

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?



INSTITUTO PRIVADO JEAN PIAGET **San Salvador de Jujuy**

. EJE TEMATICO Nº 2: AQUELLO QUE NOS PASA

EL SUICIDIO ¹

Trabajo que presentaron los alumnos sobre la temática del suicidio
En el Congreso de la Juventud, en el marco de la fiesta de los estudiantes



PARTICIPANTES: Flores Cunchila Agustina Florencia-DNI:42.035.204

Lara Shaiel Canche -DNI: 42. 954. 061

ASESOR PROFESOR: García Héctor Alejandro- DNI 23053871

¹ La Provincia de Jujuy tiene la más alta tasa de suicidio adolescente de la República Argentina

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

INTRODUCCION

Para hablar del tema principal que escogí, pienso que es necesario empezar por definir el concepto de juventud: qué es ser joven. También resaltaré los aspectos negativos que caracterizan esta etapa, es decir, las causas principales de suicidio en los jóvenes.

Sonia Muñoz, docente de la Universidad del Valle, argumenta: ***“nuestros jóvenes piensan que la juventud –en la que por supuesto se incluyen ellos- se caracteriza por encontrarse en una etapa preliminar, de tránsito: es esencialmente un momento de búsqueda, de exploración y de toma de decisiones que ha de tener consecuencias indelebles en el futuro. Se situarían así frente a un horizonte aún no prefigurado del todo, y que sin haber sido hecho por ellos puede, sin embargo, ser definitivo en su vida. No obstante, conciben el mañana como un campo de opciones, frente al que hay que escoger y decidir. Muchos coinciden en afirmar que la juventud está ligada al desafío constante de cambios emocionales, sociales, culturales y económicos. En esta fase, no existe una preparación personal para asumirlos ya que la experiencia misma se encarga de ello. Por lo general, las decisiones que se toman son equívocas al no tener un pensamiento claro sobre lo que en realidad se espera y se necesita. Aquí la libertad de hacer lo que se venga en gana se vuelve libertinaje y las responsabilidades (estudio, trabajo, hogar) son frenos impuestos que tarde que temprano entenderemos no como obligaciones si no como una necesidad de girar el volante para seguir de forma ordenada el camino. Para este trabajo tomamos el ejemplo del juego la “ballena azul”, y el acoso o cyberbullying que nos puede afectar como adolescentes y que si no consiguen un acompañamiento adecuado puede ser la causa de suicidio.***



DESARROLLO DEL TEMA

Un niño triste y solitario buscando la felicidad y asustado por el porvenir. Durante la adolescencia, etapa de desarrollo por la que atraviesa todo individuo, se presentan en los jóvenes cambios difíciles que les producen ansiedad y depresión hasta llegar, en muchas ocasiones, a una tentativa de suicidio.

Este intento plantea el problema de la depresión como vivencia existencial y como una verdadera crisis de la adolescencia.

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

La manipulación de la idea de la muerte en el joven suele ser frecuente, pero debe hacerse la diferencia entre el adolescente que piensa en el suicidio como una llamada de auxilio, como una manera de comunicar su descontento a los demás, y el que ve el suicidio como una idea romántica y aquél que realmente lo lleva a cabo. Si cerca de nosotros se encuentra algún adolescente cuyo comportamiento indique que intentará suicidarse, atendamos sus señales, pues podemos darle el apoyo necesario para superar su problema.

El suicidio de los adolescentes es un tema que suele callarse y evadirse, pues impacta y cuestiona el sistema familiar y social en que vivimos; sin embargo, es importante conocer y reflexionar en las causas que llevan a un joven a su autodestrucción, así como saber cuál es el significado de este acto y cómo puede prevenirse.



La adolescencia, como etapa de desarrollo de todo individuo, es una etapa dolorosa en que el joven pasa por cambios difíciles que le producen ansiedad y depresión. Por esto, la tentativa del suicidio es una de las conductas más significativas del adolescente. Por el contexto depresivo que la envuelve, la tentativa de suicidio plantea el problema de la depresión como vivencia existencial y como una verdadera crisis durante la adolescencia. La manipulación de la idea de muerte en el joven suele ser frecuente; sin embargo, hay que distinguir entre el adolescente que piensa en el suicidio, inclusive como una idea «romántica», y aquel que realmente lo lleva a cabo.

Durante esta etapa, el adolescente se siente muy inseguro en razón de su desarrollo corporal y, en ocasiones, puede llegar a sentir «que su cuerpo es algo aparte de él». De hecho, siente la necesidad de dominar su cuerpo que se encuentra en constante cambio; pero como no puede vivir su cuerpo como un objeto casi externo y extraño, siente que en el momento del intento suicida su cuerpo no es el que realmente recibe la agresión ni que canaliza hacia él sus tendencias agresivas y destructivas. Por otro lado, durante la adolescencia, el individuo abandona gran parte de sus ideas e imágenes infantiles, tan importantes para él durante todo su desarrollo anterior. De esta manera, el intento suicida puede ser la representación de su trabajo de duelo.

