

ANEXO III

PAUTAS E INDICACIONES PARA LA ENTREVISTA CON EL ALUMNO O LA ALUMNA

CUÁNDO PREGUNTAR

En el momento en que se han detectado indicios e indicadores que alertan de un posible caso de ideación suicida hay que buscar que la alumna o el alumno se sienta con la comodidad suficiente como para expresar sus sentimientos mostrando empatía, respeto e interés y escuchando de forma activa y sin juzgar.

También tenemos que hablar con el alumnado cuando detectemos signos de alarma y no solo como posible caso de ideación suicida.

CÓMO PREGUNTAR

Las preguntas se realizarán de forma oral y en un espacio adecuado que permita la privacidad y contar con el tiempo necesario y suficiente para realizar la entrevista.

Para lograr una buena comunicación con el alumnado adolescente es necesario desterrar determinadas expresiones como las siguientes:

“Tú tienes que...”. Ha de aprender a encontrar sus propias soluciones.

“Muchos a tu edad...”. Debemos aceptarlos y aceptarlas tal como son.

“Cuando tenía tu edad...”. Así se provoca rivalidad. La opción correcta consiste en invitarle a dialogar sobre el tema que consideramos problemático.

“Yo en tu lugar haría...”. Es preferible preguntar qué piensa hacer.

Las cuestiones deben plantearse de forma gradual, empezando desde las más generales para ir especificando hasta profundizar en el tema con detalle y de forma abierta en los aspectos que ayuden a valorar el riesgo suicida, pero evitando preguntas innecesarias y morbosas.

En la exploración de la ideación suicida es necesario observar la siguiente secuencia de preguntas, ya que cuanto más planificada esté la idea suicida mayor es el riesgo de cometer suicidio:

¿Cómo has pensado suicidarte? ¿Cuándo has pensado suicidarte? ¿Dónde has pensado hacerlo? ¿Por qué lo has pensado? ¿Para qué?

QUÉ PREGUNTAR

PREGUNTAS INICIALES GENERALES sobre el estado mental, la esperanza, el futuro, (el significado de) la vida. Algunos ejemplos:

“¿Cómo te encuentras en este momento?”

“¿Cómo ves el futuro? ¿Qué planes tienes para el futuro?”

“¿Piensas que la vida es demasiado complicada para ti? ¿Piensas que la vida no merece la pena?”

“¿Esperas que esto vaya a mejor?”

PREGUNTAS ESPECÍFICAS sobre pensamientos de planes suicidas. Algunos ejemplos:

“¿Alguna vez has pensado en la muerte, en querer acabar con tu vida? ¿Has pensado en hacerte daño o suicidarte?”

“¿Has pensado en acabar con tu vida ahora? ¿Has considerado el suicidio?”

“¿Qué pensamientos has tenido? ¿Desde cuándo tienes esos pensamientos? ¿Has pensado mucho en ello las últimas semanas?”

“¿Con qué frecuencia tienes estos pensamientos a lo largo del día?”

“¿Qué te hace pensar en el suicidio?”

“¿Tienes un plan específico en mente? ¿Cuál es tu plan? ¿Qué método habías pensado utilizar? ¿Has hecho preparativos?”

“¿Habías tenido antes estos pensamientos o sentimientos? ¿Qué los había provocado? ¿Has intentado alguna vez acabar con tu vida?”

Adaptación de la *Guía de recursos de intervención en la prevención de suicidio en entornos escolares* de Euregenas y del *Protocolo de colaboración interinstitucional para la prevención y actuación ante conductas suicidas* del Gobierno de Navarra.