



La humanización del suicidio



Uda Ikastaro honek arazo hau ikusarazten jarraitzeaz gain, suizidioa prebenitzeko zenbait tresna mahairatuko ditu, eta horrela, dolu mota honengatik kaltetutako pertsonen kopurua murriztu.

Eka. 26 - Eka. 27 2025

Kod. 008-25

Mod.:

Online zuzenean Aurrez aurrekoa

Edizioa

2025

Jarduera mota

Uda Ikastaroa

Data

Eka. 26 - Eka. 27 2025

Kokalekua

Miramar Jauregia

Hizkuntzak

Gaztelera

Balio akademikoa

20 ordu

Antolakuntza Batzordea

Fundación
BBVA



Azalpena

Albert Camus eleberrigile, saiakeragile, antzerkigile, filosofo eta kazetari frantziarrak arazo filosofiko serio bat besterik ez dagoela zioen: suizidioa. Egia da ezezaguna zaigun errealitate baten lekuko izaten ari garela: pertsonen egoera emozionalean eragiten duen eta zuzenean suizidioaren fenomenoari eragiten dion errealitate baten lekuko.

Isolamenduak eta bakardadeak, autonomia galtzeak, depresioak, minak eta gaixotasun kronikoek jokabide suizidak eragiten dituzte, jokabide horiek saihestu edota tratatu egin daitezkeen arren. Egoera horietako batzuk larriagotu egin dira pandemiaren ondorioz. Suizidio saiakera larri batetik bizirik ateratzen diren pertsonen %85 ere ez dira arrazoi horrengatik hilko, ordea. Suizidioaren estigmari aurre egin behar zaio.

Estatistika Institutu Nazionalaren (EIN) azken datuen arabera, 2023 urtean, 3.952 pertsona hil ziren bere buruaz beste eginda Estatu osoan; horietatik 140, Euskal Autonomia Erkidegoan. Heriotza bakoitzak, gutxienez, 6 pertsona kaltetu uzten baditu, 24.000 pertsona kaltetzen ditu suizidioak urtero kopuru horien arabera.

Uda Ikastaro honek arazo hau ikusarazten jarraitzeaz gain, suizidioa prebenitzeko zenbait tresna mahairatuko ditu, eta horrela, dolu mota honengatik kaltetutako pertsonen kopurua murriztu. Halaber, zenbait hitzaldi eta mahai-inguru proposatzen dira, suizidioagatiko doluari aurre egiteko zenbait estrategia aztertuta, hausnartu eta partekatzeko.

Aurreko zazpi ikastaroen arrakastaren ondoren, UPV/EHUK eta Biziraun elkarteak - Euskadin suizidiotik bizirik atera direnen elkarte bakarra - elkarlanean, hainbat kolektiborentzat interesgarria den proposamena ondu dute.

Lehenengo egunean, Jon García Ormazak, Bizkaiko Osasun Mentaleko Sareko psikiatrak, ongizate emozionalari buruz hitz egingo du, suizidioaren aurkako faktore babesle gisa; Zuhaitz Gurrutxaga, futbolari ohi eta bakarriketaria, kirola eta buruko osasunaren inguruan ariko da; Adriana Goñik, Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuko Osasun Mentaleko Sareko psikologo klinikoak, osasun mentalari eta suizidioari buruzko hitzaldia eskainiko du; eta lehendabiziko jardunaldia amaitzeko, Antonia Jiménez psikologo kliniko eta RedAIPISeko idazkari nagusi ohiak nerabeen suizidioaren prebentzioari buruz hitz egingo du.

Bigarren egunean, Antonia Jiménezek suizidioagatiko dolua nola humanizatu behar den azalduko du; ondoren, Aitziber Garmendia aktoreak kulturak ongizate emozionala sustatzen duela ulertzeko gako batzuk emango ditu; jarraian, Osakidetza erizaina eta Bizirauneko presidentea den Eva Bilbaok eta psikologian graduatua, biziraulea eta Bizirauneko bazkidea den Iratxe Etxenik bere buruaz beste egiteagatik maite duten pertsona galdu duten familiei harrera egiteko prozesuaz hitz egingo dute; eta azkenik, ikastaroa ixteko, Bizirauneko biziraule eta bazkideek osatutako mahai-ingurua izango da: Joanes Erkizia, Patxi Ayestaran eta Idoia Arizmendi partaideekin.

