إدراك القلق الشديد وعلاقته بالاكتئاب ومشاعر اليأس لدى شريحة من محاولي الانتحار

أ. حميمي عطاب *

مقدمة :

عرفت ظاهرة الانتحار انتشارا واسعا في السنوات الأخيرة على المستوى العالمي والإقليمي لذا أصبحت موضوعا يشغل بال الكثير من الناس خاصة المختصين في علم النفس والاجتماع لأنها تمثل مشكلة نفسية واجتماعية في آن واحد.

وباعتبار الجزائر دولة في هذا العالم المترامي الأطراف فهي جزء منه فما يحدث في هذا العالم من ظواهر قد يحدث في الجزائر ، فلا شك أن العين الملاحظة لبعض الظواهر الاجتماعية في الجزائر قد رأت بأن هناك انتشارا واضحا للسلوكات الانتحارية على اختلاف أشكالها والتي تبقى بعيدة عن الأرقام الحقيقية وذلك لما يرتبط بهذا السلوك من خطر من قبل أفراد المجتمع على اعتبار أنه سلوك مستهجن وغير مرغوب فيه إطلاقا من الناحية الدينية وحتى الإنسانية.

وتكاد مختلف المصالح الصحية أو الدرك الوطني تجمع على أن الأرقام الخاصة بالانتحار في تزايد مستمر في السنوات الأخيرة وهذا ما يدعو إلى فتح الباب واسعا أمام المختصين للسؤال عن أسباب استمرار هذه الظاهرة وفي تزايدها وانتشارها حتى في الأوساط التي لم تكن مرتبطة كثيرا بها مثل (الشيوخ والكهول)

وهذا ما يراه الكثير من الملاحظين بأن الانتحار أصبح مشكلة اجتماعية يتصاعد حجمها مع مرور الزمن في كل المجتمعات ومنها المجتمعات العربية وكذلك في الجزائر.

لذا هدفت هذه الدراسة لمحاولة التعرف على بعض الأسباب التي يمكن أن تكون وراء هذا السلوك من الناحية النفسية ومن ثم يمكن إدراجها بشكل أو بآخر في برامج التكفل النفسي والرعاية النفسية خاصة في مجال الطوارئ النفسية.

الإشكالية:

تعد ظاهرة الانتحار مسألة معقدة ، إذ تتحكم فيها عوامل متعددة نفسية

* قسم العلوم الإنسانية والإجتماعية ، جامعة أكلي محند أولحاج ، بالبويرة .

اجتماعية وعضوية ، فهي مشكلة نفسية لأنها تؤكد حدوث خلل على مستوى توافق الفرد وهشاشة الشخصية التي لا تستطيع مواجهة المواقف الصعبة والضاغطة كالقلق الشديد مثلا أو مختلف الصدمات النفسية فهي تدل على أن هذه الشخصية التي تقدم على الانتحار هي شخصية منسحبة وتعاني من اضطراب شديد على مستوى الصحة النفسية . وهي مشكلة اجتماعية من حيث كثرة انتشارها لدى جميع الأوساط والفئات العمرية وتفاقم هذه الظاهرة عند الشباب يبرهن على اختلال في العلاقات الاجتماعية كما تعتبر مشكلة الانتحار عضوية أيضا لتدخل العوامل البيولوجية وما يرتبط بها من تبدلات وتغيرات في البنية العضوية للفرد .

