

شناسایی نظام معنایی ساختارهای دفاعی در نوجوانان دارای رفتارهای خودآسیب‌گر

تاریخ ارسال: ۱۴۰۲/۱۱/۰۵

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۱۲/۰۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۲/۱۱

تاریخ چاپ: ۱۴۰۳/۰۱/۰۱

چکیده

هدف پژوهش حاضر شناسایی نظام معنایی ساختارهای دفاعی در نوجوانان دارای رفتارهای خودآسیب‌گر بود. این مطالعه با رویکرد کیفی و با استفاده از تحلیل مضمون انجام شد. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۲۱ نوجوان دارای تجربه رفتارهای خودآسیب‌گر از شهر تهران جمع‌آوری شد. شرکت‌کنندگان به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و مصاحبه‌ها تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. داده‌ها با کمک نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۲ تحلیل شدند و اعتبار یافته‌ها از طریق بازبینی همتایان و مرور شرکت‌کنندگان تأیید گردید. تحلیل داده‌ها منجر به شناسایی سه مضمون اصلی شامل دفاع‌های هیجانی و شناختی (سرکوب هیجان، عقلانی‌سازی، فرافکنی، شوخ‌طبعی دفاعی، دوپاره‌سازی، آرمان‌گرایی)، معناجویی و بازسازی هویت (بازتعریف خویش، معنابخشی به درد، همذات‌پنداری با رنج، جست‌وجوی تعلق، روایت‌گری) و راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه (اجتناب، رفتارهای پرخطر، آسیب‌زنی بدنی، تسکین موقت هیجانی، خودسرزنشی، ناکامی در کنترل تکانه) شد. این یافته‌ها نشان داد که راهبردهای دفاعی و معنابخشی نقش مهمی در چرخه تکرار و تداوم رفتارهای خودآسیب‌گر نوجوانان ایفا می‌کنند. درک عمیق ابعاد دفاعی و معنایی رفتارهای خودآسیب‌گر نوجوانان می‌تواند زمینه‌ساز تدوین مداخلات درمانی هدفمند، آموزش خانواده‌ها و طراحی برنامه‌های پیشگیرانه در حوزه سلامت روان نوجوانان باشد.

کلیدواژه‌گان: خودآسیب‌گری، نوجوانان، ساختارهای دفاعی، معناجویی، تحلیل مضمون

شیوه استناددهی: ابراهیمی، سارا. (۱۴۰۳). شناسایی نظام معنایی ساختارهای دفاعی در نوجوانان دارای رفتارهای خودآسیب‌گر. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*، ۲(۱)، ۹-۱.

سارا ابراهیمی^{*}

۱. گروه علوم تربیتی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول:

sara.ebrahimi2020@gmail.com

Identifying the Meaning System of Defensive Structures in Adolescents With Self-Injurious Behaviors

Submit Date: 2024-01-25

Revise Date: 2024-02-24

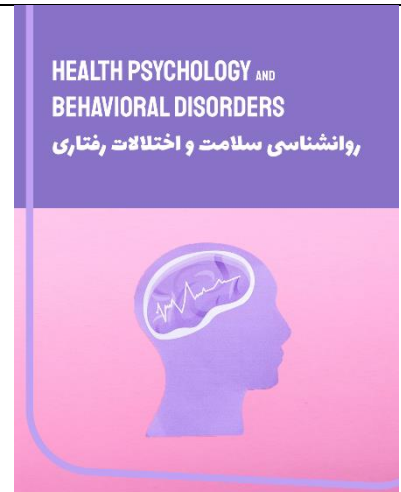
Accept Date: 2024-03-01

Publish Date: 2024-03-20

Abstract

The aim of this study was to identify the meaning system of defensive structures in adolescents with self-injurious behaviors. This qualitative study employed thematic analysis. Data were collected through semi-structured interviews with 21 adolescents with a history of self-injurious behavior in Tehran, selected via purposive sampling. Interviews continued until theoretical saturation was reached. Data were analyzed using NVivo version 12, and the trustworthiness of findings was ensured through peer review and participant validation. Data analysis led to the identification of three main themes: emotional and cognitive defenses (including emotional suppression, rationalization, projection, defensive humor, splitting, and idealization), meaning-making and identity reconstruction (self-redefinition, meaning attribution to pain, identification with suffering, search for belonging, and storytelling), and maladaptive coping strategies (avoidance, risky behaviors, bodily harm, temporary emotional relief, self-blame, and failure in impulse control). The results demonstrated that defensive strategies and meaning-making play significant roles in the cycle of repetition and maintenance of self-injurious behaviors among adolescents. A comprehensive understanding of the defensive and meaning-related dimensions of adolescent self-injurious behavior can inform the development of targeted therapeutic interventions, family education, and preventive mental health programs for adolescents.

