

# 在為時已晚前就 面對自殺警訊



- 遲到和缺勤增加
- 生產力下降
- 自信心下降
- 被同儕孤立
- 情緒激動和與同事間的衝突增加
- 不知所措的感覺增加
- 問題解決能力下降
- 藥物濫用
- 差一點發生危險或受傷

從統計上來看，建築工人的心理健康問題比起其他行業的風險都來的高。

如果您或您認識的某人感到憂鬱或想自殺，您和他們並不孤單，在我們的行業中還有其他人可以聯繫，更重要的是，他們可以提供幫助。

造訪ManTherapy.org可獲得創新和客製化的線上工具以及針對精神衛生醫療和復原的行動。

如需更緊急的協助，請立即聯繫國家自殺防治生命線。

**NATIONAL**  
**SUICIDE**  
**PREVENTION**  
**LIFELINE**<sup>TM</sup>  
**1-800-273-TALK (8255)**  
[suicidepreventionlifeline.org](http://suicidepreventionlifeline.org)

## **BUILDING A ZERO SUICIDE INDUSTRY.**

BROUGHT TO YOU BY THE CONSTRUCTION INDUSTRY  
PARTNERSHIP FOR SUICIDE PREVENTION

