



Autolesiones en los Adolescentes

Clave de registro: CIN2016A10030

Escuela de procedencia: Colegio Martinak

Nombre: Nicole Pierrette Barrios-Bobadilla Sánchez, Claudia Reyes Gallardo, Dana Lithaí Salazar Juárez, Anna Karen Servín Olivares

Asesores: Prof: Abraham Zambrano Garnica y Psi: Zina Galpern Binder

Área de conocimiento: Ciencias Biológicas, Químicas y de la Salud

Disciplina: Psicología

Tipo de investigación: Cualitativa de tipo Documental

Ciudad de México a 19 de febrero de 2016

Introducción

“Los adolescentes se autolesionan debido a su bajo autoestima”.

Al momento de preguntarnos sobre qué queríamos hacer nuestro proyecto nos dimos cuenta de que las autolesiones son un tema muy actual pero que, sin embargo, no se tiene mucha información al respecto. Por lo que decidimos investigar más sobre este tema e informarnos sobre el por qué las personas recurren a autolesionarse para sentirse mejor o escapar de algo que los mantiene en un estado de depresión.

Lo que esperamos de esta investigación es que todas las personas quienes no saben sobre el tema se informen, conozcan la gravedad implícita en el acto de autolesión o autoflagelación y que puedan saber qué medidas tomar al respecto.

También debemos saber que es un tema muy delicado y se debe de tomar con cuidado, pues las personas que se autolesionan no les es fácil hablar y expresar la forma en la que se sienten y explicar los motivos por los cuales lo hacen.

Las autolesiones son todas aquellas conductas que implican causarse daño a uno mismo cuando esto no es por placer o con intención de acabar con la vida (suicidio). Pueden tener muchas funciones y causas.

Es una conducta que impacta mucho a las personas que les rodean ya que suelen reaccionar con desagrado, miedo y rechazo, por ello vamos a tratar de informarlos más.

Es un problema común en los adolescentes ya que están en una etapa difícil en la cual han sufrido una pérdida muy grande, que es la de su niño, ese cambio de la infancia a la adolescencia es muy significativo y si no tiene el suficiente apoyo y comprensión de parte de los padres puede provocar una depresión que los lleve hasta las autolesiones.

Resumen

Español

Este tema hoy en día es muy común debido a que muchos adolescentes lo están practicando, sin embargo, no hay mucha información sobre el tema porque se piensa que es una moda entre los jóvenes y no se le da la importancia necesaria como en otros temas (bullying, bulimia, anorexia, cyberbullying).

Pensamos que no es una moda ya que existen varias razones por las cuales se autolesionan como: recuperar la necesidad de atención, para castigarse, para evadir un malestar emocional, como conducta para-suicida, para asumir el control sobre situaciones que sobrepasan a la persona y por sentimiento de vacío crónico.

Inglés

Lots of teenagers are involved on it. Due to the fact, there's still not enough information, it's considered as a trend without any importance. At least, not like others as bullying, cyber bullying...

For us, it is not a trend. There are many reasons that explain the motivations for this behavior: Teens are asking for love, they consider it as a punishment, a way to avoid an emotional disease, as a habit which promotes suicide, to assume overwhelming situations and for a permanent feeling of loneliness.

It's certain that self-injurious behavior starts during childhood. Lackness of affection could have promoted damages on self-esteem. However we didn't research or prove if depression influences this behavior.

Objetivos generales y específicos:

Saber las causas por las cuales en nuestro país los adolescentes se autolesionan, cómo influye la cultura y cómo podríamos solucionarlo o evitarlo basándonos en los

resultados de esta investigación, la cual llevamos a cabo con apoyo de asesores, el internet y algunos libros de texto relacionados con el tema.

Hipótesis

- Los adolescentes se autolesionan debido a su bajo autoestima.
- La autolesión o los actos de autolesión en adolescentes mexicanos son provocadas por conflictos emocionales infantiles no superados.
- Una infancia con importantes carencias emocionales puede provocar, entre otras conductas, actos de autolesión en adolescentes mexicanos.

Marco Teórico

La baja autoestima se da por la pérdida de algo o alguien muy importante y por el rechazo de las personas en el entorno, así como por no haberse sentido lo suficientemente bien amado, protegido y atendido durante la infancia. Es muy difícil para la persona superar ciertos acontecimientos que han pasado a lo largo de su vida y es aún más complejo para un adolescente ya que está en una etapa muy difícil en la que no sólo adquiere muchas responsabilidades sino que pierde algo muy valioso que jamás va a poder recuperar, "a su niño", esa hermosa etapa por la que todos los seres humanos pasamos y la cual puede llegar a determinar las características de personalidad del futuro adolescente y adulto.

