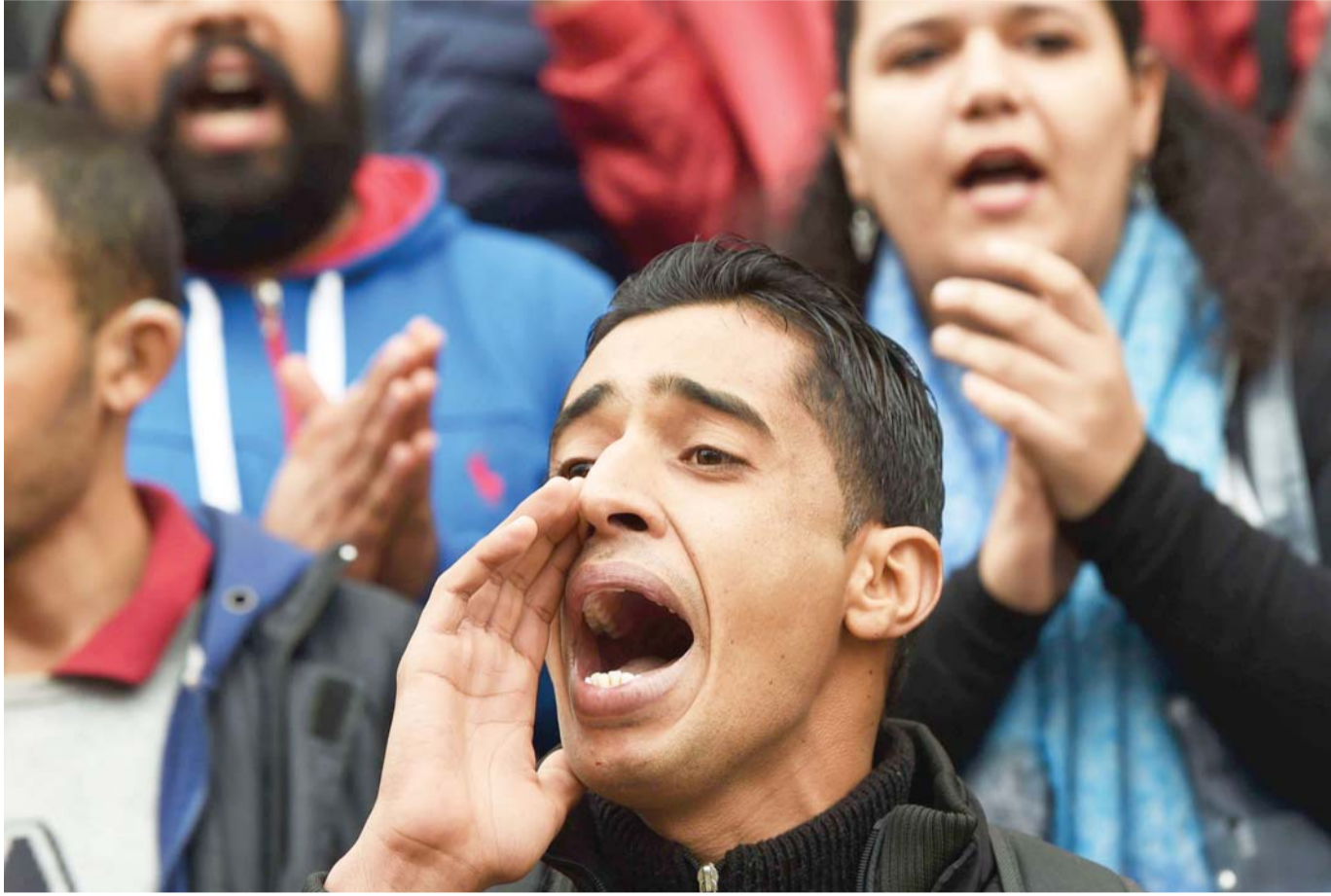


جيل الألفية يعاني الشيخوخة في سن مبكرة

شباب مهدد بأخطر الأمراض النفسية في ظل البطالة والفشل في تحقيق طموحاته



صرخات شبابية عاجزة وسط ضجيج الحياة

المحيطين بها ولم تعد ترغب حتى في التحدث والإفصاح عما تشعر به إلى أن باتت لا تحتمل وانفض من حولها الجميع إلى أن قاطعتها بدوري".

