

تربية قاسية وتأثيرها على إيذاء النفس: دراسة تحليلية معمقة للشباب

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 20, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تربية قاسية وتأثيرها على إيذاء النفس: دراسة تحليلية معمقة للشباب. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120920>

هل تساءلت يوماً عن الأثر العميق الذي يمكن أن تتركه تربية صارمة على نفسية الشاب، وكيف يمكن أن يتجلى ذلك في سلوكيات مؤذية للذات؟ هذا السؤال يقودنا إلى استكشاف بحث جديد يلقي الضوء على العلاقة المعقدة بين أساليب التربية القاسية والإيذاء الذاتي غير الانتحاري لدى الشباب. هذا البحث لا يقدم لنا مجرد بيانات إحصائية، بل يرسم صورة دقيقة للتحديات النفسية التي يواجهها الشباب الذين نشأوا في بيئات أسرية تتسم بالصرامة، ويفتح الباب أمام تدخلات علاجية أكثر فعالية.

الإطار النظري

تستند هذه الدراسة إلى مجموعة من النظريات النفسية الأساسية التي تفسر كيف تؤثر التجارب المبكرة في الطفولة على الصحة النفسية في مرحلة البلوغ. من بين هذه النظريات، تبرز نظرية التعلق (Attachment Theory) التي تؤكد على أهمية العلاقة بين الطفل والوالديه في تشكيل مفهومه عن الذات وعلاقاته الاجتماعية. فالتربية القاسية، بما تحمله من رفض أو انتقاد أو عنف، يمكن أن تؤدي إلى تكوين علاقة تعلق غير آمنة، حيث يشعر الطفل بعدم الأمان وعدم الثقة في الآخرين. وهذا الشعور يمكن أن يرافقه طوال حياته، ويجعله أكثر عرضة للإصابة بمشاكل نفسية مثل الاكتئاب والقلق والإيذاء الذاتي.

كما أن الدراسة تستند إلى مفهوم التقييم الذاتي الأساسي (Core Self-Evaluations)، وهو عبارة عن مجموعة من المعتقدات الراسخة حول قدرات الفرد وقيمه الذاتية. فالأفراد الذين يتمتعون بتقييم ذاتي إيجابي يميلون إلى رؤية أنفسهم كأشخاص أكفاء وقادرين على تحقيق أهدافهم، بينما يميل الأفراد الذين يعانون من تقييم ذاتي سلبي إلى رؤية أنفسهم كأشخاص غير أكفاء وغير جديرين بالحب والاحترام. والتربية القاسية يمكن أن تساهم في تشويه التقييم الذاتي لدى الطفل، مما يجعله يشعر بالدونية والعجز.

بالإضافة إلى ذلك، تلعب نظرية الانفصال الأبوي (Parental Alienation) دوراً هاماً في فهم الآليات التي تربط بين التربية القاسية والإيذاء الذاتي. فالانفصال الأبوي يشير إلى سلوك أحد الوالدين الذي يهدف إلى تدمير علاقة الطفل بالوالد الآخر. وهذا السلوك يمكن أن يخلق صراعاً داخلياً لدى الطفل، ويجعله يشعر بالذنب والولاء المزدوج، مما يزيد من خطر الإيذاء الذاتي.

المنهجية التفصيلية

قام الباحث باي مي (Bai M) وفريقه بإجراء دراسة طولية شملت 5,742 طالباً جامعياً. تم جمع البيانات على مدى ثلاثة فترات زمنية، بفارق ثلاثة أشهر بين كل فترة. استخدم الباحثون أسلوب التحليل الكامن للنماذج (Latent Profile Analysis) لتحديد المجموعات المختلفة من الطلاب الذين يشتركون في أنماط متشابهة من التربية القاسية. وقد أظهر التحليل وجود ثلاثة أنماط رئيسية: النمط الأول يتميز بمستوى عالٍ ومتسق من التربية القاسية، والنمط الثاني يتميز بمستوى متوسط من التربية القاسية، والنمط الثالث يتميز بمستوى منخفض من التربية القاسية.

بعد تحديد هذه الأنماط، استخدم الباحثون أسلوب تحليل الوساطة التسلسلية (Serial Mediation Analysis) لفحص ما إذا كان الانفصال الأبوي والتقييم الذاتي الأساسي يلعبان دوراً وسيطاً في العلاقة بين التربية القاسية والإيذاء الذاتي غير الانتحاري. بمعنى آخر، هل التربية القاسية تؤدي إلى الانفصال الأبوي، والذي بدوره يؤدي إلى تدهور التقييم الذاتي، والذي بدوره يزيد من خطر الإيذاء الذاتي؟

تم قياس التربية القاسية باستخدام مقياس يقيم مدى استخدام الوالدين للعقاب البدني والنفسي، والانتقاد، والرفض. وتم قياس الانفصال الأبوي باستخدام مقياس يقيم مدى شعور الطالب بالانفصال عن أحد والديه. وتم قياس التقييم الذاتي

الأساسي باستخدام مقياس يقيم مدى شعور الطالب بالكفاءة الذاتية، والثقة بالنفس، والرضا عن الحياة. وتم قياس الإيذاء الذاتي غير الانتحاري باستخدام مقياس يسأل الطلاب عن مدى قيامهم بسلوكيات مؤذية للذات مثل جرح النفس أو حرقها.

