

نرخ خودکشی در نیوزلند افزایش یافته است

۶۰۶ جفت کفش خالی

خودکشی، اپیدمی خاموش نیوزلند است! این کشور دارای بالاترین نرخ خودکشی جوانان در کشورهای توسعه یافته است! در این میان، عده‌ای مایل اند که در این باب سخن بگویند



مجتبی پارسا | تقریباً یک سال پیش بود که دستگاه پشتیبان حیات (life support) در بیمارستان خاموش شد و «جورجیا» مرد، دختر ۱۹ ساله را در گاراژ خانه‌شان در «تورورا» در شمال جزیره نیوزلند، در حالی که بی‌هوش افتاده بود، پیدا کردند. زمانی که یک کشیش و یک دکتر سوار بر دوچرخه در حال رد شدن بودند، نظرشان به چیزی جلب شد. پیش از آنها، زنی که در حال بازی «پوکمون» بود، این دختر را افتاده روی زمین دیده و به سویش هجوم برده بود تا کمکش کند. در کل، ۱۰ نفر در کنار گاراژ خانه جمع شده بودند، اما «جورجیا» پیشتر تصمیم به خودکشی گرفته بود. برای «سوزی تیلور»، مادر جورجیا، خودکشی دخترش همواره مثل شکنجه بوده است.

سوزی می‌گوید: «انگار جورجیا، ۳۶۵ بار مرده است. هر وقت که از خواب بیدار می‌شوم، مجبورم در این دنیا زندگی کنم. هیچ فرصی وجود ندارد که آن را بخورم، هیچ چیزی که بتوانم بنوشم، هیچ جایی نیست که بروم و هیچ کسی نیست که بینم تا بلکه کمی از رنج و عذابم کم شود. شبیه حسین اید است.»

سوزی تیلور، پیش از این هم با غم و اندوه خودکشی، آشنا بوده. شوهر او، در سال ۱۹۹۵ خودکشی کرد؛ دوست صمیمی‌اش هم در سال ۲۰۰۱.

خودکشی، اپیدمی خاموش نیوزلند است. این کشور، دارای بالاترین نرخ خودکشی جوانان در کشورهای توسعه یافته است، پنج برابر بیش از بریتانیا و دو برابر بیش از استرالیا.

آمارهایی که اخیراً منتشر شده نشان می‌دهند که نیوزلندی‌ها، بیش از هر زمان دیگری دست به خودکشی می‌زنند. تعداد کشته‌ها، در سه سال متوالی افزایش یافته و به ۶۰۶ نفر در سال رسیده است. در حالی که سال قبل از آن، این تعداد، ۵۷۹ نفر بود. کسانی که به دنبال رسیدگی به این تراژدی ملی هستند، معتقدند برای چنین بحرانی، راه‌حل‌های مناسب ارایه نشده و توجه کافی هم به آن نمی‌شود.

در اوایل ماه اگوست، سه مادر که همگی فرزندان زیر سن ۲۵ سال خود را از دست داده بودند، نامهای را از طرف ۲۰۰ خانواده دیگر که فرزندان شان را از دست داده بودند، به احزاب سیاسی فرستادند و ۶ خواسته خود را مطرح کردند؛ نخست، یک بررسی و تحقیق مستقل روی بیماری‌های روانی؛ دوم، بودجه ۲.۳ میلیارد دلاری برای بهداشت روانی؛ سوم، قرار دادن هدف کاهش خودکشی؛ چهارم، افزایش سلامت اولیه و تأمین مالی برای استخدام بیشتر پزشکان متخصص؛ پنجم، دادن تعهد کاری به پرستاران و در نهایت، سالم‌سازی همه خانه‌ها.

آنها در این نامه نوشتند: «از آنجایی که همه این خانواده‌ها، عزیزان شان را در خودکشی از دست داده‌اند، ما در مورد شجاعت، چیزهایی می‌دانیم. ما باید از خود، سوال‌های دشوار و ناراحت‌کننده بپرسیم.»