يظهر من خلال بعض الدراسات الإبيديمولوجية أن الانتحار يعرف تفاقما في كل الدول وهذا ما أشارت إليه دراسة سامي عبد القري 1989 حيث يشير إلى انتشار معدلات الانتحار ومحاولاته التي ارتفعت بشكل كبير حيث وصلت نسبتها إلى 38 حالة لكل 100 ألف في الظاهرة بينما وصلت نسبة الانتحار الفعلي إلى 4 لكل 100 ألف كما خلص إلى أن 60% من محاولي الانتحار في مصر من الذين تتراوح أعمارهم بين 15 ـ 25 سنة وبلغت نسبة الانتحار لدى طلاب الجامعة 10% أما في فرنسا اكتشفت الباحثة إليزابيت ريمور « Elisabet Remort » بعد دراسة أجرتها في مدينة باريس سنة 2007 على عينة مكونة من 3450 فردا من مختلف الشرائح خاصة شريحة الإيطاليين المكونة من 31% من أفراد العينة ، 45% منهم لديهم ميول حقيقية للانتحار.

وخلال نفس السنة 2007 قامت الباحثة إليزابيت ريمور « Elisabet Remort » بدراسة لعينة مكونة من 80 فردا ماتوا بالانتحار فأجرت ما يسمى بالتشريح النفسي لهذه العينة فاكتشفت أن الأسباب الرئيسية التي كانت وراء إقبالهم على الانتحار تتمثل في القلق الشديد الذي كانوا يعانونه بصفة مستمرة إضافة إلى الضغط النفسي والاكتئاب .

وتعتبر ظاهرة الانتحار بالنسبة لفرنسا في السنوات الأخيرة للفئة التي يتراوح عمرها ما بين 25 إلى 40 سنة السبب الرئيسي الثاني للوفاة بعد حوادث المرور.

أما في الجزائر ، حسب بعض المحللين الاجتماعيين فالسلوك الانتحاري مرتبط بالتوتر النفسي المستمر وكذلك حدة الأزمة الاقتصادية وانحراف معيار القيم وضعف الوازع الديني وكذا تنصّل المؤسسات الاجتماعية المعنية بالتنشئة الاجتماعية عن أداء دورها بفعالية .

ولعل التقدم التكنولوجي السريع وما يولده من ضغوط اقتصادية شديدة لا يستطيع الفرد أن يواجهها وبالتالي تتولد لديه الإحباطات النفسية المتكررة تجعل

شخصيته هشة ضعيفة التحمل فيميل بدون مقاومة إلى السلوك الانسحابي وقد يكون هذا السلوك الانتحار وبذلك يمكن القول بأن المشكلات التي يواجهها الفرد يمكن أن تشكل لديه قلقا حادا ومستمرا لأنه لا يستطيع التوافق مع التعقد الحضاري الحالي وسرعة التغير الاجتماعي الذي أدى إلى التفكك العائلي بمختلف أشكاله ، كل هذه العوامل أدت إلى ظهور انفعالات تميز شخصية الفرد كالقلق الذي أصبح صفة مميزة لهذا العصر إلى درجة أن سماه البعض بعصر القلق والقلق درجات وهو يؤثر سلبا على الإنسان في بيئته البيولوجية والنفسية وحتى الاجتماعية وهو ما يسمى بالقلق الاجتماعي فكلما كانت شخصية الإنسان هشة إنسحابية كلما كان قلقه شديدا .

خاصة في الظروف الصعبة التي يواجهها مادية كانت نفيسة أو اجتماعية كما أن قوة المواجهة والتحمل تختلف من إنسان لآخر حسب الفروق الفردية الموجودة بينهم بيولوجيا نفسيا اجتماعيا وراثيا والقلق درجات فهناك قلق بسيط موجب ويسمى بالقلق الموضوعي وهو جرعة من القلق يحتاجها كل إنسان لبعث النشاط البدني والنفسي عنده وليس له أي ضرر على الإنسان كما يدفعه لمواجهة الأخطار المحدقة به .

والمستوى الثاني للقلق وهو القلق المتوسط وهذا النوع من القلق يحس به الإنسان عندما تنطوي على نفسيته مشاعر مشابهة للخوف تصدر بدون تهديد خارجي واضح يصاحب هذا اضطرابات فيزيولوجية ونفسية لأنه يعقد المواقف والمشكلات ويجعلها صعبة تهدد راحته وطمأنينته ويكون مقدار التأثير سلبا حسب تصور الفرد للخطر الذي يحدق به .

