 18,6%.** Wyraźnie rysuje się tu utrzymujący się trend malejący, który jest większy niż spadek liczby osób w kohorcie powyżej 19 roku życia. To jest bardzo pocieszająca informacja, ponieważ oznacza, że pomimo niewielkiego wzrostu liczby odnotowanych przez KG Policji prób samobójczych (3%) samobójstw jest znacznie mniej. Trend ten utrzymuje się już 24 miesiące.



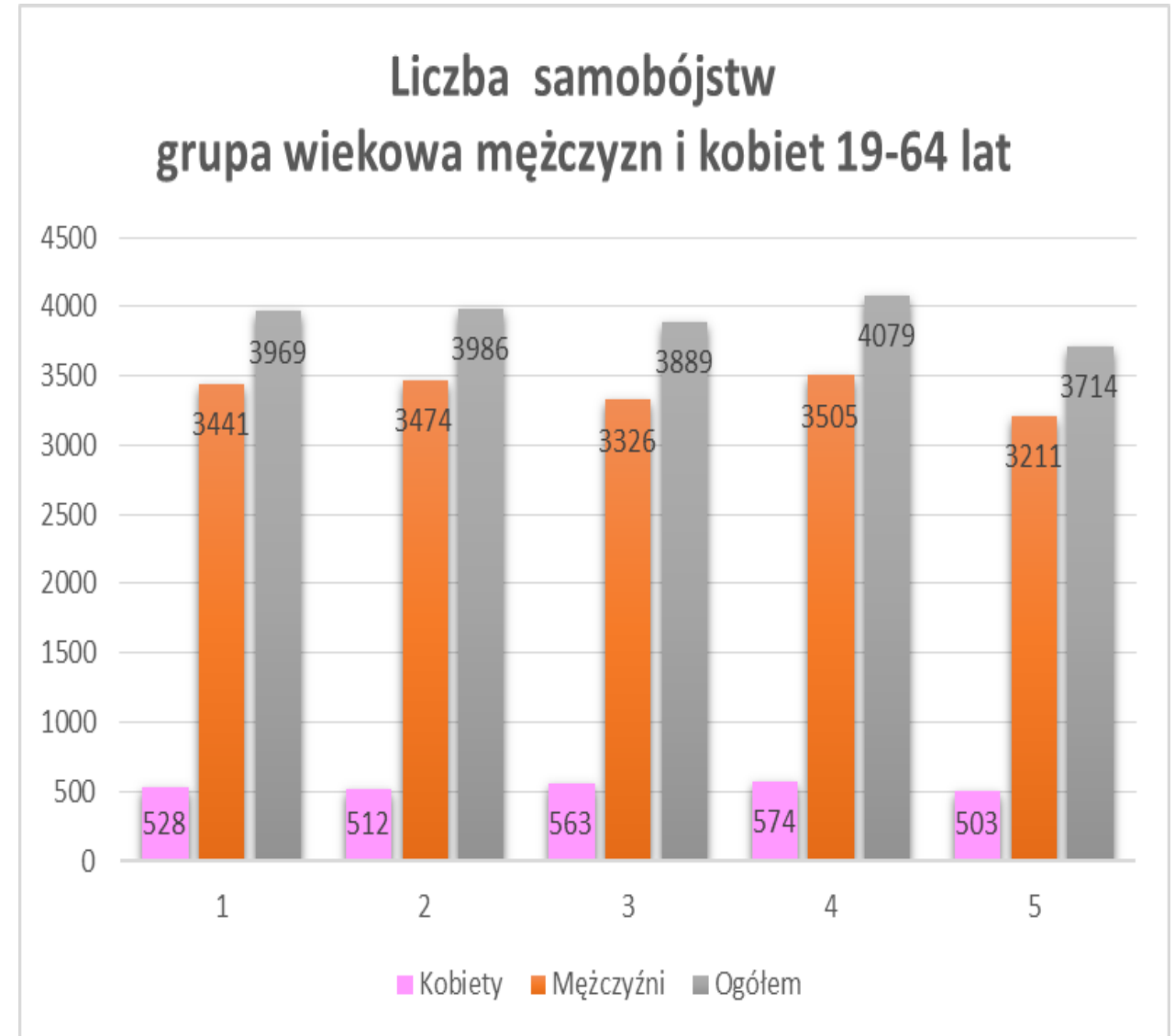
Samobójstwa osób w wieku 19-64 lat w Polsce w latach 2020-2024 (mężczyźni i kobiety)

Rok	Liczba samobójstw		
	Kobiety	Mężczyźni	Ogółem
2020	528	3441	3969
2021	512	3474	3986
2022	563	3326	3889
2023	574	3505	4079
2024	503	3211	3714

W stosunku do roku 2020 liczba samobójstw kobiet wzrosła w roku 2023 o 8,7%. Natomiast wśród mężczyzn wzrost wyniósł 1,9%.

