

VOCES QUE IMPORTAN: UN ESTUDIO SOBRE LA IDEACIÓN SUICIDA Y SU
RELACION SOBRE LAS CREENCIAS, DESEO Y LA VOLUNTAD EN TRES JOVENES
ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS



KRISLHE DAHIANA CENDALES SALGADO
YENNIFER SHIRLEY VALLEJO ALFONSO



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD PSICOLOGÍA
VILLAVICENCIO
2024

VOCES QUE IMPORTAN: UN ESTUDIO SOBRE LA IDEACIÓN SUICIDA EN TRES
ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

KRISLHE DAHIANA CENDALES SALGADO
YENNIFER SHIRLEY VALLEJO ALFONSO

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título Psicólogo

Director

Mg. DORIS MARCELA HERNANDEZ ALVAREZ
Maestría en Desarrollo Educativo y Social

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD PSICOLOGÍA
VILLAVICENCIO
2024

Autoridades Académicas

P. Álvaro José ARANGO RESTREPO, O. P.

Rector General

P. Mauricio Antonio CORTÉS GALLEGO, O. P.

Vicerrector Académico General

P. José Antonio BALAGUERA CEPEDA O. P.

Rector Seccional Villavicencio

P. Adrián Mauricio GARCÍA PEÑARANDA, O. P.

Vicerrector Académico Seccional Villavicencio

Mg. Julieth Andrea SIERRA TOBÓN

Secretaria de División Seccional Villavicencio

Mg. Andrea Carolina CAÑÓN SÁNCHEZ

Decano de la Facultad de psicología

Tabla de Contenido

	Pág.
Resumen.....	8
Abstract	9
Planteamiento del Problema	10
Justificación	16
Objetivos	21
Objetivo General	21
Objetivos específicos	21
Marco paradigmático y Epistemológico	22
Paradigma	22
Epistemología	22
Marco Disciplinar	24
Ideación suicida	25
Deseo.....	25
Voluntad.....	26
Creencias.....	27
Marco Multidisciplinar	28
Ideación suicida	28
Deseo.....	29
Voluntad.....	29
Creencias.....	30
Marco Legal	32
Antecedentes de Investigación.....	34
Método	39
Técnicas	40
Entrevista semiestructurada	40
Instrumento	40
Participantes.....	41
Procedimiento.....	41

Consideraciones Éticas	43
Resultados	44
Discusión de Resultados	46
Conclusiones	54
Aportes	56
Limitaciones.....	58
Referencias Bibliográficas	59
Anexos	63

Lista de Tablas

Pág.

Tabla 1 Categoría Ideación Suicida	44
Tabla 2 Categoría Deseo	45
Tabla 3 Categoría Voluntad	47
Tabla 4 Categoría Creencias	49

Lista de Anexos

Pág.

Anexo 1. Preguntas orientadoras	63
Anexo 2. Organización de texto de las narrativas por objetivos de cada participante.....	65
Anexo 3. Matriz por categorías de las narrativas de los participantes	81

Resumen

Esta investigación cualitativa busca comprender la relación que existe entre las ideas suicidas, las creencias, el deseo y la voluntad en jóvenes que en algún momento su vida ha experimentado ideación suicida, la población que se abarca son jóvenes entre 18 a 26 años de la universidad Santo Tomas de Villavicencio-Meta, utilizando un diseño metodológico cualitativo y un enfoque disciplinar humanista centrado en la persona. Se abordará desde un paradigma interpretativo, que busca comprender las creencias que los participantes tienen frente a la ideación suicida teniendo en cuenta el deseo y la voluntad y cómo estas configuran su realidad. Además, se considera la epistemología hermenéutica, la cual enfatiza la interpretación y la construcción de las creencias a partir de la interacción entre el investigador y los participantes.

Se utilizó la metodología narrativa para explorar estas categorías, con herramientas como la entrevista semiestructurada con el objetivo de obtener insumos de las experiencias, sobre la ideación suicida en jóvenes de 18 a 26 años, como resultado de la investigación se evidencio que la ideación suicida resulto de múltiples factores, como conflictos familiares, bullying, baja autoestima y desesperanza, especialmente en etapas vulnerables como la adolescencia temprana y media. Se destaca que, aunque los participantes experimentaron pensamientos suicidas, nunca desearon realmente morir; sus ideas suicidas fueron un intento desesperado de escapar del sufrimiento. Este proyecto resalta la importancia de fortalecer el deseo y la voluntad como motores de sentido vital, así como el papel fundamental de las creencias en la construcción de la resiliencia.

Palabras Clave: Ideación suicida, voluntad, deseo, creencias.

Abstract

This qualitative research seeks to understand the relationship between suicidal ideation, beliefs, desire, and will in young people who have experienced suicidal ideation at some point in their lives. The population covered is young people between 18 and 26 years old from the Santo Tomas University in Villavicencio-Meta, using a qualitative methodological design and a person-centered humanistic disciplinary approach. It will be approached from an interpretive paradigm, which seeks to understand the beliefs that participants have regarding suicidal ideation, taking into account desire and will and how these shape their reality. In addition, hermeneutic epistemology is considered, which emphasizes the interpretation and construction of beliefs from the interaction between the researcher and the participants.

Narrative methodology was used to explore these categories, with tools such as semi-structured interviews aimed at obtaining insights from the experiences of suicidal ideation in young people aged 18 to 26. The research revealed that suicidal ideation was the result of multiple factors, such as family conflicts, bullying, low self-esteem, and hopelessness, especially during vulnerable stages such as early and middle adolescence. It is noteworthy that although participants experienced suicidal thoughts, they never truly wanted to die; their suicidal thoughts were a desperate attempt to escape suffering. This project highlights the importance of strengthening desire and will as drivers of meaning in life, as well as the fundamental role of beliefs in building resilience.

Key Word- Suicidal ideation, beliefs, will, desire.

Planteamiento del Problema

Hablar de la vida, permite abrir puertas para abordar las dimensiones que configuran al ser humano en el mundo, donde se ven reflejadas las emociones, los pensamientos y las experiencias que dan forma a la individualidad. A lo largo de su trayectoria, el ser humano construye un sentido del 'Yo', un proyecto de vida que evoluciona y se adapta a las diversas etapas del ciclo vital. Sin embargo, este camino no siempre es lineal. Las personas se enfrentan a desafíos y conflictos que pueden poner a prueba su bienestar emocional. En ocasiones, estas dificultades pueden generar un profundo malestar psicológico, llegando incluso a manifestarse en pensamientos suicidas. Situación que hoy representa una de las problemáticas más preocupantes en cuanto a la salud mental, además la vida, con sus grandes desafíos y las complejidades que representa, en ocasiones puede llevar a una persona a considerar el suicidio o la ideación suicida como una salida.

El ser humano se compone de dimensiones como las emociones y las experiencias, desempeñan un papel fundamental en su desarrollo y su bienestar. Estas pueden, en ocasiones, llevar a una persona a la ideación suicida, principalmente cuando el individuo enfrenta una dificultad emocional y no logra encontrar otra alternativa o motivación de seguir adelante. El ser humano es un conjunto de emociones, deseos, voluntad y creencias. La voluntad es la fuerza que impulsa a un individuo el diario vivir, mientras que el deseo actúa como el motor que la sujeta. No obstante, cuando el deseo se derrumba y la persona se encuentra estancada ante las dificultades, la ideación suicida puede exteriorizarse. Esta manifestación acostumbra a estar vinculada a sentimientos de desamparo, desesperación, angustia, vacío o desmotivación y una desconexión de todo lo que alguna vez le dio sentido a la vida.

Por otra parte, para Camargo (2017) el deseo se define como el impulso interior de actuar y dar un propósito a la vida, este forma parte de lo que hace que un ser humano sea quien es, le da una esencia a cada persona, cuando la persona parece perder su esencia, junto con su voluntad de actuar y vivir, cuando se pierde este deseo de hacer o lograr algo en la vida, por su parte las creencias son la opinión que una persona o sujeto tiene de sí misma, moldeada por sus experiencias y la educación que empieza desde casa. Pueden surgir sentimientos de parálisis y pesimismo cuando los propios deseos, voluntad y creencias se ven amenazados, se produce una crisis de

identidad y de propósito de vida, que en determinadas situaciones puede derivar en ideación suicida.

El individuo posee desde pensamientos pasivos acerca de la muerte hasta estrategias específicas para realizar el acto final, es un asunto esencial en el campo de la salud mental. Esta fase, caracterizada por el pensamiento u organización de acciones autodestructivas con el propósito de acabar con la propia vida, representa un riesgo considerable para los intentos y suicidios consumados (Martínez de Haro, 2017). Siguiendo con el pensamiento del autor previamente citado, la idea de suicidio puede emerger debido a una combinación de factores, que incluyen trastornos mentales, vivencias traumáticas, problemas emocionales y circunstancias de estrés intenso.

La ideación suicida está ligada a otras etapas del proceso suicida, entre ellas el intento de suicidio y el suicidio consumado. Es importante entender que la ideación suicida no es un fenómeno exclusivo del sujeto, sino que involucra sus áreas, estados de ánimo y motivaciones que fortalecen los vínculos de la persona con la vida y con los demás. Así pues, el modelo sugerido por Torres (2020) manifiesta que la ideación suicida y el comportamiento suicida no se transmiten, pero sí están inclinadas a aquellas personas que experimentan o padecer ciertas patologías mentales, por lo que es necesario conocer los antecedentes familiares de las personas que muestran ideas y comportamientos suicidas y de esta manera, intentar reducir el riesgo de suicidio, el cual incluye la interrelación de tres elementos clave: la percepción del individuo acerca de su propia autonomía se ve afectada de manera negativa, el sentimiento de no pertenecer y la capacidad percibida para realizar el acto de suicidio, son elementos vistos como riesgos en el suicidio. Además, la ideación del suicidio se establece en la interacción de estos tres componentes, donde las personas empiezan a contemplar la opción de poner fin a su vida como un medio para huir del sufrimiento emocional y psicológico que atraviesan.

La transición de la ideación al intento de suicidio es un momento crítico en el proceso suicida, si no se atiende o aborda de manera adecuada y a tiempo la ideación suicida, los individuos llegan a los intentos de suicidio, lo que supone un riesgo inmediato para la vida de los individuos y demandan intervención y tratamiento inmediatos; no obstante, es crucial subrayar que no todos aquellos que experimentan pensamientos suicidas llegan a la acción de suicidio. Sin embargo, muchas personas encuentran maneras de manejar estos pensamientos y buscar apoyo para tratar las causas de su incomodidad o ansiedad emocionales, ya que esto representa un factor de riesgo.

Las razones del suicidio según OMS (Organización Mundial de la Salud) (2024) son de múltiples factores, que pueden abarcar trastornos mentales como la depresión, el trastorno bipolar o el estrés, o experiencias postraumáticas como el maltrato o tipos de violencia, problemas de salud física, uso de sustancias psicoactivas u otros tipos de circunstancias de crisis como la pérdida de un ser querido o problemas financieros.

De acuerdo con esto, la ideación de suicidio es un problema que en ocasiones desemboca en el acto de suicidio. Este es un problema mundial que necesita atención e intervención a escala regional, nacional e internacional, debido a su repercusión en la salud pública y el bienestar social. Además, la Organización Mundial de la Salud (OMS-WHO, 2014) resalta que anualmente, cerca de 800,000 individuos fallecen a nivel global debido al suicidio, lo que lo sitúa como una de las causas de mortalidad más importantes, en particular entre la población juvenil. Al continuar con lo mencionado anteriormente, el estudio "Risk of Suicide in Medical and Related Occupational Groups: "A National Study Based on Danish Case Population-Based Registers", llevado a cabo por Hawton et al. (2011), brinda una contribución considerable a la salud mental académica y profesional de la población.

Uno de los reportes importantes de la OMS (2014) es el "Informe Mundial sobre la Prevención del Suicidio", que recolecta información de naciones y regiones a nivel global con el objetivo de evaluar la envergadura del problema y su repercusión en la salud pública, y ha sido actualizado en varios años, incluyendo 2019. Este reporte ofrece una perspectiva integral del problema del suicidio, resaltando las tendencias, factores de riesgo como trastornos mentales, consumo excesivo de sustancias, vivencias traumáticas, tácticas preventivas y medidas requeridas para tratar este serio asunto de salud pública, aunque no existe una gran correlación con la idea del suicidio.

El vínculo entre estas cifras se basa en entender cómo la edad y el género pueden influir el riesgo de suicidio, se debe tener en cuenta que previo a este, hubo una ideación suicida que no se tuvo en cuenta en su momento y por lo cual finaliza con la terminación de la vida de una persona, respecto a los adultos jóvenes, el estrés en el trabajo, las presiones sociales y los trastornos mentales pueden contribuir a una mayor incidencia de pensamientos suicidas. En las personas de edad avanzada, elementos como el aislamiento social, la pérdida de seres queridos, los problemas económicos y la enfermedad física pueden tener un rol significativo, que puede llevar a las

personas a acabar con su vida, al no saber identificar las formas de pedir ayuda de una persona que está teniendo ideación suicida.

En otras palabras, los hallazgos indican la existencia de historiales de violencia doméstica, la ausencia de una red de apoyo en el penal, el uso de sustancias psicoactivas, la falta de creencias religiosas, la orientación sexual no heterosexual, el historial de tratamiento con psicofármacos, la presencia de antecedentes familiares de suicidio y los intentos de suicidio anteriores están notablemente vinculados con grados más elevados de ideación suicida entre los reclusos.

Para Castillero (2024) en primer lugar, la ideación suicida puede surgir como una respuesta a experiencias de dolor emocional, trauma, estrés crónico, como la muerte de seres queridos, la experiencia de abusos sexuales, físicos y psicológicos o dificultades interpersonales. En algunos casos, el dolor sufrido es tan intenso que la persona no puede manejarlo, se siente sin control sobre su vida y llega a creer que no puede hacer nada para mejorar su situación, en última instancia, pierden toda esperanza, para algunos jóvenes, la ideación suicida puede ser vista como un medio de evasión o mitigación del dolor psicológico que están sufriendo. Esta visión puede verse afectada por un sentimiento de desesperación, aislamiento o ausencia de respaldo emocional por parte de amigos, parientes o la comunidad en su conjunto.

Siguiendo con el concepto de suicidio a nivel nacional, de acuerdo con (Rodríguez et al, 2017), comprende a las instituciones académicas, entidades de salud pública y entidades no gubernamentales que han aportado a entender la idea de suicidio en las poblaciones específicas del país. Investigaciones epidemiológicas han detectado elementos sociodemográficos, tales como edad, género y estatus socioeconómico, que inciden en el riesgo de suicidio, mientras que investigaciones cualitativas han examinado las vivencias personales de aquellos que se enfrentan a la ideación de suicidio; estos contextos disciplinarios e investigativos ofrecen una base firme para entender la complejidad del problema el cual muestra la relación de situaciones, contextos, condiciones y factores personales predisponentes que favorecen la ideación suicida. Además, en ciertos casos, la idea de suicidio se vincula con una interpretación tergiversada de la realidad y la autopercepción. Por otra parte, Contreras (2021) los jóvenes que sufren de baja autoestima, sensaciones de inutilidad o autocritica desmedida pueden percibir el suicidio como un medio para terminar con su sufrimiento emocional y percibir que son un peso para los demás. Esta autoimagen negativa puede ser intensificada por el hostigamiento, la discriminación o la presión social para satisfacer normas irreales de éxito y felicidad.

Para Barengo (2016) las personas tiene intenciones de quitarse la vida, teniendo en cuenta el motivo que los impulsa ya sea la búsqueda de atención o validación emocional, entre otras, la ideación suicida se puede percibir como un modo de alerta para que su red de apoyo tenga en cuenta sus síntomas e ideologías y ayudar a intervenir a los jóvenes que de una u otra manera, los cuales pueden pedir ayuda, ya sea por medio de sus expresiones verbal y no verbales como "no puedo soportarlo más" no necesariamente indican que tenga una convicción firme en su deseo de quitarse la vida, aunque sí constituyen una manifestación de querer abandonar todas las sensaciones de tristeza y malestar, aunque sea por un período de tiempo; el deseo de una persona con rasgos depresivos, que intenta huir a la vida, puede ser tan grande que tenga en vista la idea suicida, un plan para acabar con su vida con el objetivo de mejorar su estado actual. A pesar de que el suicidio es una tragedia que a menudo se pasa por alto, los jóvenes ven la vida como una fuente de dolor y eligen terminar con sus vidas.

Además, la idea del suicidio puede estar vinculada por elementos culturales, religiosos o sociales que pueden influir en las convicciones y posturas de los jóvenes respecto a la vida y la muerte. En ciertas culturas, el suicidio puede verse como un gesto de coraje o abnegación, mientras que, en otras, se percibe como un delito o un tabú. Así mismo Cañón y Carmona (2018) expresa que los jóvenes tienen una mayor tendencia a experimentar ideas suicidas debido a sus complejos y diversos aspectos de su etapa. Se ven afectados por una mezcla de elementos individuales, tales como vivencias personales, autopercepción y visiones de la realidad, además de elementos contextuales, como el ambiente familiar, social y cultural. Por otro lado, entender las convicciones es vital para diseñar intervenciones eficaces de prevención y soporte orientadas a los jóvenes con alto riesgo de suicidio.

La ideación suicida en la región del Meta es una situación alarmante que necesita atención inmediata, dado que, de acuerdo con investigaciones recientes, los índices de ideación suicida en el Meta superan el promedio nacional, particularmente entre los jóvenes y la población encarcelada. Asimismo, como se indicó previamente, entre los elementos que inciden en este asunto se incluyen la violencia en el entorno familiar, la ausencia de respaldo social, el uso de sustancias psicoactivas, conflictos sin resolver en el crecimiento psicoafectivo de los individuos, historial de tratamiento con medicamentos psicoactivos e historiales familiares de suicidio.

En una investigación llevada a cabo por la Universidad de los Llanos en (2020), se examina la ideación suicida en adolescentes del departamento del Meta. Los hallazgos revelan que la

prevalencia de ideación suicida es superior en mujeres que, en hombres, representando un 15,6 % del total de la población estudiada. Lo anterior implica que las estadísticas muestran un incremento en la ideación de suicidio en años recientes, particularmente entre la población juvenil, lo que exige una mayor comprensión del problema de la ideación suicida y de su incidencia en el municipio de Villavicencio, por tanto, es necesario abordar la ideación suicida con mayor profundidad ya que la información o estudios es limitada para la comprensión de los factores subyacentes y dificulta la prevención efectiva.

Pregunta problema

¿De qué manera se relacionan las creencias, el deseo y la voluntad con la ideación suicida en jóvenes de la universidad Santo Tomás?

Justificación

A escala global, varias organizaciones y especialistas han tratado el suicidio desde un enfoque multidimensional. En naciones como Estados Unidos, el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, 2020) ha señalado un incremento alarmante en las tasas de suicidio en las últimas décadas, lo que resalta la necesidad de establecer estrategias de prevención eficaces. De igual forma, es relevante discutir a nivel nacional estudios que revelan que en Colombia existen numerosas personas que experimentan pensamientos suicidas, que a veces llevan a terminar con su existencia.

De acuerdo con la prevención del suicidio (SOM) (2024), el suicidio representa un asunto de salud pública y la causa principal de fallecimiento en el ámbito internacional. De acuerdo con cifras de 2019 de la Organización Mundial de la Salud, un individuo comete suicidio cada 40 segundos, lo que representa casi 700.000 fallecimientos prevenibles anualmente a nivel global. Aún persiste un estigma relacionado con el asunto del suicidio y se considera que los números son menores a la realidad debido a que numerosas muertes no se catalogan como suicidios.

Considerando lo expuesto por la SOM, aún persisten en la sociedad diversos estigmas relacionados con el suicidio y aún más de ideas suicidas que se encuentran antes del suicidio, lo que supone un peligro cuando estos casos no son tratados. En este estudio, lo que se persigue a través de un diseño de investigación cualitativa y enfoque psicología humanista, es comprender la ideación suicida y si hay una relación con las creencias los deseos y la voluntad de los jóvenes de Villavicencio desde su perspectiva, tomando en cuenta sus emociones, pensamientos, valores, su deseo y voluntad.

Continuando con mencionado, la OMS (2021) considera que el suicidio es un asunto de gran importancia para la salud pública. Anualmente, cerca de 703,000 individuos deciden quitarse la vida, y muchas más buscan hacerlo. Estos incidentes constituyen catástrofes que impactan a familias, comunidades y naciones, con efectos perdurables para los familiares de las víctimas. El suicidio en 2019 representó la cuarta causa de fallecimiento en individuos de 15 a 29 años a nivel global. Adicionalmente, los suicidios no se circunscriben únicamente a los países de elevados ingresos; este fenómeno impacta en todas las zonas del planeta. Adicionalmente, más del 77% de los suicidios acontecidos en 2019 se produjeron en naciones de ingresos bajos y medianos.

A nivel nacional e internacional, los antecedentes disciplinarios e investigativos relacionados con el problema de la ideación suicida han sido objeto de interés. Numerosos estudios epidemiológicos, psicológicos y sociológicos a nivel mundial han tratado los factores de riesgo y protectores vinculados con la concepción del suicidio. Por ejemplo, la Organización Mundial de la Salud ha emitido reportes regulares acerca de la prevención del suicidio, ofreciendo información y evaluaciones acerca de la envergadura del problema y las tácticas de intervención eficaces (OMS, 2014).

La OMS ha proclamado que la prevención del suicidio es un asunto de salud pública de relevancia global y ha fijado objetivos para su disminución. Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) también contemplan objetivos vinculados con la salud mental y el bienestar, tales como disminuir en un 30% la tasa de mortalidad por suicidio para 2030. Por lo tanto, este estudio tiene como objetivo aproximarse a los Objetivos de Desarrollo Sostenible N° 3, 4, 10 que, respectivamente, están vinculados con salud y bienestar, educación de calidad y, finalmente, con la disminución de las desigualdades. Se forman como un ecosistema interconectado donde el progreso en uno promueve el de los demás. La educación, en su papel principal, alimenta este ecosistema, facilitando que los individuos adquieran las capacidades y el saber requeridos para afrontar los retos de la pobreza, la salud mental y otros muchos que afectan a la humanidad. La investigación acerca de las interpretaciones que los jóvenes otorgan a la idea de suicidio se ubica de forma esencial en este ecosistema, pues facilita la comprensión de las visiones y vivencias de este conjunto de personas ante un asunto tan intrincado y delicado.

Siguiendo con lo anterior, El objetivo 3: (Salud y bienestar) persigue disminuir en un tercio la tasa global de mortalidad prematura debido a enfermedades no contagiosas, incluyendo el suicidio, para el 2030. El Objetivo 4: (Educación de calidad) tiene como objetivo asegurar que todos los niños puedan acceder a una educación inclusiva y de alta calidad, fomentando posibilidades de aprendizaje para toda la vida, lo cual podría contribuir a evitar el pensamiento suicida en los jóvenes. Finalmente, el Objetivo 10: (Disminución de las desigualdades) tiene como objetivo disminuir la inequidad tanto interna como externa entre los países, dado que puede representar un riesgo para la ideación suicida. El estudio ha evidenciado que alcanzar los ODS puede ejercer un efecto considerable en la prevención del suicidio. En una de sus investigaciones de 2019 descubrió que, si se logran todos los Objetivos de Desarrollo Sostenible, la tasa global de suicidios podría disminuir en un 34% para el 2030.

En Colombia, el panorama es especialmente alarmante, de acuerdo con el Instituto Nacional de Salud, en 2018 se registró una tasa de suicidio de 5,93 por cada 100.000 residentes, un número que ha experimentado un incremento en años recientes. De igual manera, el Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022 junto con la Ley 1616 de 2013, también conocida como Ley de Salud Mental, destacan la relevancia de investigar la ideación suicida, para entender mediante los significados de los participantes considerando sus creencias, vivencias, anhelos y voluntad respecto a la ideación suicida.

Sin embargo, de acuerdo con Caño y Carmona (2018) en su investigación con naciones como Australia, Brasil, Chile, China, Colombia, Cuba, España, Estados Unidos, México, Portugal y Taiwán, señalan que, en estas fases de la adolescencia y la juventud, la mayoría de las personas las experimentan de manera intensa, dado que se encuentran con varios cambios en su vida y buscan probar cosas novedosas. Además, hay sucesos que los provocan desestabilización como la depresión, consumo de alcohol o sustancias psicoactivas que los llevan a querer acabar con su vida, Es más habitual en las mujeres jóvenes que en los hombres tener ideas suicidas. A escala global, el riesgo de ideación suicida en adolescentes y jóvenes universitarios es elevado, oscilando entre el 10% y el 35%. historial.