أما إذا تواصل القلق وأصبح شديدا فهنا ينتقل إلى حالة مرضية فالفرد يصبح يشكو من ضعف التركيز ، ومن الأرق وقلة النوم ويميل إلى الانفعالات لأتفه الأسباب وبفقد طعم الحياة شيئا فشيئا ويحس بالضيق النفسي والاجتماعي ويظهر تغير ملحوظ في سلوكه وانحدار من التوازن إلى اللاتوازن نفسيا واجتماعيا وقد يقدم على سلوكات مفاجئة كالانتحار.

وأثبت دراسة لمارين روبست « Marine Robest » أجرتها في مدينة يورد الفرنسية سنة 2009 على عينة قوامها 150 فردا لفئة النساء العوانس أعمارهن من 30 إلى 45 سنة يعانين من القلق الشديد سواء في مراكز عملهن أو بيوتهن أن 34% فكرن في الانتحار بصفة جدية أكثر من 3 سنوات من جراء مشكل القلق الذي كان وراء مشكلة العزوبية وضغوطات الحياة والوحدة .

وعند الحديث عن العلاقة بين القلق الشديد والانتحار أو المحاولات الانتحارية كأحد أهم المشكلات المعاصرة لابد من الإشارة إلى جملة من الأسباب التي تناولها العديد من الباحثين يمكن تلخيصها في المشاكل العائلية ، القلق ، الاكتئاب واليأس ثم الشعور بعدم القيمة والصراع بين الأشخاص من أجل إثبات الذات بالإضافة إلى العزلة الاجتماعية إلى جانب المخدرات والكحول.

وقد قام بيك « Beck » بدراسات حول السلوكات الانتحارية بحيث لاحظ تداخل عدة عوامل نفسية وأخرى معرفية تساهم في ظهور هذا السلوك وقد حصرها في الاكتئاب واليأس وبينت دراسته حول الاكتئاب انه يعتبر من أهم العوامل المرتبطة بالانتحار حيث يعد من التشخيصات النفسية المرتبطة بالانتحار إذ أن المكتئب شخص محبط ورافض للحياة وينتحر حوالي 15% ممن لديهم اكتئاب شديد وبين المنتحرين لوحظ أن 80% منهم كانوا يعانون من الاكتئاب كما لوحظ أن 25% من المنتحرين كانوا مدمنين.

أما من حيث المتغير الأساسي والمحرك للمحاولة الانتحارية حسب بيكBeck فيعد اليأس المعرف إجرائيا على أنه توقعات سلبية نحو المستقبل وهو من أهم المنبئات الانتحارية.

وهذا ما أكده (بيك Beck) عام 1973 في دراسة على 68 حالة حاولت الانتحار بمستشفى الأمراض العقلية وهذا باستعمال مقياس بيك لليأس وأسفرت دراسته عن وجود يأس شديد لدى الفئة التي تظهر ميولا انتحارية وهذا مقارنة مع الفئة التي لم تظهر ميولا انتحارية ، ومن خلال هذا العرض لبعض الدراسات ونتائجها في مجال الانتحار والمحاولات الانتحارية يمكن أن نطرح التساؤلات الآتية:

1 ـ هل توجد علاقة ارتباط بين إدراك شدة القلق والشعور بالاكتئاب لدى شريحة من محاولي الانتحار؟

2 ـ هل توجد علاقة ارتباط بين إدراك شدة القلق والشعور باليأس لدى شريحة محاولي الانتحار؟

3 ـ هل توجد علاقة ارتباط بين درجة الاكتئاب والشعور باليأس لدى شريحة محاولي الانتحار؟

الفرضيات:

1 ـ توجد علاقة دالة بين درجة إدراك القلق الشديد والشعور بالاكتئاب لدى محاولي الانتحار.

