

علل و عوامل بروز خودزنی و

خودکشی در سربازان

(از بُعد درون و برون سازمانی)

۲۲۲۵۹۶۳

www.ketab.ir

تألیف: مهدی بقائی

شناسه	بقائی، مهدی، ۱۳۶۰ -
عنوان و نام پدیدآور	علل و عوامل بروز خودزنی و خودکشی در سربازان (از بعد درون و برون‌سازمانی) / تالیف مهدی بقائی.
مشخصات نشر	تهران: سروش برتر، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۱۵۱ ص:؛ ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.
شابک	978-622-7593-40-2
وضعیت فهرست نویسی	فیپا
یادداشت	کتابنامه: ص. ۱۳۱ - ۱۵۱.
موضوع	سربازان -- روان‌شناسی
موضوع	Soldiers -- Psychology
موضوع	بهداشت روانی
موضوع	Mental health
موضوع	شخصیت -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	Personality -- Psychological aspects
موضوع	خودکشی
موضوع	Suicide
موضوع	خودزنی
موضوع	(Cutting (Self-mutilation
موضوع	سربازان -- رفتارشناسی خودکشی
موضوع	Soldiers -- Suicidal behavior
رده بندی کنگره	U۲۲/۳:
رده بندی دیویی	۳۵۵/۰۰۱۹:
شماره کتابشناسی ملی	۸۴۴۲۳۰۳:
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا	

نویسنده: مهدی بقائی
نام کتاب: علل و عوامل بروز خودزنی و خودکشی در سربازان
(از بعد درون و برون سازمانی)

تعداد صفحات: ۱۵۱

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۹۳-۴۰-۲

ناشر: سروش برتر

تیراژ: ۱۰۰۰

چاپ اول: انتشارات سروش برتر ۱۴۰۰

شماره پخش: ۰۹۳۵۲۴۰۸۱۹۹

حق چاپ برای ناشر محفوظ است

قیمت: ۴۵۰۰۰ تومان



فهرست مطالب

پیشگفتار:	۱۵
-----------	----

فصل اول؛ سلامت روان

مفهوم سلامت	۱۹
ابعاد شش گانه سلامت از دیدگاه اندیشمندان	۲۰
تعریف سلامت روانی	۲۲
تاریخچه اجمالی روان شناسی و سلامت روان	۲۴
عوامل زمینه ساز در بروز مشکلات روانی	۲۷
نشانه های سلامت روان	۲۸
اغلب روانشناسان، فردی را دارای سلامت روانی می دانند که دارای ۸ ویژگی زیر باشد:	۲۹
عوامل موثر بر سلامت روان	۲۹
مذهب و سلامت روانی	۳۱
بهداشت روانی	۳۳
انواع پیشگیری در بهداشت روان	۳۴
اصول بهداشت روانی	۳۵

فصل دوم: بررسی شخصیت

- ۳۷ مبانی نظری شخصیت (تعریف شخصیت)
- ۳۸ خصوصیت افراد با شخصیت سالم:
- ۳۹ عوامل بوجود آورنده شخصیت:
- ۴۲ مروری اجمالی بر نظریه های شخصیت از دیدگاه مکاتب و دانشمندان روان شناسی
- ۴۲ دیدگاه اسلام
- ۴۳ نظریه ی انسان بالغ آلپورت
- ۴۴ نظریه انسان با کنش کامل راجرز
- ۴۴ نظریه انسان بارور یا مولد فروم
- ۴۵ نظریه انسان خواستار تحقق خویش من مازلو
- ۴۷ نظریه انسان فردیت یافته یونگ
- ۴۷ نظریه انسان از خود فرارونده فرومکل
- ۴۸ نظریه انسان این مکانی و این زمانی پرلز
- ۴۹ نظریه زیگموند فروید (بنیانگذار روانکاوی)
- ۴۹ نظریه هنری موری (Henry Murray)
- ۵۰ نظریه جورج کلی نظریه سازه شخصی
- ۵۰ نظریه اریک اریکسون (Erik Erikson)
- ۵۲ ریموند کتل (Raymond Catell)

فصل سوم: خودکشی

- ۵۳ بررسی نظری خودکشی
- ۵۶ تعریف خودکشی و سایر اصطلاحات

۵۸	باورهای نادرست و واقعیت ها در مورد خودکشی
۶۰	بررسی علت خودکشی
۶۱	عوامل خطر خودکشی
۶۵	عوامل محافظ خودکشی
۶۶	رفتارها و ویژگی های مشترک قبل از خودکشی
۶۸	عواملی که احتمال بروز خودکشی را افزایش میدهد
۷۰	شیوه های خودکشی
۷۰	شیوه های خودکشی به موارد زیر قابل تقسیم هستند
۷۱	بررسی نظریه های خودکشی
۷۵	اهداف خودکشی
۷۶	علل و انگیزه خودکشی
۷۷	دیدگاه های مختلف در مورد خودکشی
۷۸	نظریه روانشناختی
۷۹	نظریه روان پزشکی
۷۹	خودکشی در میان نیروهای نظامی

