

# SAMTALEKORT

KRÆNKEDE OG SELVMORDSTRUEDE STUDERENDE



AAU STUDIE- OG  
TRIVSELSVEJLEDNING

# FORMÅLET MED KORTENE

## FORMÅL MED SAMTALEKORTENE

Disse samtalekort kan bruges i samtalen med en studerende, der har været udsat for en krænkelse eller er selvmordstruet. Når studerende henvender sig til en ansat, vil det ofte være på bagkant af oplevelsen. Kortene er derfor ikke tiltænkt som krisekort, men indeholder afdækkende og handlingsorienterende spørgsmål samt henvisningsmuligheder til studerende, der søger hjælp.

Det kan være en god idé at være to, eller orientere en kollega om, at du har en svær samtale med en studerende.

## FORTROLIGHED

Du har tavshedspligt, hvilket betyder at den studerende kan forvente fortrolighed omkring de oplysninger der deles med dig. For bedst at kunne hjælpe den studerende må du gerne dele oplysningerne internt på AAU fx med din leder eller sparringspart i Studieservice. Det er dog altid god etik at gøre den studerende opmærksom på, hvad og med hvem du deler oplysninger.

## SÅDAN BRUGER DU KORTENE

Samtalekortet kan lægges på bordet mellem dig og den studerende og bruges som et redskab til at skabe overblik over situationen.

Man behøver ikke nødvendigvis bruge alle spørgsmål på samtalekortet, men det er vigtigt, at lægge ud med afdækkende spørgsmål før de handlingsorienterende spørgsmål. Du kan eksempelvis åbne samtalen med:

*“Jeg har nogle kort med spørgsmål, som kan hjælpe os med at styre vores samtale i dag”*

## KONTAKT

Du er også velkommen til at sparre med en trivselsvejleder fra Studie- og trivselsvejledningen (kl. 9-15) eller henvise den studerende til samtale hos AAU Studie- og trivselsvejledning.

Find kontaktoplysninger på trivselsvejledere på campus Aalborg, København og Esbjerg via QR-koden.



# TRUENDE OG VOLDSOM ADFÆRD – FYSISK/PSYKISK

## HANDLE- OG HENVISNINGSMULIGHEDER

### SKAB OVERBLIK: TRIVSELSVEJLEDNINGEN

Har du brug for at snakke din oplevelse igennem i fortrolighed og få overblik over videre hjælp, eller ønsker du hjælp til hvordan du kan henvende dig hos din studieleder, kan du booke en samtale hos Studie- og trivselsvejledningen (QR-kode).

### SAMTALEFORLØB: FAST TRACK

Din vejleder, studie(nævns)sekretær eller studieleder har mulighed for at henvise dig til vores interne fast track funktion, hvorefter du hurtigst muligt vil få tilbudt et fortroligt samtaleforløb. Henvielse sker via AAU Studie- og trivselsvejledning (QR-kode).

### ANMELDELSE TIL AAU

Ønsker du at anmelde en medstuderende eller en ansat for en krænkelse, skal du kontakte din studieleder.

### ANMELDELSE TIL POLITIET

Hændelsen bør meldes til politiet, hvis der er sket en overtrædelse af straffeloven.

- 112 (hasteanmeldelser)
- 114 (mindre hastende anmeldelser)
- Skriftlige anmeldelser kan ske via [www.politi.dk](http://www.politi.dk)

### EGEN LÆGE

Har du behov for henvisning til evt. behandlingsforløb, skal du kontakte din egen læge.

### KRISECENTER

Både Krisecenter For Kvinder og Mandecentret har uddannet personale til at hjælpe dig, som har været udsat for trusler eller overgreb - såvel fysisk som psykisk.

Se [www.levudenvold.dk](http://www.levudenvold.dk).



# TRUENDE OG VOLDSOM ADFÆRD – FYSISK/PSYKISK

At dele dine oplevelser er første skridt til hjælp.

## AFDÆKKENDE SPØRGSMÅL

- Hvad er det, du har oplevet?
- Hvem er involveret?
- Hvor lang tid har det stået på?
- Har du fået det værre over tid?
- Hvad kan hjælpe dig lige nu?
- Har du talt med andre om din oplevelse?
- I hvilke situationer er du tryk og godt tilpas?

