

# تحسين الصحة النفسية لمرضى قصور القلب المزمن: برنامج فعال لتعزيز الشعور بالرفاهية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 22, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تحسين الصحة النفسية لمرضى قصور القلب المزمن: برنامج فعال لتعزيز الشعور بالرفاهية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119802>

تخيل أنك تعيش مع شعور دائم بالتعب، وضيق في التنفس يجعل أبسط المهام تبدو وكأنها تسلق جبل. هذا هو الواقع اليومي لملايين الأشخاص حول العالم الذين يعانون من قصور القلب المزمن (CHF). لكن، هل تعلم أن الصحة النفسية لهؤلاء المرضى غالباً ما تُهمل، على الرغم من تأثيرها العميق على جودة حياتهم؟

## منهجية البحث

قام باحثون في مركز تشمران الطبي في أصفهان بإجراء دراسة سريرية عشوائية للتحقق من تأثير برنامج لتعزيز المهارات النفسية الإيجابية على شعور بالرفاهية لدى مرضى قصور القلب المزمن. شملت الدراسة 78 مريضاً تم إدخالهم إلى المستشفى، وتم تقسيمهم عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة تدخل (تضم 39 مريضاً) ومجموعة ضابطة (تضم 39 مريضاً). يهدف البرنامج - الذي استمر لمدة ست جلسات - إلى تزويد المرضى بأدوات وتقنيات لتعزيز التفكير الإيجابي، والتعامل مع المشاعر السلبية، وزيادة الشعور بالامتنان والأمل. استخدم الباحثون مقياس أكسفورد للسعادة (Oxford Happiness Inventory) لتقييم مستوى الرفاهية لدى المشاركين قبل بدء البرنامج، مباشرة بعد الانتهاء منه، وبعد شهر واحد من ذلك. تم تحليل البيانات باستخدام تحليل التباين المتكرر (repeated measures ANOVA) لتقييم التغيرات داخل كل مجموعة وبين المجموعتين مع مرور الوقت. هذا النوع من التحليل الإحصائي يسمح للباحثين بتحديد ما إذا كانت هناك اختلافات ذات دلالة إحصائية في التغيرات في مستويات الرفاهية بين المجموعتين.

## النتائج

أظهر تحليل البيانات وجود تفاعل ذي دلالة إحصائية بين الوقت وانتماء المجموعة ( $F = 616.57, p 0.05$ ). وهذا يشير إلى أن التحسن الذي لوحظ في مجموعة التدخل كان نتيجة مباشرة للمشاركة في برنامج تعزيز المهارات النفسية الإيجابية، وليس مجرد تأثير عابر أو تحسن طبيعي.

## دلالات البحث

تؤكد هذه الدراسة، التي أجراها الباحثون بقيادة زينيلي (Zeinali N.)، على أهمية معالجة الجوانب النفسية لمرضى قصور القلب المزمن. فالنتائج تشير بوضوح إلى أن برنامجاً بسيطاً لتعزيز المهارات النفسية الإيجابية يمكن أن يحسن بشكل كبير شعور بالرفاهية لدى هؤلاء المرضى، وأن هذا التحسن يمكن أن يستمر حتى بعد شهر واحد من انتهاء البرنامج. هذا الاكتشاف له آثار مهمة على الممارسة السريرية، حيث يشير إلى أنه يجب دمج الدعم النفسي والاجتماعي كجزء أساسي من خطة علاج مرضى قصور القلب المزمن. فالتركيز على الجوانب الجسدية للعلاج وحده قد لا يكون كافياً لتحسين جودة حياة هؤلاء المرضى بشكل كامل.

ومع ذلك، يقر الباحثون بوجود بعض القيود على الدراسة. فترة المتابعة القصيرة (شهر واحد فقط) لا تسمح بتقييم الآثار طويلة المدى للبرنامج. بالإضافة إلى ذلك، أجريت الدراسة في مركز طبي واحد فقط، مما قد يحد من إمكانية تعميم النتائج على مجموعات أخرى من المرضى في أماكن مختلفة. لذلك، يوصي الباحثون بإجراء المزيد من البحوث لتأكيد هذه النتائج في إعدادات أوسع، وتقييم فعالية البرنامج على المدى الطويل. تسجيل التجربة السريرية برمز IRCT20180601039934N2 في 8 أبريل 2023.

## Reference

Zeinali N. (2026). *The effect of a* <https://arabpsychology.com/tag/positive-psychology/>

*class="wpa-auto-link">positive psychology skill enhancement program on the sense of well-being in patients  
•with chronic heart failure. BMC Psychology, 14(1), 161-161*

DOI: [10.1186/s40359-025-03900-9](https://doi.org/10.1186/s40359-025-03900-9)

ARABPSYCHOLOGY.COM