دریچه

تطهیر خودکشی

«مرگ خودخواسته» عنوانی است که عده‌ای برای خودکشی به کار می‌برند. این تغییر نام که به نوعی تطهیر خودکشی و راهی برای کاستن از قبح این نوع مرگ به شمار می‌آید، به تازگی در میان بعضی از اهالی رسانه و هنرمندان رواج پیدا کرده است. این گروه از افراد با استفاده از چنین عناوینی تلاش می‌کنند خودکشی را عملی موجه و صحیح نشان دهند و از میزان تلخی و زهر نهفته در آن بکاهند؛ نمونه این رفتار در اعلام مرگ تلخ کیومرث پوراحمد، کارگردان شناخته شده سینما و تلویزیون به خوبی مشهود بود و بسیاری از هنرمندان و اصحاب رسانه، خبر خودکشی این کارگردان را با عناوینی مانند مرگ خودخواسته اعلام کردند. این قبیل زدایی با هر عنوانی انجام شود، اثرات و پیامدهای زیانبار قابل توجهی به همراه دارد.

مریم معصومی، روانپزشک و دبیر کمیته پیشگیری از خودکشی انجمن علمی روانپزشکان ایران می‌گوید: «برنامه کشوری پیشگیری از خودکشی از ابتدای سال ۱۳۹۹ در تمامی ۶۳دانشگاه علوم پزشکی کشور و مناطق تحت پوشش آنها در حال اجراست. یکی از عوامل مورد توجه در این برنامه نقش رسانه در انعکاس درست و صحیح موضوع خودکشی است، زیرا گاهی خبری که در واقع بیانگر یک رویداد اجتماعی به نام خودکشی است می‌تواند مشوق افراد برای خودکشی باشد.»

از دیگر آثار تلطیف کردن پدیده فاجعه‌بار خودکشی، رواج پوچ‌گرایی در جامعه است. در این نوع نگرش نه‌تنها پایان دادن به زندگی، مذموم نیست، بلکه خودکشی را عملی شجاعانه و یک پایان باشکوه برای زندگی افراد معرفی می‌کند.

نکته

تصورات اشتباه که مانع کمک می‌شوند

افرادی که به خودکشی فکر می‌کنند در مواجهه با احساساتی مانند بیچارگی، خودتخریبی، انزوا و تنهایی و برای دستیابی به راحتی و آرامش راهی جز مرگ نمی‌بینند، اما از لحظه‌ای که فرد تصمیم به خودکشی می‌گیرد تا زمان عملیاتی کردن تصمیمش، فرصت‌هایی طلایی وجود دارد که می‌تواند از آنها برای تغییر تصمیم فرد استفاده کرد. برای این امر لازم است بدانیم چه چیزهایی نباید و چه چیزهای باید بگوییم تا فردی را که می‌خواهد خودکشی کند، به زندگی برگردانیم. در جامعه تصوراتی از خودکشی وجود دارد که می‌تواند بسیار مخرب باشد و در موارد بسیاری سبب سهل‌انگاری و کوتاهی دیگران در کمک کردن به این افراد می‌شود. موارد زیر نمونه‌هایی از این تصورات غلط به شمار می‌آید.

- کسی که تهدید به خودکشی می‌کند یا از آن حرف می‌زند خودکشی نمی‌کند.
- هر کسی که سعی می‌کند خودکشی کند، دیوانه و روان‌پریش است.
- اگر کسی بخواهد خودش را بکشد، هیچ چیزی نمی‌تواند مانع او شود.
- کسانی که خودکشی می‌کنند، به دریافت کمک از سوی اطرافیان تمایلی ندارند.
- حرف زدن از خودکشی و سؤال کردن اطرافیان از شخص، او را در اجرای تصمیمش مصمم می‌کند.

