أثر الضغط النفسي في المحاولة الانتحارية لدى المراهق

The impact of psychological stress on suicidical attempts in adolescents

كهينة جنان*
جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2
مخبر علم النفس المرضي وعلم النفس العصبي
Kahina Djenane
Laboratory of Psychopathology and Neuropsychology
Mohammed Lamin Dadagin Sétif 2 University
ka.djenane@univ-setif2.dz

بديعة واكلي آيت مجبر
جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2
Badiaa Ouakli- Ait Medjber
Mohammed Lamin Dadagin Sétif 2 University
b.aitmadjbar@univ-setif2.dz

تاريخ الاستلام: 2024/01/30 تاريخ القبول: 2024/05/04 تاريخ النشر: 2024/05/30

- **الملخص:** تؤثر الضغوط النفسية على حياة الفرد سواء بالإيجاب أو السلب، ومدى استجابة الفرد للمواقف الحياتية الضاغطة حسب الفئات العمرية المختلفة، ونظرا لأن مرحلة المراهقة تعتبر مرحلة جد حساسة أردنا البحث في كيفية استجابة المراهق لهذه الضغوط والحلول التي قد يلجأ إليها، ونظرا لتفشي ظاهرة الانتحار في الوسط الشبابي أردنا الكشف عن ما إذا كان يظهر المراهق الذي حاول الانتحار مستوى عالي من الضغط النفسي، حيث تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف على أثر الضغوط النفسية في المحاولة الانتحارية لدى المراهق، حيث تكونت حالات الدراسة من مراهقتين أعمارهن (19 و17) سنة، ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمدنا في ذلك على المنهج العيادي القائم على دراسة حالة لأنه الأنسب لطبيعة الموضوع، كما اعتمدنا في هذه الدراسة على أدوات البحث المتمثلة في المقابلة العيادية ودراسة الحالة حيث تم تطبيق مقياس "لفنستاين" Levenstein لإدراك الضغط النفسي. وتمت الدراسة الميدانية في المركز الاستشفائي الجامعي –سعادنة عبد النور_ بسطيف وذلك بقسم الاستعجالات الطبية والاستعجالات الجراحية. وأسفرت نتائج الدراسة على تحقيق الفرضية الأولى والتي مفادها أن الضغوط النفسية الناجمة عن أسباب عاطفية تؤدي إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية. وكذلك تحقق الفرضية الثانية أيضا والتي مفادها أن الضغط النفسي الناتج عن الإحباط نتيجة الفشل الدراسي يؤدي إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية. وبتحقق هتين الفرضيتين تحققت الفرضية العامة المتمثلة في أن المراهق الذي حاول الانتحار يظهر مستوى عالي من الضغط النفسي، وبالتالي خلصنا إلى أن للضغوط النفسية الأثر في المحاولة الانتحارية لدى المراهق.

- **الكلمات المفتاحية:** الضغط النفسي -الانتحار-المراهق.

- **Abstract:** Psychological stress can have both positive and negative effects on an individual's life, and the individual's response to stressful life situations varies across different age groups. Given that the adolescent stage is considered a highly sensitive period, we aimed to investigate how adolescents respond to such pressures and the solutions they may resort to. Considering the prevalence of suicide

*- المؤلف المرسل

among youth, we sought to reveal whether adolescents who attempt suicide exhibit a high level of psychological stress. The current study aims to examine the impact of psychological stress on suicidical attempts in adolescents. The cases involved two teenage girls aged 19 and 17. To achieve the study's objectives, we relied on a clinical approach based on a case study, which is most suitable for the nature of the subject. The research tools included clinical interviews and a case study, utilizing the "Levenstein" scale to assess psychological stress perception. The field study was conducted at the University Hospital Center - Saadna Abdelnour - in Setif, specifically in the Emergency Medical and Surgical Departments. The study results supported the first hypothesis, indicating that emotional stressors lead adolescents to attempt suicide. The second hypothesis, suggesting that psychological stress resulting from academic failure and frustration leads to suicidical attempts, was also confirmed. By verifying these two hypotheses, the overall hypothesis was confirmed indicating that adolescents who attempt suicide exhibit a high level of psychological stress. Therefore, we conclude that psychological stress significantly influences suicidical attempts in adolescents.

Keywords : Psychological stress - Suicide – Adolescents

مقدمة:

تعتبر المراهقة من أكثر المراحل الحساسة في حياة الإنسان حيث تعتريه طفرة في النمو الفسيولوجي الذي يصاحبه مجموعة من التغيرات الانفعالية والاجتماعية ذات الأهمية الكبيرة والتي تؤثر في جميع جوانب شخصيته وعملية توافقه مع نفسه ومع الأخرين ومع محيطه سواء في المنزل أو المدرسة أو المجتمع (قنيفة، وسعدي، 2016).

يمر الفرد خلال هذه الفترة العمرية بمجموعة من التغييرات الفيزيولوجية ما يعني تغييرات في الهرمونات والبنية الجسدية، وكذا من الجانب العقلي إلى جانب تحديات اجتماعية وعاطفية، بكونها مرحلة مرور من الطفولة الى الرشد، يسعى فيها المراهق للبحث عن الهوية الذاتية وتحقيق ذاته من أجل التأقلم مع التغييرات في الحياة الاجتماعية وكذا التخطيط لمستقبله، وفي طريقه لتحقيق ذاته يمر المراهق بمجموعة من العقبات والإحباطات والضغوط التي يواجهها في محيطه سواء في الأسرة أو المدرسة أو الحياة العاطفية والاجتماعية، هذه الضغوط التي من شأنها أن تؤثر على سلوكاته واستجاباته لها، والسعي لوجود حل لصراعاته، وذلك يعتمد طبعا على بنية الشخصية، ففي حال فشل التوافق أو التكيف قد يلجأ المراهق للانتحار لوضع حد لحياته وضغوطاته كحل أخير لحل مشكلاته، هذه الظاهرة التي أصبحت تشكل خطرا على مجتمعاتنا نظرا لما نراه في عصرنا الحالي من انتشارها وازدياد كبير في معدلات القيام بالانتحار وتنامي هذه الظاهرة ومساسها خاصة بفئة الشباب والمراهقين والذين يعتبرون مستقبل الأمة.

هذا ما دفعنا إلى البحث والتقصي في هذه الظاهرة التي أصبحت على مسامعنا بكثرة من أجل فهمها والبحث عن الأسباب المؤدية إلى القيام بالمحاولات الانتحارية لدى المراهقين، والبحث عن العوامل التي قد تساهم في تأزم الأوضاع من خلال فهم نفسية المراهق والظروف الحياتية التي يمر بها التي لها دور في استجابته لها بهذه الطريقة كالضغوط النفسية المختلفة وكيفية مواجهتها.

1- الإشكالية:

تعتبر فترة المراهقة مرحلة جد حساسة وذلك بسبب خصائصها النفسية والفيزيولوجية التي تتميز بها من تغيرات جسمية ونفسية، حيث تعتبر جسر عبور من الطفولة إلى الرشد، فيتأثر المراهق بالبيئة والأشخاص من حوله ويكون شديد الحساسية، في محاولة منه لفهم نفسه ومشاعره وأحاسيسه وكل هذه التغيرات، وكذا محاولة إثبات نفسه، فنلاحظ تغير واضح في سلوكاته وأفعاله وانفعالاته والتي قد يضر بها نفسه في بعض الأحيان، والتي قد تؤثر على مجالات حياته المختلفة سواء بالإيجاب أو بالسلب، ونظرا لما نلاحظه في مجتمعاتنا الحديثة من الظواهر المنتشرة بكثرة نلاحظ أن معدلات الانتحار أصبحت مرتفعة جدا وفي تزايد مستمر كما أنها شائعة جدا في أوساط المراهقين والشباب سواء كانوا ذكورا أم إناث.

إن مرحلة المراهقة هي مرحلة حرجة سواء في حياة الذكور أو الاناث لذا فإنها تحتاج إلى جهد خاص من القائمين على التربية وخاصة الوالدين في البيت ويليهم المعلمون بالمدارس (أل عبد الله، 2014). فهي فترة تتفجر فيها طاقات حيوية جديدة تشمل كافة النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وهي تغييرات لها متطلباتها التي كثيرا ما تلقى الرفض. ولا شك أن المشكلات التي يتعرض لها المراهق لها أسباب متنوعة فالظروف الاجتماعية والاقتصادية والعوامل الوراثية أيضا لها دخل كبير في مشكلات هذه المرحلة. (الشافعي، 2009)، هذا ما يجعله يقع في صراع نفسي للتوفيق بين مختلف المتطلبات مما يجعله عرضة للضغوط النفسية. وغالبا ما تنجم هذه الضغوط إما عن تنازع وصراعات بين ما يريده العقل وما تريده العاطفة (النوايسية، 2013)، وفي الطريق لمحاولة خل هذا الصراع والحصول على التوافق النفسي الذي قد يؤدي إلى الشروع في الانتحار.

