

# Frågor om svåra studentärenden

**Viktiga telefonnummer: se sidan 4**

**Studenthälsan har sammanställt råd och tips som kan vara till vägledning i olika situationer med studenter som på olika sätt har behov av hjälp.**

Studievägledare, lärare och annan personal på universitet kan fungera som "problemfångare" i kontakt med studenter som har olika svårigheter. Även om bekymren för de flesta studenter är övergående kan det ändå finnas behov av hjälp och stöd. Det är viktigt - både för den enskilde individen och för omgivningen - att du som möter studenter uppmärksammar svårigheter och försöker guida studenten vidare i ett tidigt skede innan problemen blivit alltför stora. Ta gärna hjälp av en kollega!

**Vad gör jag när en student kommer till mig och vill prata om hur hon/han mår?**

- Lyssna på och bemöt det studenten förmedlar, visa att du tar studenten på allvar och tänk på att du kan förebygga att studentens svårigheter förvärras om du går in i ett tidigt skede
- Försök fokusera på någon mer handgriplig del av problemen och hjälp studenten att förstå vad som behöver ändras
- Fråga studenten vilket stöd studenten har kring sig, uppmana till att du eller studenten själv ska kontakta anhöriga
- Håll fast vid dina egna integritetsgränser och din roll i förhållande till studenten, **utlova t ex inte konfidentialitet**. Det är inte alltid lätt att själv dra gränsen för vad som är möjligt att hjälpa till med och vad som faktiskt inte går. Rådgör med din chef och dina kollegor som ett stöd att hitta en rimlig nivå, eller kontakta Studenthälsan.

**Kan man kontakta Studenthälsan för att rådgöra om man är orolig för en student?**

Ja, möjlighet att konsultera oss på Studenthälsan finns alltid. Initialt när man kontaktar Studenthälsan för allmän rådgivning, är det bäst att inte namnge den som oron gäller. Först i nästa steg, då det kan handla om att hjälpa studenten etablera kontakt med hälso- och sjukvården, kommer personuppgifterna in.

**Vad ska jag säga till studenten om jag tror att hen behöver få tid på Studenthälsan eller annan hjälp?**

Det kan vara bra att tänka på:

- att du kan säga precis som det är – att du är orolig
- att syftet med samtalet är att visa studenten var de hjälpinsatser finns som behövs för att återgå till det normala fungerandet
- att fråga om hen sökt hjälp och i så fall var. Om så inte är fallet, berätta gärna att Studenthälsan finns och lämna kontaktinformation, eller boka tid i webbtidboken tillsammans med studenten
- att du kan erbjuda dig att ta den initiala kontakten med vård-/stödinstanten
- att även om studenten har en avvisande attityd, så kan det visa sig i ett senare skede att din omtanke tagits emot och att den information du lämnade blev användbar

## Hur överför jag en student till Studenthälsan?

I de flesta fall är det bäst om studenten uppmanas att själv kan ta kontakt för att boka en tid, alternativt att du tillsammans med studenten i rummet kan boka tid i vår webbtidbok.

**Gå in på vår hemsida [www.lu.se/studenthalsan](http://www.lu.se/studenthalsan), där det finns uppgifter om telefontider samt en webbtidbok som studenten själv kan fylla i för att boka tid.** Vi kan inte ta emot akuta besök.

## Vad gör jag om en student är mycket inåtvänd, är svår att nå, kanske verkar deprimerad men ovillig att tala med någon?

- Låt studenten få veta att du har lagt märke till att hen håller sig för sig själv - och att du är villig att erbjuda hjälp
- Försök avstå från att komma med en snabb lösning på det som i brist på information kanske verkar vara studentens problem
- Återkommande stödsatser, även om det bara handlar om några minuter, kan bidra till att bryta isoleringen. Uppmuntra studenten att bibehålla kontakten med familjen och kamraterna
- Om studenten talar om självmord, lyssna på hen, det handlar om att kommunicera ett hjälpbehov. Sök sedan hjälp omedelbart!

