

GO International

Lo que los obreros transculturales deben saber sobre

# El Suicidio

*Ronald L. Koteskey*  
GO International

9

• SERIE CINCO •  
2020

# Biografía del Autor



## Ronald Koteskey

Consultor de Cuidado al Asociado de Go International.

Enseñó Psicología a nivel universitario durante 35 años y comenzó a escribir estos folletos en 1998, que ahora sirven para brindar atención a los obreros transculturales. Renunció a su trabajo como profesor para poder dedicar todo su tiempo al cuidado de estos obreros.

### Contacto:

Ron Koteskey  
122 Lowry Lane  
Wilmore, Kentucky 40390.  
EE.UU

Teléfono: +1 (859) 858-3436

[ron@crossculturalworkers.com](mailto:ron@crossculturalworkers.com)

---

# Índice

## Página

- 1** Intro
  - 2** ¿Es cierto eso?
  - 3** ¿El suicidio es pecado?
  - 4** ¿El pueblo de Dios cometería algo así?
  - 5** ¿Los obreros transculturales cometerían algo así?
  - 5** ¿Qué puedo hacer?
  - 6** Paso 1: ¿La idea?
  - 7** Paso 2: ¿Un plan?
  - 8** Paso 3: ¿Los medios?
  - 8** ¿Y si terminan cometiendo el suicidio?
  - 9** ¿Y si soy yo quien intenta suicidarse?
- 

## Créditos

Traducción y Corrección:

Lcda. Aziel Figueroa

Diseño y Montaje:

Lcda. Haniel Figueroa

*Arte y Letra*

SERVICIO EDITORIAL

arteyletraeditorial@gmail.com

# Intro

Imagina que eres maestro(a) en una escuela cristiana internacional. Durante tu última clase del día, mientras le entregas los exámenes corregidos a tus estudiantes, escuchas que una de ellas dice: “No puedo creer que salí tan mal en el examen. ¡Soy capaz de pegarme un tiro!”. Una hora más tarde, mientras estás sentado(a) en el salón de profesores, un colega que está a punto de jubilarse al final del año escolar es injustamente amonestado por el director. Él se voltea y te dice: “En días como este me siento desesperado, como si fuera mejor morirme”.

Al principio, ignoras los comentarios porque piensas que no pueden estar hablando en serio. Racionalizas sus palabras y piensas: “Ambos son cristianos que sirven a Dios en el extranjero. De seguro jamás harían tal cosa”. Sin embargo, horas más tarde, esa misma noche, empiezas a dudar. “¡Tal vez esa estudiante lo dijo en serio! Las adolescentes solo hablan de suicidarse, pero al final no hacen nada, ¿o sí? ¿Acaso no son los varones quienes sí lo cometen? Tal vez el profesor lo dijo en serio... Pero no... él es un hombre mayor y respetable, tiene demasiado por qué vivir. Además, los adolescentes son los que se quitan la vida, no las personas mayores, ¿cierto? ¡Será mejor no hablar del tema ni sembrarles la idea!”.

Supongamos que tu racionalización de las cosas es equivocada. ¿Y si realmente fue eso lo quisieron decir? ¿Cómo saber si lo decían en serio? ¿Qué puedes hacer al respecto? ¿Qué pasa si eres tú quien está pensando en quitarse la vida? Consideremos a continuación estas cosas.

# 1. ¿Es cierto eso?

Hay muchos mitos alrededor del suicidio. Si crees que estos mitos son ciertos puedes perder la oportunidad de salvar una vida. Estos son algunos:

■ La gente que habla de suicidarse nunca lo hace, sólo quiere llamar la atención. **Falso.** No todas las personas que hablan de suicidio lo hacen, pero la mayoría de las personas que se suicidan se lo dicen a alguien antes de hacerlo; es una especie de grito de ayuda. Cualquier declaración seria sobre el suicidio es una verdadera señal de peligro y no debe ser ignorada.

■ Los adolescentes son mucho más propensos a suicidarse que los adultos. **Falso.** El índice de suicidio en adolescentes es casi el mismo que en adultos. Las personas que corren mayor riesgo de suicidarse son los varones mayores, alguien como el mencionado profesor que estaba a punto de jubilarse.

