

جایگاه رسانه و شبکه‌های اجتماعی در پیشگیری از خودکشی



جمهوری اسلامی ایران
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



معاونت بهداشت



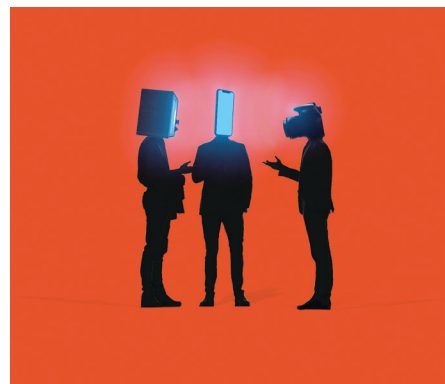
وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
دفتر سلامت روانی اجتماعی و اعتیاد



دانشگاه علوم پزشکی

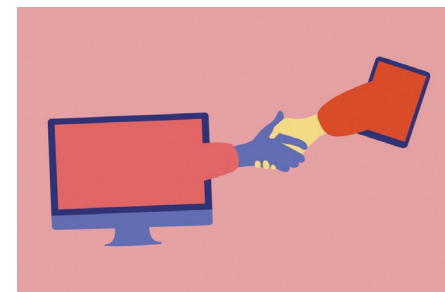
دانشگاه تهران، دانشکده روانشناسی

خودکشی شاید غم انگیزترین روش ختم زندگی یک فرد محسوب شود. افراد برای اقدام به خودکشی مردد هستند و مطمئن نیستند که می‌خواهند بمیرند. بنابراین، پرهیز از انعکاس بی دلیل اخبار خودکشی می‌تواند در پیشگیری از رفتارهای تقلید گرایانه خودکشی کمک کننده باشد. متخصصین و کارشناسان مرتبط در حوزه سلامت روان مد نظر داشته باشند، در هنگام انتشار اخبار خودکشی به تأسف انگیز بودن آسیب‌های جسمی وارده به فرد مانند آسیب مغزی، ناتوانی و معلولیت‌های حرکتی، و یا از دست دادن فرصت زندگی، اثرات منفی خودکشی بر خانواده و بازماندگان فرد، و همچنین راه‌حل‌های جایگزین برای حل مشکلات را بررسی و طرح نمایند.



آمارهای بین‌المللی نشان می‌دهند میزان خودکشی در جهان از سال ۲۰۰۷ دو برابر شده است، و این سؤال را مطرح می‌کند که "چه اتفاقی افتاده است؟" بین سال‌های ۲۰۰۷ و ۲۰۱۵، فناوری‌های نوین استفاده از شبکه‌های اجتماعی ظهور کرد.

گوگل پلاس، فیسبوک، اینستاگرام، اسنپ چت، وایبر چت، تلگرام و سایر برنامه‌های مرتبط با "رسانه‌های اجتماعی" به بخش بزرگی از زندگی به ویژه زندگی یک نوجوان تبدیل شدند. این ابزارها در واقع با ایده‌های مثبت ایجاد شده‌اند، اما متأسفانه باعث شده‌اند نوجوانان راحتتر در فضای مجازی گرفتار رفتارهای آسیب رسان شوند و همین طور وقتی در خانه خود و اتاق خود نشسته‌اند، پخش واضح و با تمام جزییات خودکشی در حقیقت نگاه کردن به کسی است که در حال صدمه زدن به خود هست، و این بخشی از مردم را از انجام این کار منصرف می‌کند، اما با تکنولوژی ما این امکان را کاملاً از بین بردهایم و این امر باعث می‌شود که افراد با یکدیگر بسیار ساده‌تر ناسازگاری و بدرفتاری نشان دهند.



امروزه رسانه‌ها با تامین طیف وسیعی از اطلاعات نقش مهمی در اجتماع بشری ایفا می‌کنند. رسانه‌ها می‌توانند تأثیری جدی بر نگرش، اعتقاد و رفتار مردم بگذارند و نقش حیاتی در عملکرد سیاسی، اقتصادی و اجتماعی جامعه داشته باشند.

بدین لحاظ است که رسانه با درج و انتشار صحیح اخبار می‌تواند در پیشگیری از خودکشی نقش موثری داشته باشد.

افراد برای اقدام به خودکشی مردد هستند و مطمئن نیستند که می‌خواهند بمیرند. یکی از عواملی که ممکن است افراد مستعد را به سمت خودکشی سوق دهد، انتشار نامناسب اخبار خودکشی در رسانه‌ها می‌باشد.

میزان بالای انتشار اخبار و تبلیغات مخرب و جهت دار در مورد خودکشی در رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی موجب بروز خودکشی تقلیدی در افراد دیگر به خصوص نوجوانان می‌شود.

انتشار نامناسب خبر خودکشی ممکن است این عقیده را که خودکشی روشی طبیعی برای حل مشکلات است را، گسترش دهد و همچنین انتشار مکرر و مداوم اخبار مرتبط با خودکشی اشتغال فکری در مورد خودکشی را به ویژه در نوجوانان و جوانان افزایش می‌دهد.

نکات مهمی که مردم باید در انتشار اخبار خودکشی در رسانه‌های اجتماعی مورد نظر داشته باشند.

۱. در گزارش‌های خبری یا تحلیلی در مورد خودکشی، چاپ هر نوع تصویری از افراد اقدام کننده به خودکشی، و هر نوع تصویری از روش یا صحنه اقدام به خودکشی غلط است و نباید صورت بگیرد.

۲- در گزارش‌های خبری مربوط به خودکشی، گزارش جزئیات روش خودکشی (اعلام محل اقدام به خودکشی مثل سقوط از ارتفاع، ...) غلط است و خطر اقدام به خودکشی را در افرادی که از این رسانه‌ها استفاده می‌کنند افزایش می‌دهد، لذا رسانه‌ها باید این اصل مهم را در اطلاع رسانی اخبار خودکشی رعایت نمایند.

نقش پیشگیرانه شبکه‌های اجتماعی:

سایت‌های اینترنتی و شبکه‌های اجتماعی که برای پیشگیری از خودکشی فعالیت می‌کنند می‌توانند تجربیات مشابهی را بین افراد همسان به اشتراک بگذارند و آگاهی عمومی را در این خصوص افزایش دهند.

(اجرای بسیج‌های ارتقاء آگاهی عمومی در مدارس، ادارات و محیط‌های کاری و بهره‌گیری از شبکه‌های اجتماعی در جهت ارتقاء سطح سواد سلامت روان و سواد رسانه نیز در جهت مصون سازی افراد از انتشار مطالب آسیب‌رسان در رسانه‌ها از راه کارهای مفید در این حوزه است. شواهد قوی به نقش مستقیم و غیرمستقیم فاکتورهای روانی-اجتماعی محیط کار بر شاخص‌های سلامت سازمانی و فردی اشاره دارند.

تأثیر رسانه‌های اجتماعی بر نوجوانان

رسانه‌های اجتماعی یکی از بزرگترین عوامل موثر در افسردگی در نوجوانان است. به نظر می‌رسد که این موضوع که "هدف از رسانه‌های اجتماعی این است که مردم را به هم نزدیک کند" طعنه‌ای بیش نیست و برعکس خود این مسئله می‌تواند تنها دلیل این باشد که شخص کاملاً احساس تنهایی کند.

فناوری عامل مهمی در زندگی نوجوانان است و اتفاقاً سهم بزرگی در افسردگی بچه‌ها دارد. منابعی در دسترس است که برای کمک به والدین و کودکان در زمینه چگونگی برخورد با فناوری در رابطه با کودکان کار می‌کند.