



عدة الوقاية من الانتحار

الرجال
من السكان الأصليين

الرجال من السكان الأصليين

توجد مجتمعات أصلية مختلفة في كيبك وكندا: لكل مجتمع خصائصه الخاصة، ولكل فرد علاقة فريدة بمجتمعه وتقاليده. هذا التنوع يعني أنه لا يوجد حل واحد أو نموذج قياسي للتدخل. قد يعاني الرجال من السكان الأصليين في مونتريال من عدد من العوامل التي قد تدفعهم إلى اتباع سلوك انتحاري. ومن بين هذه العوامل انقطاع الصلة بمجتمعهم وثقافتهم، فضلاً عن العنف التاريخي الذي تعرضوا له والذي قد يزيد من معاناتهم.



ما هي علامات الضيق الانتحاري؟ ما هي عوامل الخطر التي يجب الانتباه إليها؟

عوامل الخطر المرتبطة بظروف المعيشة والهشاشة

- صعوبات في الحصول على السكن أو العمل أو الموارد الأساسية التي يمكن أن تؤدي إلى الإجهاد وانعدام الأمن
- عدم الاستقرار المالي الذي قد يزيد من فقدان السيطرة على حياتهم وخياراتهم الممكنة
- البعد الجغرافي القسري (نقص المساحة في المساكن، المغادرة لتلقي الرعاية أو الدراسة أو العمل) الذي قد يؤدي إلى العزلة أو انقطاع الروابط المجتمعية
- وجود أسلحة نارية في البيئة المحيطة (غالبًا ما تكون مرتبطة بممارسة الصيد) مما يزيد من المخاطر في حالات الشدة

علامات الشدة

- إساءة استخدام المواد (تعاطي المخدرات أو الكحول كوسيلة لتخفيف الألم)
- السلوك العدواني أو التدميري (ردود فعل محتملة في مواجهة محنة غير معبر عنها)
- العزلة العاطفية أو الانفعالية (صعوبة أو رفض التحدث عن المشاعر المرتبطة بالضغط من أجل أن يكون المرء قوياً، أو الصمت، أو تحمل المسؤولية العائلية أو المجتمعية بمفرده)
- العزلة الاجتماعية (التوقف عن التردد على الأماكن التي اعتاد التردد عليها)
- توقف العلاج الجاري، زيادة الاستهلاك

عوامل الخطر المرتبطة بالصدمات التاريخية

- تجارب العنف والسياسات الاستيعابية عبر الأجيال (المدارس الداخلية، التهجير القسري، فقدان الثقافة واللغة، ذبح الكلاب بالنسبة للإنويت)
- الابتعاد عن المجتمع أو الإقليم (توترات الهوية)
- تأثير الإيداع في أسر حاضنة من قبل إدارة حماية الشباب (زيادة خطر الإصابة بالاكئاب الحاد، وانقطاع الروابط الأسرية والثقافية)
- التجريم والسجن اللذان يؤديان إلى العزلة الاجتماعية والثقافية وصعوبات في التكيف ويزيدان من الشعور بالاستبعاد
- صعوبة في بناء علاقة ثقة (عدم الثقة في العاملين في المجال الاجتماعي)
- الوصم وتأثير السياسات الاستعمارية

العوامل النفسية والفردية المسببة للخطر

- الاضطرابات النفسية غير المعالجة (القلق، الاكتئاب، الإجهاد اللاحق للصدمة)
- العنف في مرحلة الطفولة (الاعتداء الجنسي، الإهمال، العنف الأسري)
- الإدمان (الكحول، المخدرات، الأدوية) المستخدم لتخفيف الألم العاطفي

التعاطف والاستماع الفعال لتغذية الأمل

ما هي أفضل الممارسات للوصول إلى الرجال من السكان الأصليين والاستماع إليهم ودعوتهم لطلب المساعدة؟

الاستماع وتشجيع التعبير:

- تطبيع طلب المساعدة
- دعم استقلالية الفرد وكرامته
- فهم حقيقي للواقع الأصلي، متجذر في التاريخ
- احترام الرؤى المتنوعة للمجتمعات الأصلية المختلفة للحياة والشفاء (بما في ذلك النهج غير الغربية في الوقاية من الانتحار)
- تعزيز نهج متعدد الثقافات ومراعي للصدمات
- الوعي بامتيازاتك وموقفك عندما تكون شخصاً أجنبياً
- احترام الأساليب التقليدية (المعالجون، كبار السن، الطقوس، دوائر المشاركة) وجعلها متاحة للجميع
- الاعتراف بالتنوع داخل المجتمعات الأصلية (عدم توحيد احتياجات وتوقعات الأفراد)