يعتبر التفكير الانتحاري شائع في مرحلة المراهقة فلقد انتشرت هذه الظاهرة بين المراهقين والشباب حيث اتضح أن معدل الانتحار بين أولئك الذين يقعون في المرحلة العمرية بين 15 إلى 24سنة قد تضاعفت إلى ثلاث مرات تقريبا في العشرين سنة الأخيرة، وقد بين "عبد الرحيم" (2006) أن الانتحار أصبح ظاهرة مقلقة في أغلب البلدان العربية، حيث تشير الإحصائيات إلى أن أكثر من 78% ممن يقدمون على الانتحار تكون أعمارهم بين 17 و40 عاما كما أشارت الأرقام إلى أن ما بين 11 ألف و14 ألف شاب وفتاة ينتمون لبلدان عربية يحاولون الانتحار كل عام (بلخير، 2020).

ترى منظمة الصحة العالمية (2023) أنه 703000 شخص يضع نهاية لحياته في كل عام، وفي الحقيقة فإن أرقام حالات محاولات الانتحار أكبر بكثير من المعلنة عنها. وتخلف كل حالة انتحار مأساة تؤثر على الأسر والمجتمعات والبلدان بأكملها وتترتب عنها آثار طويلة الأمد على أهل الشخص المنتحر. ويحدث الانتحار في مراحل عمرية مختلفة وقد صنف في الانتحار في المرتبة الرابعة لأسباب الوفاة في العالم وذلك لعام 2019 بين من تتراوح أعمارهم بين 15 و29 عاماً. فالانتحار ظاهرة تحدث في جميع أقاليم العالم، وليس فقط في البلدان المرتفعة الدخل، والواقع أن أكثر من 79% من حالات الانتحار العالمية في عام 2019 حدثت في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل.

أما فيما يخص تفشي الظاهرة في الجزائر بين والمراهقين والشباب، فتفيد التقارير الرسمية الإحصائية للدرك الوطني لعام 2005 و2006 عن ارتفاع مستمر، حيث تم تسجيل 2974 حالة انتحار من سنة 1993 حتى أوت 2005، وذلك بين فئة الشباب من سن 18 إلى 40 سنة وهو ما يبين مدى تفاقم الظاهرة في الوسط الشبابي. فيعتبر الانتحار من الأسباب الرئيسية للموت في أوساط المراهقين والبالغين دون سن 35 سنة (بلخير، 2020).

حيث يشير وزير الصحة إلى زيادة مستمرة في محاولات الانتحار داخل مجتمعنا. ويقدر أن معدل محاولات الانتحار قد ارتفع من 2% في عام 2009 إلى 8% في عام 2017، وفقا للمصدر الرئيسي، خلال مؤتمر بمناسبة اليوم العالمي للصحة النفسية، يؤكد وزير الصحة أن عدد محاولات الانتحار في الجزائر تجاوز الـ 1000 حلة في عام 2018. وفقا إحصائيات نائب وزير الصحة المختص بالصحة النفسية، ففي عام 2018 تم تسجيل 1806 حالة محاولة انتحار لدى أشخاص فوق 18 سنة، بينما سجلت 234 محاولة انتحار لدى الشباب دون سن 18 سنة، ومن جهتهم فإن علماء الاجتماع يقدرون أن الجزائر تسجل 10000محاولة انتحار سنويا أين تكون 1000 حالة منها ناجحة ومعظمهم من الشباب. ووفقا لتحقيق أجري على مستوى المراكز الاستشفائية الجامعية CHU خلال العقود الأخيرة فإن معدلات محاولات الانتحار تتراوح بين 31 لكل 000 100شخص إلى 38 لكل 000 100 شخص، مشيرين بذلك الى ارتفاع ملحوظ من عام إلى عام..(Djebar, & Feradji, 2023)

يعتبر إقدام المراهقين على الانتحار من أسباب الموت بعد حوادث الطرقات، ويعد معدل الانتحار منخفضا حتى سن 14 سنة، حيث وصلت سنة 2010 إلى 40 حالة وفاة، بينما الفئة العمرية من 15 -24 سنة بلغت 4.1 من 100000 حالة، وفي سنة 2010 بلغت 496 حالة وفاة. من بينهم 380 هم من الذكور. وتبقى الأرقام المعلنة أقل مما هو في الواقع.

فالعديد من الإحصائيات حول العالم سجلت ارتفاع في معدلات الانتحار، حيث تلعب الضغوط النفسية الدور الأساسي في هذا المسار وهو نتيجة للأعباء الملقاة على عاتق الفرد

(النوايسية، 2013). فيعتبر عامل الضغط النفسي من العوامل المهمة في تؤدي للقيام بالمحاولة الانتحارية، خاصة فيما يتعلق بكيفية إدراك الفرد للحدث الضاغط وبطريقة تقييمه، فهو الذي يحدد الاستجابة للضغط من خلال آليات التكيف واستراتيجيات المواجهة التي تساعد على التكيف وتحقيق التوازن، لكن التعرض المستمر للحدث الضاغط يمكن أن يؤثر على الدفاعات النفسية، مما يؤدي إلى اضطرابات جسدية ونفسية وسلوكية كالمحاولة الانتحارية (سواكري ،2008).

وقد أشار إلى هذا القول كل من الباحثين (Folkman and Lazarus.1984) من خلال تأكيدهم على أن الطريقة التي يواجه بها الأفراد الضغط النفسي هي التي تؤثر على صحتهم النفسية والجسدية فعندما تصبح الدفاعات النفسية غير فعالة يقع المراهق في فخ المحاولة الانتحارية، التي يراها السبيل الوحيد لإزالة الضغوط النفسية، وقد كشفت نتائج دراسة كل من (Klimes and 1999)...H all" أنه من خلال ميكانيزمات الدفاع المستعملة من طرف المراهق يمكن التنبؤ بالفعل الانتحاري من خلال ملاحظة هشاشتها أو صلابتها، فعدم القدرة على التعامل بمرونة مع الضغوط النفسية يدفع إلى ارتكاب المحاولة الانتحارية (سواكري،2008).

كما وأشارت دراسة صندلي ريمة (2012) إلى أن المراهقين المحاولين للانتحار قد تعرضوا في حياتهم لمصادر ضغط نفسي شديدة ومتنوعة ترجع إلى عوامل أسرية علائقية وتربوية وعاطفية.

إذا فقد ركزت أغلب الدراسات على الضغط النفسي كعامل رئيسي لظهور المحاولة الانتحارية عند المراهق، فيتضح لنا مما سبق أن محاولات الانتحار عند المراهق تتأثر بمختلف عوامل الضغط النفسي، وعلى ضوء كل ما تم التطرق إليه، يمكن صياغة مشكل الدراسة كالتالي:

- هل يظهر المراهق الذي حاول الانتحار مستوى عالي من الضغط النفسي؟

2- الفرضيات:

2-1-الفرضية العامة:

- يظهر المراهق الذي حاول الانتحار مستوى عالي من الضغط النفسي.

2-2- الفرضيات الجزئية:

- يؤدي الضغط النفسي الناتج عن عوامل عاطفية إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية.
- يؤدي الضغط النفسي الناتج عن الإحباط نتيجة الفشل الدراسي إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية.

3- أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالة إلى

- الكشف عن مدى تأثير الضغط النفسي في اللجوء إلى الانتحار لدى المراهق.
- الكشف ما إذا كان المراهق المقدم على الانتحار يظهر مستوى مرتفع من الضغط النفسي.

■ الكشف عن مدى تأثير العوامل المحيطة بحياة المراهق في اللجوء إلى الانتحار مثل العوامل العاطفية والإحباط.

■ الكشف عن مدى مساهمة الفشل الدراسي في اللجوء للانتحار.

4- تحديد مفاهيم الدراسة:

4- 1- الانتحار:

يعرف "دوركايم" الانتحار بأنه كل حالات الموت التي تنتج مباشرة أو غير مباشرة عن فعل إيجابي أو سلبي ينفذه الضحية بنفسه وهو يعرف أن الفعل يصل به إلى الموت. (مسغوني، وضيف، 2021).

يعتبر الانتحار حسب "بلوك Bloch.H " هو فعل تعاطي الموت، أو الإيذاء الذاتي، حيث أنه قد يكون الفعل منفذ نظرا لتصورات فكرية معينة في عقل الفرد، أو تصورات شخصية، دينية، اجتماعية أو فلسفية. أو عكس ذلك إذ قد يكون راجع إلى سبب مرضي كتطور في الاضطرابات العقلية (عته، هذيان مزمن، اكتئاب) أو ناتج عن صدمة حقيقية حادة تحت شكل موجة قلق عنيفة وعدوانية موجهة نحو الذات (بوسنة، 2008).

يمكننا القول إن الانتحار هو قتل النفس عمدا، وعدم الرغبة في العيش وإلحاق الأذى بالنفس.

إجرائيا: الانتحار من الناحية الإجرائية هو نهاية ذاتية معتمدة لحياة الفرد، يقوم المنتحر عن طريقها بإلحاق الضرر بنفسه قصد الوفاة.

