



15 DE NOVIEMBRE

**DÍA INTERNACIONAL DEL
SUPERVIVIENTE POR LA PÉRDIDA
DE UN SER QUERIDO POR SUICIDIO**

ROMPER EL SILENCIO, CONSTRUIR ESPERANZA

*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*



**Colegio Oficial
de la Psicología
de Madrid**

¿QUÉ SIGNIFICA SER SUPERVIVIENTE?

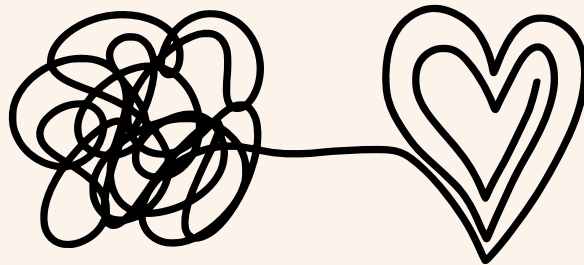
SON LAS PERSONAS QUE HAN PERDIDO A ALGUIEN POR SUICIDIO. FAMILIARES, AMIGOS, ALLEGADOS. SU DOLOR ES ÚNICO, PROFUNDO Y NECESITA ACOMPAÑAMIENTO ESPECIALIZADO.



*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*

UN DUELO DE CARACTERÍSTICAS PROPIAS

**IMPLICA EMOCIONES COMPLEJAS: CULPA,
RABIA, INCOMPREENSIÓN Y VERGÜENZA.**



**RECONOCERLAS COMO NATURALES ES EL
PRIMER PASO HACIA LA RECUPERACIÓN.**

*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*

MITOS QUE HACEN DAÑO



**“NO SE DEBERÍA
HABLAR DEL SUICIDIO”**



**HABLAR DEL SUICIDIO DE FORMA
RESPONSABLE SALVA VIDAS.**



**EL SILENCIO PERPETÚA
EL ESTIGMA.**

*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*

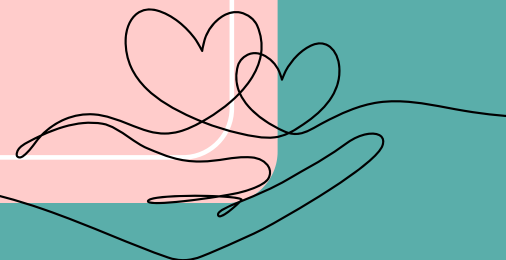
LA CULPA ES UNA EMOCIÓN COMÚN



LOS SUPERVIVIENTES SUELEN SENTIR QUE “PODRÍAN HABERLO EVITADO”.

SIN EMBARGO...

EL SUICIDIO ES UN FENÓMENO MULTICAUSAL Y MUCHAS VECES IMPOSIBLE DE PREVER.



*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*

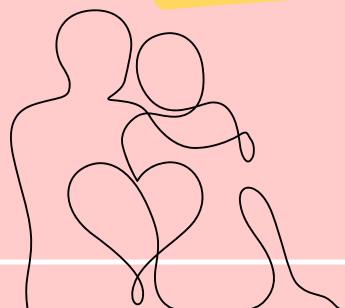


**Colegio Oficial
de la Psicología
de Madrid**

EL ENTORNO ES CLAVE



**EL APOYO EMOCIONAL Y LA
ESCUCHA ACTIVA DEL ENTORNO
CERCANO SON FUNDAMENTALES.
A VECES NO HACEN FALTA
PALABRAS: SOLO **ESTAR PRESENTE.****

