



شيوه نامه : مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان



رفتارهای خودآسیب رسان به مجموعه اقداماتی اطلاق می شود که در آنها شخص به طور آگاهانه قصد آسیب به خود یا نابودسازی خویش را دارد. در این حالت فرد معمولاً احساس درماندگی و نومیدی دارد و به دنبال راهی برای رهایی از یک مسئله یا بحران است که وی را شدیداً رنج می دهد. یکی از بارزترین رفتارهای خودآسیب رسان خودکشی می باشد که تبعات ناگواری برای فرد و جامعه در پی دارد. خودکشی در میان دانشجویان به عنوان بخش نخبه، فعال و راهبردی جامعه نیاز به توجه ویژه دارد و از آنجا که در این بحران جان یک انسان و متعاقباً احساس امنیت و آرامش اطرافیان درخطر است و از سوی دیگر به این لحاظ که معمولاً مسئولین مربوطه با نحوه اقدام مؤثر در این شرایط آگاه نیستند و گاه به اقداماتی می پردازند که جزو (نباید های) مداخله در بحران میباشد. لذا وجود راهنمای عمل مناسب در مواجهه با چنین بحرانهایی لازم و ضروری می باشد. بر این اساس شیوه نامه ذیل جهت مداخله مؤثر در موارد تهدید، اقدام و انجام خودکشی دانشجویان تهیه و تدوین گشته است.

هدف:

ایجاد وحدت رویه در آموزشکدهها در برخورد با موارد خودکشی کامل، اقدام به خودکشی و خودکشی قریب الوقوع در دانشجویان

تعاریف:

(الف) خودکشی کامل: عملی که از روی قصد بوده و سبب مرگ فرد می شود.

(ب) اقدام به خودکشی: اقدام به خودکشی عبارت است از عملی غیرکشنده که در آن شخص عمدتاً و بدون مداخله دیگران رفتاری غیر عادی را انجام داده که منجر به خود آسیب زنی یا خوردن غیر عادی یک ماده به تعداد بیش از میزان تجویز شده می شود.

(ج) خودکشی قریب الوقوع: هر رفتار غیر معمولی که از نظر کارکنان، اساتید، متخصصان بهداشت روانی یا گروه پزشکی و روانپزشکی، احتمال خودکشی را مطرح کرده و احتمالاً اقدام به خودکشی قریب الوقوع است.

شاخصهای چنین احتمالی عبارتند از:

- ۱- قطع فعالیت طبیعی به همراه عزلت و گوشه گیری
- ۲- دوره های طولانی مدت افسردگی
- ۳- «بخشش» دارایی های با ارزش مانند(دوست دارم این ضیط صوت را به شما تقدیم کنم).
- ۴- تغییرات ناگهانی خلق و روحیه از افسردگی و ناامیدی به شادی و آرامش
- ۵- پرداخت ناگهانی صورت حساب ها، بازگرداندن موارد قرض گرفته شده و امثالهم
- ۶- تهیه وصیت نامه و خداحافظی های پایانی(آخرین خداحافظی ها)
- ۷- تهیه وسیله (مثل اسلحه یا قرص) یا صحبت کردن از وسایل واقعا کشنده (مثل پریدن، زیر ماشین انداختن و از این قبیل)
- ۸- تشخیص یک حالت « ناامیدی و درماندگی» در فرد

کمیته هماهنگی مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان و شرح وظایف اعضاء

پیشنهاد می شود در هر آموزشکده کمیتهای تحت عنوان «کمیته هماهنگی مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان» با حضور افراد زیر و با شرح وظایف مشخص تشکیل شود:

- ۱- ریاست آموزشکده
- ۲- معاون دانشجویی یا آموزشی
- ۳- مسئول مشاوره یا مشاور مدعو
- ۴- مسئول حراست آموزشکده
- ۵- کارشناس مسئول دانشجویی
- ۶- یک نفر کارشناس روانپزشک مدعو(به پیشنهاد مسئول مشاوره)

تبصره ۱: مسئولیت این کمیته بر عهده ریاست آموزشکده میباشد.

تبصره ۲: کلیه امور مربوط به خودکشی دانشجویان توسط این کمیته ساماندهی می شود.

تبصره ۳: لازم است کمیته در اسرع وقت از طریق مسئول مشاوره یا مشاور مدعو تشکیل و برنامه آموزش مداخله در بحران را برای تمامی افرادی که به نحوی درگیر مساله خودکشی دانشجویان هستند مانند (کارکنان انتظامات و مسئولان و سرپرستان و سرپرستان خوابگاه و ...) طراحی و اجرا نماید.