Jaramillo et al. (2015) descubrieron en su estudio que el 14,9% tenía altos grados de ideación suicida. Estos índices son más elevados en individuos que provienen de familias con historial de violencia doméstica (50%), en prisioneros que carecían de red de soporte dentro del penal (23,7%), en individuos que usaban sustancias psicoactivas (19,6%), aquellos que carecían de creencias religiosas (26,7%), los homosexuales (20,0%), quienes en el pasado habían tenido tratamientos con psicofármacos (27,8%), los que provienen de familias con antecedentes de suicidio (28,6%) y quienes habían realizado al menos un intento de suicidio alguna vez en su vida (61,1%).

En 2021, la ESE Hospital Departamental de Villavicencio examina los casos de ideación suicida que se atendieron en el hospital durante el 2020. Los hallazgos revelaron que las principales razones de consulta por ideación suicida eran conflictos amorosos, problemas financieros y conflictos familiares.

Para abordar el asunto de la ideación suicida en Villavicencio, el Plan de Desarrollo Regional (PDR) sugiere un enfoque holístico que incluye el robustecimiento del sistema de salud mental, la puesta en marcha de programas preventivos orientados a colectivos específicos, la

formación de profesionales sanitarios y la concienciación de la comunidad. En particular, este plan tiene como objetivo robustecer el sistema de salud mental para que sea más accesible, justo y de alta calidad, poniendo en marcha programas de prevención del suicidio orientados a niños, adolescentes, jóvenes y adultos mayores.

Por otro lado, al entender los significados de la ideación suicida, este estudio está vinculado con los objetivos del plan de desarrollo regional en relación con la formación de profesionales de salud mental y la detección de la ideación suicida. Este enfoque polifacético intenta entender las interpretaciones que los jóvenes otorgan a la idea de suicidio desde sus experiencias de la población con la que se va a trabajar que se encuentran en riesgo, garantiza identificar los deseos y la voluntad que los impulsa teniendo en cuenta sus creencias y comprensión en torno a la salud mental.

Esta investigación se basa en una doble relevancia. Por un lado, proviene de la exigencia de tratar la idea de suicidio desde una perspectiva holística, dado que los planes de desarrollo y los Objetivos de Desarrollo Sostenible no incluyen tácticas concretas para este asunto. En segundo lugar, este estudio tiene como objetivo cubrir un hueco en las políticas nacionales relacionadas con la ideación suicida, que se enfocan en intentos de suicidio o en el acto consumado, ignorando la fase de ideación, en la que una intervención temprana puede salvar vidas.

Esta investigación acerca de la ideación suicida es relevante para la ciencia, ya que facilita una mejor comprensión de los antecedentes y los factores de riesgo de este problema para los estudiantes universitarios. Esta información es crucial, pues proporciona recursos para la creación de estrategias de prevención y tratamiento, y también favorece la creación de nuevas herramientas de diagnóstico y tratamiento. Además, podría contribuir a reducir las ideas vinculadas al suicidio y, a través de esto, hacer visible la idea del suicidio, cómo se forma, cómo la persona llega, los factores de riesgo y factores de protección que pueden contribuir a deslegitimar el suicidio y generar un ambiente más favorable para que las personas soliciten ayuda.

Siguiendo con lo mencionado anteriormente, este estudio posibilita la relación de las creencias, el deseo y la voluntad con la ideación suicida, teniendo en cuenta sus experiencias, facilitará la aproximación a las vivencias y convicciones de la ideación suicida en entornos a los jóvenes. Mediante el estudio se contribuye a entender la ideación suicida, proporcionando así un aporte de conocimiento para que los participantes apliquen estrategias preventivas a tiempo antes de que estas ideas suicidas pasen a el intento suicida y aún peor a el suicidio consumado.

Además, esta posibilita que desde la psicología humanista se generen contribuciones al vacío de información existente en torno a la ideación suicida. Como lo expresa Gómez (2024) la ideación suicida es un fenómeno complicado de investigar, son escasos los países que participan y tienen datos sólidos para ser tomados en cuenta, además, de que todavía no se le otorga la importancia correspondiente a este problema. De igual manera, contribuye al desarrollo del conocimiento sobre la ideación suicida. También permite abrir la posibilidad de que las personas logren entender desde la realidad del otro de manera subjetiva lo que ese otro está experimentando y cómo ese ser comprende la ideación suicida y desde allí poder buscar soluciones.

Objetivos

Objetivo General

Comprender la relación entre las creencias, deseos y voluntad con la ideación suicida en jóvenes de la Universidad Santo Tomás.

Objetivos específicos

- Identificar las principales creencias que tienen los jóvenes sobre la ideación suicida de la Universidad Santo Tomás.
- Describir el deseo y voluntad relacionados con la ideación suicida en jóvenes estudiantes de la universidad santo Tomás.
- Caracterizar la ideación suicida que tienen tres jóvenes estudiantes de la Universidad Santo Tomás.

Marco paradigmático y Epistemológico

Paradigma

En este trabajo investigativo la propuesta de paradigma se examina desde una perspectiva interpretativa. De acuerdo con Macias et al., (2011), el paradigma interpretativo podría interpretarse como subjetivista, dado que subraya que las percepciones subjetivas de los individuos constituyen el fundamento de una realidad social en constante cambio. Los críticos de la educación, incluyendo aquellos con una orientación activa, reconocen que las circunstancias sociales poseen elementos objetivos que ninguna persona puede moldear, y que puede ser imprescindible modificar la manera en que percibe las cosas.

Este paradigma es un enfoque de investigación en las ciencias sociales y humanas que se enfoca en entender e interpretar el significado de los fenómenos sociales desde el punto de vista de los participantes. El paradigma interpretativo comprende la subjetividad y la complejidad de los fenómenos sociales y emplea técnicas de investigación cualitativas para recopilar y examinar los discursos de los participantes, lo que facilita una aproximación a través de la interpretación de las vivencias de individuos que han experimentado ideación suicida.

El paradigma interpretativo, como se ha mencionado anteriormente, ofrece una perspectiva valiosa para comprender la ideación suicida en jóvenes desde la perspectiva de los propios participantes. Esta perspectiva se alinea perfectamente con el objetivo general de la investigación que busca Comprender la relación entre las creencias, deseos y voluntad con la ideación suicida en jóvenes de la Universidad Santo Tomás.

Epistemología

De acuerdo con Mancilla (2021) examina la epistemología hermenéutica, estableciendo normas para la interpretación de textos, subrayando la relevancia de entender que la interpretación no es un procedimiento para descifrar un significado previamente definido, sino un intercambio entre el intérprete y el texto, en el que se proporcionan visiones y vivencias. Siguiendo la propuesta del autor, este paradigma intenta y facilita la interpretación del significado de la ideación suicida mediante el estudio del contexto, discursos y conductas de los participantes. Además, se enfoca en

entender cómo las personas otorgan significado a sus vivencias y cómo estas vivencias se moldean por su entorno social y cultural.

La hermenéutica, que es una rama de la filosofía enfocada en la interpretación de textos y discursos, proporciona instrumentos para explorar la subjetividad de los participantes y descubrir las diversas visiones que envuelven la idea de suicidio. Mediante la hermenéutica, podemos superar la simple descripción de datos y lograr un entendimiento profundo de las motivaciones, emociones y pensamientos que orientan las acciones de las personas en circunstancias de riesgo.

La hermenéutica permite avanzar, indagando en las vivencias y puntos de vista singulares de los jóvenes que han vivido la ideación suicida. Esto conlleva investigar las ideas suicidas presentes en los jóvenes, los significados que estas les otorgan, la voluntad y deseo, sus creencias y vivencias, proporcionando una interpretación más detallada del fenómeno. Además, estas ideas suicidas están vinculadas a elementos sociales y culturales como la pobreza, la discriminación, el trauma y la falta de acceso a la atención de salud mental, así mismo la hermenéutica brinda a los investigadores la posibilidad de descifrar cómo estos elementos influyen en la ideación suicida en diversos contextos, ofreciendo una visión más integral de la situación, y también proporcionando voz a los jóvenes que han sufrido ideación suicida, quienes frecuentemente son ignorados o excluidos. Esto contribuye a disminuir el estigma ligado al suicidio, fomenta la comprensión y la compasión, y capacita a los jóvenes para relatar sus vivencias y relatos.

Marco Disciplinar

Según Riveros, (2014) la psicología humanista es fruto de una revolución, según la distinción occidental entre la filosofía y la psicología clásicas, que a comienzos del siglo XX estaba agobiada por las restricciones del paradigma racionalista, resultaba crucial entender los fenómenos psicológicos y humanos conocidos y desconocidos en ese periodo. La revolución del pensamiento surgió en un siglo donde las guerras mundiales del siglo XX pusieron en duda históricamente la civilización occidental. De igual forma, la psicología humanista representa una revolución cultural que representa la época posguerra, cuando la oportunidad de vivir plenamente resurgió, ya que la era nuclear ponía en riesgo la vida.

La psicología humanista tuvo su origen oficial en Estados Unidos en 1962, cuando un conjunto de psicólogos y pensadores progresistas de aquel tiempo manifestaron su anhelo de crear una nueva perspectiva que superara el determinismo y la fragmentación del psicoanálisis y los modelos de comportamiento contemporáneos. Aspiraban a crear una nueva psicología que se enfoque en la subjetividad y la experiencia interior, del individuo en su totalidad, sin distinciones como conducta, inconsciente, percepción o lenguaje sino con la persona como un objeto luminoso de estudio y también desarrollan una nueva disciplina que analiza los fenómenos humanos más positivos y saludables, tales como el amor, la creatividad, la comunicación, la libertad, la toma de decisiones, las transformaciones terapéuticas y, principalmente, la autenticidad y el arte de ser uno mismo. De este núcleo del Ser puede emerger una forma de vida sana o sabia, equilibrada y completa, la autenticidad. (Riveros, 2014).

La psicología humanista, como enfoque filosófico y ético que pone su énfasis en la importancia y dignidad del individuo, proporciona una visión profunda y revolucionaria sobre el fenómeno de la ideación suicida, además trata el asunto desde un enfoque holístico que toma en cuenta las dimensiones psicológicas, sociales, culturales y existenciales que lo fundamentan, la psicología humanista, tal como se describe en el párrafo anterior proporcionado, ofrece una perspectiva valiosa para comprender la ideación suicida en jóvenes desde un enfoque integral y centrado en el individuo. Esta perspectiva se alinea perfectamente con el objetivo de la investigación la cual busca comprender la relación entre las creencias, deseos y voluntad con la ideación suicida en jóvenes. A continuación, se encontrarán con las cuatro categorías de la

investigación en las que se encuentran el deseo, la voluntad, ideación suicida y creencias, las cuales se abordan.

Ideación suicida

La ideación suicida para Gómez (2023) simboliza el comienzo de la ambivalencia entre la vida y la muerte, los pensamientos de muerte hacen referencia a la ideación suicida que a menudo perduran en el tiempo, por la ausencia de entusiasmo por la vida, sino por el contrario la persona muestra un deseo constante y activo de acabar con la propia existencia. Además, la ideación suicida es un fenómeno complejo que involucra variables personales, familiares y escolares. En el contexto familiar, entre el funcionamiento familiar y la ideación suicida hay una correlación.

Por su parte Gonzales, (2022) analiza una investigación, en la que investigan la idea del suicidio desde el enfoque humanista logo terapéutico, utilizando una intervención psicoterapéutica que incluyó la técnica de la silla vacía y la línea de vida. Los investigadores lograron entender las vivencias, emociones y emociones del adolescente que lo llevaron a contemplar el suicidio, los hallazgos sugieren la importancia de incluir a docentes y padres en la prevención del suicidio, y la aplicación de métodos cualitativos para comprender mejor las experiencias y motivaciones de los adolescentes.

En la psicología humanista, la ideación suicida no se considera simplemente como un síntoma o una enfermedad, sino como una expresión compleja del sufrimiento humano que surge de una crisis existencial profunda. Esta visión centra la atención en la vivencia subjetiva del individuo y en la comprensión de las motivaciones que la llevan a contemplar el suicidio.

Deseo

Teniendo en cuenta la Jerarquía de Necesidades de Maslow, el autor Camargo (2017) sitúa el deseo de autorrealización en el nivel más elevado de la pirámide. Este nivel alude a la exigencia de llegar al máximo potencial y potenciar las propias habilidades, talentos y creatividad. Este anhelo se expresa como la búsqueda de significado, trascendencia y desarrollo personal. Además, el deseo de cumplir o de lograr objetivos a esto se le denomina, exigencia de éxito; esto sería ese anhelo que todo ser humano desearía poseer al lograr una excelencia o reconocimiento, esto

provocaría en él un sentimiento que conlleva una emoción que conlleva una excitación fisiológica, vivencia consciente y manifestación del comportamiento.

Según Castro, A. García, G. Eljagh, S. (2012) El deseo así entendido siempre apunta a un significado (independientemente de si este significado es saludable o constructivo, o bien patológico o destructivo en cierta medida) y se forma a partir de toda experiencia y proceso de evaluación de los seres humanos. En resumen, el deseo siempre guía al individuo hacia la afirmación de algo que requiere a nivel vivencial y percibe como valioso o relevante para su vida. Por otra parte, existe una inclinación hacia el uso de los recursos cognitivos existentes para alcanzar deseos, su propósito es mejorar nuestro entendimiento de las vivencias de las personas, detallando cómo adoptan una actitud psicológica hacia sus anhelos, lo que facilita determinar cuánta apertura experiencial cultivan de manera consciente hacia sus vivencias.

Voluntad

Según Castro, A. García, G. Eljagh, S. (2012) abordan a May y Yalom dicen que sólo La voluntad ejercida y dirigida exclusivamente desde una perspectiva racionalista, desvinculada de la experiencia adquirida, llevaría al fracaso. La causa de esto sería que un plan de vida que se desarrolle ignorando la conciencia de las necesidades emocionales experimentadas en la vida diaria, va en contra de esa fuerza vital que impulsa y guía al ser humano; el deseo, además, experimenta la necesidad de tratar de vincular deseo y voluntad. Empleamos la voluntad para prepararnos para experimentar en todas las etapas de la vida lo que verdaderamente nos impulsa, y "jugamos" con las diversas oportunidades del día en nuestra imaginación. A través de la utilización de nuestra libertad de acción, damos paso a la voluntad de acción en sí misma, que es la habilidad práctica de organizarse en función de la propia experiencia, de manera que puede ser empleada de manera destructiva o constructiva.

La voluntad es la habilidad para organizar o elegir algo que se quiere lograr de tal manera que pueda realizarse un desplazamiento en determinada dirección o hacia un objetivo específico, es crucial precisar que la voluntad es clara, y necesita de la conciencia del individuo, lo que conlleva la opción de seleccionar entre diversas alternativas, es importancia de enfocar la atención y dirigir el esfuerzo hacia los objetivos deseados para lograr la acción efectiva. Además, la voluntad resguarda el deseo, pero sin el deseo, la voluntad pierde su vitalidad (Camargo, 2017).

En la psicología humanista, la voluntad se considera un elemento esencial del ser humano, estrechamente relacionado con la libertad, autorrealización y el crecimiento personal. A diferencia de otras perspectivas psicológicas que se enfocan en los determinismos o la influencia del inconsciente, la psicología humanista pone el acento en la capacidad humana para elegir, actuar y construir su propio destino.

Creencias

Según Maslow, A (1954), otro de los autores referentes de La psicología humanista también valoró la relevancia de las convicciones en la motivación del ser humano. De acuerdo con su teoría de la "jerarquía de necesidades", los individuos intentan cubrir primero sus necesidades fundamentales de supervivencia y seguridad, para después centrarse en necesidades más elevadas como el amor, la autoestima y la autorrealización. Las convicciones que cada individuo posee sobre sí mismo y sus habilidades desempeñan un rol crucial en la definición de cuánto pueden ascender en la búsqueda de la autorrealización.

Por su parte Rogers, C (1961) enfatizó la importancia de las creencias nucleares en la formación de sí mismo. Estas creencias nucleares son ideas básicas que tenemos sobre nosotros mismos y el mundo que nos rodea, y se forman a partir de nuestras experiencias tempranas y nuestras interacciones con los demás. Rogers creía que estas creencias nucleares, ya sean positivas o negativas, pueden tener un impacto significativo en nuestro bienestar emocional y nuestra capacidad para alcanzar nuestro máximo potencial.

En el campo de la psicología humanista, las creencias no se ven como verdades incuestionables o dogmas inalterables, sino como estructuras personales que surgen de las vivencias, valores, interacciones y entorno cultural de cada persona. Estas convicciones, al igual que el sentido, son cambiantes y se transforman durante la vida, ajustándose a las nuevas vivencias y aprendizajes. En relación con la investigación las creencias que una persona tiene sobre sí misma, el mundo y el futuro pueden desempeñar un papel importante en el desarrollo de la ideación suicida, estas creencias, si son negativas o distorsionadas, pueden generar pensamientos y emociones que lleven a la persona a contemplar el suicidio como una salida a su sufrimiento.

Marco Multidisciplinar

En su complejidad, la humanidad se encuentra inmersa en una continua interacción entre la voluntad y el deseo. Como capacidad de autodeterminación y acción deliberada, la voluntad se enfrenta a los deseos, impulsos y motivaciones que surgen de lo más profundo del yo. Será posible observar el deseo y la voluntad desde una variedad de ángulos, que van desde la filosofía hasta la neurociencia y la antropología. Además, a través de este análisis multidisciplinario, se espera comprender mejor la naturaleza del deseo y la voluntad y como estos conceptos se relacionan entre sí para guiar la investigación.

A continuación, se encontrarán con las cuatro categorías de la investigación en las que se encuentran el deseo, la voluntad, ideación suicida y creencias, las cuales se abordan desde las siguientes disciplinas de la psiquiatría, la medicina, la filosofía, etiología y la sociología.

Ideación suicida

De la filosofía de Albert Camus en “El mito de Sísifo” (1942): Reflexión sobre el absurdo de la vida y la búsqueda de sentido en un mundo sin significado inherente. El suicidio es visto como una respuesta a la confrontación con el absurdo, pero también afirma que la rebelión contra el absurdo y la búsqueda de la autenticidad personal son actos de valentía que dan sentido a la vida. Además, la filosofía ha abordado la ideación suicida desde un punto de vista ético y moral, reflexionando sobre la autonomía personal, el derecho a la vida y los valores que guían el comportamiento humano. Autores como Sócrates, Séneca, Kant, Schopenhauer y Nietzsche han ofrecido perspectivas diversas sobre la moralidad del suicidio y el papel de la libertad individual en la toma de decisiones sobre la propia vida.

En un estudio sociológico" por Émile Durkheim (1897): Examina las causas sociales del suicidio, identificando los cuatro tipos principales: suicidio altruista, anómico, egoísta y fatalista. Según Durkheim, el suicidio no es un acto aislado, sino que está influenciado por factores sociales como la integración social, la cohesión social y las normas culturales. Además, la sociología ha analizado la ideación suicida en relación con factores sociales y culturales como la pobreza, la desigualdad, la discriminación, la violencia social, la desintegración familiar y la falta de apoyo social. Los estudios sociológicos han identificado patrones de ideación suicida en diversos grupos

sociales y contextos culturales, lo que permite comprender el papel del entorno social en este fenómeno.

Deseo

Según Sánchez, G. (2022), todo comienza con un deseo, pero para cumplirlo no basta con solo quererlo; más bien, es necesario transformarlo en algo que deseamos. El deseo también debe estar motivado e impulsado por nuestra voluntad, esto significa elegir algo que disfrutemos o deseemos que no esté a nuestro alcance y que podamos lograr con cierta cantidad de esfuerzo y paciencia.

Desde la filosofía de muchos autores que hablan del deseo, Buitrago, M (2016), presenta a Platón en su obra “El banquete”, en la que ve el deseo como una fuerza impulsiva que nos lleva a perseguir la belleza, la verdad y el bienestar. Por otro lado, Sócrates sostiene que el amor es un deseo que nos lleva a trascender el ámbito físico y llegar al mundo de las ideas perfectas. Kant (1781) hizo una distinción entre el deseo racional, que se basa en la razón y la moral, y el deseo empírico, que se basa en las experiencias sensoriales. Argumento en su “Crítica de la razón pura” que nuestras acciones deben estar guiadas por el deseo racional para lograr una vida virtuosa.

Según Rodríguez et al. (2012), desde la perspectiva de la medicina, el deseo se entiende como el aspecto más subjetivo del ser humano, el resultado final de la fusión de nuestros impulsos más biológicos y el lenguaje. La frase de Fernando Colina “El deseo es síntoma de vida” capta a la perfección esta idea del deseo. De acuerdo con lo anterior, la medicina en el campo de la medicina reconoce el deseo como un componente vital del bienestar físico y mental de las personas, así como una parte esencial de la salud sexual y la calidad de vida. Se aborda de manera holística, teniendo en cuenta la influencia de diversos factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales. En términos de biología, las hormonas, el sistema nervioso y la anatomía juegan un papel importante en la regulación del deseo.

Voluntad

Desde la psiquiatría (2023), es evidente que los seres humanos somos capaces de hacer las cosas de manera intencional. Esta es la capacidad que permite a los seres humanos gobernar sus

acciones, tomar decisiones con libertad y elegir un curso de acción particular. Toda acción voluntaria requiere dos supuestos: el primero es ser consciente de una situación en la que hay al menos dos opciones distintas para elegir, y el segundo es reflejar la elección que se hace después de reflexionar y tener en cuenta las ventajas y desventajas de cada opción.

Según Platón en el siglo (IV) desde la filosofía, la voluntad es una facultad divina que permite elegir entre el bien y el mal. Su obra “La República” explica el alma tripartita, en la que el componente racional de la mente contiene la voluntad y debe guiar a las otras partes (irascible y apetitiva) hacia la virtud. De acuerdo con la filosofía, la voluntad es un valor fundamental. Se ve como el impulso intelectual o la autodeterminación de una persona que es inteligente y capaz de usar sus ideas. Además, es el poder del ser humano que logra cualquier cosa, y el acto de voluntad es un componente de lo que se conoce como “Vida de tendencia”, aunque se caracterice por hábitos e intenciones.

Creencias

Freud (1930) creía que las creencias, particularmente las creencias religiosas y morales, podían causar ansiedad y culpa, lo que podía conducir a la neurosis y otros trastornos psicológicos. Afirmaba que las creencias podían ser mecanismos de defensa inconscientes que protegían al individuo de la angustia, pero también podían tener efectos perjudiciales en la salud mental. Por otro lado, Pavlov (1927), partiendo del enfoque del condicionamiento clásico, creía que las creencias podían aprenderse a través de la asociación de estímulos neutros con estímulos que provocan una respuesta emocional. Afirmaba que estas asociaciones podían ser condicionales y alteradas, lo que implicaba que las creencias no eran fijas e inmutables.

Gettier, E. (1963) cuestionó la noción tradicional de que una creencia verdadera y justificada es equivalente al conocimiento en su artículo “¿Es la creencia justificada conocimiento?”. También, presento situaciones hipotéticas en las que una persona tiene una creencia verdadera por razones que, aunque parecen estar justificadas, en realidad no lo están. Estas situaciones, conocidas como “problemas de Gettier”, desafiaron la idea directa de la justificación y provocaron una discusión sobre la naturaleza del conocimiento. Según Goldman, A. (1968), una creencia debe ser verdadera, tener una justificación interna y estar respaldada por

una justificación externa. En otras palabras, una persona debe tener razones para creer algo, pero esas razones también deben estar respaldadas por eventos.

Marco Legal

La Ley 1616 del año 2013, conocida como Ley de Salud Mental, constituye un acontecimiento clave en la trayectoria de la salud pública colombiana. Este reglamento, establecido el 21 de enero de 2013, busca principalmente asegurar el ejercicio completo del derecho a la salud mental para todos los habitantes del país, poniendo especial atención en el cuidado de niños, niñas y adolescentes.

Ley 1122 de 2007 - Que establece el Sistema Nacional de Atención en Salud Mental y establece otras estipulaciones. Esta normativa, denominada Ley de Salud Mental, define el contexto legal para el cuidado de la salud mental en Colombia, incluyendo la prevención del suicidio. La legislación identifica la idea de suicidio como un asunto de salud pública y establece el deber del Estado de asegurar el acceso a servicios de cuidado y soporte para los individuos que la sufren.