نگاه

نشانه‌های فردی که قصد خودکشی دارد

بعضی از رفتارها و علائم در افرادی که قصد خودکشی دارند مشترک است و به اطرافیانشان هشدار می‌دهند که در معرض خطر قرار دارند. موارد زیر تعدادی از این علائم و نشانه‌هاست:

- تهدید به خودکشی یا آرزوی مرگ
- جمع‌آوری ابزارهای خودکشی یا پنهان کردن آنها در اتاق و وسایل شخصی
- اشتغال فکری به مرگ
- فقدان امید به آینده
- تنفر از خود و تحقیر خویشتن
- انجام امور شخصی مانند وصیت کردن، اهدا کردن وسایل، تعیین تکلیف امور سرپرستی خانواده و فرزندان، به اتمام رساندن پروژه‌ها و مسئولیت‌ها
- خداحافظی از اطرافیان
- دوری از خانواده و دوستان (ترجیح تنهایی)
- توسان خلقی بالا
- کم و زیاد شدن غیرمعمول خواب
- روی آوردن به مصرف مواد مخدر و الکل
- انجام رفتارهای ریسکی و خطرناک
- احساس آرامش و شادی ناگهانی پس از یک دوره افسردگی

نشانه آخر، نشانه خطرناکی است. چون اگر ندانید این، نقطه پایان است، قطعا عزیزتان را از دست خواهید داد! در اکثر موارد در زمان بروز این نشانه، اطرافیان تصور می‌کنند اوضاع درست شده و خطر خودکشی رفع شده است. البته این نشانه‌ها به‌تنهایی علائم خودکشی و خطر نیستند، بلکه در همراهی با نشانه‌های افسردگی و دیگر نشانه‌ها می‌توانند علامت هشدار باشند.

مرگِ خودکشی

برای پیشگیری و کنترل پدیده خودکشی باید از همه ظرفیت‌ها بهره گرفت

گزارش
سحر جعفریان
روزنامه‌نگار

افرادی که مرگ را پایان دردها و رنج‌های خود می‌دانند یا هدفی در پس زندگی کوتاه و بلندشان نمی‌یابند، مستأصل و ناامید به خودکشی به‌عنوان یک راه‌حل می‌اندیشند؛ راه‌حلی سیاه که نارنگی آن بر زندگی اطرافیان از خانواده تا جامعه نیز سایه و سنگینی می‌افکند. بسیاری از اندیشمندان و روانشناسان، خودکشی را پدیده‌ای پیچیده و دارای زوایای پنهان و متغیر معرفی می‌کنند که تکانه‌های آن قابل پیشگیری و کنترل است. رسانه‌ها، فضای مجازی و آموزش مهارت‌های زندگی و ارتباطی از جمله مهم‌ترین مولفه‌ها در ارتباط با پیشگیری و کنترل پدیده خودکشی هستند که در گفت‌وگو با کارشناسان، آنها را بررسی کرده‌ایم.

حسین ابراهیمی مقدم، روانشناس و استاد دانشگاه

افسردگی؛ پایه خودکشی

پدیده خودکشی معمولا به دلایل کلاسیک یعنی مشکلات روحی و اختلالات روانی در افراد بروز پیدا می‌کند. طبق آخرین پژوهش‌های جهانی بیش از ۹۰درصد افرادی که تاکنون اقدام به خودکشی کرده‌اند از میزانی از انواع بیماری‌های روانی رنج می‌بردهاند. افسردگی و ناامیدی یکی از شایع‌ترین این بیماری‌هاست. میان افسردگی، خودکشی و اقدام به آن، پیوندی مرئی و نامرئی وجود دارد؛ همچنان که در کتابچه تشخیصی و آماری اختلالات روانی چاپ پنجم دانشگاه علوم پزشکی تهران یکی از مهم‌ترین معیارهای تشخیص افسردگی و میزان آن در افراد، کمیت و کیفیت افکار منفی با موضوع خودکشی و مرگ برشمرده شده است. بدین معنا افرادی که مدام از خودکشی سخن می‌گویند یا مرگ را پایان‌بخش رنج‌های خود می‌دانند، دچار اختلال روانی افسردگی هستند و باید نسبت به درمان آن تا پیش از آنکه خیلی زود دیر شود، اقدام کنند. ناگفته نماند در اقدام به خودکشی یا شبه‌خودکشی، آسیب‌های جسمی و فیزیکی شامل خودجرحی، خودآسیب‌رسانی و خودزنی بروز می‌کند و در فراخودکشی یا پیراخودکشی با وجود اینکه هدف فرد خودکشی‌کننده، اغلب ترساندن و تهدید اطرافیان است اما احتمال وقوع مرگ آنها بالاست.

