



خودکشی موضوعی

نیست که فرد به طور

ناگهانی آن را عملی کند.

در واقع، فردی که اقدام

به خودکشی می کند،

از مدت ها پیش به

آن اندیشیده و حالا

تصمیم گرفته آن را

انجام دهد



## نگاه کارشناس

# باید و نبایدهای مشاوره هنگام خودکشی

افرادى که اقدام به خودکشی می کنند، درگیر اختلالاتی مانند دو قطبی بودن، افسردگی، اسکیزوفرنی یا درصدهای مختلف هستند. البته مسائلی مانند فشارهای اقتصادی، طلاق، بیکاری و حتی اعتیاد هم در مساله خودکشی دخیل است، اما اگر پیشینه این افراد را در نظر بگیریم، همه آنها به درجاتی درگیر اختلالات روانی هستند. در بین زنان و مردان، خانم ها بیشتر در مورد خودکشی صحبت می کنند،

اما این معضل در میان آقایان بیشتر مشاهده می شود. شاید به این دلیل که خانم ها به مشاوره مراجعه می کنند، اما در مورد آقایان کمتر با این مساله مواجهیم.

خودکشی موضوعی نیست که فرد بطور ناگهانی آن را عملی کند. در واقع، فردی که اقدام به خودکشی می کند، از مدت ها پیش به آن اندیشیده و حالا تصمیم گرفته آن را انجام دهد. البته ممکن است از قبل، هشدارهایی هم به خانواده اش داده و بطور مثال به خاطر مشکلات اقتصادی گفته باشد که این چه زندگی است دارم یا چقدر شرمنده زن و بچه ام باشم، اما کسی به آن توجه نکرده است. افرادی که اقدام به خودکشی می کنند، دو گروه هستند. یک گروه نمایشی هستند که بحث اینها جداست، اما گروه دیگر کسانی اند که بطور واقعی و جدی دست به این کار می زنند. در مواقعی که پلیس و آتش نشان و قاضی به محل حادثه می رسند تا مشاور و روانشناس متخصص بیایند، باید محتاطانه و حساب شده با چنین فردی صحبت کنند. در واقع بحران خودکشی، جایی است که یا می خواهیم او را نجات دهیم یا نجاتش داده ایم. در چنین مواقعی، این که از فرد بپرسیم چرا می خواهی خودکشی کنی و دست بردار، سوال بسیار بی جایی است. یا این جملات که بگوییم ما همه بدبختی و مصیبت و مشکل داریم یا من هم این مشکل را داشتم، بسیار نادرست است.

این فرد به چنین صحبت هایی اصلا توجه نمی کند، او به تنها چیزی که فکر می کند این است که فقط خودش را راحت کند. در چنین مواقعی ما به همدلی نیاز داریم. یعنی باید صبر کنیم فرد آسیب دیده - خود - شروع به صحبت کند. هرچه بر زبان بیاوریم، ممکن است هیجانی به او وارد کند که نتیجه اش اشتباه باشد. ابتدا باید اجازه دهیم او آرام شود و شروع به صحبت کند. بطور مثال بگویید این چه زندگی است! یا می توانیم به او بگوییم: می توانی با من حرف بزنی؟ درمان شرایط خاصی دارد، اما ابتدا باید همدلی ایجاد شود. اگر فرد شروع به حرف زدن کرد، باید جمله های او را به شکل درستی هدایت کنیم نه اینکه بکشانیم به جایی که یاد بدبختی ها و مشکلات زندگی اش بیفتد و دوباره هیجانی شود. به طور کلی، در چنین بحران هایی، قدم مهم، تشخیص مشکل فرد است که انجام آن، کار یک متخصص روانشناس است که می تواند او را آرام کند. روانشناس پس از صحبت کردن با او می تواند بفهمد که مشکل او از کجا شروع شده و چرا به این نقطه رسیده است. پلیس و آتش نشان و قاضی در این مورد باید اطلاعاتی داشته باشند، اگر هم نداشته باشند تا زمانی که روانشناس از راه برسد، باید با آرامش تمام، امکانات لازم نجات را فراهم کنند تا اگر اقدام به خودکشی کرد، آن امکانات اجازه ندهد جان و زندگی اش به خطر بیفتد.

دکتر پروین ناظمی

روانشناس

پسر جوان ساعتش را نگاه کرد. عقربه ها ساعت ۲۵ و ۲۰ دقیقه شب را نشان می داد. آرام روی پل هوایی خیابان سرداران شیراز رفت تا فکری را که مدت ها مثل خوره به جانش افتاده بود، عملی کند. جمعیت گوش تا گوش ایستاده بود و هر یک سعی می کردند با زبان و تلاش خودشان، او را از خودکشی منصرف کنند. چند نفر از عابران با آتش نشانی شیراز تماس گرفتند و دقایقی بعد سه خودروی آتش نشانی آژیرکشان از راه رسید. پسر جوان ناگهان خود را به پایین پرت کرد اما آتش نشانی که در نزدیکی او بود دستش را گرفت و نجاتش داد.

