توقعات كليات الطب وتأثيرها على الصحة النفسية والإنجاز المهني للطلاب: دراسة شاملة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 18, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). توقعات كليات الطب وتأثيرها على الصحة النفسية والإنجاز المهني للطلاب: دراسة شاملة. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=120898

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل تحطيم الأحلام يؤدي إلى الإرهاق والاكتئاب بين طلاب الطب؟ دراسة جديدة تلقي الضوء على التحديات النفسية في رحلة التعليم الطبي

كم من الأحلام والطموحات تحملها قلوب الشباب وهم يخطون أولى خطواتهم نحو معطف الطبيب الأبيض؟ كم منهم يجد الواقع مختلفًا تمامًا عما تصوره، فيصاب بالإحباط واليأس، وتتأثر صحته النفسية؟ هذه الأسئلة ليست مجرد تساؤلات عابرة، بل هي جوهر بحث جديد أجرته الباحثة سي.إن.بي. أراوجو، يكشف عن العلاقة الوثيقة بين توقعات طلاب الطب، وشعورهم بالرضا عن حياتهم المهنية، وصحتهم النفسية. الدراسة، التي شملت 715 طالبًا وطالبة من سبع كليات طب في فلوريدا، تقدم رؤى قيمة حول التحديات التي تواجه الجيل القادم من الأطباء، وكيف يمكن للمؤسسات التعليمية أن تلعب دورًا حاسمًا في دعمهم.

الإطار النظري

النظرية المعرفية السلوكية (CBT) ونموذج التوقعات

لفهم نتائج هذه الدراسة، من الضروري الرجوع إلى بعض الأسس النظرية في علم النفس. تلعب النظرية المعرفية السلوكية (CBT) دورًا محوريًا في فهم العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوكيات. ففي سياق طلاب الطب، يمكن أن تؤدي التوقعات غير الواقعية حول طبيعة الدراسة والعمل الطبي إلى أفكار سلبية، مثل "أنا غير قادر على التعامل مع هذا الضغط" أو "لن أكون طبيبًا جيدًا". هذه الأفكار بدورها تولد مشاعر سلبية مثل القلق والاكتئاب، وتؤدي إلى سلوكيات غير صحية مثل الانسحاب الاجتماعي أو الإفراط في العمل. بالإضافة إلى ذلك، فإن نموذج التوقعات يلعب دورًا هامًا. عندما لا تتحقق التوقعات، يشعر الأفراد بالإحباط وخيبة الأمل، مما يؤثر سلبًا على دافعيتهم ورضاهم عن الحياة. يمكن تشبيه الأمر ببناء قلعة من الرمال؛ إذا لم يكن الأساس قويًا (التوقعات الواقعية)، فإن القلعة ستنهار بسهولة (الإرهاق النفسي).

نظرية الضغط والإرهاق

تعتبر نظرية الضغط والإرهاق إطارًا نظريًا آخر مهمًا. توضح هذه النظرية كيف يمكن أن يؤدي التعرض المستمر للضغوط، مثل ضغوط الدراسة والامتحانات والمسؤولية تجاه المرضى، إلى الإرهاق النفسي والجسدي. الإرهاق ليس مجرد شعور بالتعب، بل هو حالة من الاستنزاف العاطفي والجسدي والعقلي، مصحوبة بانخفاض في الشعور بالإنجاز الشخصي. طلاب الطب، نظرًا لطبيعة دراستهم المتطلبة، هم عرضة بشكل خاص للإصابة بالإرهاق.

المنهجية

تصميم البحث وعينة الدراسة

اعتمدت أراوجو على تصميم بحث مختلط يجمع بين الأساليب الكمية والنوعية. تم جمع البيانات من خلال استبيان إلكتروني مجهول المصدر، تم توزيعه على 715 طالبًا وطالبة من سبع كليات طب في ولاية فلوريدا الأمريكية. تضمن الاستبيان أسئلة حول توقعات الطلاب قبل الالتحاق بكلية الطب، ورضاهم عن الموارد المتاحة لدعم صحتهم النفسية، وتقييمهم لذاتهم من حيث الرفاهية والشعور بالرضا المهني، والتزامهم بمواصلة مسيرتهم المهنية في الطب. كما تضمن الاستبيان مقياسًا لتقييم أعراض الإرهاق باستخدام مقياس "Single-Item Burnout Measure".

ARABPSYCHOLOGY.COM

تحليل البيانات

تم تحليل البيانات الكمية باستخدام التحليل الإحصائي الوصفي والارتباطي. يهدف التحليل الوصفي إلى تلخيص خصائص العينة، مثل توزيع الجنس والعمر. أما التحليل الارتباطي، فيهدف إلى تحديد العلاقة بين المتغيرات المختلفة، مثل العلاقة بين التوقعات غير المتحققة والصحة النفسية. بالإضافة إلى ذلك، تم تحليل البيانات النوعية من خلال تحليل المحتوى، بهدف تحديد الموضوعات الرئيسية التي تكررت في إجابات الطلاب المفتوحة حول كيفية تحسين دعم الصحة النفسية في كليات الطب. يمكن تشبيه عملية تحليل البيانات بعملية تجميع قطع الأحجية؛ كل قطعة تمثل معلومة، وعند تجميعها معًا، تكشف عن الصورة الكاملة.

