ورقة بحثية مقدمة من قبل أ . د جعفر شهيد هاشم الى وحدة الارشاد النفسي والتوجيه التربوي / كلية الاعلام / جامعة بغداد

 **((ظاهرة الانتحار ... الاسباب، المعالجات ))**

تـُعد ظاهرة الانتحار من الظـواهر الاجتماعية التـي اخـذت اهتمـاما واسـعاً مـن قبـل المتخصصين فـي علـم الاجتمـاع و علـم الـنفس والقـانون والـدین، فالانتحار يعرف بأنه ظاهرة اجتماعية ، ومشكلة نفسية طبية ، يزهق الشخص روحه بسبب عجز عن مواجهة الواقع ، أو فشل شخص في حل المشكلات الطارئة أو يأس لعدم القدرة على التكيف مع الظروف الطارئة المستجدة والطارئة . وتعرف االموسوعة العربية عملية الانتحار بأنه قتل الإنسان نفسه عن عمد وقصد . تهدف هذه الورقة لتحليل ظاهرة الانتحار التي تّعد من الظـواهر الاجتماعية التـي اخـذت حیـزاً لان الانتحـار یعّـد سـلوكاً عـدوانیاً یلحـق الضـرر الفـادح بالهیئـة الاجتماعیـة للمجتمـع، فـلا یكـاد یخلو یوم من دون حدوث حالات انتحار فـي العـالم لفئـات عمریـة مختلفـة مـن طبقـات المجتمـع كافة، وبأسالیب وطرائق متنوعة بحسب البیئة التي یعیش فیها المنتحر، ویثیر موضوع الانتحار حساسیة اجتماعیة ودینیة، قد تصل الى إحجام بعض الدول عـن نشـر تفاصـیل دقیقـة عـن اعـداد المنتحـرین، وذلـك خوفـاً مـن تزایـد حـالات الانتحــار او اتهـام الحكومـات بالتقصـیر بمراعاة حقوق افراد مجتمعاتها، وفي الآونة الاخیرة زادت حوادث الانتحـار بنحـو غیـر مسـبوق بسبب اجتیاح جائحة كورونا العالم التي عطلت الاقتصـاد العـالمي وفرضـت علـى سـكان العـالم عزلــة داخلیــة وخارجیــة، الامــر الــذي جعــل انتشــار ظــاهرة الانتحــار تــزداد عمــا كانــت علیــة وأصـبحت ســبباً أخـر یضـاف الـى اسـباب الانتحـار فــي العـالم، بحســب الاحصـائیات الرســمیة الصادرة من المنظمات والهیئات الدولیة والعالمیة، وقد تبین ان الأمراض النفسیة والجسدیة وسلسلة الاحباطـات النفسـیة والاجتماعیـة التـي یواجههـا الافـراد وعجـزهم عـن ملاحقة خصائص العصر من اكثر الدوافع التي تحفز للانتحار .هناك أسباب عديدة للانتحار حول العالم ، خاصة في سن المراهقة، حيث يتجه تفكير بعض الشباب الى الانتحار، بسبب عدم تحمل المسئولية أو معاناتهم لمشاكل عائلية، ويعد الانتحار الرقم الأول في الوفاة عند المراهقين، خاصة وأنهم يعانون من أزمات ضخمة، ولخبطة هرمونات، وأثناء انشغال الأهل في مشاكلهم الشخصية لم ينتبهوا لمشاكل أبنائهم النفسية، وهناك عدد عوامل تشير إلى إقدام المراهق على الانتحار حيث يجب على الأسرة الانتباه لأبنائها في هذا السن الخطر، ومراقبة تصرفاتهم بشكل كبير.العالمية وأكدت منظمة الصحة العالمية، أن اسباب الانتحار تختلف من بلد إلى آخر بسبب الثقافات المختلفة وطبيعة الأشخاص، بالإضافة إلى اختلاف الانتحار في البلاد المتقدمة عنها في البلاد النامية، حيث ترتفع نسب الانتحار في البلدان المتقدمة عن غيرها من البلدان ذات الدخل المتوسط، كما أن اختلاف الثقافات والضوابط الدينية والإيمان بالغيبيات غالبا ما يؤثر على السلوك الشخصي للمقدم على الانتحار ، ولكن حين تتراكم الأزمات الاجتماعية الضاغطة على الأفراد تبدأ فكرة الانتحار تراود الشباب كمخرج سلبي سريع من الأزمة التي يعانوا منها.