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

El psicólogo e hipnoterapeuta José Luis Rojas, entregó las razones de por qué los preadolescentes y adolescentes son tan vulnerables, las similitudes con los procesos de hipnosis y cómo los padres pueden identificar si están siendo sometidos a un juego macabro como este. Además de algunas recomendaciones para protegerlos y evitar que sean una próxima víctima. "Hay que tratarlo como si fuera una adicción", señaló el especialista.

Un fenómeno preocupante es el del juego conocido como **Ballena Azul**, que se está presentando en plataformas como Facebook o Twitter y consiste en una serie de "retos" planteados en grupos cerrados en los que se pide a los jóvenes, desde los 12 años, que realicen una prueba cada día durante 50 jornadas.

La intensidad de los "retos" va aumentando. Al pasar peticiones simples como comer una determinada cantidad de huevos o no hablar durante un día, comienzan las "exigencias" macabras, como invocar espíritus, pasar 24 horas sin dormir viendo películas de terror o hacerse cortes en la piel en forma de ballena. La prueba final es el suicidio.

El psicólogo e hipnoterapeuta José Luis Rojas, explicó las razones del por qué los preadolescentes y adolescente son vulnerables a este tipo de juegos y mostró, incluso, la semejanza que tiene con lo ocurrido en el proceso de la hipnosis y como ellos van cayendo en este espiral.

"Primero porque nacieron en esta era digital, por lo que manejan perfectamente las redes sociales y muchas veces sin ningún tipo de supervisión de sus padres. Junto con esto, se potencia una de las características de personalidad que tienen los adolescentes, que es la omnipotencia. Ellos creen que nada les puede pasar y esto es clásico de la edad. También ayuda a esto el hecho de que el ser humano necesita 21 días para modificar un hábito, e incluso una creencia a nivel inconsciente. Por lo que sin darse cuenta, al pasar los días va perdiendo la distancia que pudiera haber tenido los primeros días del juego. Finalmente, el cerebro a nivel neuroquímico no distingue entre fantasía y realidad. Por lo que se deja llevar por las descargas de dopaminas y adrenalina que el juego hace que produzca, alcanzando el centro de recompensa del cerebro que lo hace perder el criterio de realidad y continuar en este desafío perverso, ya que le produce placer estar inmerso en este mundo virtual, pero con acciones reales", señaló el especialista.

Sobre cómo un juego los puede llegar manipular de tal forma que lleguen incluso al suicidio, Rojas dijo que el inconsciente es muy obediente. No critica, no pregunta, no reclama, solo obedece. "Y si se le da duro" a un concepto por más de 21 días, el inconsciente acepta esto como realidad y entre el consciente (racionalidad) y el inconsciente (emociones) siempre gana el inconsciente".

Sobre cómo los padres pueden reconocer las señales de lo que está ocurriendo con sus hijos, Rojas señaló que ellos (los hijos) encuentran un

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

mundo propio, donde pueden decidir por sí mismos en una realidad, en la que por su edad son muy pocas cosas. Entonces se van "empoderando perversamente" de su mundo interno, el que está siendo manipulado y ni siquiera se dan cuenta, actuando en consecuencia.



"Es importante también proteger a niños más vulnerables que atraviesen por estados depresivos o por crisis familiares. Los padres deben estar más en contacto con sus hijos, sabiendo cuáles son las etapas por las que está atravesando. Sus necesidades, miedos y frustraciones. Los padres deben cumplir su rol protector frente a sus hijos", indicó el psicólogo.

Dijo además, que deben estar atentos a las señales. "El juego tiene pruebas que no deberían pasar por alto padres que se preocupan de sus hijos. Como por ejemplo, estar 24 horas viendo películas de terror. Si su hijo realiza esto en su casa, también si se va a quedar donde un amigo por más de un día, se debe contactar a los padres de ese amigo para que estén atentos a lo que hacen los preadolescentes y adolescentes. También es importante si cambia de actitud o comienza a retraerse mucho o a tener conductas diferentes de las que habitualmente tenía".

¿Cómo la hipnosis puede ayudar en este proceso?

La hipnosis, al trabajar directamente en el inconsciente, que es donde se aloja esta necesidad de participación de los juegos en estos niños, es de gran ayuda, ya que hace aflorar esta necesidad inconsciente del joven de satisfacer el sistema de recompensa del cerebro. Puede combatir con las mismas armas, modificando los paradigmas internos que el joven tiene con relación a su vida y a este juego en particular. Hay que tratarlo como si fuera una adicción, ya que este juego actúa sobre el sistema de recompensa del cerebro, como toda adicción, pero tiene que ser rápidamente porque el juego se realiza en un tiempo breve (50 días).