4-2- الضغط النفسي:

يعرفه سلي " selye" بأنه الاستجابة الصادرة من الفرد والتي لا تكون محددة لأي مثير أو طلب موجه نحوه.

أما "لازاروس "lazarus" يعرفه بأنه عبارة عن مجموعة من المثيرات التي يتعرض لها الشخص بالإضافة إلى الاستجابات الناتجة عليها وكذلك تقدير لمستوى الخطر لديه، وأساليب التكيف مع الضغط والدفاعات النفسية التي يستخدمها الفرد في مثل هذه الحالات (بلخير،2018).

فالضغط النفسي هو حالة تنشأ عند الفرد نتيجة الاختلال أو عدم التوازن بين مختلف العوامل والمثيرات والمتطلبات التي تفرضها البيئة بين الإمكانيات والطاقة التكيفية في عقل الفرد (بوعيشة، 2013).

ويعرفه الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض العقلية (DSM4) هو أي حرمان يثقل نفسية الشخص بسبب معايشته لظروف مزعجة سواء مشاكل صحية أو فقدان العمل أو المشاكل الزوجية (عيسات، وآيت مجبر، 2020).

إجرائيا: الضغط النفسي كما تهدف إليه دراستنا هو الدرجة التي يتحصل عليها المراهق في مقياس "لفنستين" لإدراك الضغط النفسي.

4-3- المراهقة:

يعرفها "إنجلش" بأنها أحد مراحل نمو الفرد، تمتاز ببدء نضج الأعضاء التناسلية أي البلوغ الجنسي (التغيرات الفيزيولوجية) لدى الإناث والذكور وقدرتها على أداء وظائفها، وصولا إلى اكتساب النضج، فهي تعد مرحلة انتقالية يصبح فيها المراهق رجلا راشدا أو امرأة راشدة (قندوسي،2012).

المراهقة هي مرحلة انتقال تقع بين الطفولة وسن الرشد، حدود هذه المرحلة على وجه التقريب هي بين 12-18 سنة، وهذه الحدود هي صعبة التوضيح بدقة، ذلك أن سن المراهقة ومدتها يختلفان وفقا، الجنس، الظروف الجغرافية، للأعراف وبخاصة الأوساط الاجتماعية والاقتصادية والثقافية، وهناك من كان يرى أن المراهقة تمتد إلى غاية 24أو 25 سنة، أو أنه لا وجود لها في بعض المجتمعات البدائية التي وصفها الانثروبولوجيون كـ "M.Mead" حيث ينتقل الفرد مباشرة من الطفولة إلى الرشد. (عيساوي، 2016).

إجرائيا: المراهقة هي خروج الفرد من مرحلة الطفولة ودخوله إلى مرحلة النضج الجسمي، وهي مرحلة ما قبل الرشد التي تتميز بالنضج العقلي والانفعالي.

- الجانب النظري

الدراسات السابقة:

1-دراسة هارديب لال جوشي وروثاش: (Hardeep Lal Goshi & Rotash, 2008) هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة الأفكار الانتحارية بالضغط النفسي والاكتئاب وسمات الشخصية عند عينة من طلاب الجامعة (جامعة كوروكتشري) بالهند.

تكونت العينة من 250 شخص (125 منهم إناث و125 من الذكور) من مختلف الكليات وتمت طريق المعاينة بأخذ العينات العنقوديةّ، تم اعتماد المنهج الوصفي أما أدوات البحث فقد تم تطبيق كل من مقياس "بيك"(beck) للاكتئاب، ومقياس أحداث الحياة الضاغطة (PSLES) وكذا مقياس "أيزنك" (eysenk)للشخصية وتمت المعالجة الإحصائية عن طريق معامل الارتباط بيرسون.

وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار الانتحارية والأحداث الضاغطة، كما أشارت إلى أن ارتفاع مستوى الضغط يؤدي إلى زيادة التفكير بالانتحار، وقد أسفرت النتائج الدراسة

كذلك على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير بالانتحار والاكتئاب، كما وأظهرت الدراسة وجود ترابط متسلسل لثلاث عوامل مؤدية إلى الأفكار الانتحارية هي: ضغوط الحياتية، الاكتئاب، الانبساط. (صندلي، 2012).

2- دراسة أحمد فاضلي 2009: هدفت الدراسة إلى التعرف على أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى فئة من محاولي الانتحار وعلاقتها بكل من اليأس والاكتئاب.

تم إجراء الدراسة على عينة تتكون من 75 فردا وهم 35 إناث و40 ذكور تميزوا كلهم على الأقل بالقيام بمحاولة انتحارية واحدة، وهذا مستوى المصالح الطبية الاستشفائية والعيادية المتعددة بولاية عنابة الجزائر، تم اعتماد المنهج الوصفي المقارن، أما فيما يخص أدوات البحث فقد تم الاعتماد على بطارية اختبارات تمثلت في كل من استبيان إدراك الضغط "لفنستاين"، مقياس "بيك" للاكتئاب ومقياس "بيك" لليأس، واستبيان استراتيجيات المواجهة "لفولكمان ولازاروس".

وأسفرت نتائج البحث على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات إدراك الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي بين الفئات الثلاثة المحاولة للانتحار بالإضافة إلى وجود فروق أخرى دلالة إحصائية في كل من متغيري اليأس والاكتئاب. (فاضلي، 2009)

3- دراسة صندلي ريمة 2012: هدفت الدراسة إلى معرفة مدى تأثير دور الضغط النفسي ومختلف عوامله من مصادر الضغط ومستوى الإدراك واستراتيجيات المواجهة المستعملة في القيام بالمحاولة الانتحارية لدى المراهقين.

تم تطبيق الدراسة على عينة تمثلت قوامها في أربع حالات من المراهقين الذين قاموا بمحاولات انتحارية (3إناث و1 ذكر)، على مستوى المركز الاستشفائي الجامعي ابن باديس ولاية قسنطينة، حيث تم الاعتماد على المنهج العيادي وتمثلت أدوات البحث في دراسة الحالة وتحليل محتوى المقابلات بالإضافة إلى اعتماد مقياسين وهما: مقياس إدراك الضغط النفسي لفنستين، ومقياس استراتيجيات المواجهة الخاص بـ: لازاروس وفولكمان.

وأهم النتائج التي تم التوصل إليها هي:

- يرجع تعرض المراهقين المحاولين للانتحار لضغط نفسي شديد إلى عوامل أسرية وعاطفية علائقية وتربوية.
- يظهر المراهقين المحاولين للانتحار إدراك مرتفع للضغط النفسي
- يعتمد المراهقين المحاولين للانتحار على استراتيجيات مواجهة غير فعالة في مواجهة مصادر الضغط النفسي المختلفة.

- يستعمل المراهقين الشارعين في الانتحار استراتيجيات مواجهة مركزة على الانفعال مقابل استراتيجيات المواجهة المركزة حول حل المشكل.
- يستعمل المراهقين الشارعين في الانتحار استراتيجيات مواجهة تعتمد على الهروب وتجنب المواقف الضاغطة.

- **إجراءات الدراسة المنهجية:**

1-منهج الدراسة: المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو المنهج العيادي القائم على دراسة حالة لكونه الأنسب لموضوع دراستنا كونه يعتمد على دراسة كل حالة على حدة والبحث في سماتها وخصائصها وصفاتها معتمدا على الدقة في الملاحظة والذي يستند إلى دراسة الحالة دراسة دقيقة وشاملة من كل النواحي والجوانب النفسية كما يسمح بالتقصي أكثر عن الظروف المحيطة والظاهرة المراد دراستها قصد فهمها بشكل أعمق.

حيث يعرف "ويتمر "Wetmer " المنهج العيادي بأنه منهج يسمح باستخراج المبادئ العامة للمرضى تسمح بملاحظة كفاءاتهم وقصورهم وذلك من خلال استعمال نتائج الفحص لمريض أو العديد من المرضى والقيام بدراستهم الواحدة تلو الأخرى (شرادي، 2007).

2- مكان الدراسة:

قمنا بإجراء الدراسة في المركز الاستشفائي الجامعي –سعادنة عبد النور- بسطيف، وذلك بقسم الاستعجالات الطبية والاستعجالات الجراحية، حيث تمكنا من انجاز هذه الدراسة مع حالتين مراهقتين (17 و19 سنة).

3- حالات الدراسة:

تمثلت حالات الدراسة في مراهقتين: " الحالة الأولى 19 سنة – الحالة الثانية 17 سنة " تم اختيارهما بطريقة العينة المقصودة، حيث يتم اختيارها بطريقة غير عشوائية.