## HANDLINGSORIENTERENDE SPØRGSMÅL

- Hvad kunne du tænke dig, der skulle ske?
- Hvilke muligheder har du for selv at påvirke situationen?
- Hvem i dit netværk kan du søge støtte hos?
- Ønsker du at anmelde krænkelserne?
- Er der evt. nogen, der kan hente dig her?



# MOBNING, CHIKANE, STALKING, DISKRIMINATION MV.

## HANDLE- OG HENVISNINGSMULIGHEDER

### SKAB OVERBLIK: TRIVSELSVEJLEDNINGEN

Har du brug for at snakke din oplevelse igennem i fortrolighed og få overblik over videre hjælp, eller ønsker du hjælp til hvordan du kan henvende dig hos din studieleder, kan du booke en samtale hos Studie- og trivselsvejledningen (QR-kode).

### SAMTALEFORLØB: FAST TRACK

Din vejleder, studie(nævn)sekretær eller studieleder har mulighed for at henvise dig til vores interne fast track funktion, hvorefter du hurtigst muligt vil få tilbudt et fortroligt samtaleforløb. Henvielse sker via AAU Studie- og trivselsvejledning (QR-kode).

### ANMELDelse TIL AAU

Ønsker du at anmelde en medstuderende eller en ansat for en krænkelse, skal du kontakte din studieleder.

### ANMELDelse TIL POLITIET

Hændelsen bør meldes til politiet, hvis der er sket en overtrædelse af straffeloven.

- 112 (hasteanmeldelser)
- 114 (mindre hastende anmeldelser)
- Skriftlige anmeldelser kan ske via [www.politi.dk](http://www.politi.dk)

### EGEN LÆGE

Har du behov for henvisning til evt. behandlingsforløb, skal du kontakte din egen læge.



# MOBNING, CHIKANE, STALKING, DISKRIMINATION MV.

At dele dine oplevelser er første skridt til hjælp.

## **AFDÆKKENDE SPØRGSMÅL**

- Hvad er det, du har oplevet?
- Hvem er involveret?
- Hvor lang tid har det stået på?
- Har du fået det værre over tid?
- Hvad kan hjælpe dig lige nu?
- Har du talt med andre om din oplevelse?
- I hvilke situationer er du tryk og godt tilpas?

## **HANDLINGSORIENTERENDE SPØRGSMÅL**

- Hvad kunne du tænke dig, der skulle ske?
- Hvilke muligheder har du for selv at påvirke situationen?
- Hvem i dit netværk kan du søge støtte hos?
- Ønsker du at anmelde krænkelserne?
- Er der evt. nogen, der kan hente dig her?



# SEKSUELT OVERGREB

## VURDERING, HANDLE- OG HENVISNINGSMULIGHEDER

Start med at anerkende vigtigheden af, at den studerende opsøger hjælp. Informér tydeligt om, at du ikke er den rette til at hjælpe i situationen, men at du gerne vil guide den studerende videre til den rette hjælp. Viderehenvisning er vigtigt for at beskytte og hjælpe den studerende med at få den rette hjælp og samtidig for at beskytte dig som ansat, både etisk, juridisk og belastningsmæssigt.

## ANMELDelse TIL POLITIET

Hændelsen bør meldes til politiet, hvis der er sket en overtrædelse af straffeloven.

- 112 (hasteanmeldelser)
- 114 (mindre hastende anmeldelser)
- Skriftlige anmeldelser kan ske via [www.politi.dk](http://www.politi.dk)

## EGEN LÆGE

Har du behov for henvisning til evt. behandlingsforløb, skal du kontakte din egen læge.

## CENTER FOR VOLDTÆGTSOFRE

Åbent 24 timer i døgnet, og der er uddannet personale til at hjælpe dig, som har været udsat for voldtægt eller seksuelt overgreb. Se [www.voldtaegt.dk](http://www.voldtaegt.dk).

## SKAB OVERBLIK: TRIVSELSVEJLEDNINGEN

Har du brug for at snakke din oplevelse igennem i fortrolighed og få overblik over videre hjælp, eller ønsker du hjælp til, hvordan du kan henvende dig hos din studieleder, kan du booke en samtale hos AAU Studie- og trivselsvejledning (QR-kode).

