

www.ketab.ir

خودکشی
ارزیابی و مدیریت

سرشناسه	پناغی، لیلی، ۱۳۵۰ -
عنوان و نام پدیدآور	ارزیابی و مدیریت خودکشی / مؤلفین لیلی پناغی، مریم غلامرضایی؛ [برای] مرکز مشاوره دانشجویی دانشگاه تهران و وزارت علوم تحقیقات و فناوری، دفتر مرکزی مشاوره.
مشخصات نشر	تهران: ناردیس، ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری	۱۳۶ ص: مصور، جدول، نمودار.
شماره	۹-۸-۹۰۴۷۵-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
عنوان دیگر	ارزیابی و مدیریت خودکشی: راهنمای کارشناسان مراکز مشاوره دانشگاه‌ها.
موضوع	خودکشی
موضوع	خودکشی - نمونه پژوهی
شناسه افزوده	غلامرضایی، مریم، ۱۳۶۳ -
شناسه افزوده	دانشگاه تهران، مرکز مشاوره دانشجویی
شناسه افزوده	ایران، وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، دفتر مرکزی مشاوره
رده‌بندی کنگره	۱۲۱۰ ۴۴ الفایا HV ۶۵۴۵
رده‌بندی دیویی	۶۴۴/۱۵۲۲
شماره کتابشناسی ملی	۱۳۷۵۶۷۳

عنوان	ارزیابی و مدیریت خودکشی راهنمای کارشناسان مراکز مشاوره دانشگاه‌ها
مؤلفین	دکتر لیلی پناغی عضو هیئت علمی پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی و کارشناس مرکز مشاوره دانشگاه تهران
تیراژ	مریم غلامرضایی ۱۰۰۰ نسخه
نوبت چاپ	اول، بهار ۱۳۹۰
گرافیکست	امیر حسنی
نشانی	تهران، خیابان ۱۶ آذر، خیابان ادوارد براون پلاک ۱۳ و ۱۵، مرکز مشاوره دانشگاه تهران
تلفن	۶۶۴۸۰۳۶۶
نصاب	۶۶۴۱۶۱۳۰
سایت	http://counseling.ut.ac.ir

www.ketab.ir



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
دفتر مرکزی مشاوره



معاونت دانشجویی و فرهنگی
مرکز مشاوره دانشجویی

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به
مرکز مشاوره دانشگاه تهران می باشد.

فهرست مطالب

۱۰	مقدمه
۱۳	۱ میزان شیوع خودکشی و اقدام به آن
۱۹	۲ افسانه‌های رایج درباره‌ی رفتارهای خودکشی
۲۵	۳ تبیین‌های روانشناختی و جامعه‌شناسی از خودکشی
۲۶	۳-۱ تبیین روانشناختی از خودکشی
۲۶	۳-۱-۱ رویکرد روستی‌شناختی
۲۷	۳-۱-۲ رویکرد آسیب‌شناسی روانی
۲۹	۳-۱-۳ رویکرد شناختی
۳۱	۳-۱-۴ خانواده و رویکرد سیستمی
۳۵	۳-۲ تبیین جامعه‌شناختی از خودکشی
۳۵	۳-۲-۱ دور کهایم و خودکشی
۳۹	۳-۲-۲ رویکرد جدید جامعه‌شناختی به خودکشی
۴۱	۴ عوامل خطرزای خودکشی و محافظت‌کننده در برابر آن
۴۲	۴-۱ عوامل محافظت‌کننده‌ی خودکشی
۴۳	۴-۲ عوامل خطرزای خودکشی
۴۴	۴-۲-۱ عوامل جمعیت‌شناختی
۴۵	۴-۲-۲ خودکشی‌گرایی

۴۶	۴-۳-۳ علایم و اختلالات روان پزشکی
۴۹	۴-۳-۴ اختلالات شخصیت
۵۰	۴-۳-۵ تاریخچه‌ی شخصی
۵۵	۵ ارزیابی خطر خودکشی
۵۶	۵-۱ راهنمای ارزیابی خطر خودکشی و نحوه‌ی برقراری ارتباط با افراد
۵۹	۵-۲ چه کسی به ارزیابی نیاز دارد؟
۵۹	۵-۳ نحوه ارزیابی بیمار
۶۰	۵-۳-۱ قدم اول: ارزیابی خودکشی گمراهی
۶۴	۵-۳-۲ قدم دوم: ارزیابی عوامل خطر
۷۳	۵-۳-۳ قدم سوم: چه اتفاقی روی داده است؟
۷۴	۵-۳-۴ قدم چهارم: مداخله
۹۹	۶ پیشگیری از خودکشی
۱۰۳	۶-۱ تحلیل وضعیت موجود
۱۰۶	۶-۲ طراحی مداخله
۱۰۷	۶-۳ انجام مداخله
۱۱۲	۶-۴ ارزیابی
۱۱۷	منابع
۱۲۵	پیوست‌ها
۱۲۶	پیوست ۱: راهنمای ارزیابی خطر خودکشی
۱۳۴	پیوست ۲: ابزار ارزیابی خطر خودکشی (TASR)