وتعرف هذه الطريقة من المعاينة بأنها باختيار الباحث لأفرادها بشكل مقصود، ذلك من خلات توفر خصائص وسمات معينة لدى أولئك الأفراد دون آخرين، لكون تلك الخصائص والسمات من الأمور المهمة التي تخدم الدراسة، وتتوفر في فئة معينة من مجتمع الدراسة الأصلي، وتتميز هذه الطريقة بالسهولة في اختيار العينة وانخفاض التكلفة والجهد المبذول من طرف الباحث. (مسيلي، وفاضلي، 2013)

جدول رقم (01). خصائص العينة

المتغير	الحالة 1	الحالة 2
السن	19	17
الجنس	أنثى	أنثى

المستوى الدراسي	ثالثة ثانوي	أولى ثانوي
عدد محاولات الانتحار	محاولة أولى	محاولة أولى

4- أدوات الدراسة:

- دراسة حالة:

لدراسة موضوع البحث الخاص بالضغط النفسي والمحاولة الانتحارية عند المراهق اعتمدنا على دراسة الحالة كأداة، كونها تسمح بجمع أكبر قدر من المعلومات حول حياة المفحوصين وتحليل الوضعيات التي عاشها من ضغوط نفسية وإحباطات من خلال طريقة محددة تصب فيها نتائج المقابلة العيادية بهدف البحث.

حيث نهدف من خلال دراسة الحالة إلى الإحاطة الشاملة لكل من تفاصيل الحالة من الجانب العلائقي والتاريخي وكذا الدينامي والترابطي من خلال التعرف على الجهاز النفسي للحالة (شرادي، 2007).

- المقابلة العيادية:

يرى بوسنة (2012) أن المقابلة العيادية هي مقابلة مباشرة تسمح للفاحص بالقيام بدراسة متكاملة للحالة تساعده في فهم انطباعاته والفرضيات التي يصل إليها عن طريق أدوات التشخيص المختلفة، من أجل المساعدة في القيام بالتشخيص الدقيق للحالة (مقراني، وجابر، 2022).

هدفها كشف الأسباب الحقيقية التي تشكوا منها الحالة حتى يتمكن من تفسير كل فعل. والمقابلة الإكلينيكية ثلاث أنواع رئيسية هي المقابلة الحرة والمقابلة الموجهة والمقابلة النصف موجهة وهي الأخيرة التي اعتمدت عليها دراستنا:

- **المقابلة الإكلينيكية النصف موجهة:**

وهي المقابلة التي تم اعتمادها عليها للحصول عل أكبر عدد ممكن من المعلومات فهي التبادل اللفظي بين المفحوص والمختص النفسي يقوم بشرح مجموعة من الأسئلة بغية الوصول إلى اجابات تخدم الدراسة يقوم فيها المفحوص بالإجابة على الأسئلة الموجهة إليه بحرية مع عدم الخروج من الإطار الموضوعي للدراسة.

محاور المقابلة:

- المحور الأول: يضم كل من المعلومات البيوغرافية وكل ما يخص الحالة.
- المحور الثاني: ومعلومات حول ظروف المحاولة الانتحارية: مثل وسيلة الانتحار وطريق محاولة الانتحار والعوامل والأسباب المؤدية لهذا الفعل الانتحاري.

- المحور الثالث: يتضمن هذا المحور البحث عن نوع الضغوط التي تعرض لها المراهق في حياته سواء الاجتماعية أو العائلية أو في المدرسة ومصدرها الأساسي، ومدى ارتباط هذه الضغوط بفرضيات الدراسة.
- المحور الرابع يضم أهم الاعراض التي تمثل الضغط النفسي التي ظهرت على المراهق المحاول للانتحار.

- مقياس لفنستين «Levenstein»:

1- التعريف بالمقياس:

تم تطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي «Levenstein»، والذي تم بناءه سنة 1993 لقياس مؤشرات إدراك الضغط النفسي، ويشمل هذا الاستبيان على 30 عبارة تتوزع وفق نوعين من البنود منها المباشرة وغير المباشرة.

تضم المباشرة حوالي 22 بند وهي: (2-3-4-5-6-8-9-11-12-14-15-16-18-19-20-22-23-24-26-27-28-30). تنقط هذه العبارات من 1 إلى 4 من اليمين إلى اليسار "عادة" وتدل على وجود مؤشر إدراك الضغط مرتفع عندما يجيب المفحوص بالقبول.

أما البنود الغير المباشرة فهي حوالي 08 بنود وهي: (1-7-10-13-17-21-25-29) وهي تنقط بصفة معكوسة من 4-1 من اليمين (تقريبا أبدا) إلى اليسار (عادة).

2-طريقة تصحيح المقياس: تنقط بنود هذا الاختبار وفق 4 درجات من 1 إلى 4 كما يلي:

1- تقريبا أبدا
2- أحيانا
3- كثيرا
4- عادة

يتغير التنقيط حسب نوع البنود مباشرة أو غير المباشرة ونستنتج مؤشر الضغط النفسي في هذا الاختبار وفق المعادلة التالية:

$$\text{* مؤشر إدراك الضغط} = \frac{\text{المجموع الخام للقيم} - 30}{90}$$

$$\text{Perceived stress index} = \frac{\text{raw score} - 30}{90}$$

نقوم بجمع كل النقاط المتحصل عليها في الاختبار من أجل الحصول على القيمة الخام، وتتراوح درجة الكلية بعد حساب مؤشر إدراك الضغط من -0- وهو يدل على أدنى مستوي ممكن من الضغط النفسي إلى -1- والذي يدل على أعلى مستوى ممكن من الضغط النفسي.

3-الخصائص السيكومترية لمقياس إدراك الضغط النفسي:

تم دراسة صدق مقياس الضغط النفسي بطريقة الصدق الظاهري من طرف الباحثة "أيت حمودة حكيمة"، حيث تم عرضه على 10 أساتذة من قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة "باجي مختار" بعنابة وذلك بعد ترجمته إلى اللغة العربية، حيث طلب منهم قراءة العبارات بالتدقيق لتحديد مدى تكافؤ معاني البنود في اللغتين (الإنجليزية والعربية) ومدى مناسبتها لقياس إدراك الضغط النفسي، وترتب عن صدق المحكمين إعادة صياغة بعض البنود العبارات بهدف التبسيط وتسهيل وضوحها، تم حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، حيث طبق المقياس على عينة استطلاعية من الشباب 40 فردا وحساب الارتباط بطريقة بين البنود الفردية والزوجية بمعامل "بيرسون" فبلغ المعدل 0.76 دال عند "0.01 " ثم صح الطول بمعادلة "سبيرمان براون" فبلغ معامل التصحيح 0.86 وهو معامل ثبات مرتفع جدا مما يشير إلى اتساق المقياس داخليا.

4-صدق المقياس:

عن طريق الصدق التلازمي تم التحقق من صدق هذا الاستبيان، الذي يقوم بمقارنة استبيان إدراك الضغط مع المقاييس الأخرى، أظهر هذا النوع من الصدق وجود ارتباط قوي مع سمة القلق قدر بـ 0.75 ومع مقياس إدراك الضغط لـ" cohan " يقدر بـ0.73 بينما ارتباط معدل مع مقياس الاكتئاب يقدر بـ0.56 وارتباط ضعيف مع مقياس قلق الحالة يقدر بـ0.35.

5-ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار. حيث أسفرت النتائج على معامل ارتباط يقدر بـ 0.69 وهو إحصائيا عند "0.01 " وهو ما يدل على أن المقياس ثابت.

تم قياس التوافق الداخلي باستعمال معامل "ألفا" فأظهر وجود تماسك قوي يقدر بـ0.90 كما أظهر قياس الثبات الاستبيان بطريقة التطبيق وإعادة التطبيق، بعد فاصل زمني قدر بـ 8 أيام وجود معامل الثبات يقدر بـ 0.82. وهو معامل ثبات مرتفع. (صندلي، 2012).

- **عرض الحالات:**

1- عرض الحالة الأولى:

- الاسم: X -السن: 19 سنة -الجنس: أنثى -عدد الإخوة: 01
- الرتبة في الأسرة: 02. - المستوى الدراسي: 03 ثانوي.

- السوابق المرضية: لا توجد. - اضطرابات النمو: لا توجد.
- مهنة الأب: تاجر -مهنة الأم: ماكثة في البيت الوالدين على قيد الحياة
- مستوى الثقافي الأسرى: متوسط الحالة المادية: جيدة. - مكان السكن: سطيف
- طريقة محاولة الانتحار: تناول جرعة زائدة من مجموعة من الأدوية المختلفة.

1-1- ملخص المقابلة:

الحالة هي فتاة مراهقة في سن 19 سنة وهي الأخت الصغرى لأخ واحد أي من عائلة تتكون من أربعة أفراد تدرس بالسنة الثالثة ثانوي وهي في مرحلة الاستعداد لامتحان شهادة البكالوريا للمرة الثانية بعد أن أعادت السنة من أسرة ذات مستوى اقتصادي واجتماعي جيد حيث أنها تتحصل على كل احتياجاتها ويتم توفير كل متطلباتها وكل ضروريات الحياة، إلا أن علاقتها مع أسرتها نوعا ما مضطربة فهي علاقة سطحية على حد قولها أو شكلية فقط، من حيث غياب الحوار مع الوالدين ونقص الحنان الأسري، وحصول الكثير من الصراعات والشجارات المتواصلة مع الأم خاصة من ناحية، وعدم تفهم الأب لها من ناحية أخرى، وعدم مساندتها في اتخاذ قرارات في حياتها. لكنها تصرح أنها تفضل الأب عن الأم في التعامل.