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

Las personas realizan intentos de suicidio por todo tipo de razones. Algunas veces las personas desean morir o medio desean morir. Frecuentemente los intentos de suicidio son un grito para pedir ayuda, o una manera de castigar a las personas con las que están molestos o una forma en la que buscan controlar una situación. La gran mayoría de las personas que eligen métodos para quitarse que casi garantizan el éxito de lograrlo, como disparar una pistola a la cabeza, aventarse de un puente muy alto, etc. En parte se debe al hecho de que muchas personas que realmente desean quitarse la vida no lo dicen y simplemente lo hacen. También se debe a que el suicidio es frecuentemente un acto impulsivo provocado por un agudo e impredecible incremento en la ansiedad y desesperación que uno no puede prever con antelación.

El suicidio por ciberbullying se ve todos los días en el mundo, generando consecuencias negativas. La conexión entre el suicidio y el ciberbullying no es nada nuevo, ya que se ve todos los días mundialmente por diferentes casos y más en adolescentes que la practican o la viven por las redes sociales.



¿Cuándo una persona sufre de ciberbullying?

Por el acoso ya sea en como comentarios obscenos en alguna foto a través de (facebook, instagram, twitter, etc), intimidación o agresión de palabras por medios de envío de mensajes de texto, correos electrónicos, imágenes, ilustraciones y videos que puedan atormentar, amenazar molestar o humillar a la persona; también hay por juegos virales en internet, como aplicaciones, “retos” que incitan al suicidio, como el juego de la ballena azul. El desafío proviene de Rusia, donde medios de ese país compartían noticias sobre una masiva ola de suicidios adolescentes. Todos los reportes de las muertes estaban vinculados de algún modo con una red social similar a facebook llamada -vkontakte-. Por allí se creaban grupos que reunían a grupos de jóvenes para participar en lo que llamaron el reto de la ballena azul. Los niños y adolescentes son “invitados” a superar una prueba por día, durante 50 días. Perfiles falsos de facebook o whatsapps reparten mensajes con los determinados desafíos. Algunos desafíos obligaban a los chicos despertarse a la madrugada a mirar videos de terror, cortarse el brazo con una navaja o acercarse al borde de un precipicio. La última demostración consistía en suicidarse saltando desde un balcón, todas las demostraciones deben hacerse en el mismo horario 4:20 de la madrugada.

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

Tiene cambios de comportamiento habitual: algunas se encierran, se aíslan, alejarse de los amigos o familiares y perder las ganas de salir, abusos de sustancias, experimentar cambios en los hábitos alimentarios o de sueño, manifestar conductas autodestructivas (como beber alcohol, consumir drogas y autolesionarse, por ejemplo).

Intenta escapar de la situación y se sienten incapaces de afrontar y desean acabar de una vez por lo que atravesando. Es muy difícil ayudar a cambiar la idea de una persona que está herida.

Si quieres ayudarlas debes comprender que el suicidio no es una cobardía, es un problema grave, porque se pierden vidas de seres humanos como tú, porque si tú los escucharas una sola vez, comprenderás porque razón esas personas sienten derrotadas y sin salida alguna, ahogándose en una tristeza que los consume día tras día. Así sea la más mínima cosa, puede ser la más peligrosa, se debe comprender a la persona, no ofenderla.

Como personas tenemos que hacer conciencia y ayudarnos los unos con los otros para terminar con este problema, juntos podemos salvar vidas, devolver sonrisas, encontrar salidas que nos lleven a la felicidad.

Hay mil razones por las cuales las personas piensan en el suicidio y si escuchas y ayudas sabrás que cualquier cosa puede acabar con la vida de una persona, debemos de comprenderlos, hacerles saber que no están solos, que hay otras salidas, y buscar el tipo de ayuda que ocupa cada persona según cuál sea el problema para sanar esa herida.

La ayuda psicológica es buena siempre y cuando la paciente acepte que una persona especializada en el tema vea su caso, lo trate y lo analice para que lo pueda ayudar.

No todas las personas que sufren depresión y piensan en el suicidio se dejan ayudar; es muy difícil ayudar a una persona que no acepta ayuda, pero es muy importante no dejarlo solo o sola, se debe mantener la calma, no presionarse, ni presionar a la persona, no puedes obligar a la persona a tomar terapias, si no es voluntad de él o de ella, así no lograras ayudarlo o ayudarla, ya que la vida y las decisiones son personales y si la persona no quiere cambiar su opinión, no podrás cambiar nada. Es esencial que busques una forma o tomar ciertas medidas que puedan ayudar a esa persona, como tomar terapias psicológicas para que te aconsejen y ellos te ayuden a manejar esa situación tan difícil de querer ayudar a alguien que no acepta ayuda. Casi siempre en estos tipos de casos los terapeutas, psiquiatras, centros de rehabilitación, entre otros, son a los que puedes recurrir para poder salvar la vida de esa persona.