W międzyczasie w roku 2022 liczba samobójstw mężczyzn w wieku 19-64 lata zmniejszyła się w stosunku do roku 2021 o niemal 4,3%.

W całej populacji osób w tych grupach wiekowych w latach 2020 do 2023 nastąpił wzrost samobójstw o 2,8%. **Natomiast w roku 2024 odnotowano zmniejszenie się liczby samobójstw w tych grupach wiekowych o 8,9%.**



Samobójstwa osób w wieku 65+ w Polsce w latach 2020-2024

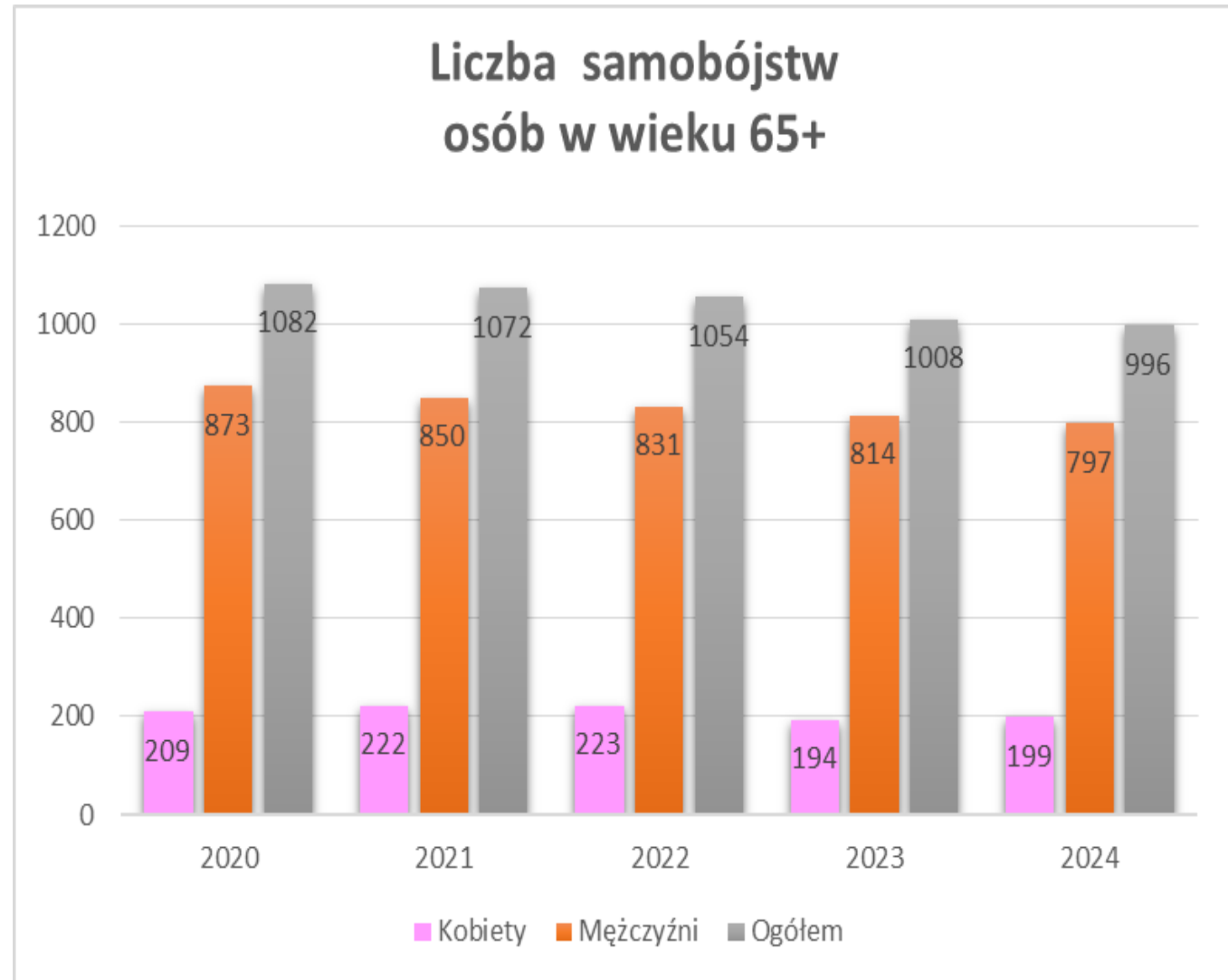
Rok	Liczba samobójstw		
	Kobiety	Mężczyźni	Ogółem
2020	209	873	1082
2021	222	850	1072
2022	223	831	1054
2023	194	814	1008
2024	199	797	996