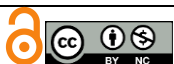
Keywords: *Self-injury, adolescents, defensive structures, meaning-making, thematic analysis*

Sara Ebrahimi^{1*}

1. Department of Educational Sciences, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran

*Corresponding Author's Email:
sara.ebrahimi2020@gmail.com

How to cite: Ebrahimi, S. (2024). Identifying the Meaning System of Defensive Structures in Adolescents With Self-Injurious Behaviors. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 2(1), 1-9.



© 2024 the authors. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

رفتارهای خودآسیب‌گرانه (Non-Suicidal Self-Injury; NSSI) به عنوان یک پدیده رفتاری پیچیده، در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران و متخصصان حوزه روانشناسی و روان‌پزشکی را به خود جلب کرده است. این رفتار که اغلب با آسیب‌رساندن عمدی به بافت بدن بدون قصد خودکشی تعریف می‌شود، به ویژه در میان نوجوانان شیوع فزاینده‌ای دارد و پیامدهای روانی، اجتماعی و خانوادگی متعددی را به همراه دارد (Swannell et al., 2014). بر اساس شواهد اپیدمیولوژیک، شیوع رفتارهای خودآسیب‌گرانه در نوجوانان بین ۱۸ تا ۲۴ درصد گزارش شده است و این رقم در برخی گروه‌های پرخطر می‌تواند حتی بالاتر نیز باشد (Muehlenkamp et al., 2012). در ایران نیز مطالعات متعددی به بررسی شیوع و عوامل مرتبط با این رفتار پرداخته‌اند که یافته‌ها نشان‌دهنده روند صعودی و نگرانی‌های جدی در حوزه سلامت روان نوجوانان است (Mohammadi et al., 2021).

تبیین علل و فرایندهای زمینه‌ساز بروز رفتارهای خودآسیب‌گرانه نیازمند نگاهی چندلایه و ترکیبی است؛ زیرا این رفتارها اغلب حاصل برهم‌کنش عوامل فردی، خانوادگی، اجتماعی و فرهنگی‌اند (Bentley et al., 2015). یکی از مهم‌ترین ابعاد نظری در تحلیل رفتارهای خودآسیب‌گر، بررسی ساختارهای دفاعی و نظام معنایی مرتبط با آن‌هاست. ساختارهای دفاعی، به‌عنوان مکانیسم‌هایی نیمه‌آگاهانه جهت کاهش اضطراب، محافظت از خود در برابر هیجانات منفی و حفظ تعادل روانی، نقش تعیین‌کننده‌ای در نحوه مواجهه نوجوان با استرس‌ها و تعارضات ایفا می‌کنند (Cramer, 2015). دفاع‌های روانی همچون سرکوب، فرافکنی، عقلانی‌سازی و دویاره‌سازی، نه تنها در سطح رفتاری بلکه در سطوح شناختی و معنایی نیز نمود پیدا می‌کنند و بر معنا و تفسیر نوجوان از رنج، درد و هویت شخصی تاثیرگذارند (Luyten et al., 2017).

در مطالعات کلاسیک، فروید و سپس آنا فروید و همکارانش، دفاع‌های روانی را به عنوان ابزارهایی برای سازگاری با تعارضات درونی و تهدیدهای محیطی معرفی کردند (Freud, 1936). بر این اساس، نوجوانانی که با تنش‌های حاد یا مزمن (نظیر تعارضات خانوادگی، طرد اجتماعی، خشونت، آزار یا بحران‌های هویتی) مواجه‌اند، به دفاع‌های غیرسازگارانه یا بدوی همچون انکار، دویاره‌سازی و فرافکنی روی می‌آورند (Bond, 2004). این مکانیسم‌ها ممکن است در کوتاه‌مدت منجر به کاهش اضطراب شوند، اما در بلندمدت به تحریف واقعیت، تشدید بحران‌های هیجانی و افزایش احتمال رفتارهای پرخطر از جمله خودآسیب‌گری می‌انجامند (Schimmenti & Bifulco, 2015).

مطالعات تجربی نشان داده‌اند که استفاده فراوان از دفاع‌های نابالغ و ناسازگارانه در نوجوانان با افزایش رفتارهای خودآسیب‌گر، افسردگی و مشکلات تنظیم هیجانی رابطه دارد (Zelkowitz et al., 2020). پژوهش‌هایی همچون مطالعات Adrian et al. (۲۰۱۱) و Mikolajczak et al. (۲۰۰۹) حاکی از آن است که نوجوانانی که به دفاع‌های رشدیافته‌تر (مانند شوخ‌طبعی، والایش یا عقلانی‌سازی سازگارانه) متوسل می‌شوند، سازگاری هیجانی و اجتماعی بهتری داشته و کمتر دچار رفتارهای خودآسیب‌گر می‌شوند. در مقابل، نوجوانانی که عمدتاً از دفاع‌های نابالغ (مانند انکار، فرافکنی و دویاره‌سازی) بهره می‌برند، آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به اختلالات هیجانی، بحران‌های هویتی و رفتارهای خودآسیب‌گرانه از خود نشان می‌دهند (Luyten et al., 2017; Zelkowitz et al., 2020).

