



تغییرپذیری افکار خودکشی

بسیاری از مطالعاتی که در زمینه اقدام به خودکشی انجام شده‌اند، سعی در شناسایی عوامل خطر خودکشی داشته‌اند، حال آنکه به پارامترهای مربوط به افکار خودکشی مثل قوت، مدت وجود و تغییرپذیری این افکار تا حد زیادی بی‌توجهی شده است. جویسر^۱ و راد^۲ همبستگی مشخصی را بین قوت افکار خودکشی (به عنوان شدت وجود نشانه‌های خودکشی) و عوامل خطر شرح دادند. آنها دریافتند که قوت این افکار با تاریخچه اقدام به خودکشی در گذشته و تلاش برای خودکشی یا اقدام به خودکشی در آینده همبستگی دارد. آنان همچنین نشان دادند که طول مدت وجود این افکار نیز با تلاش برای خودکشی رابطه دارد؛ یعنی طول مدت یک بحران خودکشی به‌طور قابل ملاحظه‌ای برای افرادی که چندبار اقدام به خودکشی کرده بودند، طولانی‌تر بود. تغییرپذیری افکار خودکشی، نه تنها هر دو پارامتر قوت و مدت افکار را دربرمی‌گیرد بلکه شامل بی‌ثباتی خلقی نیز می‌باشد. بی‌ثباتی خلقی نتیجه حس فقدان کنترل بر زندگی است که این حس مستقیماً با افکار مرگ و برنامه‌ریزی خودکشی همبستگی دارد.

در واقع شواهدی وجود دارند که نشانگر آن هستند که افرادی که از نظر خلقی بی‌ثبات^۳ هستند از خودکشی به عنوان وسیله‌ای برای کنترل احساسات متغیرشان استفاده می‌کنند.

بر این اساس مطالعه دیگری توسط جویسر و همکاران ترتیب داده شد که در آن به بررسی سه پارامتر فوق و رابطه آنها با اقدام به خودکشی و جنسیت با تمرکز بر تفاوت‌های جنسیتی برجسته پرداختند. آنها تعدادی از دانشجویان رشته روانشناسی را توسط غربالگری از طریق BSS^۴ (که مقیاسی ۲۰ قسمتی و خود ارزیابی کننده است و وجود تمایلات خودکشی را ارزیابی می‌کند) و SPS^۵ (که مقیاس خود ارزیابی کننده ۳۶ قسمتی است و عقاید و رفتارهای مرتبط با خطر خودکشی را می‌سنجد)، انتخاب کردند. افراد برای شرکت در این مطالعه، پاداش نیز دریافت می‌کردند. این مطالعه در دو مرحله انجام شد، اول همگی افرادی که معیارهای غربالگری را داشتند، بدون توجه به اقدام قبلی خودکشی انتخاب شدند و در مرحله بعدی مشارکت کنندگان آنهایی بودند که سابقه یک یا چند مرتبه اقدام به خودکشی داشتند که توسط مصاحبه بالینی نیز اثبات شده بود. نهایتاً ۱۰۸

نفر از این افراد وارد تحلیل نهایی شدند. مشارکت کنندگان، این پرسشنامه‌ها را برای مدت ۶ هفته، روزانه و ترجیحاً در یک زمان از روز تکمیل می‌کردند. نتیجه این شد که تغییرپذیری زیاد افکار به طور معنی داری تنها پیشگویی کننده اقدام قبلی به خودکشی بود. به علاوه، تغییرپذیری در افکار خودکشی در پیشگویی وجود اقدامات قبلی خودکشی در مردان با اهمیت تر بود.

شاید این یافته‌ها به علت آن باشد که پارامتر تغییرپذیری در برگیرنده هر دو پارامتر دیگر (شدت و مدت) به علاوه بی‌ثباتی خلق است. رابطه اقدام به خودکشی و تغییرپذیری افکار خودکشی در مردان مهم تر بنظر می‌رسد ولی نتایج به دست آمده تفاوت معنی داری را در این مورد بین دو جنس نشان ندادند.

با این حال می‌توان گفت که قوی‌ترین عامل پیشگویی کننده اقدامات آتی خودکشی همان تغییرپذیری افکار خودکشی می‌باشد و ارتباط آن با جنسیت مرد، مطرح کننده آن است که سطوح متغیر افکار خودکشی، اقدام آتی به خودکشی را پیشگویی می‌کند.

1- Joiner 2 - Rudd
3- affective lability 4 - Beck Suicide Scale
5- Suicide Probability Scale

Witte, T.K., Fitzpatrick, K.K., Joiner, T.E., & Schmidt, N.B. (2005). Variability in suicidal ideation: A better predictor of suicide attempts than intensity or duration of ideation? *Journal of Affective Disorders*, 88, 131-136.

ترجمه و تلخیص: دکتر ماندانا صادقی