

بررسی رویدادهای استرس زای زندگی در افراد اقدام کننده به خودکشی در استان ایلام

ستار کیخاونی^۱، دکتر کورش ساکی^۲

چکیده

امروزه یکی از مشکلات اجتماعی، روانی وجود استرس یا فشار روانی است که واکنش افراد به این رویدادها متفاوت است، یکی از این واکنش ها خودکشی و اقدام به خودکشی است. در این پژوهش به بررسی رویدادهای استرس زا در افراد اقدام کننده به خودکشی طی سالهای ۷۶ و ۷۷ در استان ایلام پرداخته شده است. مطالعه بصورت توصیفی - مقطعی و روش نمونه گیری در دسترس بود. تعداد افراد مورد مطالعه ۱۸۴ نفر بود که رفتار اقدام به خودکشی داشتند و معادل آن یک گروه، به عنوان گروه گواه انتخاب شدند. اطلاعات مورد نیاز با استفاده از پرسشنامه یا سیاهه رویدادهای پیکل و همکاران جمع آوری گردید.

نتایج نشان داد مهمترین رویدادهای استرس زای این افراد مشکلات خانوادگی، درگیری و تنبیه بدنی، کنترل بیش از حد بر رفتار افراد، اختلافات خانوادگی و بیماری شخص، از دست دادن یک شی با ارزش، مشکلات مالی و بیکاری، شکست در امتحان، بهم خوردن نامزدی، تخلف از قانون و سایر عوامل ناشناخته بود. با توجه به نتایج این بررسی شناسایی افراد در معرض خطر و برگزاری کلاسهای آموزشی برای خانواده ها و تقویت تیمهای درمانی، روانپزشکی و روانشناسی، مشاوره و تقویت سیستمهای حمایت اجتماعی - اقتصادی می تواند در امر پیشگیری از خودکشی و کاهش این آسیب اجتماعی نقش داشته باشد.

واژه های کلیدی: رویدادهای استرس زا، خودکشی، فشار روانی

۱. روانشناس و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام

۲. روانپزشک و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام

مقدمه

خودکشی مرگی است که عمداً و عملاً به دست خود شخص انجام می‌گیرد. ادوین اشنایدمن خودکشی را عمل آگاهانه آسیب رساندن به خود که میتوان آنرا یک ناراحتی چند بعدی در انسان نیازمندی دانست - که بر پایه مسائل تعیین شده او این عمل بهترین راه حل تصور می‌شود - می‌داند.

حقیقت این است که قربانیان اقدام به خودکشی مشکلات روانی - اجتماعی پایداری دارند. رفتار اقدام به خودکشی نتیجه شرایط زندگی و رویدادهایی است که برای فرد اتفاق می‌افتد و هم به علت عدم انطباق و سازش فرد در نتیجه عدم مهارت در مقابله با مشکلات زندگی است. بطور کلی استرس یا فشار روانی یک پاسخ کلی است که بدن در مقابل درخواستهایی که با آن مواجه می‌شود از خود نشان می‌دهد. اگر چه مقادیر خاصی از استرس لازمه زندگی انسان است ولی تداوم و شدت بالای آن می‌تواند اثرات آسیب زای روانی - اجتماعی داشته باشد [۳].

وجود رویدادهای زندگی باعث ایجاد استرس و در نهایت فروپاشی روانشناختی و جسمانی فرد می‌شود که این خود آسیب پذیری فرد را افزایش می‌دهد. رویدادهای فشار زای زندگی از دو جنبه می‌تواند در بروز رفتار خودکشی و اقدام به خودکشی دخالت داشته باشند:

الف) جنبه زمینه‌سازی، بسیاری از محققین گزارش کرده‌اند که افراد اقدام کننده به خودکشی در زندگی گذشته خود موارد بیشتری از رویدادهای فشار زای زندگی را تجربه کرده‌اند.

ب) بعد آشکار سازی و عامل بروز رفتار خودکشی، که البته نوع و تعداد این عوامل فشارزا در افراد

مختلف اثرات متفاوتی داشته است. [۱]

خودکشی یک مشکل عمده، بهداشتی اجتماعی است. بررسی‌ها نشان می‌دهند که ۴ تا ۹ درصد از همه کسانی که دست به خودکشی می‌زنند بعلت این اقدام از بین می‌روند. در ایالات متحده آمریکا خودکشی هشتمین علت مرگ و میر و در بین نوجوانان سومین علت مرگ و میر است [۷]. آمارهای سازمان بهداشت جهانی نشان می‌دهد که سالیانه حدود ۴۰۰ هزار نفر خودکشی موفق می‌کنند. خودکشی در ردیف دهمین علت مرگ و میر برای تمام سنین در بین کشورهای جهان است. از لحاظ جنسیت میزان خودکشی در مردان بیش از زنان گزارش شده است [۸]. از لحاظ سن بین سالهای ۱۹۷۰ تا ۱۹۸۰ میزان خودکشی مردهای ۱۵ تا ۲۴ ساله، ۴۰ درصد افزایش یافته و همچنان نیز در حال افزایش است [۶].

