

LECCIÓN #2: Raúl y Gabriel

Objetivo:

Los participantes aprenderán la importancia de hablar sobre sus sentimientos.

Duración:

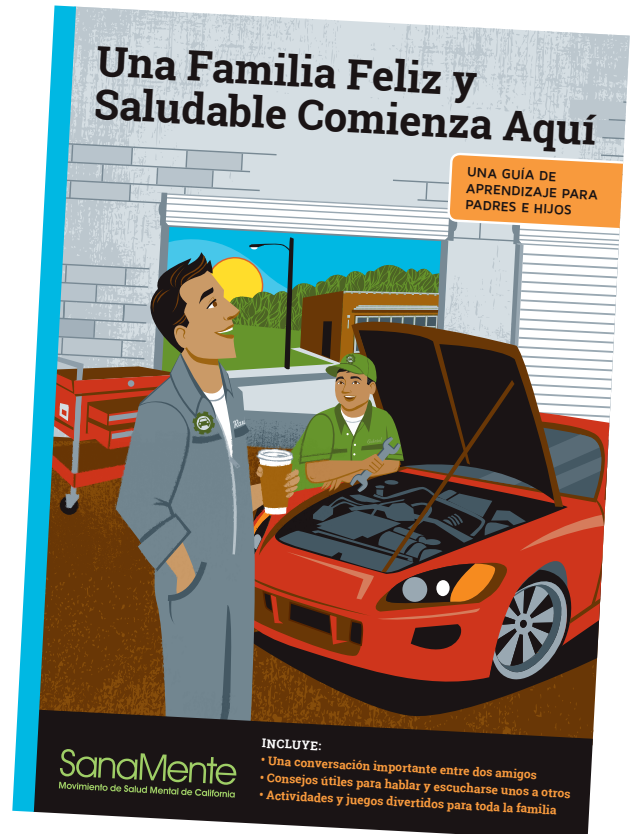
60 - 90 minutos

Materiales:

- Pizarrón, marcadores, portafolio, libretas para apuntes y lápices
- Acceso a Internet, un proyector y una pantalla
- Copias de la fotonovela de Raúl y Gabriel

ACTIVIDAD:

En esta actividad los participantes tendrán la oportunidad de leer la historia de Raúl y Gabriel. Antes de empezar a leer la fotonovela asegúrate que todos tengan una copia de la fotonovela. Si tienes tiempo suficiente habla sobre las razones por las que estas fotonovelas fueron diseñadas y cómo cada una se originó en un esfuerzo para mejorar ideas negativas sobre la enfermedad mental.



Experiencia sobre el tema:

- Después de haber leído la fotonovela utiliza el proyector y en tu computadora dirígete a www.sanamente.org/testimonios y vean la historia de Daniel.
- Utilizando una “lluvia de ideas,” pide que un voluntario escriba lo que los participantes observaron en la historia de Raúl y en otra hoja lo observado sobre la historia de Daniel.

*Ayuda a los participantes a intercambiar ideas y recuérdales que cualquier idea es siempre bienvenida.

Después de haber discutido el tema de la fotonovela y utilizando un proyector o una computadora dirígete a www.ElSuicidioEsPrevenible.org.

Divide a los participantes en dos grupos:

Grupo 1. Los participantes hablarán sobre la categoría de adolescentes

Grupo 2. Los participantes hablarán sobre la categoría de los adultos



Cada grupo será responsable de leer y discutir con los miembros de su grupo señales sobre el suicidio que hay que tomar en cuenta y luego hacer una pequeña presentación con el resto del grupo.

*Proporciona un rota folio, marcadores y lo necesario para la presentación de su categoría.

Da suficiente tiempo para que los participantes presenten su clase y ayuda a que el grupo logre una dinámica agradable y respetuosa en la cual puedan hablar sobre las diferentes maneras en que las personas con comportamientos suicidas muestran señales de lo que está pasando.

Al final pide que los participantes respondan al siguiente cuestionario:

- ¿Qué piensan sobre la historia de Raúl y Gabriel?
- ¿Por qué piensan ustedes que los hombres tienen más problemas para hablar sobre sus sentimientos?
- Una persona que se quiere dañar tiende a aumentar el uso de drogas y alcohol.
 - a) Falso
 - b) Verdadero
- ¿Por qué piensan que las personas se aíslan de sus familiares y amigos?
- Un reto de salud mental puede ocasionar que las personas descuiden de su apariencia y cuidado personal.
 - a) Falso
 - b) Verdadero
- ¿Observaron ustedes alguna diferencia en las señales que puedan presentar los adultos o los adolescentes?
- En la fotonovela de Raúl y Gabriel y la historia de Daniel se habló sobre problemas con el sueño. ¿Por qué creen que las personas que sufren de retos de salud mental sufren de este problema?
- ¿Han sufrido ustedes o algún miembro de su familia algún trastorno similar? ¿Les interesaría obtener más ayuda sobre el tema?

Al término de esta actividad asegúrate de hablar sobre los recursos disponibles para obtener ayuda y proporciona los números nacionales, estatales y locales de prevención del suicidio. Incluye también los números locales para pedir ayuda. Escucha y observa detenidamente a los participantes.