

تحديات الصحة النفسية للجنود الأمريكيين بعد 11 سبتمبر: دراسة طولية معمقة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 7, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تحديات الصحة النفسية للجنود الأمريكيين بعد 11 سبتمبر: دراسة طولية معمقة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118423>

تخيل جندياً عائداً من منطقة حرب، يحمل معه ذكريات مؤلمة وتحديات جديدة. الانتقال من الحياة العسكرية المنظمة إلى الحياة المدنية قد يكون أكثر صعوبة مما يتصور الكثيرون. فما هي العوامل التي تؤثر على الصحة النفسية لهؤلاء الجنود بعد عودتهم؟ وهل تتغير أهمية هذه العوامل مع مرور الوقت؟

منهجية البحث

قام باحثون بدراسة طويلة الأمد لمتابعة الصحة النفسية للجنود الذين شاركوا في عمليات ما بعد أحداث الحادي عشر من سبتمبر. استخدم الباحثون، بقيادة ميشيل م. ميتشل، استبيانات مُرسلة بشكل دوري على مدار ثلاث سنوات. تم جمع البيانات من الجنود العائدين في ست مراحل زمنية مختلفة، مما سمح للباحثين بتتبع التغيرات في صحتهم النفسية مع مرور الوقت. ركزت الاستبيانات على ثلاثة جوانب رئيسية: التجارب المؤلمة في مرحلة الطفولة (وتسمى اختصاراً - ACEs - Adverse Childhood Experiences)، والتعرض للقتال، وخصائص الانتشار (مثل عدد مرات الانتشار وطول مدة كل انتشار). هدف الباحثون إلى فهم كيف تتفاعل هذه العوامل مع بعضها البعض وكيف تؤثر على ظهور أو تفاقم الأعراض النفسية مثل القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة.

التركيز على الفروق بين الجنسين

أدرك الباحثون أن تجربة الانتقال إلى الحياة المدنية قد تختلف بشكل كبير بين الجنود الذكور والإناث. لذلك، قاموا بتحليل البيانات بشكل منفصل لكل جنس، بهدف تحديد العوامل التي قد تكون أكثر أهمية للرجال مقارنة بالنساء، والعكس صحيح. هذا النهج سمح لهم بالحصول على فهم أكثر دقة وتعقيداً للتحديات التي يواجهها الجنود العائدون.

نتائج البحث

أظهرت الدراسة أن العلاقة بين العوامل المختلفة والصحة النفسية ليست بسيطة أو ثابتة. بل هي علاقة معقدة ومتغيرة مع مرور الوقت، وليست دائماً خطية (أي أن زيادة عامل معين لا تؤدي دائماً إلى زيادة أو نقصان في الأعراض النفسية). على سبيل المثال، وجد الباحثون أن عدد مرات الانتشار كان مرتبطاً بانخفاض الأعراض النفسية في بداية الدراسة، سواء بالنسبة للرجال أو النساء. وهذا قد يبدو مفاجئاً، ولكنه قد يعكس حقيقة أن الجنود الذين شاركوا في العديد من الانتشاريات قد يكونون أكثر استعداداً للتعامل مع التحديات النفسية أو أنهم تلقوا دعماً نفسياً أفضل.

ولكن، مع مرور الوقت، تغيرت هذه العلاقة. بالنسبة للرجال، أظهرت الدراسة أن الانتشاريات الأطول في بداية الانتقال إلى الحياة المدنية كانت مرتبطة بزيادة الأعراض النفسية. ومع ذلك، مع مرور الوقت، ارتبطت المزيد من الانتشاريات بتحسين الصحة النفسية. هذا يشير إلى أن الجنود الذكور قد يحتاجون إلى وقت أطول للتكيف مع الحياة المدنية بعد انتشار طويل، ولكن مع مرور الوقت، قد يتعلمون آليات للتكيف والتعامل مع التحديات.

أما بالنسبة للنساء، فقد كانت العلاقة بين العوامل المختلفة والصحة النفسية أكثر تعقيداً. وجد الباحثون أن التجارب المؤلمة في مرحلة الطفولة (ACEs) لعبت دوراً هاماً في تحديد مدى تعرضهن للأعراض النفسية، وأن هذا الدور قد يتغير مع مرور الوقت. كما أن خصائص الانتشار، مثل طول مدة الانتشار، كانت مرتبطة بشكل مختلف بالصحة النفسية لدى النساء مقارنة بالرجال.

دلالات البحث

تؤكد هذه الدراسة على أهمية فهم التغيرات التي تحدث في الصحة النفسية للجنود العائدين مع مرور الوقت. فالعوامل التي تؤثر على صحتهم النفسية في بداية الانتقال إلى الحياة المدنية قد لا تكون هي نفسها العوامل التي تؤثر عليهم بعد سنة أو سنتين. هذا يعني أن برامج الدعم النفسي يجب أن تكون مرنة وقابلة للتكيف لتلبية الاحتياجات المتغيرة للجنود العائدين.

كما تسلط الدراسة الضوء على أهمية توفير شبكة دعم قوية للجنود العائدين. هذه الشبكة يجب أن تشمل الدعم من العائلة والأصدقاء والمجتمع، بالإضافة إلى الدعم المهني من الأخصائيين النفسيين والأطباء. إن توفير الدعم المناسب يمكن أن يساعد الجنود العائدين على التغلب على التحديات النفسية التي يواجهونها والاندماج بنجاح في الحياة المدنية. إن تجاهل هذه التحديات قد يؤدي إلى مشاكل نفسية طويلة الأمد، مثل الاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة، والتي يمكن أن تؤثر سلباً على حياتهم وحياة من حولهم.

في الختام، تشير هذه الدراسة إلى أن الصحة النفسية للجنود العائدين هي عملية معقدة وديناميكية تتطلب فهماً عميقاً للعوامل التي تؤثر عليها وتوفير الدعم المناسب لهم على المدى الطويل.

Reference

Mitchell, M.M. (2026). *Post-9/11 Veterans Military-to-Civilian Transitions: Predictors of Mental Health Symptoms Over the First 3 Years*. Journal of Clinical Psychology

DOI: [10.1002/jclp.70038](https://doi.org/10.1002/jclp.70038)