النتائج

تدهور الصحة النفسية وانتشار الإرهاق

أظهرت النتائج أن غالبية الطلاب أبلغوا عن تدهور في صحتهم النفسية منذ بدء الدراسة في كلية الطب. كما أشاروا إلى معاناتهم من أعراض الإرهاق، مثل الشعور بالإرهاق العاطفي والجسدي والعقلي. وتبين أن عدم تحقيق التوقعات كان مرتبطًا بشكل كبير بتدهور الصحة النفسية وزيادة أعراض الإرهاق. فكلما زاد الفرق بين ما تصوره الطلاب قبل الالتحاق بكلية الطب والواقع الفعلي، زادت احتمالية إصابتهم بالإرهاق والاكتئاب.

العوامل المؤثرة في الرفاهية المهنية

أظهرت الدراسة أيضًا أن الطلاب الذين لم يحققوا توقعاتهم، أو شعروا بعدم الرضا عن حياتهم المهنية، أو عانوا من تدهور في صحتهم النفسية، أو كانوا يعانون من الإرهاق، كانوا أقل عرضة للاختيار مرة أخرى لمسيرة مهنية في الطب. وهذا يشير إلى أن تجربة التعليم الطبي السلبية يمكن أن تؤثر بشكل كبير على قرار الطلاب بمواصلة العمل كأطباء.

المحاور الرئيسية لتحسين الصحة النفسية

كشف التحليل النوعي للبيانات عن خمسة محاور رئيسية يمكن أن تساعد في تحسين الصحة النفسية لطلاب الطب: الدعم الاجتماعي والعاطفي والجسدي، والجدولة الزمنية للدراسة، والدعم الأكاديمي، والوضع المالي، والثقافة التنظيمية في كليات الطب. أكد الطلاب على أهمية توفير بيئة داعمة تشجع على التواصل المفتوح وتقديم المساعدة، وتوفير موارد كافية لمساعدتهم على التعامل مع ضغوط الدراسة، وتوفير الدعم المالي اللازم لتغطية نفقاتهم، وتعزيز ثقافة تقدر الصحة النفسية وتشجع على طلب المساعدة عند الحاجة.

الآثار العملية

تأثير النتائج على المؤسسات التعليمية والأطباء والمرضى

تحمل هذه الدراسة آثارًا عملية مهمة على مختلف المستويات. بالنسبة للمؤسسات التعليمية، يجب أن تعمل على إعداد الطلاب الجدد للواقع الفعلي للدراسة في كلية الطب، وتوفير برامج دعم صحة نفسية شاملة، وتعزيز ثقافة تقدر الصحة النفسية وتشجع على طلب المساعدة. بالنسبة للأطباء، يجب أن يكونوا على دراية بالتحديات النفسية التي يواجهها طلاب الطب، وأن يقدموا لهم الدعم والتوجيه اللازمين. بالنسبة للمرضى، يجب أن يكونوا على علم بأن الأطباء الذين يعانون من

ARABPSYCHOLOGY.COM

الإرهاق النفسي قد يكونون أقل قدرة على تقديم رعاية عالية الجودة، وأن يدعموا جهود تحسين صحة الأطباء النفسية.

السياق الثقافي العربي

التحديات والاعتبارات الخاصة في العالم العربي

عند النظر إلى هذه النتائج في سياق العالم العربي، تظهر بعض التحديات والاعتبارات الخاصة. في العديد من المجتمعات العربية، لا تزال الصحة النفسية تعتبر موضوعًا محظورًا، وهناك وصمة عار مرتبطة بطلب المساعدة النفسية. هذا يمكن أن يجعل طلاب الطب في العالم العربي أكثر ترددًا في طلب المساعدة، مما يزيد من خطر إصابتهم بالإرهاق والاكتئاب. بالإضافة إلى ذلك، قد يواجه طلاب الطب في العالم العربي ضغوطًا إضافية من العائلة والمجتمع لتحقيق النجاح، وقد يشعرون بالذنب أو الخجل إذا لم يتمكنوا من تلبية هذه التوقعات. كما أن نقص الموارد المتاحة لدعم الصحة النفسية في العديد من البلدان العربية يمثل تحديًا إضافيًا. لذلك، من الضروري تطوير برامج دعم صحة نفسية تراعي السياق الثقافي العربي، وتعمل على رفع مستوى الوعي بأهمية الصحة النفسية، وتقليل الوصمة المرتبطة بطلب المساعدة.

آفاق مستقبلية وقيود الدراسة

مجالات البحث المستقبلية

تفتح هذه الدراسة الباب أمام العديد من مجالات البحث المستقبلية. يمكن إجراء دراسات مستقبلية لفحص فعالية برامج دعم الصحة النفسية المختلفة في كليات الطب

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

Araujo C.N.P. (2026). *Association between* medical school *expectations, professional fulfillment, and* mental health *among medical students: a mixed-methods study*. BMC Medical Education, 26(1).

DOI: 10.1186/s12909-026-08824-5