En esta etapa es en la que inician los problemas de mayor importancia y se comienza a tener la necesidad de "ser alguien", aunque todos somos alguien desde que nacemos, pero muchos no lo entienden así, y es por esto, entre otras razones, que comienza a instaurarse la baja autoestima, claro, éste es únicamente uno de los factores, pero no el principal. Todo comienza desde la familia: si no se tiene una buena relación o aceptación de los padres hacia el individuo éste comienza a pensar que no vale nada y que provocó una desgracia al nacer, que en realidad no es querido y que no merece vivir, a esto le continúa el trato que recibe en el colegio: los compañeros son agresivos y excluyen a los que creen que no pertenecen a su círculo, comienzan a agredir física y verbalmente al individuo y aunque al principio éste no preste mucha atención a los insultos, con el paso del tiempo se vencen sus defensas y su autoestima comienza a

disminuir. Inicialmente se dan algunos signos de depresión, buscando aislarse de sus amistades y personas queridas, siente que en realidad no merece su cariño y que solamente les estorba, paulatinamente empieza a sumirse en una depresión cada vez más intensa y a buscar métodos para desahogarse y no sentir más ese dolor que tanto lo atormenta, estos métodos varían, desde cortarse, rascarse, pellizcarse, hasta purgarse, quemarse y cortarse con cierta profundidad.

A grandes rasgos podemos describir seis grupos de motivos para que alguien se autolesione:

- **Recuperar la necesidad de atención:** Las autolesiones son muy llamativas y hacen que los demás sientan la necesidad de estar encima de la persona por miedo a que lo vuelva a hacer, en algunos casos buscan atención, afecto, que se les escuche y que se haga lo que ellos quieren. Es necesario ir con mucho cuidado de ignorar una señal de este tipo pues puede que no lo estén haciendo para llamar la atención, sino para pedir ayuda. Quizá sea éste un prejuicio capaz de impedir una ayuda oportuna.
- **Para castigarse:** Una baja autoestima, sentimientos de culpabilidad, de no ser merecedor de algo, de ser responsable por algo negativo pueden llevar a la persona a pensar que son “malos” y que merecen un castigo. Muchas veces representan sentimientos de odio o rechazo o disgusto hacia uno mismo. Suelen ser personas con muy baja autoestima y con una importante dependencia emocional.
- **Para evadir un malestar emocional:** El dolor físico es más fuerte que el emocional, por lo que cuando se practica el acto de autolesión, el individuo se provoca una flagelación que lo haga sentir mejor físicamente, evadiendo de esta forma el dolor emocional que siente, solo por unos minutos.
- **Como conducta para-suicida:** Muchos de ellos, anteriormente habían llevado a cabo este tipo de autolesiones; por ejemplo: cortes en las muñecas previas al

primer corte profundo, cortes en las piernas, clavículas, cadera, cuello, estómago, etc. A veces, lo hacen para experimentar y saber cómo se siente. Se calcula que un 15% de las personas que se autolesionan tienen tendencias suicidas.

- **Para asumir un control sobre situaciones que sobrepasan a la persona:** Tiene la necesidad de controlar una situación aunque ésta la sobrepase y solamente tienen control sobre sí mismos.
- **Por sentimientos de vacío crónico:** Cuando el individuo lleva mal mucho tiempo, llega a un grado de vacío crónico, en el cual ya no siente nada (ni bueno ni malo) por lo que tiene la necesidad de sentir dolor físico mediante autolesiones, para, de esta forma, “sentirse vivo”.

Perfil psicológico del adolescente con riesgo de suicidio.

- ° Es impulsivo y tiene reacciones emocionales intensas, lo cual lo puede llevar a agredir a terceros
- ° Escasa tolerancia a la frustración y dificultad para dar y recibir afecto, debido a la falta del mismo.
- ° Sentimientos de cólera en reacción a las agresiones.
- ° Estilo de pensamiento rígido, por lo tanto, no acepta opiniones de terceros y ante esto reacciona agresivamente.
- ° Deficiente imagen personal: Su aspecto ya no es importante y no le preocupa si se ve bien o mal.
- ° Sentimientos de desesperanza y desvalimiento, debido a la poca importancia que le han demostrado las personas de su entorno.
- ° Sentimientos de soledad e incomunicación (tendencia depresiva): Siente que ya no cuenta con nadie para confiarle la forma en la que se siente y las situaciones que la sobrepasan.

° Indicadores de riesgo de suicidio en el niño y en la familia.

FACTORES QUE INTERVIENEN EN LA EXPRESIÓN DEL ACTO DE AUTOLESIONARSE

Compulsión a la repetición: es la necesidad del ser humano de buscar la misma experiencia (inconscientemente) con diferentes personas, esto con el fin de seguir con una cadena que ha venido sucediendo por generaciones en la familia ya que es como un molde del que nosotros tenemos que salir para no cometer los mismos errores y las mismas desagradables experiencias.

Depresión: neurótica y psicótica.

La depresión significa "perdida", por lo que cuando los adolescentes o los adultos tienen depresión significa que perdieron algo o alguien muy importante en su vida. El adolescente pierde a su niño, pierde atención y gana responsabilidades, ya no puede regresar a su etapa de infante, ahora se convierte en un adolescente para posteriormente convertirse en adulto, una pérdida muy grande para cualquiera.

Sentido de Importancia:

Todas las personas tenemos la necesidad de sentir que somos importantes para alguien y que por lo menos una persona se preocupa por nosotros. Pero cuando sentimos que ya no nos dan la misma importancia, nuestra autoestima se ve afectada.