وأعتبر الطبيب الذي باشر حالة الفتاة أنها تعيش حالة متقدمة من الاكتئاب الحاد الذي قد يوصلها إلى عاقبة وخيمة، وفق رنا، التي تابعت أن صديقتها "باتت لا تحتمل، فهي دائماً حزينة ولا تهتم بأي شيء ولا تستطيع التمتع بوقتها مع عائلتها أو مع أصدقائها، وأحياناً تقول إنها تشعر بالذنب وإنها تعاني من اضطرابات في النوم وفقدان الشهية كما أن الإحساس بالتعب والقلق وضعف التركيز لا يفارقها. ومؤخراً، أصبحت ترفض حتى التواصل معي ومع كل

النفسية في العديد من المخاطر بدءاً بإيذاء الذات وصولاً إلى إيذاء الآخر. وبالرغم من الدلائل والقرائن التي عرضتها العديد من الدراسات مؤكدة أن العوامل والدوافع التي تتسبب في وقوع شباب اليوم ضحية للأمراض النفسية والعصبية الخطيرة، قوية ومتعددة ومتنوعة إلى درجة يصعب حصرها أو التصدي لها فإن الوعي بخطورتها في المجتمعات العربية ما زال ناقصاً، وهو ما يجعل الشباب يسقط في العديد من السلوكيات المتطرفة والعنيفة والمنحرفة أمام عجز محيطه الأسري والاجتماعي وكذلك الدولة على علاجه وانتشاله من واقع المرضي.

ويعتبر الباحث في علم الاجتماع طارق بالحاج محمد أن "جيلاً برمته يتكون اليوم من المراهقين والشباب يجد نفسه ضحية ظروف اقتصادية واجتماعية وسياسية هشة وخارج منظومات الدراسة والحماية والاقتصاد، جيل يواجه وحيداً الحياة بصعوباتها وتعقيداتها ويواجه المجتمع بكل قسوته وأمراضه، فليس من الغريب إذن أن يجد نفسه إما ضحية إحدى وضعيات التهديد أو أحد المتسببين فيها".

ويوضح بالحاج محمد لـ"العرب"، "الظروف الاستثنائية والاستقالة العائلية والاتفاق المستقبلية الغامضة كلها عوامل تجعل من شبابنا إما ضحية الانحراف والشذوذ أو ضحية الجريمة أو الإرهاب أو الأمراض النفسية الخطيرة. وضعية تعكس أزمة مجتمع وواقع مازوم لجيل يزرع تحت وطأة الإحساس بالضيق وسوء الاندماج والتهميش وغياب الأمل وضعف الإحساس بالانتماء والأهمية والرغبة الفردية والجماعية للهروب من مواجهة الواقع وصعوباته وتعقيداته".

ويصف المختص في علم الاجتماع الشباب بأنهم "أشخاص في مقتبل العمر ولكنهم يعانون من الألم والحزن والتوتر والتعاسة بشكل لا تقدر نحن الكهول على تحمله، فما بالنا بهم وهم فئة هشة على جميع المستويات، وحين لا يجدون منفذاً ينفجرون في وجه المجتمع".