أما بالنسبة لأسباب الانتحار فقد ذكرت الحالة أنها تعرضت لضغوط كبيرة من طرف الوالدين حيث استمرت في تكرار عبارة "لازم تنجحي في البكالوريا"، لأنها قد أعادت السنة تحس بالفشل وأنها غير مؤهلة رغم رغبتها الشديدة في النجاح، وقولها "عييت من الضغط والمشاكل واحد ما يفهمني"، ومن كثرة شجارها مع الأم أصبح الأب يلومها ويعتبرها غير مؤدبة مع والدتها وأنها ترفض المشاركة في الأعمال المنزلية.

ذكرت الحالة أيضا أنها كانت على علاقة بشاب لمدة سنة ونصف، لكنه قام بخطبة فتاة أخرى مما جعلها تنهار ولم تستطع تقبل الأمر، حيث كانت ترى فيه الأمل والمستقبل على حد قولها " كنت نشوفو كلش في هاذ الحياة وهو الأمل تاعي باش نخرج من هاذ الدار". إلا أن اكتشاف الأب لهذه العلاقة جعله يقوم بتهديدها بإخراجها من المدرسة وتزويجها بأي شخص قسرا، فالخوف من عدم مزاولتها للدراسة مرة أخدى جعلها تفكر أن حياتها انتهت وإذا لم تنجح أيضا هذه السنة فسوف تخرج من المدرسة، هذا ما زاد من حدة الضغط لديها ومن بين العوامل التي ساعدت في الانتحار.

تعد هذه المحاولة الانتحارية الأولى في تاريخ الحالة، وتمت عن طريق تناول جرعات زائدة من مجموعة من العقاقير والأدوية المختلفة التي كانت بالمنزل (150غ من الأقراص الطبية المختلفة)، حيث حصلت عليها خلسة على والديها أين كانت تجمعها وتخزنها لمدة 6 أيام.

تم إغاثة الحالة بسرعة، حيث أكد الطبيب المعالج أن الكمية لم تكن لتقتلها لكن ستؤثر عليها على المدى البعيد والمتوسط، أو الموت البطيء.

قبل المحاولة الانتحارية لم تكن تتناول الفتاة أي أدوية ولم تكن مدمنة على أي مادة كما أنها لم تعاني من أي اضطرابات نفسية. بعد التدخل والاستشفاء بعد المحاولة الانتحارية تم وصف الأدوية التالية: مضادات القلق والحصر " les anxiolytiques" من فئة " Tranxene – Temesta- Benzodiazepine ".

كما لاحظنا أثناء المقابلة توتر الحالة والتعرق واحمرار في الوجه بسبب قيامها بهذا الفعل، وجود نبرة من الغضب أثناء التحدث عن الوالدين، بطء في الإجابة عن أسئلة حول العلاقة العاطفية وشرود ها أحيانا، وكذا وجود فترات من الصمت.

1-2- تحليل الحالة على ضوء المقابلة:

من خلال المقابلة مع الحالة ومن خلال دراسة تاريخ الحالة وجمع المعلومات، نلاحظ أن الفتاة تعاني من ضغط نفسي كبير داخل الأسرة خاصة وأنها على صراع دائم مع الأم وفي تكرار مستمر هذا من جهة ومن جهة أخرى عدم تفهم الأب أيضا ولومها دائما، خاصة وأنها في مرحلة عمرية جد حرجة تسعى فيها لفرض نفسها وشخصيتها واستقلاليتها وتحديد هويتها، مما يجعلها جد حساسة لكل المواقف، فهي فعليا تعيش داخل صراع نفسي من أجل تحقيق مطالبها ومطالب والديها.

كما أن الضغوط الممارسة حول الدراسة وتحميلها عبء والزامية النجاح في الدراسة، سبب لها ضغطا كبيرا خاصة بجانب العلاقة السطحية والشكلية مع الأسرة وعدم احتوائها عاطفيا زاد من توسع الفجوة وحدوث فراغ عاطفي، وعدم الإحساس بالأمان النفسي، مما جعلها تبحث عنه خارج الأسرة، وأدى بها إلى إقامة علاقة مع شاب بهدف البحث عن العاطفة والأمان والاستقرار، حيث اعتبرته كأمل وكحل للهروب من الوضعية الضاغطة، إلا أنها تعرضت لصدمة بسبب فشل هذه العلاقة وعدم استمراريتها من جهة وتهديد الأب لها من جهة أخرى، كل هذه الوضعيات الضاغطة سببت لها إحباط نفسي، وانخفاض في تقدير الذات نتيجة الانتقادات السلبية المتكررة، جعلها تفكر للحظة بسوداوية وكأن جميع الحلول قد نفذت ولم يكن لها حل سوى الانتحار.

لكن رغم كل الأحداث التي مرت بها الحالة إلا أنها أبدت ندم وشعور بالندم وتأنيب الضمير، وكانت واعية على أن الفعل الذي قامت به حرام، ولكن قد تعيد الفعل إذا ما ضغط عليها أهلها كثيرا خاصة تعنيفها وعدم احترام قرارتها وفصلها عن الدراسة. حيث أبدت رغبتها واستعدادها لتجاوز ما حدث لها وترغب بأن يكون أهلها أكثر تفهما لها ولقراراتها ورغباتها وعدم تجاهلها والابتعاد عن

استعمال العنف اللفظي معها، كما أبدت رغبتها في مواصلة الدراسة والنجاح والتطلع لمستقبل أفضل وأحسن.

1-3- نتائج مقياس إدراك الضغط النفسي «levennstein»

مؤشر إدراك الضغط = الدرجة الخام − 30 = 90 − 30 = 0.66

90 90

1-4- التعليق على النتائج:

نلاحظ أن الحالة سجلت في الاختبار 0.66 علما أن أقصى تقدير وأعلى مستوى ضغط ممكن هو (1).

وأظهرت الدراسة أن هذا الاختبار له ارتباط قوي مع سمة القلق يقدر بـ 0.75 وكذا سجل ارتباط مع الاكتئاب يقدر بـ 0.56 وارتباط أخر مع قلق الحالة عند الفحص بـ 0.35

ومنه فإن المعدل الذي سجلته الحالة يدل على درجة عالية من إدراك الضغط النفسي المعاش.

1-5- تفسير النتائج على ضوء المقابلة ومقياس إدراك الضغط النفسي:

من خلال المقابلة ونتائج مقياس إدراك الضغط فإن الحالة تعاني من ضغط نفسي ناتج عن تسلسل تراكم لمجموعة من الأحداث الضاغطة التي مرت بها الحالة، خاصة وأنها في مرحلة عمرية تعتبر جد حساسة، من حيث المعروف أن مرحلة المراهقة تمتاز بسرعة التأثر بالمحيط والأحداث التي تمر بها نظرا للهشاشة النفسية وضعف الشخصية وعدم نضج الانفعالات وغياب التفكير العقلاني والارتباك، والفشل في حل الأزمات والمشاكل النفسية المتولدة منة الوضعيات الضاغطة، تؤدي إلى تحويل العدوانية نحو الذات والاندفاعية والقيام بسلوكات متهورة ذلك بسبب تقدير الذات المنخفض والاحساس بالذنب ، فاجتماع أكثر من سببين لدى الحالة أدى بها إلى القيام بالمحاولة الانتحارية والتي كانت تخطط لها منذ أسبوع والتي باءت بالفشل، فالفشل في العلاقة الأسرية والفشل في العلاقات الاجتماعية والعاطفية والخوف من الفشل الدراسي خاصة وأن النجاح بالدراسة يعتبر المنفذ والأمل الذي تتشبث به من أجل مستقبل أفضل ، وحرمانها من هذا الحلم والضغط عليها بمنعها من مزاولة الدراسة جعلها تنفجر وأدى إلى توليد ضغط نفسي جعلها تدخل في صراع نفسي مما جعلها تنفجر والقيام بالمحاولة الانتحارية كحل وحيد وأخير للتخلص من الضغط.

ومنه نقول إن الضغط النفسي الناتج عن الإحباط نتيجة الفشل الدراسي بالإضافة إلى العوامل العاطفية يؤدي إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية.

2- عرض الحالة 02:

- الاسم: X -السن: 17 سنة -الجنس: أنثى - عدد الإخوة : أخ وأختين.
- الرتبة في الأسرة: الصغرى. - المستوى الدراسي: 02 ثانوي.
- السوابق المرضية: لا توجد. - اضطرابات النمو: لا توجد.
- مهنة الأب: سائق بالبلدية - مهنة الأم: ماكثة في البيت الوالدين على قيد الحياة
- مستوى الثقافي في الأسري: متوسط - الحالة المادية: دون المتوسط. مكان السكن: سطيف
- طريقة محاولة الانتحار: شرب سائل روح الملح.