Decreto 1930 de 2013: A través de este se establece la Política Pública Nacional de Equidad de Género y se establece una Comisión Intersectorial para su ejecución. Este acuerdo define la Política Pública Nacional de Equidad de Género, que comprende medidas concretas para prevenir el suicidio en niños y mujeres. La política admite que las niñas y mujeres presentan un riesgo de suicidio superior al de los hombres y niños, y propone acciones para tratar las causas particulares del suicidio en este grupo de población.

Ley 1641 de 2013 - Que instaura el Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Capacitación para el Ejercicio de los Derechos Humanos, la Educación en Sexualidad y la Prevención y Disminución de la Violencia en las Escuelas. Esta normativa establece el Sistema Nacional de Convivencia Escolar, cuyo propósito es fomentar la coexistencia pacífica en los centros educativos y evitar la violencia en las escuelas, incluyendo el suicidio. La legislación impone al deber de los centros educativos de aplicar tácticas para prevenir el suicidio, que incluyen la formación de profesores y personal administrativo, la generación de espacios para el diálogo y el fomento de la salud mental entre los alumnos.

Decreto 762 de 2018 - A través del cual se altera parcialmente el Decreto 1930 de 2013 en relación con la Política Pública Nacional de Equidad de Género y se establecen otras medidas. Este decreto altera la Política Pública Nacional de Equidad de Género para incorporar medidas concretas para prevenir el suicidio en individuos transgénero y de diverso género. La política

admite que los individuos de género diverso y transgénero tienen un riesgo superior de suicidio que la población en general, y propone acciones para tratar las causas particulares del suicidio en este grupo de población.

Ley 2136 de 2021 - Que establece el Sistema Nacional de Prevención del Suicidio y establece otras estipulaciones. Esta normativa, ratificada en 2021, establece el Sistema Nacional de Prevención del Suicidio con el objetivo de disminuir los índices de suicidio.

Antecedentes de Investigación

Como antecedentes disciplinarios e investigativos en relación con el problema de la ideación suicida han sido objeto de atención a nivel internacional y nacional. A nivel internacional, numerosos estudios epidemiológicos, psicológicos y sociológicos han abordado los factores de riesgo y protectores asociados con la ideación suicida. Por ejemplo, la Organización Mundial de la Salud ha publicado informes periódicos sobre la prevención del suicidio, proporcionando datos y análisis sobre la magnitud del problema y las estrategias efectivas de intervención (OMS, 2014).

La Organización Mundial de la Salud (OMS-WHO, 2014) enfatiza que cada año, cerca de 800,000 personas mueren a escala mundial a causa del suicidio, lo que lo coloca como una de las principales causas de mortalidad, especialmente entre los jóvenes.

La OMS (2021) sostiene que el tema del suicidio es de vital relevancia para la salud pública. Todos los años, cerca de 703,000 personas optan por acabar con sus vidas y muchas más intentan hacerlo. Estos sucesos son catástrofes que afectan a familias, comunidades y naciones, con repercusiones duraderas para los parientes de las víctimas.

Un análisis sobre la violencia juvenil en América Latina, presentado en Brasilia por la Red de Información Tecnológica Latinoamericana (RITLA) en 2008, reveló una variación significativa en las tasas de suicidio entre los jóvenes de la región. Según este informe, Nicaragua encabeza la lista con el mayor porcentaje (14,6%), seguida de cerca por Uruguay (14,2%) y Chile (13,2%). Otros países como Ecuador, El Salvador y Argentina también registraron tasas elevadas, mientras que Colombia se situó en un nivel intermedio (9,7%). Países como Brasil, Guatemala y República Dominicana presentaron los índices más bajos. La presentación de este estudio, titulado 'Mapa da violencia: los jóvenes de América latina 2008', contó con la participación de figuras clave de RITLA y del Instituto Sangariy. Estos datos sugieren que Colombia enfrenta un riesgo moderado de suicidio juvenil en comparación con otros países latinoamericanos (Acosta et al 2013).

Un estudio comparativo realizado por Caño y Carmona (2018) en países como Australia, Brasil y otros, reveló que la adolescencia y la juventud son etapas de la vida caracterizadas por una alta intensidad emocional y la búsqueda de nuevas experiencias. Sin embargo, este periodo también puede ser vulnerable a factores desestabilizadores como la depresión y el consumo de sustancias, los cuales pueden desencadenar ideaciones suicidas. Este fenómeno tiende a ser más prevalente en

mujeres jóvenes, y el riesgo de ideación suicida entre adolescentes y jóvenes universitarios a nivel mundial oscila entre el 10% y el 35%.

Por otro lado, de acuerdo con Rodríguez et al. (2017) en un estudio llevado a cabo en España, indican que la ideación de suicidio está en un constante crecimiento a nivel global. Estas ideas surgen debido a varios factores, entre los que se incluyen trastornos de depresión, trastornos de ansiedad, conflictos familiares, restricciones socioeconómicas y el consumo excesivo de sustancias, entre otros elementos. A lo largo de varios años, han intentado establecer la prevalencia de la ideación suicida en diferentes grupos de población, y los elementos distintivos que definen su prevalencia más alta o baja según la región geográfica y el sector socioeconómico.

Este estudio transversal analizó la ideación suicida en adolescentes del Distrito Federal, de México comparando estudiantes y pacientes con intento suicida. Se encontró una mayor prevalencia de ideación suicida en la muestra clínica, aunque un porcentaje significativo de estudiantes también la presentó. Entre las estudiantes, factores como el bajo rendimiento académico y la interrupción de estudios se asociaron con mayor ideación. En la muestra clínica, vivir con un solo padre y tener pensamientos sobre la propia muerte diferenciaron a quienes realizaron múltiples intentos de suicidio. La investigación destaca la importancia de detectar la ideación suicida en adolescentes, especialmente en la población escolar, y de implementar estrategias preventivas (González et al., 1998).

Este estudio investigó de Flores et al, (2019) analiza la relación entre la depresión y la ideación suicida en adultos mayores de 60 años. Se evaluó a 93 participantes utilizando escalas de depresión geriátrica e ideación suicida, junto con una lista de síntomas depresivos. Los resultados mostraron una alta prevalencia de ideación suicida (40.9%) y depresión (57.0%) en la muestra, con una fuerte asociación entre ambas (76.3%). Los síntomas depresivos más significativos asociados con la ideación suicida incluyeron cambios en el estado emocional, dificultades de concentración, sentimientos de castigo y pensamientos suicidas. Se concluye que la detección temprana de síntomas depresivos en adultos mayores es crucial para identificar el riesgo de suicidio y desarrollar estrategias de prevención efectivas.

El propósito de Muñoz et al, (2006) fue examinar la relación entre la ideación suicida y la cohesión familiar en estudiantes de 15 a 24 años del Centro Preuniversitario de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú. Se realizó un estudio transversal analítico con 1500 participantes seleccionados aleatoriamente. Los resultados revelaron una alta prevalencia de

ideación suicidas con un 15%, planes de suicidio e intentos de suicidio entre los estudiantes. Se encontró que la ideación suicida estaba asociada con familias con muy baja cohesión, especialmente en adolescentes. Otros factores de riesgo identificados incluyeron antecedentes familiares de intento de suicidio y vivir solo. En conclusión, la ideación suicida es común en estudiantes de esta población y está vinculada a la baja cohesión familiar en adolescentes.

De acuerdo con Pinzón et al., (2013), en una investigación llevada a cabo en Colombia, analizan específicamente el comportamiento suicida en estudiantes de medicina, ya que son aquellos que presentan mayor incidencia o más se ven expuestos a circunstancias de estrés. Los resultados del examen incluyeron a 963 alumnos de la universidad, con una edad media entre 20 y 23 años. El modelo de regresión logística categorizó adecuadamente al 85% de los individuos con historial de suicidio.

Macias y Camargo (2015) Con el propósito de examinar los elementos vinculados a la presencia de ideación suicidas en un grupo de 258 estudiantes universitarios, cuyas edades oscilaban entre los 18 y 24 años, pertenecientes a una institución de educación superior situada en el departamento de Boyacá, se llevó a cabo un estudio de diseño no experimental y corte transversal descriptivo. Para la recolección de datos, se emplearon diversos instrumentos psicométricos, entre ellos el Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa (PANSI), la Escala de Autoevaluación para la Depresión de Zung (SDS), la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS), el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), la Escala de Eventos Vitales Estresantes (EEVA), así como una ficha diseñada para recopilar información sociodemográfica relevante. El análisis de los datos obtenidos reveló que un 31% de los participantes reportó experimentar ideación suicida. Mediante la aplicación de las pruebas estadísticas U de Mann-Whitney y Kruskal-Wallis, se identificó que factores como el estado civil de unión libre, la exposición a eventos vitales estresantes, la presencia de dependencia emocional, la manifestación de impulsividad y la presencia de síntomas depresivos mostraban una asociación significativa con la ideación suicida en la población universitaria estudiada.

Para Macias, Mendoza y Camargo (2017) su objetivo de estudio fue examinar la relación entre la presencia de síntomas depresivos y pensamientos suicidas en un grupo de adolescentes. Se llevó a cabo una investigación de tipo transversal, en la que se aplicaron dos instrumentos psicométricos: el Cuestionario de Depresión Infantil (CDI) y el Inventario de Ideación Suicida Positiva y Negativa (PANSI). La muestra estuvo compuesta por 289 estudiantes de secundaria, con

edades comprendidas entre los 14 y 17 años, de cuatro instituciones educativas públicas en Tunja, Colombia. Los resultados revelaron que un 30% de los participantes mostró un nivel elevado de ideación suicida, mientras que un 9% presentó síntomas depresivos significativos. Se observó que las mujeres obtuvieron puntuaciones más altas que los hombres en ambas variables. Los análisis de regresión logística indicaron que, en el caso de las mujeres, el ánimo negativo y la baja autoestima fueron factores predictivos de ideación suicida. Sin embargo, no se identificaron factores predictivos en los hombres. En conclusión, los síntomas depresivos asociados con el estado de ánimo negativo y la baja autoestima representan factores de riesgo importantes para la presencia de pensamientos suicidas en adolescentes mujeres.

Ahora bien, los resultados de Jaramillo et al. (2015) subrayan la fragilidad de los reclusos en la cárcel de Antioquia, Colombia, al reconocer una serie de factores sociodemográficos y familiares vinculados con grados de pensamiento suicida. La investigación mostró que los prisioneros jóvenes, en particular aquellos de 19 a 29 años, que participan en actividades en la cárcel y poseen educación secundaria, se encuentran en peligro. Además, los individuos de estratos socioeconómicos más bajos que residen en unión libre con sus hijos también demostraron una mayor tendencia a pensar en suicidio.

La situación en Colombia presenta un panorama alarmante, ya que, según datos del Instituto Nacional de Salud, la tasa de suicidio en 2018 alcanzó los 5,93 casos por cada 100.000 habitantes, y esta cifra ha mostrado una tendencia ascendente en los años recientes. En consonancia, el Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022 y la Ley 1616 de 2013, conocida como Ley de Salud Mental, subrayan la importancia de investigar la ideación suicida. Dicha investigación busca comprender, a través de los significados que otorgan los participantes, sus creencias, vivencias, deseos y voluntades en relación con este fenómeno.

Para Castillero (2024) en primer lugar, la ideación suicida puede surgir como una respuesta a experiencias de dolor emocional, trauma, estrés crónico, como la muerte de seres queridos, la experiencia de abusos sexuales, físicos y psicológicos o dificultades interpersonales. En algunos casos, el dolor sufrido es tan intenso que la persona no puede manejarlo, se siente sin control sobre su vida y llega a creer que no puede hacer nada para mejorar su situación, en última instancia, pierden toda esperanza, para algunos jóvenes, la ideación suicida puede ser vista como un medio de evasión o mitigación del dolor psicológico que están sufriendo.

Jaramillo et al. (2015) descubrieron en su estudio realizado en Antioquia que el 14,9% tenía altos grados de ideación suicida. Estos índices son más elevados en individuos que provienen de familias con historial de violencia intrafamiliar (50%), en prisioneros que carecían de red de soporte dentro del penal (23,7%), en aquellos que usaban sustancias psicoactivas (19,6%), aquellos que carecían de creencias religiosas (26,7%), se reflejan los factores que hacen que las personas sean más vulnerables a presentar ideas suicidas teniendo en cuenta sus contextos y experiencias de vida.

En un estudio realizado por la Universidad de los Llanos en (2020), se analiza el pensamiento suicida en jóvenes del departamento del Meta. Los descubrimientos indican que la prevalencia de pensamientos suicidas es mayor en mujeres que en hombres, constituyendo un 15,6 % del total de la población analizada. Esto sugiere que las estadísticas indican un aumento en la ideación de suicidio en años recientes, especialmente entre los jóvenes, lo que demanda un entendimiento más profundo del problema de la ideación suicida y su incidencia en el municipio de Villavicencio.

Acosta et al., (2013) se centraron en identificar los factores vinculados a la presencia de pensamientos suicidas en jóvenes estudiantes de la ciudad de Villavicencio. Se adoptó un enfoque cuantitativo-descriptivo, empleando un diseño transversal no experimental. La muestra estuvo compuesta por 105 estudiantes del colegio Francisco Arango, con edades comprendidas entre 12 y 20 años. Se utilizaron dos instrumentos de medición: el RazonFor Living (FRL), desarrollado por Osmán, y el SuicidalIdeation Questionnaire (SIQ). Los análisis de fiabilidad revelaron una alta consistencia interna de los instrumentos, con coeficientes alfa de Cronbach de 0,96 y 0,88 respectivamente. Además, se encontraron correlaciones significativas entre la ideación suicida y variables teóricamente relacionadas. Los resultados también indicaron que las mujeres mostraron puntuaciones significativamente más altas en ideación suicida que los hombres.

Durante 2021, la ESE Hospital Departamental de Villavicencio analiza los casos de pensamiento suicida que fueron atendidos en el centro hospitalario durante 2020. Los descubrimientos mostraron que los principales motivos para consultar sobre ideación suicida eran conflictos amorosos, dificultades económicas y disputas familiares.

Método

Esta investigación de diseño cualitativo responde a un enfoque holístico con el fin comprender fenómenos desde la perspectiva de los protagonistas/actores, se trata de comprender los sentidos y perspectivas de los participantes desde sus contextos físicos, sociales y culturales, es decir, aproximar al mundo desde sus perspectivas. Para Maxwell (2013) la investigación cualitativa cuenta con tres características fundamentales: un enfoque inductivo, su vinculación a datos textuales o visuales en lugar de numéricos, y su propósito principal vinculada a alcanzar un entendimiento particular en vez de una generalización.

El método narrativo posibilita comprender la manera en que las personas dan sentido a sus vidas a través de las historias, a través de la reflexión y comprensión de la realidad, entendiéndose como un espacio de construcción como sujetos; las narrativas constituyen un conocimiento que se encuentra arraigado en las vivencias y formas de interactuar, al igual, que es un medio y oportunidad de adquirir nuevos aprendizajes al interactuar con las historias de los participantes a partir de las historias que narran teniendo en cuenta sus experiencias y lo que piensan sobre su vida, igualmente, como un aprendizaje contingente que ocurre durante el proceso de quien narra (García & Munita, 2016).

Siguiendo con los autores García y Munita (2016) este método reconoce que las narrativas no son simplemente relatos de eventos pasados, sino que también son herramientas que utilizamos para interpretar y dar forma a nuestras experiencia, como instrumento que, por un lado, nos permite interrogar la realidad desvelando los posibles significados de lo experimentado y, por otro, se utiliza como un lugar de reflexión para pensar y adquirir conocimientos donde el investigador(a) se involucra en el relato para evidenciar el proceso mediante sus desplazamientos.

En este proyecto el uso de la narrativa favorece la aproximación de la experiencia de los jóvenes que han tenido las situaciones o vivencias acerca de las ideas suicidas, que fácilmente no son conversables, pero que sin embargo ayudan a entrar al mundo interior y a comprender que expresan de sus experiencias por medio de la interacción que permite la narrativa.

Técnicas

Las técnicas que se utilizarán para la recopilación de la información de los participantes/actores es la entrevista semiestructurada que permite la interacción con cada uno y la puesta en el otro sobre su experiencia, se realizó una con cada participante. Cada entrevista tiene una estructura que responde a las categorías identificadas y desarrolladas en el marco del proyecto.

Entrevista semiestructurada

Permite ajustar el desarrollo de la entrevista y el marco de las preguntas, así mismo, profundizar en diferentes áreas de interés de la investigación según las particularidades de cada participante. Ya que cada uno tiene una forma de interactuar y comunicar diferente y más cuando el tema es de no fácil acceso en la interacción humana como es la ideación suicida, donde las experiencias individuales varían considerablemente. Además, facilita la exploración de las creencias subjetivas que las personas atribuyen a la ideación y experiencias suicidas, permite comprender las motivaciones, emociones y percepciones detrás de la ideación. De igual manera, la naturaleza flexible de la entrevista permite crear un ambiente seguro y de confianza, donde los participantes se sienten cómodos para expresar sus pensamientos y sentimientos más profundos, el entrevistador puede demostrar empatía y escuchar activamente sobre sus experiencias o sus historias de vida, los factores de riesgo, pensamientos y sentimientos relacionados con la ideación suicida, así mismo puede ayudar a identificar nuevas categorías y temas relevantes para la investigación, lo que enriquece la comprensión del fenómeno estudiado.

Instrumento

En este proyecto de investigación se plantean algunas preguntas orientadoras que guiaron el curso de la entrevista y las narrativas de los jóvenes frente a sus experiencias y el significado de estas. Estas preguntas se construyeron de acuerdo con la fundamentación teórica de las categorías desde una perspectiva humanista y de la revisión bibliográfica del campo disciplinar, obteniendo así unas preguntas con fundamentaciones además del sentido y comprensión de la problemática planteada por parte de las autoras.

Inicialmente se realizó una revisión con las autoras y la asesora y posteriormente una breve exploración con estudiantes acerca de la comprensión de las mismas, las cuales serán anexadas al final de este texto del proyecto.

Participantes

Tres jóvenes estudiantes de la Universidad Santo Tomás Seccional - Villavicencio en un rango de edad entre 18 y 26 años, los participantes han tenido en algún momento de su vida ideación suicida.

En cuanto a los criterios de exclusión, participantes menores de edad, con dificultades o déficit cognitivo, participante en proceso terapéutico

Procedimiento

El procedimiento de investigación se desarrolló a través de un proceso metodológico estructurado en seis fases claramente definidas. Cada una de estas etapas, desde el diseño inicial hasta la entrega final de resultados, fue crucial para la consecución de los objetivos del estudio, que buscaba explorar las experiencias subjetivas de jóvenes que han confrontado ideación suicida. A continuación, se detallará cada fase, resaltando tanto los logros alcanzados como los desafíos superados, especialmente en lo que respecta al contacto con los participantes y al análisis de las narrativas obtenidas.

Diseño del Proyecto, esta fase inicial se centró en la planificación meticulosa de la investigación, en donde se definieron los objetivos del estudio, se seleccionó la metodología narrativa como enfoque principal, y se establecieron los parámetros para la recolección y análisis de datos. Además, se elaboró un protocolo detallado que garantizara la ética y la confidencialidad de los participantes.

Identificación de la población, se determinó que la población objetivo serían jóvenes de 18 a 26 años que hubieran experimentado ideación suicida. Se estableció como lugar de búsqueda la universidad santo tomas, la razón por la que se tuvo en cuenta esta población debido a la etapa de transición crucial, donde los jóvenes enfrentan desafíos significativos relacionados con la independencia, la formación de identidad y la presión académica lo que los hace vulnerables por

el estrés académico, las dificultades sociales y las preocupaciones financieras pueden contribuir a la aparición de pensamientos suicidas.

Contacto con los participantes y socialización de la investigación, esta fase resultó ser una de las más desafiantes, el acceso a jóvenes dispuestos a compartir sus experiencias sobre un tema tan sensible como la ideación suicida presentó dificultades significativas. Se realizaron esfuerzos para establecer contacto con posibles participantes a través de la universidad Santo Tomás, pero debido a la confidencialidad necesaria hacia los participantes y la complejidad del tema dificultaron el proceso. En cuanto a la socialización de la investigación implicó explicar claramente los objetivos, la metodología y los protocolos éticos a los participantes potenciales, asegurando su comprensión y consentimiento informado.

Análisis de las Narrativas (Sistematización), la sistematización de las narrativas se realizó mediante un análisis temático, donde las experiencias de los participantes se organizaron en torno a las categorías predefinidas: ideación suicida, deseo, voluntad y creencias. Este proceso implicó la lectura repetida de las narrativas, la identificación de patrones y temas recurrentes, y la codificación de los datos para facilitar la interpretación. Esta fase, fue crucial para comprender las experiencias subjetivas de los participantes y las complejidades de la ideación suicida.

La discusión de los resultados se realizó en torno a los objetivos planteados al inicio de esta investigación, interpretando los hallazgos a la luz de la literatura existente sobre ideación suicida. Este proceso implicó un análisis profundo de las narrativas de los participantes, buscando identificar patrones y temas que respondieran a las preguntas de investigación. Se discutieron las implicaciones de estos hallazgos, subrayando cómo las experiencias narradas por los jóvenes contribuyen a una comprensión más rica y matizada de la ideación suicida en el contexto universitario. Asimismo, se identificaron las limitaciones del estudio, reconociendo posibles sesgos y áreas de mejora para futuras investigaciones, y se exploraron direcciones prometedoras para estudios posteriores que puedan profundizar en los aspectos emergentes de las narrativas de los participantes.

Entrega de Resultados, la fase final consistió en la elaboración de un informe detallado que presentara los resultados de la investigación de manera clara y concisa, siendo claro y fácil de entender para los participantes. Se destacaron las contribuciones del estudio al conocimiento existente y se ofrecieron recomendaciones para investigación futura.

Consideraciones Éticas

La presente investigación se ha llevado a cabo bajo estrictos estándares éticos, priorizando el bienestar y la protección de los participantes. En consonancia con los principios deontológicos establecidos, se ha garantizado la integridad de los participantes a través de una comunicación honesta y transparente, así como de la toma de decisiones basadas en sus necesidades.

En cuanto a la confidencialidad, se ha respetado rigurosamente la privacidad de los participantes, protegiendo la información personal y asegurando su anonimato en todas las publicaciones y presentaciones derivadas de esta investigación. De esta manera, se cumple con los estándares legales y profesionales vigentes en materia de investigación.

Asimismo, se ha actuado con respeto y dignidad hacia todos los participantes, evitando cualquier tipo de discriminación. Se han gestionado adecuadamente los posibles conflictos de interés, garantizando la imparcialidad en la conducción del estudio.

La investigación se alinea con los principios bioéticos de Belmont, enfatizando el respeto a la autonomía de los participantes, la beneficencia y la justicia. En este sentido, se ha obtenido el consentimiento informado de todos los participantes, quienes han sido debidamente informados sobre los objetivos, procedimientos y posibles riesgos de la investigación. Además, se cumple con lo establecido en el artículo 11 de la Resolución 8430 de 1993, asegurando que la investigación se realice sin generar ningún riesgo o daño potencial para los participantes.

Los resultados obtenidos serán compartidos de manera transparente con los participantes, directores y decanos de la carrera de psicología, garantizando así la rendición de cuentas y el cumplimiento de las normativas éticas y legales vigentes en la investigación psicológica.

