

## مروری بر کتاب زندگی زیر فشار: ریشه‌های اجتماعی خودکشی و چه می‌توان درباره‌ی آن‌ها انجام داد

### A Review of the Book *Life under Presser: The Social Roots of Suicide and What to Do About Them*

محسن رضائیان<sup>۱</sup>

توقع دارند تا دستاوردهای مهمی در امر آموزش، ورزش و زندگی اجتماعی خود، حاصل نمایند. برای جوانانی که حساس هستند، این نکته بدان معناست که آن‌ها زندگی خود را تحت فشارهای غیر قابل تحمل گذرانده و دچار درد روانی می‌شوند. مولر و آبروتین در اینجا، نقل قولی از روری اوکانر (Rory O'Connor) روانشناس ایرلندی می‌آورند که خودکشی در واقع، پایان دادن به رنج غیر قابل تحمل است و نه پایان دادن به زندگی (۱). از همین رو، برای پیشگیری از خوشه‌های خودکشی در جوانان این منطقه، باید ریشه‌های اجتماعی که باعث پدید آمدن این فشارها و دردهای روانی غیر قابل تحمل می‌شوند را، خشکاند.

مولر و آبروتین، نتایج تحقیقات خود پیرامون خوشه‌های خودکشی در این منطقه را در هفت فصل به شرح زیر، سامان داده‌اند: در فصل اول، به خصوصیات منطقه Poplar Grove با دیدگاهی اجتماعی پرداخته و سعی می‌کنند تا ابعاد زندگی اجتماعی در این منطقه را برای خوانندگان خود، تشریح نمایند. در فصل دوم، به ریشه‌های خودکشی در جوانان این منطقه اشاره می‌نمایند که همانا دست‌یابی به دستاوردهای مهمی است که گاهی از حد توان جوانان، خارج می‌باشد. در فصل سوم، توضیح می‌دهند که چگونه مطالب پیش‌گفته در دو فصل قبل، منجر به خودکشی جوانانی می‌گردد که تاب تحمل این فشارها را نداشته و

کتاب زندگی زیر فشار (Life under presser) با زیر عنوان ریشه‌های اجتماعی خودکشی و چه می‌توان درباره آن‌ها انجام داد (The social roots of suicide and what to do about them)، به قلم دو جامعه‌شناس با نام‌های مولر (Mueller) و آبروتین (Abrutyn)، به رشته تحریر در آمده است. این کتاب در سال ۲۰۲۴ میلادی، توسط انتشارات دانشگاهی آکسفورد (Oxford University Press) در ۲۶۴ صفحه و با قیمت ۲۲/۹۹ دلار، به زیور طبع آراسته و روانه بازار نشر شده است.

نویسندگان، در مقدمه توضیح می‌دهند که چگونه کتاب را در پاسخ به خوشه‌های خودکشی پی‌درپی رخ داده در جوانان منطقه پاپلار گرو (Poplar Grove) در ایالت ایلینویز (Illinois) آمریکا، به رشته تحریر درآورده‌اند. مروری بر آمار خودکشی جوانان منطقه در فاصله سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۵ میلادی، نشان می‌دهد که حداقل نوزده مورد خودکشی ثبت شده، وجود دارد. اغلب این خودکشی‌ها، به شکل خوشه‌ای متشکل از حداقل دو یا موارد به هم پیوسته بیشتری از خودکشی در دانش‌آموزان دبیرستان رخ داده است.

نویسندگان کتاب همچنین توضیح می‌دهند که در مطالعه سه ساله خود به این نتیجه رسیده‌اند که این خودکشی‌ها، دارای ریشه‌های اجتماعی بوده‌اند. در این منطقه، خانواده‌ها از جوانان

نکته جالبی که در این کتاب وجود دارد آن است که نویسندگان، روش مطالعه خود را در ضمیمه کتاب آورده‌اند تا خوانندگان متخصص کتاب، با روش‌شناسی کیفی مطالعه آن‌ها و جزئیاتش، آشنا شوند. این نکته کمک می‌کند تا خوانندگان غیر متخصص، درگیر اصطلاحات و ریزه‌کاری‌های روش‌شناسی مطالعه نگردند و از متن کتاب که به زبانی ساده و روان نوشته شده است، بیشترین استفاده را ببرند.

