

عوائق الوصول إلى خدمات الصحة النفسية لللاجئين وطالبي اللجوء: مراجعة منهجية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 27, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). عوائق الوصول إلى خدمات الصحة النفسية للاجئين وطالبي اللجوء: مراجعة منهجية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=121098>

هل يمكننا حقًا الوصول إلى المساعدة؟ فهم الحواجز التي تواجه اللاجئين وطالبي اللجوء في الحصول على الرعاية النفسية

كم مرة سمعنا عن قصص لأشخاص اضطروا لترك ديارهم، حاملين معهم جروحًا عميقة لا ترى بالعين المجردة؟ جروح الحرب، الفقر، التشرد... هذه الجروح تحتاج إلى علاج، ولكن غالبًا ما يجد هؤلاء الأشخاص أنفسهم في مواجهة حواجز متعددة تمنعهم من الحصول على الدعم النفسي الذي يستحقونه. لماذا؟ هذا السؤال هو محور بحث جديد يلقي الضوء على التحديات المعقدة التي تواجه اللاجئين وطالبي اللجوء في رحلتهم نحو التعافي النفسي.

الإطار النظري

لفهم هذه الحواجز، يجب أن نعود إلى بعض الأسس النفسية. تعتمد العديد من النظريات على أهمية الشعور بالأمان والثقة في العلاقة العلاجية. على سبيل المثال، تركز نظرية التعلق (Attachment Theory) على كيف أن التجارب المبكرة مع مقدمي الرعاية تشكل قدرتنا على بناء علاقات صحية، وهو أمر بالغ الأهمية في العلاج النفسي. كما أن النموذج المعرفي السلوكي (CBT) يؤكد على دور الأفكار والمعتقدات في تشكيل مشاعرنا وسلوكياتنا، وبالتالي فإن معالجة هذه الأنماط السلبية يمكن أن تساعد في التغلب على الصدمات. لكن هذه النظريات تفترض وجود استعداد للبحث عن المساعدة، وهو ما قد يكون غائبًا في حالة اللاجئين وطالبي اللجوء بسبب عوامل ثقافية واجتماعية واقتصادية معقدة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن تلعب نظرية الصدمة (Trauma Theory) دورًا هامًا في فهم كيف أن التجارب المؤلمة يمكن أن تؤثر على قدرة الشخص على الثقة بالآخرين والبحث عن الدعم.

منهجية البحث

قام الباحث رينر ثيل (Thiel R.) بإجراء مراجعة منهجية للدراسات النوعية التي تناولت الحواجز التي يواجهها اللاجئون وطالبو اللجوء في الوصول إلى خدمات الصحة النفسية. تخيل أنك تحاول تجميع قطع من الأحجية المبعثرة، كل قطعة تمثل دراسة مختلفة. هذا ما فعله ثيل، حيث قام بالبحث في ثلاث قواعد بيانات رئيسية - PubMed، Web of Science، و PsycINFO - عن الدراسات التي نُشرت منذ عام 2013 والتي تعتمد على تقارير ذاتية من اللاجئين وطالبي اللجوء حول الصعوبات التي واجهوها في الحصول على المساعدة النفسية. تم اختيار الدراسات النوعية لأنها تسمح بفهم أعمق لتجارب الأفراد، بدلاً من مجرد الاعتماد على الإحصائيات. قام اثنان من الباحثين المستقلين بفحص الدراسات وتقييم جودتها باستخدام أداة تقييم المخاطر (Mixed Methods Appraisal Tool). نظراً للتنوع الكبير بين الدراسات، اختار ثيل إجراء تحليل سردي، وهو ما يعني أنه قام بتجميع النتائج الرئيسية من الدراسات المختلفة وتقديمها في شكل قصة متماسكة، بدلاً من محاولة إجراء تحليل إحصائي.

شملت المراجعة 25 دراسة، وقام ثيل بتحليل البيانات المستخرجة من هذه الدراسات لتحديد الأنماط والموضوعات المتكررة المتعلقة بالحواجز التي تواجه اللاجئين وطالبي اللجوء. هذا التحليل لم يركز فقط على الحواجز الموجودة داخل نظام الرعاية الصحية، بل أيضاً على الحواجز الموجودة داخل المجتمعات التي يعيش فيها اللاجئون وطالبو اللجوء.

تأثيرات سريرية وعملية

تُظهر نتائج هذا البحث أن الحواجز التي تمنع اللاجئين وطالبي اللجوء من الحصول على الرعاية النفسية متعددة الأبعاد ومعقدة. أحد أهم الحواجز هو الوصمة المرتبطة بالصحة النفسية، حيث يخشى الكثيرون من أن يتم الحكم عليهم أو التمييز

ضدهم إذا طلبوا المساعدة. هذا الخوف يتفاقم بسبب المعلومات الخاطئة الشائعة حول الصحة النفسية والعلاج النفسي. بالإضافة إلى ذلك، تشكل الحواجز اللغوية تحدياً كبيراً، حيث يجد الكثيرون صعوبة في التواصل مع مقدمي الرعاية الصحية الذين لا يتحدثون لغتهم.

