الانتحار في علم النفس

شغلت ظاهرة الانتحار المنظرين في علم النفس كونه يمثل مشكلة نفسية ذلك ان ظاهرة الانتحار شهدت انتشارا واسعا على المستوى العالمي حتى ان المنظمة العالمية للصحة خصصت اليوم العاشر من سبتمبر (١٠ / ٩) من كل عام كيوم عالمي للانتحار حيث سجل متوسط حالات الانتحار بمعدل ٣٠٠ حالة في اليوم .

تعرف الانتحار : هو عملية قتل الذات بذاتها او من يقتل نفسه والكلمة مشتقة من نحر اي ذبح وقتل ويختلف الانتحار الارادي عن الاجباري فالارادي هو باختيار الفرد يقدم عليه الفرد للخلاص من صعوبات غير محتملة ويختار وسيلة الانتحار اما الاجباري فهو باختيار الجماعة كالتضحية وهم من يحددون له وسيلة الانتحار ، الانتحار هو التصرف المتعمد من قبل شخص ما لإنهاء حياته .ويرى آخرون أنه قتل النفس تخلصا من الحياة، وقد اختلفت الآراء حول الانتحار هل يعكس شجاعة الشخص المنتحر أم جبنه اوانعكاس لفشله وعدم الحاجة لاستمرار حياته.

الانتحار في الاسلام :وقال الله تعالى: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا * وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصْلِيهِ نَارًا وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا *﴾ الانتحار في الشريعة الاسلامية قتل الشخص نفسه عمدا، ويعد جريمة ومعصية يأثم فاعله، وهو حرام اتفاقا بأدلة من المنقول والمعقول، قال الله تعالى :﴿ولا تقتلوا أنفسكم﴾ .فالنفس ملك لله، والحياة وهبها الله للإنسان، فليس له أن يستعجل الموت بإزهاق الروح؛ لأن ذلك تدخل فيما لا يملك، حفظ النفس أحد الكليات الخمس في الشرع الإسلامي، وتؤكد تعاليم الدين الإسلامي على أن الإنسان في هذه الحياة في مرحلة عابرة، وأن الحياة الحقيقية هي الحياة الأخروية التي يجازى فيها الإنسان يوم يقوم الناس لرب العالمين، وأن هذه الحياة فترة اختبار أي: دار امتحان وابتلاء، وعلى هذا الأساس فإن الإسلام يحث على الصبر على طاعة الله وفي مواجهة الحياة وما يعرض للإنسان من متاعب بروح الإيمان بالله واليوم الآخر، والتسليم لأمر الله وقدره، وعدم الجزع، ولا اليأس من رحمة الله

قال رسول الله" :ﷺ من قتل نفسه بحديدة؛ فحديدته في يده يتوجأ بها في بطنه في نار جهنم خالدا مخلدا فيها أبدا، ومن شرب سما فقتل نفسه؛ فهو يتحساه في نار جهنم خالدا مخلدا فيها أبدا، ومن تردى من جبل فقتل نفسه؛ فهو يتردى في نار جهنم خالدا مخلدا فيها أبدا وهذا من باب مجانسة العقوبات الأخروية للجنايات الدنيوية ويؤخذ منه أن جناية الإنسان على نفسه كجنايته على غيره في الإثم لأن نفسه ليست ملكا له مطلقا بل هي لله تعالى فلا يتصرف فيها إلا بما أذن له فيه .«وفي الحديث: دليل على المماثلة في القصاص، قال الله تعالى :﴿وجزاء سيئة سيئة مثلها﴾

اسباب الانتحار :

١- ان الانتحار من الناحية النفسية يعد شخصية المنتحر شخصية منسحبة لا تستطيع التعامل مع المشاكل الصعبة والانتحار حسب الطب النفسي هو الفعل المتعمد لقتل النفس لاسباب كثيرة كالهروب من مرض عضال او الفقر المدقع او العار المشين او الحب المرفوض او هروب من منازعات عائلية او فقدان ثروة كما ان الجهد المضني والاغمال الشاقة قد تدفع الانسان الى الانتحار.

٢- ويتراوح الانتحار بين التفكير العابر او الدائم او التهديد بالانتحار للفت الانتباه والتنفيذ الفعلي كما ان هناك الانتحار البطيء كرفض الطعام او الادمان على المخدرات والقيادة المتهورة للسيارات .