Resultados

Los resultados se presentan a continuación a través de las matrices de categorización con base en las narrativas obtenidas con los participantes; para ello se aplicó la técnica de entrevista semiestructurada y como instrumento para la recopilación de la información se diseñaron las preguntas orientadoras, dirigidas a las indagación de las categorías de la investigación por tanto, a los objetivos, los resultados obtenidos incorporan las narrativas de los participantes, la interpretación de los autores de acuerdo a la comprensión disciplinar. Estas categorías serán analizadas a través de las siguientes tablas:

Tabla 1 Categoría Ideación Suicida

Narrativa	Categoría	Interpretación
P1 “Realmente yo no pretendía matarme por eso es por lo que apenas era una ideación, como que yo quería simplemente como descansar y pues básicamente eso se traducía pues en eso, pero como tal en el cumplir esa idea y ya llevar a cabo la conducta veía otras alternativas como no sé cómo irme muy lejos y no regresar nunca o desaparecer, digamos como no sé, uno se imagina irse para un país no saber nada de nadie en mucho tiempo”.	Ideación suicida	P1 El participante expresa un deseo de huir que no necesariamente, está motivado por la muerte, sino más bien por la necesidad de evasión o descanso emocional y desconectarse de una realidad que se siente abrumadora. esto sugiere una crisis de motivación o angustia, confusión o pérdida de sentido expresada en una desconexión con su propósito esencial, poniendo de manifiesto la necesidad de retiro y descubrir caminos hacia la autorrealización.
P1 “Bueno, pues no era una decisión, solo era una idea, he venido entendiendo un poco también a partir del estudio que desde otras perspectivas y otras miradas muchas veces lo que la persona siente no es el deseo de acabar con su vida si no de tener un alivio o de tener un descanso”.		P1 Lo que el participante expresa, evidencia que no desea realmente morir, sino aliviar un sufrimiento profundo. Esta distinción es clave, ya que muestra una mayor comprensión de su experiencia interna y abre camino a la posibilidad de resignificar su dolor desde un lugar de empatía y autocompasión.
P2 “En el término familiar si llegarán a suceder algunos casos, creo que por la presión o algo por el estilo; sí podría llegar a tenerlos, pero creo que también puedo hallar una forma de afrontarlos y pues no cometerlo, tal vez en el momento sí los piense, pero luego ya digo soy más grande tengo una solución puedo hallar la forma”.		P2 se enfrenta a conflictos derivados de presiones sociales y familiares, revela una capacidad de resiliencia y fortaleza al tener en cuenta diferentes alternativas para hacer frente a sus desafíos. Esta discrepancia interna provoca ira, pero también soledad, desamparo, emociones de desprotección y vulnerabilidad.

Tabla 1. *Continuación*

P2 “Pues fue un poquito fea, ya que estaba atravesando por ciertos problemas, que en ese momento como

que no les hallaba una solución, entonces pues estuvo un poquito complicado, pues me sentía atrapada tenía rabia, molestia, me sentía como sin motivación como que quería parar, no seguir más, no soportar lo que pasaba”

P3 “Pues yo sí tuve, llegué a tener como esas ideas de querer matarme o algo por así decirlo, o sea como que yo no planeaba las cosas ni nada, sino que era como un pensamiento que me llegaba de que yo ya no quiero, yo no quiero estar aquí porque pues yo no sé, me sentía como muy sola y ya, me sentía muy sola”.

P3 “Entonces yo simplemente me agarraba la cabeza, y yo decía yo ya no quiero estar acá, yo no sé qué estoy pagando, no entiendo, no entiendo, o sea era como, no sé qué estoy pagando, como cuando una persona dice, es que porque yo tengo que sufrir todo esto, yo le dije a mi mamá en ese momento que yo la verdad, yo le dije así, usted váyase a donde quiera, pero yo ya no quiero vivir, yo ya no quiero tener esta vida, yo ya me quiero morir, no sé cómo, pero yo ya me quiero morir, yo ya no quiero estar aquí, yo ya no quiero nada más de esto, yo no sé por qué estoy pagando todo esto, yo solo tengo 16 años, no entiendo por qué, mi vida es así, no entiendo por qué no puedo tener una vida normal”.

P2 La narrativa evidencia un estado de crisis caracterizado por sentimientos de desesperanza, desmotivación y falta de sentido. La vivencia de sentirse atrapada refleja una desconexión consigo misma y con sus recursos internos, manifestando la necesidad de validación emocional y acompañamiento empático para resignificar su experiencia.

P3 Tiene intensos sentimientos de soledad y desapego emocional, lo que refleja una necesidad insatisfecha de pertenencia y amor. Los pensamientos suicidas surgen como un intento de escapar del dolor emocional y existencial, lo que indica la necesidad urgente de reconstruir redes de apoyo significativas y genuinas.

Agotamiento emocional se puede evidenciar la ideación suicida

P3 Refleja un estado de sufrimiento existencial intenso, en el que emerge una profunda incomprensión de su experiencia vital y una percepción de injusticia personal. La reiteración de su deseo de no continuar viviendo evidencia una desconexión con su sentido de vida, lo que señala la necesidad de una intervención empática que facilite la validación emocional y la reconstrucción de significado desde sus propios recursos internos.

Nota. En los participantes los pensamientos suicidas se perciben como un deseo de morir, sin embargo, no se presentaron intentos sino como una expresión de desesperanza, desapego emocional y un deseo de huir de un profundo dolor psicológico. La ideación suicida, tal como se manifiesta en estas experiencias, emerge con frecuencia no necesariamente como un anhelo por la muerte en sí misma, sino como una intensa búsqueda de alivio ante un sufrimiento emocional que se torna insoportable. Estos pensamientos suelen surgir en momentos donde los problemas se perciben como insolubles, alimentando sentimientos abrumadores de soledad, rabia, frustración y una profunda desesperanza.

Tabla 2 *Categoría Deseo*

Narrativa	Categoría	Interpretación
P1 “Sí me estoy formando como psicóloga básicamente es porque quiero y deseo en algún momento saber que pude cambiar alguna vida, aunque fuera, entonces eso y por ejemplo yo tengo el deseo de ser madre, tener un hogar y tener una estabilidad no solo emocional sino también económica”.	Deseo	P1: La participante expresa un deseo de estabilidad económica y emocional, así como de autorrealización. Idealmente, cuenta con un proyecto de vida que guía sus acciones. Su búsqueda de un propósito personal y familiar refleja una profunda necesidad de sentido y pertenencia, elementos esenciales para fortalecer su identidad y motivación.
P1 “Pues básicamente el hecho de todos los días querer estar consciente en mi aprendizaje. No solamente de estar como lo decía en cuerpo en una universidad sino ser consciente de ese proceso, por ejemplo, cuando estoy con mis pacientes y cómo la enseñanza que se puede aplicar para mi vida, como eso me llena de sabiduría que me moviliza hacia esos deseos”.		P1 En esta narrativa denota un proceso de autorreflexión y conciencia intencional en su experiencia formativa. Este nivel de conexión con su experiencia académica refleja una búsqueda autentica de sentido, orientada al crecimiento y a la integración del saber con su propio proyecto de vida.
P2 “Me gustaría comenzar a laborar y comenzar a tener mis propias cosas a ayudarle a mi padre con los gastos y poder tener mis propias cosas”.		P2: Muestra un fuerte sentido de independencia y autosuficiencia al intentar hacer una contribución económica a su comunidad. Esto sugiere una búsqueda de valor personal y propósito conectado con su identidad y sentido de pertenencia.
P2 “Deseo seguir adelante, conseguir nuevas cosas, ser independiente y dar una seguridad en mi hogar que yo no tuve”.		P2 Se evidencia una orientación hacia el futuro y la autodeterminación. Este deseo de avanzar y construir nuevas condiciones de vida refleja una motivación profunda por transformar su experiencia y brindar a otros lo que ella misma no recibió, lo cual se vincula con la autorrealización y la reconstrucción del sentido de vida.
P3 “Pues últimamente como que he tenido como ciertas ganas, no sé, como conseguir mi propio transporte, o sea, poder como tener un propio transporte. También el tema de, pues, por vivir. No sé, encontrar una casa que no tengamos que pagar un arriendo cada mes. Poder conseguir una casa, poder vivir como establemente con mi mamá. Entonces eso ha sido como mis planes a futuro.		P3: Expresa una necesidad de seguridad y lazos familiares, reflejada en su deseo de estabilidad junto a su madre. Esta búsqueda de apoyo emocional y sentido de pertenencia es fundamental para su bienestar y desarrollo personal.
P3 “Buscaba maneras de llamar la atención, pero la atención de mi mamá, porque yo me sentía sola. Entonces como que yo quería llamar la atención de mi mama de alguna manera”.		P3 Refleja una necesidad afectiva no satisfecha, manifestada a través de conductas orientadas a obtenerla atención materna. Esta expresión evidencia una búsqueda legítima de vínculo y contención emocional, donde el sentimiento de soledad se convierte en un llamado a ser vista, escuchada y validada en su experiencia subjetiva.

Tabla 3 *Categoría Voluntad*

Narrativa	Categoría	Interpretación
P1 “En algún momento como que se habla como de la voluntad y la fuerza de voluntad, entonces yo trato de no quedarme en la fuerza de voluntad porque al final eso es temporal. Es simplemente tener voluntad siempre hacia ti, hacia tus deseos”.	Voluntad	P1: Ilustra una búsqueda de significado y propósito en la vida, reflejada en la determinación por alcanzar las metas. Esto evidencia una profunda necesidad de autorrealización y crecimiento personal, que son esenciales para mantener la motivación y encontrar un sentido de vida. Este proceso vincula el deseo con el proyecto de vida, consolidándolo como un eje fundamental para el desarrollo personal.
P1 “Necesito un medio, un algo que me movilice hacia eso. Entonces tener también una carrera que a mí me guste, aplicarla y al mismo tiempo ser madre y tener un hogar, prácticamente ese sería como el cumplimiento de esos deseos”.		P1 Revela una fuerte necesidad de propósito para movilizarse, busca integrar sus roles profesional y personal de una manera que le genere satisfacción intrínseca y le permita alcanzar su propia definición de éxito y realización.
P2 “Me esfuerzo en mis trabajos universitarios, doy lo mejor de mí, trato de aprenderlos para poder mejorar en ellos, para poder en un futuro especializarme y tener más ideas o sitios en los que pueda trabajar”.		P2: Demuestra una dedicación tanto al desarrollo profesional como personal, esforzándose en sus estudios para alcanzar sus metas. Aquello que las personas realizan con empeño no solo impulsa el crecimiento, sino que también les permite construir un camino hacia la autorrealización.
P2 “Pues si una persona tiene voluntad, ella va a seguir adelante, la motivación le ayuda a lograr llegar a esos deseos”.		P2 Destaca la relación entre la voluntad y la motivación como fuerzas impulsoras para la acción y el logro de metas. Su afirmación subraya la capacidad humana de autodeterminación y la importancia de mantener un impulso interno para superar los desafíos y alcanzar las aspiraciones personales.
P3 “Ser cumplida con los trabajos, ser responsable, no faltar a la universidad. En todo el semestre tengo como cuatro fallas y ya, procuro no faltar, no perder ninguna materia y ser responsable con todos los trabajos. Voy y trabajo, ¿sabes? Yo soy como de la universidad a la casa, de la casa a la universidad. Y los fines de semana, de la casa al trabajo y del trabajo a la casa. Entonces, como que no me gusta desviarme”		

Tabla 3. Continuación

P3 “Intentar buscar otras cosas, como para despejar la mente, y eso fue como un grupo coreano del que soy fan, que me volví fan de ellos, y como que, todo eso, esa energía que sentía de querer ya no estar, como que se la invertía a mirar videos de ellos”.

P3: Mantener un equilibrio entre el estudio y el trabajo demuestra un sentido de responsabilidad y disciplina. Esta organización rígida puede indicar una búsqueda de estabilidad y control, lo que refleja la necesidad de seguridad y estabilidad, pero también el riesgo de autoexigencia excesiva.

Voluntad

P3 Refleja un mecanismo de afrontamiento centrado en la distracción y la búsqueda de emociones positivas como estrategia para manejar pensamientos o sentimientos negativos, el descubrimiento y la conexión emocional con un grupo coreano y su contenido actuaron como un desplazamiento de la atención, este proceso sugiere una búsqueda activa de alternativas para regular el estado de ánimo y encontrar alivio, utilizando una nueva afición como un recurso emocional y una forma de reorientar pensamientos intrusivos.

Nota. La matriz representa un proceso de búsqueda de los tres participantes por el sentido y la autorrealización, que se expresa a través de sus deseos, voluntad y lucha contra los pensamientos suicidas. Cada individuo exhibe un anhelo personal y significativo, enfrentando desafíos emocionales y contextuales que impactan su autoestima y autoconcepto.

P1 investiga el significado de la vida concentrándose en sus objetivos, lo que indica una necesidad de autenticidad y crecimiento personal. P2 demuestra un compromiso con su desarrollo profesional, buscando autonomía y competencia para fortalecer su sentido de autoestima y pertenencia. P3 exhibe una autoexigencia caracterizada por la responsabilidad y la disciplina, lo que indica una necesidad de estabilidad y control, aunque existe la posibilidad de experimentar tensión y agonía.

Tabla 4 *Categoría Creencias*

Narrativa	Categoría	Interpretación
“Solamente se me viene a la cabeza cuando me mencionas creencias, solo las creencias religiosas y básicamente eso también ha sido un factor para mí supremamente como sujetador a la realidad, entonces sí, el hecho de yo creer tanto en Dios, o sea de todo en cuanto como a lo que se cree del suicidio que es mal visto, tiene una relevancia en mi vida de cierta manera, esto también ayudo a no pasar de la idea al intento”.		P1: Ilustra una crisis existencial cuestionando las creencias religiosas y cómo se relacionan con la realidad. Esto sugiere una búsqueda de autenticidad y sentido, revelando la necesidad de equilibrar su sistema de creencias con su experiencia para lograr la coherencia interna y la paz emocional.
P1 “Me sentía muy mal, era totalmente una carga, muy mal, porque sí era una carga. Igual, sin embargo, yo siempre he trabajado, yo trabajo como desde los 15 años, trabajaba en cualquier lado, una tienda de ropa o cualquier cosa, sí.	Creencias	P1 revela una fuerte creencia central de ser una "carga," mostrando una auto-percepción negativa y sentimiento de inutilidad. Sin embargo, su historial laboral desde los 15 años introduce una creencia contrastante en su capacidad y responsabilidad laboral, sugiriendo que valora su contribución a través del trabajo.
P2 “Mi creencia supongo que es la paz, es tener una buena comunicación conmigo misma, con mi Dios, hallar un camino para sentirme cerca de él y sentirme bien conmigo misma y llegar a un objetivo, a estar digamos, entrar a las puertas del cielo y hacer buenas obras”.		P2: Encuentra propósito y esperanza en su fe religiosa, usándola como una fuente de significado y fortaleza. Esto muestra una estrategia de afrontamiento positiva, que mejora su sentido de autoestima y pertenencia, lo que disminuye los pensamientos suicidas al demostrar ser un objetivo justificado.
P2 “No tenía así muchos amigos y tampoco como que confiaba para decirles esas cosas porque sentía que podrían también juzgarme”		P2 Se observa una creencia de desconfianza interpersonal y una anticipación de juicio negativo por parte de otros, la falta de amigos podría ser tanto una causa como una consecuencia de esta creencia.
P3 “Me sentía como frustrada, y pues no poder cómo afrontar las cosas, porque mi mamá, por parte de mi mamá y de mi hermana, me decían como, “usted ya está grande”, tenía 12 años, “usted ya está grande, madure”, era así, y yo era como, eh, yo como que me sentía frustrada, pero es que “yo no soy capaz de afrontar las cosas”, pero no, “yo sí soy”, era como una pelea conmigo misma, de que no, “yo sí soy capaz de afrontar las cosas sola”, no, pero, “no puedo, era como que, quería dormir todo el día, me sentía cansada”.		P3: Experimenta frustración y desesperanza, enfrentando un conflicto entre expectativas personales y realidad. La percepción de no cumplir con sus estándares genera un sentimiento de insuficiencia.
P3 “Como que yo no me considero capaz de las cosas. Yo puedo hacer algo que me dicen que estuvo bien, o sea, un trabajo o algo que me dicen que estuvo bien, pero como que me minimizo con otras personas.		P3 Creencias de baja autoeficacia e insuficiencia. A pesar de recibir validación externa, internamente minimiza sus logros y se compara desfavorablemente con otros. Esta creencia de no merecimiento se manifiesta incluso ante experiencias positivas (“pasó porque sí, no porque yo me lo merecía”), lo que impide la internalización del éxito y el desarrollo de una autoimagen positiva.

Discusión de Resultados

La exploración profunda de las creencias sobre la ideación suicida en las participantes revela una intrincada red de elementos que las protegen y las ponen en riesgo. En sintonía con la comprensión teórica que resalta la influencia de la espiritualidad en la fortaleza psicológica, las narrativas de P1 y P2 sugieren que sus convicciones religiosas funcionan como un principio rector trascendente, capaz de suavizar la sensación de desesperanza y ofrecer un marco ético que las disuade del suicidio. Sin embargo, la vivencia de P3, caracterizada por la falta de un vínculo personal con estas creencias y un entorno familiar donde la religión se vivía de forma opresiva, pone de manifiesto cómo la ausencia de este factor protector podría intensificar su fragilidad emocional. Las comprensiones derivadas de esta investigación iluminan cómo la ideación suicida en la juventud se entrelaza íntimamente con la formación de su identidad y su bienestar psicológico, surgiendo en momentos de profunda crisis existencial cuando la definición de un propósito vital se torna borrosa o se experimenta una profunda falta de significado.

La interconexión entre anhelos, determinación y convicciones emerge como un hilo conductor en sus relatos. Las tres participantes, en distintas etapas de sus vidas, reconocen la trascendencia de albergar deseos vitales y una firmeza orientada hacia el futuro como aspectos que contrarrestan la falta de disfrute y la ausencia de motivación interna ligadas a la ideación suicida. No obstante, la narración de P3 introduce un matiz significativo al mostrar cómo la presencia de un anhelo específico (concluir sus estudios) puede coexistir con una limitada confianza en sus propias capacidades, lo que dificulta la proyección hacia un porvenir pleno y duradero. Otro descubrimiento relevante reside en la relación entre el deseo, la voluntad y la percepción de independencia. Para las participantes, la posibilidad de alcanzar una existencia autónoma y con sentido se ve obstaculizada tanto por factores externos como por inseguridades personales, lo que engendra una disminución en el impulso para seguir adelante. Cuando el anhelo de transformación se desvanece, también lo hace la resolución para actuar, intensificando los pensamientos de desesperanza.

La convicción de ser una carga se manifiesta como un factor de riesgo considerable, particularmente en las experiencias de P1 y P3. Esta percepción internalizada, a menudo intensificada por dinámicas familiares problemáticas y mensajes descalificadores, socava la autoestima y alimenta sentimientos de inutilidad que pueden desencadenar la ideación suicida

como una "solución" percibida para aliviar el sufrimiento y la sensación de estorbo. La vivencia de P2, aunque reconoce sentirse una carga económica, no vincula directamente esta creencia con su ideación pasada, lo que sugiere la relevancia del contexto vital y la etapa de la vida en la internalización y el impacto de esta creencia. En muchos casos, una baja autoestima y la sensación de no ser útil intensifican estos pensamientos, dificultando la posibilidad de visualizar un futuro con esperanza.

Desde una perspectiva humanista, el deseo se entiende como una fuerza motivadora intrínseca ligada a la búsqueda de la autorrealización y un significado profundo de la vida. Las narrativas de P1 y P2 ilustran esta concepción al definir sus deseos en términos de anhelos personales y metas futuras que las impulsan hacia la construcción de un proyecto de vida propio. En contraste, el principal anhelo de P3 se centra en la finalización de su carrera, revelando una posible limitación en la exploración de un proyecto de vida más amplio, lo que podría restringir su capacidad para encontrar una motivación interna sostenida. En este sentido, se observa que la construcción de un proyecto de vida claro y la posibilidad de alcanzar estabilidad emocional y económica son elementos cruciales para el bienestar psicológico. Las jóvenes que tienen objetivos personales definidos muestran una mayor capacidad de resiliencia, mientras que aquellas que no encuentran un propósito concreto experimentan mayores dificultades para superar sus crisis emocionales.

Las acciones emprendidas para alcanzar los deseos reflejan la determinación y la capacidad de agencia de las participantes. P1 y P2 demuestran un comportamiento proactivo orientado al logro de sus metas. Si bien P3 también muestra responsabilidad en sus estudios y trabajo, su motivación parece estar más vinculada al cumplimiento de expectativas externas que a una motivación interna arraigada en la pasión y el disfrute, lo que podría afectar su resiliencia a largo plazo. La posibilidad de alcanzar una vida independiente y significativa se ve obstaculizada tanto por factores externos como por inseguridades personales, lo que genera una disminución en el impulso para seguir adelante.

Los elementos que impulsan actualmente a las participantes varían, pero resaltan la importancia de la visión de futuro, el apoyo social percibido y la autonomía. La ausencia de relaciones familiares positivas como fuente de motivación en la narrativa de P3 podría constituir un factor de fragilidad emocional al privarla de un importante sistema de apoyo afectivo. La persistencia de la vulnerabilidad, reconocida por las tres participantes, subraya la naturaleza

compleja y a menudo recurrente de la ideación suicida, incluso cuando se han desarrollado estrategias de afrontamiento y las circunstancias vitales han mejorado. La limitada confianza en sí misma y la visión negativa de las relaciones familiares en P3 sugieren una fragilidad latente que requiere una atención continua.

La vivencia de ideación suicida durante la adolescencia en las tres participantes concuerda con la comprensión teórica que señala esta etapa como un periodo de mayor riesgo debido a los desafíos del desarrollo, la inestabilidad emocional y la búsqueda de identidad. La descripción de la ideación como una búsqueda de alivio en las tres narrativas se alinea con la comprensión de que la ideación suicida a menudo surge como una respuesta a un sufrimiento psicológico profundo y la desesperanza, más que como un anhelo intrínseco de morir. Las tres jóvenes entrevistadas describen una lucha interna entre el deseo de escapar de su realidad y la necesidad de encontrar razones que las impulsen a seguir viviendo.

La ausencia de alternativas percibidas en el momento de la ideación, experimentada por las tres participantes, ilustra el fenómeno de la visión de túnel que puede acompañar a la crisis, limitando la capacidad del individuo para identificar y considerar otras soluciones a su malestar. Las estrategias de afrontamiento empleadas en el pasado fueron diversas, desde la distracción (P3) hasta la autolesión (P1 y P3), lo que refleja la intensidad del malestar emocional y la posible falta de recursos de afrontamiento adaptativos en el momento de la crisis. Dos participantes lograron desarrollar estrategias de afrontamiento más efectivas, lo que les permitió gestionar mejor sus emociones y encontrar apoyo en su entorno, evidenciando que la ideación suicida no surge únicamente por la presencia de factores adversos, sino también por la manera en que cada individuo los interpreta y enfrenta.

La transformación en la percepción actual de sus experiencias pasadas, evidenciada en P1 y P2 a través del crecimiento personal y el autoconocimiento, contrasta con la lucha continua de P3 con sentimientos de insuficiencia, a pesar de una mejora en sus circunstancias externas. Esto sugiere que la internalización de creencias negativas puede persistir y requerir una intervención terapéutica más profunda. Finalmente, los desencadenantes de la ideación, que incluyen la pérdida, el maltrato interpersonal y las dinámicas familiares disfuncionales, resaltan la importancia de abordar estos factores contextuales en la prevención e intervención de la ideación suicida. La ausencia de un apoyo social consistente y positivo emerge como un factor de riesgo compartido, subrayando la necesidad de fortalecer las redes de apoyo y promover la conexión social como un

factor protector fundamental. El papel de las creencias personales y la espiritualidad varía significativamente entre las participantes, actuando como un factor protector en algunos casos y generando angustia en otros, lo que evidencia que su impacto depende de la integración individual y la provisión de pertenencia y estabilidad emocional.

Finalmente, las comprensiones obtenidas reflejan la trascendencia de desarrollar estrategias de intervención que no solo aborden la salud mental desde una perspectiva clínica, sino que también consideren el contexto social y emocional de los jóvenes. La implementación de programas de acompañamiento psicológico, espacios de escucha activa y estrategias de fortalecimiento de la autoestima puede contribuir significativamente a la prevención del suicidio en esta población. Más allá de corroborar teorías previas, este estudio enfatiza la necesidad de generar entornos que fomenten la autonomía, la autoaceptación y la construcción de un sentido de vida propio, fortaleciendo la orientación vocacional como parte integral del proyecto de vida.

Conclusiones

Los hallazgos obtenidos en este estudio respaldan los objetivos planteados y aportan nuevos conocimientos, se puede observar en las narrativas de los participantes que existe una relación estrecha entre los deseos, la voluntad y las creencias en torno a la ideación suicida, en donde señalan que la ausencia de deseos y de voluntad puede generar desesperanza y una falta de sentido en la vida, lo que puede ser un factor fundamental que genere vulnerabilidad frente a la ideación suicida, debido a la falta de deseo por vivir o el deseo constante de morir y la falta de voluntad para seguir con su vida, por otra parte se ven reflejar las creencias personales pueden actuar como un ancla para mantener el equilibrio emocional o, por el contrario, intensificar los conflictos internos.

