

تجارب وخبرات الأزواج بعد فقدان الأجنة: دراسة في غانا

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مايو 3, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تجارب وخبرات الأزواج بعد فقدان الأجنة: دراسة في غانا. عرب سايكولوجي.
تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=121180>

فقدان الجنين: أصداء الحزن و مسارات التعافي في ظل الصدمة

كم من الأحلام تتلاشى قبل أن تُولد؟ كم من القلوب تنكسر بصمت، تحمل أثقالاً لا يراها أحد؟ هذه الأسئلة تتردد في أذهان الأزواج الذين يواجهون مأساة فقدان جنينهم. في مجتمعاتنا العربية، غالباً ما يُنظر إلى الحمل والولادة على أنهما نعمة عظيمة، ومصدر للفرح والأمل. وعندما تُحرم العائلة من هذه النعمة، يغرق الجميع في بحر من الحزن والأسى، وغالباً ما يكون هذا الحزن مصحوباً بصمت مطبق، وخجل من التعبير عن المشاعر، وتقاليد ثقافية تزيد من صعوبة عملية التعافي. هذه الدراسة، التي أجريت في بلدية هو في غانا، تلقي الضوء على تجارب الأزواج الذين مروا بفقدان جنينهم، وتكشف عن عمق الألم، واستراتيجيات التأقلم، والحاجة الماسة للدعم النفسي والاجتماعي.

الإطار النظري

علم النفس الديناميكي و مراحل الحزن

لفهم تجربة فقدان الجنين، من الضروري الرجوع إلى بعض النظريات النفسية الأساسية. تعتبر نظرية التحليل النفسي، التي وضعها سيغموند فرويد، أن الحزن هو عملية طبيعية وصحية، تتضمن سلسلة من المراحل: الإنكار، الغضب، المساومة، الاكتئاب، والقبول. هذه المراحل ليست بالضرورة خطية، وقد يعيشها الفرد بترتيب مختلف، أو يعود إلى مراحل سابقة. فقدان الجنين يمثل فقداً عميقاً، وغالباً ما يثير مشاعر معقدة ومتضاربة، مثل الشعور بالذنب، والعجز، والغضب من القدر. كما أن الارتباط العاطفي بالجنين، حتى قبل الولادة، يمكن أن يكون قوياً جداً، مما يجعل عملية الفراق أكثر صعوبة.

العلاج السلوكي المعرفي و إعادة الهيكلة المعرفية

من ناحية أخرى، يقدم العلاج السلوكي المعرفي (CBT) منظوراً مختلفاً. يركز العلاج السلوكي المعرفي على العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوكيات. في حالة فقدان الجنين، قد يعاني الأزواج من أفكار سلبية ومشوهة، مثل "أنا لست أمّاً جيدة"، أو "لن أتمكن أبداً من الإنجاب". يهدف العلاج السلوكي المعرفي إلى تحدي هذه الأفكار السلبية واستبدالها بأفكار أكثر واقعية وإيجابية. كما يساعد العلاج السلوكي المعرفي الأزواج على تطوير استراتيجيات التأقلم الصحية، مثل ممارسة الرياضة، والتواصل مع الآخرين، والبحث عن الدعم الاجتماعي.

المنهجية

دراسة الظواهر: استكشاف المعنى الشخصي

اعتمدت الدراسة التي أجراها دارتي (Dartey, A.F.) على منهجية الظواهر (Phenomenology)، وهي منهجية بحثية نوعية تهدف إلى فهم المعنى الشخصي لتجربة معينة. تعتبر دراسة الظواهر أن الواقع هو نتاج إدراكنا له، وأن كل فرد يختبر العالم بطريقة فريدة. لذلك، تركز دراسة الظواهر على جمع البيانات من خلال المقابلات المتعمقة، وتحليلها للكشف عن الموضوعات والأنماط المشتركة.

العينة و جمع البيانات

تم اختيار المشاركين في الدراسة من خلال أخذ العينات الهادفة (Purposive Sampling)، مما يعني أن الباحث اختار المشاركين بناءً على قدرتهم على تقديم معلومات قيمة حول الموضوع. تم إجراء مقابلات شبه منظمة (Semi-structured)

(Interviews) مع 19 زوجاً في بلدية هو في غانا، حتى الوصول إلى نقطة التشبع (Saturation)، وهي النقطة التي لم تعد فيها المقابلات الجديدة تقدم معلومات جديدة. تم تحليل البيانات باستخدام تحليل المحتوى الموضوعي (Thematic Content Analysis)، وهي عملية تتضمن تحديد الموضوعات الرئيسية في البيانات، وتنظيمها، وتحليلها.

النتائج

أربعة محاور رئيسية لتجارب الأزواج

كشفت الدراسة عن أربعة محاور رئيسية لتجارب الأزواج الذين فقدوا أجنّتهم: تجاربهم خلال فترة الحمل، استجاباتهم العاطفية لفقدان الجنين، آثار فقدان الجنين على علاقتهم الزوجية، ومرونتهم في مواجهة هذه الصدمة.