2 ـ توجد علاقة دالة بين درجة إدراك القلق الشديد والشعور باليأس لدى محاولي الانتحار.

3 ـ توجد علاقة دالة بين درجة الاكتئاب والشعور باليأس لدى محاولي الانتحار.

تحديد مصطلحات الدراسة:

أولا: المحاولة الانتحارية

المحاولة الانتحارية هي سلوك نحو الموت لكنه لم يفض للموت وذلك بسبب أن النية في قتل النفس كانت ضئيلة فمعظم الذين يحاولون الانتحار مترددون في رغبتهم في الموت ، فلذا يمكن أن تكون المحاولة نتيجة الرغبة القوية في الحياة أو الرغبة في بث رسالة لطلب المساعدة ، عندما تبدو خطط محاولة الانتحار غير مؤهلة للنجاح من البداية تسمى العملية بإيحاءات أو تنبيهات انتحارية.

ثانيا: مفهوم إدراك القلق الشديد.

يعتبر القلق حالة نفسية وعضوية تطرأ على الفرد ويحس بها عندما يتوهم أن أخطارا تحدق بذاته وكيانه ، وهذه الأخطار ممزوجة أحيانا بين الخوف من شيء مجهول أو مصيبة ستقع لا محالة وأحيانا أخرى يكون اضطراب القلق حقيقيا إذ كانت البنية النفسية للإنسان ضعيفة لا تستطيع مواجهة ضغوطات الحياة المختلفة.

وإذا استمرت هذه الضغوطات يستمر القلق ويصبح حادا وبالتالي يكون وقعه على النفس والجسم شديدا فيحدث فيه اللاتوازن وهذا يؤثر مباشرة في بنيته السلوكية فتتغير بسرعة وتظهر على الشخص علامات الانعزال والكآبة والأفكار الانتحارية خاصة إذا كانت شخصيته هشة وانسحابية.

ثالثا : الاكتئاب

صاحب الاكتئاب تكون نظرته متشائمة إزاء المستقبل ، إلى جانب الإدراك السلبي للذات والعالم ، وهو اضطراب يشير إلى اعتقادات الإنسان السيئة حول ذاته ونظرته السلبية لها ، كما يعد الاكتئاب صورة من صور الموت على المستوى الانفعالي والنفسي.

رابعا: اليأس

يعبر اليأس عن عدم الرضى الكلي للفرد عن الحياة والتوقعات السلبية المبهمة عنده حول المستقبل ، تتميز حياة الفرد بنغمة سائدة من التشاؤم والقنوط ، والشعور بالوحدة والمزاج المكتئب ومشاعر عدم جدوى الحياة.

أولا: إجراءات الدراسة:

أولا العينة: تتكون عينة الدراسة الحالية من 75 فردا أقدموا على المحاولة

الانتحارية ، يتراوح عدد المرات من مرة واحدة إلى ثلاث مرات موزعين من حيث الجنس ب(41 إناث و 34 ذكور) تم اختيارهم في جامعة بجاية عبد الرحمان ميرة بطريقة عرضية وتتميز عينة البحث بالخصائص التالية.

ـ تم إجراء البحث في مدينة بجاية لأنها احتلت المرتبة الأولى من حيث عدد المنتحرين حسب إحصائيات الدرك الوطني ، لسنة 2007 بـ61 حالة وسنة 2009 بـ69 حالة انتحار.

ـ أما المحاولات الانتحارية فحدث ولا حرج.

جدول رقم (01): توزيع أفراد العينة حسب الجنس.

خصائص العينة		العدد	النسبة المئوية %
الجنس	ذكور	34	%33،45
	إناث	41	%66،54
	المجموع	75	%99،99
عدد المحاولات	مرة واحدة	41	%68،54
	مرتين	23	%66،30
	ثلاث مرات	11	%66،14
	المجموع	75	%100

يبلغ الحجم الكلي لعينة الدراسة 75 فردا أقدموا على الانتحار وتتوزع هذه العينة من حيث الجنس إلى 41 إناث وتقدر بنسبة 54،66%و34 ذكور وتقدر بنسبة تبلغ 45،33% .

