تَشابُهَاتُ الأذى بالنفس بين المراهقين: دراسة فنلندية واسعة النطاق تكشف عن تأثير الأقران

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 16, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تَشابُهَاتُ الأذى بالنفس بين المراهقين: دراسة فنلندية واسعة النطاق تكشف عن تأثير الأقران. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=119053

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل أنك مراهق، في فترة حرجة من حياتك، مليئة بالتغيرات والتحديات. الضغط الدراسي، العلاقات الاجتماعية المعقدة، ومحاولة اكتشاف هويتك كلها عوامل قد تسبب ضغوطًا نفسية كبيرة. الآن، تخيل أنك تعلم أن أحد أصدقائك أو زملائك في المدرسة قد أضرّ بنفسه. هل يمكن أن يزيد هذا من احتمالية أن تفكر أنت أيضًا في إيذاء نفسك؟ هذا هو السؤال الذي سعى باحثون في فنلندا للإجابة عليه، ونتائجهم تحمل دلالات مهمة للصحة العامة.

منهجية البحث

قام فريق بحثي بقيادة الباحث ألهو (Alho) من فنلندا بدراسة واسعة النطاق شملت بيانات السجل الوطني لـ 913,149 فنلنديًا ولدوا بين عامي 1985 و 2000. ركزت الدراسة على تحديد ما إذا كان وجود زملاء في نفس الصف الدراسي قد قاموا بإيذاء أنفسهم يرتبط بزيادة خطر إيذاء النفس لدى هؤلاء الأفراد لاحقًا. استخدم الباحثون بيانات شاملة تتبع المشاركين حتى أول حالة مسجلة لإيذاء النفس، أو الهجرة، أو الوفاة، أو حتى نهاية عام 2020، أيهما يأتي أولاً. (إيذاء النفس هنا يشمل مجموعة واسعة من الأفعال، مثل الجرح المتعمد، والحرق، والتسمم، ومحاولات الانتحار).

لتحليل البيانات، استخدم الباحثون نماذج إحصائية متطورة تسمى نماذج كوكس المتناسبة (Cox proportional hazards models). هذه النماذج تسمح بتقييم العلاقة بين التعرض لإيذاء النفس لدى الزملاء وخطر إيذاء النفس لدى الفرد، مع الأخذ في الاعتبار عوامل أخرى قد تؤثر على النتيجة، مثل الخلفية الاجتماعية والاقتصادية، وخصائص الوالدين، وبيئة المدرسة، والمنطقة الجغرافية التي يعيش فيها المشارك. بهذه الطريقة، سعى الباحثون إلى عزل تأثير التعرض لإيذاء النفس لدى الزملاء قدر الإمكان.

النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن وجود زملاء في نفس الصف الدراسي قد قاموا بإيذاء أنفسهم بين سن بداية المدرسة وحتى نهاية الصف التاسع كان مرتبطًا بزيادة طفيفة في خطر إيذاء النفس اللاحق، بنسبة خطر (Hazard Ratio) بلغت 1.05. (نسبة الخطر هي مقياس لمدى زيادة أو نقصان خطر حدوث حدث معين في مجموعة معينة مقارنة بمجموعة أخرى). على الرغم من أن هذه الزيادة كانت صغيرة نسبيًا، إلا أنها كانت ذات دلالة إحصائية، مما يشير إلى أنها ليست مجرد صدفة.

الأكثر إثارة للاهتمام، أن نسبة الخطر كانت أعلى في بداية فترة المتابعة، عندما كان المشاركون في الدراسة في حوالي سن 16 عامًا، حيث بلغت 1.45. كما وجد الباحثون أن التعرض لإيذاء النفس لدى الزملاء في الصف الثامن أو التاسع كان مرتبطًا بأعلى خطر، خاصةً عندما بدأت فترة المتابعة بعد انتهاء هذين الصفين. على سبيل المثال، بلغت نسبة الخطر 1.49 للتعرض في الصف التاسع و 1.36 للتعرض في الصف الثامن.

دلالات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن إيذاء النفس قد ينتشر اجتماعيًا بين المراهقين. بمعنى آخر، قد يؤثر إيذاء النفس لدى أحد الأفراد على سلوك الآخرين في شبكته الاجتماعية. لا يمكن للباحثين استبعاد وجود عوامل أخرى مؤثرة بشكل كامل، ولكن الأدلة تشير بقوة إلى أن التعرض لإيذاء النفس لدى الزملاء يمكن أن يزيد من خطر إيذاء النفس لدى المراهقين.

الارتفاع الملحوظ في نسبة الخطر حول سن 16 عامًا يثير تساؤلات مهمة. يقترح الباحثون أن الضغوط الخارجية المرتبطة بالانتقال إلى مراحل جديدة من الحياة في هذا العمر قد تزيد من تأثير التعرض لإيذاء النفس لدى الزملاء. ففي هذه المرحلة العمرية، يواجه المراهقون تحديات كبيرة تتعلق بالهوية، والعلاقات، والمستقبل، مما قد يجعلهم أكثر عرضة للتأثر

ARABPSYCHOLOGY.COM

بسلوكيات الآخرين.

تؤكد هذه الدراسة على أهمية تطوير وتنفيذ برامج الوقاية والتدخل التي تأخذ في الاعتبار التأثيرات المحتملة للأقران على سلوك إيذاء النفس لدى المراهقين. قد تشمل هذه البرامج توعية المراهقين بمخاطر إيذاء النفس، وتعزيز مهارات التأقلم الصحية، وتوفير الدعم النفسي والاجتماعي للمراهقين المعرضين للخطر. من خلال معالجة هذه القضية بشكل شامل، يمكننا المساعدة في تقليل العبء العام للصحة لإيذاء النفس وحماية صحة ورفاهية شبابنا.

Reference

Alho, J. (2026). *Examination of self-harm clustering in adolescent peer networks: a nationwide registry cohort study in Finland*. The Lancet Regional Health - Europe.

DOI: 10.1016/j.lanepe.2025.101517

ARABPSYCHOLOGY.COM