**Ejemplo de guión de evaluación de riesgos**

Las oraciones de muestra y las preguntas de sondeo para los voluntarios se muestran en cursiva.

Comience repasando con la persona afectada cómo se respeta la confidencialidad y explíquele cómo existen límites en relación con las personas en riesgo de autolesión o suicidio. Esto siempre debe hacerse al comienzo de cualquier relación de ayuda. Al evaluar el riesgo de autolesión y suicidio, es importante revisar estos límites. El no hacerlo puede afectar negativamente la relación entre el voluntario y la persona afectada.

Luego comience la evaluación de riesgos diciendo:

*Parece que has estado pasando por un momento difícil. Estoy preocupado por tí. Me pregunto si podría hacerle algunas preguntas para ayudarme a entender cuál es la mejor manera de apoyarlo. A menudo, cuando las personas se sienten como usted (inserte lo que la persona le ha revelado: desesperado, triste, enojado), pueden pensar en lastimarse a sí mismos. Estas preguntas me ayudarán a comprender mejor por lo que está pasando.*

Ejemplos de preguntas (elija las preguntas que sean más apropiadas para la situación):

* *¿Ha tenido pensamientos de suicidarse?*
* *¿Piensas en morir o a veces deseas estar muerto?*
* *Te he escuchado decir cosas como “Sería mejor que me fuera”.*
* *Me pregunto si a veces piensas en hacerte daño. ¿O alguna vez lo has pensado en el pasado?*
* *¿Alguna vez ha intentado hacerse daño en el pasado?*
* *¿Alguna vez ha sentido que ya no tiene el control?*

Si la persona dice 'no' y no parece estar en riesgo, interrumpa la evaluación. Si la persona dice 'no', pero ha expresado sentimientos de desesperanza, estar solo, aislado y tener pocos apoyos, continúe con la evaluación. Es importante que el personal y los voluntarios confíen en su intuición.

Si la persona dice 'sí', o si las respuestas no coinciden con las observaciones de la persona, como se describe anteriormente, continúe con la evaluación.

Si 'sí', pregunte:

* *Es común en personas que están en situaciones como la tuya.* (Use ejemplos concretos si ya hanmencionado algunos; por ejemplo, pueden haber dicho que se sienten desesperanzados) *¿Puede decirme más acerca de estos pensamientos o sentimientos?*
* *¿Puede contarme más sobre lo que sucedió en el pasado? ¿Qué sucedió cuando sintió que ya no tenía el control?*
* *¿Qué hiciste en esa situación? ¿Qué te detuvo en el pasado?*

Haga preguntas adicionales con delicadeza para comprender si la persona tiene un plan para quitarse la vida. Mantenga la calma, no juzgue y asegúrele a la persona que está bien sentirse como se siente. Recuerde que, al hacer estas preguntas, no aumenta la probabilidad de que la persona se haga daño a sí misma. Si es posible, mapee o analice los factores de protección y los posibles apoyos al explorar lo que les ha impedido tomar medidas en el pasado.

Pedir:

* *¿Puede decirme cómo se lastimaría a sí mismo o cómo se quitaría la vida?*
* *¿Qué usarías? ¿Tiene acceso a eso ahora, o una forma de obtenerlo?*
* *¿Cuándo lo haría?*
* *¿Dónde lo harías?*

Si alguien informa que tiene pensamientos sobre hacerse daño a sí mismo o terminar con su vida mediante el suicidio, pero no ha pensado específicamente cómo lo haría, el voluntario debe trabajar con la persona para crear **un plan de seguridad**. Esto incluye explorar los factores de protección y conectar al individuo con sus apoyos.

Si la persona expresa que tiene la intención de hacerse daño a sí misma, un plan, un medio y/o ha intentado suicidarse en el pasado, los ayudantes deben ponerse en contacto directamente con sus supervisores y derivar a un profesional de la salud mental o a los servicios de emergencia si es necesario. Teniendo en cuenta que los diferentes contextos tendrán diferentes leyes, protocolos y recursos para manejar a las personas suicidas y de alto riesgo. Es importante conocer estas leyes y pautas y que los voluntarios y el personal estén capacitados sobre cómo responder en su contexto específico

No se deja sola en ningún momento a las personas que se consideren en peligro de autolesionarse o de conductas suicidas. Si brinda soporte de forma remota, manténgase en línea con el individuo y vea si hay alguien más en el hogar que pueda ser incluido en la conversación.

Los ayudantes deben comunicarse con sus supervisores para recibir orientación adicional y confirmar un plan de acción. Si trabaja de forma remota, es muy útil tener un segundo medio de comunicación para que la persona pueda permanecer en una línea y el contacto con el supervisor se realice a través de otra plataforma.

Se debe completar un plan de seguridad, según el nivel de riesgo, y lo más importante, con seguimiento con la persona.

Decir:

*Realmente aprecio que seas abierto y honesto conmigo. Me imagino que no siempre es fácil hablar de estas cosas. Es muy importante que no te hagas daño y que estés a salvo. ¿Estaría bien si ideamos un plan juntos para ayudar a evitar que te hagas daño?*

*Creo que también sería útil si me pusiera en contacto con mi supervisor para obtener apoyo adicional. Están capacitados para ayudar en situaciones en las que las personas sienten que pueden hacerse daño. ¿Estaría bien si les pido que se unan a nuestra charla?*

*¿Hay alguien en tu casa a quien podamos pedirle que se una a nosotros? ¿O tal vez un amigo o alguien de confianza que podamos tener con nosotros hoy?*

Después de completar los pasos necesarios para garantizar la seguridad de la persona, comuníquese con la persona dentro de las 24 horas.

Decir:

*Me pondré en contacto con usted mañana para ver cómo se siente y verificar cómo va nuestro plan.*