تحديات الالتزام بالتباعد والحجر الصحي: دراسة طولية للمهاجرين وغير المهاجرين في النرويج

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 30, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تحديات الالتزام بالتباعد والحجر الصحي: دراسة طولية للمهاجرين وغير المهاجرين في النرويج. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=121134

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل كان الالتزام بالإجراءات الاحترازية خلال جائحة كوفيد-19 تحديًا متساويًا للجميع؟ دراسة نرويجية تلقي الضوء على تجارب المهاجرين

"أشعر وكأنني محاصر في قفص. عملي يتطلب مني التواصل مع الناس، ومنزلي صغير جدًا، لا يمكنني حتى ممارسة الرياضة داخله. كيف يمكنني أن ألتزم بالتباعد الاجتماعي؟" هذه شكوى أحد المشاركين في الدراسة، وهي تعكس واقعًا معقدًا واجهته العديد من المجتمعات خلال جائحة كوفيد-19. ففي حين كانت الإجراءات الاحترازية مثل التباعد الاجتماعي والحجر الصحي ضرورية للحد من انتشار الفيروس، إلا أنها لم تكن سهلة التنفيذ بالنسبة للجميع. بل إن بعض الفئات، مثل المهاجرين، واجهت تحديات إضافية قد تكون أدت إلى تفاقم التفاوتات الصحية والاجتماعية."

الإطار النظري

تستند هذه الدراسة إلى فهم عميق للعوامل النفسية والاجتماعية التي تؤثر على سلوك الأفراد في أوقات الأزمات. يمكن النظر إلى الالتزام بالإجراءات الاحترازية من خلال عدسة نظرية السلوك المخطط (Theory of Planned Behavior)، التي تفترض أن سلوك الفرد يتأثر بنيته وسلوكه ومعتقداته حول السلوك المحدد. بمعنى آخر، هل يعتقد الشخص أن الإجراء الاحترازي مفيد؟ وهل يشعر بالقدرة على تنفيذه؟ وما هي مواقف الآخرين المهمين بالنسبة له تجاه هذا الإجراء؟

بالإضافة إلى ذلك، تلعب نظرية الضغط النفسي (Stress and Coping Theory) دورًا هامًا في فهم التحديات التي واجهها المهاجرون. فالضغط النفسي الناتج عن الجائحة، بالإضافة إلى الضغوط المرتبطة بالهجرة (مثل التكيف مع ثقافة جديدة، والتمييز، والصعوبات الاقتصادية)، قد يكون أثر سلبًا على قدرتهم على الالتزام بالإجراءات الاحترازية. كما أن آليات التكيف التي يلجأ إليها الأفراد للتعامل مع الضغط النفسي يمكن أن تؤثر على سلوكهم. على سبيل المثال، قد يلجأ البعض إلى الدعم الاجتماعي، بينما قد يلجأ آخرون إلى سلوكيات غير صحية.

المنهجية

قام الباحث بنفنتي بتحليل بيانات مستقاة من دراسة "برغن في التغيير" (Bergen-In-Change study)، وهي دراسة طولية تهدف إلى فهم التغيرات الاجتماعية والصحية في مدينة برغن النرويجية. شملت العينة 25,418 مشاركًا، من بينهم 512 مهاجرًا من آسيا وأفريقيا وأمريكا اللاتينية (MAAL)، و 1,253 مهاجرًا من مناطق أخرى (MOR). تم جمع البيانات في ثلاثة أوقات مختلفة: مارس/أبريل 2020 (بداية الجائحة)، يناير 2021، ومارس 2022.

ركز التحليل على قياس مدى صعوبة الالتزام بالتباعد الاجتماعي والحجر الصحي. استخدم الباحثون إحصائيات وصفية ونماذج تقديرية معممة (Generalized Estimating Equations) لحساب نسب الحوادث (Incidence Rate Ratios - IRR) مع فترات ثقة بنسبة 95%. تم إجراء ثلاثة نماذج مختلفة، مع تعديل العوامل المحتملة المربكة (Confounders) والعوامل التفسيرية. هذا يعني أن الباحثين حاولوا عزل تأثير الهجرة على الالتزام بالإجراءات الاحترازية، مع الأخذ في الاعتبار عوامل أخرى مثل الوضع الاجتماعي والاقتصادي، والظروف المعيشية، ونوع العمل.

النتائج

أظهرت النتائج أن المهاجرين أبلغوا عن صعوبة أقل في الالتزام بالتباعد الاجتماعي مقارنة بغير المهاجرين (نسبة الحوادث المعدلة: 0.79، فترة الثقة: 0.70–0.90 للمجموعة MAAL، 0.85، فترة الثقة: 0.79–0.91 للمجموعة MOR). وهذا قد

ARABPSYCHOLOGY.COM

يعكس حقيقة أن المهاجرين، نظرًا لظروفهم المعيشية والعملية، قد يكونون أكثر اعتيادًا على التعامل مع الأماكن المزدحمة والتقليل من المسافات الشخصية.