Los individuos que se autolesionan sienten que han perdido el total o parcial afecto de las personas de su entorno y tienen la necesidad de recuperar el sentido de importancia. Aunque muchos piensen que solo lo hacen por "llamar la atención", pero no es así, en realidad solo quieren sentirse amados de nuevo y saber que lo que les suceda si tiene valor y una gran relevancia.

¹Hay que ser honestos y reconocer que todos queremos ser importantes para el resto. Que todos anhelamos la aprobación ajena, primero de nuestros padres, hermanos, compañeros de curso, amistades, conocidos del mundo en general. El deseo de ser importante para el resto es común para prácticamente todos los seres humanos. Ya lo dijo Freud: “Lo que mueve al hombre es el sexo y el deseo de ser grande”. Esa es una de las pulsiones básicas de nuestra humanidad, y creo que sólo los que llegan al nirvana pueden perder el apego a la atención ajena.

No todos necesitamos lo mismo para satisfacer este deseo, claro. Por ejemplo, mi cumpleaños no es algo que me preocupe mucho. Si alguien me saluda, bien y si no, bien también. Mucho menos espero saludos para el santo. (Sí espero reciprocidad por un asunto de justicia: si te hago un regalo de cumpleaños, deberías hacer lo mismo conmigo). Que me llamen o no por el terremoto es agradable (un par de llamadas, correos y mensajes), pero no me mata. No pensaría que nadie me quiere porque no me llegaron mil mensajes de texto preguntando por mí.*

Experiencias Tempranas de Vida:

Existe suficiente evidencia que demuestra la importancia de las experiencias emocionales tempranas en el establecimiento de redes neuronales y, en consecuencia, en el desarrollo cerebral del niño pequeño y en la construcción de la inteligencia. Ello hace necesario que los educadores la consideren en su trabajo educativo.

1. *Nuestro Sentido de Importancia. Boolture. 9 de Marzo 2010*

Ganancia Secundaria:

Los adolescentes que se autolesionan no lo tienen todo perdido como ellos piensan, al momento de auto flagelarse las personas más importantes de su entorno se preocupan y por el mismo motivo siempre les ponen atención, de esta forma el afectado logra su objetivo, recibir la atención que tanto anhelaba.

Ellos saben que el acto de autolesionarse no les trae nada bueno, pero al darse cuenta de que esta es la única forma en la que se preocupan por ellos y les dan importancia, continúan con el acto para así recuperar lo perdido.

Dependencia emocional:

Es el apego que una persona siente por su pareja, mamá, un amigo o alguna persona significativa para ellos ya que temen quedarse solos y sin nadie para compartir sus problemas y preocupaciones.

Como por ejemplo, la dependencia al alcohol, afecta tanto a hombres como a mujeres. La diferencia es que, por vergüenza y por miedo a las burlas, los hombres ocultan este tipo de sentimientos, lo cual agrava más el problema.

En el caso de las personas que se autolesionan esta dependencia emocional puede llevarlos al chantaje mediante el acto. Recurriendo a incitar a la otra persona a que le tenga lastima y por esta misma razón no se aleje o lo abandone.

Necesidad de "llamar la atención"

Los adolescentes se autolesionan para "llamar la atención", no, no es para llamar la atención sino para recuperar la necesidad de atención. El adolescente no puede madurar a nivel neurológico porque aún no se han desarrollado los frontales (esta parte del cerebro está encargada de la toma de decisiones) lo hacen por experimentación,

por ejemplo: se enamoran del amor, no se enamoran de la persona, sino del sentimiento.

Hay de riesgos a riesgos en las personas que se autolesionan, cuando una persona se auto lastima significa que está buscando ayuda, pero a veces lo hacen para retener a una persona.

Mecanismos de defensa:

Freud determinó los mecanismos de defensa, como las técnicas del inconsciente, encargadas de minimizar las consecuencias de eventos demasiado intensos, para que el individuo pueda continuar con sus funciones. Dichos mecanismos de defensa, permiten el mantenimiento del balance psicológico.

Mecanismos de defensa Los mecanismos de defensa, son mecanismos inconscientes que se encargan de minimizar las consecuencias de un evento demasiado intenso, para que el individuo pueda seguir funcionando normalmente.

Entre los mecanismos de defensa se incluyen: la condensación, el desplazamiento, la disociación, la formación reactiva, la negación, la proyección, la racionalización, la represión, la sublimación, la regresión, el aislamiento.

Nirvana: Es el punto de placer máximo en el que se encuentra una persona al librarse de todos sus problemas y preocupaciones, con esto nos referimos a la muerte de la persona, pues al morir, ya no se tienen preocupaciones ni conflictos por solucionar y se puede ser plenamente feliz y sin ataduras.

Sentimiento de culpabilidad:

El sentimiento de culpa es una de las emociones más destructivas, y la mayoría de las personas la experimentamos en mayor o menor grado, tanto si es por algo que hemos hecho como por algo que no hemos sido capaces de hacer. No es un sentimiento agradable, por eso, cuando alguien nos pide algo que no queremos hacer, dudamos antes de negarnos porque tememos volver a experimentar ese terrible sentimiento.