Helburuak

Ongizate emozional handiagoa sor dezaketen gakoak aztertzea, suizidioaren aurrean babesteko elementu gisa.

Kirolaren eta buruko osasunaren artean dagoen harremanari buruz hausnartzea.

Osasun mentalaren eta suizidioaren artean dagoen harremanari buruz eztabaidatzea.

Suizidioaren prebentzioaren gaiari heldzea gazteen artean.

Suizidioagatiko dolua humanizatzen lagun dezaketen elementuak aztertzea.

Kultura ongizate emozionala sustatzeko eragile izateko arrazoiak zeintzuk diren aztertzea.

Bere buruaz beste eginda pertsona maite bat galdu duten familientzako harrera prozesuei buruz hitz egitea.

Suizidioaren fenomeno inguratzen duen tabua hausten jarraitzea, horrelako galerak eta haien ondorioak ezagutu dituzten belaunaldi ezberdinetako hiru pertsonen testigantza bidez.



Programa

2025-06-26

09:00 - 09:15	Jardueraren zuzendaritzaren aurkezpena Agustin Erkizia Olaizola UPV/EHU y Biziraun - Profesor titular de universidad de la UPV/EHU y cofundador de Biziraun
09:15 - 09:25	Inaugurazio instituzionala. Parte hartzeko ordena: Eneko Goia Laso Donostiako udala - Alcalde-alkatea
09:25 - 10:35	“El abordaje de la conducta suicida en el ámbito sanitario y en el ámbito familiar.” Xabier Lertxundi Aginada Osakidetza - Psiquiatra. Jefe Unidad Gestión Clínica. CSM Antiguo.
10:35 - 11:45	“ Inteligencia emocional para la prevención del suicidio” Javier González Castellano Docente especializado en inteligencia emocional - Docente especializado en inteligencia emocional
11:45 - 12:15	Atsedena
12:15 - 13:20	“Proyecto SESSAMO: estilos de vida y determinantes sociales en la autolesión y riesgo de suicidio adolescente. “ Adriana Goñi Sarries Red de Salud Mental del Servicio Navarro de Salud- Osasunbidea - Psicóloga clínica
13:20 - 14:30	“La prevención del suicidio en adolescentes” Antonia Jiménez Exsecretaria general de RedAIPIS - Psicóloga clínica
14:30 - 14:40	Sintesia

2025-06-27

09:00 - 10:15	“Cómo humanizar el duelo por suicidio “ Antonia Jiménez Exsecretaria general de RedAIPIS - Psicóloga clínica
10:15 - 11:15	“La cultura como agente de cambio en el bienestar emocional de las personas” Aitziber Garmendia Mendizabal Actriz - Actriz
11:15 - 11:45	Atsedena
11:45 - 13:00	“El duelo por suicido: un viaje con retorno. ¿Cómo lo viven los/as supervivientes?. “ Iratxe Etxenike Sarratea Biziraun - Psicóloga y coordinadora de los grupos de ayuda mutua (GAM) de Biziraun Eva Bilbao Garmendia Biziraun - Enfermera Osakidetza, presidenta y coordinadora de los GAM de Biziraun

13:00 - 14:15	Mahai ingurua: “Miradas de la juventud ante la realidad del suicidio y de la salud mental.” Agustin Erkizia Olaizola UPV/EHU y Biziraun - Profesor titular de universidad de la UPV/EHU y cofundador de Biziraun (Moderatzailea) Joanes Erkizia Bilbao Biziraun - Superviviente y responsable redes sociales de Biziraun Aroa Colas Fariña Biziraun - Estudiante de integración social y colaboradora de Biziraun Iratxe Etxenike Sarratea Biziraun - Psicóloga, y coordinadora de los grupos de ayuda mutua (GAM) de Biziraun Laura de la Iglesia Sanchez Biziraun - Superviviente y técnica de farmacia (Zoom bidez parte hartuko du)
14:15 - 14:30	Sintesia

