

# Acuerdo de participación en grupos de ayuda mutua



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

**1 - Cuidar la confidencialidad.**

**2 - No juzgar ni aconsejar.**

**3 - No discriminar ni ofender.**

**4 - No interrumpir, discutir o polemizar.**



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

**5 – Respetar las diversas formas de pensar y sentir.**

**6-Respetar la intimidad.**

**7 - No hacer apología del suicidio.**



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

**8 - No hacer referencia a métodos o escenas explícitas de suicidio, violencia o abuso sexual**

**9 - Comprometerse con la vida.**

**10- Recordar que somos pares.**



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

# Recomendaciones para participar en grupos de ayuda mutua



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

**1- Prestar atención.**

**2- Promover el diálogo con preguntas abiertas.**

**3- Preguntar sobre cuestiones ambiguas del discurso.**



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

**4- Mostrar total aceptación de las creencias y valores del interlocutor.**

**5- Validar sus sentimientos.**

**6- Valorar sus fortalezas.**



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

**7- Hablar siempre desde la propia experiencia.**

**8- Si algo de lo que se dice nos molesta,  
decirlo.**

**9- Resguardar nuestros datos personales.**



**Hablemos de  
Suicidio ONG**

# Oración de la serenidad

"Concédenos la serenidad para aceptar lo que no podemos cambiar, la fuerza para cambiar lo que podemos y la sabiduría para reconocer la diferencia"



**Hablemos de  
Suicidio ONG**