Las principales creencias que emergen de las narrativas de los participantes son la percepción de inutilidad, la sensación de falta de propósito y la creencia de que la muerte representa una forma de alivio ante el sufrimiento, siendo en el momento una percepción distorsionada de la realidad, donde el suicidio se presenta como la única solución viable ante problemas abrumadores. Sin embargo, es importante destacar que, con el tiempo sus creencias han experimentado una transformación radical. Ahora, perciben la ideación suicida como la peor decisión posible, una elección que, lejos de resolver problemas, los agravaría irreparablemente.

Al reflexionar sobre sus experiencias, describen el deseo y la voluntad como la fuerza vital que impulsa al ser humano a buscar y vivir aquello que le otorga sentido a la existencia. La ausencia de deseo y voluntad conduce inevitablemente a la falta de un propósito vital, un vacío que, en su caso, desencadenó la aparición de ideas suicidas. Al no encontrar un motivo convincente para seguir adelante, se sumergieron en una profunda desesperanza, perdiendo el anhelo de alcanzar metas y sueños, abriendo camino a la ideación suicida.

La ideación suicida como resultado de diversos factores, entre ellos conflictos familiares, bullying, baja autoestima y sentimientos de desesperanza. Estas ideas surgieron principalmente durante etapas vulnerables de la vida, como la adolescencia temprana y media, periodos en los que los adolescentes enfrentan numerosos cambios, tanto físicos como contextuales, y asumen nuevas responsabilidades, además en el momento que los participantes tenían ideación suicida para ellos era la solución para acabar con el malestar emocional que les generaba diversos factores en su vida cotidiana que para ellas ya no eran soportables y tenían como alternativa el darle fin a su vida.

Durante el periodo en que experimentaron ideación suicida, no hablaron con nadie al respecto, principalmente por temor a ser juzgados. En ningún caso buscaron ayuda profesional, y, aunque actualmente esos pensamientos han desaparecido, el tema sigue siendo difícil de abordar.

Finalmente, todos coinciden en que nunca desearon realmente morir; las ideas suicidas surgieron como un intento desesperado de escapar del sufrimiento, pero nunca existió una verdadera intención de terminar con sus vidas.

Aportes

Visibilizar la problemática de la ideación suicida en adolescentes, destacando la importancia de atender y comprender las situaciones emocionales y familiares que enfrentan. Se propone prestar especial atención a los adolescentes en el entorno escolar, promoviendo la detección temprana de señales de alerta y proporcionando espacios seguros donde puedan expresar sus emociones. Asimismo, se busca que se otorgue la importancia necesaria a la ideación suicida como un problema de salud mental, impulsando estrategias de intervención que favorezcan el bienestar integral de los jóvenes.

La presente investigación aporta un poco al conocimiento en lo regional acerca de la motivación de los jóvenes con su proyecto de vida, así mismo aporta en las líneas de investigación tanto de aspectos sicosociales en el ámbito regional porque disciplinalmente son otras investigaciones que se suman a la producción académica del programa y tiene que ver con problemáticas de la región, además podemos identificar que tan lejos esta la ideación suicida de un acto suicida o que tan cerca, a su vez permite teniendo en cuenta a González y Ramírez (2022) la investigación aporta una comprensión profunda de la ideación suicida en jóvenes universitarios desde una perspectiva humanista, enfocándose en la experiencia subjetiva, las creencias, el deseo y la voluntad. Este estudio resalta la importancia del contexto emocional y narrativo del individuo, en sintonía con investigaciones recientes que enfatizan la relación entre la narrativa personal y la toma de decisiones en momentos de crisis.

Los hallazgos de este estudio pueden servir como base para diseñar estrategias de prevención del suicidio en entornos universitarios. La identificación de creencias limitantes y narrativas negativas sugiere la necesidad de intervenciones centradas en la reconstrucción del sentido de vida y el fortalecimiento de la resiliencia. En este sentido, la implementación de espacios de diálogo y programas psicoeducativos basados en la terapia centrada en la persona pueden generar ambientes más comprensivos y de apoyo (Rogers, 2021).

Finalmente, en el plano social y cultural, esta investigación resalta la urgencia de cambiar la percepción sobre el suicidio y la salud mental. La estigmatización sigue siendo una barrera significativa para que los jóvenes busquen ayuda, lo que refuerza la necesidad de promover una cultura de acompañamiento y empatía. La normalización del diálogo sobre salud mental en

instituciones educativas y comunidades podría contribuir a la creación de redes de apoyo más efectivas y accesibles (Yalom, 2020).

En conclusión, este estudio proporciona aportes valiosos en los niveles teórico, metodológico, práctico y social. Su enfoque humanista permite comprender la ideación suicida de manera integral y abre nuevas posibilidades para la intervención y prevención. Se espera que estos hallazgos sirvan de base para futuras investigaciones y políticas institucionales que fortalezcan el bienestar.

Limitaciones

El acceso a la población presentó dificultades, posiblemente por la poca disposición de los jóvenes para hablar de las experiencias que han tenido, por el temor a ser juzgados por haber presenciado en algún momento ideación suicida, además de que es un tema sensible de abordar debido a que es un tema visto como demasiado personal y temen que pueda ser motivo de burla. Este aspecto refleja una de las principales barreras en investigaciones sobre salud mental: la resistencia de las personas a compartir vivencias relacionadas con el sufrimiento psicológico por miedo a ser estigmatizadas (Martínez & López, 2021). Esta reticencia al hablar abiertamente ha obstaculizado significativamente el proceso de investigación.

Además, el estudio se enfrentó a limitaciones metodológicas relacionadas con el acceso a información complementaria ya que se encontraban indicios, pero no la comprensión total del fenómeno. Aunque se realizó una revisión documental para contrastar los testimonios con estudios previos, datos oficiales de los porcentajes sobre salud mental en jóvenes con ideación suicida no estaban actualizados o disponibles de manera abierta, son limitados por no decir nulos, aunque al buscar frente a el suicidio se arrojan resultados, esto pone de manifiesto la importancia de fortalecer las políticas de acceso a información confiable y actualizada para robustecer la investigación en este campo (López & Herrera, 2020).

A pesar de estas limitaciones, la presente investigación ofrece un punto de partida valioso para el desarrollo de estrategias y futuras investigaciones sobre la ideación suicida en jóvenes universitarios. Reconocer estos desafíos no solo permite mejorar la calidad del estudio, sino que también abre nuevas oportunidades para seguir explorando este fenómeno desde una perspectiva más humana.

Referencias Bibliográficas

- Acosta Gonzales, Y. M., Ladino Walteros, P. L., Mazo Guzmán, S. T., & Suárez Tiria, C. J. (2013). Factores Asociados a la Ideación Suicida en los Adolescentes Pertenecientes al Colegio Francisco Arango, Sede Barzal – Villavicencio Período 2013. *Repositorio Institucional UCC*, <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/fcbe001f-5d41-4b6d-80ab-67d73b1a0281/content>
- Barreto Pérez, E., Betancourt Beltrán, L., Bueno Escobar, M., & Quesada, L. (2022). *Factores psicosociales asociados a la ideación suicida en jóvenes de la universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio*. <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/bf5ac01a-6978-4848-9aa0-bc1e9323aaed/content>
- Camargo Jiménez, M. (2017). *Descripción del uso de los deseos, la voluntad y la intencionalidad de una paciente con trastorno dual en un proceso de rehabilitación*. [Artículo académico, Universidad del Norte]. Repositorio Institucional. <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/7637/1140857050.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castro, A., García, G., & Eljagh, S. (2012). Proceso experiencial: Comprendiendo al ser humano en primera persona. *Psicología desde el Caribe*, 29(2), 159-175. <https://www.scielo.org.co/pdf/psdc/v29n2/v29n2a07.pdf>
- Cañón Buitrago, M., & Carmona Parra, J. (2018). Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. *Psicología y Salud*, 28(4), 153-162. <https://doi.org/10.5093/psicologiaysalud2018a17>
- Contreras, M., & Dávila Cervantes, C. (2021). Efecto de la depresión y la autoestima en la ideación suicida de adolescentes estudiantes de secundaria y bachillerato en la Ciudad de México. *Salud Mental*, 44(4), 191-199. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2021.023>
- Congreso de la República de Colombia. (2006, septiembre 6). Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. Diario Oficial No. 46.383. http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html

- Cudris-Torres, L., Pumarejo-Sánchez, J., Barrios-Núñez, Á., Bahamón, M. J., Alarcón-Vásquez, Y., & Uribe, J. I. (2019). Afectaciones psicológicas en víctimas del conflicto armado. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 38(5), 514-518. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=5596286700>
- Durkheim, E. (2023). *La teoría del suicidio de Émile Durkheim: Un análisis profundo*. https://teoriaonline.com/teoria-suicidio-emile-durkheim/#google_vignette
- Flores-Villavicencio, M. E., Romero-Valadez, C. R., Espinel-Bermúdez, M. C., Vega-López, M. G., Valle-Barbosa, M. A., & Robles Bañuelos, J. R. (2019). Síntomas depresivos en personas adultas mayores con ideación suicida. *Anales en Gerontología*, 11(11), 40-63. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7312954>
- García, J. (2024). Pirámide de Maslow: La jerarquía de las necesidades humanas. Analizando uno de los artefactos teóricos más famosos: La jerarquía de necesidades. *Psicología y Mente*. <https://psicologiaymente.com/psicologia/piramide-de-maslow>
- García, & Munita. (2016). *La narrativa como método desencadenante y producción teórica en la investigación cualitativa*. <https://search.app/Rh5bSQp3RyPrQGsv6>
- González, R., & Ramírez, M. (2022). *Narrativa y construcción de identidad en jóvenes en crisis*. Editorial PsicoHumanitas.
- González González, L. (2022). La ideación suicida en adolescentes: Estado de la cuestión. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 9(2), 72-81. <https://www.redalyc.org/journal/6681/668173277015/>
- González Forteza, C., Berenzon Gorn, S., Tello Granados, A. M., Facio Flores, D., & Medina Mora, M. (1998). Ideación suicida y características asociadas en mujeres adolescentes. *Salud Pública de México*, 40(5), 430-437. <https://www.scielosp.org/pdf/spm/1998.v40n5/430-437/es>
- Hawton, K., Agerbo, E., Simkin, S., Platt, B., & Mellanby, R. (2011). Risk of suicide in medical and related occupational groups: A national study based on Danish case-population-based registers. *Psychological Medicine*, 41(6), 1343-1352. <https://doi.org/10.1017/S0033291710002060>
- James, W. (1890). *Principios de la psicología*. <https://uam.es/uam/media/doc/1606888791664/james-expo-clasico.pdf>

- Jaramillo Gutiérrez, M., Silva Vallejo, C., Rojas Aragón, B., & Medina Pérez, O. (2015). Ideación suicida y factores asociados en internos de un establecimiento penitenciario de Antioquia (Colombia). *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 44(2), 96-102. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2015.02.001>
- López, D., & Herrera, P. (2020). Acceso a la información en salud mental: desafíos y perspectivas. *Revista de Salud Pública*, 18(3), 87-102.
- Lora Gómez, J. (2023). Experiencias del cambio terapéutico en la ideación suicida: Un estudio fenomenológico interpretativo desde la psicoterapia humanista-existencial. [Tesis de Maestría, Universidad de Chile]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/199708>
- Martínez, P., & López, J. (2021). Metodologías mixtas en psicología: Alcances y desafíos. PsicoCiencia Editorial.
- Macias Bestard, C., Montes González, Y., Vera Vergara, V., Cuza Oliveres, Y., & Costales Ramos, Y. (2011). Algunas consideraciones teóricas sobre el proceso de investigación científica educativa a partir de algunos paradigmas. *Revista Cubana de Educación Superior*, 30(2), 123-132. <https://www.redalyc.org/pdf/5517/551757294032>
- Mancilla Muñoz, M. (2021). Actualidad del método hermenéutico de Friedrich Schleiermacher. *Revista Colombiana de Filosofía*, 48(1), 63-78. <https://doi.org/10.15446/revcolfi.v48n1.87314>
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. Harper & Row. <https://dn790006.ca.archive.org/0/items/albert-camus-el-mito-de-sisifo/Albert%20Camus%20-%20El%20mito%20de%20S%C3%ADsifo.pdf>
- Maxwell, J. A. (2013). Diseño de investigación cualitativa. Gedisa Editorial.
- Martínez, P., & Pérez, J. (2023). Triangulación y validación en investigación cualitativa: Nuevas perspectivas metodológicas. *Revista de Psicología Aplicada*, 45(2), 120-137.
- Muñoz, J., Pinto, V., Callata, H., Napa, N., & Perales, A. (2006). Ideación suicida y cohesión familiar en estudiantes preuniversitarios entre 15 y 24 años, Lima 2005. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 23(4), 239-246. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v23n4/a02v23n4.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Prevención del suicidio: Un imperativo global*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>

- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Informe mundial sobre la prevención del suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Suicidio*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Pinzón Amado, A., Guerrero, S., Moreno, K., Landínez, C., & Pinzón, J. (2013). Ideación suicida en estudiantes de medicina: Prevalencia y factores asociados. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 42(5), 303-312. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2013.05.002>
- Prevención del suicidio SOM. (2024). *El suicidio: Un gran problema de salud pública*. <https://prevencionsuicidio.som360.org/es/suicidio-grave-problema-salud-publica>
- Rogers, C. (1961). *On becoming a person: A central approach to psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Rodríguez González, A., Rodríguez Míguez, E., Duarte Pérez, A., Díaz Sanisidro, E., Barbosa Álvarez, A., & Claveria, A. (2017). Estudio observacional transversal de la sobrecarga en cuidadoras informales y los determinantes relacionados con la atención a las personas dependientes. *Revista de Neurología*, 64(5), 221-228. <https://doi.org/10.1016/j.nrl.2016.11.007>
- Rogers, C. (2021). *Terapia centrada en la persona y su impacto en la salud mental*. Humanistic Press.
- Siabato Macías, E. F., & Salamanca Camargo, Y. (2015). Factores asociados a ideación suicida en universitarios. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 9(1), 71–81. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1900-23862015000100006&script=sci_arttext
- Siabato Macías, E. F., Forero Mendoza, I. X., & Salamanca Camargo, Y. (2017). Asociación entre depresión e ideación suicida en un grupo de adolescentes colombianos. *Pensamiento Psicológico*, 15(1), 105-116. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S1657-89612017000100004&script=sci_arttext
- Torres Henao, J. (2020). Factores de riesgo y protectores de la ideación del suicidio en estudiantes universitarios. [Trabajo de grado, Universidad de Antioquia]. Repositorio Institucional. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/16034/6/TorresJohana_2020_FactoresRiesgoProtectores.pdf
- Yalom, I. (2020). *El sentido de la vida y la psicoterapia existencial*. Editorial Mindfulness.

Anexos

A continuación, se presentan los anexos que complementan el análisis desarrollado en el cuerpo principal de este trabajo. En primer lugar, se incluye el instrumento de recolección de datos utilizado para la exploración de las experiencias de los participantes: un guion de preguntas orientadoras diseñado para estimular la reflexión y la narrativa en torno al fenómeno de estudio, este guion sirvió como hoja de ruta flexible durante las entrevistas semiestructuradas realizadas a los tres participantes. En segundo lugar, se presenta la organización de textos de narrativas por objetivos. Este proceso consistió en la clasificación y disposición de los fragmentos textuales de las entrevistas en función de los objetivos específicos de esta investigación. Seguidamente, se adjunta la matriz general por categorías, resultado del proceso de análisis de las narrativas obtenidas, esta matriz organiza y sintetiza la información proporcionada por los participantes, permitiendo identificar patrones, convergencias y divergencias en sus experiencias y perspectivas. La categorización se realizó a partir de un análisis por categorías. Estos anexos proporcionan una visión detallada de la herramienta y el proceso de análisis que sustentan las conclusiones presentadas, ofreciendo al lector la posibilidad de profundizar en la metodología y los datos primarios de este estudio.

Anexo 1. Preguntas orientadoras

1. Cuéntame sobre las experiencias que has tenido y que tipo de emociones surgieron cuando te enfrentaste a este tipo de ideas.
2. En los momentos que han tenido estos pensamientos, una escala del 1 al 10, siendo 10 el más intenso, ¿cómo describirías la fuerza de estos pensamientos y que emociones se reflejan con más intensidad?
3. ¿No viste más opciones o alternativas que la de pensar en este tipo de decisión?
4. ¿De qué manera comprende o entiende el que usted piense en este tipo de decisión, es decir en las ideas de terminar con la vida?
5. ¿Lo que usted pensó en ese momento, actualmente lo entiende de manera diferente?
6. ¿Actualmente tiene el mismo tipo de pensamientos?, ¿Qué tan vulnerable se siente?

7. A esto que estamos hablando le conocemos como ideación suicida, a que considera usted que se debe, es causado, ¿o particularmente que aspecto de su vida está vinculado?
8. ¿Qué situaciones o eventos desencadenan tus pensamientos suicidas?
9. ¿A que personas acudes cuando tienes ideas suicidas o cuando las tuviste?
10. ¿Alguna persona se dio cuenta que estabas pasando por esa situación?
11. ¿Sientes que de alguna manera pediste ayuda? ¿Crees que fuiste escuchada o nadie lo noto?
12. ¿Cuál es tu red de apoyo para ti? ¿Quiénes te hacen sentir segura?
13. ¿Qué cosas te hacen sentir motivada en la vida, que sientes que la impulsan a seguir adelante?
14. ¿Qué tan motivado te sientes frente a las diferentes cosas en la vida? ¿Sientes que estas desmotivado?
15. ¿actualmente sientes que tienes deseos? ¿en el momento que tuviste pensamientos de acabar con tu vida que deseos tenías o no tienes?
16. ¿Qué relación tienen tus deseos con tu proyecto de vida que te motivan y te hacen movilizar?
17. ¿Qué tipo de deseos tienes? ¿Qué haces para cumplir tus deseos?
18. ¿Normalmente al pensar en la vida, en los planes a futuro se siente motivado?
19. ¿Actualmente qué cosas te hacen sentir motivada en la vida, que sientes que la impulsan a seguir adelante?
20. ¿Qué significado desde tus creencias le atribuyes a la vida?
21. ¿Cuáles eran tus creencias en el momento en que tenías pensamientos suicidas, y cómo han cambiado esas creencias en la actualidad?
22. ¿Qué creencias tienes de la ideación suicida a que lo asocias en ese entonces, y qué significa ahora?
23. ¿Crees que eres una carga para los demás? ¿Cómo influye esta creencia en tus pensamientos suicidas?
24. ¿Qué cambios te gustaría hacer en tu vida para sentirte más satisfecho y realizado?
25. ¿Qué estrategias has utilizado para manejar estos pensamientos en el pasado?
26. ¿Qué tipo de apoyo social tienes? ¿Cómo te hace sentir ese apoyo?
27. ¿Tú crees que hay alguna relación de sus deseos su voluntad y las creencias que tienen con estos pensamientos?

Anexo 2. Organización de texto de las narrativas por objetivos de cada participante

Objetivo 1: Identificar las principales creencias que tienen los jóvenes sobre la ideación suicida de la Universidad Santo Tomás.

I2: Desde las creencias que posees, ¿qué significado le atribuyes a la vida?

P1: Pues yo creo que a mí solamente se me viene a la cabeza cuando me mencionas creencias, solo las creencias religiosas y básicamente eso también ha sido un factor para mí supremamente como sujetador a la realidad. Entonces sí, el hecho de yo creer tanto en Dios, de, o sea, de todo en cuanto a lo que se cree del suicidio, que es mal visto, tiene una relevancia en mi vida. De cierta manera, esto también ayudó a no pasar de la idea al intento.

I1: ¿Consideras que existe alguna correlación entre tus deseos, tu voluntad y las creencias que mantienes sobre tus pensamientos?

I1: Para ser más específica, nos comentabas que tienes deseos y que, por ejemplo, ya posees una motivación. Esos deseos y esa voluntad que quizás en ese momento no dejaste de lado cuando tenías esas ideas... ¿Dejaste de experimentar un anhelo por seguir adelante, por hacer algo? ¿Había una carencia de motivación? Entonces, es más en ese sentido. ¿Sientes que de alguna forma la ausencia de deseo, la falta de voluntad y las creencias que tienes frente a la vida pueden influir en que una persona desarrolle ideación suicida?

P1: Sí, claro, porque precisamente a veces me faltaba eso, porque yo no tenía unos deseos y una voluntad fija, es decir, yo no tenía una motivación tampoco. Entonces, pues si no existe eso, si no hay una motivación de vivir, si no hay unos deseos que lo motiven a uno precisamente a que exista una voluntad para que se cumplan esos deseos, pues básicamente es como si tienes tres variables y solo te quedara la ideación suicida. No tenía una motivación y no tenía unos deseos fijados como hoy en día sí los tengo, entonces, pues eso. Y si me preguntas por la relación, digamos que es una relación directa porque si no hay, si no hay motivación, pues claramente o si no te sientes motivado a vivir, lo opuesto es que busques una ideación o un intento de suicidio.

I1: Cuando tenías los pensamientos suicidas, ¿cómo te sentías emocionalmente?

P1: Muy mal, era totalmente una carga, muy mal, porque sí era una carga. Igual, sin embargo, yo siempre he trabajado, yo trabajo como desde los 15 años, trabajaba en cualquier lado, una tienda

de ropa o cualquier cosa, sí. Entonces yo aprendí a ganarme el dinero desde pequeña así, de esa manera esporádicamente porque el estudio siempre ha sido una prioridad, pero pues no era como mucho lo que uno pudiera pues ayudar y aportar en una casa y más que digamos como que en mi contexto familiar, pues mi mamá es cabeza de hogar, entonces de cierta manera inconscientemente ella traslada mucha de las responsabilidades para mí y yo dentro de mi rol de hija, pues también digamos como que uno puede pensar que eso no le corresponde y de cierta manera el derecho de las cosas sería que no le correspondieran, no a veces no siendo tan niño, pero en el amor que uno siente por los padres y el compromiso también con su con su hogar y con su casa, pues uno termina asumiendo responsabilidades que ganaba. Entonces no era mucho lo que pudiera ayudar, por eso sentía que era una carga y la frustración llegaba, la tristeza, el hecho también, por ejemplo, es lo que uno habla y es como a través del aprendizaje de la psicología uno también aprende a entender al otro, ¿no? Y cómo la frustración era tan grande que ella terminaba desembocando toda esa frustración en mí con malas palabras, golpes, no lo estoy justificando porque esto no tiene justificación, pero es como que entendí que su enojo no era porque no me pusiera o porque no era sí o porque quisiera ser mala madre, no, sino por qué pues tenía mucha frustración de cierta manera.

II: ¿Podrías describir cómo la creencia de ser una carga para tu madre influyó o se relacionó con la aparición de tus pensamientos?

P1: Lo familiar siempre fue lo primero, que a la final se conecta con muchos factores, ¿no?, como también el autoestima, el sí, o sea, los malos tratos, tener una ausencia paterna, porque mi padre falleció a los 4 años, casi cinco, entonces yo, yo tenía, yo tenía mucha, mucha de esas ideas era prácticamente porque recibí maltrato de parte de mi madre y porque no tenía mi padre que era una idealización dentro de mi vida tenerlo, pero debía aterrizar en la realidad.

II: ¿Consideras que en este momento representas una carga para los demás?

P1: Creería que media carga, media carga, porque actualmente, pues bien, o mal, el haberme ausentado por un tiempo de mi carrera, que fue lo que me permitió también vivir otras experiencias y traer un medio económico para impulsarme hacia adelante, me permite hoy en día, por ejemplo, pagar mi universidad. Sí, también el hecho de trabajar, aunque no trabajo al cien por ciento porque está mi carrera que es una prioridad para mí, pero el hecho de trabajar me permite no ser una carga. Obviamente mi mamá me brinda un techo, mi mamá, no sé, no me transporta, sin embargo, pues todavía respondo por ciertas cosas mías o apporto para la casa.

Objetivo 2: Describir el deseo y voluntad relacionados con la ideación suicida en jóvenes estudiantes de la universidad santo Tomás.

I2: ¿Podrías definir qué significan para ti los deseos? ¿Identificas la presencia de deseos en tu vida actual?