وتتحدث رنا رحايمي (23 سنة) حاصلة على شهادة جامعية وعاطلة عن العمل عن تجربة عايشتها لأحدى صديقاتها كانت ضحية للاكتئاب إلى درجة أنها أصبحت اليوم وحيدة وانفض جميع الأصدقاء من حولها وتقول لـ"العرب"، "بعد أن أنهينا التعليم العالي أصبحت وصديقتي من بين الشباب العاطل عن العمل. أنا واصلت البحث عن عمل رغم صعوبة ذلك وأصبحت أتعاش مع الفشل في إيجاد فرصة مناسبة لي بينما صديقتي اعتكفت في البيت

في المجتمع، فهو يتكدس قلق الحاضر بما يحويه من أزمات سياسية واقتصادية تضيق عليه فرص العمل وتجعله فريسة للبطالة والعوز مما يضاعف لديه الإحساس بالهوان والاحتياج. ويتابع بين حمادي في حديثه لـ"العرب" أنه "لا يخفى علينا أن احتدام هذه المشاعر السلبية لدى الشباب خلق لديهم ما يسمى اليوم بأمراض العصر مثل الاكتئاب والتشنجات العصبية إضافة إلى الأمراض النفسية الجسمانية المتأخرة أساساً من حدة التوتر الناتج عن عدم القدرة على التوافق مع الواقع".

ويضيف المختص النفسي أن "قلق الشباب على المستقبل وعدم وضوح الرؤية يعتبران مصداً أكيداً للإصابة بهذه الأعراض باعتبار أن هذه الظروف كفقدان الأمن المالي وعدم القدرة على مواجهة ضغوطات الحياة ومتطلباتها من شأنها أن تضاعف من حدة الانفعالات المسؤولة أساساً على الأمراض النفسية، والتي كانت تصيب في ما مضى شريحة عمرية متقدمة في السن ولاعتبارات أخرى أشد انفجالية، أما وقد ارتفع منسوب الضغط والتوتر في مجتمعاتنا الحالية فإننا لم نعد نستغرب ظهور مثل هذه الأزمات النفسية لدى جيل المراهقين والشباب".

وتتفق فاطمة (48 سنة) مع المختص النفسي في أن الشباب من جيلها لم يكن يعاني من المتاعب والأزمات الصحية النفسية في سن مبكرة مثل شباب اليوم. وتوضح لـ"العرب" قائلة "يبدو أن جيل الشباب السابق لم يعرف نفس الضغوط والأحاسيس التي يعيشها شباب اليوم، فنحن عرفنا كيف نتعامل مع متاعب وتقلبات الحياة".

وترجع فاطمة الاختلاف بين جيلها وجيل اليوم إلى التربية معتبرة أن جيلها تربى على الصبر واستطاع أن يتجاوز التجارب الفاشلة إلى حافز للنجاح لكن شباب اليوم هم جيل العولمة المدلل والذي سهلت عليه التقنيات الحديثة والإنترنت ومواقع التواصل الاجتماعي الحصول على كل ما يريد حتى المخدرات وهي من أهم أسباب الحالات النفسية المضطربة التي أصبحنا نلاحظها على الشباب في المجتمعات العربية.

الكثير من الناس لا يدرك خطورة المشكلات والضغوط التي يعيش تحت وطأتها جيل الشباب ويركز الكبار في الكثير من الحالات على اتهام هذا الجيل بالضعف والدلال المفرط واللامبالاة وعدم تحمل المسؤولية وغيرها، وبالتالي لا يتفاعل محيط الشباب الذي يمر بأزمة نفسية معه بشكل إيجابي مما يجعله يشعر بالضيق والإهمال فتوقعه متاعبه

لا يغيب ذكر الأمراض النفسية والعصبية عن لائحة الأسباب عندما يتعلق الأمر بدراسة الظواهر الاجتماعية التي تتصل بالشباب والمراهقين، فهي دافع قوي نحو الانتحار والانحراف والعنف والتطرف والإدمان والعزلة والجريمة وغيرها، وتؤكد غالبية البحوث التي تتخذ من الشباب عينة درس أن جيل الألفية بات أكثر عرضة للأمراض النفسية من الأجيال السابقة.