Quizá valga la pena analizar qué es lo que nos hace sentirnos culpables y por qué tiene ese efecto sobre nosotros. La predisposición a sentirnos culpables puede haberse originado en la infancia, especialmente si teníamos el tipo de padres o profesores que nos hacían sentirnos culpables por cada falta, por pequeña que fuera. Es evidente que hemos cometido errores en el pasado, como todo el mundo. Todos podemos recordar acciones que desearíamos no haber hecho o palabras que preferiríamos no haber pronunciado. Recordar los errores del pasado es útil sólo cuando aprendemos de ellos. Mirar atrás para aumentar el sentimiento de culpa supone un gran derroche de energía. Sería mucho mejor darle la vuelta a esa energía y emplearla para algún propósito más positivo.

Intentos de Suicidio en la Adolescencia

Los intentos de suicidio en los adolescentes son una de las expresiones más reveladoras del sufrimiento humano y representan muchas veces la única forma posible de terminar con una situación intolerable.

Las chicas son más precoces en sus intentos de suicidio y los inician entre los 8 y los 14 años, consumándose en muy pocos casos. Por el contrario, los chicos los inician más tarde, hacia los 15 años, pero la mayoría se consuman. En el suicidio están implicados complejos factores, como la genética (se ha visto que los niños adoptados desde recién nacidos, en familias estables, pueden presentar con mayor frecuencia intentos de suicidio si éstos estaban presentes en los antecedentes de sus familias biológicas), patología psiquiátrica (aproximadamente el 80 % de los niños y adolescentes que intentan suicidarse y alrededor del 90 % de los que lo consuman,

sufren un trastorno psiquiátrico), características de la interacción familiar, patrones sociales y culturales (por ejemplo, la alta tasa de suicidios juveniles que acontecen en Japón). Aquí vamos a centrarnos en unos condicionantes que tenemos muy próximos: los factores de riesgo en el medio familiar.

Los niños consideran cada vez con mayor frecuencia la posibilidad de suicidarse antes de la edad de 13 años, un 16% de los niños piensan que la muerte podría ser una solución para sus problemas familiares, escolares o con sus amigos. En México no pasan muy seguido los casos de suicidio.

El autolesionarse, no es exactamente suicidarse. Hay que pensar en el grado de las cosas, regularmente mucha gente piensa hacen ese tipo de actos para "Llamar la atención", se ha visto, y sí, si es cierto, porque algo están queriendo expresar con estos actos.

Es imposible ignorar que el suicidio es "plaga" que se instala vagamente en la vida psíquica de los individuos y que es la segunda causa de mortalidad en los jóvenes de 16 a 25 años.

Juegos peligrosos como el juego de "Foulard" (Que es un juego altamente peligroso de estrangulación practicado por los que hacen este tipo de autolesiones) que en México se le conoce como el "Juego de la asfixia".

En México es muy difícil que los chicos lleguen a este extremo, claro que puede ocurrir, pero no tiene la incidencia que puede llegar a tener en este sentido.

Las personas que lo practican o hacen para que, la gente que los rodea entienda que algo les está pasando, que necesitan ayuda.

Los hombres casi no se auto lastiman como las niñas, ellos se queman o buscan problemas, golpeándose o peleándose con otros, en cambio los homosexuales si son más propensos a una autolesión, ya que se identifican más con el género femenino.

INTENTOS DE SUICIDIO Y SUICIDIOS (Según INEGI)

La publicación de la información de intentos de suicidio y suicidios comenzó en la década de 1930 y en 1995 comenzó su publicación detallada en un cuaderno

específico. Hasta 2005 el formato en que se captó fue la boleta estadística individual, contenida en el cuaderno para defunciones accidentales y violentas del Ministerio Público.

A partir de 2006 se publican datos solamente de suicidios, los cuales se captan mediante los registros de las estadísticas de mortalidad, particularmente, de las accidentales y violentas.

La estadística de suicidio abordaba las características sociodemográficas de la población que fallece por esta causa.

Su periodicidad es anual, la información de intentos de suicidio está disponible hasta 2005; la de suicidios a partir de 2006. Los resultados se presentan a nivel nacional, entidad federativa y municipio (para las entidades de Baja California, Baja California Sur, Sinaloa y Sonora).

¿Qué son las Estadísticas de Intentos de Suicidio y Suicidios (EISS)?

Son un proyecto de generación de estadísticas en el INEGI que tienen como objetivo proporcionar información que muestre el volumen y la estructura de la población con conductas suicidas registrada, con la finalidad de brindar el servicio público de información, además de auxiliar al estudio, la planeación y evaluación de los programas preventivos y de tratamiento.

La estadística en cuestión se comenzó a elaborar desde 1916, desde entonces y hasta 1926 la recolección de datos se hizo con respecto a los suicidios ocurridos en la ciudad de México y se generó información sobre número y sexo de los suicidas según el tipo de acto, con lo que se identificó un promedio anual de 52 suicidios consumados y frustrados: 36 hombres y 16 mujeres

IMPORTANCIA DE LAS EISS

La palabra suicidio, de origen latín se compone de dos términos: sui, de sí mismo, y cederé, matar, por lo que se interpreta literalmente como "matarse a sí mismo".

