ـ لغويا: تعرفالصدمةالنفسية حسبامل جم الوسيط علىأنها النازلةالتي تفاجئ إلنسا ن فتزعجه ويقالالصبر عند الصدمة ألولى) مجمع اللغة العربية،وكلمة صدمة في اللغة اليونانية)TRAUMA(والتي تعني الجرح.ـ اصطالحا: لقد تعددت مفاهيم الصدمة النفسية وتعاريفهاومن أبرزها:يعرفها عالء الدين كفافي على أنها خبرة تحدث ضررا في الشخصية كثيرا ما يكو ن ذا طبيعة باقية ومثال ذلكوإساءة معاملتهكطفل واستغالله والنبذ الوالدي والهجر، واللفظ عامة يطلق على الخبرة السيكولوجية املؤملة ويستخدم عادة مع مضمون أن أثر الخبرة باق،يتداخل ويفوق أداء الو ائفعلىنحو سوي)كفافيوعبد الحميد،و بالنسبة إلى البالنش بونتاليسفالصدمة النفسية هي حدث في حياة الشخص يتحدد بشدته وبال جز الذي يجدالشخص فيه نفسه عن االستجابة املالئمة وما يثير في التنظيم النفس ي من اضطرابات وأثار دائمة مولدة للمرض،الصدمة من الناحية االقتصادية بفي من إلثارات تكون مفرطة بالنسبة لطاقة الشخص على االحتمال،لكفاءته فيالسيطرة على هذ إلثارةوإرصانها نفسيا)لكحل وذنو ،أما حسب الدليل التشخي ي وإلحصائي الخامس تنتج الصدمة النفسية نتيجة التعرض الحتمال املوت الفعليأو التهديد باملوت أو إلصابة الخطيرة وتكون عبرواحد أوأكثرمن الطرق التالية: التعرضمباشرةلحدثصادم،الشخصية للحدث عند حدوثه لأل خرين، املعرفة بوقوع الحدث ألحد أفراد ألسرة أو أحد ألصدقاء املقربين والحدث يجبالتعرض املتكررأوالشديد للتفاصيل املكروهةللحدثالصادم)الحمادي،الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمةو جيمس James فقد عرف الخبرة الصادمة على أنها صدمة انفعالية تؤديإلىضررجوهريواضحفيالنمو النفس يوهي قوية وحادة ال يمكن السيطرة عليها، هذ الخبراتالصادمةتكون لها أضرارنفسية علىالضحايا)ألشخاصاملصدومة) والتي تتمثل من خالل مشاعر ال جز التي يشعر بها الفرد، وفقدان الشعور باألمن أو فقدان السيطرةفرويد Freud أطلق فرويد تسميةالصدمةالنفسية على تجربةمعاشه تحمل معها للحياة النفسية وخالل وقتقصير نسبيا زيادةكبيرة جدا في إلثارة، لدرجةأن تصفيتهاوإرصانها بالوسائل السويةواملألوفةتنتهي بالفشل،معه ال محالة ا ضطرابات دائمة في قيام الطاقة الحيوية بو يفتها)حجام،أما الجمعية ألمريكية للطب العقلي)1994(فترى أن الصدمةالنفسيةتحدث عندما يعيش الفرد أو يشاهد أويتضمن تهديدا فعليا باملوت أوجروحخطيرةأوتهديد بفقدانبسالمتهالجسديةأوبخطر علىأحد ألقارب، أو ا كتشافجثةأو جريح وتكون االستجابة بالخوف والرعب وال جز وفقدان التحكم)حيدر،الصدمة النفسية في الرابطة ألمريكية للطب النفس ي: هي التعرض لحدث صدمي ضاغط مفرط الشدة، ينطوي عليهموتفعليأوتهديد باملوتأوإصابة شديدة أو مشاهدة حدث يتضمنومن هذ التعاريف السابقة يمكننا القول أن الصدمة النفسية هي ردة فعل اتجا مواقف،عنيفة وفجائية تعرض لها الفرد بحد ذاته، ما ينتج عنها إثارة غير عاديةتفوق قدرة الجهاز النفس يعلىاملواجهة بطريقة مرنة.الصدمة نوعين أساسين الصدمات الرئيسية وصدمات الحياة.هي الخبرات املؤملة التي يعيشها الفرد مبكرا،تعد صدمة امليالد من أولى الصدمات التي يعيشها إلنسان إثر تعرضه ألولى وضعيات الخطيرة أثناء الوالدة،أشهر من تحدث عن صدمة امليالد هو أتورانك سنة 1923، حيث اعتبر أن امليالد " حدث تهتز له نفس الطفل،منهالقلق الشديد الذي يكون أصل القلق الحقا".