شرح وظایف اعضای کمیته هماهنگی مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان

شرح وظایف ریاست آموزشکده

- ۱- تشکیل جلسات کمیته هماهنگی مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان به صورت اضطراری
- ۲- انجام هماهنگی های لازم برای در جریان قرار دادن و همکاری با نهاد های قانونی نظیر پزشکی قانونی ، نیروی انتظامی و ...

شرح وظایف معاون دانشجویی یا آموزشی

- ۱- تشکیل جلسات کمیته هماهنگی مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان به صورت اضطراری
- ۲- در جریان قرار دادن ریاست آموزشکده
- ۳- انجام هماهنگی های لازم برای در جریان قرار دادن و همکاری با نهاد های قانونی نظیر پزشکی قانونی ، نیروی انتظامی و ...

شرح وظایف مسئول مشاوره یا مشاور مدعو

وظایف مسئول مشاوره یا مشاور مدعو در موارد خودکشی کامل:

- ۱- تماس با خانواده دانشجوی متوفی
- ۲- انجام هماهنگیهای لازم در زمینه ارائه خدمات مشاوره ای و حمایتی لازم برای خانواده ، نزدیکان دانشجو و سایر دانشجویانی که تحت تاثیر منفی خودکشی قرار گرفته اند.
- ۳- تلاش و رایزنی با مسئولان و خانواده دانشجوی متوفی از نظر نحوه برگزاری مراسم احتمالی ترحیم در دانشگاه و پرهیز از قهرمان پروری احتمالی

وظایف مسئول مشاوره یا مشاور مدعو در موارد اقدام به خودکشی:

- ۱- حضور یا اعزام کارشناس خبره به محل اقدام
- ۲- ارزیابی میزان خطر خودکشی و انجام اقدامات لازم بسته به میزان خطر (رجوع شود به دستورالعمل های خطر بسیار زیاد ، خطر زیاد و خطر متوسط)
- ۳- در صورت نیاز به همراه ، اعزام مددکار یا در غیاب وی هماهنگی با معاون دانشجویی -آموزشی یا حراست دانشگاه برای اعزام همراه جهت بستری کردن دانشجو
- ۴- اعزام مددکار یا مشاور مدعو جهت بازدید از دانشجو در محل بستری و تهیه گزارش مددکاری و پیگیری وضعیت دانشجویان نظر انجام اقدامات درمانی لازم
- ۵- پیگیری وضعیت دانشجو از نظر شرایط ادامه تحصیل و چگونگی اقامت در خوابگاه
- ۶- پیگیری و ارزیابی وضعیت دانشجو از نظر احتمال خودکشی مجدد
- ۷- در صورت نیاز پیگیری تقاضای انتقالی و یا مهمانی به دانشگاه نزدیک محل سکونت خانواده دانشجو

وظایف مسئول مشاوره یا مشاور مدعو در موارد خودکشی قریب الوقوع / تهدید به خودکشی:

- ۱- هماهنگی ملاقات مسئول مشاوره یا مشاور مدعو با دانشجو در مکانی مناسب
- ۲- انجام مصاحبه در بحران و ارزیابی خطر خودکشی و اقدام متناسب با میزان خطر

شرح وظایف مسئول حراست دانشگاه

وظایف مسئول حراست دانشگاه در موارد خودکشی کامل:

- ۱- اطلاع رسانی به سایر اعضای کمیته مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان
- ۲- حضور در محل وقوع خودکشی و تهیه گزارش و ارائه به رئیس کمیته مداخله در بحران و مقامات مربوط
- ۳- تماس با خانواده دانشجوی متوفی در غیاب سایر اعضای کمیته مداخله در بحران
- ۴- تماس با پزشکی قانونی و سایر نهادهای قانونی مرتبط

وظایف مسئول حراست دانشگاه در موارد اقدام به خودکشی:

- ۱- اطلاع رسانی به سایر اعضای کمیته مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان
- ۲- حضور در محل وقوع خودکشی جهت نظم دهی و جلوگیری از ازدحام احتمالی و تهیه گزارش و ارائه به رئیس کمیته مداخله در بحران و مقامات مربوط

