تقليل الوصم المجتمعي للأمراض النفسية: نتائج تجربة ACE الصينية

تأليف
مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 8, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تقليل الوصم المجتمعي للأمراض النفسية: نتائج تجربة *ACE* الصينية. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=119550

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل أنك تشاهد شخصًا يعاني من نوبة هلع في مكان عام. ما هو رد فعلك؟ هل ستقترب لتقديم المساعدة، أم ستتجنبه خوفًا من ردة فعله أو حكم الآخرين؟ غالبًا ما يكون الخيار الثاني هو السائد، وهذا يعكس مشكلة عميقة الجذور في مجتمعاتنا: الوصمة المرتبطة بالأمراض النفسية.

منهجية البحث

قام باحثون بقيادة تشانغ تشيو (Zhang Q.) بإجراء دراسة شاملة تهدف إلى تقليل هذه الوصمة من خلال تدخل جديد أطلقوا عليه اسم "ACE" (Acceptance, Compassion, and Education - القبول والتعاطف والتعليم). اعتمدت الدراسة على تصميم عشوائي مُجمّع مُراقب بقائمة انتظار (cluster-randomized waitlist-controlled trial)، وهو تصميم قوي يسمح بتقييم فعالية التدخل على مستوى المجموعات، مثل المدارس أو أماكن العمل، بدلاً من الأفراد بشكل منفصل. تم اختيار المجموعات بشكل عشوائي إما لتلقي تدخل ACE على الفور، أو للانتظار في قائمة الانتظار قبل تلقي التدخل لاحقًا.

شملت الدراسة مجموعة كبيرة من المشاركين، وتم جمع البيانات في بداية الدراسة وبعد الانتهاء من التدخل. ركز التدخل ACE على ثلاثة مكونات رئيسية: أولاً، تعزيز القبول تجاه الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية، بمعنى رؤيتهم كأفراد يستحقون الاحترام والتعاطف، وليس مجرد تشخيص طبي. ثانيًا، تنمية التعاطف من خلال مساعدة المشاركين على فهم تجارب الأشخاص الذين يعانون من هذه الأمراض. وثالثًا، توفير التعليم حول الأمراض النفسية، بما في ذلك أسبابها وأعراضها وخيارات العلاج المتاحة. تم تقديم التدخل من خلال ورش عمل تفاعلية ومناقشات جماعية، بهدف خلق بيئة آمنة وداعمة للمشاركين للتعبير عن آرائهم ومخاوفهم.

نتائج البحث

أظهرت النتائج أن التدخل ACE كان له تأثير كبير على تقليل الوصمة المرتبطة بالأمراض النفسية. لاحظ الباحثون انخفاضًا ملحوظًا في المواقف السلبية تجاه الأشخاص الذين يعانون من هذه الأمراض بين المشاركين الذين تلقوا التدخل، مقارنة بالمجموعة التي كانت في قائمة الانتظار. على وجه التحديد، أظهر المشاركون الذين تلقوا التدخل استعدادًا أكبر للتفاعل مع الأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية، ورغبة أكبر في تقديم المساعدة لهم، وتقليلًا في الخوف من الارتباط بهم.

بالإضافة إلى ذلك، وجد الباحثون أن التدخل ACE أدى إلى تحسين المعرفة حول الأمراض النفسية. أصبح المشاركون أكثر وعيًا بأسباب هذه الأمراض وأعراضها وخيارات العلاج المتاحة، مما ساعدهم على فهم أفضل لتجارب الأشخاص الذين يعانون منها. هذا التحسن في المعرفة ساهم بدوره في تقليل الوصمة، حيث أن فهم الأمراض النفسية غالبًا ما يؤدي إلى تقليل الخوف والتحيز.

من الجدير بالذكر أن التأثير الإيجابي للتدخل ACE استمر حتى بعد انتهاء التدخل نفسه. أظهرت المتابعة التي أجراها الباحثون أن التغييرات في المواقف والمعرفة ظلت مستقرة على المدى الطويل، مما يشير إلى أن التدخل يمكن أن يكون له تأثير دائم على تقليل الوصمة.

دلالات البحث

تحمل هذه الدراسة دلالات مهمة على جهود الصحة العامة الرامية إلى تحسين الصحة النفسية للمجتمع. توضح النتائج أن التدخلات القائمة على القبول والتعاطف والتعليم يمكن أن تكون فعالة في تقليل الوصمة المرتبطة بالأمراض النفسية، مما

ARABPSYCHOLOGY.COM

قد يشجع المزيد من الأشخاص على طلب المساعدة عند الحاجة.

إن تقليل الوصمة ليس مجرد مسألة أخلاقية، بل هو أيضًا ضروري لتحسين الوصول إلى خدمات الصحة النفسية. غالبًا ما يتردد الأشخاص في طلب المساعدة بسبب الخوف من الحكم أو التمييز، وهذا يمكن أن يؤدي إلى تفاقم أعراضهم وتأخير العلاج. من خلال تقليل الوصمة، يمكننا خلق مجتمع أكثر تقبلاً وداعماً للأشخاص الذين يعانون من أمراض نفسية، وتشجيعهم على طلب المساعدة التي يحتاجونها للتعافي والعيش حياة كاملة.

يخطط فريق البحث، الذي يضم باحثين من مؤسسات متعددة، لتوسيع نطاق هذه الدراسة لتشمل مجموعات سكانية مختلفة، واستكشاف طرق لتكييف التدخل ACE ليناسب سياقات ثقافية مختلفة. كما يهدفون إلى تقييم فعالية التدخل في أماكن العمل والمدارس، بهدف خلق بيئات أكثر صحة وداعمة للجميع.

Reference

Zhang Q. (2026). *Reducing public stigma toward people with* mental illness *through the ACE intervention: a cluster-randomized waitlist-controlled trial*. BMC Psychology, 14(1).

DOI: 10.1186/s40359-026-04107-2

ARABPSYCHOLOGY.COM