Praktische richtlijnen voor professionals om vroegtijdig mogelijke (nieuwe) psychische problemen te signaleren en wat te doen

Hoe weet je dat er een probleem is?

- Je hebt het gevoel dat er iets speelt maar kunt er niet de vinger op leggen

Of wat je hoort:

- De student vertelt het je?
- Anderen uiten hun bezorgdheid

Of wat je ziet:

- Je ziet gedragsveranderingen zoals gewichtsafname/-toename; minder persoonlijke hygiëne; een geur van alcohol of cannabis; is hyperactief of juist teruggetrokken
- Een opvallende verandering in studieprestaties

Dit alles kan ook geleidelijk gebeuren

Ja op een of meer van deze punten

"Wees proactief niet reactief, wacht niet tot de situatie ernstiger wordt**"**

Vermijd de situatie niet!

Zoek contact met de student, probeer met hem/haar te praten

Wees duidelijk over de beschikbare tijd die je hebt

Wees bereid om te luisteren

Soms is luisteren alleen voldoende

NA het contact voel je dat er een probleem is

De student accepteert geen hulp

De student wil over zijn/haar problemen praten

Respecteer de student in zijn/haar recht om niet over de problemen te willen praten of om hulp te zoeken

Je bent nog steeds bezorgd over de student

Praat met je teamleider of gespecialiseerd collega en vraag om advies

Biedt de student de mogelijkheid aan om bij je terug te komen en te praten

Je hoeft het probleem niet op te lossen. Probeer niet om de verantwoordelijkheid te nemen voor een student 's probleem

Probeer niet om de student advies te geven dat niet bij je rol of functie past

Verwijs des-gewenst naar het decanaat

Luister en probeer de student te helpen bij het vaststellen van het soort hulp dat hij/zij nodig heeft, b.v.: studie, alcohol, drugs, zwangerschap, depressie, sexuele gezondheid

Soms is het moeilijk om de goede hulpbron vast te stellen, verwijs de student dan naar iemand die hij/zij vertrouwt

Het helpen van een student kan erg stressvol zijn; neem jezelf in acht en zoek ondersteuning bij anderen!