في المقابل، كان المهاجرون أكثر عرضة للإبلاغ عن صعوبة في الالتزام بالحجر الصحي (نسبة الحوادث المعدلة: 1.68، فترة الثقة: 1.17–2.42 و 1.66، فترة الثقة: 1.31–2.11 على التوالي). وهذا قد يرجع إلى عدة عوامل، مثل صعوبة الحصول على إجازة مرضية مدفوعة الأجر، أو الحاجة إلى العمل لتوفير الدخل، أو الظروف المعيشية التي تجعل من الصعب العزل الذاتي (مثل السكن المشترك).

أظهرت النتائج أيضًا أن صعوبة الالتزام بالتباعد الاجتماعي زادت بين المجموعة MAAL من عام 2020 إلى عام 2022، مما قلل الفجوة مع غير المهاجرين. في الوقت نفسه، زادت صعوبة الالتزام بالحجر الصحي، خاصة بين المجموعة MOR، مما أدى إلى اتساع الفجوة مع غير المهاجرين. هذا يشير إلى أن التحديات التي واجهها المهاجرون في الالتزام بالإجراءات الاحترازية تفاقمت مع مرور الوقت.

على الرغم من أن العوامل الاجتماعية والاقتصادية ساهمت في تفسير بعض هذه الاختلافات، إلا أنها لم تفسرها بالكامل. وهذا يشير إلى أن هناك عوامل أخرى مرتبطة بالهجرة تلعب دورًا هامًا، مثل التمييز، والحواجز اللغوية، والصعوبات في الوصول إلى المعلومات الصحية.

الآثار السريرية والعملية

تؤكد هذه الدراسة على أهمية مراعاة الظروف الخاصة للمهاجرين عند تصميم وتنفيذ استراتيجيات الصحة العامة. لا يمكن التعامل مع جميع السكان بنفس الطريقة، بل يجب تكييف الإجراءات الاحترازية لتلبية احتياجاتهم المختلفة. على سبيل المثال، قد يكون من الضروري توفير دعم مالي للمهاجرين الذين لا يستطيعون تحمل تكاليف الإجازة المرضية، أو توفير أماكن إقامة بديلة للعزل الذاتي.

بالنسبة للأخصائيين النفسيين، من المهم أن يكونوا على دراية بالتحديات التي يواجهها المهاجرون في أوقات الأزمات. قد يحتاجون إلى تقديم دعم نفسي واجتماعي للمساعدة في التغلب على الضغط النفسي والقلق، وتعزيز آليات التكيف الصحية. كما يجب أن يكونوا حساسين للاختلافات الثقافية واللغوية، وتوفير خدمات مناسبة ثقافيًا.

بالنسبة للعامة، من المهم فهم أن الالتزام بالإجراءات الاحترازية ليس دائمًا أمرًا سهلاً، وأن هناك عوامل متعددة تؤثر على سلوك الأفراد. يجب تجنب إلقاء اللوم على الفئات الضعيفة، والتركيز بدلاً من ذلك على توفير الدعم والموارد اللازمة لتمكينهم من حماية أنفسهم والآخرين.

السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، تظهر أوجه تشابه واختلاف مهمة. ففي العديد من الدول العربية، يعيش عدد كبير من السكان في ظروف معيشية مزدحمة، خاصة في المناطق الحضرية الفقيرة. كما أن نسبة كبيرة من العمالة تعتمد على العمل اليومي، مما يجعل من الصعب عليهم الالتزام بالحجر الصحي. بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك تحديات ثقافية تتعلق بالثقة في المؤسسات الحكومية، أو بالمعلومات الصحية المقدمة.

في بعض المجتمعات العربية، قد يكون هناك أيضًا وصم اجتماعي مرتبط بالإصابة بفيروس كوفيد-19، مما قد يدفع الأفراد إلى إخفاء أعراضهم وتجنب طلب المساعدة الطبية. كما أن التقاليد الاجتماعية التي تشجع على الزيارات العائلية

ARABPSYCHOLOGY.COM

والتجمعات الاجتماعية قد تجعل من الصعب الالتزام بالتباعد الاجتماعي. لذلك، من الضروري تطوير استراتيجيات صحية عامة تراعي هذه العوامل الثقافية والاجتماعية.

على سبيل المثال، يمكن الاستفادة من دور قادة المجتمع المحلي والأئمة في نشر الوعي بأهمية الإجراءات الاحترازية، وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي للمتضررين. كما يمكن توفير معلومات صحية بلغات مختلفة، وتكييف الرسائل الإعلامية لتناسب الثقافات المحلية.

التوجهات المستقبلية والقيود

تفتح هذه الدراسة الب

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليمView Course → اصول التربية والتعليمView Course → التربية البيئية والتنمية المستدامةView Course →

Reference

Benavente P. (2026). *Difficulties in adherence to social distancing and* quarantine *during the COVID-19 pandemic: lessons from a longitudinal study comparing migrants and non-migrants in a city in Norway*. BMC Public Health, 26(1).

DOI: 10.1186/s12889-026-26928-x

ARABPSYCHOLOGY.COM