از آنجایی که قبلاً در مجله دانشگاه به اهمیت بحث خوشه‌های خودکشی، چگونگی تشخیص و چگونگی مقابله با آن‌ها پرداخته بودیم (۲)، تلاش نویسندگان این کتاب برای بیان یافته‌های مطالعه‌ی طولانی مدتشان در قالب یک کتاب، قابل تقدیر است. در همین جا، لازم می‌دانم از کلیه کسانی که به نحوی درگیر بررسی خوشه‌های خودکشی می‌گردند، درخواست کنم تا نتایج مطالعات خود را در قالب یک مقاله یا یک کتاب، به رشته تحریر در آورند. چون هر خوشه خودکشی، دارای ویژگی‌های خاص خود بوده و ثبت این ویژگی‌ها برای مقابله با خوشه‌های خودکشی بعدی، حائز اهمیت فراوان است. در خاتمه، مطالعه این کتاب را به تمامی همکارانی که به نحوی در امر پیشگیری از خودکشی به ویژه در مدارس فعالیت می‌نمایند، توصیه می‌کنم.

چطور ممکن است که خودکشی یک جوان، بر روی جوانان دیگر تأثیر گذاشته و آن‌ها را وادار به رفتار خودکشی‌گرایانه نماید.

در فصل چهارم، آن‌ها به موضوع انگ کمک‌طلبی در بین جوانان اشاره کرده و توضیح می‌دهند که چگونه جوانان تحت فشار، از دریافت کمک امتناع نموده و خود را بدون قید و شرط، تسلیم رفتار خودکشی‌گرایانه به منظور خلاص شدن از درد روانی غیر قابل تحمل، می‌نمایند. در فصل پنجم، نویسندگان برنامه‌های پیشگیری از خودکشی در دبیرستان منطقه را مورد واکاوی قرار داده و اذعان می‌کنند که اگر چه تلاش‌های بسیار زیادی در این زمینه به عمل آمده است، اما این مدرسه مانند اغلب مدارس جهان، فاقد یک برنامه جامع مقابله با خوشه‌های خودکشی است. در فصل ششم، آن‌ها به نکته بسیار مهمی اشاره می‌نمایند و آن هم چگونگی برگزاری مراسم بزرگداشت برای جوانانی است که جان خود را از طریق خودکشی از دست داده‌اند. نویسندگان به خوبی ادغان می‌کنند که اگر اصول اساسی در چنین مراسمی رعایت نشود، ممکن است ایده‌های خودکشی‌گرایانه از طریق همین مراسم به سایر جوانان، منتقل گردد. بالاخره در فصل هفتم، آن‌ها توضیح می‌دهند که چگونه می‌توان با ریشه‌های اجتماعی که خودکشی در این منطقه را موجب می‌گردند، برخورد کرد تا جوانان را از فشارها و دردهای روانی غیر قابل تحمل، نجات بخشید.

## References:

1. O'Connor R. When It Is Darkest: Why People Die by Suicide and What We Can Do to Prevent It. New York: Random House; 2021.
2. Rezaeian M. How to Detect and Confront with a Suicide Cluster? *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2024; 22 (10): 1121-30.

ارجاع: رضائیان م. مروری بر کتاب زندگی زیر فشار: ریشه‌های اجتماعی خودکشی و چه می‌توان درباره‌ی آن‌ها انجام داد. *مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، سال ۱۴۰۴، دوره ۲۴ شماره ۲، صفحات: ۲۱۱-۲۱۰.

**Citation:** Rezaeian M. A Review of the Book *Life Under Presser: The Social Roots of Suicide and What to Do About Them*. *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2025; 24 (2): 210-11. [Farsi]