از منظر معناشناختی، نحوه تفسیر و معنابخشی نوجوان به رنج و درد نقش مهمی در بروز یا پیشگیری از رفتارهای آسیب‌رسان به خود ایفا می‌کند (Frankl, 1985). پژوهشگران معاصر تاکید دارند که خودآسیب‌گری اغلب فراتر از یک کنش صرفاً جسمی یا هیجانی، نوعی جست‌وجوی معنا، هویت‌یابی و راهی برای بازتعریف خویشتن در موقعیت‌های بحرانی است (Kross & Ayduk, 2017). نوجوانان در فرایند معناجویی، از راهبردهای دفاعی برای مواجهه با احساسات پیچیده، مدیریت تنهایی، احساس پوچی و جبران ناکامی‌های اجتماعی و عاطفی بهره می‌برند (Brunner et al., 2014). این رویکردهای معنایی و دفاعی، بسته به بستر فرهنگی، تجارب فردی و حمایت‌های اجتماعی، می‌تواند به سازگاری یا ناسازگاری بیشتر فرد منجر شود (Chanen & Kaess, 2012).

تحقیقات انجام‌شده در زمینه نقش دفاع‌های روانی و معنابخشی در رفتارهای خودآسیب‌گر نوجوانان نشان داده است که استفاده از دفاع‌های خاص و نگرش معنایی فرد نسبت به رنج، به عنوان متغیرهای پیش‌بینی‌کننده کلیدی مطرح‌اند (Cunha et al., 2013). نوجوانان دارای

رفتارهای خودآسیب‌گر معمولاً ترکیبی از راهبردهای دفاعی را به کار می‌گیرند که در تعامل با تفسیرهای معنایی از درد و هویت، فرایند شکل‌گیری و استمرار رفتارهای آسیب‌رسان را تبیین می‌کند (Adrian et al., 2011). برای مثال، برخی نوجوانان درد جسمی ناشی از آسیب را به عنوان «تنبیه» یا «تطهیر» تلقی می‌کنند، در حالی که برخی دیگر آن را راهی برای بازیابی کنترل یا تخلیه هیجانی می‌دانند (Victor et al., 2019).

در بعد هویتی، بحران هویت یکی از شاخص‌ترین مسائل نوجوانان خودآسیب‌گر است. این گروه اغلب از احساس گم‌گشتگی، پوچی، بی‌ارزشی و طردشدگی رنج می‌برند و در تلاش برای بازسازی معنا و هویت شخصی، به کنش‌های آسیب‌رسان متوسل می‌شوند (Brunner et al., 2014). در این میان، عوامل فردی همچون صفات شخصیتی، مشکلات تنظیم هیجانی، تجربیات آزار و استرس‌های مزمن، و عوامل بین‌فردی نظیر حمایت اجتماعی ناکافی یا تعارضات خانوادگی، در فرایند معناجویی و نوع دفاع‌های به‌کاررفته نقش تعیین‌کننده دارند (Nock, 2009; Klonsky, 2011).

یکی دیگر از حوزه‌های مغفول مانده در مطالعات داخلی و خارجی، توجه به نظام معنایی و بافت دفاعی رفتارهای خودآسیب‌گر در بستر فرهنگی ایران است. مطالعات محدودی در کشور، به‌ویژه در قالب رویکردهای کیفی، به واکاوی تجربیات زیسته نوجوانان در این زمینه پرداخته‌اند (Rahimi et al., 2020). در حالی که پژوهش‌های کمی اکثراً به شناسایی عوامل خطر یا رابطه متغیرهای فردی و محیطی پرداخته‌اند، رویکردهای کیفی قادرند به ابعاد پنهان‌تر، زمینه‌های اجتماعی و فرایندهای معناشناختی رفتارهای خودآسیب‌گر دست یابند (Elo & Kyngäs, 2008).

