

ARTIGO

DS

SETEMBRO AMARELO UM ESPAÇO PARA FALA E QUEBRA DE TABU

Vamos falar sobre suicídio. Sobre essa dor que devasta, muitas vezes reprimida, sem espaço para fala, que chega a engolir aquele que está em sofrimento. “Eu sinto muito...” “eu estou aqui” “O que você está sentindo?” “Pode chorar.” Silêncio com presença. É desta postura que precisamos falar e praticar com mais frequência, para além do setembro amarelo, que tem grande importância, e desde sua criação nos tem permitido abordar com mais abertura sobre o tema, que infelizmente, durante séculos foi tratado como um grande tabu e até mesmo com discriminação. Você sabia que na Grécia Antiga, mais especificamente na cidade de Atenas, pessoas que cometiam suicídio eram colocadas à margem da sociedade, e quando sepultadas tinham suas mãos cortadas e enterradas bem longe do corpo sepultado? Na época alguns pesquisadores diziam que este ato era para que assim, elas não se vingassem dos vivos. A grande questão é que nós temos um tabu construído de séculos e séculos. São vários os exemplos que reforçam o comportamento de que estar triste ao ponto de uma pessoa querer tirar a própria vida, fosse algo proibido, pecaminoso e duramente isso está enraizado em nossa cultura. Na Roma antiga, uma pessoa que tirava sua prova de vida tinha os bens confiscados. Na idade média, por exemplo, monges que tinham comportamentos de tristeza persistente, eram considerados pecadores e possuídos pelo demônio do meio dia. A grande questão é que por muitos e muitos anos pessoas que apresentavam comportamentos de tristeza, melancolia eram julgadas, e isto fez com que a sociedade lidasse muito mal frente ao tema, e consequentemente negassem falar sobre o assunto, tornando - o ainda mais complexo, difícil e doloroso. Assim, a tristeza foi colocada em um lugar de proibição sem espaço pra fala. A chance de cura se tornou muito mais difícil, pois, se isso é errado, não posso falar, automaticamente preciso me resolver sozinho. E quando a pessoa consegue enfrentar o obstáculo do pedir ajuda, se depara muitas vezes com uma sociedade que não sabe lidar com o tema, e geralmente dizem: “Bobagem, larga disso.” “Frescura, isso é falta de trabalho.” “Triste? Mas você tem tudo?” “Não fica assim não” “Como assim você está desse jeito sem motivo?” Em psicanálise já se dizia: “A proibição funda o desejo” assim podemos nos arriscar a pensar: se a tristeza, a angústia e o pensamento de que a morte é a única saída não podem ser expressados através da fala, o caminho de que existe outra saída fica impossibilitada, assim só resta o ato da morte. É muito comum verificarmos que, na maioria das vezes, aquele que tira a própria vida o faz em um ato de impulso, sem espaço entre o ato que aparece no pensamento e não é verbalizado, falado, questionado, conversado, antes da ação. Quanto mais uma pessoa conversa e fala com alguém sobre suas angústias, medos mais possibilidades e saídas podem surgir, no caso do suicídio em si, o que acontece é o não acesso ou desistência dos porquês, por isso, que nestes casos a terapia é fundamental, pois ali, naquele espaço o indivíduo é provocado no bom sentido a pensar e se expressar por meio de perguntas e outras técnicas, que o levam a um universo de porquês que ampliam o autoconhecimento e compreensão de si mesmo, tornando-o mais habilidoso para encontrar outras possibilidades e saídas, para os inúmeros impasses da vida. Deste modo, o apelo aqui é: Acolha! Ouça! Converse sem julgamento! Esteja atento. Seja você um ser humano que dá espaço pra fala, que possibilita através da sua escuta um expandir de consciência àquele que está com o coração quebrado, despedaçado, para que neste espaço ele possa encontrar uma oportunidade de se colar, se reconstruir, de gerar transformação. Ajude-o a buscar ajuda, algumas vezes o auto- preconceito é tão grande que a pessoa não encontra nem forças para isso.

Cynthia Lemos é Psicóloga Empresarial e Coach na Grandy Desenvolvimento Humano.

JORNAL DIÁRIO DA SERRA Propriedade da AJOTA ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA CNPJ: 29.464.235/0001-16 Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões 78302-028 Tangará da Serra-MT ISSN 22386467	REDAÇÃO DIREÇÃO DE JORNALISMO Fabiola Tormes CONTATO ds@diariodaserra.com.br Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do DIÁRIO DA SERRA (65) 3326-4724  www.diariodaserra.com.br www.ds.jor.br
TIRAGEM 1 MIL EXEMPLARES CIRCULAÇÃO Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso. CENTRAL DO ASSINANTE (65) 3326.6501 	DEPARTAMENTO COMERCIAL PUBLICIDADE ASSINATURA PUBLICIDADE LEGAL Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA SERVIÇOS GRÁFICOS E. Tormes e Cia. LTDA CNPJ: 14.048.123/0001-07 CONTATO: adm@diariodaserra.com.br Fone: (65) 3326-4724