

تجارب الطفولة الصعبة والصحة النفسية: فوارق بين الشباب الريفي والحضري

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 17, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تجارب الطفولة الصعبة والصحة النفسية: فوارق بين الشباب الريفي والحضري. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119110>

تخيل مراهقاً يعيش في بلدة صغيرة، يواجه تحديات عائلية أو مجتمعية صعبة. هل يعلم أحد أن هذه التجارب السلبية في مرحلة الطفولة يمكن أن تؤثر بشكل كبير على صحته النفسية في المستقبل؟ وهل يحصل هذا المراهق على الدعم والعلاج الذي يحتاجه، خاصة إذا كان يعيش في منطقة ريفية حيث قد تكون الخدمات الصحية محدودة؟ هذه الأسئلة هي جوهر دراسة جديدة تلقي الضوء على العلاقة المعقدة بين التجارب السلبية في الطفولة، الصحة النفسية، وإمكانية الحصول على العلاج بين الشباب في المناطق الريفية والحضرية.

منهجية البحث

قام الباحثون في هذه الدراسة، التي تعتمد على بيانات من استبيان طلاب مينيسوتا لعام 2019، بتحليل بيانات أكثر من 125,000 مراهق من جميع أنحاء الولاية. (استبيان طلاب مينيسوتا هو مسح على مستوى الولاية يهدف إلى جمع معلومات حول سلوكيات الطلاب وصحتهم ورفاههم). ركزت الدراسة على ما يُعرف بـ "التجارب السلبية في مرحلة الطفولة" (ACEs)، وهي مجموعة من الأحداث المؤلمة التي يمكن أن تحدث لطفل قبل سن الثامنة عشرة، مثل التعرض للإساءة الجسدية أو العاطفية، أو العيش في أسرة تعاني من العنف المنزلي، أو الإدمان، أو الفقر المدقع. قام فريق البحث بقياس عدد هذه التجارب التي مر بها كل مراهق، ثم ربط هذا العدد بوجود مشاكل صحية نفسية، مثل الاكتئاب والقلق والأفكار الانتحارية. والأهم من ذلك، قاموا بتقييم ما إذا كان المراهقون الذين يعانون من مشاكل نفسية قد تلقوا العلاج المناسب، مع الأخذ في الاعتبار مكان إقامتهم – هل يعيشون في مدينة كبيرة، أم في ضواحي، أم في بلدة صغيرة، أم في منطقة ريفية نائية؟

النتائج

أظهرت النتائج أن المراهقين الذين يعيشون في البلدات الصغيرة والمناطق الريفية كانوا أكثر عرضة لتجربة عدد أكبر من التجارب السلبية في مرحلة الطفولة مقارنة بأقرانهم الذين يعيشون في المدن والضواحي. على وجه الخصوص، كانت الأفكار الانتحارية أكثر شيوعاً بين الشباب في المناطق الريفية. ولكن المفاجأة الأكبر كانت أن الشباب في المناطق الريفية، حتى بعد الأخذ في الاعتبار عدد التجارب السلبية التي مروا بها، كانوا أقل عرضة لتلقي العلاج النفسي اللازم مقارنة بأقرانهم في المناطق الحضرية. وهذا يعني أن هناك فجوة حقيقية في إمكانية الحصول على الرعاية الصحية النفسية بين الشباب الذين يعيشون في مناطق مختلفة.

أشارت الدراسة أيضاً إلى أن العلاقة بين التجارب السلبية والصحة النفسية قد تختلف باختلاف المنطقة. بمعنى آخر، قد يكون لتجربة معينة تأثير أكبر على صحة شاب يعيش في منطقة ريفية مقارنة بشاب يعيش في مدينة، ربما بسبب نقص الدعم الاجتماعي أو الموارد المتاحة في المناطق الريفية. (الدعم الاجتماعي يشير إلى الشبكات والعلاقات التي يعتمد عليها الأفراد للحصول على المساعدة العاطفية والعملية).

تداعيات

هذه النتائج لها تداعيات مهمة على كل من العمل الاجتماعي والصحة العامة. من الواضح أن هناك حاجة إلى جهود مركزة لتقليل التجارب السلبية في مرحلة الطفولة، وخاصة في المجتمعات الريفية. قد يشمل ذلك برامج لدعم الأسر، وتوفير خدمات الرعاية الصحية الأولية، وتعزيز المدارس الآمنة والداعمة. ولكن الأهم من ذلك، يجب توسيع نطاق خيارات العلاج النفسي المتاحة للشباب في المناطق الريفية. قد يتطلب ذلك استخدام التكنولوجيا، مثل العلاج عن بعد (تقديم العلاج عبر الإنترنت أو الهاتف)، أو إرسال متخصصين في الصحة النفسية إلى المناطق النائية، أو تدريب العاملين في الرعاية الصحية الأولية على التعرف على مشاكل الصحة النفسية وتقديم الدعم الأولي.

يؤكد الباحثون على أن معالجة هذه الفجوة في إمكانية الحصول على الرعاية الصحية النفسية ليست مجرد مسألة عدالة اجتماعية، بل هي أيضاً ضرورة صحية عامة. فالشباب الذين يعانون من مشاكل نفسية غير معالجة هم أكثر عرضة للإصابة بمشاكل صحية أخرى، مثل الأمراض المزمنة والإدمان، وقد يكونون أقل قدرة على تحقيق إمكاناتهم الكاملة في الحياة. لذلك، فإن الاستثمار في الصحة النفسية للشباب، وخاصة في المناطق الريفية، هو استثمار في مستقبل مجتمعاتنا.

Reference

Muentner, L. (2026). *Adverse Childhood Experiences, Mental Health, and Access to Treatment: Differences Among Rural and Urban Youth*. Social Work in Public Health

DOI: [10.1080/19371918.2025.2573795](https://doi.org/10.1080/19371918.2025.2573795)