En este contexto, las Estadísticas de Intentos de Suicidio y Suicidios hacen alusión a datos básicos de las condiciones circunstanciales del acto registrado y sobre las características sociodemográficas de los suicidas identificados en agencias de ministerio público, adicionalmente presentan información sobre las causas testimoniales que motivaron al suicida para realizar su acto, medio utilizado, antecedentes suicidas familiares y otros aspectos.

Indicadores de riesgo de suicidio en el niño y en la familia.

-Las estadísticas de algunos pediatras presentan que algunos de sus pacientes tenían un cuadro de malestares estomacales, dolores de cabeza entre otros síntomas esto se deriva a pensar que tentaban contra su vida.

-En múltiples casos se descubrió que no habían ninguna relación afectiva con sus familias ya que eran disfuncionales y esto conlleva a querer quitarse la vida.

-De estas situaciones también se vio influido las graves enfermedades de algunos seres queridos.

-Y esto dio origen a que uno de los padres o amigos se incitara a suicidarse.

Caso Anónimo:

Los conceptos dentro del caso están identificados con los siguientes colores:

- **Baja autoestima**
- **Compulsión a la repetición**
- **Sentido de importancia**
- **Experiencias tempranas de vida**
- **Dependencia emocional**
- **Sentimiento de culpabilidad**

Raquel S.

Cuando tenía seis años, nos cambiamos de casa y como el anterior colegio al que iba quedaba muy lejos mis padres decidieron cambiarme al colegio que está a lado de mi casa, exactamente está ahí, lo veo des de mi ventana todos los días. Me cambiaron allí, era la nueva, no sé si me empezaron a insultar porque era la nueva, por ser diferente no sé muy bien porque y tampoco sé muy bien porque era diferente. Supongo que porque siempre me gustaba tener yo las reglas sobre mi misma, no me gustaba ir detrás de nadie, no me gustaba calentarle la oreja a nadie y no me gustaba ser una falsa y siempre me metía en líos por culpa de eso. Porque yo iba con una persona, esa persona me hablaba mal de otras y yo iba con la otra persona y le decía lo que estaban hablando mal de ellas, porque no me gusta que hablen mal de las personas a sus espaldas pero **siempre tengo que meter la pata siempre tengo que ponerme yo en medio**, soy como el blanco de todo. Porque claro si tú le cuentas a una persona que alguien más habla mal de ella luego ellas hablan hacen las paces, pero siempre ¿quién va a quedar como la mala? La que se lo ha dicho en este caso yo. Siempre quedaba como la mala y siempre me humillaban. (1)

Me mandaron cartas a mi casa de “te voy a matar “al día siguiente en el colegio, me perseguían en los recreos y los profesores me humillaban cuando participaba mucho en clase, entonces claro los profesores le daban paso a mis compañeros para que siguieran con el acoso, ellos no lo paraban.

Se lo conté a mis padres, mi madre me creía, mi padre no, entonces mi padre no me quería cambiar de colegio. (2)

¿Qué paso? Un día mi padre llegó más pronto del trabajo, bajo del coche y estábamos en educación física y él se quedó mirando porque me estaban insultando delante del profesor y el profesor no hacía nada y ahí fue cuando se dio cuenta que estaba diciendo la verdad y dijo “oh mi hija está diciendo la verdad, ya le debería de hacer caso” (3). Bueno la cosa siguió, entraron a hablar con los profesores y ellos no hicieron nada. (4)

Una profesora una vez me encerró en el baño con mi única amiga, Solo tenía dos amigas y ahora mismo ellas se fueron de Madrid y me quede sola. **Ellas ya hicieron sus vidas y yo estoy aquí amargada** teniendo que ver todos los días las caras de las personas que me hicieron la vida imposible y la verdad no es nada agradable.

Dicen que el acoso escolar se pasa, pero yo creo que no siempre queda algo en tu cabeza que te toca, muchas personas han sufrido más cosas graves y pueden seguir sus estudios y pues muy bien para ellos, mi mente no ha sido igual, mi vida no ha sido igual y no es que sea más débil si no que si las personas están todos los días, todos los días machacándote y repitiéndote algo al final te lo terminas creyendo. Dices oye igual y tienen razón igual y no valgo nada... igual y me debería matar ¿no? (5)

Y bueno yo lo pensaba cuando era muy pequeña.

A los 7 años me subí a la ventana de mi habitación y me intente tirar, mi padre abrió la puerta de mi cuarto y me vio que estaba en la ventana ¿qué hizo? Bajarme de la ventana entre a gritos y encerrarme en el baño (6). Que bien ¡siempre me encerraban en el baño! Y cuando era más mayor yo me cortaba y me encerraba en el baño yo misma, para cortarme allí sin que nadie me viera. ¿Qué casualidad no?

Por eso digo que las cosas que pasas cuando eres pequeño se te quedan en la cabeza se repiten constantemente y te las repites tú mismo es como: "igual y me lo merezco" (7)

Pero claro que no me lo merezco y no me cabe en la cabeza como las personas pueden ser tan crueles permitiendo que te creas esas cosas siendo que son una autentica falacia.

