Витебский государственный
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ

СХЕМА ЕЖЕДНЕВНОГО НАБЛЮДЕНИЯ КУРАТОРА УЧЕБНОЙ ГРУППЫ ЗА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Цель: раннее выявление маркеров суицидального поведения

1 ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

1.1 постоянная скука и сонливость, периодический плач
1.2 повышенная чувствительность к неудачам
1.3 беспомощность, чувство бессилия
1.4 избегание зрительного контакта

2 ПОВЕДЕНИЕ

2.1 не общается с группой, замкнутость
2.2 социальная изоляция
2.3 безразличие к своему внешнему виду
2.4 безразличие или враждебное отношение к окружающим, ненависть к их благополучию
2.5 отказ от участия в общих мероприятиях
2.6 уход в себя
2.7 постоянные жалобы на физическую боль, например боль в желудке или головную боль
2.8 деструктивное поведение
2.9 физическое недовольство происходящим, беспричинный или мотивированный страх и тревога
2.10 безрассудные поступки

3 ОТНОШЕНИЕ К УЧЕБЕ

3.1 проблемы с успеваемостью и пропуски занятий
3.2 сложность концентрировать внимание
3.3 потеря интереса к занятиям

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ

ПО ВЫЯВЛЕНИЮ МАРКЕРОВ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

ВАША ЗАДАЧА - ПРОЯВИТЬ ЗАБОТУ, ЗАМЕТИТЬ ПРОБЛЕМУ И ВОВРЕМЯ ПЕРЕДАТЬ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ В РУКИ ПРОФЕССИОНАЛА

НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

1 ИЗМЕНЕНИЕ В ПОВЕДЕНИИ И НАСТРОЕНИИ

- Резкое снижение успеваемости, потеря интереса к учебе.
- Социальная изоляция, уход в себя, отказ от общения.
- Апатия, безнадежность или вспышки гнева и агрессии.
- Рискованное поведение, пренебрежение безопасностью.
- Раздача ценных вещей, прощание с окружающими.

2 ИЗМЕНЕНИЕ В РЕЧИ

- Прямые высказывания о смерти ("лучше бы меня не было").
- Косвенные намеки ("без меня всем будет лучше").
- Фиксация на темах смерти и бессмысленности жизни.

3 ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЗНАКИ

- Нарушение сна (бессонница или сонливость).
- Изменение аппетита.
- Неопрятный внешний вид.

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПРИЗНАКОВ

1 УСТАНОВИТЕ КОНТАКТ

Поговорите наедине. Покажите обеспокоенность без осуждения.

Фраза-пример:
"Я заметил(а), что тебе сейчас тяжело. Хочешь поговорить об этом?"

2 ОЦЕНИТЕ РИСК

Задавайте прямые вопросы:
"Ты думаешь о том, чтобы навредить себе? Есть ли у тебя план?"

3 ОБЕСПЕЧЬТЕ БЕЗОПАСНОСТЬ

Не оставляйте одного при высоком риске. Сообщите ответственному. Ограничьте доступ к опасным предметам.

4 ИНФОРМИРУЙТЕ РУКОВОДСТВО

Поставьте в известность психолога, куратора, начальника отдела по ИВР, проректора по ИВР

5 НАПРАВЬТЕ К СПЕЦИАЛИСТАМ

Помогите организовать консультацию с психологом или психотерапевтом.

Витебский государственный ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