

# ČEHO SI VŠÍMAT U DĚTÍ A MLADISTVÝCH VAROVNÉ SIGNÁLY RIZIKA SEBEVRAŽDY

KDYŽ DUŠE VOLÁ O POMOC



- vyjádření, že je všem na přítěž, nikomu by nechyběl, nemá proč žít
- potíže se spánkem a s jídlem, ztráta zájmu o koníčky
- podrážděnost, agresivita, úzkost, nebo naopak pasivita a vyčerpání
- stažení ze sociálních kontaktů a trávení času o samotě
- potíže s navazováním a udržením vztahů
  - psaní básní, deníku, dopisů na téma smrti a odloučení
  - časté kázeňské přestupky a konflikty vůči autoritám
  - aktivní vyhledávání způsobů a prostředků
  - užívání alkoholu a drog



**Linka bezpečí 116 111**

**Linka první psychické pomoci 116 123**

[www.nevypustdusi.cz](http://www.nevypustdusi.cz) | [@nevypustdusi](https://www.instagram.com/nevypustdusi)



**NEVYPUSŤ  
DUŠI**