«ما می‌خواهیم که شما هم شجاعت داشته باشید. ما می‌خواهیم که شما هم در مورد سیستم سلامت روانی سوالات سختی را از خود بپرسید. شما باید شجاعت این را داشته باشید که سیاسی کاری را کنار بگذارید و آنچه حق مسلم هر نیوزلندی است را انجام دهید.»

حالا، به دنبال این نامه، کمیته‌ای از احزاب مختلف، به دنبال راهکارهای کاهش خودکشی می‌گردند. حزب کارگر نیز کاهش خودکشی را هدف خود قرار داده و «جاسیندا آردن»، رهبر جدید این حزب، به هزاران نفر که در کمپین او حضور داشتند، یادآور شده که هر نیوزلندی، دست کم یک نفر را از اطراف خود می‌شناسد که یا خودکشی کرده، یا تحت تأثیر مشکلات روانی است.

خدمات بهداشتی و سلامت، تجدیدنظر خواهد کرد. در حالی که حزب ملی حاکم، متهم به کوتاهی در مورد کاهش نرخ خودکشی شده است، «جوانان کولمن»، وزیر بهداشت گفته است که در این زمینه، به دنبال مشاوره است.

در ادامه، یک کمیته تخصصی به منظور مشاوره به وزارت بهداشت برای بررسی راه‌های کاهش خودکشی ایجاد شد. این کمیته، استراتژی اصلی خود براساس کاهش نرخ خودکشی را به وزارت بهداشت پیشنهاد کرده است.

اقتصاددانان می‌گویند هزینه‌های فعلی دولت برای سلامت روان قرار نیست با افزایش تقاضاها افزایش یابد. اما خارج از حوزه سیاسی، نیوزلندی‌ها در حال مبارزه برای مقابله با این مسأله هستند.

در این میان، برخی معتقدند که نباید کودکان در معرض صحبت در مورد خودکشی قرار بگیرند، در حالی که عده‌ای هم معتقدند صحبت با کودکان در این مورد، دقیقاً همان کاری است که برای مقابله با خودکشی باید انجام داد.

«مایک کینگ»، کم‌دین معروف و فعال در زمینه بیماری‌های روانی، در سراسر نیوزلند به مدرسه‌ها سر می‌زند و با کودکان در مورد نرخ خودکشی سخن می‌گوید. اما به تازگی، او از رفتن به مدرسه در جنوب جزیره منع شده است. او قرار بود در این تور در هشت مدرسه صحبت کند، اما حالا به درخواست «آنت بوترایس»، هماهنگ‌کننده هیأت منطقه‌ای پیشگیری از خودکشی، تور خود را متوقف کرده است.

بوترایس که بارها از صحبت با رسانه‌ها صرف‌نظر کرده، اخیراً گفته که سخنان مایک کینگ با کودکان در این مورد خطرناک است. آقای کینگ اما می‌گوید که به بوترایس، اطلاعات نادرستی داده‌اند.

«سامارا رید» ۱۶ ساله که سه نفر از دوستان نوجوان خود را در خودکشی از دست داده و خودش نیز در وضع افسردگی قرار گرفته، معتقد است تنها راه پیش‌رو، سخن گفتن صریح با افراد جوان و دادن امید به آنها در مورد آینده‌شان است. او از «بیل انگلیس»، نخست‌وزیر نیوزلند خواسته که خود را جای او بگذارد؛ می‌توانی برای یک ماه، پاهایت را در کفش‌های من بکنی و راه بروی و بعد تصمیم دیگری بگیری؟» سامارا، همچنین پیشنهاد پروژه «کفش» به آقای نخست‌وزیر را داد. «مادامان زندگی‌های خود را با نوشتن، مسوم می‌کنیم و برای یافتن مرهمی، بر سر مزار دوستان مان می‌رویم و گریه می‌کنیم.»

