أحداث الحياة السلبية تربط الأفكار الانتحارية وإيذاء النفس بين الممرضات المصابات بالاكتئاب

تأليف
مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 17, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). أحداث الحياة السلبية تربط الأفكار الانتحارية وإيذاء النفس بين الممرضات المصابات بالاكتئاب. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=119116

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل تخيلت يومًا الضغط الهائل الذي يتحمله العاملون في مجال الرعاية الصحية، وخاصة الممرضات والممرضين؟ إنهم يقفون في الخطوط الأمامية، ليس فقط لمواجهة الأمراض، بل أيضًا لمواجهة تحديات عاطفية ونفسية كبيرة. دراسة حديثة تلقي الضوء على العلاقة المعقدة بين الأحداث السلبية في الحياة، والاكتئاب، والتفكير الانتحاري، وإيذاء النفس بين الممرضات في الصين.

منهجية البحث

قام باحثون بتحليل بيانات من دراسة الصحة النفسية للممرضات في الصين، والتي شملت عينة واسعة جدًا بلغت 73,371 ممرضة يعانين من أعراض الاكتئاب. لم يركز الباحثون، بقيادة تشن زو، على الأحداث السلبية كمتغيرات منفصلة، بل سعوا إلى تحديد أنماط متميزة لتلك الأحداث. استخدموا أسلوب التحليل الكامن (Latent Class Analysis) - وهو أسلوب إحصائي متطور - لتجميع الممرضات في مجموعات بناءً على تشابه تجاربهن مع عشرة أحداث سلبية مختلفة شهدنها في العام الماضي. شملت هذه الأحداث، على سبيل المثال، مشاكل مالية، صعوبات في العلاقات، مشاكل صحية، أزمات عائلية، وفقدان شخص عزيز. بعد تحديد هذه الأنماط، استخدم الباحثون نماذج الانحدار اللوجستي (Binomial Logistic Regression) لتقييم العلاقة بين هذه الأنماط والتفكير الانتحاري وإيذاء النفس، مع الأخذ في الاعتبار عوامل أخرى مثل العمر، والوظيفة، والصحة العامة، وتجارب الطفولة.

النتائج

كشفت الدراسة عن أربعة أنماط متميزة للأحداث السلبية: نمط "الحياة ذات الضغوط المنخفضة" (يمثل 59.7% من العينة)، و"أزمة صحية وعائلية" (12.4%)، و"صراعات اقتصادية وعلاقات" (23.1%)، و"أزمات حياتية واسعة النطاق" (4.7%). النتائج الأكثر إثارة للاهتمام ظهرت عند مقارنة هذه المجموعات. الممرضات اللاتي صنّفن ضمن مجموعة "الصراعات الاقتصادية والعلاقات" أظهرن احتمالية أعلى بشكل ملحوظ للإصابة بالتفكير الانتحاري (بزيادة قدرها 25%) وإيذاء النفس (بزيادة قدرها 20%) مقارنة بالممرضات في مجموعة "الحياة ذات الضغوط المنخفضة".

لكن المجموعة الأكثر عرضة للخطر كانت "أزمات حياتية واسعة النطاق". الممرضات في هذه المجموعة أظهرن احتمالية أعلى بكثير للإصابة بالتفكير الانتحاري (بزيادة قدرها 68%) وإيذاء النفس (بزيادة قدرها 86%) مقارنة بالممرضات اللاتي لم يتعرضن للكثير من الضغوط. من الجدير بالذكر أن مجموعة "أزمة صحية وعائلية" لم تظهر ارتباطًا كبيرًا إحصائيًا بالتفكير الانتحاري أو إيذاء النفس. أجرى الباحثون تحليلات إضافية للتأكد من أن هذه النتائج ليست بسبب عوامل أخرى، مثل شدة أعراض الاكتئاب، أو بسبب عدم الإبلاغ عن بعض المعلومات، وكانت النتائج متسقة.

دلالات البحث

تشير هذه الدراسة إلى أن مجرد وجود أحداث سلبية في الحياة ليس هو العامل الوحيد الذي يؤثر على الصحة النفسية للممرضات. الأمر يتعلق بنوع هذه الأحداث وكيفية تضافرها. إن مواجهة صعوبات اقتصادية وعلاقاتية، خاصة عندما تتراكم وتؤثر على جوانب متعددة من الحياة، تزيد بشكل كبير من خطر التفكير الانتحاري وإيذاء النفس. الأزمات التي تشمل جوانب متعددة من الحياة، مثل الصحة والأسرة والمال والعلاقات، تحمل خطرًا أكبر بكثير.

هذه النتائج لها آثار مهمة على كيفية تصميم برامج الدعم النفسي للممرضات. بدلاً من تقديم دعم عام، يجب أن تكون التدخلات مستهدفة، وتراعي الأنماط المحددة من الضغوط التي تواجهها الممرضات. على سبيل المثال، قد تحتاج الممرضات اللاتي يعانين من صعوبات اقتصادية وعلاقاتية إلى دعم مالي واستشارات علاقات، بينما قد تحتاج الممرضات

ARABPSYCHOLOGY.COM

اللاتي يواجهن أزمات حياتية واسعة النطاق إلى دعم نفسي مكثف ومساعدة في إدارة التوتر.

إن فهم هذه الأنماط يمكن أن يساعد أيضًا في تحديد الممرضات الأكثر عرضة للخطر وتقديم الدعم الوقائي قبل أن تتفاقم المشاكل. إن حماية الصحة النفسية للعاملين في مجال الرعاية الصحية ليست مجرد مسؤولية أخلاقية، بل هي أيضًا ضرورة لضمان تقديم رعاية عالية الجودة للمرضى.

Reference

Chen, Z. (2026). *Negative life events, suicidal ideation and self-harm among nurses with depressive symptoms: A latent class analysis*. International Journal of Nursing Studies.

DOI: 10.1016/j.ijnurstu.2025.105242

ARABPSYCHOLOGY.COM