

## پیشگیری از خودزنی و خودکشی

احمد نیکنام\_ کارشناس حقوق قضایی

### عوامل اصلی

خودکشی از جمله ناهنجاری‌های اجتماعی است که با شهرنشینی رابطه مخصوصی دارد. خودکشی بیش از همه ناشی از پیچیدگی زندگی، سردی و بی‌مهری محیط شهری است. تزلزل عقاید و ایمان مردم نسبت به خدا و مذهب از یک سو و مشکلات زندگی صنعتی از سوی دیگر، فشردگی جمعیت، عدم تجانس افراد با هم، احساس غربت و تنهایی ناشی از آن، کوچک‌تر شدن ابعاد خانواده‌ها و کاهش محبت خانوادگی، رها شدن فرد به سوی سرنوشت خود، چشم و هم‌چشمی و رقابت‌ها، آروزهای دور و دراز زندگی مادی، خواستن‌ها و نتوانستن‌ها، سرگشتگی در میان ارزش‌های متضاد، بی‌همتی در برابر دشواری‌ها، شکست‌ها و نومیدی‌ها، محرومیت در عشق، فقر مادی، ضعف یا بیماری شخصیت از جمله عواملی هستند که زمینه خودکشی را توسعه می‌بخشد.

"اوتر" یکی از روان‌شناسان سوئدی، با توجه به بررسی سابقه روحی ۵۸۱ نوجوان سوئدی که اقدام به خودکشی کرده‌اند به این نتیجه رسیده است که غالباً آن‌ها سه ماه قبل از خودکشی دچار علائم افسردگی، بی‌میلی به کار، اضطراب، بی‌اشتهایی، کم‌شدن وزن و بی‌خوابی بوده‌اند. باید با مشاهده این عوارض روانی که غالباً بدون بیماری جسمی است، به درمان سریع شخص پرداخت.

بسیاری از آنان که خودکشی می‌کنند، افرادی سربه‌زیر، مظلوم، مهربان و علاقه‌مند به اجتماع هستند و هیچ‌گاه حاضر نیستند نسبت به دیگران ناراحتی ایجاد کنند. در عین حال آن‌قدر روحشان ضعیف است که خودشان را یک انسان حساب نمی‌کنند و به فکر نابودی خود می‌افتند.

بسیاری از حالت‌های روانی، ریشه در استرس دارد و یکی از موارد استرس، استرس محیط کاری است. براساس آمار مؤسسه اروپایی بهداشت و امنیت در محیط کار، یک سوم از کارکنان پانزده کشور عضو اتحادیه‌ی اروپا به اضطراب و استرس محیط کار دچارند و بیش از ۴۱ میلیون نفر در اروپا به استرس محیط کار دچارند و تعداد کارکنان مضطرب اروپایی روبه‌افزایش است. اما تنها در سوئد، استرس، بیماری وابسته به شغل دانسته شده است. بنابراین گزارش، دانمارک تنها کشوری است که بیماری‌های روحی را از سال ۱۹۷۵ در مباحث قوانین مربوط به امنیت و بهداشت در محیط کار، گنجانده است. براساس تحقیق کنفدراسیون کارکنان فرانسه، سه چهارم کارکنان این کشور به استرس و اضطراب دچارند و اضطراب آنان به حدی عمیق است که مشکلات جسمانی نیز در پی خواهد داشت. براساس این تحقیق ۶۸ درصد از کارکنان فرانسه در یک سال گذشته از ناراحتی جسمانی شکایت داشته‌اند.

### عوارض روانی

کسانی که به افسردگی شدید دچارند، بیش از بیماران دیگر خودکشی می‌کنند. بعد از افسردگی، اعتیاد به الکل است که بیش از همه قربانی می‌دهد. از این‌ها گذشته در هر بیماری عمیق روانی که افسردگی، انزوا و دل‌مردگی علامت آن باشد، خطر خودکشی وجود دارد. همچنین کسانی که به شرارت معروفند و روابط آنان با افراد دیگر دچار اختلال است و یا دچار انواع و اقسام انحرافات و بدرفتاری‌ها نظیر دزدی، آدمکشی، تجاهر به فسق و چاقو کشی و یا این قبیل هستند، ممکن است خودشان را بکشند. بعضی از دانشمندان معتقدند که آدمکشانی که خودشان را می‌کشند در واقع افراد پرخاشگری هستند که پرخاشگری آنان گاهی متوجه افراد دیگر و زمانی نیز متوجه وجود خود آن‌ها می‌گردد، کافی‌ست حسادت آن‌ها تحریک شود و یا کینه کسی را به دل بگیرند تا اقدام به خودکشی یا آدمکشی بکنند. گاه نیز ممکن است که شخص ورشکسته و یا کسی که عزیزی را از دست داده به‌طور ناگهانی آنچنان دچار دلهره و ترس شود که خودکشی کند.