مقلد مردن

خودکشی پیش از آنکه یک پدیده اجتماعی - تقلیدی باشد یک پدیده روانی و فردی است که بنا به دلایل روانشناختی شیوع می‌یابد. از فشارهای روانی فردی، خانوادگی و بافت فرهنگی غالب گرفته تا سبب‌شناسی‌های اجتماعی و اقتصادی، فراوانی اخبار مربوط به خودکشی افراد مشهور، سوءمصرف موادمخدر و مشروبات الکلی، افراد بسیاری را به کام مرگ می‌فرستد. طبق آمار سازمان بهداشت جهانی، سالانه بیش از ۱۳درصد افراد در کشورهای مختلف جهان به خودکشی و شیوه‌های اقدام نسبت به آن فکر می‌کنند. در گروه سنی نوجوانان بیشتر مسائل عاطفی، در میان افراد بزرگسال دلایل اقتصادی و در سالمندان نیز عواملی مانند ناتوانی‌های جسمی، فیزیکی یا تنهایی سبب خودکشی می‌شود. یکی از مسائلی که بر پیچیدگی پدیده خودکشی می‌افزاید و از سویی مدیریت آن را به‌عنوان بحران دچار چالش می‌کند، پیشروی آن در خاموشی و بی‌نشانه و بدون علامت‌بودن آن در اغلب اوقات است. کلیپ‌های آموزشی بسیاری در فضای مجازی با این مضمون منتشر شده که خودکشی، چهره و مشخصه ندارد و افراد افسرده که انگیزه خودکشی در آنها به نهایت رسیده، ممکن است حتی در لحظات آخر عمر خود، سرگرم شادی، خنده و یا گذران وقت با دیگران باشند!

معنایی برای زندگی

آموزش مهارت‌های زندگی (مدیریت بحران، توانمندسازی روانی و فکری، معناسازی، ارزشگذاری و طراحی اهداف کوتاه و بلندمدت)، تقویت روابط خانوادگی و دوستانه (رابطه درمانی)، شکوفایی شخصیت و پرورش استعدادهای نهان، ارتقای تعاملات اجتماعی، توانایی استفاده درست از شبکه‌های مجازی، مشارکت در فعالیت‌های مدنی و هنری، ایجاد شرایط پایدار اجتماعی، توسعه رفاهی، ارتقای همبستگی جمعی، بها بخشیدن به سرمایه‌های مختلف ملی، ایجاد شبکه‌های سرگرمی آموزشی و... از جمله مهم‌ترین راه‌های پیشگیری از وقوع خودکشی است. از سویی، ایجاد زیرساخت‌های امدادی (خطوط ارتباطی تلفنی ۲۴ساعته، کارگاه‌های تخصصی مشاوره و روان‌درمانی) و تربیت نیروهای متخصص مددکاری می‌تواند در مرحله وقوع خودکشی مؤثر واقع شود. طبق آخرین گزارش سازمان جهانی بهداشت ایران جزو ۳۲کشوری است که برنامه ملی برای پیشگیری از خودکشی، تدوین، اجرا و پیگیری می‌کند.

