

Warnsignale

Folgende Verhaltensweisen können bereits ein Warnzeichen sein:

- Negative Grundhaltung
- Reizbarkeit
- Aggressives und / oder feindseliges Verhalten
- Rückzug von Freunden und Aktivitäten
- Verschlechterung beruflicher / schulischer Leistungen
- Schwierigkeiten sich zu konzentrieren
- Veränderte Ess- und / oder Schlafgewohnheiten
- Gefühl der Hilflosigkeit
- Ruhelosigkeit
- Weinen, Traurigkeit, Depression
- Veränderung der äußeren Erscheinung
- Das Weggeben von ursprünglich geschätzten Besitztümern
- Übermäßiger Gebrauch von Drogen und / oder Alkohol
- Verlusterfahrungen durch Tod, Scheidung oder Übersiedlung
- Beschäftigung mit Tod und Suizid (Zeichnungen, Musik)
- Gespräche über Tod /Suizid
- Vorhergehende Suizidversuche

"Je konkreter (wo, wie, wann) die Suizidgedanken sind, desto dringender besteht Handlungsbedarf!"