## SAMTALEFORLØB: FAST TRACK

Din vejleder, studie(nævns)sekretær eller studieleder har mulighed for at henvise dig til vores interne fast track funktion, hvorefter du hurtigst muligt vil få tilbudt et fortroligt samtaleforløb. Henvisning sker via AAU Studie- og trivselsvejledning (QR-kode).

## ANMELDelse TIL AAU

Ønsker du at anmelde en medstuderende eller en ansat for en krænkelse, skal du kontakte din studieleder.



# SEKSUELT OVERGREB

At dele dine oplevelser er første skridt til hjælp.

## **AFDÆKKENDE SPØRGSMÅL**

- Hvad er det, du har oplevet?
- Hvornår er det sket?
- Hvem er involveret?

## **HANDLINGSORIENTERENDE SPØRGSMÅL**

- Hvad kan hjælpe dig lige nu?
- Ønsker du at anmelde krænkelserne?
- Hvem kan du søge støtte hos?
- Har du brug for hjælp til viderehenvielse?
- Er der nogen, der kan hente dig?





# SELVMORDSTRUET

## VURDERING OG VIDEREHENVISNING

Hvis en studerende kommer til dig med overvejelser om selvmord, så start med at anerkende vigtigheden af, at den studerende opsøger hjælp. Informér tydeligt om, at du ikke er den rette til at hjælpe i situationen, men at du gerne vil guide den studerende videre til den rette hjælp.

Viderehenvisning er vigtigt for at beskytte og hjælpe den studerende med at få den rette hjælp og samtidig for at beskytte dig som ansat, både etisk, juridisk og belastningsmæssigt.

Der kan være forskel på, i hvor høj grad den studerende er selvmordstruet, derfor har vi på næste kort opstillet afdækkende spørgsmål, der gennemgås med den studerende og dernæst handlingsorienterede spørgsmål/instrukser ud fra vurderingen af situations alvorgrad (akut/ikke-akut behov for hjælp).

**Er du i tvivl eller nægter den studerende hjælp, så ring 114 (politiet) for vejledning.**

## HENVISNINGSMULIGHEDER

### AKUT

- Politi, tlf.: 112 / 114
- Egen læge / lægevagt

### IKKE-AKUT

- Enhed for selvmordsforebyggelse: [www.selvmordsforebyggelse.dk](http://www.selvmordsforebyggelse.dk)
- Livslinjen (kl. 11-05) tlf.: 70 201 201
- Egen læge / lægevagt

## DEBRIEFING

Har du som ansat brug for at snakke din oplevelse igennem efterfølgende, kan du kontakte AAU's HR-afdeling om dine muligheder for debriefing.



# SELMORDSTRUET

Selv mord er aldrig en løsning!

## AFDÆKKENDE SPØRGSMÅL

- Har du haft selvmordstanker længe?
- Hvor ofte tænker du på selvmord?
- Har du tidligere forsøgt selvmord?
- Har du talt med andre om dine tanker?

## AKUT BEHOV FOR HJÆLP

- Hvem i dit netværk kan vi kontakte?
- Kontakt den studerendes læge/lægevagten, som vurderer, om den studerende skal indlægges på psykiatrisk akutmodtagelse.
- Kontakt politiet (114), hvis I har brug for videre vejledning/hjælp.

## IKKE-AKUT BEHOV FOR HJÆLP

- Hvad kan du gøre for at berolige dig, når selvmordstanker opstår?
- Hvem kan du kontakte, når selvmordstanker opstår?
- Er der nogen, der kan hente dig her?



# DEBRIEFING OG SPARRING

## HAR DU HAFT EN SVÆR SAMTALE?

Husk altid at få talt en svær samtale igennem. Din nærmeste leder ved, hvilke muligheder der findes for debriefing på AAU, eksempelvis HR's tilbud om gratis psykologisk rådgivning for ansatte.

## SPARRING

AAU Studie- og trivselsvejledning tilbyder altid sparring, hvis du har behov for at vende en studerendes handle- og henvisningsmuligheder.

Kontakt AAU Studie- og trivselsvejledning (QR-kode).  
[AAUstudievejledning@adm.aau.dk](mailto:AAUstudievejledning@adm.aau.dk)





**AAU STUDIE- OG  
TRIVSELSVEJLEDNING**