فصل چهارم: خودزنی (Self-injury)

۸۵	تعریف خودزنی یا آسیب به خود (جرح خویشتن)
۸۶	تعاریف خود آسیب رسانی
۸۷	اصطلاحات علمی خود آسیب رسانی
۹۰	نشانه های هشدار دهنده خودزنی
۹۱	بیماری های روانشناختی شایع در افرادی که خود زنی می کنند

- ۹۱..... سبب شناسی خودزنی
- ۹۲..... عوامل موثر در خودزنی یا جرح خویشتن:
- ۹۳..... بررسی مطالعات خود زنی از دیدگاه روانشناسان
- ۹۸..... انواع خودزنی:
- عوامل موثر بر رفتار خود آسیب رسانی به دو طبقه کلی عوامل بیرونی و عوامل درونی تقسیم بندی شدند:
- ۹۹.....
- ۱۰۰..... خود زنی در نیروهای مسلح:

فصل پنجم: عوامل درون و برون سازمانی در بروز خودکشی و خودزنی سربازان

- عوامل بروز خودزنی و خودکشی در سربازان بطور کلی به ۲ عامل برون سازمانی و درون سازمانی تقسیم میشوند:
- ۱۰۳.....
- ۱۰۳..... عوامل برون سازمانی شامل موارد زیر است:
- ۱۰۴..... عوامل درون سازمانی شامل موارد زیر است:
- ۱۰۴..... الف) عوامل درون سازمانی (عوامل قضایی و حقوقی)
- ۱۰۴..... ب) عوامل درون سازمانی (عوامل فرماندهی و مدیریتی)
- ۱۰۶..... پ) عوامل درون سازمانی (عوامل ساختاری)
- ۱۰۷..... ت) عوامل درون سازمانی (عوامل محیطی و اجتماعی)
- ۱۰۸..... الف) عوامل برون سازمانی (عوامل فردی)
- ۱۱۰..... عوامل برون سازمانی (عوامل اجتماعی و فرهنگی)
- ۱۱۰..... عوامل برون سازمانی (عوامل خانوادگی)
- ۱۱۱..... عوامل برون سازمانی (عوامل اقتصادی)

پیشگفتار:

خدمت مقدس سربازی یکی از دوران مهم و بیادماندنی در دوران زندگی یک مرد ایرانی به حساب می آید در این دوران فرد زندگی جدیدی را تجربه میکند که تا قبل از آن احتمالاً هرگز آنرا تجربه نکرده است. تغییرات خاص همچون تغییر ساعت خواب، تغییر شکل و ظاهر، تغییر لباس پوشیدن، دور بودن فرد از خانواده و دوستان و بطور کلی تغییر در سبک زندگی باعث میشود که بعضی از افراد نتوانند آنطور که باید با این تغییرات خود را وفق دهند و چه بسا دچار مشکلات روانشناختی شوند که متأسفانه بعضی اوقات این افراد بدلائل مختلف مخصوصاً نداشتن مهارت حل مساله اقدام به واکنش های خطر آفرین میزنند که از جمله این رفتارها و واکنش ها میتوان به اقدام به خودکشی و خودزنی اشاره نمود. انجام خدمت مقدس سربازی برای برقراری امنیت و دفاع از نظام مقدس اسلامی، عبادتی بزرگ و در عین حال موضوع مهم برای بخش بزرگی از جوانان ایرانی است. یکی از مولفه های مهم و تاثیر گذار در انجام ماموریت های نظامی، نیروی انسانی سالم، کارآمد و شاداب است. بدون وجود نیروی انسانی سالم، توانمند و با انگیزه، ابزارها و تاکتیک های نظامی پیچیده فاقد کارایی و اثر بخشی لازم می باشند. بخش عظیمی از نیروهای مسلح کشور از سربازانی تشکیل شده است که برخی از آنان دارای مشکلات روان شناختی، خانوادگی و اجتماعی هستند، این افراد هنگامی که وارد محیط نظامی می شوند بدلیل وجود

