

الصحة النفسية للشباب في مناطق الصراع: دراسة حول تأثير العوامل الاجتماعية والدينية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 22, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). الصحة النفسية للشباب في مناطق الصراع: دراسة حول تأثير العوامل الاجتماعية والدينية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119816>

تخيل أنك شاب أو شابة في مقتبل العمر، تعيش في منطقة تشهد صراعاً مستمراً. الأب أو الأم غائب، ربما بسبب الظروف الأمنية، أو العمل بعيداً لتوفير لقمة العيش. في الوقت نفسه، يغمرك سيل من المعلومات والأخبار – بعضها حقيقي وبعضها مضلّل – عبر وسائل التواصل الاجتماعي. هل تعتقد أن هذه العوامل يمكن أن تؤثر على صحتك النفسية؟ هذا هو السؤال الذي حاول باحثون في تايلاند الإجابة عليه.

منهجية البحث

قام الباحثون، بقيادة الدكتور فورد كيه، بدراسة شاملة شملت شباباً وشابات في المقاطعات الجنوبية من تايلاند، وهي منطقة تشهد صراعاً مسلحاً طويل الأمد. اعتمدت الدراسة على جمع البيانات من خلال استبيانات (أسئلة مكتوبة) موزعة على عينة كبيرة من الشباب تتراوح أعمارهم بين 15 و 24 عاماً. ركزت الاستبيانات على تقييم مجموعة متنوعة من العوامل التي قد تؤثر على الصحة النفسية، بما في ذلك غياب أحد الوالدين، واستخدام وسائل التواصل الاجتماعي، ومستوى الدعم الأسري الذي يحصل عليه الشاب، ومدى التزامه بالممارسات الدينية.

لم يكتفِ الباحثون بسؤال المشاركين عن هذه العوامل، بل استخدموا أيضاً أدوات قياس معيارية (موحدة) لتقييم الأعراض النفسية مثل القلق والاكتئاب واضطرابات ما بعد الصدمة (مشاكل نفسية تظهر بعد التعرض لتجارب مؤلمة). تم تحليل البيانات باستخدام أساليب إحصائية متطورة لتحديد العلاقات بين هذه العوامل المختلفة والأعراض النفسية. أهم ما يميز هذه الدراسة هو أنها اعتمدت على تصميم "مقطعي" (cross-sectional)، مما يعني أنها جمعت البيانات في نقطة زمنية واحدة، مما يسمح بفهم الارتباطات بين المتغيرات، ولكنه لا يثبت بالضرورة علاقة سبب ونتيجة.

نتائج البحث

أظهرت نتائج الدراسة أن غياب أحد الوالدين يرتبط بشكل كبير بزيادة الأعراض النفسية لدى الشباب. فالشباب الذين يعيشون مع أحد الوالدين فقط، أو بدون أي من الوالدين، كانوا أكثر عرضة للإصابة بالقلق والاكتئاب واضطرابات ما بعد الصدمة مقارنة بأولئك الذين يعيشون مع كلا الوالدين.

كما وجدت الدراسة أن الاستخدام المفرط لوسائل التواصل الاجتماعي يرتبط أيضاً بزيادة الأعراض النفسية. ولكن، الأمر ليس بهذه البساطة. أوضح الباحثون أن نوعية استخدام وسائل التواصل الاجتماعي تلعب دوراً مهماً. فالشباب الذين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي للتواصل مع الأصدقاء والعائلة والحصول على الدعم الاجتماعي كانوا أقل عرضة للإصابة بالمشاكل النفسية، بينما أولئك الذين يستخدمونها للمقارنة الاجتماعية السلبية (مقارنة أنفسهم بالآخرين بشكل سلبي) أو التعرض للتنمر الإلكتروني (الإساءة عبر الإنترنت) كانوا أكثر عرضة للمعاناة.

على الجانب الإيجابي، وجدت الدراسة أن الدعم الأسري القوي والممارسات الدينية المنتظمة يمكن أن تكون عوامل وقائية (تحمي) ضد المشاكل النفسية. فالشباب الذين يشعرون بالدعم من أسرهم والذين يمارسون شعائرهم الدينية بانتظام كانوا أقل عرضة للإصابة بالقلق والاكتئاب.

تداعيات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن الصحة النفسية للشباب في مناطق الصراع تتأثر بمجموعة معقدة من العوامل. لا يمكن اختزال الأمر إلى عامل واحد فقط. فغياب الوالدين، والاستخدام غير الصحيح لوسائل التواصل الاجتماعي، ونقص الدعم الأسري، كلها عوامل تساهم في زيادة خطر الإصابة بالمشاكل النفسية.

من المهم أن ندرك أن هذه الدراسة أجريت في سياق محدد (تايلاند الجنوبية)، وقد تختلف النتائج في سياقات أخرى. ومع ذلك، فإن الدروس المستفادة من هذه الدراسة يمكن أن تكون ذات قيمة كبيرة لصناع السياسات والعاملين في مجال الصحة النفسية في جميع أنحاء العالم. يجب أن تركز البرامج والمبادرات على توفير الدعم النفسي للشباب الذين يعيشون في مناطق الصراع، وتعزيز الدعم الأسري، وتشجيع الاستخدام الصحي لوسائل التواصل الاجتماعي.

بالإضافة إلى ذلك، يجب أن نولي اهتماماً خاصاً للشباب الذين فقدوا أحد والديهم أو يعانون من نقص الدعم الأسري. قد يحتاج هؤلاء الشباب إلى مساعدة إضافية للتغلب على الصعوبات النفسية التي يواجهونها. إن فهم هذه العوامل المتشابكة هو الخطوة الأولى نحو بناء مجتمعات أكثر صحة ومرونة للجيل القادم.

Reference

Ford K. (2026). *Mental health among youth in a conflict area: a cross-sectional study of the effects of parental absence, social media, family support and religious practice on psychiatric symptoms in Thailand's southernmost provinces*. Conflict and Health, 20(1), 12-12

DOI: [10.1186/s13031-026-00750-z](https://doi.org/10.1186/s13031-026-00750-z)