**احصائيات الصحة العالمية**

ووفقاً لاحصائيات منظمة الصحة العالمية لعام (٢٠١٦ مثلا )، أن ما يقرب من ٨٠٠ ألف شخص ينتحرون في كل عام في جميع أنحاء العالم، مما يجعل متوسط معدل الانتحار بنسبة ١٠.٥ لكل ١٠٠ ألف نسمة. ففي العراق، تم تسجيل ٤٤٧ حالة انتحار خلال عام ٢٠١٨، أي  بمعدل ١.٧حالة لكل ١٠٠ ألف نسمة.

في حين أن هذه الأرقام قد تكون أقل من العدد الحقيقي، فقد أظهرت دراسة حديثة أجرتها وزارة الصحة العراقية بأن معدلات الانتحار في تزايد. حيث تمثل معدلات الانتحار خلال عام ٢٠١٨ زيادة بنسبة ٦٤ في المائة مقارنة بعدد الحالات التي سجلتها وزارة الصحة في عام ٢٠١٥ (٢٩٠)، ومعظم حالات الانتحار أقدم عليها الشباب الذين تقل أعمارهم عن ٣٠ عامًا.

فقد تم الاستشهاد بقضايا الصحة النفسية الموجودة مسبقًا كعوامل تؤدي إلى الاقبال على الانتحار في جميع أنحاء البلاد. ومع ذلك، ربما سنوات من العنف في العراق تقترن أيضًا بإرتفاع معدلات الانتحار بين الشباب. ويرجع هذا الارتفاع إلى زيادة مشاكل الصحة النفسية بما في ذلك الاكتئاب والقلق والاضطرابات النفسية، لا سيما بين مجتمعات النازحين والعائدين.

وبهذا الصدد، مدير الصحة النفسية في وزارة الصحة العراقية، قال الدكتور عماد عبد الرزاق) فإن معظم الأشخاص الذين مروا بحالة نزوح قد أصيبوا باضطرابات نفسية حتى بعد عودتهم إلى مناطقهم الأصلية. حيث ظهرت أعراض الاكتئاب المتوسط إلى الحاد مع السلوك الانتحاري أو العدواني على حوالي ٢٥ في المائة من الأشخاص الذين أقدموا على الانتحار."وأضاف الدكتور عبد الرزاق، "لا يزال العديد من النازحين يعيشون في المخيمات، ولا يمكنهم العودة إلى مناطق سكناهم الأصلية وممارسة حياتهم الطبيعية، بسبب عدم توفر خدمات الصحة النفسية وفرص سبل كسب العيش.

وهناك العديد من العوامل التي تؤدي الى الانتحار .

**العوامل التي تؤدي إلى زيادة خطورة الانتحار**

1/ الإصابة باضطراب نفسي، مثل الاكتئاب

2/ وجود محاولات انتحار سابقة أو تاريخ عائلي من السلوك الانتحاري

3/ وجود تاريخ عائلي من الإصابة باضطراب المزاج

 4/ وجود تاريخ من التعرض للاعتداء البدني أو الجنسي

 5 / التعرض للعنف، مثل الإصابة بسلاح ما أو التهديد به

6 / سهولة الوصول إلى وسائل الانتحار، مثل الأسلحة النارية

7 / فقدان الأصدقاء المقربين أو أفراد العائلة أو الخلاف معهم

 8 / تناول الكحوليات أو المخدرات

 9 / حدوث حمل عن علاقة غير شرعية

10 / العزلة الاجتماعية سبب للتعرض للانتحار

**المعالجات والحلول للحد من الانتحار**

1/ الاعتناء بالصحة النفسية للفرد من طرف الوالدين خاصة في مرحلتي الطفولة والمراهقة

 2/ خلق مراكز استقبال و استماع تعنى بمشاكل المراهقين و تهتم بالكفالة النفسية للإفراد ذوي الميول الانتحارية، و حتى الأفراد الذین مروا إلى الفعل. .

3 / وجوب توعية الأسر و خاصة الوالدين بخطر الظاهرة، و تسليط الضوء على العوامل المؤدية إلیها لتفادي وقوع الفرد في خطر الأقبال عليها. .

4 / لابد من وجود فریق متخصص للتكفل النفسي والطبي والاجتماعي بمحاولي الانتحار. .

5 / عقد الندوات والمؤتمرات التي من شأنها التوعية بعواقب ظاهرة الانتحار على الفرد والمجتمع

 6/ تجدر الإشارة أن الظاهرة ما زالت محصورة في بعض الدراسات العلمية والتي تعد قلیلة بالنسبة لخطر تزايد آثار الانتحار.