W analizowanym okresie w latach 2020-2022 obserwowano niewielki wzrost liczby samobójstw wśród kobiet o 6,7%, by w roku kolejnym liczba ta zmniejszyła się o 13,9%.

Wśród starszych mężczyzn (65+) sukcesywnie od roku 2020 liczba samobójstw spada.

Do roku 2023 spadek ten wyniósł 6,8%.

W populacji ogólnej osób w tym wieku od roku 2020 spadek do roku 2024 wyniósł 7,9%.

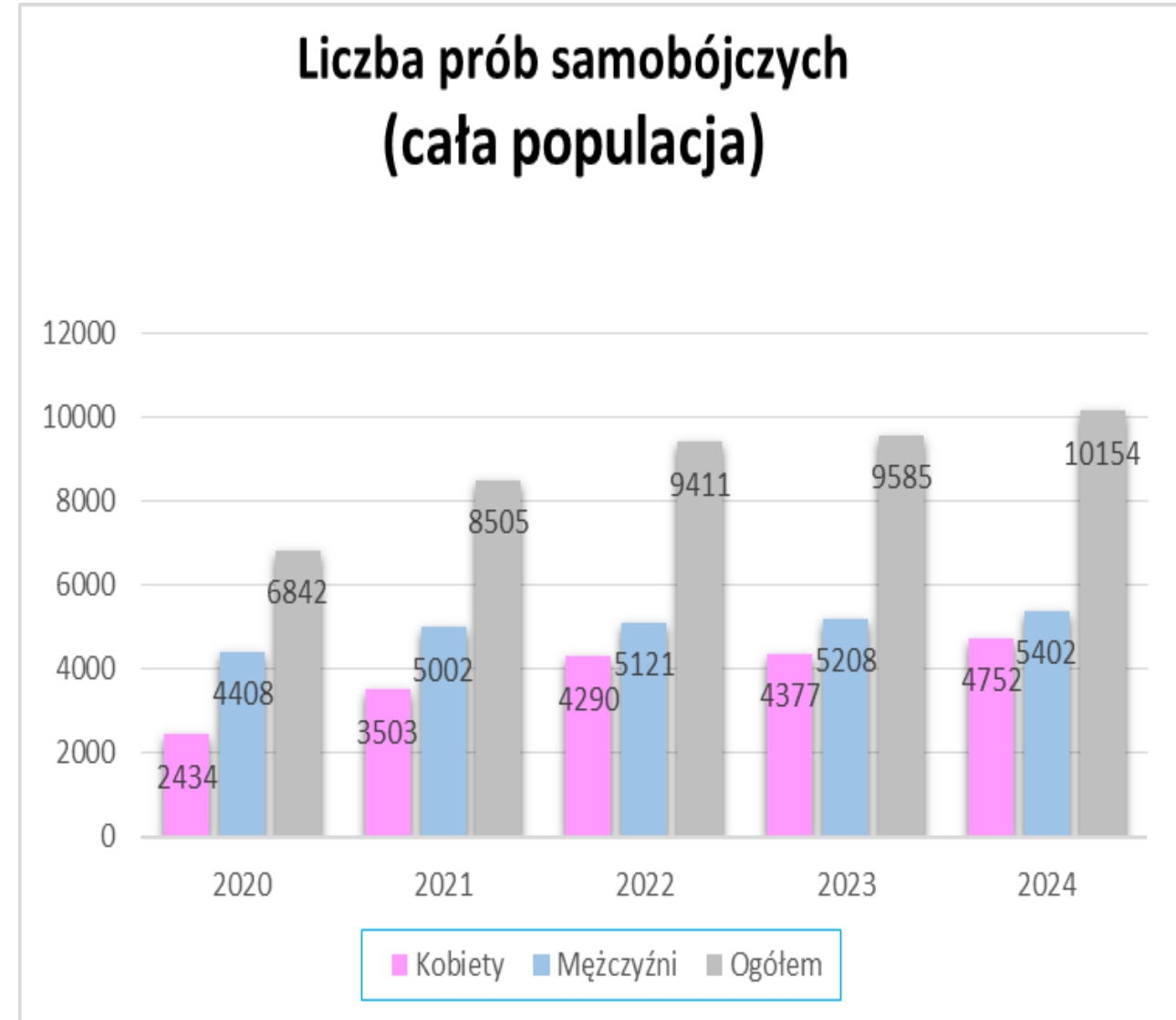


Próby samobójcze w Polsce w latach 2020-2024 (cała populacja)

Rok	Liczba prób samobójczych		
	Kobiety	Mężczyźni	Ogółem
2020	2434	4408	6842
2021	3503	5002	8505
2022	4290	5121	9411
2023	4377	5208	9585
2024	4752	5402	10154

W całej populacji w ostatnich latach obserwuje się stopniowy wzrost liczby prób samobójczych odnotowywanych przez funkcjonariuszy Policji (to jest tylko wycinek zjawiska).

Wzrost ten jednak ma tendencję wyhamowującą: w roku 2021 wzrost wyniósł 24%, w roku 2022 niespełna 11% a w roku 2023 – 1,8%. W roku 2024 zaobserwować można wzrost o 5,9%. Warto jednak zauważyć, że nieprzerwane od roku 2020 wzrosty liczby prób samobójczych (zarówno wśród kobiet, jak i wśród mężczyzn) świadczą o tym, że bliscy, członkowie rodziny, znajomi, przyjaciele osób w kryzysie mają coraz większą świadomość realności zagrożenia tych osób śmiercią i poprzez telefon alarmowy 112 wzywają do akcji ratowniczej także funkcjonariuszy Policji. Ta aktywizacja osób w społeczeństwie jest pozytywnym trendem.

