

BLOG

La prevenció del suïcidi en el context educatiu

Projectes que inclouen una mirada comunitària: alumnat, docents i famílies



GLÒRIA INIESTA GUIRAO

Mestra d'educació primària. Coordinadora

Associació per a la Prevenció del Suïcidi i Atenció al Supervivent (APSAS)



La conducta suïcida s'ha d'**abordar des de la prevenció**, en la qual s'ha d'incloure el context educatiu. Les morts per suïcidi són una de les primeres causes de mort entre els joves de 15 a 29 anys (INE 2020), i en l'adolescència es produeixen més temptatives de suïcidi que en qualsevol altra etapa evolutiva. L'entorn escolar pot configurar-se com un espai que empoderi a l'alumnat en la gestió saludable del seu malestar, i pot **atendre i detectar l'aparició de les primeres conductes**. Però cal tenir en compte que algunes conductes d'autolesió en joves, la majoria d'elles sense intencionalitat suïcida, poden aparèixer ja en l'alumnat d'educació primària.

El centre educatiu és un espai de trobada, d'acompanyament, no sols a l'alumnat, sinó a tota la seva comunitat, que inclou les famílies i tots els professionals del centre. Des d'aquesta mirada sistèmica podem atendre moltes de les necessitats que sorgeixen entre aquests agents i adaptar-nos a diferents contextos. En els instituts s'ha evidenciat l'**augment de temptatives de suïcidi i d'autolesions**, amb o sense ideació suïcida, en els dos últims cursos. Davant aquest fet, molts professionals educatius han demandat més orientació i formació per poder tenir eines que permetin implementar projectes de prevenció selectiva en els centres, i també atendre i fer una derivació correcta en situacions de risc.



Molts docents han demandat més orientació i formació per poder tenir eines que permetin implementar projectes de prevenció del suïcidi en els centres.

El que era, fins fa poc, un tema tabú per a la societat, ha deixat de ser-ho en els centres educatius, que han conegut de primera mà la complexitat d'aquestes conductes. Des de l'àmbit sanitari, molts professionals han treballat en xarxa amb els centres educatius. Entre ells, cal destacar el treball de Francisco Villar i el seu llibre *Morir antes del suicidio, prevención en la adolescencia* (Editorial Herder, 2022), en el qual es ressalta aquest espai com un dels contextos claus en la prevenció del suïcidi juvenil.

UN EXEMPLE DE PROJECTE DE PREVENCIÓ DEL SUÏCIDI A L'ESCOLA

Durant el curs escolar 2021-2022, s'ha dut a terme un projecte des d'aquesta mirada comunitària a Sant Feliu de Llobregat (Barcelona), impulsat des de l'ajuntament i coordinat per Miriam Paz Salgado, tècnica d'educació. El projecte ha inclòs les accions següents:

- **Taller «I ara què faig».** Aquest taller està orientat a l'alumnat de sisè de primària i té com a principal objectiu **aprofundir en la gestió saludable de les emocions intenses**. Moltes de les autolesions que s'atenen en menors de sisè de primària i primer de l'ESO corresponen a una canalització a través del cos d'emocions com ara la ràbia,

la tristesa o la culpa. Un altre concepte clau del taller és treballar la comunicació, perquè l'alumnat reconegui els seus adults de referència i puguin comprendre que, davant aquesta mena d'accions, pròpies o alienes, han de comunicar als seus afins aquestes conductes.