آنچه در این پژوهش مد نظر می‌باشد رویداد استرس زای زندگی و خودکشی است. رویکرد روانپزشکی و روانشناختی به خودکشی در جستجوی عوامل زمینه ساز و آشکار ساز آن مسئله، عناصر زیر را مورد بررسی و تأیید قرار می‌دهد: عوامل آشکار ساز از قبیل تغییرات اخیر زندگی بخصوص رویدادهای استرس بین فردی، مشکل جدی با همسر، وارد شدن یک عضو جدید به منزل، بیماری جدی یکی از اعضاء خانواده، بیماری جسمی و مشکلات مزمن یا زمینه ساز (از قبیل تداوم مشکل در موضوعات زناشویی، شغلی، فرزندان، درآمد، سلامتی، سوء مصرف) در بین افراد به خودکشی دیده می‌شود. همچنین مشکلات مزمن اجتماعی (از قبیل اختلاف یا همسر، بیکاری

در افراد گروه مورد ۱۳ درصد و در افراد گروه گواه ۲/۲ درصد باعث اقدام به خودکشی شده است که بین این دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد. ($P=0/05$) مشاگره با همسر در افراد اقدام کننده به خودکشی ۱۸/۵ درصد، دوری از افراد مورد علاقه با یکی از بستگان نزدیک ۲۸/۳ درصد در اقدام به خودکشی مؤثر بوده است. که بین دو گروه، از لحاظ رویدادهای فوق تفاوت معنادار می باشد ($P=0/05$).

همچنین مطابق با اطلاعات جدول شماره یک تخلف خفیف از قانون، بالا رفتن هزینه های زندگی، بهم خوردن نامزدی، بروز بیماری خفیف و شدید جسمی، درگیری با عضوی از اعضاء خانواده که با فرد زندگی می کند، نازایی، مشکلات مادی سنگین، بدهکاری سنگین و ورشکستگی، گرفتن وام سنگین، ترک کردن خانه توسط فرزند، رجوع مجدد همسر پس از ترک، درگیری با عضوی از خانواده که با فرد در یک خانه زندگی می کنند (بجز همسر)، بیکاری بلند مدت، نظارت و کنترل بیش از حد، تشبیه بدنی توسط اعضاء خانواده یا همسر و سایر موارد ناشناخته، رویدادهای استرس زایی هستند که در افراد اقدام کننده به خودکشی بیشتر گزارش شده است و به عنوان رویداد استرس زای زندگی تلقی شده اند.

گسترده‌گی بعد خانوار، مقروض بودن) در بین افراد اقدام کننده به خودکشی مشاهده می شود. این تحقیق با هدف تعیین میزان رویدادهای استرس زای زندگی در افراد اقدام کننده به خودکشی با توجه به متغیرهای مورد نظر صورت گرفته است.

مواد و روشها

بررسی حاضر یک تحقیق توصیفی گذشته نگر می باشد. جامعه آماری در این پژوهش افراد اقدام کننده به خودکشی در سالهای ۱۳۷۶ و ۱۳۷۷ در استان ایلام بودند. تعداد کل افراد مورد بررسی ۱۸۴ نفر که از این تعداد ۵۴ نفر مرد و ۱۳۰ نفر زن بودند. روش نمونه گیری نمونه در دسترس بود، که پس از اخذ مجوزهای لازم، از طریق پرسشنامه یا سیاهه رویدادهای زندگی پیکل و همکاران (۱۹۷۱) اطلاعات لازم جمع آوری شد. این پرسشنامه شامل ۶۱ رویداد زندگی است که آزمودنی بایستی شخصاً این رویدادها را تجربه کرده باشد و علامت بزند و با تغییراتی که در این پرسشنامه در ایران صورت گرفته است تعداد سئوالات به ۷۱ سئوال رسیده است. پایایی این پرسشنامه از طریق بازآزمایی بررسی و میزان آن ۷۸٪ بوده است. روش آماری این تحقیق مقایسه میزان استرس های زندگی در افراد اقدام کننده به خودکشی و گروه گواه بود و از طریق روشهای آماری غیر پارامتریک X^2 با استفاده از برنامه کامپیوتری SPSS صورت گرفته است.