Infórmate bien y elige el mejor lugar para tratar el caso de esa persona a la que deseas ayudar.

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

Estate alerta, puede que no lo hayas notado nunca, pero en tu familia, amigos, vecinos, hermanos o hermanas, incluso tú mismo, pueden estar pasando por depresión o quieren quitarse la vida.

Te invito hacer conciencia de que observes a las personas de tu alrededor, ahora que ya sabes que el suicidio no es un juego ni una moda, y notas que una persona necesita ayuda, sálvala, apóyala, con solo escucharla basta para hacer algo por ella.

Mucha gente necesita sentirse importante, comprendido, amado o amada, respetado o respetada, cuidada o cuidado, necesitan sentirse a salvo de aquellos recuerdos que los persiguen esos mismos que les hacen daño Ayúdalos no los dejes solos, salvemos más vidas envés de perderlas.

Si tú te sientes identificado con esta reflexión sobre el suicidio, conoces a alguien que necesita ayuda, no esperes a que unas lágrimas de una persona, se conviertan en una tragedia.

Recuerda siempre que cuando una persona piensa en el suicidio, es porque quiere matar el dolor, no la vida.

Si tú necesitas ayuda, no te quedes callado, “habla”, no estás solo, tus seres amados te necesitan, todo camino largo en tristezas, tiene una salida llena de sonrisas. “tú puedes, no te dejes vencer”.

Ayúdame a salvar vidas, ayúdame salvándote tu vida, porque el suicidio no es una cobardía, es un problema tristemente grave y que debe tratarse urgentemente.

CONCLUSION

Para mí, ser joven es tener el rostro en alto y la mirada perdida, es idealizar en un principio y terminar por ser cada día más desconfiados. Es la caída al abismo con la fuerza de voluntad a la derecha, esperando ser tenida en cuenta. Es el rechazo y la incomprensión creada en nosotros como excusa para autodestruirnos. Ser joven, son las alas ocultas en los miedosos y desgastadas en el arriesgado. Irónicamente puede ser...el desenlace voluntario del film que apenas comienza.

Lo ideal sería entender que la vida no es un carrusel de risas perfectas y eternas, ni una caja de regalos donde las sorpresas pierden su nombre con el tiempo, pues las intenciones son siempre buenas, sin el menor espacio para sobres oscuros y poco deseables. Lo usual es jugar con la inocencia de un niño y abrir el cofre a la espera de buenas o malas noticias, de agradables o ingratos momentos. Pero... ¿Por qué algunos no lo ven así? ¿Por qué alguien ve el suicidio como única opción cuando aún queda un as bajo la manga?

¿Qué piensan los adolescentes de Jujuy sobre el Suicidio?

El suicidio es toda muerte que resulta mediata o inmediata de un acto realizado por la misma persona. Textualmente señala: “Hay suicidio cuando la víctima, en el momento en que realiza la acción, sabe con toda certeza lo que va a resultar de él.

Creo que más allá del acto voluntario de quitarse la vida, el verdadero problema radica en los motivos por los cuales un joven puede llegar a este extremo (si se le puede llamar así). Las desilusiones amorosas, el conflicto familiar, la soledad, la poca aceptación en sí mismos, conllevan a decaer en una depresión profunda que genera tristeza, frustración, desaliento y poca concentración. Cabe anotar que, las drogas y el alcohol, también son factores importantes que desestabilizan el comportamiento en los jóvenes, si se está acompañado de una profunda depresión.

Una de las principales causas suicidas es el desamor. Bien dicen que el amor no usa lentes cuando en verdad si los necesita. Es la dependencia misma que tenemos hacia los demás lo que nos vuelve vulnerables ante otros. Muchos salen “librados” cuando este cuento de hadas se acaba, ya sea por infidelidad, desapego por parte del otro o falta de interés en la relación. El dilema está cuando la chispa se extingue y no nos sentimos capaces de continuar sin el otro, sencillamente porque todo el tiempo construimos nuestra existencia, bajo la sombra idealizada de alguien.

Son muchas las causas que pueden llevar al suicidio y hoy estamos mas expuestos que nuestros padres en el sentido que las redes sociales como facboock o whatsapp entre otras nos dejan muy expuestos y muy vulnerables frente a la sociedad.



GOBIERNO DE LA PROVINCIA
DE JUJUY