فخروج الطفلمنجنتهاألولىبانتزاعه من الحياة الرحمية هو النمطوأن الصدمة النفسية تنشط مباشرة القلق البدائي وتسبب العصاب الصدمي،يمثلخطر املوتالخارجي علىإثارةالتحقيقالعاطفي لذكرباملياالدالتيلم تتحققلحد آلن ال شعوريا،املزعجةالتي تظهر في الصعاب الصدمي يتكررإنتاجصدمةامليالد بطريقةنموذجية تحت قناع الحادث الصادم الراهنالفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمةمع بع التفاصيل املتعلقة به، فعندما نفتقد شخصا عزيزا مهما كان جنسه فإن هذا الفراق يحي الفراق ألساس ي معألم،ـ صدمة الفطام :كموضوع جيد،إلىمرحلةالرشد،والبلوغ مرحلةمحتمةلكل فرديمر بها خالل مراحل نمو ولهذا يعتبرصدمةوأزمةنفسيةوبيولوجية.يذهببع العلماءإلىالقول أنصدمةالبلوغ تضاهيصدمةامليالد،2-2-1 صدمات الحياة:دون إعداد نفسيا،~ 21 ~ـ الصدمات الناتجة عن معايشة أحداثوكوارثطبيعيةأوإنسانية:وهنا الخوفمن الصدمةيعودأعمال العنفوحوادثاملرور.قد تكوننناتجة عنسماعخبرفقدانأحد ألهلوألقارب،في اهرةالفقدان، شدتهاـ صدمةاملستقبل أوالصدمةالحضارية:تكون كنتيجة ل فراط في إلثارة كما يقول توفلر، ويحدث ذلك عندما يضطر الفرد إلى التصرف بشكل يتجاوزالجسد،الصدمةتنتج من مواجهةواقعاملوتأين يدركالفرد حقامعن املوتأشار freud إلىأنهندركدائما بأنناسنموتحادثعمل.هو مفهوم أساس ي في علم النفس الصدمي يعود إلى الخذر،2018ص57(.3-3-1 الفجائية:عنصر الفجائية هو عنصر مهم للحدث الصدمي، إنها اللحظة التي يتوقع فيها الفرد أقل من عنف ذلك الحدثالصادم، وأقر)freud(في نظرية القلق سنة 1926الحدث الذي يكون صدمي في سياق ال يملك الفردفيهالوقت الكافيوضروري إلنذار جهاز الدفاعي،4-3-1 إدراكالصدمةأوالشعور بها: ،2018ص58(. ألن هناك عدة عوامل وسيطةتلعبوألمراض النفسية ألخرى، واستراتيجيات التأقلم والتكيف،والعوامل العائلية

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي

واالجتماعية والثقافية اشختلفة،منهاما يتعلق بنوع الخبرةالصادمةفاألشخاصالذين يتعرضونباملوت أو اإلصابة وتهديد السالمة الجسدية يكونون أكثر تأثراإن درجةالقرب من الحدث الصادم تلعبفالشخصالذي يتعرض منزلهللهدم أواإلغالق أوإطالق الناروهو بداخلهيتأثربالحدث الصادم أكثر من الشخص الذي ال يتعرض منزله للهدم أو إطالق النار) جعفر، 2015ص11(.2-4-1 عوامل تتعلق بشخصية الفرد:أشارت بع الدراسات التي أجريت على ألفرادالذين أصيبوا باضطرابات نفسية بعد الصدمة وجود عالقة بينالشخصيةالسابقةواملزاج وتطور اضطرابات نفسيةلديهم فيما بعد، ووجود االضطرابات النفسيةالناتجة عن خبراتصادمةأكثرمن ألفراد آلخرين الذين ال يوجد لديهم اضطرابات سابقة،باألمراضالنفسيةالناتجة عن مواقفصادمة،حيثأشارتأن ألطفال الذكورأكثر عرضه~ 23 ~وهذا ألمر ينعكس علىدرجةالدعم ألسري للفرد حين يتعرض املوقف صادم،مهماالقريب والبعيد، ويقلل من احتمال اإلصابة باضطرابات نفسية ناتجة عن الخبرات الصادمة)جعفر، 2015ص12(.