

# تجارب الطفولة تلحق أضراراً إدراكية بالمرضى المصابين بالاكتئاب، وتختلف حسب الجنس والتعليم.

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 17, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تجارب الطفولة تلحق أضراراً إدراكية بالمرضى المصابين بالاكتئاب،  
وتختلف حسب الجنس والتعليم.. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120862>

أعرفون تلك اللحظة التي تشعر فيها بأن عقلك ضبابي، وكأن هناك حجاباً يمنعك من التفكير بوضوح؟ هذا الشعور، الذي يعاني منه الكثيرون المصابون بالاكتئاب، ليس مجرد عرض مصاحب للمرض، بل هو جزء أساسي منه، وغالباً ما يكون الأكثر إعاقة. ولكن، ماذا لو كانت جذور هذا الضباب العقلي تعود إلى سنوات الطفولة، إلى تجارب مؤلمة تركت ندوباً عميقة في الدماغ؟ هذا ما تسعى دراسة حديثة، أجراها الباحث Li Y، إلى فهمه بشكل أعمق، مستخدمةً بيانات واسعة النطاق من UK Biobank.

## الإطار النظري

لفهم هذه الدراسة، يجب أن نعود إلى بعض الأسس النفسية الهامة. الاكتئاب، كما نعرفه اليوم، ليس مجرد خلل في المزاج، بل هو اضطراب معقد يؤثر على الدماغ بأكمله. النظرية المعرفية السلوكية (CBT) تلعب دوراً محورياً هنا، حيث تشير إلى أن أفكارنا ومشاعرنا وسلوكياتنا مترابطة. التجارب السلبية في الطفولة يمكن أن تشكل أنماطاً سلبية في التفكير، مما يزيد من خطر الإصابة بالاكتئاب ويؤثر على القدرات المعرفية.

بالإضافة إلى ذلك، فإن علم الأعصاب الحديث يوضح أن الصدمات في الطفولة يمكن أن تؤدي إلى تغييرات هيكلية ووظيفية في الدماغ، خاصة في مناطق مثل الحُصين (Hippocampus) واللوزة الدماغية (Amygdala) والقشرة الجبهية الأمامية (Prefrontal Cortex). هذه المناطق ضرورية للذاكرة والتعلم وتنظيم العواطف واتخاذ القرارات. تخیلوا الدماغ كحديقة، والصدمات في الطفولة كعواصف قوية تدمر بعض النباتات وتعيق نمو أخرى. هذه التغييرات الدماغية يمكن أن تؤدي إلى صعوبات في التركيز والانتباه والذاكرة والتخطيط، وهي كلها أعراض شائعة للاكتئاب.

## النظرية التطورية والتعلق

لا يمكننا تجاهل أهمية نظرية التعلق في فهم تأثيرات الطفولة. العلاقات الآمنة مع مقدمي الرعاية في السنوات الأولى من الحياة ضرورية لتطور دماغ صحي وقدرة على تنظيم العواطف. الإهمال أو الإساءة في الطفولة يمكن أن يعطل هذه العملية، مما يؤدي إلى أنماط تعلق غير آمنة وصعوبات في العلاقات الاجتماعية وزيادة خطر الإصابة بالاضطرابات النفسية، بما في ذلك الاكتئاب.

## المنهجية

قام الباحث Li Y، وفريقه بتحليل بيانات من UK Biobank، وهي قاعدة بيانات ضخمة تحتوي على معلومات صحية وجينية من أكثر من نصف مليون شخص في المملكة المتحدة. ركزت الدراسة على مجموعة فرعية من المشاركين (2353 شخصاً) تم تشخيصهم باضطراب الاكتئاب الشديد.

تم جمع معلومات حول تجارب الطفولة السلبية من خلال استبيانات ذاتية الإبلاغ، حيث سُئل المشاركون عن تعرضهم لأنواع مختلفة من الإساءة والإهمال، بما في ذلك الإساءة الجسدية والعاطفية والجنسية، والإهمال الجسدي والعاطفي. تم حساب "درجة الصدمة التراكمية" لتقييم إجمالي التعرض لتجارب الطفولة السلبية.

لتقييم الوظائف المعرفية، خضع المشاركون لسلسلة من الاختبارات المعرفية المصممة لقياس جوانب مختلفة من الإدراك، بما في ذلك الذكاء السائل (القدرة على حل المشكلات الجديدة)، وسرعة المعالجة (سرعة الاستجابة للمنبهات)، واختبار المطابقة الزوجية (القدرة على التعرف على الأنماط).

استخدم الباحثون نموذجاً خطياً معممًا (Generalized Linear Model) لتحليل العلاقة بين تجارب الطفولة السلبية والوظائف المعرفية، مع الأخذ في الاعتبار عوامل مثل الجنس والتعليم. هذا النموذج يسمح للباحثين بتحديد ما إذا كانت تجارب الطفولة السلبية مرتبطة بتدهور الأداء في الاختبارات المعرفية، وما إذا كان هذا الارتباط يختلف باختلاف الجنس أو المستوى التعليمي.

