

فعالية علاج نفسي قصير الأمد للآباء والأطفال: دراسات سريرية تدعم النتائج

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 22, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). فعالية علاج نفسي قصير الأمد للآباء والأطفال: دراسات سريرية تدعم النتائج. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119290>

تخيل أنك والد جديد، تشعر بالقلق والارتباك بشأن بكاء طفلك المستمر، أو صعوبة النوم، أو حتى مجرد الشعور بأنك غير قادر على التواصل معه بشكل فعال. هذه المشاعر شائعة، ولكن ماذا لو كانت هناك طريقة لمساعدة الآباء والأمهات على بناء علاقة أكثر أماناً واستقراراً مع أطفالهم الرضع، وبالتالي تحسين صحتهم النفسية لكلا الطرفين؟

منهجية البحث

قام باحثون بإجراء تجربتين عشوائيتين مضبوطتين (randomized controlled trials - RCTs) لتقييم فعالية العلاج النفسي القصير الأجل للوالدين والرضع. هذه التجارب، المسجلة في السجل الألماني للتجارب السريرية تحت رقمي (DRKS00016353 (RCT-M و (DRKS00017008 (RCT-I)، شملت عائلات تواجه صعوبات في التكيف مع الأبوة والأمومة. تم اختيار المشاركين عشوائياً إما لتلقي العلاج النفسي بالإضافة إلى الرعاية القياسية، أو لتلقي الرعاية القياسية فقط. الرعاية القياسية هنا تشمل النصائح والدعم الروتيني الذي يقدمه أطباء الأطفال أو المستشارون الصحيون.

العلاج النفسي المستخدم في هذه الدراسات يركز على تعزيز العلاقة بين الوالدين والرضع. يهدف إلى مساعدة الوالدين على فهم إشارات طفلهم بشكل أفضل، والاستجابة لها بطريقة حساسة ومناسبة. كما يركز على مساعدة الوالدين على تنظيم مشاعرهم الخاصة، وتقليل التوتر والقلق المرتبطين بالأبوة والأمومة. تضمن العلاج النفسي جلسات فردية مع الوالدين، بالإضافة إلى جلسات مشتركة مع الوالدين والرضع معاً. تم تقييم المشاركين في بداية الدراسة، وبعد انتهاء العلاج، وبعد فترة متابعة لتقييم الآثار طويلة المدى.

قياس الفعالية والتكلفة

لم يقتصر الباحثون على تقييم الفعالية النفسية للعلاج، بل قاموا أيضاً بتحليل التكلفة والفعالية (cost-effectiveness). وهذا يعني أنهم لم ينظروا فقط إلى ما إذا كان العلاج يحسن صحة الوالدين والرضع، بل نظروا أيضاً إلى تكلفة تقديم العلاج مقارنة بالفوائد التي يحققها. تم جمع بيانات حول تكاليف العلاج، بما في ذلك أجور المعالجين، وتكاليف السفر، وأي تكاليف أخرى مرتبطة بالمشاركة في الدراسة. كما تم جمع بيانات حول استخدام الخدمات الصحية الأخرى، مثل زيارات الطبيب والاستشفاء، لتقييم ما إذا كان العلاج النفسي يقلل من الحاجة إلى هذه الخدمات.

النتائج

أظهرت النتائج أن العلاج النفسي القصير الأجل للوالدين والرضع كان فعالاً في تحسين الصحة النفسية لكل من الوالدين والرضع. لاحظ الباحثون انخفاضاً كبيراً في أعراض القلق والاكتئاب لدى الوالدين الذين تلقوا العلاج النفسي، بالإضافة إلى تحسن في جودة تفاعلهم مع أطفالهم. كما لوحظ تحسن في سلوك الرضع، مثل تقليل البكاء وزيادة النوم.

الأهم من ذلك، أظهر تحليل التكلفة والفعالية أن العلاج النفسي كان فعالاً من حيث التكلفة. على الرغم من أن العلاج النفسي يتطلب استثماراً مالياً أولياً، إلا أنه أدى إلى توفير في التكاليف على المدى الطويل من خلال تقليل الحاجة إلى الخدمات الصحية الأخرى. بمعنى آخر، فإن الاستثمار في العلاج النفسي للوالدين والرضع يمكن أن يؤدي إلى توفير المال على نظام الرعاية الصحية بشكل عام.

دلالات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن العلاج النفسي القصير الأجل للوالدين والرضع يمكن أن يكون تدخلاً قيماً لتحسين الصحة النفسية

للعائلات التي تواجه صعوبات في التكيف مع الأبوة والأمومة. إن فعالية العلاج من حيث التكلفة تجعله خياراً جذاباً لسياسات الصحة العامة، حيث يمكن أن يؤدي إلى تحسين صحة السكان وتقليل التكاليف الصحية.

هذا البحث يفتح الباب أمام المزيد من الدراسات التي تهدف إلى تحديد العوامل التي تجعل العلاج النفسي أكثر فعالية، وتحديد الفئات الأكثر استفادة منه. كما يثير تساؤلات حول كيفية دمج هذا النوع من العلاج في نظام الرعاية الصحية بشكل أكثر فعالية، وضمان وصوله إلى جميع العائلات المحتاجة. إن دعم صحة الوالدين والرضع ليس مجرد مسألة صحية، بل هو استثمار في مستقبل المجتمع بأكمله.

Reference

Kaß B. (2025). *Cost-effectiveness of short-term parent-infant-psychotherapy, results from two randomized .controlled trials*. Cost Effectiveness and Resource Allocation, 24(1), 13-13

DOI: 10.1186/s12962-025-00696-8