

الصحة النفسية لسائقي الإسعاف في تاميل نادو: دراسة تكشف عن معدلات قلق واكتئاب مقلقة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 9, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). الصحة النفسية لسائقي الإسعاف في تاميل نادو: دراسة تكشف عن معدلات قلق واكتئاب مقلقة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120493>

هل تخيلت يوماً الضغط النفسي الذي يعيشه سائق الإسعاف؟ ليس فقط قيادة سريعة عبر شوارع مزدحمة، بل مواجهة الموت والمعاناة بشكل مباشر، وتحمل مسؤولية حياة الآخرين على عاتقه في كل لحظة. هذا الواقع القاسي يترك ندوباً عميقة على الصحة النفسية لهؤلاء الأبطال المجهولين. دراسة حديثة من ولاية تاميل نادو في الهند تسلط الضوء على هذا الجانب المظلم، وتكشف عن معدلات مقلقة من الاكتئاب والقلق والتوتر بين سائقي الإسعاف.

الإطار النظري

تستند هذه الدراسة إلى فهم عميق للعلاقة بين الضغوط المهنية والصحة النفسية، وتحديدًا ضمن إطار نظري يجمع بين عدة مفاهيم أساسية في علم النفس السريري. يمكن النظر إلى ما يواجهه سائق الإسعاف على أنه شكل من أشكال الصدمة النفسية الثانوية (Vicarious Trauma)، وهي الحالة التي يعاني فيها الأفراد من أعراض مشابهة لأعراض الصدمة، نتيجة التعرض المتكرر لقصص أو مشاهد مروعة تخص الآخرين. هذا المفهوم مرتبط ارتباطاً وثيقاً بنظرية التعلق (Attachment Theory)، حيث أن الشعور بالعجز أمام الموت والمعاناة يمكن أن يثير مشاعر عميقة من القلق والخوف، ويعيد إحياء تجارب سابقة من فقدان أو عدم أمان.

بالإضافة إلى ذلك، تلعب نظرية التقييم المعرفي (Cognitive Appraisal Theory) دوراً هاماً في فهم كيفية استجابة سائقي الإسعاف للضغوط. فليست الأحداث نفسها هي التي تسبب الضيق النفسي، بل الطريقة التي يفسر بها الفرد هذه الأحداث. إذا رأى السائق أن مهمته تتطلب منه مواجهة تهديدات مستمرة لحياته أو حياة الآخرين، فإنه من المرجح أن يعاني من مستويات عالية من القلق والتوتر. كما أن مفهوم الاحتراق النفسي (Burnout) ذو صلة وثيقة، حيث أن الإرهاق العاطفي والجسدي الناتج عن العمل لساعات طويلة وتحمل مسؤوليات كبيرة يمكن أن يؤدي إلى فقدان الشغف والدافعية، والشعور بالإحباط واليأس.

المنهجية

قام الباحث سامال ج. وفريقه بإجراء دراسة مقطعية (Cross-sectional study) شملت 385 سائق إسعاف يعملون في مدينتي تشيناي وكويمباتور في ولاية تاميل نادو الهندية. تخيل أنك تريد معرفة مدى انتشار مرض معين في مدينة ما؛ فإنك تقوم بأخذ عينة عشوائية من السكان وفحصهم في وقت واحد. هذا هو بالضبط ما فعله الباحثون هنا. تم استخدام مقياس الاكتئاب والقلق والتوتر 21 بنداً (DASS-21) لتقييم مستويات الاكتئاب والقلق والتوتر لدى المشاركين. هذا المقياس هو بمثابة استبيان يسأل السائقين عن شعورهم وأفكارهم خلال الأسبوع الماضي، ويساعد على تحديد ما إذا كانوا يعانون من أعراض هذه الاضطرابات النفسية.

تم جمع البيانات من خلال الاستبيانات التي ملأها السائقون بأنفسهم، مع ضمان سرية المعلومات. ثم قام الباحثون بتحليل البيانات باستخدام الإحصاء الوصفي (Descriptive Statistics) لحساب معدلات انتشار الاكتئاب والقلق والتوتر، والإحصاء الاستدلالي (Inferential Statistics) لتحديد العوامل التي ترتبط بهذه الاضطرابات. تخيل أنك تقوم بفرز مجموعة كبيرة من الصور؛ الإحصاء الوصفي يساعدك على وصف هذه الصور (مثل عدد الصور التي تحتوي على أشخاص أو مناظر طبيعية)، بينما الإحصاء الاستدلالي يساعدك على استخلاص استنتاجات حول المجموعة بأكملها بناءً على عينة صغيرة.

النتائج

أظهرت النتائج أن 16% من سائقي الإسعاف يعانون من أعراض شديدة إلى بالغة الخطورة من الاكتئاب، بينما يعاني 48%

من أعراض شديدة إلى بالغة الخطورة من القلق. كما أن 11% منهم أبلغوا عن مستويات شديدة إلى بالغة الخطورة من التوتر المهني. هذه الأرقام مقلقة للغاية، وتشير إلى أن غالبية سائقي الإسعاف يعانون من مشاكل نفسية كبيرة.