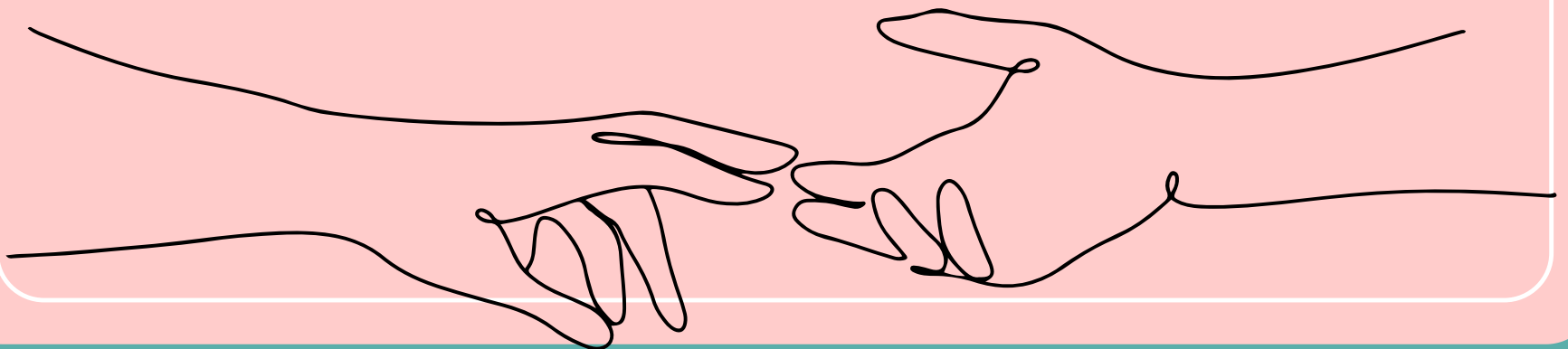


*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*

LA IMPORTANCIA DE BUSCAR AYUDA



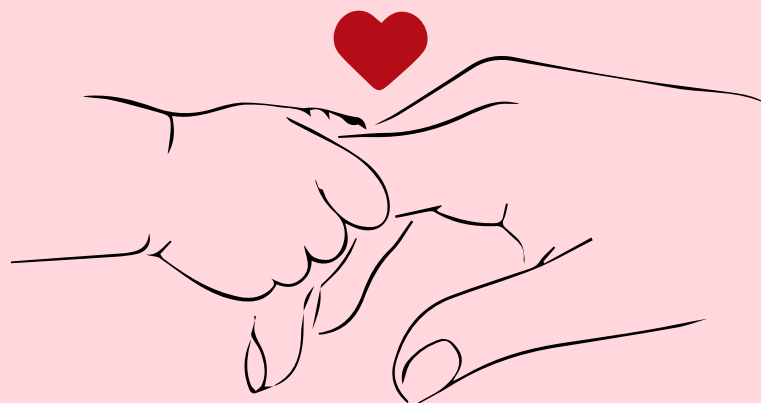
**GRUPOS DE APOYO Y PROFESIONALES
ESPECIALIZADOS PUEDEN
ACOMPañAR EN EL PROCESO DE
DUELO Y PREVENIR NUEVOS RIESGOS.**



*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*

**NIÑOS/AS Y ADOLESCENTES
TAMBIÉN SON SUPERVIVIENTES**

**ADAPTAR LA INFORMACIÓN A SU
EDAD Y PERMITIRLES EXPRESAR
EMOCIONES AYUDA A ELABORAR
EL DUELO DE FORMA SALUDABLE.**



*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*



**Colegio Oficial
de la Psicología
de Madrid**

EL SILENCIO DUELE

EL ACOMPAÑAMIENTO SALVA

**HOY Y TODOS LOS
DÍAS RECONOCEMOS
EL VALOR DE
QUIENES SIGUEN
CAMINANDO.**



*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*

Si te ha gustado esta publicación:



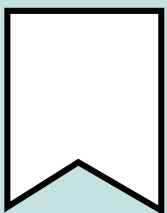
Da Me gusta



Comparte



Deja un comentario



Guárdalo

@copmadrid

*Grupo de Estudio e Investigación
de la Conducta Suicida*



**Colegio Oficial
de la Psicología
de Madrid**