En cuarto(primaria) me cambiaron de colegio, pero no acabo allí, pero con quien iba resultaron ser unas falsas que hablaban mal de todos y es que tengo esa manía de elegir mal a las personas, como siempre en mi vida, siempre he tenido a mi alrededor a gente falsa y yo empecé a meter la pata. Empecé a alejarme de ellas a buscar a otro grupo de amigas y me empecé a juntar con personas más pequeñas a las que podía moldear como me diera la gana e intentar darles consejos para que no fueran tan falsas de grandes. Me alegro de haberme alejado de los de mi clase.

En 1ro de secundaria se juntaron las personas de los dos colegios a los que había ido y ahí fue cuando exploto. Me empezaron a insultar otra vez los empujones, las risas, las humillaciones.

Yo me hice a una amiga y ellos ahora nos molestaban a las dos, porque no tenemos bastante de nuestra vida fuera del instituto como para que tengamos que ir todas las mañana al instituto a que nos amarguen más la vida.

Repetí primero y me empezaron a dar trastornos de ansiedad (8), no podía estar en la clase durante más de media hora porque me ahogaba y me agobiaba y pues mi madre me llevo al psiquiátrico que me dio pastillas y controlar la respiración; más tarde empezaron los vómitos, no me iba muy bien conmigo misma no me quería, **creo que nunca me quise (9).**

A los 15 años por fin me cambiaron de colegio a uno que me gustaba mucho iba al coro, y había gente excelente y me la pasaba bien pero no estudiaba. Yo me peleaba con las personas (10).

Una persona me hizo un comentario sobre mi cuerpo que no era positivo sobre mi cuerpo y yo pensé que tenía que hacer algo para cambiarlo y ser más delgada (11).

Y aparte había una con la que me juntaba que tenía anorexia y yo empecé a hacer los juegos que ella hacía con la comida, como partir la comida en trozos muy pequeños, yo en ese momento lo tome como un juego y era para no quedarme sola y tener compañía. Yo no sabía que era realmente un problema además en mi casa yo comía bien y no las pasábamos bien haciendo todo eso. A la larga pensé “si quiero adelgazar no va a funcionar si solo lo hago aquí” así que ya no solo era anorexia si no también bulimia y estuve en un hospital por esto. Y claro era normal después de tantos años siendo agredida que raro tener problemas mentales. Se dieron cuenta hasta un año después ósea nadie se da cuenta de que tienes un problema hasta que estas en los huesos (12).

NOTAS:

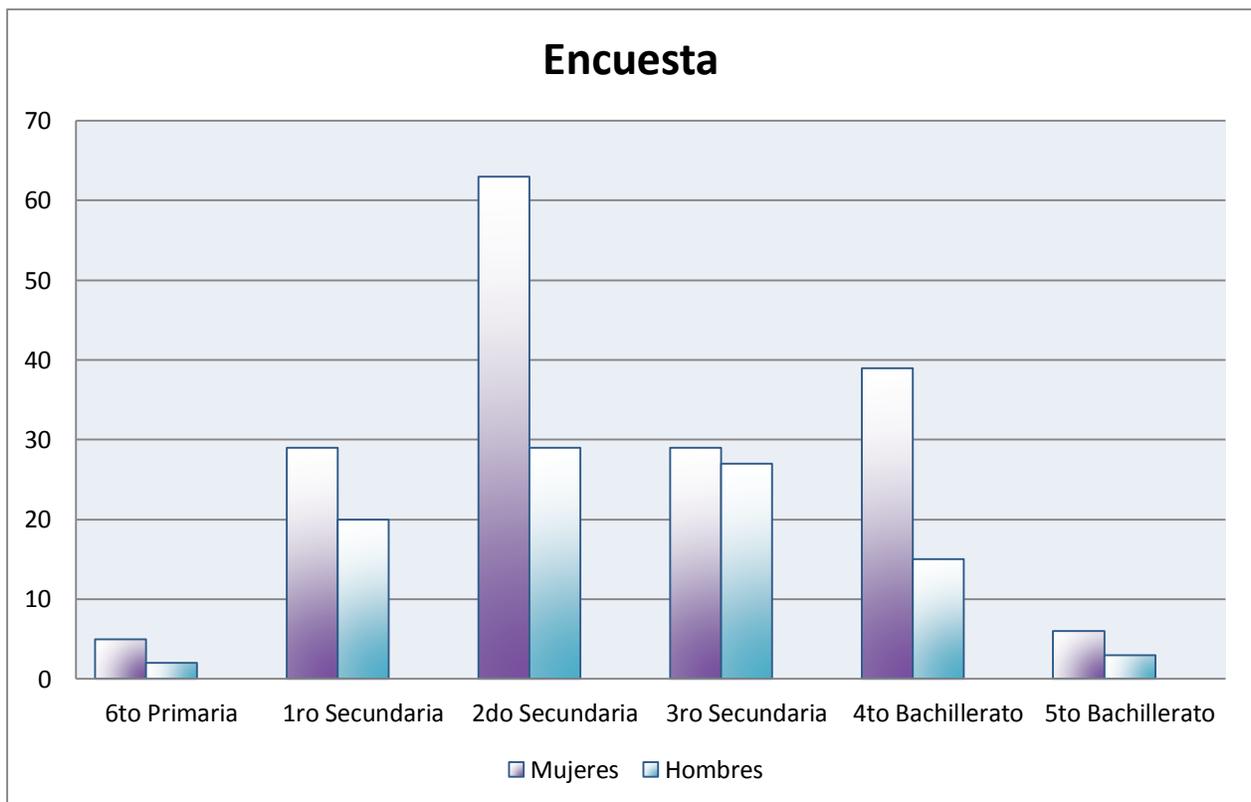
- 1) Aparentemente quiere resolver conflictos pero genera más.
- 2) Su padre le restó importancia y no detecto sus necesidades emocionales.
- 3) Tiene resentimiento a su papá porque le restaba importancia le confirma que no vale lo suficiente.
- 4) En la escuela no tenía el apoyo.

