

تجارب الأطباء النفسيين والأزمات: تأثيرها واستراتيجيات التأقلم

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 5, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تجارب الأطباء النفسيين والأزمات: تأثيرها واستراتيجيات التأقلم. عرب
سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118291>

كم مرة تساءلت عن خلفيات الأطباء النفسيين والمعالجين الذين يعتنون بصحتك النفسية؟ هل فكرت يوماً في أن هؤلاء المتخصصين قد مروا بتجارب شخصية مماثلة للتحديات التي يواجهها مرضاهم؟ دراسة جديدة تلقي الضوء على هذا الجانب الخفي، وتكشف عن مدى انتشار التجارب الشخصية المتعلقة بالأزمات النفسية والعلاج بالصدمات الكهربائية (ECT) بين العاملين في مجال الصحة النفسية، وكيف تؤثر هذه التجارب على عملهم.

ملخص الأهمية

انتشار التجارب الشخصية: أظهرت الدراسة أن نسبة كبيرة من العاملين في مجال الصحة النفسية لديهم تجارب شخصية مع الأزمات النفسية والعلاج بالصدمات الكهربائية. تأثير إيجابي على العمل: يرى هؤلاء المتخصصون أن هذه التجارب الشخصية تؤثر بشكل إيجابي على عملهم مع المرضى، وتساعد على فهم احتياجاتهم بشكل أفضل. تردد في الإفصاح: على الرغم من الفوائد المحتملة، يتردد العاملون في مجال الصحة النفسية في الإفصاح عن تجاربهم الشخصية مع المرضى. إمكانية الاستفادة من الإفصاح المدروس: تشير الدراسة إلى أن الإفصاح المدروس عن هذه التجارب يمكن أن يعزز العلاقة العلاجية ويساهم في عملية التعافي لدى المرضى.

قام الباحثون في هذه الدراسة، التي أجريت في برلين وبراندنبورغ بألمانيا، بفحص تأثير التجارب الشخصية للعاملين في المؤسسات النفسية على عملهم، وكيف يشعرون حيال الكشف عن هذه التجارب. العلاج بالصدمات الكهربائية (ECT) - وهو إجراء طبي يستخدم في علاج بعض الحالات النفسية الشديدة عن طريق تمرير تيار كهربائي خفيف عبر الدماغ - كان محوراً رئيسياً في هذا البحث.

المنهجية

اعتمدت الدراسة على استبيان إلكتروني استكشافي شمل 182 متخصصاً في الصحة النفسية. تم جمع البيانات بشكل مقطعي (cross-sectional)، مما يعني أن المعلومات تم جمعها في نقطة زمنية واحدة. ركز الاستبيان على سؤال العاملين عن مدى الكشف عن تجاربهم الشخصية مع العلاج بالصدمات الكهربائية في سياق عملهم. تم تحليل البيانات التي تم جمعها بشكل وصفي (descriptive) - لتلخيص الخصائص الأساسية للبيانات - وتحليلي (analytical) - للبحث عن علاقات بين المتغيرات المختلفة.

أداة البحث

تم تصميم الاستبيان بعناية لضمان جمع معلومات دقيقة وموثوقة. تضمنت الأسئلة استفسارات حول طبيعة التجارب الشخصية للعاملين (مثل نوع الأزمة النفسية التي مروا بها، وما إذا كانوا قد خضعوا للعلاج بالصدمات الكهربائية)، ومدى تأثير هذه التجارب على عملهم، ومواقفهم تجاه الإفصاح عن هذه التجارب لمرضاهم وزملائهم.

النتائج

أظهرت النتائج أن العاملين في مجال الصحة النفسية المشاركين في الدراسة يميلون إلى تقييم وجود تجارب شخصية مع الأزمات النفسية والعلاج بالصدمات الكهربائية بشكل إيجابي. يعتقدون أن هذه التجارب تؤثر بشكل كبير على عملهم، وأنها مفيدة للمرضى. ومع ذلك، تبين أن الإفصاح عن هذه التجارب يُنظر إليه على أنه محايد إلى سلب، ونادراً ما يتم ممارسته.

بمعنى آخر، على الرغم من أن العاملين يعتقدون أن تجاربهم الشخصية يمكن أن تكون مفيدة للمرضى، إلا أنهم يترددون في مشاركة هذه التجارب معهم.

تفسير النتائج: قد يعود هذا التردد إلى عدة عوامل، مثل الخوف من الحكم أو الوصم، أو القلق بشأن تأثير الإفصاح على العلاقة العلاجية، أو ببساطة عدم وجود تدريب أو توجيه حول كيفية الإفصاح بشكل مناسب.

الدلالات

تشير هذه الدراسة إلى أن هناك فرصة ضائعة للاستفادة من التجارب الشخصية للعاملين في مجال الصحة النفسية في تحسين رعاية المرضى. بناءً على الأبحاث المتعلقة بالاستشارة من الأقران (peer counseling) والتعافي (recovery counseling)، يمكن افتراض أن الإفصاح المدروس عن التجارب الشخصية يمكن أن يجلب المزيد من الفوائد في العمل المتعلق بالمرضى.

الإفصاح المدروس: يشير إلى مشاركة التجارب الشخصية بطريقة واعية ومناسبة، مع التركيز على كيفية استخدام هذه التجارب لمساعدة المرضى على التعافي. يمكن أن يساعد الإفصاح المدروس في بناء الثقة، وتقليل الوصم، وتوفير الأمل للمرضى.

يوصي الباحثون بضرورة توفير التدريب والتوجيه للعاملين في مجال الصحة النفسية حول كيفية الإفصاح عن تجاربهم الشخصية بشكل فعال وآمن. كما يدعون إلى إجراء المزيد من البحوث لاستكشاف الفوائد المحتملة للإفصاح المدروس، وتحديد أفضل الممارسات في هذا المجال. إن فهم تجارب العاملين في مجال الصحة النفسية ليس مجرد مسألة فضول أكاديمي، بل هو خطوة أساسية نحو تحسين جودة الرعاية النفسية المقدمة للمرضى.

Reference

Brieger, A. (2026). *Psychiatric professionals' own crisis and treatment experiences--impact and coping strategies*. Der Nervenarzt

DOI: [10.1007/s00115-025-01815-9](https://doi.org/10.1007/s00115-025-01815-9)