## Hur kan det se ut när en person är i behov av professionell vård omgående?

En signal kan vara när studenten visar en trend i riktning mot kraftigt försämrade studieprestationer och/eller frekvent uteblivande från undervisning och tentor.

Det finns ett antal varningstecken som bör tas på största allvar. Dessa är i första hand:

- Aggressivt uppträdande, hotfullt beteende mot andra
- Tal och/eller tankar om självmord
- Synliga yttre tecken, som t.ex. skärsår/låg kroppsvikt/berusning eller drogpåverkan
- För omgivningen påtagliga och oroande förändringar i sättet att vara som person
- Uttryck för tankar som är orimliga eller osammanhängande och som inte går att korrigera

## Vem kontakter jag när en student är i omgående behov av hjälp?

När en student visar allvarliga tecken på psykisk ohälsa är det angeläget att du tar kontakt med hälso- och sjukvården, ibland behövs akut hjälp.

**AKUT PSYK Lund** 046-17 41 00

**AKUT PSYK Malmö** 040-33 80 00

**AKUT PSYK Helsingborg** 042-406 27 30

Vid allvarlig kroppslig sjukdom larmnummer **112** (obs inom LU: **0112**) eller sjukvårdsupplysningen **1177**

## Vad gör jag om studenten är mycket utagerande/störande eller hotfull?

Ring universitetets larmtelefon internt **20 700** eller **046-222 07 00** och begär hjälp av säkerhetsfunktionen. Det är bra att ha telefonnumret tillgängligt, t.ex. på en lapp på skrivbordet eller förprogrammerat i telefonen.

Vid hot och/eller våld, tänk på:

- Du kan alltid be om att få hjälp via gemensamma säkerhetsfunktionen
- Att ingen ska träffa en hotfull person ensam, även om hoten inte är uttalade utan mer underförstådda
- Att arbetsmiljölagstiftningen också gäller universitet och högskola - risken för hot och våld ska minimeras. Dessa frågor ska finnas med i arbetsmiljödiskussionerna. De åtgärder man tar fram ska dokumenteras
- Att om någon uttalar hot eller är våldsam ska en polisanmälan och en tillbudsanmälan göras. Tala alltid med din närmaste chef om det som inträffat och gör en plan för hur du ska agera ifall vederbörande kommer tillbaka

Universitetet är inte en allmän plats - ett störande uppträdande är inte godtagbart. Student som stör undervisningen kan bli föremål för disciplinärende.

**Vad gör jag om jag inte vill vara ensam när jag ska prata med en student?**

- Om situationen kan upplevas obehaglig ska du aldrig vara ensam, se till att du har en kollega med dig och prata med din chef om arbetsituationen.
- Du kan alltid begära assistans från universitetets säkerhetsfunktion tel 20 700

## **Viktiga telefonnummer**

**NÖDSITUATION 112** obs! inom **LU 0112**

Universitetets larmtelefon **20 700** eller 046-222 07 00

Sjukvårdsrådgivningen (öppen 24 tim/dygn) **1177**

Polisen 114 14

Akutmott Psykiatri Lund 046-17 41 00

Akutmott Psykiatri Malmö 040-33 80 00

Akutmottagning Psykiatri Helsingborg 042-406 27 30

Studenthälsan 046-222 43 77

Se vidare information på Studenthälsans hemsida

[www.lu.se/studenthalsan](http://www.lu.se/studenthalsan)

[www.lunduniversity.lu.se/student-health](http://www.lunduniversity.lu.se/student-health)

i högerspalten under ”Vård och stöd” – ”Relaterad information”

På sidan [www.lu.se/emergency](http://www.lu.se/emergency) hittar du en del andra praktiska telefonnummer och en Incidentrapport om något redan skulle ha inträffat eller om du vill kontakta den gemensamma säkerhetsfunktionen.