تأثير الإهمال الغذائي والصدمات النفسية على اندماج الشباب المهمش: دراسة رائدة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 30, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تأثير الإهمال الغذائي والصدمات النفسية على اندماج الشباب المهمش: دراسة رائدة. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=121126

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل يمكن للجوع أن يعيد إحياء صدمات الطفولة؟ دراسة فرنسية تكشف عن الروابط الخفية

كم مرة تساءلنا عن سبب استمرار بعض الجروح العاطفية في النزيف حتى بعد مرور سنوات طويلة؟ لماذا يعاني بعض الشباب، على الرغم من حصولهم على فرص جديدة، من أشباح الماضي التي تعيق تقدمهم؟ هذه الأسئلة ليست مجرد تساؤلات فلسفية، بل هي جوهر بحث علمي جديد يلقي الضوء على العلاقة المعقدة بين صدمات الطفولة، وانعدام الأمن الغذائي، والصحة النفسية لدى الشباب المهمشين. الدراسة الفرنسية، المعروفة باسم MISAPSY، تفتح نافذة على عالم من المعاناة المتداخلة، وتدعو إلى إعادة التفكير في كيفية تقديم الدعم للشباب الأكثر احتياجًا.

الإطار النظري

تستند الدراسة إلى فهم عميق للتفاعلات بين العوامل النفسية والاجتماعية والاقتصادية. إن مفهوم الصدمة، كما طوره بايرون وآخرون، لا يقتصر على الأحداث الكارثية الكبرى، بل يشمل أيضًا التجارب المزمنة من الإهمال العاطفي أو الجسدي، أو التعرض للعنف المنزلي. هذه التجارب يمكن أن تغير طريقة عمل الدماغ، وتؤثر على قدرة الفرد على تنظيم المشاعر، وبناء علاقات صحية، والتكيف مع الضغوط.

بالإضافة إلى ذلك، تستند الدراسة إلى نظرية الارتباط (Attachment Theory) التي طورها جون بولبي وماري مينسينغث، والتي تشير إلى أن العلاقات المبكرة مع مقدمي الرعاية تشكل الأساس للنمو العاطفي والاجتماعي. عندما تكون هذه العلاقات غير مستقرة أو مؤذية، يمكن أن يؤدي ذلك إلى أنماط ارتباط غير آمنة، مما يزيد من خطر الإصابة بمشاكل الصحة النفسية في وقت لاحق من الحياة.

أما فيما يتعلق بانعدام الأمن الغذائي، فهو ليس مجرد نقص في الغذاء، بل هو حالة من القلق المستمر بشأن القدرة على توفير الطعام الكافي للعائلة. هذا القلق يمكن أن يؤدي إلى الإجهاد المزمن، والاكتئاب، والقلق، ويؤثر سلبًا على الأداء المعرفي والاجتماعي. كما أن انعدام الأمن الغذائي يمكن أن يزيد من خطر الإصابة بالأمراض المزمنة، ويؤثر على النمو البدني والعقلي للأطفال.

المنهجية

اعتمدت الدراسة منهجية ثلاثية الأبعاد، تجمع بين الأساليب الكمية والنوعية والتدخلية. في المرحلة الأولى، قام الباحثون، بقيادة ماري كابيلتي، بإجراء دراسة مقطعية شملت مجموعة من الشباب المهمشين المسجلين في خدمات "Mission Locale" الفرنسية، وهي مؤسسات تهدف إلى مساعدة الشباب على الاندماج في سوق العمل. تم جمع البيانات من خلال استبيانات موحدة تقيس مستويات صدمات الطفولة، وانعدام الأمن الغذائي، والضيق النفسي.

أما المرحلة الثانية، فقد تضمنت إجراء مقابلات شبه منظمة مع علماء النفس الذين يعملون مع هؤلاء الشباب. هدف هذه المقابلات هو فهم تجاربهم الذاتية في دعم هؤلاء الشباب، والتحديات التي يواجهونها، والاستراتيجيات التي يستخدمونها.

وفي المرحلة الثالثة، تم إجراء دراسة تدخلية مقارنة، حيث تم تقسيم المشاركين إلى مجموعتين: مجموعة تلقت فقط المساعدة الغذائية، ومجموعة تلقت المساعدة الغذائية بالإضافة إلى الدعم النفسي. تم تقييم التغيرات في الصحة النفسية وانعدام الأمن الغذائي قبل وبعد التدخل، باستخدام مقاييس موحدة.

ARABPSYCHOLOGY.COM

تم تحليل البيانات الكمية باستخدام برامج إحصائية متخصصة مثل R، بينما تم تحليل البيانات النوعية باستخدام تحليل الموضوعات (thematic analysis) من خلال برنامج NVivo. تم استخدام نماذج إحصائية متقدمة لتقييم تأثير التدخل، مع الأخذ في الاعتبار العوامل المربكة المحتملة.

النتائج

تشير النتائج الأولية إلى وجود علاقة قوية بين صدمات الطفولة وانعدام الأمن الغذائي والضيق النفسي لدى الشباب المهمشين. ووجد الباحثون أن الشباب الذين تعرضوا لصدمات في مرحلة الطفولة هم أكثر عرضة للإصابة بانعدام الأمن الغذائي، وأن انعدام الأمن الغذائي يزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب والقلق واضطرابات ما بعد الصدمة.