مقدمه

از آنجا که بخش عظیمی از جمعیت کشورمان را جوانان و نوجوانان تشکیل می‌دهند، انتظار توجهی ویژه به قشر جوان می‌رود. شاید خودکشی جوانان دانشجو، یکی از تاسف‌برانگیزترین رخدادهایی باشد که می‌بایست توجه تمامی دست‌اندرکاران را به حل و فصل مشکلاتی که زندگی آنان را تا بدین حد غیرقابل تحمل و ناخوشایند می‌کند، برانگیزد. به نظر می‌رسد پیشگیری از چنین فجایعی که منجر به هزینه‌های مادی و معنوی گزافی برای جامعه است، کاری سهل‌الوصول و راهی یکی دو روزه نیست. اگرچه مرکز بین‌المللی بهداشت روانی گزارش می‌کند با وجود اینکه این سازمان پیشگیری از خودکشی را یکی از اهداف حیاتی و اساسی خود قرار داده است، میزان خودکشی تقریباً در پنجاه سال اخیر ۶۰٪ افزایش یافته است. این مهم مستلزم همکاری و همیاری تمام نهادها، سازمان‌ها و افرادی است که در سه سطح پیشگیری می‌توانند مؤثر باشند: مشاوران مدارس و دانشگاه‌ها و افرادی هستند که در هر سه سطح پیشگیری می‌توانند با نفوذ در میان نوجوانان و جوانان نقش مهمی را ایفا کنند. در واقع در بسیاری از کشورها، توجهی تازه و روزافزون به قدرت تأثیرگذاری مشاوران صورت می‌گیرد. مرکز پژوهش‌های انسانی^۱ اعلام داشته است که، پیشگیری از خودکشی در صورتی امکان‌پذیر است که، تمامی فعالیت‌ها اعم از فراهم نمودن بهترین شرایط ممکن برای پرورش فرزندان تا درمان‌های اثرمند اختلالات روانی و کنترل عوامل خطر ساز محیطی صورت گیرند. به علاوه انتشار اطلاعات سودمند و افزایش آگاهی مردم، عاملی اساسی در موفقیت

برنامه‌های پیشگیری از خودکشی است. در واقع در اصطلاح پیشگیری از خودکشی، سه سطح اولیه، ثانویه و سطح سوم را باید در نظر گرفت. پیشگیری سطح اول به افرادی از جامعه می‌پردازد که تاکنون رفتارهایی مبنی بر افکار و قصد خودکشی نشان نداده‌اند. حفظ و افزایش فعالیت‌های اجتماعی جوانان و کاستن از شرایط خطرزای هیجانی، جسمانی و اقتصادی یکی از اهداف این نوع پیشگیری است. مشاوران با اجرای برنامه‌های آموزشی که به دانشجویان آموزش می‌دهد چگونه در بافت‌های اجتماعی نقش‌هایی را بر عهده گیرند و در شرایط فشارزا به خود کمک کنند یا از دیگران (مشاوران) درخواست کمک نمایند، می‌توانند در پیشگیری سطح اول، که مهمترین نوع پیشگیری نیز هست، موثر واقع شوند. پالاش حیاتی برای پیشگیری ثانویه، شناسایی افراد مستعد و در خطر خودکشی و فهم مقصیاتی است که بر رفتار خود-تخریب‌گر آنان تاثیر گذارده است. بنابراین آگاهی یافتن مشاوران از مسایلی نظیر عوامل خطرزای خودکشی، عوامل محافظت کننده در برابر خودکشی و علائم هشدار دهنده‌ی آن، می‌توانند نقش مهمی در پیشگیری سطح ثانویه داشته باشند. در این سطح از پیشگیری، مشاوران با ارزیابی صحیح از احتمال خطر خودکشی در میان دانشجویان، می‌توانند افراد در معرض خطر را شناسایی کرده و با کمک‌های اجتماعی، تحصیلی و روانی از خودکشی آنها جلوگیری نمایند. همچنین در این سطح مشاوران با آموزش و آگاهی دادن به دانشجویان برای شناسایی همکلاسی‌هایی که در مورد آنان احتمال خطر می‌رود و ارجاع به‌جا و مناسب، می‌توانند از وخیم شدن افکار و قصد خودکشی در میان دانشجویان پیشگیری به‌عمل آورند. در سطح سوم پیشگیری، آموزش و فراگیری راه‌های مدیریت بحران، مداخله‌های درمانی و اجتماعی، برخورد درست با دانشجویانی که اقدام به خودکشی کرده‌اند، مانع اقدام مجدد آنان برای خودکشی می‌شود.

اگرچه مخاطبان اصلی این کتاب مشاوران هستند ولی خواندن آن برای کلیه افرادی که به نوعی با خدمات بهداشت روانی سر و کار دارند، نیز خالی از فایده نخواهد بود. همچنین در بخشی از این کتاب به اصول برنامه‌های پیشگیری از خودکشی اشاره شده است که می‌تواند سیاست‌گذاران در عرصه سلامت را مخاطب خود قرار دهد.

کتاب حاضر، پیش‌درآمدی است در آگاه‌سازی و فراگیری بیشتر مشاوران، بدین امید که با نجات جان حتی یک جوان بخشی از دین خود را به کشور عزیزمان ادا کرده باشیم.

حمید پیروی

دبیر منطقه یک مراکز مشاوره دانشگاهها

وزارت علوم تحقیقات و فناوری