خطر تراكمي للإصابة بأمراض نفسية في العائلة: دراسة وطنية واسعة النطاق

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 18, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). خطر تراكمي للإصابة بأمراض نفسية في العائلة: دراسة وطنية واسعة النطاق. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=119157

ARABPSYCHOLOGY.COM

تخيل أنك تجلس مع عائلتك في تجمع عائلي. قد يكون هناك حديث عن الصحة، عن الأمراض الجسدية التي يعاني منها الأقارب، ولكن هل نتحدث بصراحة عن الصحة النفسية؟ غالبًا ما يظل هذا الموضوع طي الكتمان، محاطًا بالوصم والخوف. ولكن ماذا لو كشفت الإحصائيات أن أكثر من نصفنا لديه فرد من العائلة يعاني من اضطراب نفسي؟ هذا ما توصل إليه بحث جديد، مسلطًا الضوء على مدى انتشار هذه التجارب وتأثيرها العميق على الأفراد والأسر.

منهجية البحث

قام باحثون في الدنمارك بتحليل بيانات شاملة من السجلات الوطنية الدنماركية، وهي قاعدة بيانات ضخمة تحتوي على معلومات حول جميع المواطنين الدنماركيين. ركزت الدراسة على مجموعة ولدت عام 1970، وتتبعوا تاريخهم الطبي وتاريخ أفراد أسرهم (الآباء والأشقاء والشركاء والأبناء) بين عامي 1980 و 2018. استخدم الباحثون، بقيادة أنكر (Anker)، سجلات المستشفيات ـ سواء للعلاج في العيادات الخارجية أو الإقامة في المستشفى ـ لتحديد الحالات التي تم تشخيصها باضطرابات نفسية. اعتمدوا على ما يسمى بـ "وظائف التراكم" (cumulative incidence functions) لتقدير المخاطر التراكمية، أي احتمال أن يصاب فرد من العائلة باضطراب نفسي بمرور الوقت. هذه الطريقة تسمح بفهم أفضل لمدى انتشار هذه الاضطرابات داخل الشبكات العائلية.

النتائج

أظهرت الدراسة أن 51.4% من أفراد المجموعة التي ولدت عام 1970 لديهم فرد من العائلة (من الفئات المذكورة أعلاه) تم تشخيصه باضطراب نفسي بحلول بلوغهم سن 49 عامًا. وهذا يعني أن أكثر من نصف الأشخاص في هذه المجموعة قد مروا بتجربة وجود فرد من العائلة يعاني من مشكلة في الصحة النفسية. ولكن الأمر لا يتوقف عند هذا الحد. وجد الباحثون أن الأفراد الذين تم تشخيصهم هم أنفسهم باضطراب نفسي بحلول سن 49 عامًا (والذين بلغ عددهم 9899 شخصًا) كانوا أكثر عرضة بنسبة 1.42 مرة لوجود فرد من العائلة مصاب باضطراب نفسي. والأكثر إثارة للقلق هو أن هذا الفارق يزداد عندما يتعلق الأمر بتجربة وجود عدة أفراد من العائلة مصابين باضطرابات نفسية.

بالإضافة إلى ذلك، قدرت الدراسة أن 13.9% من المجموعة التي ولدت عام 1970 عانوا من اضطراب نفسي خطير بما يكفي لتلقي علاجًا في المستشفى وتشخيصًا رسميًا. على الرغم من أن هذه النسبة قد تبدو منخفضة مقارنة بالـ 51.4%، إلا أنها تشير إلى أن الاضطرابات النفسية الخطيرة لا تزال تمثل تحديًا كبيرًا. الأهم من ذلك، أن الدراسة تؤكد أن العديد من الأفراد يختبرون الاضطرابات النفسية بشكل مباشر من خلال شبكاتهم العائلية.

دلالات

تلقي هذه الدراسة الضوء على مدى انتشار الاضطرابات النفسية وتأثيرها على الأسر. إن حقيقة أن أكثر من نصف الأفراد لديهم فرد من العائلة يعاني من اضطراب نفسي تشير إلى أن هذه ليست مشكلة "نادرة" أو "منعزلة"، بل هي جزء لا يتجزأ من حياة الكثيرين. كما تسلط الدراسة الضوء على العبء الإضافي الذي يتحمله الأفراد الذين يعانون هم أنفسهم من اضطرابات نفسية، حيث أنهم أكثر عرضة لرعاية أفراد أسرهم المصابين أيضًا. هذا يمكن أن يؤدي إلى تفاقم مشاكلهم الخاصة ويجعل من الصعب عليهم الحصول على الدعم الذي يحتاجونه.

تشير هذه النتائج إلى الحاجة الماسة إلى زيادة الوعي بالصحة النفسية وتقليل الوصم المرتبط بها. يجب أن نشجع الحوار المفتوح والصادق حول هذه القضايا، وأن نوفر الدعم والموارد اللازمة للأفراد والأسر المتضررة. كما يجب أن نركز على الوقاية من الاضطرابات النفسية وتعزيز الصحة النفسية الجيدة للجميع. إن فهمنا لمدى انتشار هذه الاضطرابات داخل

ARABPSYCHOLOGY.COM

الشبكات العائلية يمكن أن يساعدنا في تطوير استراتيجيات أكثر فعالية للرعاية والدعم.

Reference

Anker, A.S.T. (2026). *The Cumulative Risk of Having a Family Member With a Diagnosed Mental Disorder: A Nationwide Study of Mental Disorders in Family Networks*. Acta Psychiatrica Scandinavica.

DOI: 10.1111/acps.70041

ARABPSYCHOLOGY.COM