الأكثر إثارة للاهتمام هو أن الدراسة حددت عدة عوامل تزيد من خطر الإصابة بهذه الاضطرابات. فالتعرض للعنف أثناء العمل، والمشاركة في التدريب على إنقاذ الأرواح، وقلة ساعات النوم، وطبيعة الخدمات المقدمة (حوادث المرور مقابل الحالات غير المرتبطة بحوادث المرور) كلها عوامل لعبت دوراً هاماً في زيادة شدة أعراض الاكتئاب والقلق والتوتر. على سبيل المثال، السائقون الذين يتعرضون للعنف بشكل متكرر قد يشعرون بالخوف وعدم الأمان، مما يزيد من خطر الإصابة بالقلق واضطراب ما بعد الصدمة. بالمثل، السائقون الذين يعملون لساعات طويلة ويحصلون على قليل من النوم قد يعانون من الإرهاق والإجهاد، مما يزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب والاحتراق النفسي.

التأثيرات

هذه النتائج لها آثار عميقة على كل من سائقي الإسعاف ومقدمي الرعاية الصحية والمجتمع ككل. من الناحية السريرية، يجب على الأطباء النفسيين والمعالجين النفسيين أن يكونوا على دراية بالضغط الفريدة التي يواجهها سائقو الإسعاف، وأن يقدموا لهم الدعم النفسي المناسب. قد يشمل ذلك العلاج بالكلام، مثل العلاج السلوكي المعرفي (CBT)، الذي يساعد الأفراد على تغيير أنماط تفكيرهم وسلوكهم السلبية، أو العلاج بالتعرض (Exposure Therapy)، الذي يساعد على مواجهة ذكرياتهم المؤلمة بطريقة آمنة ومسيطر عليها.

من الناحية العملية، يجب على مؤسسات الإسعاف أن توفر لسائقيها برامج تدريبية حول إدارة الإجهاد والمرونة النفسية، وأن تضمن حصولهم على ساعات نوم كافية وفترات راحة منتظمة. كما يجب عليها توفير بيئة عمل آمنة وداعمة، حيث يشعر السائقون بالتقدير والاحترام. بالإضافة إلى ذلك، يمكن لمؤسسات الإسعاف أن تتعاون مع الأطباء النفسيين والمعالجين النفسيين لتقديم خدمات استشارية مجانية لسائقيها.

السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، نجد أن هناك العديد من العوامل الثقافية التي قد تزيد من حدة المشاكل النفسية التي يواجهها سائقو الإسعاف. في العديد من المجتمعات العربية، لا يزال هناك وصمة عار مرتبطة بالصحة النفسية، مما يجعل الأفراد مترددين في طلب المساعدة. كما أن هناك نقصاً في الموارد والخدمات النفسية المتاحة، خاصة في المناطق الريفية والنائية. بالإضافة إلى ذلك، قد يواجه سائقو الإسعاف في العالم العربي ضغوطاً إضافية بسبب الظروف السياسية والاقتصادية والاجتماعية الصعبة التي تعاني منها بعض الدول العربية.

على سبيل المثال، في الدول التي تشهد صراعات مسلحة، قد يتعرض سائقو الإسعاف لخطر التعرض للعنف أو الاختطاف أو حتى القتل. كما أنهم قد يضطرون إلى العمل في ظروف صعبة للغاية، مثل نقص المعدات الطبية أو الوقود. في الدول التي تعاني من الفقر والبطالة، قد يواجه سائقو الإسعاف ضغوطاً مالية كبيرة، مما يزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب والقلق. لذلك، من الضروري أن يتم تصميم برامج الدعم النفسي لسائقي الإسعاف في العالم العربي بحيث تأخذ في الاعتبار هذه العوامل الثقافية والاجتماعية الفريدة.

آفاق مستقبلية وقيود

هذه الدراسة هي خطوة مهمة نحو فهم أفضل للصحة النفسية لسائقي الإسعاف، ولكنها ليست سوى البداية. هناك حاجة إلى

مزيد من البحوث لتحديد العوامل التي تزيد من خطر الإصابة بالاضطرابات النفسية، ولتقييم فعالية التدخلات المختلفة. على سبيل المثال، يمكن إجراء دراسات طويلة (Longitudinal studies) لتتبع التغيرات في الصحة النفسية لسائقي الإسعاف على مدى فترة طويلة من الزمن. كما يمكن إجراء دراسات مقارنة

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 → Course

Reference

Samal J. (2026). *An inquiry into the mental health of ambulance drivers in Tamil Nadu, India*. Discover (Social Science and Health, 6(1

DOI: [10.1007/s44155-026-00383-w](https://doi.org/10.1007/s44155-026-00383-w)