

العوامل المدرسية تحمي الصحة النفسية للمراهقين النيجيريين: دراسة مهمة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 14, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). العوامل المدرسية تحمي الصحة النفسية للمراهقين النيجيريين: دراسة مهمة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120676>

هل تساءلت يوماً عن القوة الخفية التي يمكن أن يمتلكها الفصل الدراسي في حماية عقل المراهق المضطرب؟ في نيجيريا، حيث التحديات الاجتماعية والاقتصادية تلقي بظلالها على حياة الشباب، يظهر بحث جديد أن المدارس ليست مجرد أماكن لاكتساب المعرفة، بل هي ملاذات آمنة يمكن أن تحمي الطلاب من براثن الأمراض النفسية. هذا ما كشفه الدكتور أديويوا وزملاؤه في دراسة حديثة أجريت على أكثر من 9400 مراهق في ولاية لاغوس، حيث أظهرت النتائج أن كل عامل حماية إضافي في المدرسة يقلل بشكل كبير من خطر الإصابة بالاكتئاب والقلق واضطرابات السلوك وتعاطي المخدرات وحتى الأفكار الانتحارية.

الإطار النظري

تستند هذه الدراسة إلى فهم عميق للنظريات النفسية التي تؤكد على أهمية العوامل الوقائية في تعزيز الصحة النفسية. يمكننا أن نرى هنا صدى واضحاً لنظرية الأنظمة البيئية (Ecological Systems Theory) التي طورها يوريك برونفنبرينر، والتي ترى أن تطور الفرد يتأثر بتفاعله مع مختلف الأنظمة البيئية المحيطة به، بدءاً من الأسرة والمدرسة وصولاً إلى المجتمع والثقافة. المدرسة، في هذا السياق، تمثل نظاماً بيئياً حيوياً يمكن أن يوفر الدعم الاجتماعي والعاطفي الذي يحتاجه المراهقون للتغلب على التحديات.

كما أن مبادئ العلاج السلوكي المعرفي (CBT) تظهر هنا بشكل واضح، حيث تؤكد على دور الأفكار والمشاعر والسلوكيات في تشكيل الصحة النفسية. من خلال تعزيز العلاقات الإيجابية بين الطلاب والمعلمين، وتوفير بيئة مدرسية آمنة وداعمة، يمكن للمدرسة أن تساعد المراهقين على تطوير مهارات التأقلم الصحية وتغيير الأنماط السلبية في التفكير والسلوك. إنها أشبه بتعليمهم كيفية بناء دروع واقية حول عقولهم.

المنهجية

قام الدكتور أديويوا وفريقه بإجراء دراسة استقصائية واسعة النطاق شملت 9437 مراهقاً في 47 مدرسة ثانوية في ولاية لاغوس. تم اختيار المدارس باستخدام أسلوب أخذ العينات الطبقيّة العنقودية متعدد المراحل، مما يضمن تمثيلاً عادلاً للمدارس في المناطق الحضرية وشبه الحضرية والريفية. تخيل أنك تقوم بمسح شامل لجميع أنواع الحوادث في مدينة كبيرة، لتقييم مدى ازدهار النباتات في كل منها. هذا ما فعله الباحثون، ولكن بدلاً من النباتات، قاموا بتقييم الصحة النفسية للمراهقين.

تم تقييم الصحة النفسية للمراهقين باستخدام مقابلة الميني الدولية للأطفال والمراهقين (MINI-Kid)، وهي أداة تشخيصية موثوقة تستخدم لتحديد اضطرابات الصحة النفسية مثل الاكتئاب والقلق واضطرابات السلوك وتعاطي المخدرات والأفكار الانتحارية. كما تم قياس العوامل الوقائية في المدرسة، مثل العلاقات مع الأقران ودعم المعلمين والشعور بالانتماء إلى المدرسة وغياب التنمر، باستخدام استبيانات موحدة. بالإضافة إلى ذلك، تم تقييم التجارب السلبية في مرحلة الطفولة، مثل التعرض للعنف أو الإهمال أو فقدان أحد الوالدين، باستخدام استبيان مكون من 10 بنود.

تم تحليل البيانات باستخدام نماذج الانحدار اللوجستي متعدد المتغيرات لتحديد العلاقة بين العوامل الوقائية في المدرسة والصحة النفسية للمراهقين، مع الأخذ في الاعتبار تأثير التجارب السلبية في مرحلة الطفولة والاختلافات بين الجنسين. كما تم استخدام مصطلحات التفاعل لاختبار ما إذا كانت العوامل الوقائية في المدرسة يمكن أن تخفف من تأثير التجارب السلبية في مرحلة الطفولة.