### جوانان و خودکشی (علت روانی و اجتماعی)

آنچه که شخص در برخورد با نسل نوجوان معاصر مشاهده می‌کند، این است که اکثریت نوجوانان ایده آلی و آرمانی فکر می‌کنند، اما آن‌ها همچنین گرایشی نیز به سمت واقع‌گرایی دارند، لذا آرمان‌ها و مقاصد آن‌ها شدیداً رئالیستی و واقع‌بینانه است و تنها به هنگام کنش‌های حاد و بحرانی است که اعتراضات عاطفی آن‌ها ظاهر می‌شود. خودکشی در جوانان برخلاف آنچه شایع است چندان هم کمیاب و نادر نیست. طبق تحقیقات "کونل" تعداد خودکشی در سنین ۱۰ و ۱۴ زیاد می‌شود، تا اینکه در دوره نوجوانی، به حداکثر خود می‌رسد. دختران بیش از پسران اقدام به خودکشی می‌کنند و بعضی از جوانان دچار یک قسم افسردگی می‌گردند که نه افراد خانواده و نه پزشکان متوجه آن نمی‌شوند. علت روانی و اجتماعی دیگر جوانان، ممکن است از هم‌پاشیدن خانواده، طلاق، غیبت مستمر پدر، بیماری مادر و یا ناتوانی در حفظ نمرات خوب و فشار پدر و مادر برای به‌دست آوردن نمرات عالی باشد. بعضی از جوانان ممکن است به سبب این احساس که دیگر پدر و مادر به آن‌ها علاقه‌ای ندارند و یا اینکه مشکلات زندگی آن‌قدر بزرگ هستند که نمی‌شود آن‌ها را حل و فصل کرد و برای فرار از این مشکلات بهترین راه، مرگ و نابودی است و یا به سبب جلب توجه دیگران و یا برای انتقام گرفتن از اطرافیان و عزادار کردن آنان و یا برای فرار از احساس گناه، اقدام به خودکشی کنند. این است که خانواده‌ها و مربیان و پزشکان باید متوجه این نکات باشند و پس از درک خواست‌ها و آرزوهای توانایی‌های جوانانی که اقدام به خودکشی کرده‌اند، آن‌ها را مداوا و معالجه کنند.

### رعایت نکاتی به منظور کاستن از مشکلات اجتماعی جوانان:

۱- به نوجوانان و جوانان باید آموخت که عواملی در اجتماع وجود دارند که همیشه آن‌ها را تهدید می‌کنند مانند: رقابت‌ها، تبعیض‌ها، شکست‌ها، محرومیت‌ها، حسادت‌ها، بدنامی‌ها، دروغ‌ها و سیاست بازی‌ها.

۲- کمک به برنامه ریزی صحیح برای اوقات فراغت و تقسیم بندی اوقات فراغت جهت درس، تفریح و سرگرمی، ورزش و هنر، مطالعه کتاب‌های مفید و مباحثه با اشخاص مطلع و صالح، شرکت در اجتماعات مذهبی، ترتیب دادن گردش‌های علمی، نوشتن خاطرات روزانه.

۳- برچیدن مظاهر و مراکز فساد و از دسترس خارج نمودن مواد مخدر، مجلات و فیلم های مبتذل، مشروبات الکلی، وسایل قمار.

۴- ایجاد تفریح‌گاه‌های مناسب، کتابخانه‌ها، باشگاه‌های ورزشی، نمایشگاه‌های علمی و هنری، برقراری گردش‌های مسافرتی \_ علمی \_ تحقیقی و تفریحی و ایجاد انجمن‌های فرهنگی \_ مذهبی \_ اجتماعی و ورزشی که از خیابان گردی، هرزگی، فساد و پوچ‌گرایی جوانان می‌کاهد.

۵- ایجاد مراکز مشاوره در همه نقاط کشور و استفاده از افراد مسؤول، متعهد، تحصیل کرده، خوش فکر و صالح، برای پاسخ‌گویی به چون و چراهای آن‌ها.