این هفته، در گذرگری پروژه «کفش»، سوزی تیلور، مادر جورجیا، صندوق سفید دخترش را در آغوش گرفت و در کنار دریاچه «تورورا» ایستاد. این ۶۰۶ جفت کفش که در کنار هم چیده شده بودند، متعلق به جوانان و نوجوانانی هستند که خودکشی کرده بودند. این کفش‌ها، نرخ خودکشی سالانه نیوزلند را منعکس می‌کنند. جورجیا، نخستین باری که تصمیم به خودکشی گرفت، روز مادر سال ۲۰۱۶ بود. تیلور می‌گوید: «تنها احساسی که من در چهره جورجیا دیدم، این بود که او قرار است بمیرد.»

جورجیا، سه‌سال قبل در «داندین» در جنوب جزیره دچار افسردگی شده بود و در حال مصرف داروهای ضدافسردگی و تحت درمان توسط یک مشاور بود. تیلور می‌گوید دخترش در زمان درمان، بهبود پیدا کرده و همه چیز به نظر بهتر و روشن‌تر شده بود. اما او می‌گوید که این کشور نیازمند یک هشدار عمومی است، چرا که رفتار با افرادی که می‌خواهند خودکشی کنند، از ۲۲ سال پیش که شوهرش خودکشی کرده، هیچ تغییری نکرده است. «باید در این زمینه صحبت شود. جوانان ما نیازمند چیزی هستند که برای رسیدن به آن در آینده، مشتاق باشند.»

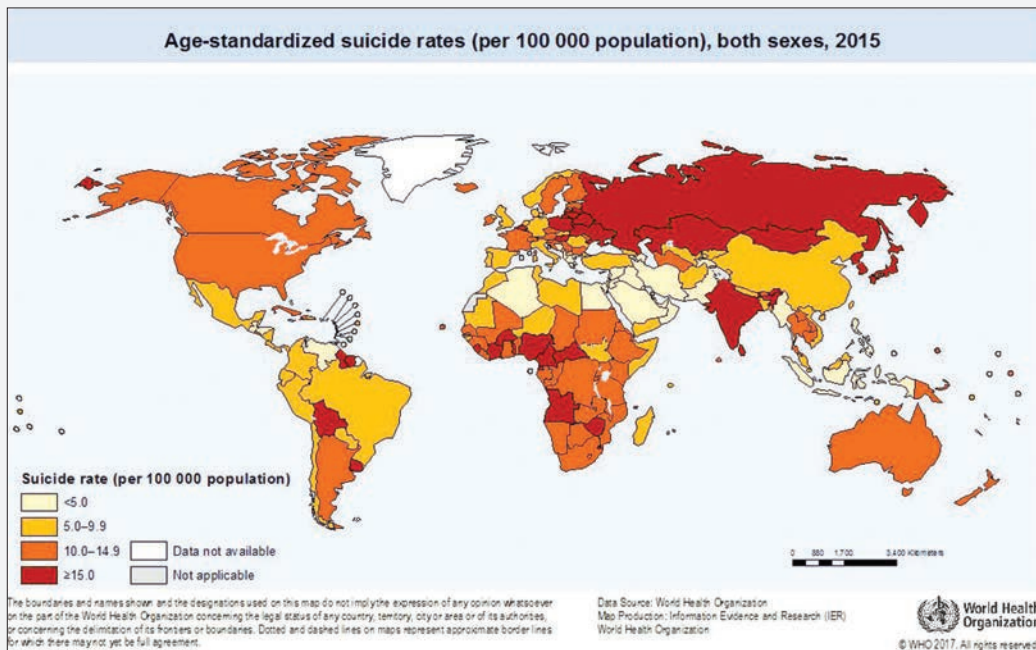
منبع: گاردین

بود،
حزب کارگر گفته در صورت انتخاب شدن،
۸ میلیارد دلار در بودجه سلامت تزریق و در

دست‌کم دچار مشکلات ناشی از بیماری‌های روانی
باشد و همه افراد آن اتاق، دست‌شان را بلند کردند.
همه افراد! او ادامه داد: «گرچه صحبت‌های

خانم جاسیندا آردن گفت: «دیروز، من در
یک اتاق پر از افراد جوان پرسیدم آیا کسی را در
اطراف خود می‌شناسید که خودکشی کرده باشد یا

خودکشی در جهان



رتیب، خودکشی به دهمین عامل مرگ‌ومیر افراد در این کشور تبدیل شده است. اگرچه بسیاری از برنامه‌های مقابله و پیشگیری، متمرکز بر نوجوانان است، اما بالاترین میزان خودکشی در آمریکا در سال ۲۰۱۵ مربوط به سنین ۴۵ تا ۵۴ سال بوده است. مردها، بیش از زنان در معرض این اتفاق قرار دارند؛ آن‌ها هم با آماری تقریباً ۴ برابری نسبت به زنان.