## النتائج

أظهرت النتائج أن التعرض للإساءة الجسدية والإهمال الجسدي والتراكمي للصدمات في الطفولة كان مرتبطاً بشكل كبير بتدهور الذكاء السائل. بمعنى آخر، كلما زادت التجارب السلبية في الطفولة، كلما كان أداء المشاركين في اختبارات الذكاء السائل أقل.

كما وجدت الدراسة أن التعرض للإساءة العاطفية والإهمال الجسدي كان مرتبطاً بشكل كبير بتدهور الأداء في اختبار المطابقة الزوجية. وهذا يشير إلى أن هذه التجارب السلبية يمكن أن تؤثر على القدرة على التعرف على الأنماط وتذكر المعلومات المرئية.

الأمر الأكثر إثارة للاهتمام هو أن هذه التأثيرات كانت أكثر وضوحاً لدى النساء. بمعنى آخر، النساء اللاتي تعرضن لتجارب الطفولة السلبية كن أكثر عرضة للمعاناة من صعوبات معرفية مقارنة بالرجال الذين تعرضوا لنفس التجارب.

بالإضافة إلى ذلك، وجدت الدراسة أن التعليم يلعب دوراً معتدلاً. المشاركون ذوو التعليم العالي أظهروا انخفاضاً في الذكاء السائل، بينما المشاركون ذوو التعليم المنخفض أظهروا انخفاضاً في الأداء في اختبار المطابقة الزوجية. وهذا يشير إلى أن تأثير تجارب الطفولة السلبية على الوظائف المعرفية يمكن أن يختلف باختلاف المستوى التعليمي.

## الآثار السريرية والعملية

هذه النتائج لها آثار مهمة على كيفية فهمنا وعلاج الاكتئاب. من الواضح أن معالجة تجارب الطفولة السلبية أمر بالغ الأهمية لتحسين النتائج العلاجية. العلاج النفسي، مثل العلاج السلوكي المعرفي (CBT) والعلاج بالصدمات (Trauma Therapy)، يمكن أن يساعد المرضى على معالجة هذه التجارب وتطوير آليات تكيف صحية.

من المهم أيضاً أن ندرك أن النساء قد يكنّ أكثر عرضة للتأثيرات السلبية لتجارب الطفولة السلبية على الوظائف المعرفية. لذلك، قد يستفدن من تدخلات علاجية مصممة خصيصاً لتلبية احتياجاتهن الفريدة.

بالنسبة للعامة، فإن هذه الدراسة تؤكد على أهمية توفير بيئة آمنة وداعمة للأطفال. منع الإساءة والإهمال في الطفولة هو أفضل طريقة لحماية الصحة العقلية للأجيال القادمة.

## السياق الثقافي العربي

عندما ننظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، يجب أن نأخذ في الاعتبار بعض الفروق الثقافية الهامة. في العديد من المجتمعات العربية، لا تزال قضايا الإساءة والإهمال في الطفولة تعتبر من المحرمات، مما يجعل من الصعب على الضحايا طلب المساعدة. كما أن الوصمة المرتبطة بالصحة العقلية يمكن أن تمنع الناس من البحث عن العلاج.

بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك اختلافات في أنواع الإساءة والإهمال التي يتعرض لها الأطفال في العالم العربي. على

سبيل المثال، قد يكون الزواج المبكر والعمل المبكر من أشكال الإساءة والإهمال التي لا يتم الاعتراف بها على نطاق واسع. من المهم أيضاً أن ندرك أن دور المرأة في المجتمع العربي قد يؤثر على كيفية تجربتها لتجارب الطفولة السلبية. قد تكون النساء أكثر عرضة للتمييز والعنف، مما يزيد من خطر تعرضهن للإساءة والإهمال.

لذلك، من الضروري تطوير تدخلات علاجية تراعي السياق الثقافي العربي وتستهدف الاحتياجات الفريدة للمرضى في هذه المنطقة. يجب أن تشمل هذه التدخلات جهوداً لزيادة الوعي بقضايا الإساءة والإهمال في الطفولة، وتقليل الوصمة المرتبطة بالصحة العقلية، وتوفير الدعم للمرضى وعائلاتهم.

## آفاق مستقبلية وقيود

هذه الدراسة هي خطوة مهمة في فهم العلاقة بين تجارب الطفولة السلبية والوظائف المع

## Recommended Academic Training ¶

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليم View Course → أصول التربية والتعليم View Course → التربية البيئية والتنمية المستدامة View Course → Course

## Reference

Li Y. (2026). *Childhood adversity and multi-dimensional cognitive dysfunction in major depressive disorder: investigating heterogeneous effects across gender and educational in the UK Biobank*. BMC (Psychology, 14(1

DOI: [10.1186/s40359-026-04029-z](https://doi.org/10.1186/s40359-026-04029-z)