

روابط اجتماعية تحمي صحة المراهقين النفسية في غانا: دراسة مهمة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 26, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). روابط اجتماعية تحمي صحة المراهقين النفسية في غانا: دراسة مهمة. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120084>

الروابط الاجتماعية وصحة المراهقين: دراسة من غانا تلقي الضوء على أهمية الدعم الأسري

تخيل مراهقاً يعود من يوم دراسي شاق، مثقلاً بالواجبات المدرسية والضغوط الاجتماعية. هل يجد أذنًا صاغية في المنزل؟ هل يشعر بالدعم والتشجيع من والديه؟ بالنسبة للكثيرين، قد يكون الجواب "لا". تُظهر دراسة حديثة من غانا أن هذه الروابط الاجتماعية، وخاصة الدعم الأسري، تلعب دوراً حاسماً في حماية المراهقين من الاكتئاب ومشاكل الصحة النفسية الأخرى. ففي المجتمعات شبه الحضرية (مناطق تقع بين المدن والريف) في كوماسي، غانا، يواجه المراهقون تحديات فريدة من نوعها، والدعم الاجتماعي يصبح بمثابة درع واقٍ.

المنهجية

قام الباحث أكواي ساكي، من خلال دراسته التي أجريت في مناطق شبه حضرية محددة في مدينة كوماسي بغانا، بالتحقيق في العلاقة بين الروابط الاجتماعية ونتائج الصحة النفسية لدى المراهقين. اعتمدت الدراسة على جمع البيانات من عينة من المراهقين المقيمين في هذه المجتمعات. لم يركز البحث على قياس مجرد وجود الروابط الاجتماعية، بل تعمق في جودة هذه الروابط، مع التركيز بشكل خاص على الدعم الذي يتلقاه المراهقون من والديهم. استخدم الباحث أدوات استبائية مصممة خصيصاً لتقييم مستويات الاكتئاب والقلق لدى المراهقين، بالإضافة إلى مقاييس لتقييم مدى إدراكهم للدعم الاجتماعي الذي يتلقونه من أسرهم. تم تحليل البيانات باستخدام أساليب إحصائية متقدمة لتحديد مدى تأثير الروابط الاجتماعية على الصحة النفسية للمراهقين، مع الأخذ في الاعتبار عوامل أخرى مثل الوضع الاجتماعي والاقتصادي والتعليم.

أدوات الدراسة

تضمنت أدوات الدراسة استبيانات لتقييم:

مستويات الاكتئاب: استخدمت مقاييس معتمدة لتقييم الأعراض المرتبطة بالاكتئاب، مثل الشعور بالحزن وفقدان الاهتمام بالأنشطة اليومية.

الدعم الأسري: تم قياس مدى شعور المراهقين بالدعم العاطفي والعملية من والديهم، بما في ذلك التشجيع والتفهم والمساعدة في حل المشكلات.

العوامل الاجتماعية والاقتصادية: تم جمع معلومات حول الوضع المالي للأسرة ومستوى تعليم الوالدين لتقييم تأثير هذه العوامل على الصحة النفسية للمراهقين.

النتائج

أظهرت نتائج الدراسة التي أجراها ساكي وجود علاقة قوية بين الدعم الأسري والصحة النفسية للمراهقين. فقد وجد الباحث أن المراهقين الذين يشعرون بدعم قوي من والديهم هم أقل عرضة للإصابة بالاكتئاب والقلق. بمعنى آخر، عندما يشعر المراهق بأن والديه يهتمان به ويدعمانه، فإنه يكون أكثر قدرة على التعامل مع ضغوط الحياة والتحديات التي يواجهها. لم يقتصر تأثير الدعم الأسري على مجرد تقليل أعراض الاكتئاب، بل امتد ليشمل تحسين الصحة النفسية العامة للمراهقين وزيادة شعورهم بالرفاهية. كما كشفت الدراسة أن المراهقين الذين يعانون من نقص الدعم الأسري هم أكثر عرضة للانخراط في سلوكيات محفوفة بالمخاطر، مثل تعاطي المخدرات والكحول.

الآثار

تُشير هذه النتائج إلى أهمية بالغة للدعم الأسري في حماية الصحة النفسية للمراهقين، خاصة في المجتمعات التي تعاني من تحديات اجتماعية واقتصادية. يؤكد ساكي على ضرورة أن تولي الحكومة الغانية اهتمامًا خاصًا بتوفير خدمات الصحة النفسية الملائمة للشباب، مع التركيز على دعم الأسر وتعزيز الروابط الاجتماعية. لا يتعلق الأمر فقط بتوفير العلاج للمراهقين الذين يعانون من مشاكل نفسية، بل يتعلق أيضًا بالوقاية من هذه المشاكل من خلال تعزيز العوامل الوقائية، مثل الدعم الأسري. يمكن تحقيق ذلك من خلال برامج توعية للأسر حول أهمية التواصل الفعال والدعم العاطفي، بالإضافة إلى توفير خدمات استشارية للأسر التي تواجه صعوبات في تربية أبنائها. إن الاستثمار في صحة المراهقين النفسية ليس مجرد واجب أخلاقي، بل هو استثمار في مستقبل المجتمع ككل. فالمراهقون هم قادة المستقبل، وصحتهم النفسية الجيدة هي أساس بناء مجتمع مزدهر ومستقر.

تُضيف هذه الدراسة إلى الأدلة المتزايدة التي تؤكد على أهمية الروابط الاجتماعية في تعزيز الصحة النفسية. إنها تذكرنا بأن الصحة النفسية ليست مجرد مسألة فردية، بل هي تتأثر بشكل كبير بالعلاقات التي نكوّنّها مع الآخرين، وخاصة مع أفراد أسرتنا.

Reference

Sakyi A.K. (2026). *Exploring the effect of social ties on mental health outcomes among adolescents in selected peri-urban communities in Kumasi Metropolis, Ghana*. Discover Mental Health, 6(1), 21-21

DOI: [10.1007/s44192-025-00321-3](https://doi.org/10.1007/s44192-025-00321-3)