آمار خودکشی در ایران سیر نزولی و کاهشی دارد

آمار

سالانه آمارهای مختلفی به‌صورت رسمی و غیررسمی از سوی سازمان‌ها و نهادهای گوناگون دولتی در از نیاط با نرخ خودکشی در کشور منتشر می‌شود که مهم‌ترین آنها به پزشکی قانونی، دانشگاه علوم پزشکی و کمیته پیشگیری از خودکشی ذیل وزارت بهداشت و درمان و نیز سازمان بهزیستی اختصاص دارند.
البته از انجمن‌های دولتی و خصوصی دیگر که در زمینه خودکشی مطالعه و بررسی‌های آماری انجام می‌دهند نیز نباید غافل شد. اعداد و ارقام خودکشی، مهم هستند؛ چرا که می‌توانند مرجعی برای برنامه‌ریزی و طراحی زیرساخت‌های اساسی فرهنگی و اجتماعی باشند. به همین بهانه، آخرین آمار و اعداد را که در سالنامه نهادهای مرتبط منتشر شده را خیلی کوتاه مرور می‌کنیم.

۵/۷
در ۱۰۰هزار نفر آمار خودکشی در ایران است که اولیل سال‌جاری از سوی سازمان جهانی بهداشت منتشر شد.

۸ نفر
آمار خودکشی در ایران از هر ۸نفر به ازای ۱۰۰هزار نفر در سال ۲۰۰۰ به ۷،۵در سال ۲۰۲۳ رسیده است.

۵۴درصد
خودکشی‌های منجر به مرگ در گروه سنی ۲۰تا ۴۰سال رخ داده است.

۶استان
ایلام، کرمانشاه، خوزستان، کهگیلویه و بویراحمد، لرستان و همدان به‌ترتیب بالاترین نرخ و آمار خودکشی‌ها در ایران را به‌خود اختصاص داده‌اند.

۲۰برابر
خودکشی‌های منجر به مرگ، اقدام به‌خودکشی وجود دارد.

۱۵تا۵۰سال
گروه سنی دارای فراوانی در ارتباط با موضوع خودکشی است. افراد در این گروه سنی با توجه به شرایط فردی، خانوادگی و اجتماعی بیشترین اقدام به‌خودکشی را دارند.

۲۵هزار
تماس تلفنی به‌طور میانگین و ماهانه با سامانه ۱۲۳ برقرار می‌شود که بعد از کودک‌آزاری و همسرآزاری، افکار مربوط به‌خودکشی و اقدام در زمینه آن، بیشترین فراوانی موضوعی را دارد.

۱۲۸
رتبه ایران در فهرست کشورهای جهان است که نشان می‌دهد نرخ خودکشی در آن سیر نزولی و کاهشی یافته است.

۶۷درصد
افرادی که خودکشی می‌کنند، مردان و ۳۳درصد از آنها، زنان هستند.

۱۰۰هزار
نفر در سال ۱۳۹۹ اقدام به‌خودکشی کردند. بعد از جوانان، مردان متاهل یا پدران، قربانیان بعدی هستند.

۹۰درصد
افرادی که اقدام به‌خودکشی می‌کنند دچار اختلالات روانی به‌ویژه افسردگی، اعتیاد و اختلالات شخصیت هستند؛ اما این بدان معنا نیست که آنها دچار جنون کامل هستند.

۵۰درصد
خودکشی‌ها با حلق‌آویز کردن صورت می‌گیرد. مسمومیت دارویی، خودسوزی، سلاح و سقوط از ارتفاع نیز در رتبه‌های بعدی قرار دارند.

شماره۱۲۳
خط تلفنی بدون کد برای دریافت مشاوره و راهنمایی از روانشناسان و مددکاران اورژانس اجتماعی سازمان بهزیستی است.

۱۸تا۳۰سال
گروه سنی‌ای هستند که بیشترین تماس با اورژانس اجتماعی با موضوع خودکشی را دارند.

