Material de Apoyo

C-E GUÍA PARA INFORMAR EN CLASE SOBRE EL SUICIDIO (O INTENTO)

Cuando se produce el intento de suicidio o suicidio de un alumno/a, es importante preparar una charla en clase, tan pronto como sea posible, después de hablar con la familia.

La charla debe ser preparada por un profesor/a de confianza para los alumnos y si es posible, que un miembro de los servicios de orientación o profesional de la salud mental ofrezca asesoramiento.
A continuación se mencionan cuatro aspectos que son esenciales para realizar la charla en clase.

Contrarestar rumores

- Los rumores aparecerán. Pregunta a los estudiantes sobre lo que han oído y trata de disipar todos los rumores. I es posible y si está de acuerdo la familia (y con el estudiante/profesor en caso de un intento de suicidio) es bueno promover una información completa y correcta de lo sucedido. De todos modos, es importante dejar claro que los rumores hacen daño.

Dar información basica de la conducta de suicidio

- Informar que el suicidio es complejo y no está causado por un único factor.
- Informar que el suicidio no es la única elección ni un acto romántico o heroico.
- Informar de la comorbilidad de problemas psicológicos como depresión, alcohol y abuso de sustancias... sin estigmatizar estos problemas.
- Informar que el suicidio se puede prevenir y hay posibilidades de ser ayudado.

Interactuar con los estudiantes

- Asegurar que hay un ambiente de confianza: tener en cuenta la importancia de la confidencialidad y la honestidad.
- Dejar tiempo para preguntas y la posibilidad de hacerlas en privado.

Apoyar y Derivar

- Hablar con los estudiantes sobre lo que se puede hacer cuando uno se siente triste, depresivo o desesperanzado, o lo que se puede hacer cuando un amigo se siente de ese modo.
- Derivar a los servicios de ayuda y preguntar si estarían dispuestos a ir a este tipo de servicios.

Fuente: Euregenas. (European Regions Enforcing Actions Against Suicide)