شرح وظایف کارشناس مسئول دانشجویی

- ۱- حضور در محل وقوع خودکشی و انجام هماهنگی و همکاری لازم
- ۲- در صورت خودکشی کامل، تماس با خانواده دانشجوی متوفی، در صورت نیاز ایشان میتوانند از افراد ذیل کمک بگیرند:
 - ۱- کارشناس روانپزشک (مدعو) عضو کمیته بحران ۲- مسئول مشاوره یا مشاور مدعو ۳- مسئول حراست دانشگاه

شرح وظایف کارشناس روانپزشک (مدعو)

- ۱- حضور در جلسات کمیته مداخله در رفتارهای خود آسیب رسان
- ۲- معاینه و ارزیابی روانپزشکی دانشجوی پس از ترخیص از اورژانس یا بیمارستان و انجام اقدامات طبی
- ۳- ارائه نظر تخصصی و کمک به سایر اعضای کمیته در خصوص اتخاذ تصمیم در جهت چگونگی ادامه تحصیل و اقامت در خوابگاه

شیوه مداخله در بحران

۱- خودکشی کامل

در صورت وقوع خودکشی کامل، کارکنان باید بلافاصله مراتب را به بخش حراست دانشگاه اطلاع دهند. در صورتی که خودکشی در خوابگاه روی داده است کارکنان باید بلافاصله مراتب را ابتدا به مسئول خوابگاه و سپس به حراست اطلاع دهند. حراست دانشگاه باید موضوع را به رئیس دانشکده، معاون دانشجویی - آموزشی، کارشناس مسئول دانشجویی، مسئول مشاوره یا مشاور مدعو، و در صورت لزوم و با هماهنگی معاون دانشجویی به سایر نهادهای قانونی مرتبط و پزشکی قانونی اطلاع دهد.

۱-۱- اعلام خبر فوت

نحوه اطلاع رسانی خبر فوت دانشجویی که اقدام به خودکشی کامل نموده است بر عهده معاون دانشجویی - آموزشی یا کارشناس مسئول دانشجویی میباشد و در صورت نیاز ایشان میتوانند از هر یک از افراد ذیل در صورت (حضور در آموزشکده یا دانشکده) کمک بگیرند ۱- روانپزشک (مدعو) عضو کمیته بحران ۲- مسئول مشاوره یا مشاور مدعو ۳- مسئول حراست آموزشکده
قبلا باید نسبت به شناسایی بستگان یا قیم قانونی دانشجو مطمئن شد.

۱-۲- خدمات حمایتی

مسئول مشاوره باید هماهنگیهای لازم را در زمینه ارائه خدمات مشاوره ای و حمایتی لازم برای نزدیکان دانشجو و سایر دانشجویانی که تحت تاثیر منفی خودکشی قرار گرفته اند، به عمل آورد. همچنین لازم است برای ارائه مشاوره سوگ به اعضای خانواده (یا از طریق مراکز و منابع محلی و یا در صورت دسترسی خانواده از طریق مشاوره آموزشکده یا دانشکده) هماهنگی های لازم به عمل آید. با توجه به اینکه احتمال تقلید خودکشی مطرح است و از طرفی نباید موجب از بین رفتن قبح عمل خودکشی شد، لذا باید درخصوص برگزاری مجالس ترحیم اینگونه دانشجویان در دانشگاه بسیار احتیاط کرد. قویا توصیه می شود از برگزاری هرگونه مراسمی که باعث تجلیل و یا قهرمان پروری دانشجو شود پرهیز گردد. ذکر این نکته ضروری است که دانشجویی که بر اثر خودکشی فوت کرده، اگر دچار بیماری یا مشکل روانشناختی نبوده که جای تردید دارد، حداقل دچار نوعی اشکال در فرآیند حل مساله بوده و لذا چنین دانشجویی نباید الگوی سایرین شود.

۲- اقدام به خودکشی

در صورت وقوع اقدام به خودکشی، کارکنان باید بلافاصله حراست آموزشکده را مطلع سازند و در صورت زنده بودن فرد، وی را سریعاً جهت اقدامات پزشکی به اورژانس های پزشکی اعزام و یا با تماس با اورژانس درخواست امدادگر نمایند. وظیفه حراست اطلاع رسانی به کلیه اعضای کمیته مداخله در بحران خودکشی و حضور در محل جهت هماهنگی و همکاری لازم با سایر اعضا و نظم دهی و جلوگیری از ازدحام احتمالی می باشد. کارشناس مسئول دانشجویی یا مسئول مشاوره مراتب را به خانواده دانشجو اطلاع می دهند و از آنها می خواهند تا دستورالعملهای درمانی لازم را پیگیری کنند.