الإيواء والإقامة مشيراً إلى أن هذه الزيادة ترجع إلى ارتفاع وتيرة الضغوط وطغيان مشاعر الإحباط التي تؤدي إلى الإصابة بأمراض نفسية معقدة قد يصعب التعافي منها حتى عند تلقي العلاج. وبلغ عدد حالات الانتحار ومحاولة الانتحار المسجلة خلال السداسي الأول من عام 2019 حوالي 146 حالة في المئة منها للذكور و30 في المئة للإناث وذلك وفق ما أفادت به المنسقة بالمنتدى التونسي للحقوق الاقتصادية والاجتماعية نجلاء عرفة، وأوضحت أن الذكور أكثر الفئات عرضة للانتحار خصوصاً بالنسبة للشريحة العمرية بين 26 و35 سنة تليها الفئة العمرية من 36 إلى 45 سنة.

وأشارت إلى تعدد أسباب الانتحار أو محاولة الانتحار منها بالخصوص هشاشة الشخصية المهنية والبطالة والمشاكل الأسرية والضغوط النفسية. ويرى خبراء علم النفس الذين اهتموا بدراسة ظاهرة الانتحار عند الشباب أنهم يصلون إلى حالات متقدمة من المتاعب النفسية والاضطرابات العقلية دون أن يجدوا من يساعدهم وأحياناً يعيشون معاناتهم في صمت ولا يتفطن المحيطون بهم إلى وصولهم مرحلة التفكير في الانتحار، جراء اليأس بعد الفشل في الدراسة أو عدم إيجاد عمل فيستقر عليهم اليأس ويفقدون الأمل في المستقبل ويبدو لهم في تلك الوضعية أن وضع حد لحيواتهم هو الحل الأفضل.

وتؤكد الدراسات التحليلية أن الشباب من الذكور يقدمون أكثر من البنات في نفس أعمارهم على الانتحار نظراً لأنهم يتمتعون بجرأة أكبر لأخذ هذا القرار وأن الأضواء مسلطة عليهم خاصة في ما يهم العمل، فالشباب يظل ينظر العائلة والمجتمع هو رجل المستقبل المطالب بكسب رزقه ليؤسس لمستقبله ويخطط للزواج، أما الفتيات فإن الكثير من الأسر التونسية تقبل بان يبقين عاطلات عن العمل في انتظار زوج المستقبل.

ضغوط من كل النواحي

يجمع الخبراء والباحثون أن الأمراض النفسية صارت تصيب الشباب في وقت مبكر من العمر موضحين أن الكابة والقلق والعصبية والافتقار إلى النوم المثالي، والتي عادة ما تصيب الإنسان في مراحل متقدمة من العمر، باتت تسبب للشباب العديد من الأمراض النفسية والعقلية والاضطرابات السلوكية بسبب طبيعة الحياة الجديدة وانعدام الفرص والفشل في الحصول على عمل والشعور بالقهر ما يجعلهم عرضة لأمراض لا تتناسب مع أعمارهم.

وتقول الاستيانية سعاد وهي أم لشابين أحدهما عاطل عن العمل "عندما أنظر لولدي وهما في الثلاثينات من العمر يخيل لي أنهما أقرب من الخمسين، فالشباب يكسو رأسيهما، وملامحهما تبدو أكبر من أعمارهما الحقيقية"، وتضيف الأم لـ"العرب"، "كلاهما يشعر بحالة من اليأس؛ الأصغر سننا عاطل عن العمل ويعتمد على والده في تأمين مصروفه اليومي، رغم أنه حاصل على شهادة علمية إلا أنه لم يجد فرصة عمل مناسبة وباجر مقبول".

وبالرغم من أن الابن الثاني لسعاد يعمل في شركة خاصة إلا أنها تؤكد أن وضعه المادي والنفسي لا يختلف كثيراً عن شقيقه كون راتبه لا يمكنه من الاقتران أو من التفكير في الزواج وتكوين أسرة. وتؤكد الأم أن ما يعيشه ابناها ليس حكراً عليهما فجل أقرانها يمرن بنفس الظروف ويعانون اليأس والتشاؤم بل أحياناً أكثر منهما، وتقول "ابناء اختي مثلاً باتوا مدمنين على الكحول والمخدرات وحاول أحدهم الانتحار بعد مغادرته مقاعد الدراسة وقبضه في الحصول على عمل".