جهانی در گزارشی آورده است که ۷۸ درصد از خودکشی‌ها در سال ۲۰۱۵ در کشورهای با درآمد متوسط و پایین صورت گرفته است. با این حال، حتی کشورهای پیشرفته با سطح تولید ناخالص ملی بالا هم با این مسأله دست به گریه‌باند. براساس آمار «مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها» در سال ۲۰۱۵، بیش از ۴۴ هزار نفر در آمریکا خودکشی کرده‌اند. به این

هدایت فرد به سوی خودکشی یا دور کردن افراد از این مسیر موثرند. اما شاید در این میان بتوان به مولفه «درآمد» به عنوان اثرگذارترین عامل اشاره کرد. نمی‌توان به‌طور قطع گفت که اگر درآمد و سطح رفاه در یک کشور بالا باشد، نرخ خودکشی در آن کشور قطعاً پایین است، اما عکس آن تا حد زیادی صادق است. سازمان بهداشت

امروزه امید به زندگی بیش از هر زمان دیگری افزایش یافته، اما به همان نسبت آمار خودکشی نیز رشد کرده است. سالانه نزدیک به ۸۰۰ هزار نفر در سراسر جهان دست به خودکشی می‌زنند و می‌میرند. اگر بخواهیم به بیان ساده‌تری این تعداد را بیان کنیم، یعنی در هر ۴۰ ثانیه، یک نفر خود را می‌کشد. گرچه تعداد افرادی که اقدام به خودکشی می‌کنند، اما نجات می‌یابند و زنده می‌مانند، بسیار بیش از این مقدار است. تحقیقات سازمان بهداشت جهانی (WHO) نشان می‌دهد که به‌طور متوسط به‌ازای هر فرد بزرگسال که به علت خودکشی می‌میرد، ۲۰ فرد دیگر وجود دارند که اقدام به خودکشی می‌کنند، اما نجات می‌یابند. خودکشی عامل هفدهم در مرگ‌ومیر افراد به‌شمار می‌رود، یعنی سهم این معضل در میان آمار کل مرگ‌ومیر در جهان برابر ۱.۴ درصد است. به بیان دیگر، هر سراسر جهان از میان هر هزار نفری که می‌میرد، ۱۴ نفر دست به خودکشی زده‌اند. اما در میان افراد با سن ۱۵ تا ۲۹ سال در جهان، خودکشی دومین عامل مرگ‌ومیر است.

گرچه کشورهای مختلف تحقیقات و تلاش‌های زیادی را جهت کاهش نرخ خودکشی انجام می‌دهند، اما خودکشی همچنان یک پدیده جهانی و معضلی چالش‌برانگیز به‌شمار می‌رود. این معضل جهانی به عوامل مختلفی بستگی دارد؛ سطح رفاه اجتماعی، امید به زندگی، امید به آینده، اشتغال، درآمد، تحصیلات، فشارهای اجتماعی، باورهای دینی، وضع سیاسی و مواردی از این دست، همگی در