### **فشار روانی (استرس)**

فشار روانی چیست؟

گرچه ما اغلب فشار روانی را دارای منشا خارجی می‌دانیم، اما خود حوادث فشارزا نیستند؛ بلکه، شیوه نگرش و تعبیر و تفسیر و واکنش ما، آن‌ها را فشارزا می‌کند.

### **نشانه‌های فشار روانی**

نشانه‌هایی وجود دارند که لازم است به هنگام تحت فشار قرار گرفتن به آن‌ها توجه کنید. این نشانه‌ها در چهار طبقه می‌گنجند: احساسات، افکار، رفتار و نشانه‌های جسمانی. به هنگام تحت فشار قرار گرفتن، یکی یا چند از نشانه‌های زیر را می‌توان تجربه کرد.

#### **الف - احساسات**

- احساس اضطراب

- تحریک پذیر شدن

- احساس هراس

- نوسان خلقی

#### **ب - افکار**

- احساس ارزشمندی پایین

- ناتوانی در تمرکز

- نگرانی در مورد آینده

- ترس از شکست
- خجالت زدگی
- اشتغال ذهنی با افکار و تکالیف

### ج - رفتار

- لکنت و سایر مشکلات گفتاری
- تکانشگری
- خندیدن با صدای بلند و حالت عصبی صدا
- افزایش مصرف سیگار
- افزایش شانس
- گریه بدون دلیل آشکار
- از جا پریدن
- ساییدن دندان به روی هم
- افزایش مصرفی الکل و سایر داروها
- از دست دادن اشتها یا پرخوری کردن

### د - جسمانی

- تعریق، دست‌های مرطوب
- لرز
- خشکی گلو و دهان
- تکرر ادرار
- عدم هضم غذا، استفراغ
- سردردها
- دردگردن یا پشت
- آسیب پذیری به بیماری
- افزایش ضربان قلب
- تیک های عصبی
- مشکلات خواب
- فقدان اشتها یا پرخوری افراطی

## علل فشار روانی

هم حوادث مثبت و هم منفی زندگی می‌توانند فشارزا باشند. به هر حال برای اغلب مردم، تغییرات عمده‌ی زندگی، عامل اصلی فشار است. این حوادث الزام بیشتری را بر منابع مقابله‌ای فرد تحمیل می‌کند. تغییرات اصلی زندگی که می‌تواند فشارزا باشد:

- نقل مکان جغرافیایی
- انتقال به دانشگاهی جدید
- بارداری
- سبک جدید زندگی
- مرگ شخص مورد علاقه
- ورود به دانشگاه
- ازدواج
- اشتغال جدید
- طلاق
- اخراج از شغل
- فشار زمان (کمبود وقت)
- مشکلات مالی
- ناکامی‌ها
- رقابت
- سر و صدا

## چگونه فشار روانی را می‌توان کاهش داد؟

بسیاری از فشارهای روانی را می‌توان تغییر داد، خاموش کرد و یا به حداقل رساند. روش‌هایی که می‌توانید برای

کاهش فشار روانی مورد استفاده قرار دهید عبارتند از:

- از واکنش‌های خود نسبت به فشار، آگاهی کسب کنید.
- خودگویی‌های مثبت خود را افزایش دهید.
- بر توانایی‌ها و تکالیف کامل شده خود، تمرکز کنید.
- از رقابت غیر ضروری بپرهیزید.
- رفتارهای جرأت‌مندانه خود را افزایش دهید.

- محدودیت های خود را شناخته و بپذیرید.
- \_ به خاطر داشته باشید که هر کسی منحصر به فرد و با دیگران متفاوت است.
- سرگرمی هایی برای خودتان در نظر بگیرید.
- \_ حالت آرامش خود را حفظ کرده و شوخ طبع باشید.
- به طور منظم ورزش کنید.
- از غذاهای متعادل به صورت روزانه استفاده کنید.
- درباره‌ی نگرانی ها و مشکلات خود با دوستانی که مورد اعتمادتان هستند، صحبت کنید.
- وقت خود را به صورت خردمندانه مورد استفاده قرار دهید.
- چگونگی برنامه ریزی وقت خود را ارزیابی کنید.
- برای آینده طرح داشته باشید و از ظفره روی و به تعویق انداختن آن خودداری کنید.
- برنامه کاری هفتگی داشته و سعی کنید به آن عمل کنید.
- اهداف واقع گرایانه انتخاب کنید.
- الویت های کاری خود را بشناسید.
- مطالعه را به صورت کوتاه شروع نماید و سپس زمان مطالعه را به تدریج افزایش دهید.
- فراغت های کوتاه و مکرر برای خود در نظر بگیرید.
- از روش های آرامش بخش استفاده کنید؛ به عنوان مثال به هنگام احساس تنش برای چند دقیقه دم و بازدم آرام و عمیق را تمرین کنید.