P1: Para mí, los deseos son los anhelos del alma, del corazón. El deseo es lo que me permite a mí movilizarme hacia lo que yo quiero y también en algún momento como que se habla como de la voluntad y la fuerza de voluntad. Entonces yo trato de no quedarme en la fuerza de voluntad porque al final eso es temporal. Es simplemente tener voluntad siempre hacia ti, hacia tus deseos. Entonces, pues sí, sí tengo deseos y por eso siento que todos los días uno se motiva, no estar en cuerpo en una universidad, sino también estar consciente en el proceso de aprendizaje. ¿Qué relación sientes que tienen tus deseos con tu proyecto de vida? Pues básicamente todo, porque si me estoy formando como psicóloga, básicamente es porque quiero y deseo en algún momento saber que pude cambiar alguna vida, aunque fuera. Entonces eso y, por ejemplo, yo tengo el deseo de ser madre, tener un hogar y tener una estabilidad no emocional, sino también económica, y para eso también necesito un medio, ¿no?, un algo que me movilice y pues para eso también necesito un medio, ¿no?, un algo que me movilice hacia eso. Entonces, tener también una carrera que a mí me guste, que aplicarla y al mismo tiempo ser madre y tener un hogar, prácticamente ese sería como el cumplimiento de esos deseos.

I2: ¿Qué acciones concretas implementas actualmente para la consecución de tus deseos?

P1: Pues básicamente el hecho de todos los días querer estar consciente en mi aprendizaje. No solamente de estar, como lo decía, en cuerpo en una universidad, sino ser consciente de ese proceso, ¿no? Por ejemplo, cuando estoy con mis pacientes y cómo las enseñanzas que me puedo aplicar para mi vida, cómo eso me llena de sabiduría que me moviliza hacia esos deseos.

I2: Actualmente nos decías que te sientes motivada, ¿cuáles son los principales factores que te impulsan en tu vida cotidiana?

P1: Me motiva saber que estoy finalizando mi carrera, me motiva saber que hace poco encontré, no sé si, o sea, encontré como un camino que tomar después de finalizar mi carrera, porque también uno tiene que ser muy, muy realista para poder estar como predispuesto ante las situaciones buenas y situaciones malas y para nadie es un secreto que en Colombia el ámbito laboral no es tan grande. Entonces, digamos que uno sabe que finalizando la carrera posiblemente no vaya a encontrar un empleo rápido, pero dentro de las estrategias que he adquirido es que la frustración puede llegar a

mí, pero eso no puede ser más grande que yo encontré o, digamos, como que me preocupé por pensar qué más quería ser después de la carrera, porque siempre he querido ser algo más que una psicóloga general. Entonces como que he estado indagando, viendo las posibilidades o las oportunidades de hacer una maestría o una especialización. Entonces eso me motiva a seguir las oportunidades de hacer una maestría o una especialización. Entonces eso también me motiva a querer seguir como en ese proceso, ¿no? Entonces, claramente no lo podía hacer si si en algún momento uno decide acabar con su vida. Mi familia también es un motivo para estar, para estar bien.

I2: Cuando piensas en tu vida y en tus planes a futuro, ¿experimentas un estado de motivación?

P1: Sí, sí, yo me siento motivada, pero sin embargo, por encima de esa motivación existe como una intriga, existe como la expectativa de cómo va a ser mi futuro y eso sí es algo como que todavía me faltaba mucho trabajar en mí porque siento que siempre quiero tener el control de todo y es como que a veces pienso que quiero tener mi futuro todo ya predeterminado, es decir, como que tenga la seguridad de que sí voy a tener una familia, sí que sí, voy a ejercer mi carrera, esos son mis deseos. Sin embargo, está también el hecho de que a veces me entran como, o sea, la cuestión también de de ¿Y si será que no los cumplo? ¿Si será que pasa algo? Entonces sí, a veces uno le entra es la duda, pero pues claramente la motivación está porque todo el tiempo uno se encamina hacia eso en los pequeños detalles del día a día.

I1: ¿Existe la posibilidad de que vuelvan esos pensamientos?

P1: No, ya no. Y si mucho llegara a pasar, porque a veces me pasa en el sentido de que me siento como sofocada o a veces siento que quisiera ser totalmente independiente, porque yo soy como media carga ahorita todavía para mi casa, para mi hogar, para mi mamá. Entonces, sí quisiera muchas veces es como ser totalmente independiente, vivir sola, responder por mí misma. Si me tengo que comer la "mierda" sola, me la como, pero ser independiente, no ser una carga para nadie. A veces llegan esas ideas como que otra vez quiero desaparecer, pero no como en ese momento, sino que quiero otra vez abrir mi camino y buscar yo sola, porque yo estuve sola un año en Estados Unidos. Entonces era como que no tenía nadie que me controlara, no tenía nadie que me estuviera reprochando si me acostaba tarde, si me acostaba temprano, si salía, si no salía. Nada, no había alguien que estuviera ahí como reprochándome todo.

I2: ¿Ahora visualizas nuevas alternativas?

P1: Sí.

Objetivo 3: Caracterizar la ideación suicida que tienen tres jóvenes estudiantes de la Universidad Santo Tomás.

I1: Bueno, Katerina, entonces, ¿podrías compartirnos tus experiencias y las emociones que surgieron cuando confrontaste ese tipo de ideas?

P1: Bueno, pues yo experimenté este tipo de conductas cuando estaba en mi plena adolescencia. Digamos que, afortunadamente, no fue tan prolongado el tiempo, es decir, como que dejó de suceder en algún momento. Supongo que varios factores tuvieron mucho que ver, pero a grandes rasgos, pues las emociones claramente eran de mucha frustración, poca comprensión de, digamos, de la realidad de lo que había a fondo. Digamos como que muy poca, muy poca regulación de mis emociones, poco manejo o control de ellas. Entonces, digamos como que sí, mucha, mucha, mucha tristeza y me sentía como desorientada por no saber por qué estaban pasando por lo que estaba pasando y por qué en ese momento.

I1: Y en ese momento, cuando esto sucedía, ¿no percibiste otras alternativas?

P1: Bueno, pues no era una decisión, solo era una idea, pero sí, no veía otra o como otras alternativas, o si las veía, pero no les daba tanta relevancia, seguramente porque, pues para mí, digamos como que, digamos, algo que he venido entendiendo un poco también a partir del estudio es que, desde otras perspectivas y otras miradas, muchas veces lo que la persona siente no es el deseo de acabar con su vida, sino de tener un alivio o de tener un descanso, pues básicamente se traduce en un lenguaje coloquial de suicidarse, pero realmente yo no, yo no pretendía matarme, por eso es que apenas era una ideación, como que yo quería simplemente como descansar y pues básicamente eso se traducía pues en eso, pero como tal en el cumplir esa idea y ya llevar a cabo la conducta, veía otras alternativas como no sé, como irme muy lejos y no regresar nunca o desaparecer. Digamos como no sé, uno se imagina irse para un país, no saber nada de nadie mucho tiempo, pero claramente implicaba muchas otras cosas y sentía que no, que iba a dar lo mejor y ser lo mismo o seguir igual todo, entonces como que sí se imaginaba más bien como en algún momento como acabar con la vida.

I1: ¿Cuántos años tenías en ese momento?

P1: Tenía como 15 o 16 por ahí. Eso fue como, digamos, como que cuando decía que no fue un tiempo prolongado es porque en un momento lo sentí que se detuvo y ya no está presente, pero si nos damos cuenta, sí fue un tiempo relativamente prolongado porque fue como desde los 15 o 16 como hasta los 18 por ahí en ese momento.

I2: ¿Actualmente lo concibes de esa misma manera o de forma diferente?

P1: No, yo ya no tengo esas ideas y realmente es que hay muchos factores. Es decir, hoy en día la situación cambia mucho para mí porque siento que encontré un propósito en mi vida, siento que mi camino ahora tiene un poco más de forma. En ese momento no lo tenía y me agobiaban mucho, mucho, muchas situaciones de las que sentía yo, la poca comprensión de mi familia, o sea, como mi mamá, pues mi mamá es mi familia y mi hermano, tenía una relación muy compleja y muy poca comprensión de parte de ella. Entonces, digamos que eso era lo que más influía y hoy en día la situación con ella no es que haya cambiado mucho, pero yo aprendí a desarrollar una resiliencia conmigo misma y a darle un propósito a mi vida y a cambiar un poco los pensamientos que tenía definidos frente a quién soy yo, qué voy a hacer con mi vida, porque pues en ese momento no lo tenía definido. También con el tiempo me di cuenta de que al final es muy normal, digamos como que obviamente no es sano para uno, pero es muy normal que uno en el camino se sienta desorientado, como qué quiero hacer o voy a lograr ser una profesional. Tenía muchas dudas y estar en un ambiente de pronto hostil le genera una frustración. Entonces siento que eso fue lo que cambió con el tiempo y siento que pues a partir, digamos también, del tomar o el estudiar psicología a la final también fue una decisión por mí, no la tomé una decisión basada en salir y ayudar a la gente, sino primero conocerme a mí. Eso es lo que al final siento, siento que encontré el propósito y es que haber entendido a mí por estudiar psicología me permite a mí encontrar un propósito y en algún momento ayudar a alguien que lo necesité.

I2: Teniendo en cuenta lo que nos dices, que actualmente tú ya no tienes esas ideas, ¿cómo evalúas tu nivel de vulnerabilidad actual en relación con esas experiencias pasadas?

P1: No, las ideas ya no están y claramente me siento mucho mejor con mi vida. Sin embargo, no es desconocido y, de hecho, algunos autores lo reafirman, y es que todos en algún momento de la vida quieren morir porque hay muchos conflictos internos no desarrollados. Y el hecho de que obtengas diferentes herramientas, como ser profesional o si en algún momento construyes una familia o si otro tipo de beneficios que en el camino aparecen, eso no significa que no puedas en algún momento sentir que pueden volver a aparecer esas ideas, pero en el momento no siento que me esté pasando y si en algún momento pues hay circunstancias, supongo que pueden volver a aparecer ese tipo de ideas, pero siento que tengo mejores herramientas hoy en día con las que no contaba en ese momento. Entonces, no creo que igual sea algo de lo que uno deba preocuparse.

I2: ¿Podrías detallar las situaciones o eventos específicos que desencadenaron la aparición de esas ideas suicidas?

P1: No, yo creo que no hubo un momento específico ni un evento en específico. Simplemente digo como un colapso de de de de de muchas cosas, de discusiones con mi mamá, de insultos de mi mamá, porque digamos como que yo no puedo minimizar el hecho de la de la manera en la que mi mamá pues me ha criado, ¿no?, no puedo, no puedo como romantizar el hecho de que también ha tenido muchas cosas que no están bien dentro del rol de un padre y es el hecho de que pues muchas veces no sé, los insultos, la agresión física, psicológica, está presente en ella. Uno entiende que también el contexto, empezando por un lado que los padres de de digamos de esa época pues eran como que todos los padres en esa época eran muy muy a lo poco empático, autoritarios, a lo agresivo, autoritarios, y eso viene del contexto como social, eso es otra cosa. Mi mamá no tuvo padres, entonces no le enseñaron a ser buena madre, entonces ella ha podido hacer lo que ha podido hacer con lo que tenía. Sin embargo, ha hecho muchas cosas que uno dice, juepucha, yo no quisiera ser como mi madre ha sido con mi hijo o hija.

I2: En aquellos momentos en los que experimentabas ideas suicidas, ¿qué estrategias empleabas para mitigar o manejar esos pensamientos?

P1: No, yo solamente me encerraba a llorar y me ocultaba a llorar, pero nunca pasé tampoco a nada como como a cortarme o nunca recuerdo en algún momento que llegué a hacer fue a pegarme a mí mismo, yo me pegaba a mí misma, mi cabello o me pegaba contra una pared, pero siento que eso ya fue como el colapso. Recuerdo que fue lo mucho o lo máximo que llegué a hacer.

Organización de textos de narrativas por objetivos P2

Objetivo 1: Identificar las principales creencias que tienen los jóvenes sobre la ideación suicida de la Universidad Santo Tomás.

I2: Me gusta saber un poco, en el momento de que tenías esas ideas suicidas, ¿qué creencias tenías frente a la vida?

P2: Pues en ese momento la verdad no le no le veía mucho sentido ya que por lo que estaba pasando atrapada porque no tenía una seguridad y no sé, simplemente no me importaba, no quería seguir me querían, pero no quería seguir luchando

I2: Normalmente al pensar en la vida, en los planes a futuro, ¿te sientes motivada?

P2: Sí mucho, quiero terminar mi carrera, quiero ejercerla, quiero formar una familia, un hogar donde allá confianza, donde se pueda sentir bien, dar la seguridad. Entonces quiero hacer esto, quiero formar un buen futuro en tu vida.

I2: ¿Qué te motiva y sientes que te impulsa a seguir adelante?

P2: Pues que voy a tener mucha más libertad, que voy a ejercer, voy a conseguir mis propias cosas. Entonces eso me hace sentir mucho más bien porque va a sentir que voy a estar mucho más libre, que yo misma voy a poder tomar mis decisiones.

I2: Entonces la emoción más fuerte era el dolor, ¿qué significado le das tú a tus creencias? O sea, desde tus creencias, ¿qué significado le das a la vida?

P2: Pues desde mis creencias supongo que la paz, tener una buena comunicación conmigo misma, con mi Dios, hallar un camino para sentirme cerca de él y sentirme bien conmigo misma y llegar un objetivo a estar digamos entrar a las puertas del cielo y hacer buenas obras.

I2: Dime tú, ¿crees que hay una relación de sus deseos, su voluntad y las creencias frente a sí?

P2: Sí, creo que tienen mucho que ver, creo que están unidas ya que en cuanto a los deseos y la relación a los pensamientos suicidas ya que si una persona tiene deseos no va a hacer un no va a tener problemas ya que esa persona quiere seguir adelante, quiere cumplir sus deseos y pues si tiene voluntad ella va a seguir adelante, la motivación le ayuda a lograr llegar a esos deseos y pues en cuanto a mí a mis creencias pues sí también tienen que ver porque pues en mi creencia el suicidio es como un acto de o sea está mal ya que se condena, se supone que cuando esto lo hacen dicen que van al infierno. Entonces algo más que creo que sí tienen mucho que ver.

I2: En este momento, ¿tú crees que eres una carga para los demás?

P2: De cierta forma sí lo pienso, ya que pues no me encuentro elaborando y mi padre es el que tiene que encargarse pues de pagar mis estudios, de mis cosas, del transporte, qué taxis para aquí para allá, entonces de cierta forma sí lo creo.

I2: ¿Cómo crees que estas creencias de que eres una carga para los demás puede incluir o si en ese momento influyeron, porque pues me dices que actualmente no están estas ideas, en ese momento de alguna manera estas creencias influyeron en esas ideas suicidas?

P2: Pues no porque era más pequeña y pues tampoco podría digamos ayudar de forma económica ya pues que a una edad de esas no se pueden contratar niños, entonces no, en ese momento no los creía.

Objetivo 2: Describir el deseo y voluntad relacionados con la ideación suicida en jóvenes estudiantes de la universidad santo Tomás.

I2: Para ti, ¿qué consideras que son los deseos? ¿Tienes deseos?

P2: Sí.

I2: ¿Qué relación tienen estos deseos con tu proyecto de vida?

P2: Mucho, siempre he deseado formar un hogar, tener una familia, tener una buena convivencia entre ellos. Entonces creo que tiene mucho que seguir.

I2: ¿Qué tipo de deseos tienes?

P2: Deseo seguir adelante, conseguir nuevas cosas, ser independiente y dar una seguridad en mi hogar que yo no tuve.

I2: Normalmente en tu día a día, ¿tú qué haces para cumplir esos deseos?

P2: Me esfuerzo en mis trabajos universitarios, doy lo mejor de sí, trato de aprenderlos para poder mejorar en ellos, para poder en un futuro poder especializarme y tener más ideas o sitios en los que pueda trabajar.

I2: Me gustaría saber en este momento qué tan motivada te sientes frente a las diferentes cosas de la vida.

P2: Pues muy bien, tengo estoy en una carrera Universitaria, siento mucho a futuro con ella que voy a poder hacer las cosas, siento que es una buena preparación y que voy a lograr más, así que me siento muy bien.

I2: ¿Qué te motiva y sientes que te impulsa a seguir adelante?

P2: Pues que voy a tener mucha más libertad, que voy a ejercer, voy a conseguir mis propias cosas. Entonces eso me hace sentir mucho más bien porque va a sentir que voy a estar mucho más libre, que yo misma voy a poder tomar mis decisiones.

I2: Si pudieras hacer unos cambios en tu vida para sentirte más satisfecha y realizar, ¿qué cambios te gustaría hacer en tu vida?

P2: Me gustaría comenzar a elaborar y comenzar a tener mis propias cosas, a ayudarle a mi padre con los gastos y poder tener mis propias cosas.

I2: ¿Actualmente qué tan vulnerable te sientes?

P2: Pues ya no es de la misma forma, he aprendido a la medida del tiempo a quererme a mí misma, ser tal como soy, pensar en lo que me hace sentir bien a mí y no en los demás, y pues en mi casa las cosas han mejorado, ya no soy una niña, puedo hablarlo, puedo decir lo que pasa y ponerle un

alto y pues si llega al caso en que nos sigue funcionando pues ya me creo con la suficiente actitud emocional y que sé que puedo afrontar más cosas, así que podría no sé, buscar mi propio camino, estar fuera de casa para poder hallar esa paz que necesito yo misma.

I2: ¿Actualmente tienes esos mismos pensamientos?

P2: No, creo que por el camino de las circunstancias he cambiado y podría hallar más soluciones, así que no.

I2: ¿Qué estrategias has utilizado para manejar estos pensamientos?

P2: Pues de cierto modo creo que he madurado un poco, ya no me afecta tanto lo que dicen las personas porque sé quererme a mí misma y sé manejarlas, sé que ellos hablan como por lastimar o simplemente no se dan de cuenta lo que dice y pues con relacionado a mi madre he aprendido a alejarme y a no tener ese contacto que nos pueda lastimar ni ella a mí ni yo a ella.

Objetivo 3: Caracterizar la ideación suicida que tienen tres jóvenes estudiantes de la Universidad Santo Tomás.

I2: Bueno, primeramente, me gustaría saber sobre tu experiencia, ¿cómo fue esa experiencia de ideación suicida?

P2: Pues fue un poquito fea ya que estaba atravesando por ciertos problemas que en ese momento como que no les hallaba una solución, entonces pues estuvo un poquito complicado.

I2: ¿Más o menos qué edad tenías?

P2: Como 13 años.

I2: Vale, en ese momento ¿qué tipo de emociones surgieron frente a esas ideas?

P2: Pues me sentía atrapada, tenía rabia, molestias, me sentía como sin motivación, como que quería parar, no seguir más, no soportar lo que pasaba.

I2: Entiendo. ¿Me podrías explicar un poquito sobre esas situaciones por las que estabas pasando?

P2: Por un problema en el colegio, pues sufriría de bullying, me decían cosas feas por mi cuerpo, mi peso y pues tenían ciertas inseguridades y también estaba afrontando un problema igual con mi madre, tuve ciertos problemas con ella en digamos que ninguna de las dos nos encontramos bien, tal vez porque estamos pasando por muchas presiones y hubo ciertos maltratos, comportamientos que pues no deberían ser. Estaba pasando por un mal momento tanto en mi colegio y en mi hogar.

I2: Vale, entiendo. En ese momento que dices que se presentaron estas ideas suicidas, ¿no veías más alternativas?

P2: En ese momento no, me sentía demasiado juzgada, me sentía atrapada, no tener el apoyo digamos de mi madre que era una de las causas por las que estaba mal, entonces me hacían sentir demasiada presión y no quería seguir. Entonces en ese momento no no tenía no pensaba en más alternativas.

I2: ¿Más o menos cuánto tiempo duraron esos pensamientos suicidas?

P2: Pues creo que básicamente un año escolar, que fue donde tuve más presión además de lo que pasaba en mi hogar, entonces creo que por casi un año.

I2: Me gustaría que especificaras aquí un poco, aunque ya me decías qué situaciones, eventos desencadenaron estos pensamientos. Me gustaría que profundizáramos.

P2: Pues en el colegio sufría bullying de mis compañeros por mi peso, me trataban mal y me decían que era una gorda fea entre otras cosas, y pues en mi hogar mi madre fue maltratos, golpes, malas palabras, entonces fueron cosas que me pusieron mal.

I2: ¿Qué estrategias has utilizado para manejar estos pensamientos?

P2: Pues de cierto modo creo que he madurado un poco, ya no me afecta tanto lo que dicen las personas porque sé quererme a mí misma y sé manejarlas, sé que ellos hablan como por lastimar o simplemente no se dan de cuenta lo que dice y pues con relacionado a mi madre he aprendido a alejarme y a no tener ese contacto que nos pueda lastimar ni ella a mí ni yo a ella.

I2: ¿Qué tipo de apoyo social tenías en ese momento?

P2: La verdad muy poco, no tenía así muchos amigos y tampoco como que confiaba para decirles esas cosas porque sentía que podrían también juzgarme y pues en el caso de mi hogar estaba pasando por un mal momento con mi madre y mi papá también estaba pasando por ciertas circunstancias, no estaba muy atento a las cosas que pasaban en la casa, entonces como que tampoco sentía que tenía alguien ahí.

I2: ¿Actualmente sientes que hay más un apoyo social?

P2: Sí, yo misma aprendí a ver las cosas diferente, puedo confiar en otras personas, decirles, comentarles lo que pasé, me aconsejan y me ayudan a cierta forma a sentirme mejor conmigo y olvidar eso y entonces sí creo que tengo mayor apoyo.

I2: ¿A qué personas acuden o acudiste cuando tuviste esas ideas suicidas?

P2: Pues en ese momento no hubieron muchas personas a quien acudir, no me sentía en confianza así que no no podía nadie.

I2: Ya me dices que, a nadie en ese momento, ¿o sea que a nadie le comentaste como que tenías esas ideas suicidas?

P2: Sí.

I2: Pero me gustaría saber si alguna persona se dio cuenta que tú tuviste ideas suicidas sin tener que decírselo, simplemente porque de alguna manera se dieron cuenta.

P2: En ese momento un profesor se dio cuenta que pues había cambios y que no me sentía bien entonces él se sentó conmigo.

I2: ¿Cómo te sentiste cuando él habló contigo?

P2: Pues de cierto modo me hizo sentir bien ya que él trataba de ayudarme y trató de buscar una solución de lo que pasaba en el colegio, aunque aún que pueda interferir más con las cuestiones del hogar.

I2: Vale, pero de alguna manera pues entró a uno de los factores.

P2: Sí.

I2: ¿Tú sientes que de alguna manera tú pediste ayuda, digamos me refiero porque a veces no es necesario simplemente el hecho de acercarte y decirle a alguien oye tengo ideación suicida siento que no puedo más con mi vida, sino que en ocasiones a veces con nuestras acciones nuestro cambio de comportamiento como nos decía que tu profesor vio ciertos comportamientos, tú crees que de pronto de manera inconsciente pediste ayuda ayuda?

P2: Sí.

I2: ¿Cómo crees que lo pediste?

P2: Por ellos mismo creo que antes era muy animada y pues me gusta mucho hablar con los profesores o con los niños pequeños siempre me han gustado y creo que en ese tiempo me alejé mucho de esas cosas, dejé de socializar tanto con las personas y ya no me gustaba estar tanto con los niños. Así que creo que un cambio algo grande y por eso el profesor trató de hablar conmigo y ayudarme.

I2: Vale, en el momento de que el profesor habló contigo, que se dio cuenta, ¿te sentiste escuchada?

P2: Sí mucho, él me dejó sacar como que esa presión que sentía me dejó expresarme como quería y hablarlo. Entonces sí.

I2: ¿Cuánto tiempo pasó más o menos en el transcurso de esos pensamientos a que el profesor se diera cuenta?

P2: No lo sé, quizás unos tres meses.

I2: ¿Y sentiste que hubo un cambio después de hablar con él?

P2: Sí, no solo en lo personal también en el salón ya que él tuvimos una charla sobre eso sobre el bullying y pues creo que eso mejoró mucho y me hizo sentir mejor tanto de mí porque puedo expresarme y hablar las cosas y pues por la ayuda que dio en las aulas.

I2: Me gustaría saber en estos momentos que tenías ideación suicida, si pudieras categorizar en una escala de 1 a 10, 10 el más intenso y uno el menos intenso, ¿cómo describirías la fuerza de esto, de estas ideas suicidas y qué emociones se reflejaban con más intensidad en ese momento?

P2: Creo que le daría un seis, un seis pues la verdad el dolor, sentía mucho dolor, sentía que todo me afectaba, que no quería seguir.

Es una valoración subjetiva de una percepción de intensidad del malestar emocional que le genero la ideación suicida.