تختلف عدد المحاولات الانتحارية التي شرع فيها أفراد العينة وهذا وفق التسلسل الذي يشير إلى وجود 41 فردا أقدموا على محاولة انتحارية واحدة بنسبة 54،66% يليها 23 فردا أقدموا على محاولتين فقط للانتحار بنسبة 30،66% في حين سجلنا 11 فردا أقدموا على ثلاث محاولات انتحارية تقدر بنسبة 14،66%.

ثانيا: أدوات الدراسة.

تم استخدام مجموعة من وسائل القياس في البحث الحالي اشتملت على استمارة لجمع البيانات بالإضافة إلى بطارية من المقاييس: مقياس القلق ل: تايلور ومقياس بيك للاكتئاب ومقياس بيكBeck لليأس.

1. مقياس تايلور للقلق:

توصلت تايلور إلى أن مقياس القلق يمكن أن يستخدم كمقياس للدافعية أو الدافعية المرتبطة بالقلق وأن القلق الشديد يؤدي إلى تأثير حلبي على العمليات

العقلية والسلوكية.

وتشمل بنود القلق الإجابة عن أسئلة بأجوبة مباشرة بنعم أو لا وبعد دراسة إجابات أفراد العينة يتبين مدى إحساسهم بالقلق البسيط أو المتوسط أو الشديد.

وقد تم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق حيث تم تطبيقه على مجموعة من الطلبة قوامها 40 فردا (ن =40) من طلاب جامعة عبد الرحمان ميرة ببجاية من مختلف التخصصات وكان الفاصل الزمني بين مرتي التطبيق شهرا ثم تم حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثاني والذي بلغ 0.51 وهو معامل دال عند مستوى الدلالة 0.01.

2. مقياس بيك Beck للاكتئاب:

أعده غريب عبد الفتاح عن الصورة المختصرة لقائمة بيك للاكتئاب والمعروفة اختصارا وهي من أكثر الأدوات شيوعا في الاستخدام سواء على العينات الإكلينيكية أو العينات غير الإكلينيكية وتتكون القائمة من 13 مجموعة من العبارات تتعلق كل منها بعرض من أعراض الاكتئاب وتندرج حسب الشدة في أربع عبارات بجوار كل عبارة درجة موضوعة تتراوح ما بين 0 ـ 3 درجات ويضع المبحوث دائرة حول الدرجة الموضوعة للعبارة التي يرى أنها تنطبق عليه ويتراوح مجموع الدرجات على هذه الأداة ما بين 0 ـ 39 درجة.

وقد تم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق تم تطبيقه على مجموعة قوامها 40 فردا (ن=40) فردا من طلاب جامعة بجاية من مختلف التخصصات وكان الفاصل الزمني بين مرتي التطبيق 4 أسابيع ثم تم حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيق الأولى والثانية والذي يبلغ 0.49 وهو معامل دال عند مستوى الدلالة 0.01 م .

3 ـ مقياس بيك Beck لليأس

يتكون مقياس **بيك** لليأس من 20 بندا مقسمة إلى قسمين ، تسعة منها خاطئة والإحدى عشر المتبقية صحيحة ، وتعبر البنود الخاطئة (1 ـ 3 ـ 5 ـ 6 ـ 8 ـ 10 ـ 13 ـ 15 ـ 19) عن الكيفية التي يرى بها الفرد العادي المستقبل الآن البنود الإحدى عشر الصحيحة (2 ـ 4 ـ 7 ـ 9 ـ 11 ـ 12 ـ 14 ـ 16 ـ 17 ـ 18 ـ 20) فهي تعبر عن وضعيات التشاؤم واليأس .