حمید یعقوبی، رئیس جمعیت علمی پیشگیری از خودکشی

پدیده‌ای اپیدمیک

یکی از مسائلی که در حوزه پیشگیری از خودکشی از دیرباز همواره متأسفانه مسئولان حوزه سلامت، متخصصان و افشار مختلفی از جامعه بوده، موضوع خودکشی و سرایت خودکشی به‌دنبال اقدام منجر به فوت یا غیرمنتج به فوت در افراد نزدیک، بستگان و دوستان فرد اقدام‌کننده است. حتی تحقیقات و پژوهش‌هایی هم در این رابطه انجام گرفته که نتایج آن قابل تامل است. نتایج این تحقیقات نشان می‌دهد که به‌طور متوسط بر اثر هر خودکشی، بین ۱۶ تا ۱۱ نفر در معرض افکار و اقدام به‌خودکشی قرار می‌گیرند و این بحران بزرگ پس از یک بحران است. بسیاری از روانشناسان، خودکشی را مسری و پدیده‌ای اپیدمیک می‌دانند؛ پدیده‌ای که یا بر اثر تصمیمی جدی ناشی از اختلالات روانی و انواع فشارهای محیط‌های بیرونی حادث می‌شود یا حالتی تکانشی دارد، به‌گونه‌ای که اگر از بروز تکانه جلوگیری شود، فرد زنده می‌ماند. پژوهش‌ها و مشاهدات خودکشی‌شناسان می‌گوید افرادی که خود را می‌کشند و زنده می‌مانند، به‌طرز شگفت‌آوری، از زنده‌ماندن خود و فرصت زندگی دوباره اظهار خوشحالی می‌کنند.

اثر ورتر نگونه خودکشی

اثر ورتر، اصطلاحی است که برای نخستین بار در سال ۱۹۷۴، توسط دیوید فیلیپس، جامعه‌شناس مطرح شد. فیلیپس این اصطلاح را جهت توصیف آثار تقلیدی رفتارهای منجر به‌خودکشی ارائه کرده بود. اثر ورتر نام خود را از عنوان یکی از رمان‌های معروف یوهان ولفگانگ فون گوته، نویسنده و شاعر آلمانی گرفته است. این رمان که «رنج‌های ورتر جوان» نام دارد، داستان زندگی فردی را شرح می‌دهد که در راه عشق با خودکشی به زندگی خود پایان می‌دهد. این کتاب خیلی زود به‌دلیل ترویج خودکشی از سوی مراکز مرجعی مانند کلیسا ممنوع اعلام شد؛ ترویجی که آمار افزایشی خودکشی آن هم به سبک قهرمان آن داستان، آن را تأیید می‌کرد. بنابراین خودکشی می‌تواند رفتاری تقلیدی باشد که همین مسئله، بازتاب و انتشار اخبار مربوط به آن را تحت الشعاع قرار می‌دهد. یکی از نکات مهم در گزارش این قبیل اخبار این است که خبرنگاران و اصحاب رسانه باید از اشاره به جزئیات احساسات برانگیزننده حادثه خودداری کنند؛ به‌ویژه اگر حادثه خودکشی مربوط به افراد مشهور و شناخته‌شده‌ای باشد. رویدادهایی از این دست تحت هیچ شرایطی نباید به بروز خودکشی تقلیدی بینجامند. واضح است که رسانه‌ها باید از آب و تاب‌دادن به چنین موضوعاتی اجتناب کنند و از مسردادن به آن بپرهیزند. البته که مخاطب هم با تنجکاوی به‌دنبال جزئیات بیشتری در ارتباط با آن اخبار است که اگر موضوع آموزش و آگاهی‌بخشی به افراد را از سنین پایه آغاز کرده باشیم میزان این کنجکاوی‌ها نیز به حداقل خواهد رسید.