### بهداشت روانی

- به این نکات توجه کنید تا هیچ گاه به مرض روانی دچار نشوید.
- خود را بشناسید، موقعیت و شرایط خویش را ارزیابی نمایید و در همان حدود از خودتان توقع داشته باشید.
- به خاطر داشته باشید مردم هم در همان حدود از شما توقع دارند. امام علی (ع) می فرماید: «مرده باد، شخصی که ارزش خود را درک نکرده باشد: هلك امر ولم يعرف قدره»
- به هنگام احساس نقص، در زندگی، محل کار و دوستان خود، تحولی ایجاد کنید و با دوستان جدیدی و با زندگی تغییر یافته‌ای، خود را مواجه کنید تا در اثر ناراحتی که از این طریق متوجه خود ساخته‌اید، مشکلات احساسات نقص را از یاد ببرید.
- فردی مثبت و امیدوار باشید. در هر حادثه جنبه های مثبت و منفی را به طور یکسان بررسی کنید. نفع و ضرر هر کاری را با هم بسنجید. هر گاه فقط به جنبه های ضرر و منفی توجه داشته باشید زیان خواهید کرد.

- با تصمیم قاطع از شکست‌ها تجربه بیاموزید. علت شکست خود را بررسی کنید تا آن خطایی را که سبب شکست شما شد، با خطاهای دیگری که ممکن است سبب شکست شما شود، مرتکب نشوید. به‌طور حتم پیروز خواهید شد و به یاد داشته باشید که آینده مثل گذشته نیست.

- خودکشی دلیل ضعف، ناتوانی و ترس است، سعی کنید نام شما با ترس و ضعف در نظر دیگران منعکس نگردد که عوارض آن زیادتر خواهد بود. همیشه به فکر قدرت‌نمایی، شجاعت و پیروزی بر مشکلات باشید و در مسابقه‌ی زندگی سعی کنید نبالازید. یک ضرب‌المثل آلمانی می‌گوید: «ترسو خودکشی می‌کند و شجاع زندگی».

- توانایی‌ها و محدودیت‌های خود را بشناسید. یکی از اصول مهم بهداشت روانی، خودشناسی است. هر یک از افراد آدمی دارای امکانات، توانایی‌ها و محدودیت‌هایی است. کسانی که از قوت‌ها و ضعف‌های خود آگاهی دارند و با واقعیت‌های مربوط به خود و محیط خویش بیشتر آشنا هستند، کمتر گرفتار کجروی و انحراف می‌شوند.

- ظرفیت روانی خویش را وسعت دهید. انسان بر حسب ظرفیت روانی خویش با مسایل زندگی رو به رو می‌شود. هر قدر ظرفیت روانی افزایش یابد، قدرت مقابله با مشکلات بیشتر می‌شود.

- احساسات خود را بپذیرید. معمولاً هیجان‌های شدید، اضطراب ایجاد می‌کنند. خشم، ترس، اندوه، احساس دست نیافتن به هدف‌ها، همگی هیجان‌های ناخوشایندی هستند که ممکن است بخواهیم با انکار آن‌ها از اضطراب در امان باشیم و یا سعی کنیم برخوردی عاری از هیجان داشته باشیم؛ ولی باید بدانیم در بسیاری از موقعیت‌ها، بروز هیجان، یک واکنش طبیعی تلقی می‌شود.

- نقاط آسیب‌پذیری (ضعف) خود را بشناسید. شناخت موقعیت‌هایی که شما را ناراحت می‌کند، می‌تواند شما را در برابر فشار روانی محافظت کند.

- استعداد و رغبت‌های خود را پرورش دهید. معمولاً افراد کم‌حوصله و ناخشنود، رغبت‌های محدودی دارند و کاهش فعالیت‌های لذت‌بخش، سرانجام به افسردگی منجر می‌شود. بنابراین افراد در هر سن و سالی باید فرصت‌ها را غنیمت‌شمارند و از آن‌ها حداکثر استفاده را بنمایند. استعدادها و رغبت‌های خود را در زمینه‌های مختلف از ورزشی و مهارت‌های جسمانی گرفته تا علایق تحصیلی، خواندن کتاب‌های مختلف، حفظ آیات و احادیث، کارهای دستی و هنری و انواع مشاغل پرورش دهند.