- **Taller «Llum i foscor».** Orientat a l'alumnat de quart d'ESO, té com a principal objectiu **comprendre el concepte de la desesperança, un dels principals factors de risc del suïcidi**. Encara que la conducta suïcida sempre és multifactorial, la desesperança és present en la majoria d'aquestes conductes. La persona percep que el seu malestar mai acabarà i aquest pensament pot portar-la a la ideació, al gest suïcida, o a l'acte. Utilitzant la tècnica fotogràfica del *light-painting* (dibuixar amb llum), s'explora aquest concepte fugint de la seva banalització, i també s'exploren els recursos d'ajuda. D'aquesta manera, es pren consciència dels factors protectors dels quals disposen.
- **Formació del professorat.** S'han organitzat trobades formatives amb part dels docents dels centres que han dut a terme els tallers per donar a conèixer **dades, mites, factors de risc i protectors, senyals d'alerta i protocols d'intervenció**. És molt important que els equips educatius prenguin consciència de la importància d'incloure en els seus projectes espais per poder abordar la prevenció del suïcidi de manera transversal. Des del Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya i la seva àrea d'Educació Inclusiva, s'ha elaborat un **vídeo formatiu** per donar a conèixer els aspectes més rellevants sobre la conducta suïcida.
- **Formació a professionals de l'educació no-formal.** Aquests espais són punts de trobada ideals perquè alguns infants i joves puguin trobar a adults de referència amb els quals puguin establir vincles comunicatius pròxims més enllà de la família o de l'escola. Aquest lloc de referència és el que s'ha tingut en compte per elaborar la guia *Encarem el suïcidi juvenil: orientacions i eines per a entitats juvenils*, editada pel CNJC (Consell Nacional de Joventut de Catalunya) y l'associació APSAS.
- **Trobada amb famílies.** En aquestes trobades s'aborda una realitat més àmplia, **la realitat de les pèrdues**, i es dedica un espai per poder acostar-nos a la complexitat del dol per suïcidi. Les trobades familiars són clau per poder abordar la psicoeducació, per compartir dubtes i per acompanyar des de l'assertivitat.

Totes aquestes accions s'inicien presentant primer l'associació **APSAS**, mitjançant una conferència de curs inaugural en línia, impulsada des de l'Ajuntament i dirigida a tots els docents de Sant Feliu de Llobregat. Com el públic abastava des de mestres d'educació infantil fins a docents de cicles formatius, la xerrada ofereix un acostament al tabú de la mort i a la pedagogia de la finitud. Si des dels primers anys de vida som capaces de potenciar espais educatius per parlar dels canvis, les pèrdues, la vida i la mort, serem capaces de potenciar uns dels factors protectors bàsics: la resiliència.

Aquests tipus de projectes permeten acostar-nos a la conducta suïcida des de la presa de consciència de la importància de cuidar el nostre benestar físic, mental i social. Al mateix temps, aquests espais **permeten conversar sobre molts dels mites associats al suïcidi**, principalment, el que relaciona el fet de parlar sobre suïcidi amb l'anomenat *efecte Werther* (efecte contagi).



Si des dels primers anys de vida som capaces de potenciar espais educatius per parlar dels canvis, les pèrdues, la vida i la mort, serem capaces de potenciar uns dels factors protectors bàsics: la resiliència.

Poder buscar espais per incloure la prevenció també ens permet **dissociar la conducta suïcida del trastorn mental**, un associació que, si bé, en adults té un grau d'incidència elevat (sobretot en trastorns afectius com la depressió), en l'adolescència l'aparició de les primeres autolesions no està sempre relacionada amb una patologia. Cert és que, tal com aporta Isabel de Paula en el seu llibre *La autolesión en el autismo* (Aliança editorial, 2018), alguns trastorns tenen una disposició més alta a desenvolupar aquestes conductes com a mitjà de regulació. Però cert és, també, que els docents que treballem dia a dia a l'aula podem observar moltes conductes associades a altres factors de risc. Destacar, entre ells, **la influència de les xarxes socials com a potenciador de les autolesions**, mitjançant etiquetes que inciten al *cutting* o mitjançant fòrums pro-suïcidi. Així mateix, el món de la «happycracia» es configura com un potenciador de frustració, perquè els adolescents senten una pressió contínua cap a les seves formes de vida, de relacionar-se i sobre els seus cossos. Abordar, per tant, la prevenció del suïcidi en

l'adolescència és **abordar l'autocura en majúscules**.

No tenim un repte fàcil davant nostre, però la realitat ens fa transformar-nos per continuar creixent professionalment, i així poder atendre més bé un alumnat i unes famílies que ho necessiten.

He après alguna cosa amb aquest contingut

- ☐ Sí
- ☐ No

Següent >