- 5) El auto concepto: es lo que yo soy, es decir, las características que conciben mi ser: mi personalidad, mi forma de ver la vida, mis características personales. Es decir, el auto concepto tiene un valor descriptivo. Para algunos autores el auto concepto consiste en el conjunto de opiniones, hipótesis e ideas que individuo tiene sobre sí mismo.
- 6) No la apoyo correctamente en vez de ayudarla el regaño.
- 7) Su infancia no fue buena y se queda con estos problemas.
- 8) La causa de estos sentimientos intensos de ansiedad puede ser difícil de identificar. Sin embargo, los temores y preocupaciones son muy reales e impiden muchas veces que las personas se concentren en sus tareas diarias y después de todo lo que pasó en su infancia y debido a las experiencias tempranas de vida era obvio que tendría problemas psicológicos.
- 9) La baja autoestima, falta de valoración de ahí viene.
- 10) Está intentando sacar toda la frustración que tiene
- 11) Si tu no me valoras yo no me valoro.
- 12) Tiene una gran depresión.

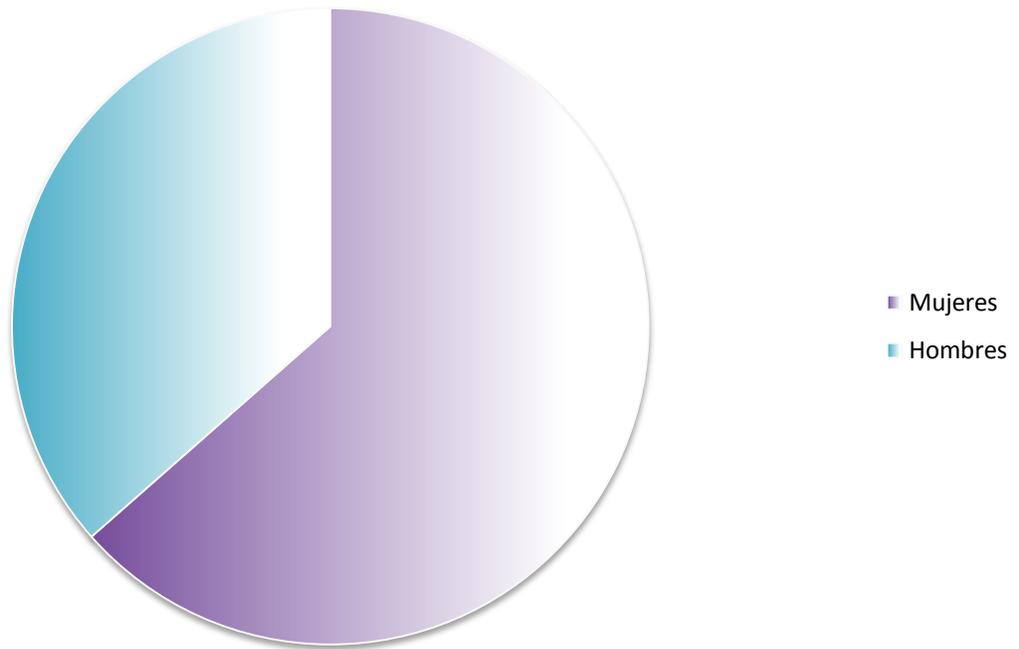
Realizamos una encuesta a los alumnos del Colegio Martinak, específicamente a los alumnos de bachillerato, secundaria y sexto de primaria. Esta consistía en realizar 3 preguntas.

- ¿Cuántos de ustedes conocen a alguien que se autolesione?
- De los que conocen ¿cuántos son mujeres y cuantos son hombres?
- ¿De qué edades son esas personas o qué edad tenían cuando se autolesionaban?