- با الگوهای برتر همانند سازی کنید. همانند سازی با الگوهای برتر موجب می‌شود هر یک از افراد جامعه سعی نمایند که بهترین فرد باشند و در نتیجه جامعه هم در راه بهتر شدن، گام بر می‌دارد و از رکود و احساس پوچی و افسردگی بر حذر می‌ماند. خداوند در قرآن مجید، الگوهای نمونه‌ای چون پیامبر الهی را به جوامع

بشری ارائه نموده و از پیروان خود می‌خواهد که آنان را سرمشق خود قرار دهند و از ایشان پیروی نمایند و می‌فرماید: «منظور از ذکر شرح حال آن‌ها، تقویت نیروهای فکری و آمادگی بیشتر برای زندگی و تفکر در حال اقوام گذشته و عبرت گرفتن است.»

- با دیگران روابط صمیمانه برقرار کنید. ریشه اصلی بیشتر مشکلات عاطفی، احساس انزوا و تنهایی است. هر گاه بیشتر توجه خود را به مشکلات خود معطوف کنید، ممکن است گرفتار یک دل مشغولی ناسالم درباره‌ی خود شوید، در مواقعی که با مشکلی رو به رو می‌شوید از راه در میان نهادن نگرانی‌های خود با دیگران می‌توانید بر مشکلات خود غلبه کنید. از طرف دیگر علاقه و توجه به مشکلات دیگران و سعی در بر طرف نمودن آن می‌تواند بر احساس ارزشمندی شما بیفزاید.

- به مواقع از دیگران کمک بخواهید. برخی از مشکلات را به تنهایی نمی‌توان حل کرد. میل به کمک خواستن از دیگران، خود حاکی از پختگی عاطفی است نه نشانه ضعف. نباید دست روی دست گذاشت تا احساس درماندگی پدید آید.

### عملیات جلوگیری از خودزنی و خودکشی

برای اینکه مسأله عملیات روشن گردد، شایسته است که سه مرحله در جلوگیری از خودکشی تشخیص داده شود:

الف - مرحله‌ی قبل از بحران و اقدام

ب - مرحله‌ی بحران خودکشی

ج - مرحله‌ی پس از بحران

از همین جاست که سه اصطلاح زیر، در خودکشی شناسی بسیار مورد استفاده قرار می‌گیرد:

- جلوگیری پیش از وقوع

- دخالت در حال وقوع

- جلوگیری پس از وقوع

۱- **جلوگیری ابتدایی پیش از وقوع:** این مرحله بهترین مرحله جلوگیری است، زیرا عبارت است از جلوگیری هر نوع اندیشه و اوهام مربوط به مرگ یا خودکشی. این مرحله اساس علمی جلوگیری از خودکشی است. و امری است تحقیق پذیر. این جلوگیری کار پزشکی و جامعه است. در این مرحله است که مراجعه به یک مرکز تخصصی مثل مرکز جلوگیری از خودکشی یا سازمانی نوع‌دوستانه، می‌تواند برای خانواده یا فرد مفید باشد. جلوگیری واقعی آنست که مثبت باشد. آنچه علاوه بر مداوای علت بیماری اثر مثبت دارد، نظم و ترتیب دادن به وضع زندگی بیمار است. مثل، تنظیم اوقات فراغت، مشغولیت با کارهای دستی، روان‌درمانی و غیره.

۲- **دخالت در حال وقوع:** مسأله بحران خودکشی و مداوای آن مستلزم دخالت فوری همراه با روانپزشکی و بستری کردن در بیمارستان و تجهیز کلیه وسایل لازم برای محیط روانی بیمار است. در این گونه موارد بستری کردن در بیمارستان ضروری است. مدت آن ممکن است کوتاه و تنها به منظور معاینه باشد و یا طولانی، در صورتی که مداوای خاصی لازم باشد.