از سوی دیگر، تحلیل ساختارهای دفاعی و نظام معنایی مرتبط با رفتارهای خودآسیب‌گر می‌تواند راهگشای تدوین مداخلات درمانی هدفمند، طراحی برنامه‌های پیشگیرانه و آموزش خانواده‌ها و نظام آموزشی باشد (Giletta et al., 2012). شناسایی الگوهای دفاعی و معنابخشی نوجوانان، نه تنها به فهم عمیق‌تر ریشه‌های روان‌شناختی خودآسیب‌گری کمک می‌کند، بلکه بستر مناسبی برای طراحی برنامه‌های ارتقای تاب‌آوری، تنظیم هیجان و بازسازی هویت در نوجوانان فراهم می‌سازد (Victor et al., 2019).

با توجه به این اهمیت نظری و عملی، هدف پژوهش حاضر شناسایی نظام معنایی ساختارهای دفاعی در نوجوانان دارای رفتارهای خودآسیب‌گر با رویکرد کیفی است. استفاده از روش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته و تحلیل مضمون، این امکان را فراهم می‌کند که ابعاد چندگانه، پیچیده و بین‌فردی دفاع‌ها و تفسیرهای معنایی نوجوانان آشکار گردد. با روشن شدن این الگوها، می‌توان گام‌های مؤثرتری در جهت مداخلات درمانی مبتنی بر نیازهای بومی و فرهنگی نوجوانان ایرانی برداشت و به ارتقای سلامت روان این قشر آسیب‌پذیر کمک نمود.

روش‌شناسی

این پژوهش با رویکرد کیفی و با هدف تحلیل گفتمان هویت‌زدایی در بیماران مبتلا به اختلالات روان‌تنی انجام شده است. در این مطالعه، شرکت‌کنندگان شامل ۲۶ نفر از بیماران مبتلا به اختلالات روان‌تنی بودند که از میان مراجعان مراکز درمانی شهر تهران به شیوه هدفمند انتخاب شدند. معیار ورود به پژوهش، داشتن تشخیص قطعی اختلال روان‌تنی توسط روان‌پزشک یا روان‌شناس بالینی، تمایل به شرکت در مطالعه، و توانایی بیان تجربه‌های شخصی و زیسته بود. معیار خروج نیز شامل ابتلا به سایر اختلالات روان‌پزشکی شدید یا اختلال شناختی بود.

داده‌ها با استفاده از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری شدند. سوالات مصاحبه با هدف واکاوی تجربه زیسته هویت، بدنمندی، نقش زبان در بیان درد و تجربه‌های اجتماعی مرتبط با اختلال روان‌تنی طراحی شده بود. هر مصاحبه به طور میانگین ۶۰ تا ۹۰ دقیقه به طول انجامید و تمام مصاحبه‌ها با رضایت کتبی شرکت‌کنندگان ضبط و سپس به طور کامل پیاده‌سازی شدند. جمع‌آوری داده‌ها تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت؛ به این معنا که پس از مصاحبه با شرکت‌کننده بیست‌وششم، داده جدید معناداری به مقولات پژوهش افزوده نشد.

برای تحلیل داده‌ها، از روش تحلیل گفتمان با رویکردی مضمون‌محور استفاده شد. داده‌های مصاحبه‌شده پس از پیاده‌سازی در نرم‌افزار Nvivo نسخه ۱۲ وارد شدند و کدگذاری اولیه بر مبنای مفاهیم استخراج‌شده از داده‌ها صورت گرفت. سپس کدهای مشابه در قالب مقوله‌ها و مضامین اصلی دسته‌بندی شدند. اعتبار و پایایی داده‌ها با استفاده از بازبینی توسط مشارکت‌کنندگان (member check) و مرور پژوهشگر دوم تضمین شد. رعایت ملاحظات اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، حفظ محرمانگی داده‌ها و امکان انصراف در هر مرحله از پژوهش لحاظ شد.

یافته‌ها

مقوله اول: دفاع‌های هیجانی و شناختی

سرکوب هیجان یکی از راهبردهای اصلی نوجوانان دارای رفتارهای خودآسیب‌گر است. بسیاری از شرکت‌کنندگان در بیان احساسات خود دچار مشکل بودند و عموماً از انکار یا پنهان‌سازی هیجانات، به‌ویژه خشم و ناراحتی، صحبت می‌کردند. به‌عنوان مثال، یکی از شرکت‌کنندگان اظهار داشت: «خیلی وقت‌ها عصبانی می‌شوم اما به کسی نمی‌گویم، فقط در خودم نگه می‌دارم یا سعی می‌کنم اصلاً فکرش را نکنم.» این سرکوب هیجانی منجر به خجالت از بروز احساسات و نادیده‌گرفتن دردهای عاطفی شده است.