Zuzendaritza



Agustin Erkizia Olaizola

UPV/EHUko Gipuzkoako Errektoreordea, Economía Financiera I

Ekonomia eta Enpresa Zientzietan doktorea UPV/EHUn (2012) eta Kontabilitateko irakaslea UPV/EHUn 1989tik. Liburu baten egilea eta hiru libururen eta 25 artikuluko zientifiko baina gehiagoren egilekidea da. 11 ikerketa-proiektutan parte hartu du, enprekin eta/edo administrazioekin egindako 18 I+G kontratutan, eta doktorego-tesi bat zuzendu du. Herri Erakundearen Kudeaketa (HEREKU) zuzendu du (2002-2008), eta UPV/EHUko Gipuzkoako Campuseko errektoreordea da (2017- gaur egun). AKTIBA-IT: Praktika, Ikaskuntza eta Balioen Ikerketa Taldeko kidea da (prAKTikak, Ikasketa eta BALioak Ikerketa Taldea) Biziraun, Maite dugun norbaiten en suizidioak mindutako pertsonen elkarte/Asociación de personas afectados por el suicidio de un persona querido elkartearen sortzaileetako bat da, eta Biziraunek 2017tik gaur egun arte etengabe antolatu dituen suizidioari buruzko UPV/EHUko udako ikastaroetako zuzendarietako bat izan da.



Eva Bilbao Garmendia

OSAKIDETZA, Enfermera - OSI Barrualde Bizkaia

Diplomada en enfermería-Universidad de Navarra (1987). Diplomada de Enfermería de Empresa - SVS (1991). Posgrado-Especialista Universitario en Salud Pública-UPV/EHU (1992-1993). Técnico de Prevención de Riesgos Laborales-OSALAN (1999). Enfermera de Osakidetza en el área comunitaria (33 años). Presidenta de la asociación Biziraun (asociación de personas afectadas por el suicidio de un ser querido) e impulsora de la creación de los grupos de ayuda mutua a supervivientes por suicidio. Ha sido directora y ponente de dos cursos de verano de la UPV/EHU: Prevención, intervención y postvención en la conducta suicida: una tarea comunitaria (2017), y suicidio: duelo y prevención (2019). Ha participado en la elaboración de la Estrategia de Prevención del Suicidio en Euskadi (2019) y en su comisión de seguimiento. Ha sido instructora de Osakidetza (2017, 2018 y 2019) en diversos cursos relacionados con el suicidio, y ha participado en diferentes charlas, cursos, documentales y ponencias.

Irakasleak



Eva Bilbao Garmendia

OSAKIDETZA, Enfermera - OSI Barrualde Bizkaia

Diplomada en enfermería-Universidad de Navarra (1987). Diplomada de Enfermería de Empresa - SVS (1991). Posgrado-Especialista Universitario en Salud Pública-UPV/EHU (1992-1993). Técnico de Prevención de Riesgos Laborales-OSALAN (1999). Enfermera de Osakidetza en el área comunitaria (33 años). Presidenta de la asociación Biziraun (asociación de personas afectadas por el suicidio de un ser querido) e impulsora de la creación de los grupos de ayuda mutua a supervivientes por suicidio. Ha sido directora y ponente de dos cursos de verano de la UPV/EHU: Prevención, intervención y postvención en la conducta suicida: una tarea comunitaria (2017), y suicidio: duelo y prevención (2019). Ha participado en la elaboración de la Estrategia de Prevención del Suicidio en Euskadi (2019) y en su comisión de seguimiento. Ha sido instructora de Osakidetza (2017, 2018 y 2019) en diversos cursos relacionados con el suicidio, y ha participado en diferentes charlas, cursos, documentales y ponencias.



Aroa Colas Fariña



Laura de la Iglesia Sanchez

44573104R

Farmaziako teknikaria. Hainbat mahai-ingurutan parte hartu du, bere buruaz beste egitetik bizirik atera zela esanez. Bi ikaskiderekin batera, osasun mentalari buruzko proiektu bat sortu du, gizartea horretaz kontzientziatzeko eta dauden gaixotasun eta nahasmenduei buruzko informazioa emateko.



