

PAUTAS COMUNES

- Minimización de los estímulos. Sirenas y presencia de vehículos. Protección de zona caliente de intervenciones no controladas y protección a los testigos.
- Coordinación. Zonificación. Recogida de información relevante.
- Determinar interviniente. Una persona. Relevos justificados.
- Manejo del tiempo. Con tranquilidad, sin prisas. Manteniendo la escucha.
- Seguridad. Uso de EPIs. Para el suicida potencial, intervinientes y testigos.
- Actitud negociadora. Sin retos ni imposiciones. Explicando movimientos y buscando colaboración.
- Detectar suicidios encubiertos en otro tipo de intervenciones.



e | psicocounseling
acompañamiento y orientación psicológica
Ernolando Parra

INTERVENCIÓN EN INTENTOS AUTOLÍTCOS

GUÍA RÁPIDA DE ASPECTOS PSICOLÓGICOS PARA EMERGENCISTAS

CUESTIONES PREVIAS

- Quien tomará la decisión de vivir o morir será el propio suicida, ni el emergencista es omnipotente ni es el responsable de un suicidio.
- La diversidad en los métodos utilizados impide generar procedimientos operativos que cubran el gran espectro de intervenciones que se pueden dar.
- Cualquier intento de suicidio se tomará como real.

OBJETIVO

- Facilitar una oportunidad a la persona atendida para explorar durante un nuevo margen de tiempo una salida a la situación que vive.

FASES

- 1 ENCUENTRO
- 2 RELATO
- 3 FOCALIZACIÓN
- 4 PERSUASIÓN
- 5 CIERRE



3 FOCALIZACIÓN

Será lo que establezca la diferencia entre solucionar un problema y quitarse la vida.

Preguntas cerradas. Enfocando. Ej: "De lo que me has contado, ¿cuál sería tu problema principal?"

Sin generalizar ni personalizar. Ej: Desde "mi vida es una mierda" o "soy un fracasado" a "he sido despedido del trabajo".

Sin asumir la responsabilidad de la definición; ayudando a pensar, preguntando, ...

Fragmentar el problema, introduciendo progresividad en las soluciones



4 PERSUASIÓN

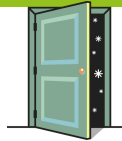
Sopesando alternativas con la persona ayudada.

Sin que la persuasión se convierta en presión.

Utilizar qué cosas son importantes o lo han sido anteriormente.

"Si terminarás con el problema, ¿seguirías pensando en suicidarte?"

En caso de bloqueo, trabajar sobre la esperanza de tener más tiempo para abordar la dificultad.



5 CIERRE

Reconociendo la capacidad del suicida para decidir si lo hace o no.

Compromiso de no suicidio. Desactivación del intento a cambio de iniciar un proceso de ayuda ante su problema (derivación)

Desactivación del riesgo.

No bajar la guardia hasta que la seguridad sea absoluta.

En caso de consumación, atención a intervinientes y testigos.



1 ENCUENTRO

Distancia física y psicológica. De menos a más. Pidiendo permiso.

Respetuoso y no intrusivo. "Nos han pasado un aviso y venimos por si podemos ayudarte"

Con calma y serenidad

Ofreciendo seguridad y confort.

Se explican medidas de seguridad que puedan ser llamativas.



2 RELATO

Facilitar el relato. Preguntas abiertas, escucha, comprensión y empatía

Espacio de diálogo. Sin juicio y sin prisa, para permitir la generación de alternativas

Huir de respuestas estereotipadas y evitativas. Acoger la crudeza del relato.

Atención al lenguaje corporal de la persona interviniente.

Escuchar el pasado, pero llevar al aquí y ahora.

Mensajes confiados y esperanzadores, apoyándonos en un nuevo espacio de tiempo donde buscar apoyos