2-1-ملخص الحالة:

الحالة الثانية فتاة تبلغ من العمر 17 سنة، المستوى التعليمي سنة أولى ثانوي (معيدة للسنة) من عائلة مكونة من ستة أفراد: الوالدين، أربعة أبناء (ولدين وبنتين)، تحتل الحالة المرتبة الثانية بين الإخوة، حيث أن الوضع المادي والاقتصادي للعائلة متدني. حيث أنه من الصعب تلبية احتياجاتها ومتطلباتها المادية سواء لها أو لأخوتها. بالإضافة إلى العلاقة السيئة مع عائلتها ووالديها.

تعتبر علاقة الفتاة مع عائلتها سيئة خاصة مع الوالدة التي تقوم بالتذمر منها بشكل مستمر، حيث تقول لها أنت عالة ولا تصلح لشيء من خلال قولها " نتي ما تصلحي لوالو موتك خير لك" ولا يمكنها القيام بالواجبات المنزلية حيث تتعرض إلى العنف الجسدي واللفظي، من خلال قولها: "يما ديما تضربني ومتحبنيش" بالإضافة إلى إعادتها للسنة الدراسية مما زاد الوضع سوءا، سواء من طرف الأسرة من جهة ومن جهة أخرى إحساسها بالفشل، أما الأب فهو غير مبالي لوضعها، كما أن العلاقة مع الأخوة أيضا مضطربة، فهم يتآمرون عليها على حد قولها.

في ظل هذه الظروف كانت الفتاة على علاقة مع شاب على أمل الزواج والخروج من البيت، إلا أنها سرعان ما انتهت نظرا لتعرضها للتنمر على شكلها حيث أنها ضعيفة البنية حيث وصفها بأنها غير جميلة وليست فتاة أحلامه ما جعلها تدخل في أزمة نفسية وفقدان الثقة في الذات، حيث قالت: "كرهت روحي، كرهت حياتي"، كما أن اكتشاف والدتها لهذا الأمر جعلها تكسر هاتفها وتضربها وحبستها في الغرفة، كما هددتها بإخبار والدها وحرمانها من الدراسة. وقد صرحت المفحوصة بأنها لا تعير اهتماما كبيرا لنفسها وأن المهم بالنسبة لها فقط هو إيجاد المساعدة المناسبة للخروج مما تعانيه، حيث حاولت الحالة الهروب من البيت عدة مرات وهي حسب قولها واعية تماما لما تفعله، وأنها غير نادمة على فعل ذلك.

كانت هذه المحاولة الأولى للانتحار بالنسبة لتاريخ الحالة، حيث أقدمت على شرب روح الملح، حيث تقول إن هذا هو الحل الأخير بالنسبة لها، وردا على أقوال والدتها، حيث قالت "هكذا تتهى مني يما ياك قالت لي موتك خير منك، حبيت نخلها تشوف واش يصرا"

تم إسعاف الفتاة بسرعة على جناح الاستعجالات، وتم غسل المعدة، ثم وصف المهدئات ومضادات القلق لتهدئة الفتاة.

2-2-تحليل الحالة

من خلال المقابلة مع الحالة يظهر أن الحالة تعرضت لضغوط هائلة نتيجة للمشاكل التي عاشتها خاصة على الصعيد النفسي، والعلاقة الأسرية، بالإضافة إلى الظروف الاقتصادية وكذا الدراسية، كل هذه المشاكل كفيلة بجعلها تدخل في أزمة نفسية جعل تفكيرها غير سليم حيث أصبحت أفكارها سوداوية أدت بها إلى القيام بالمحاولة الانتحارية.

فمن خلال الملاحظة نرى أن الحالة تعاني من تقدير متدني للذات من خلال تعبيرها عن نفسها بأنها لا تعني لها شيئا، بالإضافة إلى الشعور بالإحباط بسبب الفشل العاطفي نتيجة التنمر الذي تتعرض له، سواء داخل الأسرة أو خارجها، مثل تصغير قيمتها من طرف الأم وعدم تقديرها لها بل القيام بانتقادها باستمرار، هذا من جهة، ومن جهة أخرى وصفها بأنها غير جميلة من طرف الشاب، مما أدى إلى فقدان الثقة بالنفس وعدم الرغبة في الحياة لأنها لا ترى أي شيء جميل، كما تتحدث الحالة عن أخوتها أو العلاقة المقربة بين أخواتها بشكل كبير، حيث نستنتج أن هناك فراغ في العلاقة الأخوية هذا بالإضافة إلى حرمانها من احتياجاتها بسبب الوضع المادي المتدني للأسرة.

فالحالة لا تبدي اضطرابات عميقة في التشخصية إنما يتبين من خلال تعرضها للعديد من الضغوط النفسية سواء الفشل العاطفي أو الفشل الدراسي دون أن ننسي العنصر الذي يشغل الحيز الأكبر في الضغوط النفسية هو عدم احتوائها عاطفيا في الأسرة وتعرضها للعنف سواء اللفظي أو الجسدي الممارس عليها من طرف الأم جعلها تلجأ إلى حلول بديلة للخروج من الوضعية الضاغطة مثل الرغبة في الزواج، ثم الهروب من المنزل، إلا أن عدم نجاح هذه الحلول جعلها تلجأ الى الحل الأخير وهو الانتحار.

إلا أن هذا الفعل يعتبر كمحاولة للفت الانتباه إليها وكذا كمحاولة للوم الأم وتحميلها المسؤولية من خلال أقوالها بأن أمها تتمنى موتها، في أمل لتغيير سلوكات الأم معها، فالحالة ليست لها رغبة فعلية للقضاء على الذات وإنما رغبة في احتواءها والاهتمام بها خاصة في هذه المرحلة العمرية الحرجة حيث يكون التفكير غير سليم ومتأثر بالمشاعر، وإلا أنه يجب الأخذ بعين الاعتبار هذا النوع من السلوكات وأن هذا الفعل يمكن أن يتكرر مرة أخرى تحت عامل الضغوط النفسية.

2-3- نتائج مقياس إدراك الضغط النفسي «Levennstein»:

مؤشر إدراك الضغط = الدرجة الخام – 30 = 93 – 30 = 0.70

90 90

2-4-التعليق على النتائج:

نلاحظ أن نتائج الحالة في مقياس إدراك الضغط النفسي أظهرت أنها تحصلت درجة قدرت بنسبة 0.70 وهي نسبة تقترب من الواحد وتبتعد عن الصفر.

وهو ما يدل على نسبة إدراك مرتفع حسب المقياس، مما يعني أن الحالة تعاني من إدراك مرتفع للمشاكل والضغوط النفسية التي تتعرض لها في حياتها.

2-5- تفسير النتائج على ضوء المقابلة ومقياس إدراك الضغط النفسي:

من خلال نتائج المقابلة مع الحالة ونتائج مقياس إدراك الضغط فإن الحالة تعاني من ضغط نفسي كبير أدى إلى قيامها بالمحاولة الانتحارية وذلك يعود بالدرجة الأولى إلى عوامل عاطفية وعلائقية وهي الفشل في العلاقة العاطفية الذي أثر عليها بشكل كبير، وسوء العلاقة مع الأسرة خاصة الأم التي تعتبر المصدر للحنان والطمأنينة والأمان النفسي، كل هذه الأحداث والوضعيات الضاغطة أثرت بشكل كبير على الحالة ونظرا لكون المرحلة العمرية التي تمر بها وهي مرحلة المراهقة أين تتميز بعدم النضج العقلي والانفعالي، بالإضافة إلى ضعف الشخصية والهشاشة النفسية، فتراكم هذه الأحداث أدى بالحالة إلى القيام بالمحاولة الانتحارية كحل للمشاكل والضغوط النفسية التي تواجهها.

ومنه نقول إن الضغوط النفسية الناجمة عن أسباب عاطفية تؤدي إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية.

- **مناقشة عامة للنتائج وفق الفرضيات:**

من خلال نتائج المقابلات العيادية وكذا نتائج مقياس إدراك الضغط النفسي لـ "لفنستاين" فإننا نلاحظ مدى تأثير الضغط النفسي الذي تعرضت له كل من الحالتين المراهقتين في التفكير العقلاني واللجوء إلى الانتحار فللضغوط النفسية الدور الكبير في الانتحار نتيجة عدم النضج العقلي والانفعالي لدى المراهق.

حيث تحققت الفرضية الأولى والتي مفادها "يؤدي الضغط النفسي الناتج عن عوامل عاطفية إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية"، وهذا ما لاحظناه من خلال الحالتين أن كلتاهما عانت من مشاكل عاطفية وعلائقية سببت لهما ضغطا كبيرا أدى بهما للقيام بالمحاولة الانتحارية. فالأزمات النفسية العاطفية مثل القلق والإحباط العاطفي والفشل العلائقي والحزن المفرط والشعور

بالوحدة والتهميش، من شأنها أن تؤدي إلى القيام بالانتحار، هذا ما لاحظناه خاصة في الحالة الثانية حيث تمثلت هذه المشاكل العاطفية في أساسها في فشل العلاقة الأسرية بداية من فشل العلاقة مع الأم إلى فشل العلاقة العاطفية خارج المنزل أدى بها إلى الشعور بالإحباط والدونية، ولأن الشخص المصاب الذي يعاني من الضغوط النفسية قد يعاني من شعور باليأس أو العجز، فإنه يمكنه أن يجد في الانتحار أنه الطريقة الوحيدة للتخلص من هذه المشاعر السلبية، وبما أن الحالة هي فتاة مراهقة فنظرا لطبيعة وحساسية هذه المرحلة التي تتميز بعدم النضج العقلي الكامل والتفكير العقلاني وسهولة التأثر بالأحداث الضاغطة مما يزيد من احتمالية الانتحار.