استرس که در ماهیت کار نظامی گری نهفته است و نیز فقدان مهارت‌های زندگی ممکن است با مشکلات متعددی روبرو شوند که این مسائل موجب بروز آسیب‌های روانی و تشدید استرس در آنان می‌گردد. شناسایی و مراقبت از اینگونه سربازان و پیشگیری از آسیب‌ها و رفتارهای پرخطر در محیط‌های نظامی مانند خودکشی و خودزنی جدای از اینکه یک مسئولیت انسانی و اخلاقی است بلکه یکی از شاخصه‌های مهم نیروهای مسلح مکتبی و کارآمد می‌باشد. براساس گزارش‌های رسمی سازمان بهداشت جهانی هر ساله حدود ۵۰۰ هزار نفر در جهان از طریق خودکشی به زندگی خود پایان می‌دهند و این درحالی است که برآورد واقعی و اقدام به خودکشی ۲/۱ میلیون نفر در سال است. تبعات و پیامدهای منفی این امر در بعد اجتماعی، فرهنگی و همچنین اقتصادی یکی از موانع مهم بر سر راه توسعه و پیشرفت و تعالی جامعه محسوب می‌گردد. به همین جهت شناخت هر چه بیشتر عوامل موثر بر وقوع این پدیده ضرورتی مهم و حیاتی می‌باشد. عواملی که در نیروهای نظامی مرتبط با افکار خودکشی و اقدام به خودزنی شناخته شده اند، عبارتند از: داشتن سوابق مشکلات روانشناختی، ترس از تنبیه به جهت اعمالکاری، روابط خشونت آمیز میان افراد، سابقه ی اقدام به خودکشی، گذشته ی سخت، اختلاف با فرماندهان، عدم سازگاری با محیط نظامی، جداشدن از خانواده و عدم استقلال فردی و وابستگی‌های شدید به خانواده، اعتیاد، ضعف اعتقادی، مجرد بودن و شکست در خواستگاری و ازدواج، مشکلات عاطفی و ناکامی‌های عشقی (طرد شدن از طرف فردی که منبع انرژی احساسی و عاطفی در زندگی فرد بوده است)، مشکلات خانوادگی، فقر، بیماری جسمی، مرگ والدین و یا یکی از اعضای درجه یک خانواده. افرادی که از ویژگی‌های شخصیتی روان رنجوری رنج می‌برند، غالباً نمی‌توانند برای حل مسائل و مشکلات خود به درستی تصمیم بگیرند که این امر می‌تواند منجر به افزایش فشار

روانی این اشخاص گردد، در نتیجه ممکن است دست به خودکشی زده تا از این طریق بتوانند به ظاهر، مشکلات خود را کم کنند و بعبارت دیگر میخواهند با حذف خود صورت مساله را پاک کنند و این نشان دهنده ناتوانی فرد در حل مساله می باشد. معمولاً این افراد یا سلامت روانی نداشته و اینکه در رابطه با مشکل به وجود آمده، سلامت روانی خود را از دست داده اند. افرادی که از سلامت روانی مناسبی برخوردار نباشند، برای حل مشکلات خود دست به هر کاری حتی خودکشی می زنند. از طرف دیگر ویژگی های دیگر شخصیتی هم در این امر تاثیر گذار میباشد، افرادی که ویژگی های شخصیتی برون گرایی دارند، در صورت وجود مشکل، می توانند از طریق هم صحبت شدن با دوستان و آشنایان خود، میزان اضطراب خود را کمتر کنند، لذا توجه به این عوامل در کاهش خودکشی افراد می تواند موثر باشد با توجه به مطالب بیان شده می توان گفت دو مواردی همچون زندگی در پادگان ها، مشکلات فراوانی گریبان گیر افراد می باشد، که عدم حل این مشکلات و یا عدم برخورد صحیح با این مشکلات و مسائل می تواند منجر به رفتارهایی همچون خودکشی و یا خودزنی در بین سربازان گردد، از طرف دیگر عدم سلامت روانی آنها می تواند این امر را تشدید کرده و منجر به بروز مشکلات روانی گردد، لذا کتاب حاضر با هدف پیشگیری از رفتارهای پر خطر همچون اقدام به خودکشی و یا خود زنی و ارتقاء سلامت روان در محیط نظامی می باشد. در همین راستا با در نظر گرفتن برخی آمارها در مورد مساله خودزنی و خودکشی در میان کارکنان وظیفه بعنوان یکی از مهمترین گروه های اجتماعی که در معرض چنین آسیب هایی قرار دارند ضرورت بررسی و تحلیل روانشناختی این رفتارهای پرخطر را در میان کارکنان وظیفه با هدف شناسایی عوامل تاثیر گذار بر این آسیب ها را نمایان می سازد. بدیهی است این شناخت می تواند در زمینه پیشگیری، اصلاح و درمان افراد مستعد برای ارتکاب خودکشی و یا خودزنی

موثر و اساسی باشد. امید آن دارم که توانسته باشم در این کتاب مطالب آموزنده و مفیدی را در حوزه پیشگیری از اقدام به خودکشی و خوزنی پیرامون کارکنان وظیفه به تحریر در آورم هرچند که می دانم بعد از ۱۵ سال کسب تجربه در خصوص امر مشاوره و خدمات روانشناختی هنوز بمانند شاگردی هستم که باید درس های بیشتری را در این راه بیاموزم و برای این قشر ارزشمند جامعه و نیروهای مسلح تا عمر باقی ست دست از کوشش و تلاش بعنوان یک روان شناس بر ندارم. خداوند بزرگ و مهربان را شاکرم که من را سعادت بخشیده تا در خدمت سربازان عزیز و ارزشمند کشورم باشم.

مهدی بقائی

فروردین ۱۴۰۰

www.ketab.ir