٣- إن عنصر الكآبة هو الأوفر حظاً في السيطرة على مشاعر من لديه قابلية للانتحار كذلك مشاعر اليأس لها دور كبير في التمهيد للانتحار ،إن تكرار محاولات الانتحار أو التفكير في الانتحار هي أسباب قوية لتنفيذ هذا الانتحار فيما بعد

٤- إن الإدمان على الكحول والمخدرات قد يكون أحد الأسباب المؤدية للانتحار

٥- المعتقد الديني حول الانتحار له دور أساسي في قبول فكرة الانتحار، فعند جهل الإنسان بأن الانتحار محرّم قد يستسهل هذه العملية. وقد يعتبر البعض أن الانتحار هو قرار نبيل للدفاع عن أخطاء أو خسارات كبيرة لا يتحملها العقل.

٦- قد ينتحر الشخص لافتقاد حياته الدافعية والمعنى فيكسر نمط حياته بالانتحار وقد يتعرض الشخص لضغوط انفعالية فيتصرف بطيش لا يقصد منه الانتحار فعلا وقد يكون الانتحار من باب التقليد والمحاكاة كوجود جسر مشهور بألقاء المنتحرين لانفسهم منه فيقلد من سبقه او قد يكون الانتحار جماعي .والرسائل التي يتركها المنتحرون تؤكد شعورهم بالوحدة والانهيار النفسي والمعاناة لفقد عزيز او المعاناة الصحية او الخوف من المستقبل وتقل حالات الانتحار في ازمات الحروب والكوارث والزلازل .

٧- بعض الشعوب لديها رمزية خاصة للانتحار كما هو عند اليابانين ، وحوالي ٣٥ %من حالات الانتحار ترجع إلى أمراض نفسية وعقلية كالاكتئاب والفصام والإدمان. و٦٥ %يرجع إلى عوامل متعددة مثل التربية وثقافة المجتمع والمشاكل الأسرية أو العاطفية والفشل الدراسي والآلام والأمراض الجسمية أو تجنب العار أو الإيمان بفكرة أو مبدأ.

الانتحار ظاهرة انسانية عامة شاعت في بلدان الحضارية الصناعية والرقي المادي وتعقيد الحياة فالاكثر اقبالا على الانتحار الذين تزودوا بالعلوم التقنية وتفككت علاقاتهم واقلهم من تزودوا بما يصلح الروح ويهذب النفس ويزيد الايمان واعلى نسب اتنحار في اوربا وامريكا واليابان واقلها في البلدان الاسلامية ويقل الانتحار عند اهل الريف ويندران ينتحر الاطفال دون سن العاشرة لان الطفل لا يعرف حقيقة الموت وغالبا ما يكون الانتحار عند المراهق بسبب الاكتئاب لظروف في البيت والمدرسة وتكثر نسبة رغبة البنات على الاولاد في الانتحار ولكن الاولاد يفوقون البنات في النجاح بالانتحار وبالوسائل العنيفة .

اما الاطفال فتساورهم رغبة الانتحار لاسباب تبدو واهية ولكنه يقدم عليه كعقاب ينزله بنفسه لاستدرار عطف الاخرين عن طريق فعل خطير وممنوع او لرغبة في داخله للقتل فيقتل نفسه كتعويض لهذه الرغبة او لفقدانه احد الوالدين .

الوحدة النفسية فهناك ما يسمى بالانتحار النفسي وهو انتحار غير صريح . والسلوك الانتحاري قد يكون للشعور بالوحدة والفراغ النفسي ويزيد الاقبال على الانتحار بزيادة السن وعند المشحونين بالكراهية والعدوان فيزيحها من الناس نحو نفسه او المرضى بذهان الاكتئاب او الانفصام او اضطرابات الشخصية فيستجيب المريض لهلوسة تامره بقتل نفسه

ويوجد للانتحار أسباب عضوية منها الوراثة أو نقص السيروتونين (هرمون السعادة) الذي يسبب الاكتئاب ويؤثر على الذاكرة سلبا .

الانتحار واسباب الحياة

الذين يضعون لانفسهم سببا للحياة وتوقعات للمستقبل وسيلة لمواجهة ضغوط الحياة وعدم الانتحار وملخصها

- **البقاء والمواجهة**
- **المسؤلية تجاه الاسرة**
- **الخوف من الانتحار**
- **الاهتمام بالاطفال**
- **معارضة اخلاقية واجتماعية**
- **الانسان بطبيعته كائن ينزع الى الحياة**

اشهر النظريات النفسية المفسرة للانتحار

ومن اشهر النظريات التي تفسر الانتحار نظرية اميل دوركهايم وسيجموند فرويد فالانتحار عند دوركهايم ظاهرة اجتماعية يحكمها علاقة الانسان بالمجتمع ويميز ثلاث انماط للانتحار :

انتحار الايثاري(انتحار يدفع اليه الغير) يقره المجتمع كانتحار الياباني على طريقة الهاراكيري لسوء سمعة او الانتحار الفدائي كاميكاز خلال الحرب العالمية الثانية والتقليد الهندي سوتي حيث الارملة تحرق نفسها مع جثة زوجها

انتحارالاثري (الانتحار المدفوع اليه الفرد من نفسه) بسبب فشله في التوافق مع مجتمعه والتفكك الاسري

انتحار فوضوي (انتحار يدفع اليه فقدان شيء) وكان هذا الشيء مرتبط بالحياة ويظهر في فترة اضطراب التنظيم الاجتماعي .