یافته های پژوهش

بررسی نتایج این پژوهش نشان داد که از دست دادن یک شی که دارای ارزش شخصی زیادی است

جدول ۱. مهمترین حوادث استرس زای زندگی در افراد اقدام کننده به خودکشی و گروه شاهد

گروه شاهد		اقدام کننده به خودکشی		نوع استرس
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
۱۰/۸	۲۰	۲۳/۹	۴۴	درگیری با عضوی از خانواده که با فرد زندگی می کنند (بجز همسر)
۴/۳	۸	۱۰/۳	۱۹	بیکاری بلند مدت
۰	۰	۲/۷	۵	نظارت و کنترل بیش از حد
۰	۰	۲۷/۷	۵۱	تنبیه بدنی توسط اعضای خانواده یا همسر
۲/۲	۴	۱۳	۲۴	از دست دادن یک شی بسیار با ارزش
۲۶/۸	۴۹	۳۲/۱	۵۹	عدم موفقیت تحصیلی
۲۰/۲	۳۷	۲۹/۹	۵۵	عدم کفایت حقوق و درآمد
۶/۵	۱۲	۱۱/۴	۲۱	بیماری جسمی شدید
۱۰/۳	۱۹	۱۸/۵	۳۴	مشاجره و درگیری با همسر
۰	۰	۵/۴	۱۰	تخلف خفیف از قانون
۲۸/۳	۵۲	۳۸/۶	۷۱	بالا رفتن هزینه های زندگی
۱/۱	۲	۵/۴	۱۰	به هم خوردن نامزدی
۱۲/۷	۲۳	۳۱	۵۷	بیماری خفیف جسمی
۸/۲	۱۵	۲۴/۵	۴۵	درگیری با عضوی از خانواده ، که با فرد زندگی نمی کند
۱/۶	۳	۶/۵	۱۲	نازایی
۶/۵	۱۲	۱۹/۶	۳۶	مشکلات مادی سنگین (بدهکاری و ورشکستگی)
۱/۶	۳	۸/۲	۱۵	مشکل در روابط جنسی
۲/۷	۵	۷/۶	۱۴	رجوع مجدد همسر پس از اینکه یکی از طرفین منزل را ترک کرده است
۳/۸	۷	۱۰/۹	۲۰	اضافه شدن فردی به افراد ساکن در منزل (مثلاً خواهر زاده بمنظور ادامه تحصیل در دانشگاه)
۲/۷	۵	۹/۲	۱۷	سایر

بحث و نتیجه گیری

استرس و تعدیل کننده رفتار اقدام به خودکشی در افراد اقدام کننده تلقی شده اند.

به طور کلی پژوهش در زمینه مسائل اجتماعی - روانی همچون خودکشی با توجه به بار عاطفی که در برقراری ارتباط با افراد در معرض خطر دارد کار دشواری است و عدم همکاری افراد و بعضی از سازمانها و ادارات و محل زندگی افراد اقدام کننده از محدودیتهای این پژوهش می باشند.

پیشنهاد می شود جهت پیشگیری از بروز خودکشی، افراد در معرض خطر و تحت استرس، شناسایی و مورد حمایت روانی - اجتماعی - اقتصادی قرار گیرند. چون مشکلات خانوادگی مهمترین رویدادهای استرس زا می باشد جهت ارتقاء سطح آگاهی خانواده، آموزشهای لازم تدارک و حمایتهای مالی جهت افراد در معرض خطر توسط سازمانهای حمایت کننده در اولویت قرار گیرد. توسعه مراکز بهداشتی درمانی و تدوین برنامه های آموزشی نیز از پیشنهادات محقق در جهت رسیدن به اهداف نتایج این پژوهش می باشند.

تشکر و قدردانی

از همکاری کلیه واحدهایی که در زمینه گردآوری اطلاعات این پژوهش از جمله پرسنل محترم واحد پیشگیری مرکز بهداشت استان، اداره آمار دانشگاه علوم پزشکی در زمان تصدی شادروان حاج علی نجات باسره و مهندس عبدالحسین پورنجف نهایت تشکر و قدردانی بعمل می آید. همچنین از مدیریت محترم پژوهشی دانشگاه و پرسنل این مدیریت که در اجرای این پژوهش ما را یاری نموده اند نهایت تشکر و قدردانی به عمل می آید.

