إنتحار المراهقين.. ليس حلاً للمشكلة

تشير الإحصاءات العالمية، بأنّ الانتحار هو ثالث أهم سبب للموت بين صفوف من تتراوح أعمارهم بين الخامسة عشرة والخامسة والعشرين، كما أنّه يعتبر سادس أهم سبب للموت بين من تتراوح أعمارهم بين الخامسة والأربعة عشر عاماً. فهل يعقل أن يوجد أطفال في الخامسة من العمر ينتحرون؟ ومهما تكن هذه الحالة نادرة بعض الشيء إلا أنها موجودة. فإلام يرجعها الخبراء؟ - إخفاء الحقيقة: أكّدت دراسة للكاتبة الأميركية بريندا هاي، بأن هناك عائلات كثيرة حدثت فيها حالات انتحار تحاول إخفاء ذلك من المجتمع، ونفي ذلك على الإطلاق. وهذا أمر سيئ للغاية، فبدل مواجهة الحقيقة فإنّهم يخفونها، معتقدين بأنّ ذلك أمر مخجل أو أنّ الآخرين سيظنون بأنّ العائلة فاشلة أو مفككة أو لا تستطيع منح أبنائها التربية الصحيحة. وأضافت بريندا: "إحدى مؤسسات وحدات الشرطة الأميركية المتخصصة بالتعامل مع البلطجة أفادت بأنّ الكثيرين من الذين حاولوا الانتحار، ولم ينجحوا، يرفضون الحديث بشكل واضح ومفتوح عن الأسباب التي دعتهم لهذه المحاولة". برأي بريندا في دراستها أن بعض الناس يعتقدون أنّ الحديث عن الانتحار ربما يشجع آخرين على ارتكابه، ولكن ثبت بأنّ العكس هو صحيح. فالحديث الصريح والمفتوح عن انتحار هذا أو ذاك ينقذ حياة الكثيرين، لأنّه يعكس حالة عاطفية تنم عن الضعف ولا يريد أحد الظهور بمظهر الضعف. - الانتحار لحل مشكلة: تشير الرسائل والملاحظات، التي يتركها المنتحرون إلى أنهم قرروا ارتكاب الانتحار لوضع حد لمشكلة كبيرة يعانون منها، أو للتهرب من واقع مرير يعيشونه، وقالت الدراسة:

"50% من حالات الانتحار بين المراهقين مرتبطة بأمور عاطفية مثل شعورهم بالحب واعتقادهم بأنهم لا يستطيعون العيش بدون الحبيب. مما هو ملفت بأن 40% من الناس جميعاً فكروا في لحظة من اللحظات باللجوء إلى الانتحار لإيجاد ما يسمى بالراحة الأبدية". - احصائية: تابعت الدراسة تقول بأن نحو نصف مليون أميركي يحاولون الانتحار سنوياً، إلا أن خمسة آلاف فقط ينجحون في محاولتهم ويقتلون أنفسهم. تتابع بريندا: "نسبة 60% ممن لديهم توجهات للانتحار يتراجعون عن محاولاتهم أو يتم إنقاذهم قبل الوفاة. كما أنّ الانتحار يأتي بعد ارتكاب الجريمة ومرض السرطان من حيث تسببه بالموت بين صفوف المراهقين تحديداً". - علامات للانتباه: هناك علامات خطيرة تظهر على المراهق الذي عنده ميل للانتحار وينبغي على الأهالي الانتباه لها وأخذها على محمل الجد، ومنها: 1- حديثه الدائم عن الانتحار. 2- تصريحاته المتكررة عن اليأس والضعف. 3- قلقة المستمر حول الموت. 4- تقلباته المفاجئة والحادة للطباع. 5- فقدانه الاهتمام بالأشياء كالنشاطات الاجتماعية. 6- عدم الاختلاط بالآخرين وتفضيل العيش في وحدة. - الأسباب: هناك تصنيفان رئيسيان لأسباب الانتحار بين صفوف المراهقين: التصنيف المادي: أسبابه: 1- وفاة فرد مهم من أفراد الأسرة أو صديق عزيز جدّاً. 2- الاعتداء عليه أو التعرض لحادث أدى إلى تشوه في جسده. 3- تعرضه للبلطجة من قبل أشخاص أقوياء لا يقدر عليهم. 4- طلاق الأبوين. 5- الفشل في الامتحانات الدراسية. التصنيف العاطفي: أسبابه: 1- الحب المفرط وتخلي الحبيب عنه. 2- الحزن الدائم والاكتئاب الوراثي. 3- الشعور باليأس في الحياة. 4- الشعور بتأنيب الضمير. 5- الصعوبة في التركيز واتخاذ القرارات. 6- الشعور بالدونية. 7- تخيل الانتحار بأنّه من الحلول الممكنة.