

السكن والمجتمع: عوامل حاسمة لصحة اللاجئين النفسية في الدول الغنية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 13, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). السكن والمجتمع: عوامل حاسمة لصحة اللاجئين النفسية في الدول الغنية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120634>

ألا يكفي أن يقتلع المرء من جذوره، من أرضه، من ذكرياته، ليجد نفسه في عالم غريب، يتحدث لغة لا يفهمها، ويواجه نظرات تحمل في طياتها الخوف والريبة؟ هذا السؤال يتردد صداه في أذهان الملايين من اللاجئين حول العالم، ولكن ما الذي يحدث لأولئك الذين ينجحون في الوصول إلى بر الأمان، إلى الدول ذات الدخل المرتفع؟ هل تنتهي معاناتهم مع عبور الحدود، أم أن هناك عوامل أخرى، خفية وغير مرئية، تستمر في التأثير على صحتهم النفسية ورفاههم؟ هذا ما تسعى دراسة حديثة إلى الإجابة عليه، من خلال فحص العلاقة بين الظروف السكنية والاجتماعية والصحة النفسية للاجئين، الآباء والأطفال على حد سواء.

الأسس النظرية

الإطار النفسي والاجتماعي

تستند هذه الدراسة إلى مجموعة من النظريات النفسية والاجتماعية التي تفسر تأثير الصدمات والظروف المعيشية على الصحة النفسية. من بين هذه النظريات، نظرية التعلق (Attachment Theory) التي تؤكد على أهمية العلاقات الآمنة والمستقرة في بناء شخصية صحية قادرة على التعامل مع الضغوط. ففقدان هذه العلاقات، كما يحدث في حالة اللجوء، يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات في التعلق، وقلق، واكتئاب. كما أن نظرية الضغط النفسي (Stress Process Theory) تلعب دوراً هاماً، حيث تشير إلى أن الضغوط المتراكمة، مثل صعوبة الحصول على سكن مناسب، والتمييز، والعزلة الاجتماعية، يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بالمشاكل النفسية. بالإضافة إلى ذلك، فإن مفهوم الصدمة المعقدة (Complex Trauma) يوضح كيف أن التعرض المستمر للصدمات، كما هو الحال في حالات النزاعات والحروب، يمكن أن يؤدي إلى تغييرات عميقة في الدماغ والجهاز العصبي، مما يجعل الفرد أكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية.

النماذج البيئية

لا يمكن فهم الصحة النفسية للاجئين بمعزل عن البيئة التي يعيشون فيها. فالنماذج البيئية، مثل النموذج البيئي-نظامي (Ecological Systems Theory) لبرونفبرينر، تؤكد على أن الفرد يتأثر بمجموعة من الأنظمة المتداخلة، بدءاً من الأسرة والمدرسة، وصولاً إلى المجتمع والثقافة. لذلك، فإن الظروف السكنية، وجودة الخدمات المجتمعية، ومستوى الدعم الاجتماعي، كلها عوامل تلعب دوراً حاسماً في تحديد الصحة النفسية للاجئين. يمكن تشبيه الأمر ببستاني يعتني بنبته صغيرة؛ إذا كانت التربة فقيرة، والماء غير كاف، والشمس غير متوفرة، فإن النبتة لن تنمو بشكل صحي، بغض النظر عن مدى قوتها الفطرية.

منهجية البحث

المراجعة المنهجية

اعتمدت الباحثة تامينا تامينج (Tamming T.) على منهجية المراجعة المنهجية (Systematic Review) لتقييم الأدلة العلمية المتاحة حول العلاقة بين الظروف السكنية والاجتماعية والصحة النفسية للاجئين. هذا يعني أنها اتبعت خطوات صارمة ومنظمة لتحديد الدراسات ذات الصلة، وتقييم جودتها، وتلخيص نتائجها. بدأت تامينج بالبحث في قواعد البيانات العلمية الرئيسية، مثل PubMed و PsycINFO و Embase، عن الدراسات المنشورة في المجالات العلمية المحكمة حتى 17 أكتوبر 2025. وقد قامت بتحديد معايير واضحة لإدراج الدراسات في المراجعة، مثل أن تكون الدراسات قد أجريت على اللاجئين في الدول ذات الدخل المرتفع، وأن تكون قد فحصت العلاقة بين الظروف السكنية والاجتماعية والصحة النفسية.

عملية الاختيار والتحليل

من بين 11,588 دراسة تم تحديدها في البداية، تم اختيار 30 دراسة فقط لتضمينها في المراجعة. وقد تم تقييم جودة هذه الدراسات باستخدام أدوات معيارية لضمان أن النتائج موثوقة وقابلة للتطبيق. ثم قامت تامينج بتحليل البيانات المستخرجة من هذه الدراسات، وتحديد الأنماط والاتجاهات الرئيسية. يمكن تشبيه هذه العملية بعمل محقق يجمع الأدلة من مسرح الجريمة، ثم يقوم بتحليلها للكشف عن الحقيقة. وقد اتبعت تامينج إرشادات PRISMA، وهي مجموعة من الإرشادات القياسية لإجراء المراجعات المنهجية، لضمان الشفافية والموثوقية.

