

Suicidálny proces je komplexný fenomén vyskytujúci sa v roznych variantách. Vzniká na podklade životných udalostí, psychickej poruchy, dlhodobej vulnerability jedinca k suicidálnemu správaniu alebo ich kombinácie. V prípade, že na počiatku suicidálneho procesu stojí životná udalosť, k rozvoju suicidálneho procesu dochádza vtedy, ak ju jedinec subjektívne hodnotí ako významnú, nezlučiteľnú s pokračovaním v živote a nenachádza z nej riešenie.

Suicidálnemu jednaniu nemusia vždy suicidálne myšlienky predchádzať. K rozhodnutiu k realizácii suicidálneho aktu môže človek dojsť buď v období predchádzajúcom suicidálnemu jednaniu a ďalej sa k nemu odhodlávať alebo čakať na výsledok situácie, ktorú hodnotí ako neúnosnú alebo k nemu môže dojsť až v čase tesne pred suicidálnym jednaním. V takomto prípade jedná následne po spúšťacom podnete. Tento typ je charakteristický pre skratkovité suicidálne akty, avšak môže sa vyskytnúť i u osôb, ktoré nad suicidálnym jednaním uvažovali už v období predtým alebo mali predstavy o úniku zo situácie prežíanej ako neznesiteľnej. Iným typom suicidálneho procesu je postupné zúženie v oblasti afektov, percepcie, kognícií a hodnot.

K suicidálnemu jednaniu dochádza, ak sa jedinec nachádza v situácii, ktorú vníma ako neznesiteľnú alebo neriešiteľnú, ak sa nachádza v stave zúženia, nedisponuje protektívnymi faktormi alebo nie je schopný ich v dosledku zúženia percipovať a ak má prístup k metóde suicidálneho aktu. V dynamike suicidálneho procesu je základom prevaha beznádejnosti alebo naopak, protektívnych faktorov, akými sú predovšetkým silné presvedčenia odporujúce samovražde, zodpovednosť voči okoliu a nádej.

Protektívne faktory, ktoré môžu osobu v suicidálnom jednaní zabrzdiť, sú presvedčenia a postoje, ktoré zastáva a ktoré samovražde odporujú, podporujúce faktory a copingové mechanizmy.