عقلانی‌سازی در میان نوجوانان مشاهده شد؛ بدین معنا که رفتارهای خودآسیب‌گر را با دلایل منطقی توجیه می‌کردند. برای نمونه، یکی از مشارکت‌کنندگان بیان کرد: «وقتی خودم را می‌زنم، به خودم می‌گویم شاید این تنها راه کم کردن استرسم باشد.» بسیاری نیز درد جسمی را نسبت به درد روانی ترجیح داده و آن را قابل کنترل‌تر تلقی می‌کردند.

انتقال (فرافکنی) یکی دیگر از دفاع‌های پررنگ بود؛ به‌گونه‌ای که برخی نوجوانان دیگران را مقصر شرایط خود می‌دانستند. یکی از شرکت‌کنندگان عنوان کرد: «اگر مادرم اونقدر گیر نمی‌داد، هیچ‌وقت به این کارا نمی‌افتادم.» در نتیجه، سرزنش دیگران و فرافکنی ناکامی‌ها بارها در مصاحبه‌ها مطرح شد.

شوخی‌طبعی دفاعی نیز به عنوان مکانیزمی برای کاهش اضطراب و کم‌اهمیت جلوه دادن رنج به کار می‌رفت. برخی از شرکت‌کنندگان با تمسخر شرایط خود یا با خنده درباره رفتار آسیب‌گرانه صحبت می‌کردند. یک نفر گفت: «دیگه این بریدگی‌ها شده یه سوژه واسه خنده خودم، واسه اینکه زیاد جدی‌شون نگیرم.»

دوپاره‌سازی (Splitting) و نگاه سیاه و سفید به دنیا نیز به‌وضوح مشهود بود. نوجوانان اغلب افراد و موقعیت‌ها را به خوبی مطلق یا بدی مطلق تقسیم می‌کردند و قضاوت‌های متغیری داشتند. «یه روز فکر می‌کنم مامانم بهترین، یه روز دیگه حس می‌کنم هیچ‌کس تو دنیا بدتر از اون نیست.»

آرمان‌گرایی و داشتن انتظارات کمال‌گرایانه از خود منجر به سرخوردگی و ناامیدی می‌شد. بسیاری از نوجوانان عنوان کردند که به دلیل نرسیدن به معیارهای مطلوب‌شان احساس شکست و بی‌ارزشی می‌کنند. «همیشه فکر می‌کنم باید بهترین باشم، ولی هر بار که اشتباه می‌کنم احساس می‌کنم دیگه هیچ ارزشی ندارم.»

مقوله دوم: معناجویی و بازسازی هویت

بازتعریف خویشتن یکی از تلاش‌های عمده نوجوانان بود. احساس گم‌گشتگی هویتی و فقدان معنا در زندگی، موضوع مشترک بسیاری از مصاحبه‌ها بود. یک شرکت‌کننده چنین توضیح داد: «گاهی اصلاً نمی‌دونم کی هستم و چرا این کارارو می‌کنم. همه چیز بی‌معنی به نظر میاد.» در معنابخشی به درد، نوجوانان تلاش می‌کردند تا رنج و درد را تجربه‌ای معنادار و حتی لازم برای رشد شخصی خود قلمداد کنند. برای مثال، یکی گفت: «شاید این دردها باعث بشه قوی‌تر بشم. انگار باید ازشون عبور کنم تا خودمو پیدا کنم.»

همذات‌پنداری با رنج در قالب مقایسه خود با دیگر افراد رنج‌دیده و ایجاد حس همدلی با دیگران نمود داشت. «وقتی می‌بینم بقیه هم مثل من درد می‌کشن، احساس می‌کنم تنها نیستم و شاید یه جایی بالاخره یکی منو درک کنه.»

جست‌وجوی تعلق و نیاز به پذیرش اجتماعی انگیزه مهمی برای معناجویی بود. نوجوانان بیان کردند که تنهایی عمیق و نیاز به عضویت در گروه و پذیرفته شدن را تجربه می‌کنند. یکی اظهار داشت: «دوست دارم تو به جمع باشم که بفهمم چی می‌کشم، نه اینکه سرزنشم کنند.» روایت‌گری و داستان‌پردازی از طریق بازگو کردن تجربه‌های تلخ، نقش مهمی در بازسازی هویت و معنا یافتن برای رنج داشت. بسیاری از نوجوانان، شرح خاطرات تلخ و ساخت داستان شخصی از خود را ابزاری برای کنار آمدن با دردهایشان می‌دانستند. «وقتی داستان زخم‌هامو برای دوستم تعریف می‌کنم، انگار راحت‌تر باهاشون کنار میام.»

مقوله سوم: راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه

اجتناب و کناره‌گیری از محیط اجتماعی به عنوان واکنشی برای فرار از تنش‌ها و مواجهه با احساسات ناخوشایند، شایع بود. نوجوانان بسیاری عنوان کردند که ترجیح می‌دهند تنها باشند و از جمع و موقعیت‌های پرتنش دوری کنند. «وقتی حالم بده فقط می‌خوام هیچ‌کس دور و برم نباشه و همه چیزو فراموش کنم.»