يرى دوركهايم ان الانتحار من صنع المجتمع باوضاعه الاجتماعية والاقتصادية والطائفية لانه مسؤول عن الفرد وتجعل الفرد يحس بالتعارض بين الامال والطموح والوسائل المتاحة لتحقيقها وقد وجد دوركهايم ان الازمات الاقتصادية وانتقال الانسان من الرخاء للفقر اثر في زيادة معدلات الانتحار ففي هونغ كونغ مثلاً تزايدت نسبة الانتحار بسبب الأوضاع الاقتصادية وفي الولايات المتحدة الأمريكية ينتحرون بسبب الخواء الروحي والمزاج الضعيف، وتأثير مجتمع الاستهلاك والنفعية والفردانية (البراغماتية) وانعدام التواصل والشعور باللاجدوى والضغط النفسي وانعدام الحياة الاجتماعية الطبيعية .. فالانتحار في فترة غير بعيدة من التاريخ كان نظام اجتماعي مقبول يقام في حفلات تكريم خاصة استجابه لدواعي البطولة والعقيدة والوفاء الاسري .

اما نظرية فرويد في التحليل النفسي فاسباب الانتحار نفسية وهي مشاعر حب تتحول بسبب الاحباط الى كراهية تنصرف عن المحبوب نحو شخص المحب ولكي يدمر المحبوب لا بد ان يدمر نفسه .ويفترض فرويد ان التكوين النفسي يتضمن غريزتين متصارعتين هما غريزة الموت والتدمير وهي مصدر السلوك العدواني وغرزة الحياة مصدر الفعل الخلاق والسلوك البناء ويرى فرويد ان غريزة الموت هي الغالبة بفضل ما تولده من ميول سادومازوشية فترتد الكراهية والعدوان نحو الذات .

اما المجتمعات الحديثة فيعد الانتحار فعل لا اخلاقي يجرمه القانون وتحرمه الاديان السماوية والطب العقلي في بداياته يرى ان سبب الانتحار هو مرض عقلي وهذيان بسبب اضطرابات عصابية وذهانية والسوداوية والفصام وادمان الكحول دون النظر الى علاقة الانسان بالمجتمع والبيئة باديء الامر ولكن في القرن العشرين تغير الموقف من الانتحار باعتباره مرض الى الانتحار باعتباره انحرافات نفسية

للاطلاع فقط

امثلة على السلوك الانتحاري للكاتب والصحفي البريطاني آرثر كيسلر (١٩٠٥-١٩٨٣) بدأت خيوط الانتحار تبدو بالنسبة له فلسفة ونهجاً فقد انضم إلى جماعة (الخروج التي تنادي بالخلاص الذاتي وتعتبر حياة الفرد ملكاً لصاحبها فهو يملك حق التخلص منها بالموت الإرادي فكسلر الذي اشتد عليه مرض اللوكيميا وحالته النفسية الموصوفة بالمزاج المتقلب والسلوك الصعب المشاكس وميوله للعزلة والانزواء وتعرضه للعقاب المؤلم المتكرر من قبل أمه المتسلطة إضافة إلى تعرضه للاكتئاب وثورات الغضب الانفعالي بعد أن حكم عليه فرانكو بالإعدام وفشله في التحصيل العلمي الدراسي تضافرت جميعاً لتقوده إلى الانتحار وتجعلنا نعتقد أن انتحاره حاصل تحصيل تاريخه النفسي وكحالة انتحار الفنان اليهودي ياييم لادجنسكي من ظلم الصهيونية وحالة انتحار الفنان الهولندي فان جوخ لاستحالة انسجامه مع الآخرين وشعوره بالغربة لنستخلص نتيجة توصل إليها الروائي الإنكليزي د . هـ لورانس (التواصل يمثل صمام أمان ضد الانتحار) ومن الفنانين الذين اختاروا الانتحار إرنست همنغواي، كاتب وصحفي أمريكي وفائز بجائزة نوبل للآداب، انتحر عام ١٩٦١ بطلقة نارية في الرأس. والمغنية داليدا والممثلة مارلين مونرو ومن الفنانين الذين حاولوا الانتحار وفشلوا احمد زكي ونجلاء فتحي وصباح ورشدي اباضة وغيرهم كثير .