|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **İNTİHAR HAKKINDAKİ GERÇEKLER** | **İNTİHAR HAKKINDAKİ GERÇEKLER**  | **İNTİHAR HAKKINDAKİ GERÇEKLER****\*DEPRESİF HASTALAR ÇOĞUNLUKLA CANLILIK VE ENERJİ DÜZEYLERİ ARTMAYA BAŞLADIKTAN SONRA İNTİHAR EDERLER. İYİ HİSSETTİKLERİNDE İNTİHAR ETMEK İÇİN GÜÇ BULURLAR. İNTİHARA KESİN KARA VERMİŞ OLDUKLARINDA DA DIŞARDAN DAHA SAKİN VE İYİ GÖRÜNEBİLİRLER.****\*İNTİHAR EDEN İNSANLAR ÇOĞUNLUKLA ÖLMEYİ DEĞİL, SAHİP OLDUKLARI HAYATI YAŞAMAK İSTEMEMEKTEDİRLER.****DOĞRULAR** |
| **DOĞRULAR****KENDİ HAYATINA SON VEREN KİŞİLERİN YAKLAŞIK %80’İ DAHA ÖNCEDEN ÇEVRESİNDEKİ KİŞİLERE NİYETLERİNDEN BAHSETMİŞLERDİR. BİR KİŞİ İNTİHAR HAKKINDA KONUŞTUĞUNDA MUTLAKA CİDDİYE ALINMALIDIR!****HER ZAMAN!****İNTİHAR DÜŞÜNCELERİ HAKKINDA SORU SORMAK KİŞİNİN YARDIM İSTEMESİNE VE BU DUYGULARINI KONUŞARAK DUYGUSAL YÜKÜNÜ BOŞALTMASINA YARDIMCI OLUR. İNTİHAR FİKİRLERİNİ KONUŞMA FIRSATI BULAN KİŞİ İNTİHARIN KISIR DÖNGÜSÜNDEN KURTULMUŞ VE RAHATLAMIŞ OLUR.** | **İNTİHARIN İŞARETLERİNİ BİLİYOR MUSUNUZ?*** **Ölmek istediğinden ya da acılarından kurtulma arzularından bahsediyorsa,**
* **İnternetten veya çevresinden silah, ilaç vs. gibi intihar araçlarını araştırıyorsa**
* **Alkol yada madde kullanımında artış varsa**
* **Değerli eşyalarını dağıtıyor, vasiyet hazırlıyor veya çevresindekilerle vedalaşıyorsa**
* **Kendi içine çekiliyor veya kendini tecrit ediyorsa**
* **Başkalrına ya da hayata yük olmaya başladığından bahsediyorsa**
* **Öfkeli davranışlar sergiliyor veya intikam duygularından bahsediyorsa**
* **Önünü ardını düşünmeden canını tehlikeye atıyorsa**
* **Umutsuzluktan vea yaşamak için bir sebebi olmadığından bahsediyorsa**

**BU BELİRTİLERİ GÖSTEREN BİRİSİ İNTİHAR RİSKİ TAŞIYOR OLABİLİR. EĞER KENDİ ÇEVRENİZDEKİ BİRİNDE BU İŞARETLERDEN BİR KISMINI GÖZLEMLİYORSANIZ ONA YARDIMCI OLABİLİRSİNİZ !** | **İNTİHAR*****“ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ “*** |