رفتارهای پرخطر مانند مصرف مواد، روابط جنسی پرخطر یا درگیری فیزیکی، برای رهایی موقت از رنج‌های روانی به کار گرفته می‌شدند. یک نفر گفت: «بعضی وقتا اونقدر فشار زیاده که با هر کاری می‌خوام خودمو پرت کنم بیرون از این حالت، حتی اگه خطرناک باشه.» آسیب‌زنی بدنی به عنوان راهکاری مستقیم برای تخلیه هیجانی و کنترل اضطراب موقتاً مؤثر بود. نمونه‌ای از اظهارات در این زمینه: «بریدن دستم باعث می‌شه یه لحظه آروم شم. انگار دردو کنترل کردم.»

تسکین موقت هیجانی و تجربه آرامش لحظه‌ای پس از آسیب‌زنی، در اغلب مصاحبه‌ها تکرار شد. نوجوانی اظهار داشت: «بعد هر بار آسیب زدن یه حس سبکی دارم، ولی زود تموم می‌شه و دوباره همه چی برمی‌گرده.»

خودسرزنی و احساس گناه پس از انجام رفتار آسیب‌گرایانه، یکی از پیامدهای عمده بود. اکثر شرکت‌کنندگان پس از آسیب به خود، احساس شرم و تقصیر داشتند. «بعدش خیلی خودمو سرزنش می‌کنم، دلم می‌خواد زمان برگرده و این کارو نمی‌کردم.»

ناکامی در کنترل تکانه و ناتوانی در مهار رفتارهای ناگهانی نیز بارها مطرح شد. بسیاری از نوجوانان احساس بی‌اختیاری و عمل بدون فکر را گزارش کردند. «گاهی اون‌قدر سریع تصمیم می‌گیرم که حتی نمی‌دونم چی شد یهو این کارو کردم، انگار کنترل دست من نیست.»

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر سه مضمون کلان در نظام معنایی ساختارهای دفاعی نوجوانان دارای رفتارهای خودآسیب‌گر را شناسایی کرد: «دفاع‌های هیجانی و شناختی»، «معناجویی و بازسازی هویت»، و «راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه». هر یک از این مضامین با زیرمضامینی همراه بودند که لایه‌های پنهان روان‌شناختی و معنایی رفتار خودآسیب‌گر را برجسته می‌کردند.

در حوزه دفاع‌های هیجانی و شناختی، سرکوب هیجان، عقلانی‌سازی، انتقال (فراکنی)، شوخ‌طبعی دفاعی، دوباره‌سازی و آرمان‌گرایی به عنوان مکانیسم‌های غالب شناسایی شدند. نوجوانان در مواجهه با هیجانات منفی و تنش‌های بین‌فردی عمدتاً از سرکوب هیجان و عقلانی‌سازی استفاده می‌کردند. این یافته با نتایج پژوهش‌هایی چون Adrian و همکاران (۲۰۱۱) و Zelkowitz و همکاران (۲۰۲۰) هم‌راستا است که نشان داده‌اند استفاده از دفاع‌های نابالغ مانند سرکوب و فراکنی، احتمال بروز رفتارهای خودآسیب‌گر را در نوجوانان افزایش می‌دهد. به ویژه عقلانی‌سازی، نوجوانان را قادر می‌سازد تا رفتار خودآسیب‌گر را به عنوان راهبردی برای مدیریت استرس و اضطراب توجیه کنند؛ موضوعی که در مصاحبه‌ها به وفور مشاهده شد: «وقتی خودم را می‌زنم، به خودم می‌گویم شاید این تنها راه کم کردن استرسم باشد.» همچنین، دوباره‌سازی و آرمان‌گرایی نقش مهمی در بحران هویت نوجوانان ایفا می‌کنند؛ به‌طوری که این افراد اغلب در دام تفکر سیاه و سفید یا انتظارات کمال‌گرایانه قرار می‌گیرند و با کوچک‌ترین ناکامی، احساس بی‌ارزشی و ناامیدی می‌کنند (Brunner et al., 2014; Luyten et al., 2017).