وتم حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة التطبيق حيث تم تطبيقه على مجموعة قوامها (ن=40) من طلاب بجامعة بجاية من مختلف التخصصات وكان الفاصل الزمني بين مرتي التطبيق 4 أسابيع ثم حساب معامل الارتباط بين درجات

التطبيق الأول والثاني والذي يبلغ 0.65 وهو معامل دال عند مستوى الدلالة 0.01

ثالثا: المعادلة الإحصائية

ـ تم تحليل نتائج الدراسة باستخدام الأساليب الإحصائية التالية .

ـ النسب المئوية لحساب شيوع كل خاصية بين خصائص عينة الدراسة.

ـ حساب معاملات الارتباط.

رابعا: نتائج الدراسة

أولا نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على وجود علاقة دالة بين درجة إدراك القلق الشديد والشعور بالاكتئاب لدى شريحة من محاولي الانتحار ولاختيار صحة هذا الفرض ثم حساب معامل الارتباط للتعرف على العلاقة بين شدة القلق والشعور بالاكتئاب والذي قدر بـ0.40 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.01 وهذا يشير إلى أنه كلما ارتفعت درجة إدراك شدة القلق كلما زادت المشاعر الاكتئابية والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم 02 معامل الارتباط بين درجة إدراك القلق الشديد والاكتئاب

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
إدراك القلق الشديد/ الاكتئاب	0.40	دال عند 0.01

ثانيا نتائج الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني على وجود علاقة دالة بين درجة إدراك القلق الشديد والشعور باليأس لدى شريحة من محاولي الانتحار لاختبار صحة هذا الفرض قمنا بحساب معامل الارتباط للتعرف على العلاقة بين درجة إدراك القلق الشديد والشعور باليأس وجاءت النتائج كما يلي :

جدول رقم 03 معامل الارتباط بين إدراك القلق الشديد واليأس

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
إدراك درجة القلق الشديد/ اليأس	0.48	دال عند 0.01

وهذا يشير أيضا إلى أنه كلما كانت درجة إدراك القلق الشديد مرتفعة كلما كان الشعور باليأس عاليا

ثالثا: نتائج الفرض الثالث

ينص الفرض الثالث على وجود علاقة دالة بين درجة الاكتئاب والشعور باليأس لدى شريحة من محاولي الانتحار ، وقمنا بحساب معامل الارتباط بهدف

التعرف على العلاقة بين درجة الاكتئاب ومشاعر اليأس عند محاولي الانتحار ووجدنا معامل الارتباط يقدر بـ 0.73 وهو دال عند 0.01 والذي يشير إلى أن ارتفاع درجات الاكتئاب تعمل على زيادة مشاعر اليأس.

جدول رقم 04 معامل الارتباط بين الاكتئاب واليأس.

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاكتئاب/ اليأس	**0.73**	**دال عند 0.01**

تؤكد دراسة كل **من كولب** KoLB و**هرمانز** HEFMANDZ 1998 أن للقلق أثار وخيمة على الناحية النفسية والشعورية للإنسان خاصة عندما يشتد ويتواصل ولا يجد صاحبه وسائل التأقلم معه فيكون صاحبه أمام اضطرابات سلوكية مصحوبة بالكآبة والاعتزال وحب التخلص من النفس والمجتمع وهذا ما قد يجعل صاحبه يقبل على محاولات الانتحار أو الحياة خارج الإطار الاجتماعي للمجموعة التي يعيش ضمن.

فالتعرض المستمر للقلق الشديد قد يولّد مقدارا من الضغط النفسي الرهيب الذي بدوره يحدث إنهاكا نفسيا يجعل الشخص أيضا يفقد توازنه العقلي في لحظات ما وهذا ما قد يؤدي به إلى القيام بمحاولات انتحارية رغبة في التخلص من هذا المأزق الشائك في ذهن صاحبه وسنقوم بمناقشة نتائج الفرضيات على النحو التالي:

أما الفرضية الأولى: درجة إدراك الشدة القلق وعلاقته بالاكتئاب

يتضح من نتائج المعالجة الإحصائية وجود ارتباط دال بين درجة إدراك القلق الشديد والشعور بالاكتئاب بحيث كلما ارتفعت درجة إدراك القلق الشديد ارتفعت مشاعر الاكتئاب.