در صورت امتناع خانواده از ارجاع دانشجو به مراکز درمانی، لازم است صورتجلسه ای تنظیم و به امضاء اعضای خانواده یا بستگان برسد (فرم آن در ادامه آمده است).

در صورت عدم مراجعه خانواده و بلا تکلیف ماندن وضعیت دانشجو، معاونت دانشجویی یا آموزشی آموزشکده به صورت موردی تصمیمگیری نموده و دانشجو به همراه یک نفر از اعضای حراست و یک نفر مددکار اجتماعی یا نماینده معاون دانشجویی - آموزشی به شهرستان محل سکونت خانواده اعزام و تحویل خانواده می شود.

۳- تهدید به خودکشی

در صورتی که دانشجویی تهدید به خودکشی نماید لازم است موارد ذیل مد نظر قرار گردد:

- ۱- تحت "هیج" شرایطی نباید جوان مستعد خودکشی را تنها گذاشت.
- ۲- با آرامی با دانشجو صحبت کنید تا مشخص شود که آیا وسایل یا مواد آسیب رسان در اختیار دارد و یا به آنها دسترسی دارد (مثل اسلحه، چاقو، داروها و غیره).
- ۳- در صورت امکان، با آرامش چنین وسایلی را از دانشجو و محیط او دور کنید. در صورت مقاومت دانشجو "هرگز" با وی درگیر نشوید.
- ۴- دانشجو را به آرامی به مکانی از قبل تعیین شده و غیر تهدیدکننده و دور از سایر دانشجویان منتقل کنید. مکانی که یک مشاور حضور داشته و امکان تماس تلفنی وجود داشته باشد. در این زمان مشاور باید مسئولیت مصاحبه در بحران را به عهده بگیرد. اگر آموزشکده فاقد مشاور است و سایرین مسئولیت این بخش را بر عهده گرفته اند، از راهنمایی های دفتر مرکزی مشاوره دانشگاه استفاده فرمایند.
- ۵- مشاور بایستی با آرامش با دانشجو صحبت کند تا خطر آسیب به خود را در او ارزیابی نماید.
- ۶- اگر دانشجو وسایل آسیب رسان را رها نمی کند (= خطر بسیار زیاد) سعی کنید وسایل آسیب رسان را از دانشجو بگیرید و مانع از آسیب رسانی وی به خودش شوید. در صورت مقاومت دانشجو "هرگز" با وی درگیر نشوید. در چنین شرایطی باید با اورژانس و در صورت لزوم با آتش نشانی مثلا (در موارد تهدید به پرتاب از ارتفاع) تماس بگیرید.
- ۷- در صورتی که دانشجو وسایل آسیب رسان را رها میکند ولی هنوز در مرحله خطر قریب الوقوع قرار دارد (= خطر بسیار زیاد) باید با تکمیل فرم فرج فوری دانشجو به مراکز درمانی (در ادامه آمده است) او را به مراکز درمانی مرتبط ارجاع داد و از روانپزشک معالج هم خواست تا در خصوص اقامت دانشجو در وضعیت کنونی در محیطهای جمعی و خوابگاهی اظهار نظر نماید. لازم است کمیته مداخله در بحران از قبل فهرست و شماره تلفن مراکز درمانی مرتبط را تهیه کنند.
- ۸- لازم است دانشجو پس از اتمام مراقبتهای طبی سرپایی یا بستری مرتبط با خودکشی، به روانپزشک (مدعو) یا خارج از دانشگاه مراجعه کرده و روند درمان خود را پیگیری نماید. این فرآیند توسط کمیته مداخله در بحران نظارت شود.
- ۹- اگر دانشجو در حالت خطر قریب الوقوع آسیب به خود وجود ندارد (= خطر متوسط)، باید با دانشجو یا دوستان و آشنایان و نیز والدین دانشجو ارتباط برقرار کرد و آنها را در خصوص موقعیت راهنمایی کرد و از آنها خواست تا دانشجو را به دفتر مشاوره یا سایر مراکز مرتبط ببرند. شماره تلفن های لازم را تهیه کرده تا در موارد لزوم در اختیار مراجعه کنندگان قرار گیرد.

تبصره: با توجه به عدم همکاری برخی از دانشجویان در دادن شماره تماس خانواده، کارشناس مسئول دانشجویی موظف است تلفن و آدرس کلیه دانشجویان را در هر سال تحصیلی و تغییرات احتمالی آن را به صورت دیسکت در اخ تیار کمیته مداخله در بحران رفتارهای خود آسیب رسان قرار دهند.