النتائج

السكن والاستقرار العائلي

أظهرت نتائج المراجعة أن اللاجئين الذين يعيشون مع أسرهم أو أقاربهم أو في دور الرعاية يتمتعون بصحة نفسية أفضل من أولئك الذين يعيشون في مراكز الإيواء المؤقتة. ويرجع ذلك إلى أن السكن المستقر والعائلي يوفر للاجئين شعوراً بالأمان والانتماء والدعم الاجتماعي، وهي عوامل أساسية للصحة النفسية. كما أن العيش مع الأسرة يساعد الأطفال على الحفاظ على هويتهم الثقافية ولغتهم الأم، مما يقلل من خطر الإصابة بمشاكل نفسية.

الدعم الاجتماعي والتميز

أكدت النتائج أيضاً على أهمية الدعم الاجتماعي في تعزيز الصحة النفسية للاجئين. فاللاجئون الذين يحصلون على دعم من الأصدقاء والجيران والمجتمع المحلي يكونون أكثر قدرة على التكيف مع الحياة الجديدة، والتغلب على الصعوبات. في المقابل، فإن التعرض للتمييز العنصري أو الثقافي يرتبط بشكل وثيق بمشاكل الصحة النفسية، مثل القلق والاكتئاب والتوتر ما بعد الصدمة. يمكن تشبيه التمييز بسم قاتل يتسلل ببطء إلى نفس اللاجئ، ويقوض ثقته بنفسه وإيمانه بالمستقبل.

الفجوات في الأدلة

أشارت تامينج إلى وجود فجوة في الأدلة العلمية فيما يتعلق بالصحة النفسية للآباء اللاجئين، والعوامل المتعلقة بالتعليم والمدارس. وهذا يعني أن هناك حاجة إلى مزيد من البحوث لفهم التحديات التي يواجهها الآباء اللاجئين، وكيف يمكن دعمهم لمساعدة أطفالهم على النجاح في المدرسة والحياة.

تأثيرات البحث

التوصيات العملية

بناءً على نتائج هذه المراجعة، توصي تامينج صناع السياسات بتوفير ترتيبات سكنية قائمة على الأسرة، وتحسين الوصول إلى الخدمات التي توفر الدعم الاجتماعي للاجئين. كما توصي بتطوير برامج لمكافحة التمييز، وتعزيز التسامح والتفاهم بين الثقافات. هذه التوصيات ليست مجرد اقتراحات نظرية، بل هي خطوات عملية يمكن أن تحدث فرقاً حقيقياً في حياة اللاجئين.

السياق العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في السياق العربي، نجد أنها تحمل أهمية خاصة. فالعالم العربي يستضيف عدداً كبيراً من اللاجئين من مختلف البلدان، الذين يواجهون تحديات مماثلة لتلك التي واجهها اللاجئون في الدول ذات الدخل المرتفع. ومع ذلك، هناك بعض الفروق الثقافية والاجتماعية التي يجب أخذها في الاعتبار. ففي العديد من المجتمعات العربية، تلعب العائلة دوراً مركزياً في حياة الفرد، والدعم الاجتماعي غالباً ما يكون قوياً. ولكن في الوقت نفسه، قد يواجه اللاجئون في العالم العربي تمييزاً بسبب جنسيتهم أو دينهم أو عرقهم. كما أن الوصول إلى الخدمات النفسية والاجتماعية قد يكون محدوداً في بعض البلدان العربية. لذلك، من المهم تطوير برامج دعم مصممة خصيصاً لتلبية احتياجات اللاجئين في السياق العربي، مع مراعاة القيم الثقافية والاجتماعية المحلية.

آفاق مستقبلية وقيود البحث

اتجاهات البحث المستقبلية

تشير تامينج إلى أن البحوث المستقبلية في هذا المجال يجب أن تركز على إجراء تحليلات فرعية (Sub-group analyses) لفهم كيف تختلف احتياجات اللاجئين باختلاف العمر والجنس والخلفية الثقافية. كما توصي بإجراء دراسات طولية (Longitudinal studies) لتتبع التغيرات في الصحة النفسية للاجئين على مدى فترة طويلة من الزمن. بالإضافة إلى ذلك، هناك حاجة إلى مزيد من البحوث لفحص تأثير العوامل المتعلقة بالتعليم والمدارس على الصحة النفسية للاجئين. />

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليم View Course → اصول التربية والتعليم View Course → التربية البيئية والتنمية المستدامة View Course →

Reference

Tamming T. (2026). *Link between housing and community factors and mental health and psychological well-being of refugee parents and children in high-income countries: A systematic review*. Global Public Health, 21(1), 2649068-2649068.

DOI: [10.1080/17441692.2026.2649068](https://doi.org/10.1080/17441692.2026.2649068)