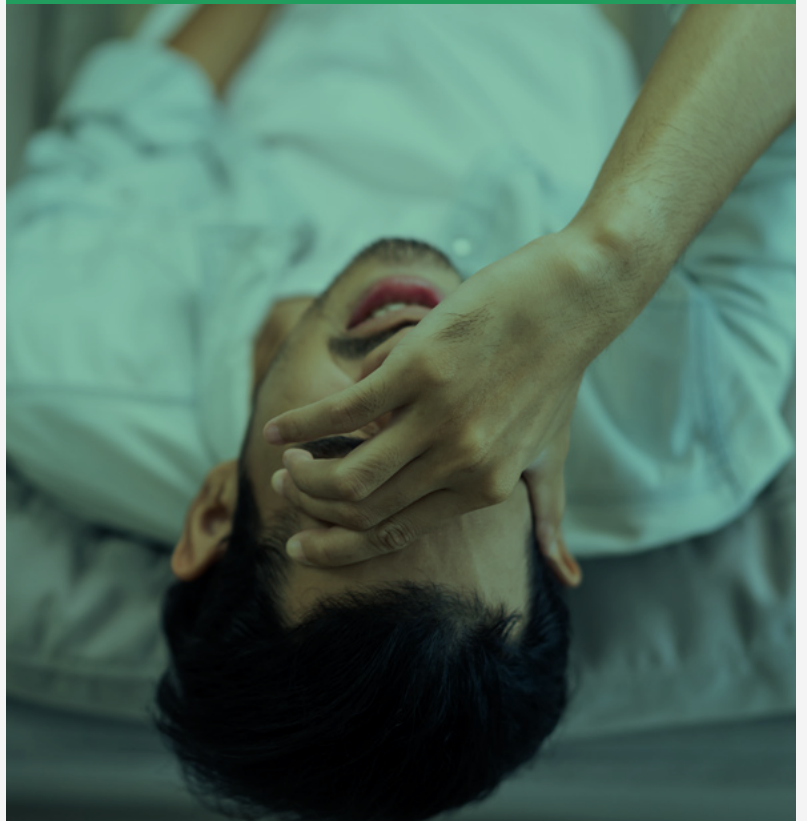
التعرف على الأحداث التي تسبب الضعف

- الانفصال أو الابتعاد عن المجتمع
- انفصال عاطفي، انفصال علاقات
- تجارب الوصم والعنصرية

العناصر التي يجب استكشافها



1. التعرف على علامات الضيق
2. التصرف بسرعة
3. إنشاء شبكة أمان
4. تزويد الأقارب بالأدوات اللازمة
5. وضع خطة بناءً على الاحتياجات الفردية



الحماية



ما هي عوامل الحماية التي يجب وضعها لتقليل السلوكيات الخطرة؟ كيف يمكن أن يكون شكل خطة العمل أو خطة الأمان لرجل من السكان الأصليين؟



تعزيز العناصر الوقائية التي حددها الشخص (التحقق من العلاقات مع المحيطين به وتعزيز الروابط مع مجتمعه)

تقليل أو القضاء على العوامل الخطرة التي حددها الشخص

تعزيز الارتباط بالمجتمع والثقافة والمناطق

توفير الرعاية المناسبة والمطمئنة ثقافياً والمحترمة

الاعتراف بالصدمات الناجمة عن الاستعمار

مرافقة الأشخاص في التغلب على الألم والجروح التي عانوا منها

إتاحة الوصول إلى الممارسات التقليدية للشفاء والمرونة

الاعتراف بتميز كل شخص: لكل رجل من السكان الأصليين علاقة مختلفة بمجتمعه وتقاليده

المرافقة

ما هي أفضل الممارسات لدعوتهم إلى استخدام الموارد؟

- مراعاة الريية المشروعة تجاه الخدمات الغربية (الاستعمار والعنصرية)
- تكييف التدخل (أماكن آمنة، سياقات أقل رسمية، عدم إصدار أحكام)
- دعم تقرير المصير (تشجيع المشاركة الفعالة في مسار الشفاء)
- استخدام مترجمين أو متخصصين في الثقافة لتعزيز التفاهم وتقوية الثقة
- التعاون مع المنظمات الأصلية أو الفرق المكونة من محترفين من السكان الأصليين (الاطلاع على أفضل ممارسات التدخل، والرجوع إلى هذه المنظمات عند الحاجة)
- تقديم نهج شامل (مراعاة الارتباط بالطبيعة والروحانية والتقاليد)
- اقتراح وسائل تدخل متنوعة (مرونة في المواعيد، خدمات منزلية، دعم الأقران)



بعض الأسئلة حول إمكانية وصول الرجال الأصليين إلى خدماتي؟

1. هل ألتقي بهؤلاء الأشخاص خارج المنظمة؟ هل أذهب إليهم؟ هل أذهب لمقابلتهم؟
2. هل أسهل التواصل؟ هل أوفر إمكانية الوصول إلى مترجمين؟
3. هل يُنظر إلى المكان الذي تُقدم فيه الخدمات على أنه مكان مرحب أم مهدد؟ هل يعكس رموزًا أو مراجع ثقافية أصلية؟
4. هل أشرك السكان الأصليين بشكل كافٍ في اتخاذ القرارات وفي حياة المنظمة؟





عدة الوقاية من الانتحار

الرجال

من السكان الأصليين 2025 ©ROHIM