۱۰- در صورت امتناع خانواده از ارجاع دانشجو به مراکز درمانی، لازم است صورتجلسه های تنظیم و به امضاء اعضای خانواده یا بستگان برسد (صورتجلسه مربوط به آن در ادامه آمده است).

۱۱- در صورت عدم مراجعه خانواده و بلا تکلیف ماندن وضعیت دانشجو، معاونت دانشجویی یا آموزشی آموزشکده به صورت موردی تصمیمگیری نموده و دانشجو به همراه یک نفر حراست و یک نفر مددکار اجتماعی یا نماینده معاون دانشجویی - آموزشی به شهرستان محل سکونت خانواده اعزام و تحویل خانواده میشود.

۴- تهدید به خودکشی

در صورتی که هر یک از کارکنان یا دانشجویان متقاعد شوند که یکی از کارکنان یا دانشجویان در معرض خطر احتمالی خودکشی است، بایستی مراتب را با مسئول مشاوره یا مشاور مدعو در میان بگذارند و با مشارکت وی راهبردهایی جهت حمایت از فرد مورد نظر و یا ارجاع هر چه سریعتر وی جهت ارزیابی (چک لیست خطر خودکشی که در ادامه آمده است) و کمک تخصصی پی ریزی نمایند. اگر دانشجویی در وضعیتی باشد که بدون مراقبت احتمال ارتکاب به خودکشی در مورد وی مطرح است، مسئول مشاوره یا مشاور مدعو باید مراتب را به اطلاع کارشناس مسئول دانشجویی برساند. در چنین مواردی باید ترتیب بستری کردن فرد فراهم گردد و مراتب به اطلاع خانواده وی رسانده شود تا همکاری آنان برای بستری کردن دانشجو جلب گردد. با توجه به اینکه آموزشکده از نقطه نظر حقوقی قیم دانشجو محسوب نمیگردد، لذا درگیر کردن خانواده در فرایند درمان و جلب موافقت آنان برای بستری ضروری است.

۵- شرایط ادامه تحصیل و اقامت دانشجو در خوابگاه

با توجه به ماهیت دانشگاه به عنوان یک محیط آموزشی و درک این نکته که این محیط آموزشی برای بعضی از دانشجویان استرس زا است، حتما باید به گونهای اطمینان حاصل گردد که دانشجوی اقدامکننده به خودکشی یا دانشجویی که بر اثر این شرایط استرس زا بستری شده است و بالقوه تهدیدی برای خودکشی مجدد است، فعلا توانایی مقابله با این استرسها را دارد. ادامه تحصیل یا تداوم اقامت دانشجو در خوابگاه منوط به تایید روانپزشک، مسئول مشاوره یا مشاور مدعو و یا معاون دانشجویی - آموزشی خواهد بود. بخش متولی پیگیری میتواند ادامه تحصیل یا اقامت در خوابگاه را منوط به ارتباط مستمر دانشجو با بخش مشاوره (داخل یا خارج از آموزشکده یا دانشکده) و شرکت در چند جلسه مشاوره بنماید. در صورتی که ارزیابی متخصصان بهداشت روانی یا مشاوره مبنی بر ناتوانی دانشجو بر زندگی مستقل در آموزشکده محل تحصیل کنونی باشد، معاونت دانشجویی و یا مشاوره آموزشکده می تواند با همکاری معاون آموزشی آموزشکده تقاضای انتقالی و یا مهمانی را به آموزشکده نزدیک محل سکونت خانواده دانشجو بنماید.

۶- پیگیری

در پیگیری باید به چند نکته توجه کرد:

- ۱- تکمیل پرونده و مصاحبه مددکاری با کلیه دانشجویان اقدام کننده به خودکشی
- ۲- پیگیری وضعیت روانشناختی کنونی دانشجو از نظر احتمال خودکشی مجدد
- ۳- پیگیری مساله ادامه تحصیل و تداوم حضور دانشجو در خوابگاه
- ۴- پیگیری تکمیل مراحل درمانی دانشجو از نظر پزشکی، روانپزشکی و مشاوره ای در شرایط سرپایی و بستری
- ۵- در صورت نیاز پیگیری تقاضای انتقالی و یا مهمانی به آموزشکده نزدیک محل سکونت خانواده دانشجو

۷- گزارش دهی و تنظیم صورتجلسه

۱- برای کلیه موارد اقدام و تهدید به خودکشی صورتجلسه اطلاع به خانواده تنظیم و توسط خانواده تکمیل گردد (صورتجلسه در ادامه آمده است). در صورت امتناع خانواده از حضور در آموزشکده توصیه میگردد دانشجو به اتفاق همکاران حراست و مددکار اجتماعی یا نمایندهای از معاونت دانشجویی - آموزشی تا شهرستان محل سکونت خانواده اعزام و در آنجا پس از تحویل دانشجو، فرم صورتجلسه تنظیم گردد.