۳- **جلوگیری پس از وقوع:** مربوط به بهداشت روانی می باشد که تداوم معالجات روانپزشکی را در بر می گیرد. فردی که بهنگام اقدام خودکشی در بیمارستان بستری می شود مستلزم مراقبت و کار زیاد در بیمارستان است و احتیاج به گروهی هم آهنگ و همه کاره و متحد دارد. بیشتر اوقات مسأله فقط روانی یا عصبی - روانی نیست بلکه خانوادگی و اجتماعی است. برای تضمین عدم تکرار نیز بررسی و مطالعه محیط زندگی بیمار تجویز مداوای بعدی لازم و ضروری است.

### **جنبه حقوقی و کیفری در قوانین نظامی**

به موازات جنبه حقوقی و کیفری در رابطه با موضوع خودکشی در بین نظامیان، می توان اظهار داشت که روی دادها در این زمینه از تنوعی عظیم برخوردارند. این مسأله به خصوص در میان جوانانی که به خدمت فرا خوانده شده اند و حرکاتی نظیر اقدام به خودکشی از خود نشان می دهند، صحت دارد. رفتار این جوانان با توجه به نحوه زندگیشان در محیط نظامی توجیه می گردد. با این همه از بررسی این مسأله چند نکته برجسته به دست می آید. عمل خودکشانه عموماً بی ضرر، ناگهانی و غیر اختیاری است، خواه در شروع خدمت نظام و خواه در خلال آن صورت گیرد.

در شرح حال این افراد، اختلالاتی در روابطشان با دیگران در دو زمینه دیده می شود: اول در محیط خانواده، دوم در محیط اجتماعی.

در چارچوب قوانین نظامی فرانسه آمده است: «هر مشمول خدمت نظام وظیفه که به قصد فرار از انجام وظایف مقرر از سوی قانون، خود را به طور موقت یا به طور دائم ناقص کند، در زمان صلح به حبس از ۱ تا ۵ سال محکومیت از حقوق مدنی و سیاسی محکوم می شود. و در زمان جنگ مجازات عمل خودکشی محکومیت به حبس ابد با اعمال شاقه خواهد بود.» و در جای دیگر آمده است «هر فرد نظامی در صورتی که با حضور دشمن... شروع به ارتکاب جنحه ای کند (فرضاً اقدام به خودکشی) مجازاتش معادل خود جنحه و محکومیت به اعدام و از دست دادن درجات نظامی خواهد بود.»

در حقوق آنگلوساکسون در کشور انگلستان تا سال ۱۹۶۱، خودکشی جرم بود ولی از سال ۱۹۶۱ قانونی که به موجب آن خودکشی جرم تلقی می شد، منسوخ گردید. البته قانون سابق انگلستان نیز کاملاً اجرا نمی شد و محکومیت مانع به دلیل خودکشی به ندرت روی می داد ولی به هر حال با ایجاد ترس از مجازات مانع ارتباط با

پزشک به منظور مداوا می‌گردید. در قوانین ایالات متحده آمریکا با اینکه قسمت اعظم آن از قوانین انگلستان مشتق شده، هرگز خودکشی را جرم ندانسته است. اما تحریک و تشویق به خودکشی و کمک به اجرای آن را جرم تلقی می‌کنند.

در قوانین سوئیس، ایتالیا و هلند بیشتر بر قصد و نیت تحریک کننده به خودکشی تأکید شده و وجود قصد و نیت را شرط لازم و کافی برای مجازات دانسته‌اند. در قوانین نروژ، دانمارک و ایسلند، فقط کمک و یاری مادی و عملی به خودکشی مورد توجه است و تحریک و تشویق جرم دانسته نشده است. زیرا تحریک و تشویق امری فکری و روحی تلقی می‌گردد که بر روحيات فردی که خودکشی می‌کند اثر می‌گذارد.

در قانون کشورمان طبق ماده (۳۳) قانون جرایم و مجازات نیروهای مسلح، آمده است « هر نظامی که برای فراز از کار یا انجام وظیفه یا تهدید فرمانده یا رئیس یا هر مافوق دیگر عمداً به خود صدمه وارد آورد یا بطور مکرر به عدم توانایی جسمی یا روحی متعذر شود و بنا به گواهی پزشک نظامی تمارض او ثابت گردد یا در انجام خدمت بی‌علاقه باشد، این بی‌علاقگی و سهل انگاری عملاً در موارد متعدد ظاهر شده باشد، به حبس محکوم خواهد شد.»

