

ملفات شخصية متعلقة بالطب النفسي لكبار السن: دور التحكم والضبط في الصحة النفسية

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

فبراير 8, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). ملفات شخصية متعلقة بالطب النفسي لكبار السن: دور التحكم والضبط في الصحة النفسية. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=118537>

تخيل أنك تجلس مع جدتك أو جدك، وتشعر بالقلق بشأن تقلبات مزاجهم المفاجئة، أو صعوبة تعاملهم مع ضغوط الحياة اليومية. هل تساءلت يوماً ما إذا كانت هناك أنماط أساسية في شخصياتهم تجعلهم أكثر عرضة لهذه التحديات؟ هذا السؤال هو بالضبط ما سعى باحثون للإجابة عليه في دراسة حديثة، مع التركيز على كبار السن الذين يتلقون علاجاً نفسياً في المستشفيات.

منهجية البحث

قام باحثون بقيادة الدكتور زافيير برانكار بدراسة شاملة شملت 305 من كبار السن (متوسط العمر 66.71 عاماً، بانحراف معياري 4.77 عاماً) الذين كانوا يتلقون علاجاً نفسياً في المستشفى. لم يركز الباحثون على تشخيص معين، بل سعوا إلى تحديد أنماط أساسية في سمات الشخصية - ما يُعرف بـ "الأنماط عبر التشخيصية" - والتي قد تكون مرتبطة بمجموعة متنوعة من المشكلات النفسية. اعتمدت الدراسة على قياس ثلاثة أبعاد أساسية في المزاج: "التحكم الجهدى" (Effortful Control - EC)، وهو القدرة على تنظيم الانفعالات والسلوكيات، و "نظام تثبيط السلوك" (Behavior Inhibition System - BIS)، المرتبط بتجنب المكافآت المحتملة والخوف من العقاب، و "نظام تنشيط السلوك" (Behavior Activation System - BAS)، الذي يتعلق بالسعي وراء المكافآت والمتعة. تم قياس هذه الأبعاد باستخدام مقياس BIS/BAS، بالإضافة إلى مقياس خاص لتقييم "التحكم الجهدى".

ولتقييم الصحة النفسية للمشاركين، استخدم الباحثون مجموعة من الأدوات، بما في ذلك مقياس SCL-90-R لتقييم الأعراض النفسية العامة، ومقياس ADP-IV لتقييم اضطرابات الشخصية، وقائمة Utrecht Coping List لتقييم استراتيجيات التأقلم، ومقياس Young Schema Questionnaire لتقييم المعتقدات الأساسية السلبية عن الذات والعالم. من خلال تحليل البيانات التي تم جمعها، سعى الباحثون إلى تحديد مجموعات مختلفة من كبار السن بناءً على أنماطهم في هذه الأبعاد الثلاثة، وفهم كيف ترتبط هذه الأنماط بمستويات مختلفة من المشكلات النفسية.

النتائج

باستخدام تقنية التحليل العنقودي (cluster analysis)، تمكن الباحثون من تحديد مجموعتين متميزتين من كبار السن. المجموعة الأولى، التي أطلقوا عليها اسم "المجموعة المرنة" ($n = 130$)، تميزت بمستويات عالية من "التحكم الجهدى"، ومستويات منخفضة من كل من "نظام تثبيط السلوك" و "نظام تنشيط السلوك". بمعنى آخر، هؤلاء الأفراد كانوا قادرين على تنظيم انفعالاتهم وسلوكياتهم بشكل جيد، ولم يكونوا مدفوعين بشكل كبير إما بتجنب المخاطر أو بالسعي وراء المتعة. أما المجموعة الثانية، التي أطلقوا عليها اسم "المجموعة المكبوتة/غير المنظمة" ($n = 175$)، فقد تميزت بمستويات أقل من "التحكم الجهدى"، ومستويات عالية من "نظام تثبيط السلوك"، ومستويات مرتفعة نسبياً من "نظام تنشيط السلوك". هؤلاء الأفراد كانوا يواجهون صعوبة أكبر في تنظيم انفعالاتهم، وكانوا أكثر عرضة للقلق والخوف، وفي الوقت نفسه كانوا يسعون بشكل كبير إلى المتعة والتحفيز.

أظهرت النتائج أن المجموعة المكبوتة/غير المنظمة أبلغت عن مستويات أعلى من الأعراض النفسية، واضطرابات الشخصية، واستراتيجيات التأقلم غير الصحية، والمعتقدات السلبية عن الذات مقارنة بالمجموعة المرنة. بمعنى آخر، أولئك الذين كانوا يفتقرون إلى "التحكم الجهدى" وكانوا أكثر عرضة للقلق والسعي وراء المتعة كانوا أكثر عرضة للمعاناة من المشكلات النفسية.

دلالات البحث

تسلط هذه النتائج الضوء على الدور الوقائي الهام لـ "التحكم الجهدى" ضد المشكلات النفسية لدى كبار السن. تشير الدراسة إلى أن القدرة على تنظيم الانفعالات والسلوكيات هي عامل أساسي في الحفاظ على الصحة النفسية في الشيخوخة. ويقترح الباحثون أن التدخلات العصبية المعرفية (neurocognitive interventions) التي تهدف إلى تحسين هذه القدرة التنظيمية قد تكون مفيدة بشكل خاص لكبار السن الذين يعانون من ضعف في "التحكم الجهدى".

إن فهم هذه الأنماط القائمة على المزاج يمكن أن يساعد في تطوير أساليب أكثر فعالية لتقييم وعلاج المشكلات النفسية لدى كبار السن. بدلاً من التركيز فقط على تشخيص معين، يمكن للأطباء النفسيين والمعالجين أن يأخذوا في الاعتبار هذه الأنماط الأساسية في الشخصية لتصميم خطط علاجية مخصصة تلبي الاحتياجات الفريدة لكل مريض. هذا النهج "العابر للتشخيص" (transdiagnostic) قد يكون له تأثير كبير على تحسين جودة حياة كبار السن الذين يعانون من تحديات نفسية.

Reference

Brancart, X. (2026). *Transdiagnostic profiles based on temperamental reactivity and effortful control dimensions in older adult psychiatric inpatients*. Aging and Mental Health

DOI: [10.1080/13607863.2025.2519625](https://doi.org/10.1080/13607863.2025.2519625)