چه کنیم؟

ارتباط بین خودکشی و رسانه، مدت‌هاست مورد انتقاد قرار گرفته است. فیلمسازان، تهیه‌کنندگان تلویزیونی و روزنامه‌نگارانی که درباره خودکشی می‌نویسند و فیلم می‌سازند، ۴قانون نانوشته را رعایت می‌کنند تا خطر خودکشی مقلدانه را کاهش دهند؛ اول اینکه اثر (فیلم و گزارش) بیش از حد دراماتیک و مهیج نباشد. دوم اینکه قربانیان، قهرمان نشان داده نشوند. توصیفات شجاعانه درباره اقدام به این عمل نشانه یک باور غلط در درک مسئله خودکشی است. سوم هم اینکه به هیچ عنوان، خودکشی با جزئیات وسوسه‌انگیزی به تصویر کشیده نشود. راهکارهایی که سازمان جهانی بهداشت برای پیشگیری از خودکشی ارائه می‌دهد در کشورهای توسعه‌یافته و حال توسعه تا حدودی با هم متفاوت هستند ولی در کشورهای در حال توسعه که ایران نیز یکی از انهاست، تأثیرگذارترین استراتژی‌ها شامل کاهش دسترسی به ابزار خودکشی به‌ویژه سموم آفت‌کش، ارتقای نحوه گزارش‌دهی خودکشی در رسانه‌ها، کاهش مصرف الکل، ایجاد برنامه‌های پیشگیری از خودکشی برای افراد در معرض خطر به‌ویژه برای جوانان و زنان، آموزش کارکنان مراقبت‌های اولیه بهداشتی برای پیشگیری از خودکشی، خطوط تلفنی بحران مثل ۱۴۸۰ صدای مشاور و ۱۲۳اورژانس اجتماعی، بهبود خدمات پایه سلامت روان و درمان برای افسردگی و مصرف مواد، مداخلات حمایتی برای بازماندگان متوفیان خودکشی و جمع‌آوری دقیق داده‌های رفتارهای خودکشی است.

خسرو معتضد، مورخ

خودکشی‌های گران!

پدیده خودکشی، تاریخی بلند بالا دارد؛ تاریخی که اغلب پژوهشگران، آغاز آن را به بخشی از دوران باستان و به زمانی که با توسعه کشاورزی، برده‌داری هم رونق گرفت، نسبت می‌دهند؛ برده‌هایی که به نوعی مستعمره بودند و در برخی موارد تحت فشار روانی، جسمی و اقتصادی اقدام به‌خودکشی می‌کردند. آن وقت به دستور ارباب، بدون تشریفات خاص در حومه شهر، دفن می‌شدند. سایر بردگان نیز مورد شماتت قرار می‌گرفتند تا هوس خودکشی به دل را نه ندهند. در دورانی از تاریخ روم و یونان باستان، کسی که می‌خواست خود را بکشد، ابتدا تقاضای خود را به سنا، مجلس یا کلیسا ارائه می‌داد و چنانچه دلایلش برای خودکشی تأیید می‌شد به وی اجازه استفاده از جام شوکران آن هم به‌صورت رایگان می‌دادند. اما خودکشی ۳گروه از افراد غیرقانونی محسوب می‌شد؛ خودکشی کسانی که به اعدام محکوم شده بودند، خودکشی بردگان و نیز خودکشی سربازان. علتش هم بار اقتصادی‌ای بود که بعد از خودکشی این ۳گروه متوجه ارباب و حکومت می‌شد.

از کلئوپاترای مصری تا هاراگیری ژاپنی

پدیده خودکشی در ایران، با توجه به تمدن غنی و ظهور اسلام، مورد نفی و نکوهش بوده است اما این بدان معنا نیست که آمار خودکشی صفر بوده و مرگ‌های ناشی از خودکشی به وقوع نپیوسته است. به‌طور حتم مصادیقی از خودکشی یافت می‌شود ولی در کل این پدیده، از سوی اغلب اقشار جامعه ایرانی عملی نابسند شناخته می‌شد. با این حال، در دوره‌ای از تاریخ ایران و جهان، خودکشی ابعاد نظامی و سیاسی داشت. به‌عنوان مثال افرادی که در جنگ‌ها دارای مسئولیت مهمی بودند، بعد از شکست نظامی، اقدام به‌خودکشی می‌کردند یا سربازانی که به پادشاهی وطن پرستانه به مرگ خود خواسته به آتش بیندند، یا حتی سربازانی که از ترس اسارت و به غنیمت‌رفتن، خودکشی می‌کردند. کلئوپاترای هفتم ملکه مصر، نرون کلاودیوس سزار امپراتور روم، آدولف هیتلر و همسرش، پاول بوزف گوبلز از افسران نازی، رومو هیون رئیس جمهور کره جنوبی، علی اکبر داور ،سیاستمدار دوره پهلوی اول، محمدولی خان تنکابنی، ارتشبد عبدالحسین حجازی و بسیاری دیگر به دلایل نظامی و سیاسی به زندگی خود پایان دادند. هاراگیری، زنرال‌های ژاپنی (فروبردن شمشیر به داخل شکم به روش سامورایی) نیز یکی دیگر از خودکشی‌های متداول بود که در سال ۸۷۳ به‌عنوان یک مجازات قضایی در آیین بوشیدو (راه و رسم سامورایی‌ها) منع شد. ولی هاراگیری در میان نظامیان و دیگر مردم ژاپن به‌عنوان نمادی از شرافت ادامه داشت. بسیاری از سربازان شکست‌خورده ژاپنی در پایان جنگ جهانی دوم اقدام به هاراگیری کردند.

