

V CHOVÁNÍ:

- vyhýbání se kamarádům či oblíbeným činnostem
- rozdávání věcí, loučení se
- zabývání se myšlenkami na sebevraždu
- vyhledávání informací o sebevraždě či smrti
- shromažďování prostředků k vykonání sebevraždy
- sebepoškozování
- zanedbávání svého vzhledu
- zhoršené soustředění či spánek
- změna chuti k jídlu
- zhoršený školní prospěch
- nízké sebehodnocení a sebedůvěra
- rizikové chování

Varovné znaky sebevražedného jednání

Mohou se objevovat v různé kombinaci a u každého jinak. Nemusí být přítomny všechny signály. Každý projev sebevražedného jednání by měl být brán vážně.

V PROŽÍVÁNÍ:

- náhlé změny nálad
- dlouhodobý smutek
- úzkostnost
- podrážděnost
- výbuchy vzteku
- vyčerpanost
- apatie, pasivita

V ŘEČI:

- ne/ přímé vyjádření, že chce zemřít
- vyjádření beznaděži, bezvýchodnosti
- dopisy na rozloučenou
- deníky či básně s tématem smrti či sebevraždy

- > Nechci žít.
- > Kéž bych se nikdy nenarodil.
- > Nikomu tu nebudu chybět.
- > Jsem pro všechny jen přítěží, beze mě bude líp.