

تأثير جائحة كوفيد-19: ضغوط الحمل قد تؤثر على مزاج الرضع

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 8, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تأثير جائحة كوفيد-19: ضغوط الحمل قد تؤثر على مزاج الرضع. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118513>

تخيّل امرأةً حامل، تعيش في خضمّ جائحة عالمية، مثقلةً بالخوف على صحتها وصحة جنينها، وقلقةً بشأن المستقبل. هل يمكن أن يؤثر هذا القلق العميق على طفلها حتى قبل ولادته؟ هذا السؤال هو جوهر بحث جديد يلقي الضوء على تأثير الضغوط التي تعرضت لها الأمهات الحوامل خلال جائحة كوفيد-19 على مزاج وسلوك أطفالهن في الأشهر الأولى من حياتهم.

منهجية البحث

قام باحثون بقيادة جيسون بيرسون بدراسة مستقبلية شملت 269 امرأةً حاملّةً من مقاطعة كيبيك الكندية، يتحدثن اللغة الفرنسية، ولم يكن يعانين من أي عوامل خطر عالية خلال فترة الحمل. تم جمع البيانات من خلال استبيانات مقدمة للأمهات خلال فترة الحمل، حيث تم تقييم مستويات الضغط لديهن بشكل عام، بالإضافة إلى الضغط المرتبط تحديداً بالجائحة. بعد ستة أشهر من ولادة الأطفال، أرسلت استبيانات أخرى للأمهات لتقييم مستويات الضغط لديهن بعد الولادة، وكذلك لتقييم مزاج وسلوك أطفالهن. الهدف من هذه المنهجية هو تحديد ما إذا كان الضغط الذي تعرضت له الأم خلال فترة الحمل يرتبط بصفات مزاجية معينة لدى الطفل، مع الأخذ في الاعتبار تأثير الضغط الذي قد تتعرض له الأم بعد الولادة أيضاً. تم استخدام مقياس لتقييم "المزاج" (temperament) عند الرضع، وهو مجموعة من الخصائص الفطرية التي تؤثر على كيفية تفاعل الطفل مع العالم من حوله، مثل مستوى النشاط، والاستجابة العاطفية، والقدرة على التنظيم الذاتي.

نتائج البحث

أظهرت النتائج أن الضغط الذي تعرضت له الأمهات الحوامل خلال فترة الجائحة كان له تأثير ملحوظ على مزاج أطفالهن بعد ستة أشهر. لاحظ الباحثون أن الأمهات اللاتي عانين من مستويات أعلى من الضغط خلال فترة الحمل كان لديهن أطفال يظهرون مستويات أعلى من "التأثر السلبي" (negative affectivity)، وهو الميل إلى الشعور بالحزن، والغضب، والخوف. كما وجدوا أن الضغط أثناء الحمل مرتبط بضعف في قدرة الأطفال على "التوجيه والتنظيم" (orienting/regulation)، وهي القدرة على الانتباه إلى المحفزات الجديدة وتنظيم الاستجابات العاطفية والسلوكية. والأمر الأكثر أهمية هو أن هذه الارتباطات ظلت قائمة حتى بعد أخذ مستويات الضغط التي تعرضت لها الأمهات بعد الولادة في الاعتبار. وهذا يشير إلى أن الضغط الذي تعرضت له الأم خلال فترة الحمل له تأثير مستقل على مزاج الطفل، وليس مجرد نتيجة للظروف الصعبة التي تعيشها الأم بعد الولادة.

دلالات البحث

تدعم هذه الدراسة فرضية "البرمجة الجنينية" (fetal programming)، وهي فكرة أن البيئة التي يتعرض لها الجنين في الرحم يمكن أن تؤثر على تطوره الجسدي والعقلي والعاطفي على المدى الطويل. بعبارة أخرى، الضغوط التي تتعرض لها الأم الحامل لا تؤثر فقط على صحتها، بل يمكن أن "تُبرمج" الجهاز العصبي للجنين بطرق تؤثر على سلوكه ومزاجه في المستقبل. هذا لا يعني أن الطفل محكوم عليه بالمعاناة من مشاكل عاطفية أو سلوكية، بل يعني أن لديه استعداداً أكبر لتطوير هذه المشاكل، وأن التدخل المبكر يمكن أن يساعد في التخفيف من هذه الآثار.

من المهم أيضاً ملاحظة أن الدراسة تؤكد على أهمية الضغط الذي تتعرض له الأم بعد الولادة. فالضغط الذي تتعرض له الأم في الأشهر الأولى بعد الولادة يمكن أن يساهم أيضاً في تطور مزاج الطفل. لذلك، من الضروري توفير الدعم النفسي والاجتماعي للأمهات الحوامل والأمهات الجدد، خاصة في أوقات الأزمات مثل الجائحة.

هذا البحث يفتح الباب أمام المزيد من الدراسات لفهم الآليات البيولوجية التي تربط بين الضغط الأمومي ومزاج الطفل. هل

هناك تغييرات في مستويات الهرمونات، أو في التعبير الجيني، أو في تطور الدماغ يمكن أن تفسر هذه الارتباطات؟ الإجابة على هذه الأسئلة ستساعدنا في تطوير استراتيجيات أكثر فعالية لحماية صحة الأطفال وتعزيز رفاههم.

Reference

Pearson, J. (2026). *Fetal programming of infant temperament: An examination of prenatal maternal stress during the COVID-19 pandemic*. Infant Mental Health Journal

DOI: [10.1002/imhj.70037](https://doi.org/10.1002/imhj.70037)