مضمون دوم، معناجویی و بازسازی هویت، به تلاش نوجوانان برای یافتن معنایی در رنج و بازتعریف خویشتن اشاره دارد. یافته‌ها نشان داد نوجوانان برای مقابله با احساس پوچی، بی‌هویتی و طردشدگی، به معنابخشی به درد، همذات‌پنداری با رنج، جست‌وجوی تعلق و روایت‌گری تجربه‌های تلخ خود روی می‌آورند. این امر با نظریات فرانکل (Frankl, 1985) و پژوهش‌های معاصر مانند Kross و Ayduk (۲۰۱۷) همخوانی دارد که جست‌وجوی معنا در شرایط دشوار را یکی از مکانیزم‌های مهم سازگاری روان‌شناختی معرفی می‌کنند. نوجوانان مورد مطالعه با روایت‌گری و بازتعریف تجربیات تلخ، در واقع تلاش می‌کنند هویت جدیدی برای خود بسازند یا بحران هویت را مدیریت کنند؛ همان‌گونه که Rahimi و همکاران (۲۰۲۰) در مطالعه کیفی خود بر نوجوانان ایرانی اشاره کرده‌اند، روایت‌گری نقش کلیدی در فرآیند التیام روانی و معناجویی نوجوانان خودآسیب‌گر دارد.

مضمون سوم، راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه، شامل اجتناب و کناره‌گیری، رفتارهای پرخطر، آسیب‌زنی بدنی، تسکین موقت هیجانی، خودسرزنی و ناکامی در کنترل تکانه بود. یافته‌ها نشان داد نوجوانان در مواجهه با تنش‌های محیطی و هیجانات ناخوشایند، اغلب به اجتناب و قطع ارتباط اجتماعی، پناه بردن به رفتارهای پرخطر و آسیب‌رساندن به خود متوسل می‌شوند. این راهبردها با یافته‌های Nock (2009)، Klonksy (۲۰۱۱) و Bentley و همکاران (۲۰۱۵) همسوست که بیان می‌دارند رفتار خودآسیب‌گر اغلب به عنوان راهی برای رهایی موقت از اضطراب، احساس کنترل بر درد، یا جبران ناکامی‌های هیجانی مورد استفاده قرار می‌گیرد. در عین حال، تکرار این رفتارها معمولاً با احساس گناه و خودسرزنی همراه است که به دور باطل رنج و آسیب دامن می‌زند (Cunha et al., 2013; Victor et al., 2019). نکته قابل تأمل در این پژوهش، درهم‌تنیدگی ابعاد دفاعی و معنایی رفتارهای خودآسیب‌گر است؛ بدین معنا که انتخاب راهبردهای دفاعی و نحوه معنابخشی به رنج و درد، نه تنها به ویژگی‌های فردی بلکه به زمینه‌های فرهنگی، خانوادگی و اجتماعی وابسته است (Bond, 2004; Chanen & Kaess, 2012). بسیاری از نوجوانان با روایت رنج خود و تلاش برای یافتن معنا، سعی در مدیریت احساس بی‌هویتی و انزوای اجتماعی دارند. این یافته با پژوهش Giletta و همکاران (۲۰۱۲) تطابق دارد که نشان داد ابعاد بین‌فردی و فرهنگی نقش تعیین‌کننده‌ای در تداوم یا کاهش رفتارهای خودآسیب‌گر ایفا می‌کند.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین اهمیت حمایت اجتماعی، کیفیت روابط خانوادگی و توانایی تنظیم هیجانی را در شکل‌گیری یا کاهش رفتارهای خودآسیب‌گر برجسته می‌سازد. نوجوانانی که فاقد حمایت عاطفی، شبکه اجتماعی ایمن یا مهارت‌های تنظیم هیجانی هستند، بیشتر در معرض بروز دفاع‌های ناسازگارانه و در نتیجه رفتارهای آسیب‌زننده به خود قرار می‌گیرند (Mikolajczak et al., 2009; Cramer, 2015). لذا مداخلات روان‌شناختی باید با تمرکز بر آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان، ارتقای تاب‌آوری و بهبود روابط اجتماعی تدوین شوند. در مجموع، نتایج پژوهش حاضر افزون بر تأیید یافته‌های مطالعات پیشین، برخی جنبه‌های نوین را در بافت فرهنگی ایران آشکار کرد. به‌ویژه، الگوهای معنابخشی به رنج و هویت، استفاده از شوخ‌طبعی دفاعی و نقش روایت‌گری در بازسازی هویت، از جمله محورهای بارز در مصاحبه‌ها بود که کمتر در ادبیات بین‌المللی مورد توجه قرار گرفته‌اند. این ویژگی‌ها بر اهمیت رویکردهای بومی و فرهنگی در تحلیل و مداخله در رفتارهای خودآسیب‌گر نوجوانان تأکید می‌کند (Rahimi et al., 2020; Mohammadi et al., 2021).