I2: Entonces la emoción más fuerte era el dolor, ¿qué significado le das tú a tus creencias? O sea, desde tus creencias, ¿qué significado le das a la vida?

P2: Pues desde mis creencias supongo que la paz, tener una buena comunicación conmigo misma, con mi Dios, hallar un camino para sentirme cerca de él y sentirme bien conmigo misma y llegar un objetivo a estar digamos entrar a las puertas del cielo y hacer buenas obras.

Organización de textos de narrativas por objetivos P3

Objetivo 1: Identificar las principales creencias que tienen los jóvenes sobre la ideación suicida de la Universidad Santo Tomás.

I1 ¿O sea que esos pensamientos se manifestaron en el 2018?

P3: En el 2018.

I1 ¿Y volvieron? ¿los pensamientos volvieron?

P3: Ya en el 2022 cuando ya él empezó a mostrar realmente como era... entonces a cada rato llegaba borracho, a cada rato nos decía todo eso de que nos íbamos a morir de hambre si nos íbamos del lado de él... en noviembre del 2022 yo exploté... yo le llegué a decir a mi compañera que me sentía cansada y ella me dijo ¿usted que tiene? y yo le dije la verdad yo no sé qué tengo, no sé por qué de la nada estoy como pensando en esto, pero yo como que la verdad no quiero como seguir viviendo, porque otra vez tenía como ese pensamiento de que yo era una carga para mi

mamá... yo le dije a mi mamá en ese momento que yo la verdad, yo le dije así, usted vayase a donde quiera, pero yo ya no quiero vivir, yo ya no quiero tener esta vida, yo ya me quiero morir...

I1 Bueno, claro, entonces, antes habíamos hablado de que consideraba que usted era una carga para los demás en algún momento, ¿cierto? ¿Y actualmente también lo piensa?

P3: Cómo, a veces, con mi mamá, a veces. Pero ya no tanto como antes. Es que lo que pasa es que, digamos que antes tenía personas que me recalcaban que yo era una carga para mi mamá. Mi hermana, mi primer padrastro, mi segundo padrastro. Entonces tenía personas que me recalcaban en todo momento, que mi mamá soportaba todas las cosas porque yo estaba, porque pensaba en mí. Entonces yo era una carga para mi mamá. Me lo decían y me lo decían, entonces me lo reforzaban cada vez más y pues yo llegué a un punto de creérmelo. Ahorita, a veces, suelo pensar que soy una carga para mi mamá, pero pues ya no, como que ese pensamiento ya no está tanto.

I1 Ok, ¿Y cómo cree que influye esa creencia, de que cree que es una carga para los demás en los pensamientos suicidas que tuvo en algún momento? ¿Influyeron?

P3: Sí, sí influyeron. Porque al sentirme una carga para mi mamá, como que sentía que yo no valía nada. Yo no valía nada. O sea, digamos que era como sentirme que nadie, nadie me quiere. Entonces, cómo, ¿para qué? O sea, si yo estoy, como que bien, y si no estoy, también, entonces era como ese pensamiento de que no valgo para nada.

Objetivo 2: Describir el deseo y voluntad relacionados con la ideación suicida en jóvenes estudiantes de la universidad santo Tomás.

I1 ¿Usted tiene deseos?

P3: ¿Deseos? Pues, el deseo, así como más actual que tengo vendría siendo solo acabar la carrera. Esa es otra cosa, que pues el tema de capacidades. O sea, como que yo no me considero capaz de las cosas. Yo puedo hacer algo que me dicen que estuvo bien... pero como que me minimizo con otras personas. Entonces, no me considero tan suficiente como las demás personas. Cuando me pasa algo bueno, como que me digo, pasó porque sí, no porque yo me lo merecía. Entonces, el tema de deseos, como que el único deseo que tengo es como acabar con la carrera, pero yo me pongo a mirar de manera sincera y no sé qué hacer.

I1 Ok. Y bueno, por ejemplo, ¿qué relación tienen sus deseos con su proyecto de vida? O sea, ¿qué la moviliza, ¿qué la hace motivar o algo así?

P3: Aquí, sinceramente, no sé. No sé, la verdad. Como te digo, como que mi único deseo, y supongo que eso es lo que me moviliza es querer graduarme. Porque, no sé, o sea, desde que entré

a la universidad, como que me gusta estar en la universidad. Me gusta. O sea, conocí personas que son muy buenas, me tratan muy bien. Entonces, como eso. Pero ya después, como que no tengo más cosas para decir, yo quiero hacer esto. No sé, como que pienso a veces y es como, ¿pero será que yo sí soy capaz de hacer tales cosas?

I1 ¿Qué hace usted para cumplir su deseo? Si su deseo es terminar la carrera, ¿qué hace usted para lograrlo?

P3: Ser cumplida con los trabajos, ser responsable, no faltar a la universidad... Voy y trabajo, ¿sabes? Yo soy como universidad, de la casa a la universidad. Y los fines de semana, de la casa al trabajo y del trabajo a la casa. Entonces, como que no me gusta desviarme. Y digamos que es como que cuando veo personas tan relajadas en la vida, como que directamente me estresa...

I1 Y ahora, ¿qué tan vinculada se siente frente a las cosas de la vida? ¿Se siente desmotivada?

P3: Pues, en términos de aspectos de la vida, digamos que me da, tipo, duro el tema de... Bueno, no duro, sino como que tengo una visión muy negativa del tema, de los temas familiares... Entonces, pues nunca he tenido una relación así. Entonces, como cuando otra persona me empieza a hablar acerca de su familia y demás, me cuesta cómo llegar a empatizar un poquito. Porque son cosas, pues lo cual es como que no entiendo a comprender. Y como que tengo una posición como muy negativa ante todos los temas familiares.

Objetivo 3: Caracterizar la ideación suicida que tienen tres jóvenes estudiantes de la Universidad Santo Tomás.

I1 ¿Okey, Laura, cuénteme qué experiencias ha tenido?

P3: En cuanto a la ideación suicida, pues más que todo una vez falleció mi papá en el 2017... Pues yo durante, digamos ese 2018... la verdad yo sí llegué como a pensar que yo era como un estorbo, una carga para mi mamá... llegaba el punto, digamos que en el colegio... me molestaban mucho básicamente... Pues yo sí tuve, llegué a tener como esas ideas de querer matarme o algo por así decirlo... o sea como que yo no planeaba las cosas ni nada, sino que era como un pensamiento que me llegaba de que yo ya no quiero, yo no quiero estar aquí porque pues yo no sé, me sentía como muy sola y ya, me sentía muy sola... Ya en el 2022 cuando ya él empezó a mostrar realmente como era... entonces a cada rato llegaba borracho, a cada rato nos decía todo eso de que nos íbamos a morir de hambre si nos íbamos del lado de él... yo le llegué a decir a mi compañera que me sentía cansada... yo le dije la verdad yo no sé que tengo, no sé por qué de la nada estoy como pensando en esto, pero yo como que la verdad no quiero como seguir viviendo, porque otra vez tenía como

ese pensamiento de que yo era una carga para mi mamá... yo le dije a mi mamá en ese momento que yo la verdad, yo le dije así, usted vayase a donde quiera, pero yo ya no quiero vivir, yo ya no quiero tener esta vida, yo ya me quiero morir... yo cogí el bisturí en frente de ella, yo solo me empecé a cortar...

I1 ¿Qué tipo de emociones surgieron cuando se enfrentó a ese tipo de ideas, ¿qué sentía, qué emociones?

P3: Era como, me sentía como frustrada, y pues no poder cómo afrontar las cosas, porque mi mamá, por parte de mi mamá y de mi hermana, me decían como, “usted ya está grande”... “usted ya está grande, madura”, era así, y yo era como, eh, yo como que me sentía frustrada, pero es que “yo no soy capaz de afrontar las cosas”, pero no, “yo sí soy”, era como una pelea conmigo misma... me sentía cansada, o sea, cuando yo tenía esos pensamientos, era como que, quería dormir todo el día, me sentía cansada.

I1 ¿Y no había en algún momento, digamos, otra opción, no pensó en otra opción más que, que en esa idea que tenía, como, o sea, buscar otra alternativa?

P3: ¿Como para poder despejar las emociones que sentía?, pues, la verdad, pues, no, no sé, mmm, pues, además de morirme, pues, yo, fue como tipo, pues, intentar buscar otras cosas, como para despejar la mente, y eso fue como un grupo coreano del que soy fan... como que invertir todo, intentar invertir todos los pensamientos que yo sentía, viendo videos de ellos y distrayendome con ellos...

I1 ¿Actualmente lo entiende de manera diferente? ¿Ahora lo puede comprender de una manera diferente?

P3: Sí, ahorita ya, pues la verdad estoy relajada. Ya no tengo padrastros, vivo sola con mamá, yo trabajo, estoy en la universidad y la verdad como que me siento mejor. Y pues si pienso en lo que pasaba antes, pues obviamente comprendo cómo se sentía una niña que desde los 11... tuvo que pasar por eso. Y pues obviamente yo me entendía, pues estar cansada...

I1 ¿Y actualmente tiene el mismo tipo de pensamientos?

P3: ¿De suicidio? No, ya no he tenido esos pensamientos.

Anexo 3. Matriz por categorías de las narrativas de los participantes

Matriz por Categorías		
Narrativa	Categoría	Interpretación
P1 “Bueno, pues no era una decisión solo era una idea, he venido entendiendo un poco también a partir del estudio que desde otras perspectivas y otras miradas muchas veces lo que la persona siente no es el deseo de acabar con su vida si no de tener un alivio o de tener un descanso”. P1 “Realmente yo no pretendía matarme por eso es por lo que apenas era una ideación, como que yo quería simplemente como descansar y pues básicamente eso se traducía pues en eso, pero como tal en el cumplir esa idea y ya llevar a cabo la conducta veía otras alternativas como no sé cómo irme muy lejos y no regresar nunca o desaparecer, digamos como no sé, uno se imagina irse para un país no saber nada de nadie en mucho tiempo”. P1 “Tenía como 15 o 16 por ahí, eso fue como digamos como que cuando decía que no fue un tiempo prolongado es porque en un momento los sentí que se detuvo y ya no está presente, pero si nos damos cuenta sí fue un tiempo relativamente prolongado porque fue como desde los 15 o 16 como hasta los 18 por ahí en ese momento”. P1 “Me ha agobiado mucho mucho muchas situaciones de las que sentía yo, la poca comprensión de mi familia o sea como mi mamá, pues mi mamá es mi familia y mi hermano, tenía una relación muy compleja y muy poca comprensión de parte de ella, entonces digamos que eso era lo que más influía y hoy en día la situación con ella no es que haya cambiado mucho, pero yo aprendí a desarrollar una resiliencia conmigo misma”. P1 “Las ideas ya no están y claramente me siento mucho mejor con mi vida, sin embargo, no es desconocido y de hecho algunos autores lo reafirman y es que todos en algún momento de la vida quieren morirse porque hay muchos conflictos internos no desarrollados”. P1 “Si, yo realmente si bien es cierto que yo dejé esos pensamientos o ideas suicidas en algún momento determinado, como cuando empecé a estudiar y a relacionarme con otra gente y traté de cierta manera no de ocultar, pero sí siento que de alguna manera como que no le di la relevancia que le estaba dando en ese momento a otros problemas, eso me ayudó pues a sentirme mucho mejor”. P1 “Muy mal, era totalmente una carga muy mal, porque si era una carga, la frustración era tan grande que ella terminaba desembocando toda esa frustración en mi con malas palabras, golpes, no lo estoy justificando porque esto no tiene justificación, pero es como que entendí que su enojo no era	Ideación suicida	P1 Los pensamientos suicidas desde un inicio funcionaron como mecanismos de defensa o estrategias evasivas para hacer frente a la frustración o angustia que sentía en el momento causada por la relación con su madre. La idea de “tener un descanso” o querer “desaparecer” representaba una forma de escapar de una carga emocional o existencial que parecía ser insoportable. La adolescencia media, es una etapa de grandes desafíos, y la persona experimentó un desequilibrio emocional significativo. Las experiencias con su madre contribuyeron a una visión distorsionada de sí misma y de su futuro. A pesar de los pensamientos suicidas circunstanciales, también había latente un deseo de independencia y autonomía, lo que evoca una búsqueda de propósito o sentido de vida. El viaje a Estados Unidos representó un intento de encontrar una nueva identidad y escapar de las limitaciones impuestas por su entorno familiar. No obstante, las cicatrices emocionales han logrado construir una vida más significativa y esto demuestra la capacidad de resiliencia que tiene la persona para afrontar y superar ese momento difícil.

porque no me quisiera o porque no era sí o porque quisiera ser mala madre, no, sino por qué pues tenía mucha frustración de cierta manera”. P1 “Lo familiar siempre fue lo primero, que a la final se conecta con muchos factores, como también la autoestima en sí, o sea, los malos tratos, tener una ausencia paterna, porque mi padre falleció a mis cuatro años casi cinco, entonces yo tenía muchas de esas ideas era prácticamente porque recibí maltrato de parte de mi madre y porque no tenía mi padre que era una idealización dentro de mi vida tenerlo, pero debía aterrizar en la realidad”. P1 “Yo creo que no hubo un momento específico ni un evento en específico, simplemente digo como un colapso de muchas cosas, de discusiones con mi mamá, de insultos de mi mamá, porque digamos como que yo no puedo minimizar el hecho de la manera en la que mi mamá, pues me ha criado, no, no puedo, no puedo como romantizar el hecho de que también ha tenido muchas cosas que no están bien dentro del rol de un padre y es el hecho de que pues muchas veces no sé los insultos la agresión física, psicológica, está presente en ella”. P1 “No, yo solamente me encerraba a llorar y me ocultaba a llorar, pero nunca pasé tampoco a nada como como cutting, cortarme, recuerdo en algún momento que llegué a hacer fue a pegarme a mí misma, mi cabello o me pegaba contra una pared, pero siento que eso ya fue como el colapso, recuerdo que fue lo mucho o lo máximo que llegue a hacer”. P1 “Si me preguntan qué fue lo que pensé en algún momento de crisis, fue que justo yo por no sé si coincidencia o qué, yo había visto recientemente una película de una mujer que se sentía no sé si en la misma situación, pero tenía muchos como muchos motivos para morir y ella estaba como cansada de la vida y encontró una forma para vivir su último día feliz y como aprovechando su último día era digamos como que en la película mostraban como la mujer digamos como que llenaba todo un tarro de píldoras y una de esas píldoras tenía cianuro entonces ella revolvía toda las píldoras y cada día se tomaba una y vivía ese día como si fuera el ultimo, entonces yo miré eso y eso fue como súper impactante para mí como que me dio a mí una idea muy ya muy concreta de ideación, entonces solo como que lo pensé y si hago esto si encuentro que esta es la manera más pasiva de uno cometer el acto suicida porque pues a la final no implicaba dolor eso fue lo más concreto”. P1 “No solo fue la idea siento que lo que me detuvo fue el miedo sí porque al final yo no quería morir solo quería desaparecer”. P1 “Si y soy muy exigente conmigo misma y a veces tengo muy poca tolerancia a la frustración, entonces creo que eso se relaciona con las secuelas que quedaron de ese tiempo, no		
---	--	--

solamente ese tiempo, sino como con mi historia de vida, que como mi mamá fue también tan rígida conmigo tan cuadriculada y tan psico rígida” P1 “Las ideas suicidas que tenía en ese momento se fueron esto porque si hubo pues un cambio radical, mi mamá, digamos como que me permitió ser un poco más, me permitió mucha más libertad y esas ideas se fueron, pero es así ya se fueron prácticamente porque llegó alguien que me las ocultó en ese momento, es como cuando pones un mantel sobre la mesa, pero todo estaba ahí” P1 “Se fueron esas ideas y esos sentimientos, pero al mismo tiempo yo permití muchas cosas que no debían pasar en una relación, entonces si hoy en día me lo preguntan es como que hay muchas cosas que he sanado y hay muchas cosas que he superado y ya no tengo ideas de ese tipo” P1 “No, ya no y si lo mucho que llegara a pasar porque a veces me pasa, en el sentido de que me siento como sofocada o a veces siento que quisiera ser independiente totalmente, por yo soy como media carga ahorita todavía, para mi casa, para mi hogar para mi mama, entonces si quisiera muchas veces es como ser totalmente independiente, vivir sola, responder por mí misma, si me tengo que comer la miércoles sola me la como”. P1 “A veces llegan esas ideas como que otra vez quiero desaparecer, pero no como en ese momento, si no quiero otra vez abrir mi camino y buscar yo sola, porque yo estuve sola un año en Estados Unidos, entonces era como que no tenía nadie que me controlara, no tenía nadie que me estuviera reprochando si me acostaba tarde, si me acostaba temprano, si salía, si no salía, nada, no había alguien que estuviera ahí como reprochándome todo”. P1 “Si ese viaje lo hice por eso, en momento como de crisis, que yo estaba pasando, pero también por mi mamá y por mi pareja en ese momento de esa relación larga y por esos conflictos internos que tenía conmigo misma, nunca se fueron y si soy sincera nunca se han ido, han disminuido, pero nunca se han ido, pero pues digamos como que hoy en día pienso que no, que un acto no sería la solución, entonces si mi viaje fue como una medida de escape”. P1 “Creo que un seis y lo que más experimentaba en ese momento era tristeza, melancolía, frustración y enojo. agresividad conmigo misma, hostilidad”. P2 “Pues fue un poquito fea ya que estaba atravesando por ciertos problemas, que en ese momento como que no les hallaba una solución entonces pues estuvo un poquito complicado, pues me sentía atrapada tenía rabia molestias me sentía como sin motivación como que quería parar no seguir más no soportar lo que pasaba”	P2 Las narraciones proporcionadas por la joven ofrecen una ventana a una experiencia de profunda angustia emocional y psicológica, los comentarios hirientes y la exclusión social debido a su apariencia física han generado un profundo impacto emocional, erosionando su autoestima y sentido de pertenencia, el bullying en la adolescencia temprana, especialmente a los 12 años, es un problema grave que puede tener consecuencias devastadoras para las víctimas, la combinación de factores psicológicos, sociales y biológicos propios de esta etapa del desarrollo hace que los adolescentes sean especialmente vulnerables al impacto del acoso escolar. Por otra parte los problemas con su madre, incluyendo maltratos verbales y físicos, creo en su momento un ambiente familiar tóxico y poco seguro, además dejó de socializar con sus compañeros y
---	---

P2 “Sufría de bullying me decían cosas feas por mi cuerpo, mi peso y pues tenía ciertas inseguridades y también estaba afrontando un problema igual con mi madre tuve ciertos problemas con ella, en digamos que ninguna de las dos nos encontramos bien, tal vez porque estamos pasando por muchas presiones y hubo ciertos maltratos, comportamientos que, pues no deberían ser, estaba pasando por un mal momento tanto en mi colegio y en mi hogar” P2 “Pues en el colegio sufría de bullying, mis compañeros por mi peso me trataban mal y me decían que era una gorda, fea, entre otras cosas y pues en mi hogar mi madre fue maltratos golpes malas palabras entonces fueron cosas que me pusieron harto mal” P2 “Creo que le daría un seis pues la verdad el dolor sentía mucho dolor sentía que todo me afectaba que no quería seguir” P2 “Por ellos mismo creo que antes era muy animada y pues me gusta mucho hablar con los profesores o con los niños pequeños, siempre me han gustado y creo que en ese tiempo me alejé mucho de esas cosas, dejé de socializar tanto con las personas y ya no me gustaba estar tanto con los niños, así que creo que hubo un cambio algo grande y por eso el profesor trato de hablar conmigo y ayudarme” P2 “En el término familiar si llegarán a suceder algunos casos creo que por la presión algo por el estilo, sí podría llegar a tenerlos, pero creo que también puedo hallar una forma de afrontarlos y pues no cometerlo, tal vez en el momento si los piense, pero luego ya digo soy más grande tengo una solución puedo hallar la forma” P3 “En 2018, pues la verdad yo sí llegué como a pensar que yo era como un estorbo, una carga para mi mamá, porque pues era como tipo que ella me decía, me llegaba a decir cosas como es que como se murió su papá, usted ya no me hace caso. Y pues llegaba el punto, digamos mi hermana tiene dos hijos y pues mi mamá era como poniéndole más cuidados a los hijos de mi hermana que a mí”. P3 “Pues yo sí tuve, llegué a tener como esas ideas de querer matarme o algo por así decirlo, o sea como que yo no planeaba las cosas ni nada, sino que era como un pensamiento que me llegaba de que yo ya no quiero, yo no quiero estar aquí porque pues yo no sé, me sentía como muy sola y ya, me sentía muy sola”. P3 “Cada fin de semana era como que tome y díganos todo eso, tome y díganos todo eso, tome y llegue a la casa a poner música a todo volumen, entonces pues yo eventualmente como que ya me iba cansando y en noviembre del 2022 yo exploté, exploté en el tema de que pues yo hace mucho ya quería como decirle las cosas, como que ya estaba cansada”.	perdido interés en actividades que antes disfrutaba, lo que exacerbó su sentimiento de soledad y desesperanza, estos pensamientos surgen como una forma de escape del dolor emocional y de una situación percibida como intolerable en su momento, al alejarse de los demás, busca refugio en la soledad, evitando así la posibilidad de ser juzgada o lastimada nuevamente. P3 La persona expresa sentirse como una "carga" para su madre, una percepción que surge de experiencias donde su valor y necesidades parecen ser minimizados frente a otros. Según Carl Rogers, las experiencias de aceptación y validación son fundamentales para el desarrollo saludable. La falta de estas experiencias puede llevar a una visión distorsionada de uno mismo como indeseado o insuficiente. La reiteración del sentimiento de soledad señala una desconexión emocional, no solo con su madre, sino con el entorno en general. Cuando P3 refiere que “explotó” podría interpretarse como una búsqueda desesperada por expresar necesidades y límites ignorados. La repetición del tema de "estar cansada" y de no encontrar sentido en la vida refleja una crisis existencial. La persona parece estar en una búsqueda constante de un propósito que no logra encontrar, lo que intensifica su malestar.
---	---