تجربه نجات یافتگان از خودکشی

کارلتون داوینس

پس از تلاشم برای خودکشی به یاد دارم که در بیمارستان، در کنار مردی خوابیده بودم که آخر شب مُرد. مرگ او حس خوبی برایم نداشت. من با خودم گفتم «من می‌خواهم زنده بمانم». با خودم تکرار می‌کردم که «من زنده خواهم ماند»، «من می‌خواهم با هم زندگی کنم» و از آن واقعه جان سالم به‌در بردم. پس از آن، برای مدتی به بخش روانپزشکی بیمارستان «بیل نیوهان» رفتم. آن زمان بود که فهمیدم فردی بودم که دوره‌هایی به افسردگی شدید و شیدایی و هیجان‌های بزرگی دچار می‌شدم. پس از آن، وارد هنر و طراحی شدم. همین موضوع باعث شد زندگی‌ام ادامه پیدا کند. به یاد دارم که در آن زمان، شروع به خواندن کتاب‌های «سیلویا پالات» کردم، چرا که احساس می‌کردم زندگی من بسیار شبیه زندگی او است. او در کتابش، زندگی خود را این‌گونه توصیف کرده بود که من فکر می‌کردم، به نوعی، توصیف زندگی من است. «به نظر می‌رسد که زندگی من، به‌طور جادویی توسط دو جریان الکتریکی در جریان است. جریان مثبت که خوشایند است و جریان منفی که ناامیدکننده است. هر کدام از آنها که در جریان است، بر تمام زندگی‌ام چیره می‌شود و آن را با خود می‌برد. اکنون من با ناامیدی، تقریباً همه‌اها با عصیتم، در حال خفه شدن هستم.»

تایل کاسته

فکری که کنم که وقایع بعد از خودکشی، برایم بسیار سودمند بود. آن زمان برای من بسیار مهم بود و نیاز داشتم که بدانم اطرافیانم در مورد من چه می‌گویند. پس از آن، من زمان زیادی را به تنهایی می‌گذراندم، چرا که احساس می‌کردم نیاز به بازسازی خودم دارم. این مسأله به جای آزاد دهنده‌ای رسید و من نتوانستم از پس آن بر بیایم و خودکشی کردم. پس از آن زمان بود که شروع کردم به نوشتن و عکاسی از چیزهای مختلف و زندگی با خودم. من دوست خودم شده بودم. تنها کسی که می‌خواستم برای خودم نگهش دارم، «تایل» (خودم) بود. نمی‌خواستم آن هم از بین بروم. برای من، وقتی حتی تمام برنامه‌ریزی‌هایی را که کرده بودم، انجام دادم، فهمیدم که نمی‌خواهم بمیرم. اما این احساس منحصر به فردی بوده؛ آزادی نبود، ترس بود. من از مرگ ترسیده بودم و با خود گفتم: «باید کسی در این دنیا باشد که من دوستش داشته باشم». این درسی بود که پس از خودکشی آموختم.

آینا استرادا

وقتی به پایان نوجوانی و اوایل دهه دوم زندگی‌ام نزدیک شدم، افسردگی بیش از پیش و بیش از یک مسأله، خود را نمایان کرد. در اوایل ۲۰ سالگی‌ام، من با افسردگی و اضطراب، درگیر شدم و سپس، زمانی که نخستین تلاش برای خودکشی را داشتم، پزشکان تشخیص دادند که به اختلال دوقطبی دچار هستم. بیماری من، نوعی شیدایی بود. من نمی‌دانستم چه اتفاقی در حال رخ دادن است، بنابراین نمی‌توانستم آن را کنترل کنم و این خیلی آزار دهنده بود. در نخستین تلاشم برای خودکشی - که فکری که من سال ۲۰۰۵ بود - تنها ۲۴ سال داشتم. سال ۲۰۰۸، دوباره تلاش کردم خودم را بکشم. آن زمان، من در بخش آی.سی.یو کار می‌کردم و در همان بخش بستری شدم. تنها چیزی که نمی‌خواهم آن را به کسانی که دوست‌شان دارم بگویم، این است که «دیگر خودکشی نخواهم کرد»، چرا که نمی‌دانم آیا باز هم این کار را خواهم کرد یا نه. من نمی‌توانم حرفی از آینده بزنم. نمی‌دانم که بیماری من بدتر خواهد شد یا نه. اگر شرایط کاری من تغییر کند، ممکن است نتوانم از پس هزینه‌های دارو در زمان بر بیایم.