ويمكن النظر إلى هذه النتيجة من خلال توضيح سيرورة شدة القلق الذي يحدث نتيجة لشعور الرفد بوجود حوادث تشكل خطرا على حياته أو تهدد أو تعيق إشباع حاجاته وتوافقه مع محيطه أو وجود أعباء يجد الإنسان نفسه عاجزا على تحملها لأنها تفوق قدرته فيميل على الانسحاب كلية من الحياة ظنا منه انه الحل فيقبل على محاولة الانتحار.

وقد توافقت نتائج البحث الحالي مع الدراسة التي قامت بها الباحثة **سيمون كورني** « **Corny ـ Simone** » 1993 حول مشكلة القلق الحاد والأعراض الاكتئابية حيث هدفت الدراسة إلى اختبار عامل القلق الحاد والأعراض الاكتئابية والمقاسة بواسطة مقياس **بيك** للاكتئاب وذلك على عينة من 350 طالبا منهم 200 طالب مكتئب و150 طالبا غير مكتئب وأسفرت النتائج على أن هناك علاقة جوهرية دالة

ومستقلة بين عامل القلق الحاد وظهور الأعراض الاكتئابية .

الفرضية الثانية :علاقة إدراك درجة الأقل الشديد واليأس:

أسفرت نتائج البحث الحالي عن علاقة دالة بين درجة إدراك القلق الشديد وارتفاع مشاعر اليأس وهذا ما خلصت إليه الكثير من الدراسات بتتبع التراث النظري السيكولوجي والدراسات السابقة من بينها دراسة شولتز حول القلق المستمر وعلاقته بالقنوط واليأس وعلاقة ذلك بالانتحار تبين انه من بين خصائص الذين يحاولون الانتحار أو المنتحرين سمة اليأس وفقدان الأمل في الحياة كما يؤكد على ظهور القنوط في نفسية هذه الفئة . ويؤكد على وجود ارتباط قوي بين محاولة الانتحار والمعتقدات السلبية تجاه الذات والمستقبل .

كما تبدوا إستراتيجية التجنب أو التهرب عاملا أساسيا قد تؤدي إلى الانتحار حيث يؤكد **كاشا** أن من وظائف الانتحار الهروب والتجنب حيث يحاول المنتحر الهروب من وضعية غير مقبولة أو أليمة جدا أو وضعية مزرية تبدو دون حل.

مما سبق يمكن القول أن استمرار القلق الشديد قد يولد ضغوطات متعددة على نفسية صاحبه وبالتالي يكون حجم المشقة كبيرا والذي بدوره قد يؤدي إلى الاكتئاب والذي بدوره يساهم في ارتفاع مشاعر اليأس الذي يعتبر عاملا أساسيا من العوامل المزرية للانتحار.

الفرضية الثالثة: علاقة الاكتئاب باليأس

الاكتئاب اضطراب في المزاج يتميز بحزن مرضي ، حيث يسيطر اليأس وتتعمق الحيرة ، ففي هذه الحالة يفقد الشخص المتعة والحماسة في حياته اليومية وهذا ما قد يؤدي إلى انبعاث فكر التدمير أي الموت لتتحول الرغبة في الحياة إلى الأمنية في الالتحاق بعالم أخر يتصوره أحسن وأجمل. هذه الحالة المتطورة من الاكتئاب الحاملة في ثناياها الموت الإرادي تسمى بالسويداء ، ولعلها السبب الأساسي الأول للانتحار في كل العالم .