كما تحققت الفرضية الجزئية الثانية والتي مفادها "يؤدي الضغط النفسي الناتج عن الإحباط نتيجة الفشل الدراسي إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية". هذا ما لاحظناه مع الحالة الأولى من حيث تعرضها للضغوط المدرسية جعلها تدخل في صراع نفسي، وإصابتها بالإحباط، فالضغط النفسي الذي يعيشه المراهق نتيجة الإحباط الناتج عن الفشل الدراسي يؤدي إلى الشعور بالقلق والتوتر والاكتئاب والشعور بالعجز في التغلب على التحديات الدراسية، والشعور بعدم الرضا النفسي، وبالتالي الشعور بالفشل في الحياة، قد يؤدي إلى التفكير الانتحاري لدى المراهق، هذا بالإضافة إلى المشاكل الأسرية بسبب فشل العلاقة الأسرية والروابط العلائقية مما زاد من حدة الضغوط، وذلك ما أدى على الانتحار.

حيث أجرى "منذر الضامن" (1984) دراسة تناولت المشكلات السلوكية عند المراهقين في الأردن، وقد توصلت نتائج دراسته إلى: أن سبب شيوع الضغوط النفسية والمشكلات السلوكية لدى المراهقين على علاقة بالتنشئة الاجتماعية، كطبيعة العلاقات داخل الأسرة وما يتم تلقيهم من التربية الأسرية التي إما تنعكس بالسلب أو الإيجاب، بالإضافة إلى أسباب تتعلق بالمدرسة وما يترتب عليها من الشعور بالقلق لدى الطلاب. (عطا كريم، 2014).

وفي نفس السياق فقد أشارت دراسة (2022) «Franca Obiageli & all» تحت عنوان "الضغط الأكاديمي والتفكير الانتحاري" والتي أجريت في ثلاث جامعات من جنوب نيجيريا، تبين أن الضغط الأكاديمي مرتبط إيجابا بالتفكير الانتحاري، حيث يتم تعزيز التفكير الانتحاري بزيادة الضغط الأكاديمي. وهذا ما يثبت أن الضغوط المدرسية أو الأكاديمية تؤدي إلى التفكير في الانتحار ثم إلى المرور الى الفعل (Franca & all, 2022)

من خلال ما سبق نلاحظ أن مصادر الضغط السابقة أو إدراكات المراهق لمصادر الضغط الشديدة قامت بتشويه نشاطاته المعرفية المساعدة على إيجاد حلول فعالة وهو الأمر الذي ساهم في تطور الأزمة الانتحارية بسبب الفشل في إيجاد حلول فعالية للتصدي للازمة الضاغطة والصراع

النفسي بسبب الهشاشة النفسية وضعف الذات وهذا ما ورد من خلال النموذج المعرفي التفاعلي لتفسير الانتحار نموذج الضغط والمواجهة يرى أن الانتحار هو فقدان التوازن النفسي لعدم القدرة على مواجهة ضغوطات الحياة وتناقص القدرة على رؤية المستقبل بشكل إيجابي، حيث يؤكد هذا النموذج على أن النظرة المستقبلية ، مستوى الضغط، ومهارات التكيف هي مصادر تحديد عتبة السلوك الانتحاري (صندلي، 2012).

وهذا ما يتوافق مع النموذج السلوكي المفسر للضغط النفسي، حيث يشير "باندورا" (Bandura) إلى أن قدرة الفرد في التغلب على الخبرات الضاغطة والأحداث الصدمية يعود إلى مدى فعالية الذات لدى الفرد، وأن نسبة الفعالية الذاتية في التغلب على الخبرات الضاغطة تتوقف على البيئة الاجتماعية للفرد ومدى إدراكه لإمكاناته وقدراته في التعامل مع الضغوط، ويحصل القلق والتوتر والشعور بالتهديد نتيجة عدم قدرة الفرد على التعامل مع المواقف الضاغطة. (صندلي، 2012)

ومن خلال نتائج مقياس إدراك الضغط النفسي والتي تعبر عن مستوى مرتفع من إدراك الضغط، فإن الحالتين تعانيان من مستوى مرتفع من الضغط وذلك ما استنتجناه من خلال المقابلات العيادية فإنه يمكننا القول القول بأن "المراهق المحاول للانتحار يظهر مستوى عالي من الضغط النفسي " حيث أن الضغوط النفسية التي تعرض لها المراهق أدت به للقيام بالمحاولة الانتحارية.

وهذا ما أشارت إليه بعض الدراسات من بينها دراسة "هارديب لا جوشي وروثاش" (2008) « hardeep lal joshi &rotash » حيث أظهرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار الانتحارية والاحداث الضاغطة كما أشارت إلى أن ارتفاع مستوى الضغط يؤدي إلى زيادة التفكير بالانتحار، هذا وقد أظهرت الدراسة وجود ترابط متسلسل لثلاث عوامل مؤدية إلى الانتحار من بينها ضغوط الحياة.

كما خلصت دراسة "آنا روزياك آخرون" (2016) « Anna rosiek & all » بعنوان "الضغط النفسي المستمر والتفكير الانتحاري لدى طلاب الطب" حيث هدفت الدراسة إلى تحليل الأثر الذي يمارسه الضغط النفسي والقلق على التفكير الانتحاري بين طلاب الطب، وكيفية التعامل مع هذه المشكلة، وذلك بجامعة بولندا، حيث أظهرت النتائج أن حياة الطلاب مليئة بالتوتر ، وأن الضغط النفسي المستمر يؤثر بشكل قوي على الصحة العقلية والتفكير الانتحاري للطلاب, حيث أكدت نتائج الدراسة على وجود علاقة بين التفكير الانتحاري والضغط النفسي المستمر والقلق. (Rosiek & all , 2016)

فالمراهق يمر بفترة حساسة تطرأ فيها مجموعة منها التغيرات الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية حيث تتميز بمجموعة من الخصائص المتمثلة في النمو الجسمي (الفيزيولوجي والمظهر العضوي وتغير البنية الجسدية) النمو العقلي الذي يتميز ببداية النضج في القدرات العقلية مما يؤدي إلى ظهور الفروق الفردية، كالذكاء، والانتباه والتذكر، وكذلك النمو الانفعالي والاجتماعي، حيث تزداد في هذه الفترة حدة الانفعالات وخاصة في السنوات الأولى من البلوغ أي آخر سنوات الطفولة وسرعان ما تقل حدة هذه الانفعالات مع هدوء سرعة النمو. حيث يحاول التحكم في انفعالاته كالخجل والارتباك والاكتئاب...الخ وقد أظهرت دراسات مختلفة أن المراهقون يكونون في غالب الأحيان غير مدركين لمشاعرهم الحقيقية فيلجؤون الى كتمانها فيقومون بكبح انفعالاتهم وإخفاءها وهذا ما يزيد الأمر سوء. (قندوسي، 2021)

كل هذه التغيرات المفاجئة تؤدي الى صعوبة استيعاب المراهق لما حوله مما قد يخلق لديه ضغوط نفسية وفي سعيه لمواجهة هذه الضغوط قد يؤدي به الأمر إلى الانتحار، فالضغط يولد الانفجار ، ومن بين أسباب الانتحار لدى المراهقين نجد منها الأسباب الظرفية والتي ترتبط بالأحداث التي يعيشها المراهق، كالعلاقات التي يقيمها بينه وبين أهله من جهة، ومن جهة أخرى علاقاته الخارجية بالأشخاص الآخرين ، أيضا هناك الأسباب الاجتماعية والتي تنقسم الى أسباب عائلية كانعدام الأمن والعاطفة وأسباب اجتماعية كالمستوى الاقتصادي المتدني وعدم القدرة على تحقيق متطلبات المراهق (إسماعيلي وآخرون، 2017)، وهذا ما لاحظناه خاصة مع الحالة الثانية. هذا بالإضافة إلى عوامل أخرى نفسية عاطفية كالإحباط واليأس والاكتئاب والقلق.

يمكننا القول إذن أن الضغوط النفسية التي يعيشها المراهق تؤدي به إلى الشروع في الانتحار، فعندما يواجه المراهق ضغوطا نفسية شديدة فإنها تؤثر على حالته العقلية والعاطفية، فيقوم بحل المشكلات بطريقة خاطئة تؤدي به الى سلوك سلوكات غير سليمة كاللجوء إلى الانتحار.