نتایج این پژوهش وجود رویدادهایی را نشان می دهد که در افراد اقدام کننده به خودکشی از فراوانی بیشتری برخوردار می باشند. از جمله رویدادهای استرس زایی که در این پژوهش در افراد اقدام کننده به خودکشی نسبت به گروه گواه بیشتر بوده است عبارتند از مشاجرات خانوادگی، تنبیه بدنی توسط اعضاء خانواده یا همسر، عدم موفقیت تحصیلی، عدم کفایت حقوق و درآمد، از دست دادن یک شی با ارزش، بالا رفتن هزینه زندگی، بیماری جسمی شدید یا خفیف، اضافه شدن فردی به خانواده (اقوام درجه دوم) می باشند.

در تحقیقی که توسط مارتی (۱۹۹۴) انجام گرفت نتایج آن نشان داد که ۸۰ درصد افراد اقدام کننده به خودکشی دارای مشکلات شغلی، خانوادگی، بیماریهای جسمانی، مشکلات عادی، بیکاری، جدایی و مرگ بوده اند [۶].

در مجموع نتایج تحقیقاتی که در ایران صورت گرفته است عواملی همچون طلاق، بیکاری، ازدواج تحمیلی، اختلاف و مردسالاری، کنترل بیش از حد، تهمت زدن، بی سوادی، درآمد پائین با افزایش نرخ خودکشی و اقدام به خودکشی ارتباط داشته اند [۴ و ۵].

با توجه به نتایج بدست آمده، آن چیزی که بایستی مدنظر باشد طرز تلقی فرد از رویداد به عنوان عامل واکنش به استرس می باشد و در کل چگونگی کنار آمدن با مشکلات و رویدادهای استرس زای زندگی می تواند به عنوان یک عامل بسیار مهم در کنترل رفتارهایی باشد که رفتار منجر به خودکشی را در فرد تقویت و یا آنرا کنترل نماید اما آنچه که غیر قابل انکار است وجود این رویدادها به عنوان عوامل

منابع

6- Deman AJ., Leduc CPS. *Suicidal ideation in high school student , depression and other correlation . journal of clinical psychology 1995,51,173-181.*

7- Sadoch BJ., Kaplan HJ. *Comprehensive text book of psychiatry (Cythed). Baltimore : Willims and Wilkins.*

World Health Organization (1993)

.Cyuideline for the primary prevention of mental , neurological and psychosocial disorder ,suicide

۱- ابراهیمی ، امراالله . مطالعه جنبه های روانشناختی سازگاری پس از ضایعه نخاعی پایان نامه دوره کارشناسی ارشد ، انستیتو روانپزشکی تهران : دانشگاه علوم پزشکی ایران ، ۱۳۷۱

۲- اسلامی نسب ، علی . بحران خودکشی ، چاپ اول ، تهران : انتشارات فردوسی ، ۱۳۷۱.

۳- اتکینسون ، ریتال ، اتکینسون ، ریچاردس ، هیلگارد ، ارنست ر : زمینه روان شناسی ، ترجمه محمد نقی براهنی و همکاران ، چاپ دوم ، تهران : انتشارات رشد ، ۱۹۸۳.

۴- حسن زاده ، مهدی . بررسی علل خودکشی در اصفهان ، تازه های تحقیق در پزشکی ، تهران : مرکز اطلاعات و مدارک علمی ایران ، ۱۳۶۳.

۵- حیدری پهلویان ، احمد . وضعیت روانی - اجتماعی اقدام کنندگان به خودکشی در شهرستان همدان ، اندیشه و رفتار ، شماره ۹/۱۰ سال ۱۳۶۶.

Life stress-causing events among suicide committers in Ilam.

Dr. saki K. ,kaikhavani s.,

Abstract: psychologic stress is considered a psyco-social problem to which people's reactions vary nowadays. Suicide commitments and attempts are two common such reactions. This study deals with stress-causing events effective in attempts of suicide in Ilam during 1997-1998. The research is a cross-sectional descriptive one with an accessible sampling.

The studied cases included 184 ones with behaviour of suicide attempt. An equal number was selected as the control group. Questionnaires or 'pickled' events' forms were used to collect the needed data. According to the findings the most considerable stress-causing events were; family problems, conflicts and physical punishments, over-confinement of people's behaviours, family friction and diseases, losing valuable properties, financial problems and joblessness, failure at exams, failed marriage procedures, law disobediences and other unknown factors.

Considering the achieved results the following measure can decrease and prevent suicide as well as the social loss rate :

- recognising people at risk
- holding training courses for families
- building up psychiatric, psychologic and therapeutic teams
- consultations and improving socio-economic support systems

Keywords : *stress, causing events, suicide, psychological stress*