الصحة النفسية وتكوين الهوية المهنية لطلاب الطب في سنغافورة: دراسة نوعية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

يناير 29, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). الصحة النفسية وتكوين الهوية المهنية لطلاب الطب في سنغافورة: دراسة نوعية. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=115385

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل أنك طالب طب، غارق في الامتحانات، تواجه ضغوطًا هائلة في المستشفى، وتحاول في الوقت نفسه بناء هويتك المهنية. هل تعتقد أن هذه الضغوط يمكن أن تؤثر على صحتك النفسية؟ هذا السؤال هو محور دراسة جديدة تلقي الضوء على العلاقة المعقدة بين الصحة النفسية وتشكيل الهوية المهنية لدى طلاب الطب في سنغافورة.

النقاط الرئيسية

أظهرت الدراسة أن طلاب الطب يواجهون مستويات عالية من التوتر والقلق والاكتئاب، مما يؤثر سلبًا على قدرتهم على تطوير هويتهم المهنية.
إن وجود "بوصلة داخلية" قوية (شعور راسخ بالقيم والمعتقدات) وشبكة دعم اجتماعي متينة يساعد الطلاب على التعامل مع هذه التحديات بشكل صحي.
تؤكد الدراسة على أهمية تقديم دعم نفسي طويل الأمد ومخصص للطلاب، مع مراعاة السياق الثقافي والظروف الفردية لكل طالب.
إن إهمال الصحة النفسية لطلاب الطب يمكن أن يعيق نموهم المهني ويؤثر على جودة الرعاية التي يقدمونها للمرضى في المستقبل.

المنهجية

قام الباحثون في سنغافورة بإجراء مقابلات متعمقة مع عشرة طلاب طب أثناء فترة تدريبهم في مركز سنغافورة الوطني للسرطان. لم تكن هذه مجرد أسئلة وإجابات؛ بل كانت محادثات مفتوحة سمحت للطلاب بالتعبير عن تجاربهم الشخصية مع الصحة النفسية وكيف أثرت على رحلتهم لتشكيل هويتهم كأطباء. اعتمدت الدراسة على نظرية "حلقات الشخصية" (Ring Theory of Personhood) - وهي إطار تحليلي يصف كيف تتغير معتقداتنا وقيمنا الأساسية (في المستويات الفطرية، الفردية، العلائقية، والمجتمعية) استجابةً للتجارب المختلفة. تم تسجيل المقابلات وتحليلها بعناية لتحديد الأنماط والموضوعات الرئيسية التي ظهرت من خلالها.

النتائج

كشفت الدراسة عن ثلاثة مجالات رئيسية تؤثر على العلاقة بين الصحة النفسية والهوية المهنية. أولاً، واجه الطلاب مجموعة متنوعة من الضغوطات، بما في ذلك ضغوط الامتحانات، والتحديات السريرية (التعامل مع المرضى والحالات الصعبة)، والالتزامات اللامنهجية (الأنشطة خارج المنهج الدراسي)، والصراعات الشخصية مع الزملاء أو المشرفين. هذه الضغوطات غالبًا ما أدت إلى صراعات داخلية بين المعتقدات والقيم التي اكتسبوها سابقًا وتلك التي بدأت تتشكل لديهم كأطباء.

ثانيًا، لاحظ الباحثون أن مفهوم الطلاب عن "ذاتهم" (self-concept) يتطور باستمرار خلال فترة دراستهم. فهم يبدأون كأفراد لديهم قيم ومعتقدات شخصية، ثم يتغيرون تدريجيًا مع اكتسابهم المعرفة والمهارات الطبية، وتغير نظرتهم لأنفسهم كأطباء.

ثالثًا، اكتشف الباحثون أن الطلاب يتبنون استراتيجيات مختلفة للتكيف مع هذه الضغوطات والصراعات. الطلاب الذين لديهم "بوصلة داخلية" قوية – أي أنهم يعرفون قيمهم ومبادئهم جيدًا – ولديهم شبكة دعم اجتماعي قوية (من الأصدقاء والعائلة والزملاء) كانوا أكثر قدرة على التعامل مع التحديات بشكل صحي، وتبني آليات مواجهة إيجابية، وتحقيق نمو مهني متكيف. على العكس من ذلك، الطلاب الذين يفتقرون إلى هذه الموارد كانوا أكثر عرضة للانخراط في سلوكيات غير

ARABPSYCHOLOGY.COM

صحية، مثل الانسحاب الاجتماعي أو الإفراط في العمل، مما أدى إلى تفاقم التوتر والقلق، وإعاقة تطور هويتهم المهنية.

الدلالات

تؤكد هذه الدراسة على أن الصحة النفسية لطلاب الطب ليست مجرد مسألة رفاهية شخصية، بل هي عنصر أساسي في تشكيل هويتهم المهنية. إن توفير الدعم النفسي للطلاب ليس مجرد واجب أخلاقي، بل هو استثمار في مستقبل الرعاية الصحية.

يشير الباحثون إلى أن التدخلات قصيرة الأجل التي تهدف إلى تخفيف التوتر والقلق قد تكون مفيدة، ولكنها ليست كافية. هناك حاجة إلى برامج دعم طويلة الأمد ومخصصة، تأخذ في الاعتبار السياق الثقافي والظروف الفردية لكل طالب. يجب أن تركز هذه البرامج على مساعدة الطلاب على تطوير "بوصلتهم الداخلية" من خلال تعزيز قيمهم ومعتقداتهم، وتزويدهم بمهارات التأقلم، وبناء شبكات دعم اجتماعي قوية.

من المهم أيضًا أن ندرك أن الضغوط التي يواجهها طلاب الطب ليست فريدة من نوعها. إنها تعكس تحديات أوسع تواجه المهنيين في جميع المجالات. لذلك، فإن الدروس المستفادة من هذه الدراسة يمكن أن تكون ذات صلة أيضًا بتطوير برامج دعم للمهنيين الآخرين.

Reference

Wan D.W.J. (2025). *Mental health and professional identity formation amongst medical students in Singapore: a qualitative study*. BMC Medical Education.

DOI: 10.1186/s12909-025-08385-z

ARABPSYCHOLOGY.COM