تجارب الحمل: الأمل والخيبة

وصف الأزواج شعورهم بالأمل والفرح خلال فترة الحمل، وتوقعاتهم للمستقبل. كما تحدثوا عن التحديات التي واجهوها، مثل القلق والخوف من المضاعفات. عندما حدث الفقدان، شعروا بخيبة أمل عميقة، وحزن شديد، وشعور بالظلم.

الاستجابات العاطفية: طيف واسع من المشاعر

أظهرت الدراسة أن الأزواج يمرون بمجموعة واسعة من المشاعر بعد فقدان الجنين، بما في ذلك الحزن، والغضب، والشعور بالذنب، والعجز، واليأس. كما أنهم قد يعانون من أعراض الاكتئاب والقلق. لاحظ الباحث دارتي أن الاستجابات العاطفية تختلف بين الأزواج، وأن بعضهم قد يكون أكثر قدرة على التأقلم من غيرهم.

آثار الفقدان على العلاقة الزوجية: تحديات و فرص

أثر فقدان الجنين على العلاقة الزوجية بطرق مختلفة. بعض الأزواج شعروا بالوحدة والعزلة، وتجنبوا التواصل مع بعضهم البعض. بينما سعى آخرون إلى دعم بعضهم البعض، وتقوية علاقتهم. أظهرت الدراسة أن التواصل المفتوح والصادق، والدعم المتبادل، هما عاملان مهمان في مساعدة الأزواج على تجاوز هذه المحنة.

المرونة: البحث عن المعنى و النمو

على الرغم من الألم والمعاناة، أظهر الأزواج في الدراسة قدرًا كبيرًا من المرونة. وجدوا طرقًا للتعامل مع الحزن، مثل التحدث إلى الأصدقاء والعائلة، والانضمام إلى مجموعات الدعم، والبحث عن المساعدة المهنية. كما أنهم وجدوا معنى في تجاربهم، مثل تقدير الحياة، وتقوية إيمانهم، ومساعدة الآخرين.

الآثار السريرية و العملية

أهمية الدعم النفسي المتخصص

تؤكد نتائج هذه الدراسة على أهمية توفير الدعم النفسي المتخصص للأزواج الذين فقدوا أجنّتهم. يجب أن يشمل هذا الدعم العلاج الفردي والزوجي، بالإضافة إلى مجموعات الدعم. يجب أن يكون المعالجون على دراية بالصدمة التي يمر بها

الأزواج، وأن يقدموا لهم الرعاية والتعاطف.

توعية المجتمع و كسر حاجز الصمت

من المهم أيضاً زيادة الوعي المجتمعي بقضية فقدان الجنين، وكسر حاجز الصمت المحيط بها. يجب تشجيع الأزواج على التحدث عن مشاعرهم، وطلب المساعدة عند الحاجة. كما يجب على المجتمع أن يقدم لهم الدعم والتعاطف، بدلاً من الحكم عليهم أو إلقاء اللوم عليهم.

السياق الثقافي العربي

وصمة العار و التوقعات الاجتماعية

في العالم العربي، غالباً ما يُنظر إلى فقدان الجنين على أنه وصمة عار، خاصة بالنسبة للمرأة. قد تتعرض المرأة للضغط من قبل عائلتها ومجتمعها لإنجاب الأطفال، وقد تشعر بالخجل والذنب إذا لم تتمكن من ذلك. كما أن التوقعات الاجتماعية التقليدية قد تمنع الأزواج من التعبير عن حزنهم بشكل علني، أو طلب المساعدة المهنية.

أهمية دور العائلة و الدين

في المقابل، تلعب العائلة دوراً مهماً في تقديم الدعم العاطفي والاجتماعي للأزواج الذين فقدوا أجنّتهم. كما أن الدين يمكن أن يوفر لهم العزاء والأمل. ومع ذلك، يجب أن يكون الدعم المقدم من العائلة والمجتمع حساساً لاحتياجات الأزواج، وأن يحترم مشاعرهم.

الحاجة إلى برامج توعية ثقافية

هناك حاجة إلى تطوير برامج توعية ثقافية تهدف إلى زيادة الوعي بقضية فقدان الجنين، وكسر وصمة العار المحيطة بها. يجب أن تستهدف هذه البرامج الأزواج، والأسر، والعاملين في مجال الرعاية الصحية.

Recommended Academic Training ¶

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

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

Reference

Dartey A.F. (2026). *Exploring the lived experiences and coping strategies of couples after stillbirth in Ho Municipality, Ghana: a phenomenological approach*. BMC Pregnancy and Childbirth, 26(1)

DOI: [10.1186/s12884-026-08938-0](https://doi.org/10.1186/s12884-026-08938-0)