■ Las personas son más propensas a suicidarse durante las fiestas de Navidad, no en la primavera. **Falso.** En realidad, las fiestas navideñas tienen uno de los índices de suicidio más bajos.

■ No se debe mencionar el tema del suicidio al hablar con personas deprimidas porque puede despertarles ideas. **Falso.** Estas personas a menudo ya tienen esos pensamientos y se les debe animar a que los expresen. De hecho, hablar al respecto puede desanimar a la gente de hacerlo.



## 2. ¿El suicidio es pecado?

Muchas personas asumen que la Biblia condena el suicidio como un pecado. Es cierto que varias personas (Judas, por ejemplo) se quitaron la vida y que Dios nunca aprobó ninguno de esos comportamientos. La mayoría de los que se quitaron la vida lo hizo como resultado directo de hacer el mal y probablemente no vieron ninguna otra salida.

Sin embargo, la Biblia no asegura específicamente en ningún lugar que el suicidio sea pecado. La Biblia sí dice que el asesinato (quitarle la vida a alguien) está mal. De hecho, ese es uno de los Diez Mandamientos que aparece en Éxodo 20. La mayoría de los cristianos cree que el mandamiento de no quitarle la vida a alguien incluye no quitarse la propia.



### 3. ¿El pueblo de Dios cometería algo así?

El pueblo de Dios no es una excepción. La Biblia registra casos de varios individuos prominentes que deseaban mucho la muerte. Con frecuencia, citamos las maravillosas declaraciones que hizo Job durante su época de sufrimiento pero olvidamos algunas de sus declaraciones negativas. Job maldijo el día de su nacimiento (Job 3:1), preguntó por qué no murió al nacer (Job 3:11) y deseó no haber nacido nunca o haber muerto al nacer (Job 10:19).

Efectivamente, algunos miembros del pueblo de Dios desearon morir poco después de lograr grandes victorias espirituales. Por ejemplo, poco después de que Elías tuvo aquella gran victoria sobre los profetas de Baal en el Monte Carmelo, se sentó debajo de un árbol y comenzó a orar deseando morir. Dijo: “Basta ya, Señor; quítame la vida” (1 Reyes 19:4). Por supuesto, Dios no le quitó la vida sino que lo dejó dormir y le envió un ángel para decirle que comiera algo. No es inusual que la gente se sienta de lo peor luego de experimentar cosas maravillosas.



## 4. ¿Los obreros transculturales cometerían algo así?

Sí, los obreros transculturales también pueden llegar a desear la muerte. Esto es algo tan añejo como el primer obrero transcultural del Antiguo Testamento y ocurrió justo después de que él finalizara uno de los períodos de servicio más exitosos de la historia. Después de su desobediencia inicial, Jonás obedeció a Dios. Cuando lo hizo, más de 120 mil personas se arrepintieron. En vez de regocijarse por ello, Jonás quiso la muerte y le dijo a Dios: “¡Es mejor morir que vivir así!” (Jonás 4:8). De nuevo, Dios no le quitó la vida, sino que trató de razonar con él.

Al igual que otras personas, los obreros transculturales y los Hijos de Tercera Cultura (HTC) sí se quitan la vida. Si escuchas a la gente decir que están pensando en el suicidio, es hora de que tomes medidas preventivas.

## 5. ¿Qué puedo hacer?

Obviamente, quieres ayudar pero no sabes cómo. Lo que hagas dependerá de la seriedad del daño que la persona quiera causarse a sí misma. Puedes ayudar si sigues los siguientes tres pasos en orden. Si en algún momento, mientras vas cumpliendo estos pasos, te sientes incómodo, puedes informarle al jefe de esa persona dentro de su agencia sobre tus descubrimientos. No ignores este grito de auxilio, ¡HAZ ALGO!





## 6. Paso 1: ¿La idea?

Pregúntale a la persona si ha pensado o no en hacerse daño. Algunas personas dirán que nunca lo han hecho. Otras (probablemente la mayoría) dirán que sí, pero que fue mientras atravesaban un tiempo difícil hace varios años y que nunca harían algo semejante. Si ese es el caso, simplemente deja el tema allí. Sin embargo, si la persona te dice que ha estado pensando recientemente en quitarse la vida, debes tomar otras medidas.