P3 “Yo me veía como cansada, yo tenía ojeras y yo como que no sé cómo que uno se siente como sin ánimos de nada, yo le llegué a decir a mi compañera que me sentía cansada y ella me dijo ¿usted que tiene? y yo le dije la verdad yo no sé que tengo, no sé por qué de la nada estoy como pensando en esto, pero yo como que la verdad no quiero como seguir viviendo, porque otra vez tenía como ese pensamiento de que yo era una carga para mi mamá, que ella tipo aguantaba todo eso por mí, que yo estaba cansada”. P3 “Yo exploté, y yo directamente decía que yo quería matar a mi padrastro, y qué de pasó, yo me quería matar porque yo estaba cansada, entonces mi mamá me empujó, me sacó de la casa”. P3 “Entonces yo simplemente me agarraba la cabeza, y yo decía yo ya no quiero estar acá, yo no sé qué estoy pagando, no entiendo, no entiendo, o sea era como, no sé qué estoy pagando, como cuando una persona dice, es que porque yo tengo que sufrir todo esto, yo le dije a mi mamá en ese momento que yo la verdad, yo le dije así, usted váyase a donde quiera, pero yo ya no quiero vivir, yo ya no quiero tener esta vida, yo ya me quiero morir, no sé cómo, pero yo ya me quiero morir, yo ya no quiero estar aquí, yo ya no quiero nada más de esto, yo no sé por qué estoy pagando todo esto, yo solo tengo 16 años, no entiendo por qué, mi vida es así, no entiendo por qué no puedo tener una vida normal”. P3 “Que yo ya estaba muy grande, que yo ya tenía que madurar, y otra vez yo le dije, yo soy cansada, yo me siento muy cansada, yo no sé qué tengo, pero yo no quiero más esta vida, yo no quiero, entonces me dijo que pues era como que yo estaba dramatizando las cosas, que ella no entendía por qué yo decía todo eso sobre mí, entonces, no me acuerdo la verdad que me dijo después, pero yo como que yo definitivamente, yo exploté, me fui para el cuarto, cogí el bisturí en frente de ella, yo solo me empecé a cortar...” P3 “Yo me empecé a cortar, o sea yo solo, me corté para todo lado, me corte este brazo acá, me lo corté para todo lado, pero pues, ella me quitó el bisturí y lo botó, y pues ahí yo solo le dije que definitivamente yo no quería más esta vida, que, que yo estaba cansada, entonces ahí como que ella empezó a ver que yo realmente sí, ya estaba cansada, que yo, pues, como que era un vaso que ya, se había llenado”. P3 “Yo lloraba todos los días. O sea, me encerraba en mi cuarto y era como pensando una y otra vez. ¿Por qué me pasaba esto? ¿Por qué tal cosa? ¿Por qué tenía que vivir esto? Y así”. P3 “Cuando era más pequeña y yo pues me recuerdo de que a veces iba cruzando una calle. Yo decía, ¿qué tal si? ¿Qué tal? Sí, de pronto yo, no sé, ¿Qué pasaría? O yo iba como caminando normal y yo como me llegaban pensamientos así”. P3 “Pero sí, como que llegaba a pensar, ¿cómo podría ser? Normalmente mi único pensamiento que se me venía en la		
--	--	--

mente era como cortarme. Era como el único pensamiento que yo tenía como tal”.		
P1 “Para mí los deseos son los anhelos del alma, del corazón, el deseo es lo que me permite a mí movilizarme hacia lo que yo quiero”. P1 “Entonces pues sí, sí tengo deseos y por eso siento que todos los días uno se motiva a no estar solo en cuerpo en una universidad sino también estar consciente en el proceso de aprendizaje”. P1 “Sí me estoy formando como psicóloga básicamente es porque quiero y deseo en algún momento saber que pude cambiar alguna vida, aunque fuera, entonces eso y por ejemplo yo tengo el deseo de ser madre, tener un hogar y tener una estabilidad no solo emocional sino también económica”. P1 “Pues básicamente el hecho de todos los días querer estar consciente en mi aprendizaje. No solamente de estar como lo decía en cuerpo en una universidad sino ser consciente de ese proceso, por ejemplo, cuando estoy con mis pacientes y cómo la enseñanza que se puede aplicar para mi vida, como eso me llena de sabiduría que me moviliza hacia esos deseos”. P1 “Sí claro, porque precisamente a veces me faltaba eso, porque yo no tenía unos deseos y una voluntad fija, es decir, yo no tenía una motivación tampoco. Entonces, pues si no existe eso, si no hay una motivación de vivir, si no hay unos deseos que lo motivan a uno precisamente a que exista una voluntad para que se cumplan esos deseos”. P1 “Pues básicamente es como si, tienes tres variables y solo te quedara la ideación suicida, no tenía una motivación y no tenía unos deseos fijados como hoy en día sí los tengo, entonces, pues eso y si me preguntas por la relación, digamos que es una relación directa porque si no hay motivación, pues claramente o si no te sientes motivado a vivir lo opuesto es que busques una ideación o un intento de suicidio”. P1 “Sí sí, yo me siento motivada, pero sin embargo por encima de esa motivación existe es como una intriga, existe como la expectativa de cómo va a ser mi futuro y eso sí es algo como que todavía me falta mucho trabajar en mí, porque siento que siempre quiero tener el control de todo y es como que a veces piense que quiero tener mi futuro todo ya predeterminado, es decir, como que tenga la seguridad de que sí voy a tener una familia, sí que sí, voy a ejercer mi carrera esos son mis deseos”. P1 “Yo me fui en contra de la voluntad de mi mamá, entonces a lo último ella me dio su aprobación, pero yo conseguí todo, me conseguí para la parte que iba me prestaban el dinero de inversión y todo, entonces a la final yo cuando supe marcar esos límites que es el otro de los cambios. Cuando supe poner ese límite con mi mamá y no permitirle que ella siguiera	Deseo	P1 La persona se encuentra en un proceso de autodescubrimiento. Sus deseos y motivaciones son un reflejo de su búsqueda de realización. Sin embargo, experimenta también desafíos relacionados con la ansiedad, la incertidumbre y la necesidad de control. Expresa un fuerte deseo de independencia, también anhela la conexión con los demás. Su deseo de formar una familia y un hogar estable indica su necesidad de pertenencia y amor. Por otro lado, su deseo de tener todo predeterminado revela una búsqueda de seguridad y control ante lo desconocido. P2 La participante expresa un fuerte anhelo de superación personal, independencia y de brindar a otros la estabilidad que

tomando una decisión frente a mí, cuando supe hacer eso y puse y pude ponerlo fue cuando ella ya se dio cuenta que yo ya no tenía otra opción más que irme, entonces eso fue lo que lo que me ayudó, siento que fue una manera de ayudarme”. P2 “Deseo seguir adelante conseguir nuevas cosas, ser independiente y dar una seguridad en mi hogar que yo no tuve” P2 “Me gustaría comenzar a laborar y comenzar a tener mis propias cosas a ayudarle a mi padre con los gastos y poder tener mis propias cosas” P2 “Pues no porque era más pequeña y pues tampoco podría digamos ayudar de forma económicas, ya pues que a una edad de esas no se pueden contratar niños, entonces no, en ese momento no los creía” P2 “Creo que tienen mucho que ver, creo que están unidas ya que en cuanto a los deseos y la relación a los pensamientos suicida ya que si una persona tiene deseos, no va a tener problemas ya que esa persona quiere seguir adelante quiere cumplir sus deseos” P2 “Pues en ese momento la verdad no le veía mucho sentido ya que por lo que estaba pasando me sentía atrapada porque no tenía una seguridad y no sé, simplemente no me importaba no quería seguirme, no quería seguir luchando” P3 “Yo nunca estuve de acuerdo con tener un padrastro y yo sabía que mi mamá pues no era porque se hubiera enamorado de él o por así decirlo, sino que fue más que todo por necesidad”. P3 “Ya en el 2019 a finales pues él se fue, porque yo le rogué a mi mamá que ya no quería nada más, que si no había plata pues no había plata y ya, si no alcanzaba la comida pues no alcanzaba y ya, pero pues yo ya no quería, ya no quería estar en esa situación”. P3 “El deseo, así como más actual que tengo vendría siendo solo acabar la carrera”. P3 “Tengo una red de apoyo, pero creo que, como por decisión propia, considero que la red de apoyo es muy inestable, aunque como que no sea inestable, pero como que yo, a veces es como que no confío en las personas”. P3 “Pues últimamente como que he tenido como ciertas ganas, no sé, como conseguir mi propio transporte, o sea, poder como tener un propio transporte. También el tema de, pues, por vivir. No sé, encontrar una casa que no tengamos que pagar un arriendo cada mes. Poder conseguir una casa, poder vivir como establemente con mi mamá. Entonces eso ha sido como mis planes a futuro. Terminar mi carrera, pero pues antes de eso como poder conseguir para una licencia, un transporte, el tema de casa, vivir establemente con mi mamá.	ella no tuvo, esto sugiere una motivación intrínseca y una búsqueda de significado en la vida, sus experiencias en la infancia, marcadas por la falta de seguridad, parecen haber moldeado sus deseos futuros, la necesidad de proporcionar un hogar estable a otros podría ser una forma de compensar las carencias de su propia infancia, el hecho de que la participante ya no tenga ideas suicidas a los 19 años sugiere que ha experimentado un crecimiento personal significativo, es posible que haya desarrollado nuevas habilidades de afrontamiento, haya fortalecido sus relaciones interpersonales o haya encontrado nuevas fuentes de significado en su vida, además establece una relación clara entre sus deseos y la ausencia de ideación suicida, sugiere que es un factor protector contra pensamientos autodestructivos. P3 La persona refleja una lucha interna por la búsqueda de significado, pertenencia y autonomía. La persona muestra un deseo constante de conexión, especialmente con su madre, mientras experimenta un profundo conflicto entre la necesidad de ser vista y escuchada, y la frustración al sentirse desatendida. Las autolesiones se interpretan no como un deseo genuino de acabar con la vida, sino como un medio desesperado para expresar un dolor emocional y buscar validación en un entorno percibido como insuficiente. Al mismo tiempo, hay una clara orientación hacia el futuro, evidenciada en sus planes de estabilidad económica y personal, lo que resalta su capacidad para encontrar esperanza y propósitos más allá del sufrimiento actual.
--	---

Como que esos son los pensamientos que hace poquito empezaba a tener”. P3 “Buscaba maneras de llamar la atención, pero la atención de mi mamá, porque yo me sentía sola. Entonces como que yo quería llamar la atención de mi mama de alguna manera”. P3 “porque yo soy una niña, que se le murió el papa y como tal no tiene más familia y solo cuenta con usted..., entonces, ¿dónde quedo yo?”. P3 “Yo me pongo a pensar, que si era como dando una señal. Porque yo no me fijaba en qué estaba haciendo. Si yo hubiera tenido la iniciativa de querer de una vez suicidarme, lo hubiera hecho de una vez cortando donde debería cortar. Pero yo solo cortaba para cualquier lado. Entonces era como, yo no quería”. P3 “Porque si yo hubiera querido realmente matarme, yo lo hubiera hecho en la noche. Que nadie estaba. Lo hubiera hecho en ese lapso de tiempo que yo duré encerrada en mi habitación. Lo hubiera hecho”. P3 “Pero no, yo solo cogía y cortaba para cualquier lado. Y no cortaba ni con fuerza, era como que no podía”. P3 “Como que era como, no sé cómo, o sea, como que tú quieres, pero tú no sabes si realmente lo quieres. Era como una pelea. Pero tú estás decidida que lo quieres hacer, pero tú realmente no estás decidida a que lo quieres hacer porque tú no quieres acabar con tu vida. Entonces era como una lucha. Siento que era más o menos así”.		
P1 “En algún momento como que se habla como de la voluntad y la fuerza de voluntad, entonces yo trato de no quedarme en la fuerza de voluntad porque al final eso es temporal. Es simplemente tener voluntad siempre hacia ti hacia tus deseos” P1 “Necesito un medio no, un algo que me movilice hacia eso Entonces tener también una carrera que a mí me guste que aplicarla y al mismo tiempo ser madre y tener un hogar prácticamente ese sería como el cumplimiento de esos deseos”. P2 “Me esfuerzo en mis trabajos universitarios doy lo mejor de sí, trato de aprenderlos para poder mejorar en ellos para poder en un futuro especializarse y tener más ideas o sitios en los que pueda trabajar” P2 “Pues si una persona tiene voluntad ella va a seguir adelante la motivación le ayuda a lograr llegar a esos deseos” P3 “Intentar buscar otras cosas, como para despejar la mente, y eso fue como un grupo coreano del que soy fan, que me volví fan de ellos, y como que, todo eso, esa energía que sentía de querer ya no estar, como que se la invertía a mirar videos de ellos”.	Voluntad	P1 Parece que la participante admite que la fuerza de voluntad, concebida como un esfuerzo consciente y transitorio, puede desvanecerse. Sugiere que se requiere una motivación más intensa y duradera para lograr metas a largo plazo, relaciona la voluntad con la satisfacción de anhelos personales, lo que señala una dirección hacia la búsqueda del gozo y la satisfacción personal. La participante manifiesta el requerimiento de un "algo" que la motive a alcanzar sus objetivos, esto indica la búsqueda de un estímulo extrínseco que realice un complemento a su motivación interna. La participante ofrece una perspectiva compleja y de múltiples aspectos de la motivación y la determinación. Su discurso muestra a un individuo en la búsqueda de un

P3 “Sí, ahorita ya, pues la verdad estoy relajada. Ya no tengo padrastros, vivo sola con mamá, yo trabajo, estoy en la universidad y la verdad como que me siento mejor”. P3 “Ser cumplida con los trabajos, ser responsable, no faltar a la universidad. En todo el semestre tengo como cuatro fallas y ya, procuro no faltar, no perder ninguna materia y ser responsable con todos los trabajos. Voy y trabajo, ¿sabes? Yo soy como de la universidad a la casa, de la casa a la universidad. Y los fines de semana, de la casa al trabajo y del trabajo a la casa. Entonces, como que no me gusta desviarme”.		balance entre sus anhelos individuales y las exigencias de la vida. P2 La participante establece una clara conexión entre su voluntad, sus deseos y la ausencia de ideación suicida, al enfatizar su esfuerzo en los estudios y su motivación para alcanzar metas futuras, sugiere que la voluntad es un factor protector contra pensamientos autodestructivos, la voluntad en la consecución de sus metas, es decir, su voluntad es la fuerza impulsora detrás de su éxito, y sin esta voluntad no tendría la capacidad de seguir sus deseos. P3 Se puede evidenciar un proceso de crecimiento personal y autorregulación emocional mediante la búsqueda de actividades significativas y estructuradas. La conexión emocional con un grupo musical se presenta como un recurso adaptativo, ofreciendo una fuente de consuelo y distracción en momentos de angustia. Además, el compromiso con responsabilidades académicas y laborales, junto con una rutina organizada, evidencia un sentido de propósito y autodisciplina que contribuye a su bienestar. La transición hacia una vida más estable y autónoma, en un entorno familiar.
P1 “Solamente se me viene a la cabeza cuando me mencionas creencias, solo las creencias religiosas y básicamente eso también ha sido un factor para mí supremamente como sujetador a la realidad, entonces sí, el hecho de yo creer tanto en Dios, o sea de todo en cuanto como a lo que se cree del suicidio que es mal visto, tiene una relevancia en mi vida de cierta manera, esto también ayudo a no pasar de la idea al intento”. P1 “No, porque yo a ninguna le comentaba como que me quiero matar, estoy pensando matarme, le comentaba los problemas y de pronto sí como que me desbordaba tenía contingencia emocional en ese momento, pero o sea ya como que se quedaba ahí, no nunca le expresé a nadie como que tenía una idea o algo así”.		P1 Los discursos de la participante revelan que sus creencias religiosas han desempeñado un papel fundamental en la regulación de sus emociones y conductas, especialmente en momentos de crisis. Además, se observa una cierta dificultad para establecer vínculos profundos lo que sugiere un aislamiento emocional y una dificultad para compartir sus pensamientos y sentimientos por otra parte el aislamiento emocional y la tendencia a la autosuficiencia pueden interpretarse como

P1 “No, porque yo siempre he sido de un círculo muy cerrado. Yo siempre he sido de muy pocas amistades. de pronto la gente se lleva una idea de que yo soy extrovertida, no sé por qué de pronto alguien podría decir que yo soy extrovertida, pero a la final para yo crear vínculos muy fijos y de confianza para mí. Eso sí siento que yo puedo conocer gente y saludarla y echar chisme en pocas palabras así de repente, pero ya ir a crear un vínculo eso sí, me parece que se me dificulta y también como que siento como un cierto bloqueo para mí”. P1 “Pues no sé o sea que hubiera buscado ayuda, creo que en algún momento para ese tiempo busqué ir a psicología, pero nunca fui y qué más, no es que yo siento que la única ayuda que yo tuve, fui yo misma, yo fui mi única ayuda, mi única red de apoyo porque al final yo fui la que hice todo para salir de eso cuando me fui para Estados Unidos”. P1 “La relación con mi mamá ha mejorado mucho porque ahorita puedo brindar muchas más cosas, pero ella sigue siendo en muchas situaciones, la misma que en ese momento me lastimó a mí”. P2 “Pues no, influía el ser una carga porque era más pequeña y tampoco podría digamos ayudar de forma económica, ya pues que a una edad de esas no se pueden contratar niños entonces no en ese momento no los creía”. P2 “Sí sí debido a los problemas que tuvimos pues yo no me siento con la confianza o los buenos términos como para yo acercarme a ella o contarle cosas, entonces no nos sentiremos en confianza no tenemos la relación cercana” P2 “No tenía así muchos amigos y tampoco como que confiaba para decirles esas cosas porque sentía que podrían también juzgarme” P2 “Mis creencias Pues sí también tienen que ver porque pues en mi creencia el suicidio es como un acto, de, o sea, está mal ya que se condena se supone que cuando esto lo hacen dicen que van al infierno, entonces algo más que creo que sí tienen mucho que ver.” P2 “Mis creencias Supongo que la paz es tener una buena comunicación conmigo misma con mi Dios, hallar un camino para sentirme cerca de él y sentirme bien conmigo misma y llegar un objetivo a estar digamos entrar a las puertas del cielo y hacer buenas obras” P3 “Entonces pues yo llegaba al punto como que yo no quería hablar con las personas ni nada por el estilo, a veces cuando había mucha gente yo como que me mordía las uñas y me las terminaba arrancando porque pues no me gustaba”. P3 “La necesidad tiene cara de perro”, así me decía mi mamá, entonces pues yo como que desde pequeña ya tenía que entender esa frase”. P3 “Es que si ustedes se van de mi lado ustedes se mueren de hambre”, “es que yo las salvé a ustedes porque ustedes se	Creencias	mecanismos de defensa para protegerse del dolor emocional y evitar la vulnerabilidad. P2 Las creencias que tenía la participante de que los demás se le van a burlar le genera una dificultad para establecer relaciones cercanas y la falta de amigos confiables sugieren un aislamiento social significativo, el cual es un factor de riesgo para la ideación suicida. Por otra parte, las creencias religiosas de la participante, especialmente la idea del castigo divino por el suicidio, actuaron como un factor de ancla que evito pasar a el intento. Sin embargo, también pueden haber generado un conflicto interno, ya que la creencia en el infierno podría haber aumentado la sensación de culpa y desesperanza. P3 Se manifiesta una profunda lucha interna en torno al valor personal, la autoeficacia y la búsqueda de sentido en medio de experiencias de invalidación y sufrimiento. La persona muestra un conflicto constante entre las creencias negativas inculcadas por su entorno y un deseo subyacente de crecimiento y autorrealización. Los sentimientos de insuficiencia, el aislamiento emocional y la
--	-------------------------	--

estaban muriendo de hambre”, “es que le decía a mi mamá piense en su hija, porque es que su hija se estaba muriendo de hambre si yo no la hubiera conocido a usted”, “no me las hubiera traído a vivir”, piense en el futuro de su hija”, o sea le decía esas cosas a mi mamá”. P3 “Mi mamá me decía, me llegó a decir, si usted tiene esos pensamientos de querer matarse, mátese, pero mátese en un lugar donde, donde yo no sepa nada, porque yo no quiero involucrarme con usted, y usted solita se va, porque mi mamá, entonces es muy católica, me dijo tipo, si usted se quiere matar, usted verá cómo se va para el infierno”. P3 “Como que el dolor que uno siente se alivia con más dolor”. P3 “Yo era como, cómo, ¿por qué? yo tengo 12 años, yo entiendo que se murió mi papá, pero yo era como, como, ¿no es normal esto? ¿por qué? ¿por qué, digamos, otros niños, bueno, pre-adolescentes, eran como, sí, llegaban a su casa, y con el celular, y tenían todo eso, y yo, ¿por qué tengo que mendigar por comida?”. P3 “Me sentía como frustrada, y pues no poder cómo afrontar las cosas, porque mi mamá, por parte de mi mamá y de mi hermana, me decían como, “usted ya está grande”, tenía 12 años, “usted ya está grande, madura”, era así, y yo era como, eh, yo como que me sentía frustrada, pero es que “yo no soy capaz de afrontar las cosas”, pero no, “yo sí soy”, era como una pelea conmigo misma, de que no, “yo sí soy capaz de afrontar las cosas sola”, no, pero, “no puedo, porque yo soy una niña”, no, “pero es que yo ya estoy grande, a mí dicen que yo ya estoy grande, entonces yo tengo que afrontar las cosas”, me sentía cansada, o sea, cuando yo tenía esos pensamientos, era como que, quería dormir todo el día, me sentía cansada”. P3 “Para mi hermana, yo nunca era suficiente, nunca”. P3 “Porque pues obviamente era un colegio de niños un poquito con mejores cosas que uno, o sea, era como se notaba la diferencia entre ellos y yo, entonces me molestaban por ello, o sea, sabían que yo era como la del salón que solo estaba ahí y nada más. Entonces en unas ocasiones me llegaban a decir cómo, ¡Ay, es que usted huele a feo! O sea, daban a entender que “usted es más pobre que nosotros” “nosotros estamos más arriba”. Por qué me molestaban con eso, me decían que yo olía mal, hacían chistes sobre eso, que yo era muy fea”. P3 “Yo nunca tuve una familia unida o algo por decirlo, fuera de lo que pasó con mi papá y después de eso, más hacia atrás, hay otras cosas con mi familia. Entonces, pues nunca he tenido una relación así. Entonces, como cuando otra persona me empieza a hablar acerca de su familia y demás, me cuesta cómo llegar a empatizar un poquito”. P3 “Como que yo no me considero capaz de las cosas. Yo puedo hacer algo que me dicen que estuvo bien, o sea, un		percepción de ser una carga evidencian una necesidad insatisfecha de aceptación y pertenencia. Sin embargo, también se observan destellos de resiliencia y una lucha por mantener cierta autonomía, lo que sugiere una capacidad latente para trascender estas creencias limitantes mediante el acceso a un entorno empático y seguro que fomente su autocompasión y potencial de crecimiento.
--	--	---

trabajo o algo que me dicen que estuvo bien, pero como que me minimizo con otras personas. Entonces, no me considero tan suficiente como las demás personas. Cuando me pasa algo bueno, como que me digo, pasó porque sí, no porque yo me lo merecía. Entonces, el tema de deseos, como que el único deseo que tengo es como acabar con la carrera, pero yo me pongo a mirar de manera sincera y no sé qué hacer”. P3 “Cómo que no tengo más cosas para decir, yo quiero hacer esto. No sé, como que pienso a veces y es como, ¿pero será que yo sí soy capaz de hacer tales cosas?”. P3 “Cuando veo personas tan relajadas en la vida, como que directamente me estresa. Una persona relajada y demás, me estresa. Pero me estresa al punto de que yo como que me dan ganas de coger a la persona y como sacudirla”. P3 “Tenía personas que me recalcan en todo momento, que mi mamá soportaba todas las cosas porque yo estaba, porque pensaba en mí. Entonces yo era una carga para mi mamá. Me lo decían y me lo decían, entonces me lo reforzaban cada vez más y pues yo llegué a un punto de creérmelo”. P3 “Porque al sentirme una carga para mi mamá, como que sentía que yo no valía nada. Yo no valía nada. O sea, digamos que era como sentirme que nadie, nadie me quiere. Entonces, cómo, ¿para qué? O sea, si yo estoy, como que bien, y si no estoy, también, entonces era como ese pensamiento de que no valgo para nada. O sea, por eso digo que mis capacidades, ya después de todo eso, como que yo empecé a desarrollar eso de que mis capacidades no son suficientes, yo no soy suficiente a veces como persona. Como que yo veo que otra persona es como más inteligente que yo y me siento mal, me siento insuficiente y demás”. P3 “Me afecta porque yo digo como, no sé, o sea, yo como a veces que me digo como, soy muy bruta, yo no... Porque duda así de usted misma, pero después digo, es que a mí antes me decían que yo no era suficiente, entonces, ¿cómo voy a saber que ahora yo sí soy suficiente si antes me decían que yo no era suficiente? Es como una pelea conmigo misma”. P3 “Me consideraba antes muy insuficiente y ahorita, a veces, me considero insuficiente. El tema del físico, pues, también, a raíz de que, digamos, de pequeña yo era un poquito más gordita”. P3 “La creencia de que, pues, a como me lo recalcan en cada momento de que yo era una persona no suficiente, entonces yo tengo esa creencia de mí misma, entonces, puede que tenga un deseo, un deseo, pero yo tengo esa creencia de mí misma, entonces no voy a tener la voluntad de hacer algo para obtener ese deseo, sino que me voy a estancar ahí de que “a mí me dicen que yo no soy suficiente”, entonces me voy a quedar ahí de que definitivamente yo no soy suficiente, y al final esa creencia como que se lo carcome a uno”.		
---	--	--

P3 “Empatizo mucho con las personas que digamos que se han llegado a suicidar. Porque es como un pensamiento que yo llegué a tener. Y me pregunto cómo, ¿qué tan cansada tiene que estar una persona para llegar a suicidarse definitivamente? Pues, la vida es muy dura”. P3 “Entonces hasta el momento no ha pasado y ahorita pues no, es como una cosa muy equis para mí. Sé que para muchas personas significa pues mucho. Pero me siento como más libre de no estar bautizada, no tener como, sin sentirme atada, tener que seguir alguna religión, sino que yo soy, vivo la vida jajajaja. Básicamente, o sea, es como no soy creyente de nada, pero pues es como estar ahí viviendo. Porque yo vivo así, automáticamente”: P3 “Recalcó que una persona ya tiene que llegar a un extremo muy grande para suicidarse. O sea, porque si yo no lo hice, o sea, yo creía que yo sí quería, pero si yo realmente hubiera querido, yo lo hubiera hecho. Pero no lo hice. Entonces, pues ahí es donde yo digo que pues una persona que se suicida realmente es porque ya no da para más”.		
--	--	--