กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH

ความรุนแรงป้องกันได้

สังคมไม่เพิกเฉย



สังเกตสัญญาณ ไม่เพิกเฉย
และช่วยเหลืออย่างปลอดภัย

1. ร่วมสังเกตสัญญาณเตือน !

สัญญาณที่ควรใส่ใจ

- แยกตัว อารมณ์เปลี่ยนชัด
- ผลการเรียนตกฉับพลัน
- ปวดหัว–ปวดท้อง โดยไม่พบสาเหตุทางกาย



สัญญาณอันตราย ต้องช่วยเหลือทันที

- พูดถึงการทำร้ายตนเอง หรือไม่อยากมีชีวิตอยู่
- ตื่นตระหนกรุนแรง
- มีอาการทางจิต (หูแว่ว หวาดระแวงรุนแรง)
- ก้าวร้าวจนเสี่ยงอันตราย



2. สื่อสารอย่างรับผิดชอบ ไม่ตีตรา



- รายงานข้อเท็จจริง เคารพศักดิ์ศรีและความเป็นส่วนตัว
- ไม่เผยแพร่ภาพความรุนแรง ผู้บาดเจ็บหรือเสียชีวิต และรายละเอียดที่อาจนำไปสู่การเลียนแบบ
- ไม่ตีตรา กล่าวโทษ หรือซ้ำเติมผู้ได้รับผลกระทบ



เห็นความเสี่ยง ไม่เพิกเฉย
ช่วยเหลืออย่างปลอดภัย