النتائج

أظهرت النتائج أن التربية القاسية كانت مرتبطة بشكل غير مباشر بالإيذاء الذاتي غير الانتحاري من خلال الانفصال الأبوي والتقييم الذاتي الأساسي، وذلك في جميع الأنماط الثلاثة من التربية القاسية. ومع ذلك، فإن حجم هذه العلاقة غير المباشرة وتفصيلها الدقيقة اختلف باختلاف النمط. على سبيل المثال، كان التأثير غير المباشر للتربية القاسية على الإيذاء الذاتي أقوى في النمط الأول (التربية القاسية العالية) مقارنة بالنمط الثاني (التربية القاسية المتوسطة).

كما أظهرت النتائج أن الانفصال الأبوي كان يلعب دوراً وسيطاً أكثر أهمية في العلاقة بين التربية القاسية والإيذاء الذاتي في النمط الأول، بينما كان التقييم الذاتي الأساسي يلعب دوراً وسيطاً أكثر أهمية في النمط الثاني. وهذا يشير إلى أن الآليات التي تربط بين التربية القاسية والإيذاء الذاتي قد تختلف باختلاف مستوى الصرامة في التربية.

التأثيرات السريية والعملية

هذه النتائج لها آثار مهمة على الممارسة السريية والتدخلات العلاجية. فهي تشير إلى أن العلاج النفسي للأفراد الذين يعانون من الإيذاء الذاتي يجب أن يركز ليس فقط على معالجة الأعراض الظاهرة، ولكن أيضاً على فهم التجارب المبكرة في الطفولة، وخاصة تلك المتعلقة بالتربية القاسية والانفصال الأبوي. يجب أن يهدف العلاج إلى مساعدة المرضى على تطوير علاقة أكثر أماناً مع أنفسهم ومع الآخرين، وتعزيز تقييمهم الذاتي الإيجابي، ومعالجة أي مشاعر سلبية تجاه والديهم.

كما أن هذه النتائج تسلط الضوء على أهمية الوقاية من التربية القاسية. يجب على الآباء والأمهات أن يكونوا على دراية بالتأثيرات السلبية للصرامة والعنف على الصحة النفسية لأطفالهم، وأن يسعوا إلى تبني أساليب تربية إيجابية تعتمد على الحب والاحترام والتواصل الفعال. يمكن للمدارس والمراكز المجتمعية أن تلعب دوراً هاماً في توفير برامج تدريبية للآباء والأمهات حول أساليب التربية الإيجابية.

السياق الثقافي العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في السياق الثقافي العربي، يجب أن نأخذ في الاعتبار بعض الفروق الدقيقة. ففي العديد من المجتمعات العربية، لا تزال التربية القاسية تعتبر أسلوباً مقبولاً، بل ومستحسناً في بعض الأحيان، بهدف تأديب الأطفال وتعليمهم القيم والأخلاق. ومع ذلك، فإن هذه الممارسة يمكن أن تكون لها آثار سلبية عميقة على الصحة النفسية للأطفال، كما أظهرت هذه الدراسة.

بالإضافة إلى ذلك، فإن مفهوم الانفصال الأبوي قد يكون أكثر تعقيداً في المجتمعات العربية، حيث تلعب العائلة الممتدة دوراً هاماً في تربية الأطفال. فقد يتعرض الطفل للانفصال عن أحد الأجداد أو الأعمام أو الأخوال، مما قد يكون له تأثير مماثل للتأثير الناتج عن الانفصال عن أحد الوالدين. كما أن الوصمة الاجتماعية المرتبطة بالصحة النفسية قد تجعل من الصعب على الأفراد الذين يعانون من الإيذاء الذاتي طلب المساعدة.

لذلك، فإن التدخلات العلاجية في العالم العربي يجب أن تكون حساسة ثقافياً، وأن تأخذ في الاعتبار القيم والمعتقدات المحلية. يجب أن يركز العلاج على بناء الثقة بين المعالج والمريض، وتوفير بيئة آمنة وداعمة حيث يمكن للمريض التعبير عن مشاعره بحرية. كما يجب أن يهدف العلاج إلى تثقيف الأسر حول أهمية الصحة النفسية، وتشجيعهم على تبني أساليب

تربية إيجابية.

التوجهات المستقبلية والقيود

هذه الدراسة تمثل خطوة مهمة في فهم العلاقة بين التربية القاسية والإيذاء الذاتي، ولكنها لا تخلو من بعض القيود. أولاً، اعتمدت الدراسة على عينة من الطلاب الجامعيين، مما قد يحد

Recommended Academic Training

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

→ View Course [التربية والتعلم](#) → View Course [التربية البيئية والتنمية المستدامة](#)

Reference

Bai M. (2026). *Profiling harsh parenting and the longitudinal association with non-suicidal self-injury in (young adults: a mediation analysis*. BMC Psychology, 14(1).

DOI: [10.1186/s40359-026-04155-8](https://doi.org/10.1186/s40359-026-04155-8)