## نجات پسر جوان در آسمان

مرد زندانی از مدت ها پیش دچار افسردگی شده بود و به تنها چیزی که فکر می کرد، خودکشی بود. از نظر خودش، نه راه پس داشت و نه راه پیش. هرچه بیشتر فکر می کرد، بیشتر به این نتیجه می رسید که باید کار را یکسره کند. درست در شرایطی که او می خواست فکرش را عملی کند، سربازی متوجه ماجرا شد و جلوی خودکشی اش را گرفت. امیر حاجی که سرباز همراه این زندانی بود، در مورد این ماجرا گفت: «دوم آذرماه امسال، پزشک بهداری دستور داد تا یکی از زندانیان ندامتگاه قزل حصار که از مشکلات خانوادگی و افسردگی رنج می برد، به بیمارستان روانپزشکی رازی منتقل شود. من هم سرباز همراه او بودم. با هم به بیمارستان روانپزشکی رازی رفتیم و او گفت می خواهد به سرویس بهداشتی برود. وقتی به سرویس رفت، مدتی منتظر او ماندم، اما زمان زیادی طول کشید و به او شک کردم. احساس کردم در حال انجام کاری است. سریع وارد سرویس بهداشتی شدم و زندانی ام را دیدم که خودش را حلق آویز کرده بود. با داد و بیداد، پرسنل بیمارستان را از ماجرا باخبر کرده و درخواست کمک کردم که خوشبختانه آمدند و زندانی از مرگ نجات پیدا کرد.»

## هوشیاری سرباز مانع خودکشی زندانی شد

خیلی متاسفم. من جان و زندگی دوباره ام را مدیون شما هستم.»  
متهم ۳۶ ساله که می دید مصرف مواد مخدر چه بلایی بر سر زندگی اش آورده است و حتی ممکن بود جان دیگری را بگیرد، گفت: «به شدت پشیمانم. از همه می خواهم هرگز سمت مصرف مواد مخدر نروند.»  
یدا... موجد، رئیس کل دادگستری استان کرمان که چند روز پیش و پس از اطلاع از این ماجرا به عیادت قاضی توکلی رفته بود، خطاب به وی گفت: «همت، شجاعت، اقدام ایثارگرانه و دلسوزانه شما، برای نجات یک متهم به سرقت در حال محاکمه بود که قصد داشت خود را از پنجره به بیرون پرتاب کند. این رفتار، مصداق واقعی اخلاق عملی است. نگاه، رفتار و روحیات قضات انقلابی ما در دستگاه قضایی موجب افتخار این مجموعه و نقطه امیدی برای قوه قضاییه به شمار می رود. حسن نیت و بزرگواری قاضی توکلی الگویی برای همه مدیران و کارکنان قضایی است.»

توکلی پس از هماهنگی با یکی از کارکنان زندان با متهم صحبت کرد و ماجرا را برایش توضیح داد. متهم که هرگز فکر نمی کرد قاضی برای نجات او درگیر چنین مشکلی شده باشد، به شدت ناراحت شد و با گریه از قاضی خواست تا او را حلال کند.  
قاضی توکلی در مورد مکالمه خود با متهم گفت: «از متهم سؤال کردم با چه هدفی خودت را از پنجره پرت کردی؟ متهم گفت که فقط قصد خودکشی داشته که خوشبختانه موفق نشده است. به او اطمینان خاطر دادم که مشکلی برایش ایجاد نخواهد شد.»  
متهم که یک مصرف کننده مواد مخدر بود هم درباره تماس قاضی توکلی گفت: «من در زندان بودم که قاضی پرونده ام با من تماس گرفت و موضوع را توضیح داد و گفت پس از آن اتفاق، رضایت داده است. به او گفتم خدا خیرتان دهد که رضایت دادید. من از کاری که انجام داده ام، بسیار پشیمانم و توبه کرده ام. این اتفاق باعث شد تلنگری در زندگی من بخورد و دیگر از این کارها نکنم.

قاضی توکلی گفت: «متهم چون چند متر آویزان بود و از شدت و سرعت پرتابش کم شده بود، برای همین پس از پرت شدن در سلامت کامل بود و هیچ گونه مشکل جسمی نداشت. پس از وقوع حادثه، حفاظت دادگستری شکایتی را علیه متهم تنظیم کرد اما من رضایت دادم. پس از آن به دلیل کمردردی که داشتم به خانه رفتم. با گذشت چند روز از این ماجرا، ناگهان یکی از پاهایم فلج شد و دیگر نمی توانستم راه بروم. به پزشک مراجعه کردم و پس از انجام ام. آر. آی مشخص شد ضربه جدی به دیسک کمرم وارد شده و این آسیب حتی تا نزدیک نخاع هم پیش رفته است. به تشخیص دکتر، عمل جراحی شدم و پس از باز کردن بخیه های محل، دکتر برایم سه ماه مرخصی استعلاجی صادر کرد. حالا هم سعی می کنم از خانه، کارم را انجام دهم.»

## تماس تلفنی قاضی با متهم

با گذشت چند روز از عمل جراحی، قاضی

توکلی پس از پرش متهم به سمت چارچوب پنجره، به سمت او دوید و متهم را قبل از این که سقوط کند، گرفت. متهم بدنش تا کمر بیرون بود و قاضی توکلی دست های متهم را محکم گرفته بود تا سقوط نکند. چون متهم حالت آویزان از پنجره داشت، وزنش سنگین تر از حد معمول شده بود. در حالی که قاضی توکلی او را همچنان نگه داشته بود، ناگهان از میان استخوان های کمرش صدایی شنید، اما به آن توجه نکرد. سنگینی بدن متهم، هر لحظه بیشتر و بیشتر به دستان قاضی توکلی فشار می آورد که او را محکم نگه داشته بود. قاضی جوان، دوباره تمام نیروی جسمی اش را در بازوهایش جمع کرد تا جلوی سقوط او را بگیرد اما فایده ای نداشت و متهم به پایین پرت شد. در یک آن، آرامشی که در مجتمع قضایی بود ناگهان به هم ریخت. همه از مردی صحبت می کردند که از بالا به پایین پرت شده بود. همه دنبال این بودند که بدانند فرد پرت شده زنده است یا فوت شده است.