۲- لازم است برای کلیه موارد کامل، اقدام و تهدید به خودکشی، فرم گزارش (فرم گزارش خودکشی که در ادامه آمده است) در دو نسخه تنظیم و یک نسخه آن در بخش مشاوره آموزشکده نگهداری و نسخه دوم هر چه سریعتر به صورت محرمانه مستقیما به دفتر مرکزی مشاوره دانشگاه فنی و حرفهای ارسال گردد.

۸- باید ها و نباید ها

باید:

- علایم آغازگر و سرنخ های خودکشی را بشناسید: افسردگی، درماندگی، تهدید به خودکشی یا اخ طارهای کتبی و شفاهی، گوشه گیری، استرس شدید، شکست های عاطفی و...

- حتما والدین را در جریان امور قرار دهید. در برقراری ارتباط با خانواده حتی المقدور از بکارگیری واژگان تخصصی آسیب شناسی روانی پرهیز و بیشتر به وضعیت عاطفی و رفتاری دانشجو اشاره شود.
- به قضاوت خود اعتماد کنید .
- موضوع را با دیگران در میان بگذارید .به محض اینکه متوجه شدید دانشجویی در معرض خطر خودکشی است، موضوع را به مقام بالاتر یا مسئول مشاوره و مشاور مدعو و یا اورژانس اطلاع دهید.
- به احساسات و عواطف موجود در ورای کلمات توجه کرده و سعی کنید آنها را بفهمید . احساسات ابراز شده از جانب دانشجو را جدی بگیرید.
- فرد را به طرح کردن آنچه افکار مرگ را در او به وجود آورده است تشویق کنید.
- از دانشجو بخواهید که تصمیمش را برای مدتی به تعویق اندازد؛ در این صورت می توانید به فرد پیشنهاد کنید که همراه با او به دنبال منابع حمایتی بگردید.
- به فرد کمک کنید تا جایگزین ها و راههای مناسب را تشخیص دهد.
- به دانشجو یادآوری کنید که خودکشی یک **راه حل دائمی** برای حل یک **مسئله گذرا** و موقتی است.
- این واقعیت را دریابید که ممکن است در بعضی از موارد نتوانید مانع از انجام خودکشی شوید.

نباید:

- نگران این نباشید که اگر موضوع خودکشی را آشکار سازید به اعتماد دانشجو نسبت به خودتان لطمه وارد می شود .شما می توانید با برملا کردن یک راز، یک زندگی را نجات دهید.
- سعی نکنید در مجادله مربوط به خودکشی برنده شوید ،آنها ممکن است تحمل باخت را نداشته باشند.
- دانشجو را موعظه نکنید یا پند و اندرز ندهید.
- تهدید به خودکشی یا چالشهای پیش روی دانشجو را نادیده نگیرید.
- اگر احساس میکنید که دانشجویی در معرض خودکشی را یک خطر فوری تهدید می کند، او را تنها نگذارید.
- سعی نکنید دانشجویی در معرض خطر خودکشی را به تنهایی نجات دهید.
- علایم و نشانه های خودکشی را نادیده نگیرید .نادیده گرفتن به دانشجو این پیام را منتقل می کند که او را دوست ندارند یا نمی فهمند. پرهیزید.
- از قوت قلب دادن های بی مورد مثل این که همه چیز درست و رو به راه می شود پرهیزید .
- گول این گفته دانشجو را نخورید که بحران عاطفی به اتمام رسیده است.
- تصور نکنید که افراد پرخاشگر خودکشی میکنند و نه افراد خوب ، **ساکت** یا **مطمئن**

تذکر:

با توجه به اینکه امکان دارد حسب ضرورت لزوم تجدیدنظر در این شیوه نامه به وجود آید بر این اساس پیشنهاد می شود اصلاحات پیشنهادی به دفتر مرکزی مشاوره دانشگاه فنی و حرفهای ارسال گردد.