Joanes Erkizia Bilbao

Bizirauneko bazkidea eta superbibientea



Agustin Erkizia Olaizola

UPV/EHUko Gipuzkoako Errektoreordea, Economía Financiera I

Ekonomia eta Enpresa Zientzietan doktorea UPV/EHUn (2012) eta Kontabilitateko irakaslea UPV/EHUn 1989tik. Liburu baten egilea eta hiru libururen eta 25 artikuluko zientifiko bako gehiagoren egilekidea da. 11 ikerketa-proiektutan parte hartu du, enprekin eta/edo administrazioekin egindako 18 I+G kontratutan, eta doktorego-tesi bat zuzendu du. Herri Erakundearen Kudeaketa (HEREKU) zuzendu du (2002-2008), eta UPV/EHUko Gipuzkoako Campuseko errektoreordea da (2017- gaur egun). AKTIBA-IT: Praktika, Ikaskuntza eta Balioen Ikerketa Taldeko kidea da (prAKTikak, Ikasketa eta BALioak Ikerketa Taldea) Biziraun, Maite dugun norbaiten en suizidioak mindutako pertsonen elkarte/Asociación de personas afectados por el suicidio de una persona querido elkartearen sortzaileetako bat da, eta Biziraunek 2017tik gaur egun arte etengabe antolatutako suizidioari buruzko UPV/EHUko udako ikastaroetako zuzendarietako bat izan da.



Iratxe Etxenike Sarratea

Graduada en Psicología por la UPV/EHU (2022). Máster en Psicología: Individuo, Grupo, Organización y Cultura (2023) en la UPV/EHU. Actualmente está realizando el Máster en Psicología General Sanitaria en la UPV/EHU. Es socia y colaboradora de la asociación Biziraun desde el año 2021, y forma parte del equipo de coordinación de los grupos de ayuda mutua (GAM).



Aitziber Garmendia Mendizabal

Es diplomada en Artes Escénicas (2003) y licenciada en Derecho por la UPV/EHU (2008). Se ha formado en interpretación, voz, dicción, y en dramaturgia y creación de textos teatrales en la Escuela de Juan Codina (Madrid). Se ha formado en Shakespeare (Jose Carlos Plaza) y en canto (Verónica Ronda). Tiene una amplia experiencia profesional en el teatro ("Historia Terrestres" (2001), "Irrikitan" (2002), "Xomorroak/Bichos"(2003), "Ni naiz Hector, ni bakarrik" (2010), "Kafka eta panpina bidaiaria" (2012), o "Losers" (2020)), en la televisión (entre "Sorginen Laratza" (2005), "Finlandia" (2011), "Irrikitown" (2014), "Batek Daki" (2016), "Allí Abajo" (2018), o "Barre Librea" (2020-2021) o en el cine ("Sukaldeko Kontuak" (2009), "El extraño anfitrión" (2011), "Txarriboda" (2014) o "Enjambre/Erlauntza" (2020)). Premios: mejor actriz "Pantalla de Cristal 2011" y el premio otorgado por la Unión de Actores Vascos concedido por el trabajo realizado en la obra teatral "Enjambre/Erlauntzak" (2018).



Adriana Goñi Sarries



Javier González Castellano



Antonia Jiménez



Xabier Lertxundi Aginada

Matrikula prezioak

AURREZ AURRE	2025-06-26 ARTE
Orokorra	87,00 EUR
Matrikula murriztua orokorra	74,00 EUR
Matrikula exentzioa	61,00 EUR
Gazte tarifa	25,00 EUR
Ikastaroak guztiontzat	74,00 EUR
Donostia Kultura	74,00 EUR
Osasuna, pertsonetikiko konpromisoa	22,00 EUR
OSAKIDETZAKO GONBIDATUAK	0 EUR
Irakasteko ikasten - Eusko Jaurlaritza	74,00 EUR
Irakasteko ikasten - Nafarroako Gobernua	74,00 EUR
ONLINE ZUZENEAN	2025-06-26 ARTE
Orokorra	87,00 EUR
Matrikula murriztua orokorra	74,00 EUR
Matrikula exentzioa	61,00 EUR
Gazte tarifa	25,00 EUR
Ikastaroak guztiontzat	74,00 EUR
Donostia Kultura	74,00 EUR
Osasuna, pertsonetikiko konpromisoa	22,00 EUR
OSAKIDETZAKO GONBIDATUAK	0 EUR
Irakasteko ikasten - Eusko Jaurlaritza	74,00 EUR
Irakasteko ikasten - Nafarroako Gobernua	74,00 EUR

Kokalekua

Miramar Jauregia

Mirakontxa pasealekua 48, 20007 Donostia

Gipuzkoa