وتشير الكثير من الدراسات أن التوقعات السلبية للأحداث تؤدي إلى القلق والانفعالات المميزة كالاكتئاب والحزن والإحباط ويعتبر الاكتئاب اقوي منبئ لتصور الانتحار عن المتغيرات الأخرى ويظهر أن نتائج البحث الحالي تتماشى مع ما خلصت إليه الدراسات النفسية في مجال الانتحار حيث يؤكد **سالترو ويلات** «Salter et Willet» 1990 على أهمية عنصر اليأس لدى الشخص المكتئب ويعد حسبهما السبب الرئيسي الذي يجعل المكتئب يقدم على الانتحار وأشارا إلى أن

الدراسات التي قاما بها والتي تؤكد أنه ليس كل الأفراد المكتئبين يقدمون على الانتحار إلا إذا توفرت لديهم مشاعر اليأس.

إن الانتحار في كثير من الأحيان يعتبر عرضا ومؤشرا لاضطرابات سكاترية (عقلية) وأن الاكتئاب هو المساعد على تكوين أفكار الموت بعد أن يسود اليأس.

الخلاصة :

خلصت الدراسة الحالية إلى وجود علاقة موجبة ودالة بين كل من درجة إدراك القلق الشديد والاكتئاب والقلق الشديد واليأس وكل من الاكتئاب واليأس والتي يمكن القول أن من بين المحركات الأساسية لمحاولة الانتحار عدم القدرة على مواجهة القلق المستمر والشديد والذي يصاحبه الاكتئاب ثم اليأس وقد يؤدي في النهاية إلى الإقدام على الانتحار ، كل هذا راجع لهشاشة شخصية المنتحر أحيانا لأنه لا يستطيع المواجهة والتحمل وأحيانا أخرى تكون البنية العضوية والتنفسية للفرد غير قادرة على الاستجابة لمصادر الضغوط المختلفة وبالتالي لا تؤدي بالفرد للمواجهة والتسوية ، استمرار هذا الوضع وارتباطه ببعض المميزات النفسية والمعرفية قد يؤدي إلى المحاولة الانتحارية خاصة إذا علمنا أن الفشل في المواجهة والتسوية يشعر الفرد بالحزن الشديد وقد يتشكل عنده الشعور باليأس الذي يعد المفجر الفعلي للمحاولة الانتحارية أو الانتحار.

المراجع باللغة العربية

ـ أنور عمر سعيد ، القلق ـ السمة والحالات.مطبعة دار الكتب ، دمشق ، 1991
ـ احمد فارق علي ، اضطراب القلق ، أنواعه وأثاره على النفس ، المكتبة الجامعية مصر ، 1989.
ـ نجوى فؤاد عوض ، القلق المتواصل وعلاقته بالتحصيل المعرفي ، دار المعرفة المصرية ، 1986.
ـ فؤاد حمي ، القلق الحاد ، المواجهة والحلول ، دار النهضة العربية الأردن ، 2001.
ـ الجيوشي تاجي ، دراسة تونسية ـ اجتماعية للسلوك الانتحاري ، المكتبة الوطنية ، تونس ، 1998.
ـ احمد عكاشة ، الطب النفسي المعاصر ، مكتبة الأنجلو مصرية ، 1986.
ـ مصطفى فهمي ، الصحة النفسية ، دراسة سيكولوجية التكيف ، مكتبة القاهرة ، 1987.
ـ خولة أحمد يحي ، الاضطرابات السلوكية والانفعالية ، دار الفكر والتوزيع ، عمان ، 1991.

ouvrages en français

_ Kacha Farid (2000) des conduits suicidaires Algérie santé, O.P.U.
_ Guérir le stress Dal Carnegie, 1993. B.F, Meterand.
_ Le stress au travail. Datrich légero, Ed _ Seuil
_ Le suicide un phénomène moderne _ oulce Johnson, édition sevile Paris, 2004.
_ La dépression lymphomes et suerions, Emanuel Foubon, Paris, 2000.