#### جبران خسارات ناشی از خودزنی و خودکشی

در قوانین فرانسه درباره بیمه چنین مقرر می‌دارد: «بیمه عمر در صورت فوت بیمه شده به علت مرگ ارادی هیچ اثر قانونی نیست. مع ذلک در صورت فقدان هر نوع قرارداد دیگر، بیمه‌گر باید به دارندگان حق قانونی، مبلغی معادل ذخیره شده بپردازد. هر بیمه‌نامه‌ای که واجد ماده‌ای مبنی بر تعهد بیمه‌گر به پرداخت مبلغ بیمه شده باشد، ولو در صورت خودکشی ارادی و آگاهانه شخص بیمه شده، اثر قانونی نخواهد داشت؛ مگر پس از سپری شدن دو سال از تاریخ انعقاد قرارداد بیمه. احراز دلیل خودکشی شخص بیمه شده با بیمه‌گر است و احراز دلیل خودکشی غیر ارادی و در حال بی‌خودی شخص بیمه شده، به عهده کسی است که قرارداد بیمه به سود او تنظیم شده است.»

خودکشی در پای کار و وقت کار، تحت عنوان حوادث ناشی از کار قرار نمی‌گیرد و عموماً آن را اشتباه و خطای عمدی متوفی به حساب می‌آورند و احراز دلیل خودکشی نیز به عهده بیمه‌های اجتماعی است. حال اگر شخصی بخواهد با این عمل خود را به قتل برساند تا وراثت او بتواند از مرگ او سود ببرد، خیالی باطل است و هیچ‌گونه خساراتی بابت مرگ در موارد مختلف بیمه‌ای به او تعلق نخواهد گرفت تا به ورثه او منتقل گردد.

مواردی که شخص، اکراه به قتل خویش می‌شود.

بسیار از اوقات ممکن است مورثی توسط وارثش یا توسط سایر اشخاص، اجبار به قتل خویش شود. بدین صورت که مکره او را در صورت سرپیچی از اقدام به قتل خود تهدید به مرگ نماید. آیا شخصی که بدین گونه به دست خویش خود را به قتل می‌رساند، قتل او قتل ارادی (خودکشی) است یا غیر ارادی؟

آن گونه که از سیاق انشای ماده (۲۱۱) قانون مجازات اسلامی بر می‌آید، حکم این ماده مربوط به اکراه کردن به قتل شخصی غیر از مکره است؛ زیرا که در قسمت اخیر ماده که جهت بیان مجازات قتل اکراهی است، قانونگذار به قابل قصاص بودن آن اشاره کرده است و روشن است که قصاص در مواردی که شخص بر اثر اکراه اقدام به قتل خویش می‌نماید، مصداق نخواهد داشت و از طرفی حرمت و ممنوعیت اقدام به قتل نفس که مطلق بوده، شامل هر نوع قتل ولو نسبت به خویشتن نیز است. لذا انجام قتل نسبت به خویشتن هر چند بر اثر اکراه باشد، هلاک نفس محسوب می‌شود؛ همان‌گونه که در سوره بقره آیه ۳۰ قرآن کریم آمده است: «خود را با دست خود به هلاکت نرسانید.» بنابراین شخص اکراه شده باید با استفاده از حق دفاع مشروع با اکراه کننده به مقابله بپردازد؛ ولی چنانچه دست به چنین کاری نزند و به قتل خویش اقدام کند، شخص اکراه کننده تنها سبب قتل شناخته می‌شود و چون مباشر قتل یعنی اکراه شونده اقوی از سبب است. شخص مباشر، قاتل خود شناخته می‌شود و مرگ او، مرگ ارادی می‌باشد.

#### نتیجه

وقتی صحبت از خودزنی و خودکشی می‌شود همه به این فکر می‌افتیم فردی که خودزنی کرده یا خودش را کشته است، حتماً آدمی ضعیف‌النفس بوده و یا شاید دیوانه‌ای بوده که حالت‌های روانی را در قالب یک بیماری روانی داشته است آیا واقعیت این است که ما فکر می‌کنیم یا اینکه باید تأمل و تعمق فکر انسانی خود را فراتر برده و علل آن را پیرامون فردی که اقدام به خودزنی یا خودکشی نموده، دید. عواملی چون فقر، بی‌سوادی، عدم تفاهم افراد خانواده، تبعیض و غیره. آیا با این توصیف باز هم می‌توان به‌طور اخص گفت که فرد خودکشی‌کننده صرفاً یک بیمار روانی است؟ یا به گفته دانشمندان اندیشه‌ای است متعارف برای فرد عادی که ارزش عاطفی و اخلاقی و معنایی درگیر با زندگی برای اورنگ باخته و بر همین اساس است که روانکاران آن را مشغله ذهنی بسیار مهم روزانه و عینی می‌دانند و بدون توجه به پاره‌ای ملاحظات شخصی را که اقدام به خودزنی یا خودکشی می‌نماید را بر مبنای موارد عینی درمانگاهی و با سعی در درک واقعیت خودزنی و خودکشی از خلال فرد خودزنی و خودکشی مورد بررسی قرار می‌دهند. لذا باید پیش از هر چیز این گونه افراد را مورد شناسایی قرار داد و متناسب با محیط زیستی، با انجام خدمات مشاوره‌ای زمینه‌های کاهش و پیش‌گیری را فراهم آورد و با ایجاد و تشکیل دوایر و مراکز مشاوره‌ای در سطح جامعه با به‌کار گرفتن افرادی متخصص و متعهد و در نظر گرفتن موارد زیر، از بروز هر گونه حوادث فردی، سازمانی و غیره پیش‌گیری نمود.

