رفاهية المرضى النفسيين: دراسة تقارن بين الاضطرابات المزاجية والحالات دون حد والحالات الطبيعية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 1, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). رفاهية المرضى النفسيين: دراسة تقارن بين الاضطرابات المزاجية والحالات دون حد والحالات الطبيعية. عرب سايكلوجي. تم الاسترجاع من https://arabpsychology.com/?p=120440

ARABPSYCHOLOGY.COM

هل السعادة ممكنة لمن يعانون من اضطرابات نفسية مستقرة؟ دراسة جديدة تلقي الضوء

تخيل شخصًا يراجع طبيبًا نفسيًا بانتظام، ويتناول أدويته، ويتبع العلاج، ويبدو ظاهريًا مستقرًا. هل يعني هذا بالضرورة أنه سعيد؟ هذا السؤال، الذي يبدو بسيطًا، هو جوهر بحث جديد أجرته باحثة من اليابان، يثير تساؤلات مهمة حول مفهوم "التعافي" في مجال الصحة النفسية. فغالبًا ما يركز الأطباء على تخفيف الأعراض، ولكن ماذا عن الشعور بالرضا عن الحياة والسعادة؟

منهجية البحث

قام الباحثون بدراسة مقارنة لمستويات الرضا عن الحياة لدى ثلاث مجموعات من الأفراد: مجموعة من المرضى الخارجيين الذين يعانون من اضطرابات المزاج (مثل الاكتئاب والاضطراب ثنائي القطب)، ومجموعة أخرى تعاني من أعراض نفسية مستمرة ولكنها لا تفي بمعايير التشخيص الكامل للاضطرابات النفسية (تُعرف باسم "أعراض دون العتبة")، ومجموعة ثالثة من الأفراد الأصحاء من المجتمع العام. شملت الدراسة 59 مريضًا في مجموعة اضطرابات المزاج، و60 مريضًا في مجموعة الأعراض دون العتبة، و204 فردًا في المجموعة الضابطة من المجتمع. تم تقييم الرضا عن الحياة باستخدام مقياس "الرضا عن الحياة" (Satisfaction with Life Scale - SWLS)، وهو استبيان شائع يستخدم لقياس تقييم الأفراد لحياتهم بشكل عام.

معايير الاستقرار السريري

من المهم ملاحظة أن جميع المرضى الخارجيين المشاركين في الدراسة كانوا في حالة "استقرار سريري"، مما يعني أن أعراضهم كانت تحت السيطرة لفترة من الوقت. هذا الاستقرار تم تقييمه من خلال التقييمات السريرية المنتظمة. ركزت الدراسة على فهم ما إذا كان هذا الاستقرار السريري يترجم تلقائيًا إلى شعور أكبر بالسعادة والرضا عن الحياة.

النتائج

أظهرت النتائج مفاجأة غير متوقعة. بعد تحليل البيانات، وجد الباحثون أن مجموعة المرضى الذين يعانون من اضطرابات المزاج (الاكتئاب والاضطراب ثنائي القطب) أظهرت مستويات أعلى من الرضا عن الحياة مقارنة بكل من مجموعة الأعراض دون العتبة والمجموعة الضابطة من المجتمع. بمعنى آخر، المرضى الذين تم تشخيصهم رسميًا باضطرابات نفسية كانوا أكثر سعادة بشكل عام من أولئك الذين يعانون من ضائقة نفسية مستمرة ولكنهم لم يستوفوا معايير التشخيص الكامل، وحتى من الأفراد الأصحاء في المجتمع.

على النقيض من ذلك، أظهرت مجموعة الأعراض دون العتبة أدنى مستويات الرضا عن الحياة بين جميع المجموعات الثلاث. وهذا يشير إلى أن هذه المجموعة قد تمثل شريحة مهمة من المرضى الذين يحتاجون إلى دعم إضافي، على الرغم من أنهم لا يستوفون المعايير التقليدية للتشخيص النفسي.

أظهر تحليل إضافي أن الأعراض الاكتئابية كانت مرتبطة بشكل كبير بانخفاض الرضا عن الحياة، بينما كان الانخراط في الأنشطة ذات الصلة بالهدف والمعنى مرتبطًا بزيادة الرضا عن الحياة.

ARABPSYCHOLOGY.COM

دلالات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن مفهوم "التعافي" في مجال الصحة النفسية أكثر تعقيدًا مما نعتقد. فمجرد التخلص من الأعراض لا يكفي لضمان شعور المريض بالسعادة والرضا عن الحياة. قد يكون المرضى الذين يعانون من اضطرابات نفسية مستقرة قد طوروا آليات تكيف فعالة، أو ربما قاموا بإعادة تقييم معاييرهم الداخلية، مما ساعدهم على الشعور بالرضا على الرغم من تاريخهم المرضي.

من ناحية أخرى، قد تمثل مجموعة الأعراض دون العتبة مجموعة من الأفراد الذين يعانون من ضائقة نفسية مستمرة وضعف في الموارد النفسية والاجتماعية، على الرغم من عدم استيفائهم لمعايير التشخيص الكامل. وهذا يسلط الضوء على أهمية تقييم الرضا عن الحياة بشكل روتيني في العيادات النفسية، وتطوير تدخلات تهدف إلى تعزيز الشعور بالهدف والمعنى لدى المرضى.

تؤكد هذه الدراسة على أن الصحة النفسية لا تتعلق فقط بغياب المرض، بل تتعلق أيضًا بوجود الرفاهية والسعادة. إن فهم العوامل التي تساهم في الرضا عن الحياة لدى المرضى النفسيين يمكن أن يساعد الأطباء في تقديم رعاية أكثر شمولية وفعالية.

Reference

Kawai M. (2026). *Subjective well-being among clinically stable psychiatric outpatients: differences between mood disorders, subthreshold conditions, and community controls*. BMC Psychiatry, 26(1).

DOI: 10.1186/s12888-026-07927-z

ARABPSYCHOLOGY.COM