

Actuación preventiva sobre la conducta suicida

Dranda. Diana Altavilla

International Association for Suicide Prevention

World Federation from Mental Health

Pte. Capitulo Suicidio y Prevencion de la

Asociacion Argentina de Salud Mental

Miembro de IASP International Association for Suicide Prevention

Co-fundadora y Directora del CAFS Centro de Atencion al Familiar del Suicida - Bs As

diana.altavilla@gmail.com

Cuál es el dilema adolescente en los tiempos actuales?

- Dejar la niñez atrás implica demasiada realidad?
- Presuponer un camino adulto es imaginable?
- Construir algunas coordenadas personales y grupales para el futuro es factible?
- El entorno social favorece o complica estos dilemas?



Preguntas de los adolescentes...

- 
- A decorative graphic consisting of a horizontal line with a gradient from light green to white. On the left side, there is a large black bracket '['. On the right side, there is a large yellow bracket ']'.
- *¿Porqué nosotros los adolescentes nunca llegamos a un acuerdo con los adultos?*
 - *¿Alguna vez pensaste en suicidarte?*
 - *¿Suicidarse es un acto de cobardía o todo lo contrario?*
 - *¿Suicidarse es una forma de salir de los problemas?*
 - *¿El suicidio es una forma de escapar al entorno que nos rodea? ¿Por qué?*
 - *¿Por qué los adolescentes miran el suicidio como la única respuesta a sus problemas?*
 - *¿Qué pasa por la cabeza de uno cuando piensa en suicidarse?*
 - *¿Porqué los adolescentes con ideas suicidas nunca piensan en el lado bueno de las cosas?*

- 
- ***¿Cuál es la forma de poder aguantar lo que diariamente sufrimos?***
 - ***¿Cómo podemos prevenir y poder ver el lado positivo de la vida?***
 - ***¿Porqué no ayudamos a la persona inadaptada o que sufre antes de que se suicide? ¿Cómo poder saber que una persona tiene intenciones de suicidarse?***
 - ***¿Cómo nos damos cuenta que alguien puede estar por quitarse la vida?***
 - ***Cómo hacer para ayudar a una persona que piensa en suicidarse, pero no presenta ningún síntoma?***

- 
- ***¿Cuándo hay que tomar en serio que una persona te dice que se quiere suicidar?***
 - ***¿Cómo hacemos para aconsejar a una persona deprimida que no quiere escuchar y quiere suicidarse?***
 - ***¿Qué piensan que debemos hacer o decirle a las personas que deciden suicidarse?***
 - ***¿Cómo acercarse a la persona que está en ese estado sin hacer que se sienta invadido?***
 - ***¿Cómo reaccionamos si un si un amigo quiere suicidarse estando conmigo?***

- 
- ***¿Qué hay que hacer?***
 - ***¿Si en algún caso te salvaras ¿Qué es lo más probable que harías? ¿Intentarías volver a suicidarte o seguirías viviendo?***
 - ***¿A Ud. o a cualquiera le gustaría morir por un rato?***
 - ***¿Por qué lloran los conocidos? ¿Por qué de verdad les duele la muerte o por culpa?***
 - ***¿En verdad le duele la muerte de alguien?***
 - ***¿No será que los familiares y amigos descansan también con la muerte?***

[Poesía a una amiga]

Amiga mía donde te encuentres llévame contigo
Siempre te llevo en mi corazón
Siempre pienso en ti
Como estás amiga mía
Donde estás ahora?
Busco entre mis recuerdos tu nombre
Llevo tus palabras en mi pecho
Donde estás amiga mía?
No se si te olvidarás de mi
Pero no yo de ti
Estoy aquí esperándote
No puedo escribir tu nombre
Es algo que tengo oculto
Se quien eres



Y no es necesario escribirlo
Estas conmigo en mis alegrías
Te llevo en mis tristezas
Se que estas a mi lado
Se en donde buscarte???
Y nunca te lo dije
Pero allí estaré????
Esperando de ti un beso
Que tristeza llevo en mi pecho
Que mi amiga se haya ido tan lejos
Se en donde encontrarte???
No se por donde empezar a buscarte
Pero se que estaremos juntas ahora y siempre + en mi
corazón

[Construir Modelos Validos]

Donde no los hay

Donde no se aceptan

Donde se han olvidado....

Pilares para una Adolescencia Posible

- **Entorno Social Amable**
 - No Violento sino Negociador
 - No Crítico sino Autocrítico
 - No Irracional sino Reflexivo
- **Grupo de Pares Referenciables**
 - Valores Comunes
 - Diversidad Enriquecedora
- **Recursos Psíquicos Superadores**
 - Creatividad
 - Grupalidad
 - Solidaridad y Cooperación

Talleres de Reflexión en Ámbitos Educativos

La necesidad de sentido vital influye directamente en la forma de conducirnos en la vida, con nosotros mismos y con los demás.

El taller busca ser un espacio para poder hacer una adecuada reflexión sobre las dificultades que padecemos y mejorar los modos de realizar un cambio genuino.

Descubrir una manera mejor de vincularse y un compromiso positivo en su propia comunidad

TALLER DE RESOLUCION DE CONFLICTOS Y DESCUBRIMIENTO PERSONAL para adolescentes

- “Me gustaría darme un tiempo para mi, dejar por un rato de lado las cosas de todos los días y pensar sobre mi vida”
- “Siento que tendría que controlarme más y ser más tolerante pero no consigo saber por qué no lo soy”
- “A veces creo que no tengo nada, que no cuento con nadie”.

Algunos temas que se trabajan en los talleres:

Mi espacio y el de los demás

Mis deseos y mis ganas. Mis sentimientos y mis emociones

Mi historia y cuanto interviene en mi vida

La posibilidad de estar mejor con los otros

Talleres realizados por Equipo de 4 profesionales

Equipo: 1 Coordinador psicólogo más 1 asistente psicólogo, 1 trabajador social y 1 docente locales

**Un día = 200 adolescentes/ 200 grupos fliares
(1500 personas)**

- La Toma San Luis
 - Vicuña Mackena
 - Ituzaingó Corrientes
 - Posadas Misiones
 - San Francisco Córdoba
 - Rio Gallegos
 - Calafate
 - Coronel Suárez – Merlo – Escobar – Del Viso – Lomas de Zamora - Temperley – Bahia Blanca – etc. Pcia. Buenos Aires
- entre otros más de 20 talleres anuales desde el 2002



[Por una comunidad mejor...]

Muchas gracias

diana.altavilla@gmail.com