

وصمة العار المجتمعية لمقدمي الرعاية: دور الأسرة والتكيف في اكتئاب المراهقين

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

أبريل 1, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). وصمة العار المجتمعية لمقدمي الرعاية: دور الأسرة والتكيف في اكتئاب المراهقين. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=120444>

تخيل أنك تهتم بمراهق يعاني من الاكتئاب. أنت تحبه، وتريد دعمه، ولكنك تشعر بالخجل أو الحرج عند الحديث عن حالته مع الأصدقاء أو الجيران. هذا الشعور، الذي يسمى "وصمة الارتباط" (Affiliate Stigma)، هو ما كشفت عنه دراسة حديثة، وأظهرت مدى تأثيره على حياة الأسر التي تعتني بأبنائها المراهقين المصابين بالاكتئاب.

منهجية البحث

قام الباحث غو باو (Guo B.) بدراسة مستويات "وصمة الارتباط" لدى مقدمي الرعاية الأسرية للمراهقين الذين يعانون من اضطراب الاكتئاب الشديد (MDD - Major Depressive Disorder). الاكتئاب الشديد هو حالة طبية خطيرة تتطلب علاجاً متخصصاً، وغالباً ما تؤثر على قدرة المراهق على الدراسة، والتفاعل الاجتماعي، وحتى القيام بالأنشطة اليومية. ركزت الدراسة على فهم كيف تؤثر ديناميكيات الأسرة (Family Functioning) واستراتيجيات التأقلم (Coping Styles) التي تتبعها هذه الأسر على شعورهم بالوصمة. تم جمع البيانات من خلال استبيانات شملت أسئلة حول تصورات مقدمي الرعاية للوصمة، وكيفية عمل الأسرة كوحدة واحدة، والطرق التي يستخدمونها للتعامل مع ضغوط رعاية مراهق مريض.

قياس الوصمة والوظائف الأسرية

تم قياس "وصمة الارتباط" باستخدام مقياس متخصص يهدف إلى تحديد مدى شعور مقدمي الرعاية بالخجل أو الإحراج أو التمييز بسبب ارتباطهم بشخص يعاني من الاكتئاب. أما "الوظائف الأسرية" فقد تم تقييمها من خلال النظر إلى جوانب مثل التواصل داخل الأسرة، وحل المشكلات المشتركة، والدعم العاطفي المتبادل. كما تم تصنيف استراتيجيات التأقلم إلى نوعين رئيسيين: استراتيجيات تأقلم تكيفية (Adaptive Coping) مثل البحث عن الدعم الاجتماعي والتخطيط لحل المشكلات، واستراتيجيات تأقلم غير تكيفية (Maladaptive Coping) مثل تجنب المشكلة أو اللجوء إلى العزلة.

النتائج

أظهرت نتائج البحث أن مقدمي الرعاية الأسرية للمراهقين المصابين بالاكتئاب يعانون من مستويات متوسطة إلى عالية من "وصمة الارتباط". وهذا يعني أنهم غالباً ما يشعرون بالخوف من الحكم عليهم من قبل الآخرين، وقد يترددون في طلب المساعدة أو التحدث عن تجاربهم. الأكثر أهمية، وجدت الدراسة أن الدعم الاجتماعي يلعب دوراً حاسماً في تخفيف هذه الوصمة. ولكن، لم يكن التأثير مباشراً فحسب، بل كان هناك تأثير غير مباشر أيضاً من خلال تحسين "الوظائف الأسرية" وتعزيز استراتيجيات التأقلم الإيجابية.

على وجه التحديد، وجدت الدراسة أن الأسر التي تتمتع بوظائف أسرية جيدة – أي أن لديها تواصلًا فعالاً، وقدرة على حل المشكلات معاً، ومستويات عالية من الدعم العاطفي – كانت أقل عرضة للشعور بالوصمة. كما أن مقدمي الرعاية الذين استخدموا استراتيجيات تأقلم تكيفية، مثل البحث عن الدعم من الأصدقاء والعائلة أو الانخراط في أنشطة ممتعة، كانوا أقل عرضة للشعور بالوصمة من أولئك الذين اعتمدوا على استراتيجيات تأقلم غير تكيفية.

تداعيات البحث

تشير هذه النتائج إلى أن التدخلات التي تهدف إلى دعم الأسر التي تعتني بمراهقين مصابين بالاكتئاب يجب أن تركز على تحسين "الوظائف الأسرية" وتعزيز استراتيجيات التأقلم الإيجابية. لا يكفي مجرد توفير العلاج للمراهق المصاب بالاكتئاب؛ بل يجب أيضاً مساعدة الأسرة بأكملها على التعامل مع التحديات التي تواجهها. يمكن أن يشمل ذلك تقديم برامج تدريبية للآباء والأمهات حول كيفية التواصل بشكل فعال مع أبنائهم، وكيفية حل المشكلات معاً، وكيفية تقديم الدعم العاطفي. كما

يمكن أن يشمل توفير مجموعات دعم للأسر، حيث يمكنهم مشاركة تجاربهم مع الآخرين وتلقي الدعم والتشجيع.

إن فهم "وصمة الارتباط" التي يعاني منها مقدمو الرعاية الأسرية هو خطوة مهمة نحو تحسين جودة حياتهم وضمان حصول المراهقين المصابين بالاكتئاب على الرعاية والدعم الذي يحتاجونه. من خلال معالجة هذه الوصمة، يمكننا المساعدة في خلق مجتمع أكثر تفهماً وداعماً للأشخاص الذين يعانون من مشاكل الصحة العقلية وأسرهم.

Reference

Guo B. (2026). *Affiliate stigma among family caregivers of adolescents with depression: the roles of family function and coping style*. BMC Psychology, 14(1).

DOI: [10.1186/s40359-026-04050-2](https://doi.org/10.1186/s40359-026-04050-2)