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ گونه تضاد منافع وجود ندارد.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

فهرست منابع

References

- Adrian, M., Zeman, J., Erdley, C., Lisa, L., & Sim, L. (2011). Emotional dysregulation and interpersonal difficulties as risk factors for nonsuicidal self-injury in adolescent girls. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(3), 389–400. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9465-3>
- Bentley, K. H., Nock, M. K., & Barlow, D. H. (2015). The four-function model of nonsuicidal self-injury: Key directions for future research. *Clinical Psychological Science*, 2(5), 638-656. <https://doi.org/10.1177/2167702614542464>
- Bond, M. (2004). Empirical studies of defense style: Relationships with psychopathology and change. *Harvard Review of Psychiatry*, 12(5), 263–278. <https://doi.org/10.1080/10673220490520034>
- Brunner, R., Parzer, P., Haffner, J., Steen, R., Roos, J., Klett, M., & Resch, F. (2014). Prevalence and psychological correlates of occasional and repetitive deliberate self-harm in adolescents. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 161(7), 641–649. <https://doi.org/10.1001/archpedi.161.7.641>
- Chanen, A. M., & Kaess, M. (2012). Developmental pathways to borderline personality disorder. *Current Psychiatry Reports*, 14(1), 45-53. <https://doi.org/10.1007/s11920-011-0242-y>
- Cramer, P. (2015). Understanding defense mechanisms. *Psychodynamic Psychiatry*, 43(4), 523–552. <https://doi.org/10.1521/pdps.2015.43.4.523>
- Cunha, M., Xavier, A., & Zilberman, M. (2013). Patterns of defense mechanisms in adolescents with and without non-suicidal self-injury. *Comprehensive Psychiatry*, 54(5), 607-614. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2012.12.024>
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), 107-115. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x>
- Frankl, V. E. (1985). *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press.
- Freud, A. (1936). *The Ego and the Mechanisms of Defence*. London: Hogarth Press.
- Giletta, M., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., Ciairano, S., & Prinstein, M. J. (2012). Adolescent non-suicidal self-injury: A cross-national study of community samples from Italy, the Netherlands and the United States. *Psychiatry Research*, 197(1-2), 66–72. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2011.11.012>
- Klonsky, E. D. (2011). Non-suicidal self-injury in United States adults: Prevalence, sociodemographics, topography and functions. *Psychological Medicine*, 41(9), 1981–1986. <https://doi.org/10.1017/S0033291710002497>
- Kross, E., & Ayduk, O. (2017). Self-distancing: Theory, research, and current directions. *Advances in Experimental Social Psychology*, 55, 81-136. <https://doi.org/10.1016/bs.aesp.2016.10.002>
- Luyten, P., Mayes, L. C., Fonagy, P., Target, M., & Blatt, S. J. (2017). The development of the self in psychodynamic theory. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental Psychopathology* (pp. 798–849). Wiley.
- Mikolajczak, M., Petrides, K. V., & Hurry, J. (2009). Adolescents choosing self-harm as an emotion regulation strategy: The protective role of emotional intelligence. *British Journal of Clinical Psychology*, 48(2), 181–193. <https://doi.org/10.1348/014466508X386027>
- Mohammadi, M. R., Ahmadi, N., & Zarafshan, H. (2021). Epidemiology of self-injurious behaviors among Iranian adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Iranian Journal of Psychiatry*, 16(2), 104-117. <https://doi.org/10.18502/ijps.v16i2.5913>

- Muehlenkamp, J. J., Claes, L., Havertape, L., & Plener, P. L. (2012). International prevalence of adolescent non-suicidal self-injury and deliberate self-harm. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 6, 10. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-6-10>
- Nock, M. K. (2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 78–83. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01613.x>
- Rahimi, M., Bakhshi, M., & Zarei, A. (2020). The lived experience of Iranian adolescents with non-suicidal self-injury: A qualitative study. *International Journal of High Risk Behaviors & Addiction*, 9(3), e100830. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.100830>
- Schimmenti, A., & Bifulco, A. (2015). Linking lack of care in childhood to anxiety disorders in emerging adulthood: The role of defensive strategies. *Child Abuse & Neglect*, 50, 205-214. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.09.004>
- Swannell, S. V., Martin, G. E., Page, A., Hasking, P., & St John, N. J. (2014). Prevalence of nonsuicidal self-injury in nonclinical samples: Systematic review, meta-analysis and meta-regression. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 44(3), 273–303. <https://doi.org/10.1111/sltb.12070>
- Victor, S. E., Glenn, C. R., & Klonsky, E. D. (2019). Understanding the functions of nonsuicidal self-injury: Review and clarification. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 49(1), 129-141. <https://doi.org/10.1111/sltb.12427>
- Zelkowitz, R. L., Cole, D. A., Han, G., & Tomko, R. L. (2020). The role of defense mechanisms in adolescent nonsuicidal self-injury and suicidality: A longitudinal study. *Journal of Adolescence*, 80, 78-87. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.013>