باسمه تعالی

فرم ارجاع فوری دانشجوی به مراکز درمانی

از مرکز مشاوره دانشکده/ آموزشکده: به: مرکز آموزشی درمانی /بیمارستان.....
بدینوسیله آقای /خانم دانشجوی رشته متولد ورودی
ساکن در خوابگاه این دانشکده/ آموزشکده که اقدام /تهدید به خودکشی کرده است، جهت اقدامات درمانی
لازم معرفی میگردد.

رئیس دانشکده/ آموزشکده:.....

تاریخ و امضاء:.....

مشاهدات و شرح حال اولیه:.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

خلاصه اقدامات درمانی و اظهار نظر پزشک /روانپزشک معالج:

۱- آیا دانشجو باید بستری گردد؟ بلی خیر

۲- در صورت عدم بستری، آیا دانشجو در وضعیت کنونی شرایط اقامت در محیطهای جمعی و خوابگاهی را دارد؟ بلی خیر

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

نام و نام خانوادگی پزشک /روانپزشک معالج تاریخ و امضاء.....

باسمه تعالی

صور تجلسه تنظیم شده با اعضای خانواده

در جلسہ ای که در تاریخ ساعت در محل و با حضور

۱- آقای / خانم با سمت / وابستگی.....

۱- آقای / خانم با سمت / وابستگی.....

در خصوص مشکلات اجتماعی - روانی آقای / خانم به شماره دانشجویی.....

رشته دانشکده / آموزشکده برگزار گردید، وضعیت دانشجو از نظر

سلامت روان، عوارض دوری از خانواده و مشکلات احتمالی ناشی از حضور وی در خوابگاه / آموزشکده و امکان آسیب‌رسانی به خود و

اطرافیان بررسی و تشریح شد. همچنین توصیه‌های لازم در خصوص ضرورت پیگیری و مراقبت درمانی توسط وابستگان ایشان و انتقال

نامبرده به آموزشکده نزدیک محل سکونت والدین (در صورت خوابگاهی بودن) و مراقبت و حمایت مستمر خانواده از دانشجو مطرح

گردید. حاضران در جلسہ ضمن آگاهی کامل از شرایط دانشجو، کلیه مسئولیتهای مربوط به حضور دانشجو در دانشکده / آموزشکده،

خوابگاه و عواقب و خطرات احتمالی آن را پذیرفته‌اند و متعهد گردیده‌اند در صورت لزوم نهایت همکاری را با دانشگاه بعمل آورند.

۱- نام و نام خانوادگی: : تاریخ و امضاء.....

۲- نام و نام خانوادگی: : تاریخ و امضاء.....

مشکلات و وضعیت دانشجو به اطلاع نامبردگان فوق رسیده است و امضاء ایشان مورد تایید است.

رئیس دانشکده / آموزشکده:.....

تاریخ و امضاء:.....

باسمه تعالی

فرم گزارش موارد خودکشی

محرمانه

نام دانشکده/ آموزشکده: استان: منطقه:

نام و نام خانوادگی دانشجو سن: جنسیت:

وضعیت تاهل: متاهل مجرد رشته: سال ورود: مقطع تحصیلی:

سهمیه پذیرفته شده در کنکور: آزاد شاهد ایثارگر سایر محل سکونت فعلی دانشجو: بومی (نزد والدین) خوابگاه

منزل استیجاری با دوست آن منزل استیجاری به تنهایی منزل اقوام

آدرس محل سکونت:

آدرس محل سکونت والدین:

مورد: خودکشی کامل اقدام به خودکشی تهدید به خودکشی افکار خودکشی

زمان و شرح وقوع:

(در صورت اقدام) شیوه:

۱- مصرف دارو ذکر نوع دارو، میزان مصرف، زمان مصرف و مکان مصرف.....

۲- زدن رگ ذکر محل بریدگی و زمان و مکان اقدام.....

۳- پرتاب از بلندی ذکر زمان و مکان اقدام.....

۴- به دار آویختن ذکر زمان و مکان اقدام.....

۵- سایر موارد (توضیح دهید).....

چگونگی اطلاع از افکار / اقدام به خودکشی (توضیح) دهید.....

آیا دانشجو: سابقه بیماری جدی جسمی و روانی سابقه اقدام به خودکشی سوء مصرف مواد شکست تحصیلی او یا مشکل جدی

دیگری داشته است توضیح دهید.....