اعتراض رومن گاری و خودکشی ناشی از تغییرات جوی

در دوره‌ای نیز خودکشی دلایل اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی یافت. بسیاری از فلاسفه، نویسندگان و هنرمندان بنابر میل خود، مرگ را بر زندگی ترجیح می‌دادند. از ارنست همینگوی، ونگوگ، ویرجینیا وولف، رومن گاری، زیگموند فروید، خودکشی دسته‌جمعی پیروان یکی از فلاسفه آمریکایی تا ابوالعلامعری و صادق هدایت که همگی در واکنش به شرایط اجتماعی و تحت تأثیر فشارهایی مانند مصرف داروهای خاص، بروز اختلالات روحی و روانی، افکار منفی و اعتراض‌آمیز اقتصادی خودکشی کردند. فقر و دلایل اقتصادی هم یکی از مهم‌ترین و پرتکرارترین دلایل خودکشی در عصر حاضر در کشورهای مختلف است که نمونه‌های بسیار می‌توان در ارتباط با آن برشمرد. با تغییرات شدید اقلیمی و تفاوت‌های چشمگیر آب و هوایی در دهه‌های اخیر، وجه دیگری از پدیده خودکشی نیز نمایان شد [illegible] های دقیق، عنوان آن را خودکشی‌های فصلی، نروژی یا سوئدی برگزیدند.

یهودیت

خودکشی در احکام دین یهود

در دین یهود، دیدگاه بسیار سختگیرانه‌ای درباره خودکشی وجود دارد. این دیدگاه آنقدر سختگیرانه است که خودکشی را همانند یک جرم تلقی کرده و آن را بدتر از آدمکشی قلمداد می‌کند. براساس احکام این دین، فرد حق ندارد که به خود صدمه بزند و خودش را از بین ببرد. پیروان این دین معتقدند وقتی کسی خودش را بکشد، روح وی سرگردان می‌شود. این نکته از آن جهت رخ می‌دهد که روح، دیگر نمی‌تواند به بدن ازبین‌رفته بازگردد و در دنیای دیگر نیز نمی‌تواند به دوزخ یا بهشت وارد شود، چون هنوز وقت آن فرا نرسیده است.
بنابراین، اگر کسی برای فرار از مشکلات خود را می‌کشد، در واقع گرفتاری‌های اساسی دیگری برای وی رخ می‌دهد. براساس این اعتقادات، مشکلات دنیوی بالاخره ممکن است روزی رفع شوند، اما دیگر فرصتی برای رفع گرفتاری اخروی وجود ندارد. از همین رو یهودیان کشورهای مختلف از میزان خودکشی بسیار پایینی برخوردارند. البته براساس آمارها خودکشی‌های مسلمانان از یهودیان کمتر است، اما خودکشی‌های مسیحیان به‌ویژه پروتستان‌ها از آنها بیشتر است.