- **خلاصة:**

تعتبر المراهقة فترة من فترات الحياة التي تعد مهمة وصعبة في نفس الوقت، يسعى فيها الفرد للتعرف على نفسه وإثبات ذاته، مما يجعله عرضة للعديد من التحديات الضغوط النفسية والاجتماعية التي تؤثر على تطوره النفسي والاجتماعي والعاطفي، تحدث الضغوط النفسية لدى المراهق لعدة أسباب منها الضغوط المدرسية كعدم القدرة على تحقيق النجاح الأكاديمي الذي يرضيه ويرضي عائلته، كذلك الضغوط الأسرية خصوصا فيما يتعلق بالصورة التي يجب أن يكون عليه أو المسار الذي يريده منه الأهل أن يسلكه إضافة إلى أزمة الهوية والانتماء، مع وجود الفشل العاطفي والعلائقي سواء داخل الأسرة أو خارجها.

ونظرا لأن المراهق في هذه المرحلة العمرة التي لم يكتمل فيها النضج العقلي والانفعالي لديه فإنه يواجه صعوبة في حل مشكلاته الحياتية، وحل صراعاته النفسية بالطريقة السليمة، فإنه يلجأ إلى الانتحار من أجل التخلص من كل تلك المشاعر السلبية التي تعتريه. حيث يعتبر الانتحار واحدا من أخطر الأمور التي يمكن أن تواجه المراهقين، نظرا لما نلاحظه من تفشي هذه الظاهرة في مجتمعنا و في أوساط الشباب والمراهقين هدفت دراستنا إلى البحث عن الأسباب المؤدية للقيام بالمحاولة الانتحارية لدى المراهق، حيث تمت الدراسة حول مراهقتين (19 و17 سنة)، وأسفرت نتائج الدراسة إلى أن الضغط النفسي الناتج عن عوامل عاطفية يؤدي إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية، كما يؤدي الضغط النفسي الناتج عن الإحباط نتيجة الفشل الدراسي أيضا إلى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية، وبالتالي فإن المراهق المحاول للانتحار يظهر مستور عالي من الضغط النفسي، أي أن شدة الضغوط النفسية على المراهق تؤدي به إلى وضع حد لحياته.

يمكن اعتبار الفرق بين والمحاولة الانتحارية والانتحار في أن المحاولة الانتحارية سلوك مغاير للانتحار، فالشروع بالانتحار هي كل عمل يؤدي إلى أذية النفس بقصد الموت، أما محاولة الانتحار فهي تنفيذ الانتحار دون الوصول إلى تحقيق الموت الفعلي كنتيجة مباشرة، وبالتالي فإن محاولة الانتحار هي عبارة عن محاولة للفت الانتباه فهي عبارة عن نداء خفي ورمزي يدعو إلى المساعدة والإغاثة ، فالمحاول للانتحار، يحاول أن يلفت انتباه محيطه لمعاناته ومشاكله، أما المنتحر فهو عكس ذلك تتمثل في الرغبة في التدمير الذاتي النهائي للانا (بلغازي، 2022). لذلك سنقوم بوضع مجموعة من الاقتراحات لمساعدة المراهقين المحاولين للانتحار:

- ضرورة إحاطة المراهق بالرعاية من طرف الوالدين والمجتمع وكذا معرفة سلوكات المراهق بإيجابياتها وسلبياتها خاصة.
- عدم وضع المراهق أمام مواقف تفوق قدرة تحمله النفسية بالإضافة
- التعرف على كيفية إدراك مصادر الضغط لدى المراهق مما يعطي إمكانية التنبؤ بالفعل الانتحاري ومن ثم التدخل النفسي لامتصاص الطاقة السلبية عند المراهق
- تعليم المراهق المحاول الانتحار طريقة التكيف مع الضغوط النفسية.
- تشجيع المراهقين التحدث عن مشاعرهم والبحث عن المساعدة لمواجهة الضغوط النفسية
- تشجيع المراهقين على البحث على التوجيه النفسي
- توفير الدعم الاجتماعي كالتشجيع على المشاركة في أنشطة اجتماعية وبناء صداقات تساعد على التخفيف من العزلة
- تشجيع الاهتمام بالذات وتقبل النفس كما هي وتعزيز الثقة بالنفس.

- إخراج إبداعات الشباب إلى الوجود واستثمارها بدلا من الفراغ الذي يعيشونه
- تعزيز النشاط البدني كممارسة الرياضة التي تلعب دورا في تحسين المزاج وتقليل التوتر.

- **قائمة المراجع:**

1- الشافعي، ن. (2009). فن التعامل مع المراهقين مشكلات وحلول. القاهرة: دار البيان.

2- إسماعيلي، ي.، قشوش، ص.، & هبة، م. (2017) .الذكاء الوجداني وبعض المشكلات الانفعالية (القلق، الاكتئاب، الانتحار، جنوح الأحداث). الجزائر: ديوان المطبوعات.

3- آل عبد الله، م. ب. م. (2014) .المراهقة والعناية بالمراهقين .لإسكندرية: دار الوفاء.

4- النوايسية، ف.ع. ا. (2013). الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة .الأردن: دار المناهج.

5- بلخير، ر. (2018). علاقة إدراك الضغط النفسي بالقلق (حالة-سمة) لدى أعوان الحماية المدنية .مجلة المرشد، 1(08)، 01-08.

6- بلخير، ر. (2020). الاغتراب النفسي واحتمالية الانتحار لدى الشباب .قسنطينة: دار ألفا للوثائق

7- بلغازي، و. (2022). سمات الشخصية المميزة لمحاولي الانتحار .مجلة دراسات في علم النفس الصحة،7(3)، .52–43 ,

8- بوسنة، ع. ا. ز. (2008). التصور الاجتماعي لظاهرة الانتحار لدى الطالب الجامعي –دراسة ميدانية بجامعة بسكرة (أطروحة دكتوراه). جامعة منتوري، قسنطينة.

9- بوعيشة، ن.، وسعداوي، م. (2013). استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية والنفسية لدى أساتذة التعليم الثانوي بالأقسام النهائية. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، 8 (25)، 313-331.

10- سواكري، ا. (2008). موقف الصحافة المكتوبة من ظاهرة الانتحار في المجتمع الجزائري (أطروحة دكتوراه). جامعة الجزائر.

11- شرادي، ن. (2007). المنهج العيادي، مجلة الصوتيات، 3 (1)، 26-31.

12- صندلي ر. (2012)، الضغوط النفسية واستراتيجيات المواجهة المستعملة لدي المراهق المحاول للانتحار (أطروحة ماجستير). جامعة فرحات عباس، سطيف.

13- عطا كريم، ع، ا. (2014)، الضغوط النفسية لدى المراهقين ومفهوم ذاته. عمان: دار الحامد

14- عيسات م.، وآيت مجبر واكلي، ب. (2020). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية –دراسة ميدانية على عينة من أعوان الحماية المدنية – البويرة. مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، 5 (01)، 425-448.

15- عيساوي، أ. (2016). الشخصنة لدى المراهقة: دراسة مقارنة بين المراهقة المتمدرسة والمراهقة غير المتمدرسة. مجلة التنمية البشرية، 1 (6)، 151-159.

16- فاضلي، أ. (2009). أساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى فئة من محاولي الانتحار وعلاقتها بكل من الاكتئاب واليأس (أطروحة دكتوراه). جامعة الجزائر.

17- قندوسي، س. (2021). مرحلة المراهقة خصائصها ونظرياتها. مجلة التمكين الاجتماعي، 3 (4)، 120-142.

18- قنيفة، ن.، سعدي ر. (2016)، المحاولة الانتحارية في قراءة إحصائية. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 8 (27)، 379- 386.

19- مسغوني، إ.، وضيف، ح. (2021). ظاهرة الانتحار، قراءة في النظريات والأسباب. مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف، 6 (1)، 214-233.

20- مسيلي، ر، وفاضلي أ. (-2013)، الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بمعاودة المحاولة الانتحارية "دراسة مقارنة بين أساليب التعامل ومستوى الشعور بالاكتئاب واليأس". مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، 5 (13)، 305- 331.

21- مقراني، س.، وجابر، ن. ا. (2022). تطبيقات المقابلة العيادية. مجلة العلوم النفسية والتربوية، 8 (3)، 57-70.

22- منضمة الصحة العالمية (28 آب/ أغسطس 2023)، الانتحار. تاريخ الاسترداد: 28-01_2024 من الموقع الإلكتروني: https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/suicide

23- Rosiek, A., Rosiek, K. A., Leksowski, L., Leksowski, K. (2016). Stress chronique et pensées suicidaires chez les étudiants en médecine. International Journal of Environment Research and Public Health ,13 (02). Recovery date: 24-01 2024, from the website: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4772232/?fbclid=IwAR1TpMWqw2WjPYLGapmey7t7hFX6650_8GopI8fovCXguxhUy8MBy_9iDXs

24- Djebar, L., Feradji M. (2023). Les tentatives de suicides : résultats d'une requête en Kabylie. Revue société éducation travail, 8 (1), 495-511.

25- Okechukwu, F. O., Ogba, K.T., Nwufo, J.I., Ogba, M.O., Onyekachi, B. N., Nwanosike, C. I., & Onyishi, A. B. (2022). Academic stress and suicidical ideation: moderating roles of coping style and resilience. BMC Psychiatery, 22 (1), 01-12.