نظریه اولیه مشاور در خصوص علت اقدام یا افکار.....

خلاصه اقدامات انجام گرفته و وضعیت فعلی دانشجو:

نام و نام خانوادگی مشاور: تاریخ و امضاء.....

- آیا اخیرا سابقه دریافت درمان های روانشناختی / روانپزشکی را داشته است ؟
- آیا اخیرا سابقه سوء مصرف مواد یا الکل را داشته است ؟
- آیا سابقه خودکشی در خانواده وجود دارد ؟
- آیا سابقه ابراز خشم و خصومت برجسته نسبت به اطرافیان را دارد ؟
- آیا به تازگی زندگی فرد دچار از هم گسیختگی شده است ؟
- آیا سابقه شکست و ترک تحصیل را دارد ؟
- آیا اخیرا بیش از حد معمول افسردگی یا اضطراب را تجربه کرده است ؟
- آیا دوستی دارد که اخیرا خودکشی کرده باشد ؟
- آیا بستگانی دارد که اخیرا خودکشی کرده باشد ؟
- آیا تهدید به خودکشی کرده یا با دوستان و دیگران از خودکشی صحبت کرده است ؟
- آیا نسبت به مرگ و مردن اشتغال ذهنی دارد (زیاد به فکر مرگ و مردن است) ؟
- آیا سابقه قبلی اقدام به خودکشی دارد ؟
- آیا با دوستان اختلاف نظر و کشمکش دارد ؟
- آیا اخیرا دچار شکست عاطفی شده است ؟
- در مورد دانشجویان دختر ، آیا اخیرا دچار سوء استفاده جنسی و یا بارداری ناخواسته شده است ؟
- آیا برای خودکشی « طرح و برنامه » دارد و تدارکات اولیه را در نظر گرفته است
- آیا تدارک «اقدامات نهایی» را دیده و برای آن برنامه ریزی کرده است ؟

چک لیست ارزیابی خطر خودکشی
مقیاس افراد غمگین (SAD PERSONS)

در صورت وجود هر یک از موارد زیر یک نمره بدهید.

| ردیف | موضوع | نمره (۰-۱) |
|------|--|----------------------------|
| ۱ | جنسیت | Sex |
| ۲ | سن زیر ۲۰ سال یا بالای ۴۵ سال | Age |
| ۳ | خلق افسرده | Depressed mood |
| ۴ | سابقه اقدام به خودکشی | Previous suicide attempt |
| ۵ | مصرف الکل یا مواد | Ethanol abuse |
| ۶ | فقدان تمرکز منطقی (نشانگان آسیب مغزی، اختلال های عاطفی، اسکیزوفرنیا | Rational thinking loses |
| ۷ | فقدان حمایت اجتماعی | Social support lacking |
| ۸ | برنامه خودکشی سازمان دهی شده | Organized plan for suicide |
| ۹ | تجرد یا تنهایی | No spouse |
| ۱۰ | بیماری یا فقدان سلامت جسمانی | Sickness |

نمره کل:

تفسیر نمرات:

۰-۲ : مراجع به منزل / خوابگاه می رود اما پیگیری او ادامه دارد.

۳-۴ : پیگیری جدی

۵-۶ : توجه جدی به بستری کردن (بسته به میزان اعتماد به فرایند پیگیری)

۷-۱۰ : بستری کردن

تذکر: در صورت وجود برنامه خودکشی سازماندهی شده (مورد ۸) حتما باید مساله بستری کردن را به طور جدی در نظر گرفت.

* این شیوه نامه طی نامه شماره ۴۱ / ۸ / ۳۳۷۸۲ / ۸۴ / ۸ / ۳۰ به تاریخ ۸۴ / ۸ / ۳۰ دکتر ظریفیان ، معاون دانشجویی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری جهت بهره برداری لازم، به معاونین دانشجویی دانشگاههای سراسر کشور ارسال شده است. تصویب نهایی آن در پنجمین شورای برنامه ریزی تخصصی دفتر مرکزی مشاوره به تاریخ یازدهم مرداد ۱۳۸۴ انجام شده است. گردآوری این مجموعه به شکل کنونی توسط مسئول فعلی دفتر مشاوره و سلامت سازمان امور دانشجویان و قائم مقام مرکز مشاوره دانشگاه تهران و با بهره گیری از نظرات کارشناسی تعدادی از همکاران مراکز مشاوره صورت گرفته است.

مرکز مشاوره و سلامت دانشجویی دانشگاه فنی و حرفه ای