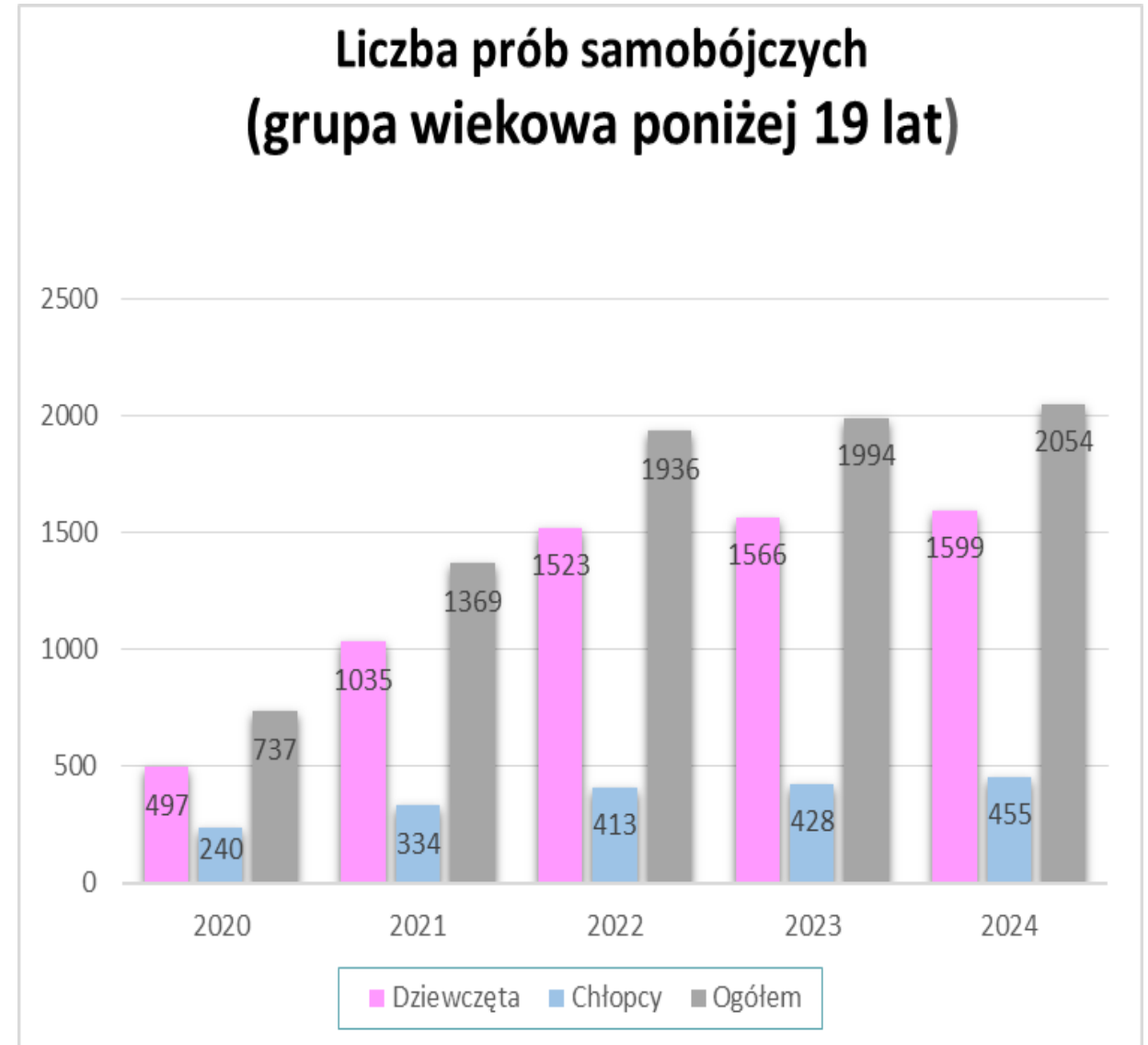


Próby samobójcze dzieci i młodzieży w Polsce w latach 2020-2024 (grupa wiekowa poniżej 19 lat)

Rok	Liczba prób samobójczych		
	Dziewczęta	Chłopcy	Ogółem
2020	497	240	737
2021	1035	334	1369
2022	1523	413	1936
2023	1566	428	1994
2024	1599	455	2054

W poszczególnych latach największy przyrost prób samobójczych odnotowano wśród dziewcząt. Od roku 2020 do 2023 nastąpił przyrost prób samobójczych ponad trzykrotny (315%). Wśród chłopców w analogicznym okresie wzrost wyniósł 178%. Wśród dziewcząt i chłopców wzrost w latach 2020-2023 wyniósł 270%.

Między rokiem 2020 a 2021 wzrost prób wynosił 86%, a między rokiem 2021 a 2022 był kolejny wzrost ale już o 41%. Między rokiem 2022 a 2023 wzrost był na poziomie 3%. W stosunku do roku 2023 w roku 2024 liczba prób samobójczych najmłodszych mieszkańców Polskie wzrosła również o 3% – 60 prób więcej. Możemy zatem mówić o trendzie hamującym.



