

Питання, які слід задати студенту, який може накласти на себе руки і звернувся до Вас по допомогу:

- Як справи? Як ти себе почуваєш?
- Ти виглядаєш, немов у воду опущений, щось трапилось?
- Що ти збираєшся робити?
- Ти надумав покінчити з собою?
- У який спосіб ти це плануєш зробити?
- А що, якщо тобі дійсно вийде заподіяти собі шкоду чи смерть?
- Якщо на шкалі —хороше самопочуття стоїть на позначці —0, а —бажання накласти на себе руки на позначці —10, то на скільки ти оцінив би свій теперішній стан?
- Ти коли-небудь робив собі біль раніше? Коли це було? Що трапилось? На якій позначці шкали ти був у той час?

Що допомогло тобі впоратися з труднощами у минулому?

- Якщо б я попросив(ла) би тебе пообіцяти мені, не завдавати собі болю, то ти б зміг(змогла) би це зробити? Що заважає тобі дати обіцянку?
- Що могло б допомогти зараз?
- Від кого ти б хотів цю допомогу отримати?
- Чи знають твої батьки (опікуни), що ти відчуваєш такі труднощі, душевні муки?
- Чи хочеш ти порадитися з фахівцем (психологом, психотерапевтом, психіатром)?
- Якщо ти пообіцяєш не вбивати себе, зміг би ти стримати своє слово? На який час?

Потрібно завжди серйозно ставитися до будь-яких загроз, тому необхідно:

- говорити зі студентом відкрито і прямо;
- дати своєму співрозмовнику відчути, що вам не все одно, що з ним відбувається;
- слухати з почуттям щирості і розуміння;

- запропонувати розглянути альтернативні варіанти вирішення проблеми (розширення звуженої свідомості);

- спробувати виявити не тільки ті моральні структури особистості, які зазнали психотравматизації, а й зони збереженої моральної мотивації, які можуть виступити в якості антисуїцидальних факторів (такими можуть бути почуття обов'язку і відповідальності, гідність, гордість, совість, сором'язливість, прагнення уникнути негативних санкцій і думок, прагнення підтримати власний престиж і т.д.).

- укласти угоду про нездійснення самогубства, умовою якої буде обіцянка клієнта не завдавати собі біль жодним чином;

- подумати, хто може допомогти дитині, при необхідності направити до фахівця, який може вивести клієнта з кризового стану та (або) зателефонувати на «швидку допомогу» чи у поліцію, які у свою чергу залучать фахівців з надання кваліфікованої допомоги;

- залишитися з дитиною поруч; якщо необхідно піти, залишити його на піклування іншого дорослого.

Розмов на тему про самогубство може і не бути, але будь-яка ознака можливої небезпеки повинна насторожити співробітника, психолога, вихователя або педагога. Треба бути напоготові з дитиною або підлітком, з яким ведеться робота. При необхідності можна поговорити з ким-небудь (наприклад, з колегами по роботі або психологом) про ваші побоювання. Можливість здійснення кимось із їхніх вихованців самогубства завжди викликає емоційний стрес, тому треба позбутися власних тривог і отримати підтримку з цього питання.

При спілкуванні з дитиною, яка викликає у педагога настороженість, не треба робити наступного:

- Не говорити: —Подивися на все, заради чого ти повинен жити.

- Не вдаватися до філософських міркувань, тобто не полемізувати про те, добре або погано вчинити самогубство.

- Не намагатися застосовувати суперечливі психологічні прийоми до особи, яка думає про самовбивство.

- Не залишати там, де знаходиться учень, що збирається накласти на себе руки, предмети, за допомогою яких воно можливе.

- Не намагатися виступати в ролі судді.

- Не думати, що студент шукає тільки уваги.

- Не залишати студента на самоті.