ويرى عبد الحميد بن حمادي المختص في علم النفس أن العصر الراهن يتسم بازدياد منسوب التوتر بشكل ملفت للانتباه، ويعتبر أن الشباب كان يجعله الأولى لذلك باعتباره الشريحة الأضعف

تونس - يلاحظ من يجوب الشوارع التونسية في جميع الأوقات وجوه الشباب التي تبدو غاضبة أو حزينة أو متشنجة، ولا يمكن أن تمر من أحد المقاهي التي تعد مكاناً للترفيه ومقابلة الأصدقاء بالنسبة للشبان والفتيات في المدن التونسية ولا تشرى غالبيتهم يدخلون بشرامه أو يأتون سلوكيات في الفضاءات العامة تظهر تشنجهم وغضبهم وحتى في أحاديثهم تجددهم يستعملون استعمال الفاظ تدم عن العنف، وعبارات بذيئة تشي بالطاقة السلبية والغضب الذي يعتلج في دواخلهم.

وكشفت العديد من الدراسات النفسية والاجتماعية أن الإحباط بات يسيطر على المناخ العام في تونس، وأن الشباب والمراهقين التونسيين أصبحوا أكثر تشاؤماً وأن اليأس والشعور بفقدهم الأمل في النجاح سواء في الدراسة أو العمل وكذلك ضغط الأوضاع الاقتصادية وصعوبة الظروف الاجتماعية بالتوازي مع نسوب مرتفعة من البطالة والفقر وانسداد الأفق، جميعها عوامل جعلت من فئة الشباب أكبر المتضررين من الأوضاع المعيشية الصعبة وهم بذلك أكثر من يعانون من الأمراض النفسية التي صارت تصيبهم في سن مبكرة.

أرقام مفرزة

دعت الإحصائيات والأرقام الصادرة عن الجهات الحكومية في تونس ناقوس الإنذار نظراً لارتفاع المطرد في السنوات الأخيرة في معدلات الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية، وأكد مستشفى الرازي الحكومي للأمراض النفسية والعقلية أن معدل الإيواء وصل إلى 8 آلاف مريض بعد العام 2011، ليرتفع هذا الرقم إلى 9400 حالة خلال العام 2019. وأكدت تقارير لوسائل إعلام محلية أن هذا الارتفاع طال فشتي المراهقين والشباب من كلا الجنسين.

وتجدر الإشارة إلى أن المرضى الذين يتم إيواؤهم في المستشفى عادة ما يكونون في درجات متقدمة من المرض النفسي، ويلغوا مرحلة الخطورة على أنفسهم وعلى عائلاتهم ومحيطهم الاجتماعي ومن بينهم شباب ومرهقون. وخلال العام 2018 قدر عدد المرضى الذين زاروا مستشفى الرازي بأكثر من 100 ألف مريض نفسي. وكشفت البيانات التي نشرها المستشفى أن الاكتئاب يأتي في صدارة لائحة الأمراض النفسية والعقلية التي يعاني منها التونسيون.

الكثير من الشباب والمقربون منهم لا يدركون الطريقة المثلى لمساعدتهم ومؤازرتهم ومحاولة إخراجهم من الحالات النفسية الصعبة التي سيطرت عليهم

وتحتل تونس المرتبة 102 في مؤشر السعادة عالمياً، وتشير الأرقام الرسمية الصادرة عن وزارة الصحة إلى أن قرابة 30 في المئة من السكان مصابون باضطراب نفسي و40 في المئة من المرضى يعانون من أمراض عضوية ناجمة عن مشاكل نفسية مثل القلق والاكتئاب. كما كشفت اللجنة الطبية لمستشفى الرازي للأمراض النفسية والعقلية العام الماضي عن زيادة في عدد المرضى الذين يلجأون إليها طلباً للعلاج من حالات نفسية مستعصية أو للتخلص من الإدمان وخاصة على المخدرات. وعلق رئيس اللجنة فتحني ناصف بأن هناك زيادة غير مسبوقة في طلب العلاج النفسي في العيادات الخارجية للمستشفى، فضلاً عن زيادة في طلبات

