

مقياس جديد يقيس الإساءات الدقيقة للاجئين ويكشف تأثيرها على الصحة النفسية والجسدية

تأليف

فبراير 5, 2026

اقتبس من هذا المقال

(2026). مقياس جديد يقيس الإساءات الدقيقة للاجئين ويكشف تأثيرها على الصحة النفسية والجسدية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118322>

تخيل أنك بدأت حياة جديدة في بلد غريب، بعيداً عن كل ما تعرفه. قد تتوقع مواجهة تحديات مثل تعلم لغة جديدة أو إيجاد عمل، لكن ماذا عن المواقف اليومية الدقيقة التي تقلل من شأنك أو تفترض أنك أقل من الآخرين؟ هذه المواقف، التي تُعرف بـ "الإهانات الدقيقة" (microaggressions)، يمكن أن يكون لها تأثير عميق على الصحة النفسية والجسدية للاجئين.

النقاط الرئيسية

طور باحثون مقياساً جديداً، "مقياس الإهانات الدقيقة للاجئين" (MSR)، لتقييم هذه التجارب بشكل دقيق. أظهرت الدراسة أن الإهانات الدقيقة والوصمة (stigma) يؤثران بشكل مستقل على الصحة النفسية والجسدية للاجئين السوريين والأفغان في تركيا. يُعد المقياس الجديد أداة موثوقة لقياس الإهانات الدقيقة التي يواجهها اللاجئون، مما يفتح الباب أمام تطوير تدخلات أكثر فعالية. أكدت الدراسة على أهمية معالجة الإهانات الدقيقة كجزء من الرعاية الصحية الشاملة للاجئين والمهاجرين.

غالباً ما تكون الإهانات الدقيقة تعبيرات أو تصرفات خفية تحمل تحيزات ضمنية. قد تكون على شكل أسئلة فضولية حول بلدك الأصلي، أو افتراضات حول قدراتك، أو حتى تجاهل ثقافتك. على الرغم من أنها قد تبدو غير مؤذية للوهلة الأولى، إلا أن هذه المواقف المتكررة يمكن أن تتراكم وتؤدي إلى شعور عميق بالإحباط والقلق والاكتئاب.

المنهجية

قام الباحثون، بقيادة الدكتور حامد عبد الله بور رنجبار، بتطوير والتحقق من صحة "مقياس الإهانات الدقيقة للاجئين" (MSR) بين مجموعتين من اللاجئين: السوريين والأفغان المقيمين في تركيا. شملت الدراسة 445 لاجئاً أفغانياً و 406 لاجئاً سوريين. طلب من المشاركين الإجابة على أسئلة في المقياس الجديد بالإضافة إلى مقياس آخر لتقييم صحتهم النفسية والجسدية. استخدم الباحثون أسلوباً إحصائياً يسمى "التحليل العاملي التأكيدي" (Confirmatory Factor Analysis - CFA) لتقييم مدى جودة المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه - أي الإهانات الدقيقة والوصمة. كما استخدموا "التحليل العاملي التأكيدي متعدد المجموعات" (Multiple-group CFA) للتأكد من أن المقياس يعمل بنفس الطريقة لكل من اللاجئين السوريين والأفغان. تم فحص "الاتساق الداخلي" (internal reliability) للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha). وأخيراً، استخدموا "تحليل الانحدار الهرمي" (hierarchical regression analyses) لتحديد الدور المستقل لكل من الوصمة والإهانات الدقيقة في التسبب في الأعراض النفسية والجسدية.

النتائج

أظهرت النتائج أن "مقياس الإهانات الدقيقة للاجئين" (MSR) يتكون من عاملين رئيسيين: الإهانات الدقيقة والوصمة، وأن هذا النموذج يتناسب بشكل جيد مع البيانات التي تم جمعها. كما أظهرت الدراسة أن المقياس يعمل بنفس الدقة والموثوقية لكل من اللاجئين السوريين والأفغان. بلغ معامل ألفا كرونباخ للمقياس 0.93، مما يشير إلى مستوى عالٍ من الاتساق الداخلي. أظهرت النتائج أيضاً وجود ارتباطات قوية بين الإهانات الدقيقة والوصمة وبين الأعراض النفسية والجسدية، وصعوبات ما بعد الهجرة، وتجارب الاتصال مع المجتمع المضيف. والأهم من ذلك، كشفت الدراسة أن كلا من الوصمة والإهانات الدقيقة يساهمان بشكل مستقل في التسبب في الأعراض النفسية والجسدية، مما يعني أن معالجة كليهما أمر ضروري لتحسين صحة اللاجئين.

الأهمية

تُظهر هذه الدراسة أهمية تطوير أدوات دقيقة لتقييم التجارب الفريدة التي يواجهها اللاجئون. يوفر "مقياس الإهانات الدقيقة للاجئين" (MSR) أداة موثوقة يمكن استخدامها من قبل الباحثين والأخصائيين الاجتماعيين لتقييم تأثير الإهانات الدقيقة على صحة اللاجئين. تؤكد النتائج على أن الإهانات الدقيقة ليست مجرد "إزعاجات" بسيطة، بل هي عوامل ضغط حقيقية يمكن أن تؤثر سلباً على الصحة النفسية والجسدية. من خلال فهم هذه التأثيرات، يمكننا تطوير تدخلات أكثر فعالية لمساعدة اللاجئين على التكيف مع حياتهم الجديدة والتغلب على التحديات التي يواجهونها. يجب أن تشمل هذه التدخلات جهوداً لزيادة الوعي بالإهانات الدقيقة وتعزيز التسامح والاحترام المتبادل بين اللاجئين والمجتمع المضيف. إن معالجة الإهانات الدقيقة ليست مجرد مسألة عدالة اجتماعية، بل هي أيضاً استثمار في صحة ورفاهية اللاجئين والمجتمعات التي يستقرون فيها.

Reference

Abdollahpour Ranjbar, H. (2026). *Development and validation of the microaggression scale for refugees (MSR): Independent contributions of microaggression and experienced stigma to psychological distress and somatic symptoms*. Journal of Affective Disorders

DOI: [10.1016/j.jad.2025.120222](https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.120222)