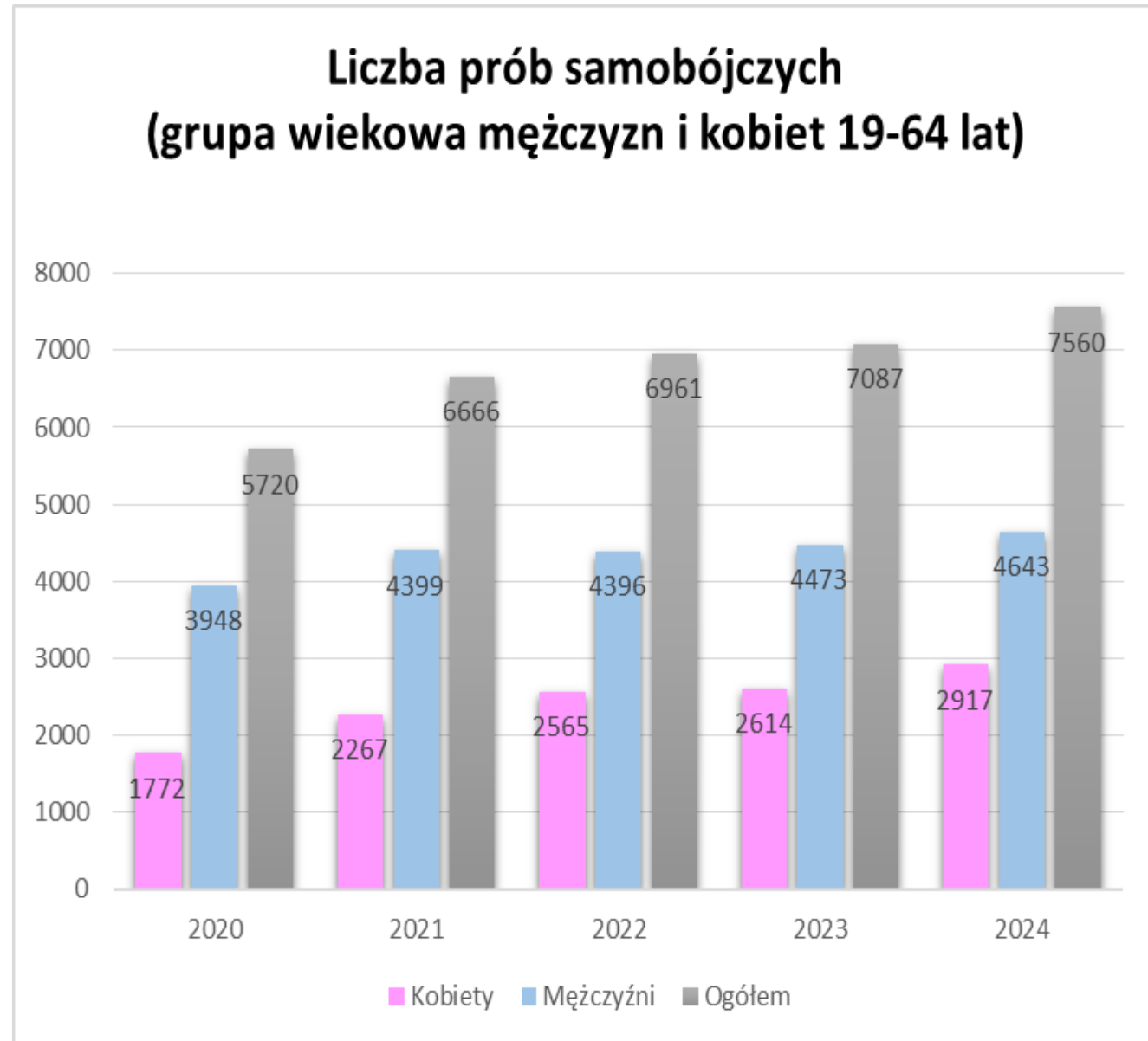
Próby samobójcze osób w wieku 19-64 w Polsce w latach 2020-2024

Rok	Liczba prób samobójczych		
	Kobiety	Mężczyźni	Ogółem
2020	1772	3948	5720
2021	2267	4399	6666
2022	2565	4396	6961
2023	2614	4473	7087
2024	2917	4643	7560

Wśród osób w tych grupach wiekowych przyrosty dynamiki prób samobójczych są mniejsze niż wśród dzieci i młodzieży. **Liczba prób samobójczych wzrosła o około 6,67% w 2024 roku w porównaniu do 2023 roku.**

W latach 2020-2024 wśród kobiet wzrost wyniósł 64,6%, a wśród mężczyzn 17,6%.

Wśród kobiet i mężczyzn w wieku 19-64 wzrost ten wyniósł 32,2%. W ostatnich latach trend wzrostu jest umiarkowany.