مسیحیت

خودکشی در دین مسیح

لفظ و عبارت خودکشی در مطالب کتاب انجیل نیامده است. از همین رو ابتدا عالمان مسیحی نه خودکشی را محکوم می‌کردند و نه آن را مورد تقدیر قرار می‌دادند. بعد از قرن چهارم میلادی، عالمان مسیحی رفتار خودکشی را نهی کرده و به‌تدریج آن را در حد یک گناه تلقی کردند. این دیدگاه تا به امروز همچنان بر عالم مسیحیت حاکم است. آنها معتقدند که فرد باید قبل از مرگ به همه گناهان خود اعتراف کند تا بتواند راه خود را به بهشت الهی بگشاید. اما خودکشی، انجام چنین اعترافی را از فرد سلب می‌کند و بنابراین، در گروه گناهان کبیره قلمداد می‌شود.
این قانون درباره قتل و سقط جنین هم وجود دارد. از همین رو، تا سال‌های طولانی افرادی که خودکشی می‌کردند، در زمین‌های مقدس کلیسا دفن نمی‌شدند. البته این برخورد اکنون تا اندازه بسیار زیادی ممنوع شده است و در مراسم مذهبی که برای افراد خودکشی کرده اجرا می‌شود، برای روح آنها طلب آمرزش و برای بازماندگانشان تسلی‌خاطر از خدا می‌خواهند. مطالعات نشان می‌دهد که مسیحیان کاتولیک از میزان خودکشی پایین‌تری نسبت به مسیحیان پروتستان برخوردارند.
همچنین، برای بیان میزان خودکشی در کشوری برای ذکر میزان خودکشی در کشوری که درصد قابل توجهی از جمعیت آن را کاتولیک‌ها تشکیل می‌دهند، می‌توان به کشور ایتالیا اشاره کرد. آمارها نشان می‌دهد که ۸۱درصد جمعیت ایتالیا را کاتولیک‌ها تشکیل می‌دهند و در سال ۲۰۱۲میلادی، میزان خودکشی در کشور ایتالیا برابر با ۴/۷نفر در ۱۰۰هزار نفر بوده است. در همان سال، این میزان در زنان ایتالیایی برابر با ۱/۹ و در مردان این کشور برابر با ۷/۶ در ۱۰۰هزار نفر بوده است.
همچنین، برای بیان میزان خودکشی در کشوری که نسبت بالای جمعیت آن را پروتستان‌ها تشکیل می‌دهند، می‌توان کشور آلمان را مورد توجه قرار داد. آمارها نشان می‌دهد که در حدود دوسوم جمعیت آلمان را پروتستان‌ها تشکیل می‌دهند و در سال ۲۰۱۲ میلادی، میزان خودکشی در کشور آلمان برابر با ۹/۲نفر در ۱۰۰هزار نفر بوده است. در همان سال، این میزان در زنان آلمانی برابر با ۴/۱ و در مردان برابر با ۱۴/۵ در ۱۰۰هزار نفر بوده است.

اسلام

خودکشی در احکام دین اسلام

مطالعات گوناگونی که تاکنون پیرامون خودکشی در اغلب کشورهای اسلامی به عمل آمده، مبین پایین‌بودن میزان خودکشی در این کشورها در مقایسه با سایر کشورهاست. به‌نظر می‌رسد که دین مبین اسلام با برگزیدن ۲راهکار مستقیم و غیرمستقیم، جامع‌ترین برخورد را در میان سایر ادیان برای کاهش خودکشی اتخاذ کرده است. در راهکار مستقیم، دین اسلام به تحریم علنی خودکشی در بخشی از آیه مبارکه شماره ۲۹ سوره نورانی نساء پرداخته است: ... و لا تقتلوا انفسکم ان‌الله کان بکم رحیما؛ «... و خودتان را نکشید، چراکه خداوند با شما مهربان است.» در راهکار غیرمستقیم نیز دین اسلام به برخورد صحیح با مشکلاتی نظیر فقر، بیماری‌های روانی، اعتیاد به الکل و موادمخدر، تنهایی و انزوای اجتماعی که باعث افزایش میزان خودکشی می‌شوند، پرداخته است.