

EL PROCESO DE DUELO POR SUICIDIO A TRAVÉS DE LOS GAM: UNA APROXIMACIÓN SOCIOLÓGICA

Los Grupos de Ayuda Mutua (GAM) son reuniones de grupo de carácter semanal donde los participantes narran, comparten e intercambian pensamientos, experiencias o sentimientos respecto al proceso de duelo por el que transitan.



anamrios@uma.es



1. INTRODUCCIÓN

- La muerte se ha privatizado en las sociedades contemporáneas, desplazándola del espacio público al ámbito familiar, lo que dificulta la transición del duelo.
- Estas emociones se enmarcan dentro de contextos normativos específicos, por lo que no pueden entenderse al margen del entorno social en el que emergen.

2. MÉTODO

Siguiendo una **metodología cualitativa fenomenológica** de carácter exploratoria, se llevaron a cabo 4 entrevistas semiestructuradas a sobrevivientes de la Asociación Alhelí.

- Entender cómo es el proceso duelo por suicidio y, de qué manera impacta la asistencia a estos grupos de ayuda mutua (GAM) en el mismo.

Los perfiles de la entrevista fueron:

Entrevista	Duración	Sexo	Edad	Tipo de muerte	Relación con la persona querida	Periodo de asistencia a los GAM
E1	73 min.	Mujer	59	Suicidio	Hermana	Menos de 1 año
E2	63 min.	Mujer	67	Suicidio	Hijo	Menos de 6 meses
E3	78 min.	Hombre	70	Suicidio	Hija (Nieta)	1-2 años
E4	67 min.	Mujer	68	Suicidio	Hija (Nieta)	1-2 años

3. RESULTADOS

- Los discursos mostraron centralidad de sentimientos como la **culpa**, la sensación de **fracaso**, el **estigma** o, la **vergüenza**; dentro del proceso de duelo por suicidio.

"No ese día que yo lo hubiera evitado, sino que me siento culpable de no poder haberla ayudado".

"Es un dolor diferente, un dolor lleno de culpa, de tristeza, de miedo, de sufrimiento por tu hijo".

"yo me sentí muy traicionada, digo: ¿Tú me querías de verdad?".

- Sentimientos y/o emociones ligadas, principalmente, a **expectativas sociales** asociadas al rol de cuidador y, a la incomodidad (estigma) que acompaña al suicidio.

"Ese dolor de esa soledad que él sintió, de yo a lo mejor hasta haberle acompañado ¿tú te quieres suicidar? Yo te acompaño, pero tú no vas a estar solo en el último momento de tu vida"

- Además, se observaron **sentimientos de aislamiento y abandono social**, que parece recuperarse a través de los espacios GAM.

"No se puede hablar de eso, es que es muy doloroso para ti y para la gente que está enfrente. No saben que decirte..."

"Hablas con personas iguales a TI. El mismo sentimiento con las mismas inquietudes que tú tengas. Todos iguales..."

"Yo no hablo del suicidio de XXX para ayudar a los demás, me estoy ayudando a mí"

4. CONCLUSIONES

- Los grupos de ayuda mutua (GAM) funcionan como un espacio de reconocimiento, expresión emocional y reconstrucción identitaria tras la muerte que la sociedad actual no garantiza.
- Creación de una herramienta cuantitativa para evaluar el proceso de duelo y la eficacia de los GAM

5. HERRAMIENTA CUANTITATIVA

- Creación de un cuestionario que, no solo evalúa la eficacia de los grupos de Ayuda Mutua (GAM), sino que, además, estudia cómo es el proceso de duelo.
- Estudia las nuevas herramientas y métodos de afrontamiento a la muerte de un ser querido adquiridos tras la asistencia a los grupos.

Cuestionario sobre el proceso de Duelo

Buenos días/tardes. Se está realizando un estudio sobre la labor de apoyo, ayuda y acompañamiento que realiza Alhelí como asociación. Por ese motivo solicitamos su colaboración y se la agradecemos anticipadamente.

Le garantizamos el absoluto anonimato y secreto de sus respuestas en el más estricto cumplimiento de las Leyes sobre secreto estadístico y protección de datos personales.