سماح عبادة
صحافية تونسية

تونس - يلاحظ من يجوب الشوارع التونسية في جميع الأوقات وجوه الشباب التي تبدو غاضبة أو حزينة أو متشنجة، ولا يمكن أن تمر من أحد المقاهي التي تعد مكاناً للترفيه ومقابلة الأصدقاء بالنسبة للشبان والفتيات في المدن التونسية ولا تشرى غالبيتهم يدخلون بشرامه أو يأتون سلوكيات في الفضاءات العامة تظهر تشنجهم وغضبهم وحتى في أحاديثهم تجددهم يستعملون استعمال الفاظ تدم عن العنف، وعبارات بذيئة تشي بالطاقة السلبية والغضب الذي يعتلج في دواخلهم.

وكشفت العديد من الدراسات النفسية والاجتماعية أن الإحباط بات يسيطر على المناخ العام في تونس، وأن الشباب والمراهقين التونسيين أصبحوا أكثر تشاؤماً وأن اليأس والشعور بفقدهم الأمل في النجاح سواء في الدراسة أو العمل وكذلك ضغط الأوضاع الاقتصادية وصعوبة الظروف الاجتماعية بالتوازي مع نسوب مرتفعة من البطالة والفقر وانسداد الأفق، جميعها عوامل جعلت من فئة الشباب أكبر المتضررين من الأوضاع المعيشية الصعبة وهم بذلك أكثر من يعانون من الأمراض النفسية التي صارت تصيبهم في سن مبكرة.

أرقام مفرزة

دعت الإحصائيات والأرقام الصادرة عن الجهات الحكومية في تونس ناقوس الإنذار نظراً لارتفاع المطرد في السنوات الأخيرة في معدلات الإصابة بالأمراض النفسية والعقلية، وأكد مستشفى الرازي الحكومي للأمراض النفسية والعقلية أن معدل الإيواء وصل إلى 8 آلاف مريض بعد العام 2011، ليرتفع هذا الرقم إلى 9400 حالة خلال العام 2019. وأكدت تقارير لوسائل إعلام محلية أن هذا الارتفاع طال فشتي المراهقين والشباب من كلا الجنسين.

وتجدر الإشارة إلى أن المرضى الذين يتم إيواؤهم في المستشفى عادة ما يكونون في درجات متقدمة من المرض النفسي، ويلغوا مرحلة الخطورة على أنفسهم وعلى عائلاتهم ومحيطهم الاجتماعي ومن بينهم شباب ومرهقون. وخلال العام 2018 قدر عدد المرضى الذين زاروا مستشفى الرازي بأكثر من 100 ألف مريض نفسي. وكشفت البيانات التي نشرها المستشفى أن الاكتئاب يأتي في صدارة لائحة الأمراض النفسية والعقلية التي يعاني منها التونسيون.

الكثير من الشباب والمقربون منهم لا يدركون الطريقة المثلى لمساعدتهم ومؤازرتهم ومحاولة إخراجهم من الحالات النفسية الصعبة التي سيطرت عليهم

وتحتل تونس المرتبة 102 في مؤشر السعادة عالمياً، وتشير الأرقام الرسمية الصادرة عن وزارة الصحة إلى أن قرابة 30 في المئة من السكان مصابون باضطراب نفسي و40 في المئة من المرضى يعانون من أمراض عضوية ناجمة عن مشاكل نفسية مثل القلق والاكتئاب. كما كشفت اللجنة الطبية لمستشفى الرازي للأمراض النفسية والعقلية العام الماضي عن زيادة في عدد المرضى الذين يلجأون إليها طلباً للعلاج من حالات نفسية مستعصية أو للتخلص من الإدمان وخاصة على المخدرات. وعلق رئيس اللجنة فتحني ناصف بأن هناك زيادة غير مسبوقة في طلب العلاج النفسي في العيادات الخارجية للمستشفى، فضلاً عن زيادة في طلبات