النتائج

أظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين العوامل الوقائية في المدرسة والصحة النفسية للمراهقين. فقد وجد الباحثون أن كل عامل حماية إضافي في المدرسة يرتبط بانخفاض بنسبة 42٪ إلى 54٪ في خطر الإصابة باضطرابات الصحة النفسية. وهذا يعني أن المراهقين الذين يتمتعون بعلاقات جيدة مع أقرانهم ويتلقون دعماً من معلمهم ويشعرون بالانتماء إلى المدرسة هم أقل عرضة للإصابة بالاكتئاب والقلق واضطرابات السلوك وتعاطي المخدرات والأفكار الانتحارية.

الأكثر إثارة للاهتمام هو أن العوامل الوقائية في المدرسة كانت أكثر فعالية في حماية المراهقين الذين تعرضوا لتجارب سلبية في مرحلة الطفولة. فقد وجد الباحثون أن المراهقين الذين تعرضوا لثلاثة أو أكثر من التجارب السلبية في مرحلة الطفولة شهدوا انخفاضاً بنسبة 41٪ في انتشار الاكتئاب عندما كانوا يتمتعون بمستوى عالٍ من الحماية في المدرسة. هذا يشير إلى أن المدرسة يمكن أن تلعب دوراً حاسماً في التخفيف من آثار الصدمات النفسية التي يتعرض لها المراهقون.

كما كشفت التحليلات المستندة إلى الجنس عن اختلافات مثيرة للاهتمام. فقد وجد الباحثون أن العوامل الوقائية في المدرسة كانت أكثر ارتباطاً بانخفاض معدلات الاكتئاب لدى الإناث، بينما كانت أكثر ارتباطاً بانخفاض معدلات القلق لدى الذكور. وهذا يشير إلى أن المدرسة قد تحتاج إلى تقديم دعم مختلف للفتيات والفتيان لتلبية احتياجاتهم الفريدة.

التأثيرات

هذه النتائج لها آثار عميقة على كل من الممارسين والباحثين وصانعي السياسات. بالنسبة للممارسين، تؤكد هذه الدراسة على أهمية دمج التدخلات النفسية في البيئة المدرسية. يمكن للمدارس أن تلعب دوراً حيوياً في تعزيز الصحة النفسية للمراهقين من خلال توفير برامج تدعم العلاقات الإيجابية بين الطلاب والمعلمين، وتعزز الشعور بالانتماء إلى المدرسة، وتمنع التنمر. إنها أشبه بتحويل المدرسة إلى مركز للرعاية النفسية، وليس مجرد مكان للدراسة.

بالنسبة للباحثين، تسلط هذه الدراسة الضوء على الحاجة إلى مزيد من البحث حول العوامل الوقائية في المدرسة في سياقات أفريقية جنوب الصحراء الكبرى. هناك حاجة إلى دراسات طويلة لتحديد ما إذا كانت العوامل الوقائية في المدرسة يمكن أن تمنع تطور اضطرابات الصحة النفسية على المدى الطويل، ولتقييم فعالية التدخلات المدرسية المختلفة. كما أن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لفهم الآليات التي من خلالها تؤثر العوامل الوقائية في المدرسة على الصحة النفسية للمراهقين.

أما بالنسبة لصانعي السياسات، فإن هذه الدراسة تدعو إلى زيادة الاستثمار في الصحة النفسية للمراهقين في المدارس. يجب على الحكومات تخصيص الموارد اللازمة لتدريب المعلمين على التعرف على علامات وأعراض اضطرابات الصحة النفسية، وتوفير الدعم النفسي للطلاب المحتاجين، وإنشاء بيئات مدرسية آمنة وداعمة. إنها استثمار في مستقبل الأمة، لأن المراهقين الأصحاء نفسياً هم أكثر عرضة للنجاح في المدرسة وفي الحياة.

السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، نجد أن هناك أوجه تشابه واختلافات مهمة. فمن ناحية، تشترك المجتمعات العربية في العديد من القيم الثقافية التي تؤكد على أهمية الأسرة والمجتمع والدعم الاجتماعي. وهذا يعني أن العوامل الوقائية في المدرسة، مثل العلاقات مع الأقران ودعم المعلمين والشعور بالانتماء إلى المدرسة، قد تكون ذات أهمية خاصة للمراهقين العرب.

من ناحية أخرى، تواجه المجتمعات العربية أيضاً تحديات فريدة من نوعها، مثل الصراعات السياسية والاجتماعية والفقر والبطالة والتمييز. هذه التحديات يمكن أن تزيد من خطر الإصابة باضطرابات الصحة النفسية لدى المراهقين. بالإضافة إلى ذلك، غالباً ما يكون هناك وصمة عار مرتبطة بالصحة النفسية في المجتمعات العربية، مما قد يمنع المراهقين من طلب المساعدة. لذلك، من المهم أن تكون التدخلات المدرسية حساسة ثقافياً وأن تعالج هذه التحديات الفريدة.

>

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

Adewuya A.O. (2026). *School protective factors and adolescent mental health in Nigeria: an investigation of (cumulative effects, buffering mechanisms, and gender differences*. BMC Psychology, 14(1

DOI: [10.1186/s40359-026-04150-z](https://doi.org/10.1186/s40359-026-04150-z)