No te muestres sorprendido ni jures guardar el secreto. Escucha sin juzgar, muéstrale tu empatía, interés y apoyo, habla abiertamente sobre el suicidio y ofrécele esperanza al asegurarle que hay otras alternativas disponibles. Ofrecete a orar y a compartir las Escrituras con él o ella (prepara algunos pasajes bíblicos de antemano). Anima a esta persona a hablar con un profesional de la salud mental que pueda asumir la responsabilidad de ayudarlo. Los obreros transculturales a veces prefieren hablar con un pastor y eso también está bien. Si la persona habla con alguno de estos, tu misión ha terminado. Por el contrario, si se niega a hablar con otra persona, continúa con el Paso 2 y recuerda que nunca debe dejar sola a una persona que es activamente suicida.

## 7. Paso 2: ¿Un plan?

Ten en cuenta que las personas se pueden hacer daño a sí mismas de diferentes maneras. Pregúntale a la persona si ha considerado o no varias formas de hacerlo. Aunque quizás todavía no hayan pensado ni planificado cómo hacerse daño, ofrécele la ayuda de concertar una cita con alguien competente que pueda ayudarlo, como un profesional de la salud mental o un pastor de su elección. También, asegúrate de que esa persona se comprometa, por lo menos verbalmente, a no hacerse daño y a ponerse en contacto contigo si los sentimientos de suicidio reaparecen. Exprésale tu preocupación y que él o ella realmente te importa. Haz un seguimiento y cerciérate que asista a su cita con el profesional de la salud o el pastor.

Si la persona ha considerado varias maneras de hacerse daño, pregúntale si ya ha elegido una manera o no. Si no lo ha hecho, ofrécele acompañarlo a ver a un profesional de la salud mental o a un pastor. Si ya ha escogido una forma, insístele en hacer un compromiso por escrito, un contrato firmado por ambos en el que él o ella promete no hacerse daño. Una vez más, exprésale tu preocupación, tu empatía y continúa de inmediato con el Paso 3. Recuerda que no debes dejar sola a la persona.

(Nota: Si en algún momento la persona se niega a seguir hablando contigo o a consultar con otra persona, debes ponerte en contacto con alguien que pueda asumir la responsabilidad por él o ella. Puede ser un profesional que trabaje para su agencia, su supervisor o cualquier otra persona que pueda ayudarlo).



## 8. Paso 3: ¿Los medios?

Pregúntale si ya ha adquirido los medios para hacerse daño. Es decir, averigua si tiene una pistola, píldoras, una cuerda, cuchillo, etc. Si ya tiene los medios, llama inmediatamente a alguien, pide ayuda y quédate con la persona hasta que alguien especializado en intervención de crisis y prevención de suicidios llegue a donde ustedes están.



## 9. ¿Y si terminan cometiendo el suicidio?

Si una persona está decidida a suicidarse, es probable que no puedas evitarlo. Conozco a un obrero transcultural que estuvo en un centro de salud mental a causa de una depresión y de tendencias suicidas. A pesar de que el personal sabía de su condición, pudo quitarse la vida mientras estaba bajo vigilancia.

Si las personas a las que has estado tratando de ayudar se quitan la vida, no es tu culpa. Tu responsabilidad es amarlas y cuidarlas lo mejor posible. Si haces eso, has hecho todo lo que estaba a tu alcance.



# 10. ¿Y si soy yo quien intenta suicidarse?

Puede que estés leyendo este folleto porque eres tú quien está contemplando suicidarse. Si es así, sigue los consejos recomendados en los tres pasos antes mencionados. Ve y habla con un profesional de la salud mental o un pastor que pueda ayudarte.

Recuerda que el pensamiento suicida suele estar asociado a problemas que tienen solución. Si no puedes pensar en soluciones, los profesionales de la salud mental, los pastores e incluso tus amigos pueden ayudarte a encontrar una. La crisis suicida es temporal y una vez que superes el problema al que te enfrentas, no se verá tan grande como ahora. Los vínculos con tu familia y tus amigos, tu relación con Dios y los sueños para el futuro le darán sentido y satisfacción a tu vida.