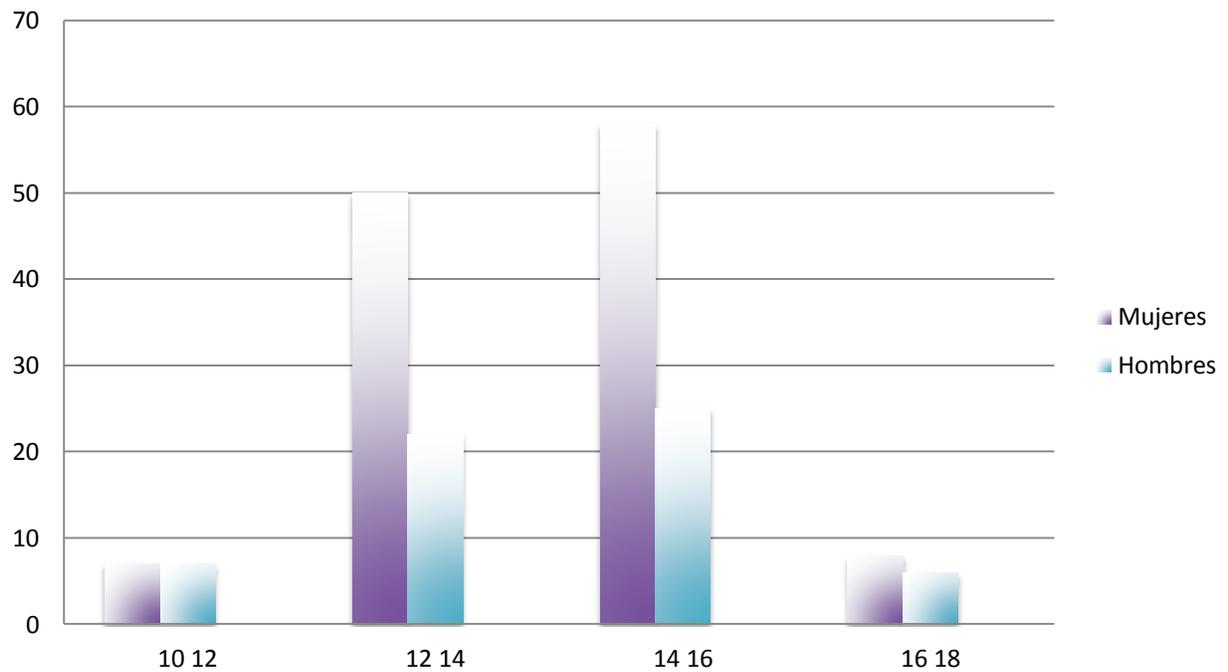
Esto con el objetivo de saber el porcentaje de cuantas personas conocían que se autolesionaran o hayan cometido el acto. Los resultados son los siguientes:



Encuestas



Encuestas



Esto nos muestra que la cantidad de mujeres que comenten el acto de autolesión es mayor que el de hombres. Esto se debe a que las mujeres son más precoces a cometer este acto, mientras que los hombres recurren a otra forma de desahogo.

Conclusiones

En conclusión el tema de las autolesiones debe tomarse con seriedad y respeto. Esto no es una moda como dicen los medios, es un problema grave que refleja el estado de la sociedad actual.

En la actualidad los padres ya no tienen tanto tiempo para convivir con los hijos como en otras épocas, los trabajos toman todo el tiempo y no permite la convivencia familiar. Otro factor que afecta es el uso de la tecnología, los padres y los niños viven con el celular y no lo dejan en ningún momento provocando la enajenación de la realidad y la escasa convivencia con el entorno.

Ahora nos damos cuenta de la gran cifra de adolescentes que se autolesionan y de verdad es preocupante y alarmante, no solo para los padres, sino para la comunidad, la deficiencia de atención y cuidado que se les está dando a los niños y adolescentes es un grave error que están cometiendo los padres y los responsables de educarlos.

Tenemos que estar muy bien informados sobre el tema, pues probablemente alguno de sus conocidos se están causando daño y nadie se da cuenta y si saben de alguien que esté haciendo esto, es necesario darle el apoyo y la ayuda que necesitan, no por lástima, sino para evitar que las cifras de suicidios y autolesiones suban cada vez más.

Bibliohemerografías

Martí Casas, Oriol. (2011). COMPULSIÓN A LA REPETICIÓN: “MÁS ALLÁ DEL. Octubre 18, 2015, de – sitio web: <http://lahaine.org/b2-img/martic.pdf>

Banqueri, Joaquín. (2010). La Ganancia Secundaria. Octubre 18, 2015, de Bing sitio web: <http://joaquinbanqueri.blogspot.mx/2010/01/la-ganancia-secundaria.html>

Anónimo. (2007). Mecanismo de Defensa. Septiembre 18, 2015, de Apuntes de Psicología sitio web: <http://www.apuntesdepsicologia.com/psicoanalisis/mecanismos-de-defensa.php>

Bar – On, I. autoestima, autoridad parental y conflicto Familiar. Tesis para obtener el Título de Doctor en Psicología, México. Facultad de Psicología, UNAM, 1985.

Blos, P. Los comienzos de la adolescencia. Buenos Aires: Editorial Amorrortu, 1986.

Blos, P. Psicoanálisis de la adolescencia. México: Editorial Joaquín Mortiz, 1987.

Freud, A. El yo y los mecanismos de defensa. México: Editorial Paidós, 1986.

Freud, A. Psicoanalista del desarrollo del niño y del adolescente. Barcelona: Editorial Paidós, 1985.