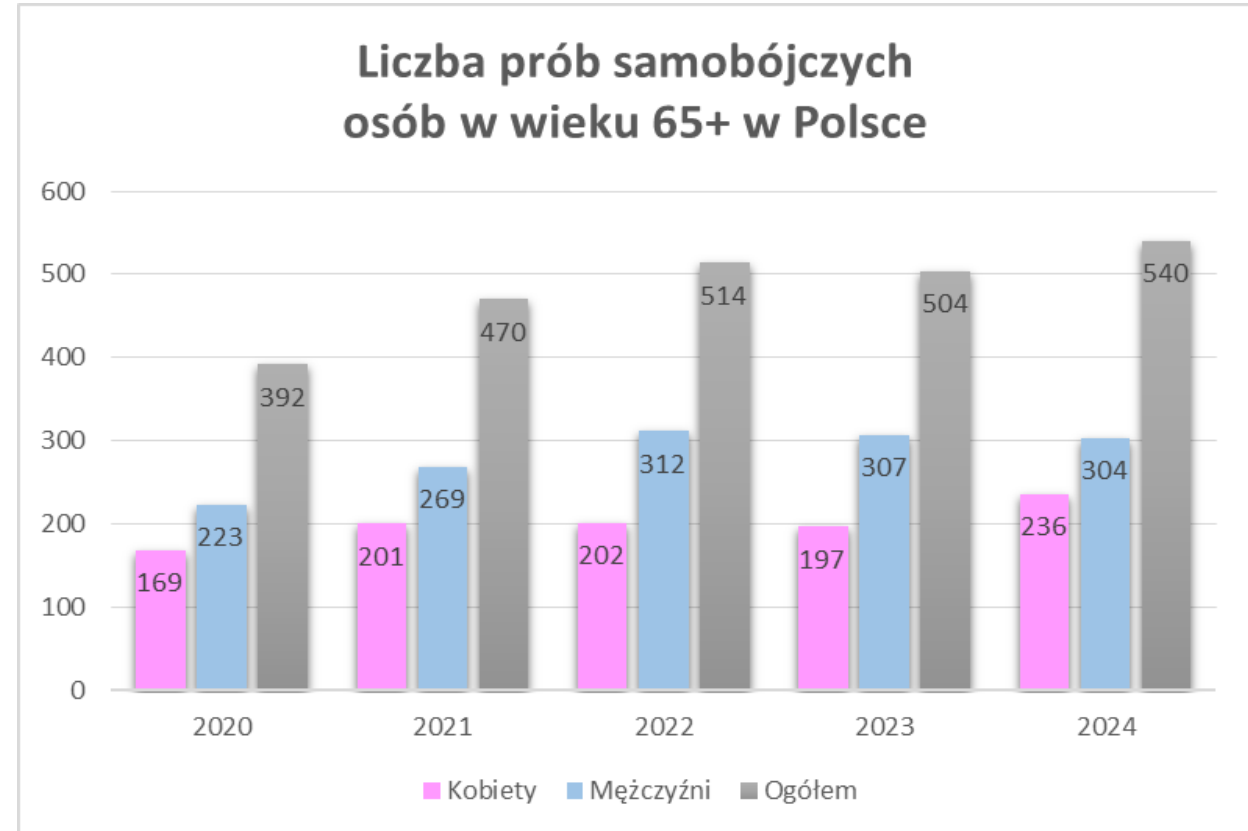


Próby samobójcze osób w wieku 65+ w Polsce w latach 2020-2024

Rok	Liczba prób samobójczych		
	Kobiety	Mężczyźni	Ogółem
2020	169	223	392
2021	201	269	470
2022	202	312	514
2023	197	307	504
2024	236	304	540

Wśród seniorów liczba prób samobójczych wyhamowała już w roku 2023.

W roku 2024 nastąpił wzrost na poziomie 7,1%.



UWAGI OGÓLNE:

Nawet jeśli nadal obserwuje się niewielkie wzrosty liczby prób samobójczych, to nie przekłada się to na liczbę samobójstw, która od wielu miesięcy sukcesywnie spada. Należy pamiętać, że wzrost zgłoszonych prób samobójczych, może łączyć się także ze wzrostem świadomości społecznej w zakresie pomocy osobom w kryzysie samobójczym i po próbach samobójczych.

Liczby samobójstw w roku 2024 układają się w pewien zarysowujący się trend ogólnego spadku. Jakie mogą być tego przyczyny?

- Rozwijający się system profilaktyki zapobiegania zachowaniom samobójczym w Polsce przyczynia się do odnotowywanych obecnie spadków liczby samobójstw. (Nowy model psychiatrii dzieci i młodzieży oraz KPZZS)
- Wzrost świadomości społecznej dotyczącej PPE.
- Zanikający negatywny wpływ pandemii COVID-19 i wynikających z niego niedogodności (przymusowa izolacja, nauka zdalna) na dzieci i młodzież ale także na pozostałą część populacji. Rok 2024 jest już drugim, w którym sukcesywnie zmniejsza się liczba samobójstw dzieci i młodzieży.

W roku 2025 istnieje niebezpieczeństwo negatywnego wpływu powodzi (jej skutków) na dynamikę samobójstw mieszkańców zalanych obszarów. Należy także zwrócić szczególną uwagę na wciąż wysoką liczbę prób samobójczych wśród dziewcząt.