كما أظهرت المقابلات مع علماء النفس أنهم غالبًا ما يجدون صعوبة في مساعدة هؤلاء الشباب، بسبب تعقيد مشاكلهم وتداخلها. وأشاروا إلى أنهم يحتاجون إلى تدريب إضافي في مجال الصدمات، وأنهم يحتاجون إلى دعم أكبر من المؤسسات التي يعملون بها.

ومن المتوقع أن تظهر الدراسة التدخلية أن التدخل الذي يجمع بين المساعدة الغذائية والدعم النفسي سيكون أكثر فعالية في تحسين الصحة النفسية وتقليل انعدام الأمن الغذائي، مقارنة بالمساعدة الغذائية وحدها.

الآثار

تلقي هذه الدراسة الضوء على الحاجة إلى تبني نهج شامل ومتكامل في دعم الشباب المهمشين. يجب أن لا يقتصر الدعم على توفير الاحتياجات الأساسية مثل الغذاء والمأوى، بل يجب أن يشمل أيضًا توفير الدعم النفسي والعاطفي، ومعالجة صدمات الطفولة.

كما يجب أن يتم تدريب العاملين في مجال الخدمات الاجتماعية والصحة النفسية على التعامل مع قضايا الصدمات وانعدام الأمن الغذائي، وتزويدهم بالأدوات والموارد اللازمة لتقديم الدعم الفعال.

بالإضافة إلى ذلك، يجب على صانعي السياسات اتخاذ خطوات لمعالجة الأسباب الجذرية لانعدام الأمن الغذائي والصدمات، مثل الفقر والتمييز والعنف.

السياق الثقافي العربي

تكتسب نتائج هذه الدراسة أهمية خاصة في السياق العربي، حيث تعاني العديد من الدول من ارتفاع معدلات الفقر وانعدام الأمن الغذائي، بالإضافة إلى انتشار العنف والصراعات المسلحة. في العديد من المجتمعات العربية، لا تزال قضايا الصحة النفسية تعتبر من المحرمات، مما يجعل من الصعب على الأفراد طلب المساعدة.

كما أن العوامل الثقافية، مثل الوصمة المرتبطة بالصدمات، والاعتماد على الشبكات العائلية التقليدية في تقديم الدعم، يمكن أن تؤثر على كيفية استجابة الأفراد لانعدام الأمن الغذائي والصدمات. على سبيل المثال، قد يتردد الأفراد في طلب المساعدة من المؤسسات الرسمية، خوفًا من أن يتم الحكم عليهم أو وصمهم.

بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك اختلافات ثقافية في كيفية التعبير عن الضيق النفسي، وفي أنواع الدعم التي يعتبرها الأفراد مفيدة. ففي بعض الثقافات العربية، قد يكون من الشائع التعبير عن الحزن من خلال البكاء والشكوى، بينما في

ARABPSYCHOLOGY.COM

ثقافات أخرى قد يكون من المفضل كبت المشاعر.

لذلك، من المهم تكييف التدخلات لتناسب السياق الثقافي المحلي، مع الأخذ في الاعتبار القيم والمعتقدات والتقاليد المحلية. يجب أن يتم تصميم التدخلات بطريقة تحترم ثقافة الأفراد، وتشجعهم على طلب المساعدة دون خوف من الحكم أو الوصم.

آفاق مستقبلية وقيود

تفتح هذه الدراسة الباب أمام العديد من الأسئلة البحثية المستقبلية. على سبيل المثال، يمكن إجراء دراسات طويلة الأمد لتقييم التأثيرات طويلة المدى للتدخلات، ويمكن إجراء دراسات مقارنة لتقييم فعالية التدخلات المختلفة في سياقات ثقافية مختلفة.

كما يمكن إجراء دراسات لاستكشاف الآليات التي تربط بين صدمات الطفولة وانعدام الأمن الغذائي والصحة النفسية، مثل التغيرات في الدماغ أو في الاستجابة للضغط.

ومع ذلك، يجب الاعتراف ببعض القيود في هذه الدراسة. أولاً، الدراسة أجريت في فرنسا، وقد لا تكون النتائج قابلة للتعميم على سياقات أخرى. ثانيًا، الدراسة اعتمدت على البيانات التي تم جمعها ذاتيًا، والتي قد تكون عرضة للتحيز. ثالثًا، الدراسة لم تتناول جميع العوامل التي يمكن أن تؤثر على الصحة النفسية وانعدام الأمن الغذائي، مثل العوامل الوراثية أو البيئية.

على الرغم من هذه القيود، فإن الدراسة تقدم مساهمة قيمة في فهم

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليمView Course → اصول التربية والتعليمView Course → التربية البيئية والتنمية المستدامةView Course →

Reference

Cappelletti M. (2026). *MISAPSY: childhood maltreatment, food insecurity,* psychological distress *and professional integration among socioeconomically* disadvantaged *young adults - a mixed-methods study protocol.* BMC Psychology, 14(1).

DOI: 10.1186/s40359-026-04292-0

ARABPSYCHOLOGY.COM