بالنسبة للمعالجين النفسيين، فإن هذه النتائج تؤكد على أهمية بناء علاقة ثقة مع المرضى من اللاجئين وطالبي اللجوء، وفهم خلفياتهم الثقافية وتجاربهم الصادمة. يجب أن يكون المعالجون على دراية بالوصمة المرتبطة بالصحة النفسية في المجتمعات المختلفة، وأن يعملوا على تثقيف المرضى وعائلاتهم حول أهمية العلاج. كما يجب أن يكونوا على استعداد لتقديم خدماتهم بلغات مختلفة، أو الاستعانة بمرجمين مؤهلين. بالنسبة للاجئين وطالبي اللجوء أنفسهم، فإن هذه النتائج تشجعهم على البحث عن الدعم النفسي، وتذكرهم بأنهم ليسوا وحدهم وأن هناك أشخاصاً يهتمون بهم ويريدون مساعدتهم. أما بالنسبة للجمهور العام، فإن هذه النتائج تزيد من الوعي بالتحديات التي تواجه اللاجئين وطالبي اللجوء، وتشجع على تقديم الدعم والمساعدة لهم.

السياق الثقافي العربي

عندما ننظر إلى هذه النتائج من منظور عربي، نجد أن بعض الحواجز قد تكون أكثر حدة. في العديد من المجتمعات العربية، لا تزال الصحة النفسية موضوعاً محظوراً، وغالباً ما يُنظر إلى طلب المساعدة النفسية على أنه علامة ضعف أو عار. هذا يمكن أن يجعل من الصعب على اللاجئين وطالبي اللجوء، الذين قد يكونون بالفعل يشعرون بالضعف والعزلة، طلب المساعدة. بالإضافة إلى ذلك، قد تكون هناك اختلافات ثقافية في كيفية التعبير عن المشاعر والتعامل مع الصدمات. على سبيل المثال، قد يفضل البعض التحدث إلى أفراد العائلة أو الأصدقاء المقربين بدلاً من التحدث إلى أخصائي نفسي. كما أن دور الدين في حياة الكثير من الناس في العالم العربي يمكن أن يؤثر على نظرتهم إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي. قد يلجأ البعض إلى الصلاة أو التوجه إلى رجال الدين للحصول على الدعم الروحي، بدلاً من البحث عن مساعدة نفسية.

في بعض البلدان العربية، قد تكون هناك أيضاً تحديات إضافية تتعلق بالوصول إلى خدمات الصحة النفسية، مثل نقص الموارد المالية والبشرية، وعدم وجود خدمات متخصصة للاجئين وطالبي اللجوء. كما أن التوترات السياسية والصراعات المسلحة في بعض المناطق يمكن أن تزيد من صعوبة الحصول على الرعاية النفسية.

آفاق مستقبلية ومحدوديات

يشير ثيل إلى أن هناك حاجة إلى مزيد من البحث لفهم أفضل للحواجز التي تواجه اللاجئين وطالبي اللجوء في الوصول إلى خدمات الصحة النفسية. يجب أن تركز الدراسات المستقبلية على تحديد العوامل التي تزيد من خطر عدم الحصول على الرعاية النفسية، وتطوير تدخلات فعالة للتغلب على هذه الحواجز. كما يجب أن يتم إجراء المزيد من البحوث النوعية لفهم تجارب اللاجئين وطالبي اللجوء بشكل أعمق، واستكشاف وجهات نظرهم حول الصحة النفسية والعلاج النفسي.

من المهم أيضاً أن ندرك أن هذه الدراسة لها بعض القيود. أولاً، اعتمدت على الدراسات النوعية فقط، مما يعني أن النتائج قد لا تكون قابلة للتعميم على جميع اللاجئين وطالبي اللجوء. ثانياً، كانت الدراسات المستخدمة في المراجعة متنوعة جداً من حيث التصميم والمنهجية، مما قد يكون أثر على دقة النتائج. على الرغم من هذه القيود، فإن هذه الدراسة تقدم رؤى قيمة حول التحديات التي تواجه اللاجئين وطالبي اللجوء في الحصول على الرعاية النفسية، وتؤكد على أهمية تطوير خدمات صحية نفسية شاملة ومتاحة للجميع.

Recommended Academic Training □

:Deepen your knowledge with these specialized courses from our Academy

أخلاقيات مهنة التعليم View Course → أصول التربية والتعليم View Course → التربية البيئية والتنمية المستدامة View Course

→ Course

Reference

Thiel R. (2026). *Perceived barriers to access mental health services for refugees and asylum seekers: a systematic review of qualitative studies*. BMC Psychiatry, 26(1), 86-86

DOI: 10.1186/s12888-026-07802-x