- آموزش قوانین و مقررات و آیین‌نامه انضباطی.
- آموزش و توجیه فرماندهان و مسئولین یگان‌های خدماتی و پادگانی و مربیان آموزشی.
- برخورد مناسب و قانونی با افراد خودزن.
- پر نمودن اوقات فراغت خصوصاً درمورد دانشجویان، دانش آموزان و افراد وظیفه با فراهم آوردن امکانات فرهنگی، ورزشی و تفریحی.
- کمک‌های مالی قابل توجه به افراد بی بضاعت خصوصاً افراد وظیفه.
- برگزاری کلاس‌های آموزشی به تناسب محیط‌هایی، دانشجویی، دانش آموزی و نظام وظیفه.
- در نظر گرفتن اعتبار مورد نیاز و یا افزایش آن (اعتبارات سلامت روانی برای هر ایرانی در سال فقط ۱۳ ریال و این اعتبار برای هر ایرانی معادل یک ریال در ۲۸/۵ روز است و این در صورتی است که یک پنجم از جمعیت کشور دارای کسالت روانی هستند)
- در اختیار گذاشتن یک خط تلفن با امکانات فنی جهت دریافت پیام افراد خود معرف.
- تقسیم کار افراد وظیفه به تناسب دانش علمی و وضعیت جسمانی و روحی آنان.
- در نظر گرفتن فعالیت برجسته افراد وظیفه و اعطاء مرخصی تشویقی به آنان، همچنین اهمیت و بها دادن به فعالیت روزانه آنان.
- وجود آسایشگاه مناسب جهت استراحت جسم و روان دانشجویان، دانش آموزان و افراد وظیفه.
- وجود تابلوی اعلانات جهت تسکین آلام روحی. در صورت فوت بستگان و ارتقاء روحیه آنان با تقدیر در زمینه‌ی فعالیت های برجسته روزانه، علمی، فرهنگی، ورزشی با نصب موارد کتبی در تابلوهای مشخص شده.

منابع:

- ۱\_ دانش، دکتر تاج زمان، مجرم کیست، جرم شناسی چیست، انتشارات کیهان.
- ۲\_ بندرچی، دکتر محمدرضا، موانع ارث در حقوق مدنی و فقه، انتشارات کیهان.
- ۳\_ خودکشی، گاهنامه ویژه بازرسی نداجا، شماره ۱۴.
- ۴\_ کیهان‌نیا، نوجوانان چه می‌گویند، نشر مادر.
- ۵\_ روزنامه اطلاعات، شماره ۲۲۶۳۳.
- ۶\_ زمانی، مصطفی، مبارزه با خودکشی، بنیاد فرهنگی اسلام.
- ۷\_ مهرین، مهرداد، خودکشی، انتشارات عطایی.
- ۸\_ روزنامه اطلاعات، شماره ۲۲۶۲۹، مرکز تحقیقات علوم رفتاری.
- ۹\_ ایرج پور، دکتر باقر، عقده های روانی، انتشارات آسیا.

۱۰\_ خدایاری فرد، محمد، مسایل نوجوانان و جوانان، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان جمهوری اسلامی ایران.  
۱۱\_ آندریواف، هنری جمیزاف، شورت جی، ترجمه جواد نظری، جامعه شناسی خودکشی، روزنامه همشهری  
شماره ۲۷۶۹.

۱۲\_ پیرمورون، ترجمه‌ی دکتر مازیار سهند، خودکشی، انتشارات رسام.