تقويمات يقوم بها الفرد نفسه، فليس بالضروري أن يشعر الفرد بمستوى الضغط النفس ي نفسه، وهذا ما أطلق عليه مصطلحخصوصية العضوية) Specificity Organ (في االستجابة للضغط النفس ي، ونظرته املعرفية إلى املثير الضاغط، والخبرات السابقة لديه، واإلحساس فقد وجد كانون)Canon)أن التوافق هو نزعة الفرد إلى استخدام ما يوجد لديهمن مصادر وطرق من أجل مواجهة املوقف الضاغط وخلق نوع من التوازن،أساليب التوافق)Skills Coping)،وأثبتت الدراسات وجود فروق فردية بين ألفراد في استخدام مهارات التوافق،وحل املشكالت كأساليب للتوافق،وعموما نجدالصادمة والضاغطة، فقد وجد أمير خان ورفاقه أن عوامل نمط الشخصية والدافعية واملصادر املتوافرة للفرد، تسهم فاملناخ ألسري له أهميةومن ألساليب التوافقية التي يستخدمها ألطفال للتعامل مع الصدمةواالبتعاد عن املوقف والعدوان اللفظي والجسدي،وممارسة عادات خاطئة)عباس، 2016ص19(.أما فيما يتعلق بمهارة حل املشكالت فتعد من املهارات ألساسية في التفكير العقلي املنظم، حيث تشكل هذ املهارة ويمكن القول إن التوتر النفس ي وصعوبات التكيف مع الحياة همانتاج لعدم فعالية ألسلوب الذي يستخدمه الفرد في حل مشكالته،واملعرفية التيتساعد ألفراد علىتصنيف واكتشاف أساليب توافقيةمناسبة ملواجهة املشكالت اليومية.~ 24 ~وأشار إلى الفوائد العالجية املهمة في عالج القلق، ويكون ذلك بأن يتعلم الطفل كيف يتنفسيعتبر اضطراب ما بعد الصدمة النفسية ردة فعل طبيعية، وعلى موقف غير طبيعي، عبدص15(.وتعرف الجمعية ألمريكية للطب النفس ي اضطراب ما بعد الصدمة بأنه: " ألعراض التي تتبع التعرض لضغطأو تهديد أخر لجسد الشخص أو مشاهدة الحدث الذي يشمل املوت، 2021ص138(. سلوكات التجنب، 2021ص645(.ويكون باستمرار في حالة إنذار أحيانا ونجداملعمري، 2022ص437(.~ 25 ~ومن خالل التعاريف السابقة نستنتج أن اضطراب ما بعد الصدمة هو اضطراب نفس ي ناش ئ من االستجابةللتعرض أو مشاهدة حوادث صادمة أو مواقف ضاغطة،1-2-2 نظرية التحليل النفس ي:التي تعاملت مع االضطراباتوتهتم هذ النظرية بالخبرات املؤملة وبالذكريات اشخزنة السابقة التي تعرض لها الفرد في طفولته ،اعتبارهادافعاقويامملعاناته عندما يكبرويتعرضلخبرات أوذكرياتمماثلةوشبيهةبماكان يعاني منه في طفولته،يجعله يعاني من أعراض ا ضطراب ما بعد الصدمة النفسية)أبوعيشةو عبد هللا، يجعله يشعرألنه سيرجع املاض ي ويربطه بالحاضر ويعيش في املأساة املشابهة،الزادمة، 2018ص11(.ويرى فيني كوت) 1965(أن الصدمة النفسية هي اقتحام مفاجئ وغير متوقع لحادث يؤدي بالطفل إلى اإلحساس 2021ص92(. أن نظرية التحليل النفس ي ركزت باألساس في تفسيرها ال ضطراب ما بعدالنظرية على سمات الشخصية املؤهلة بالصدمات التي عانى صاح ها من خبرات الطفولة املؤملة ومن التصاقها به و اختزالهاتحاول النماذج البيولوجية تفسير هور اضطراب ما بعد الصدمة على مستويات مختلفة، وتم تفسير ذلك بأن الصدمة تؤدي إلى تغيرات فيوالعنف وإن مثل هذ الثورات ترتبط بالنشاط الزائد إلفراز الغدةإلدرينالياةواملثيرات املرتبطةبالصدمة)غانم،كمادرستكمياء اشخالحيوية،والنقص فيمستوى الجهازالعصبياملركزي من ألدرينالين وما يترتب على ذلك منااختالالت في الو ائف مثل فقدان الشعور باللذة، اإلحساس. بالخذر)الذي يشبه حالة الخذر في تناول اشخدرات وكذاالنسحاب من ألنشطة اإلجتماعية(.كذادراسة التغيرات التي تحدث في الجهاز العصبي املركزي، أو التعرض املفاجئ أو املستمر أو الشديد للضغوط تقود إلى العديد من النتائج السلبية، أو)االنحباس(في الخبرة الصادمة والذكريات املؤملةخالل مرحلة الطفولة. االغتصاب(يحاول أن يهربمن املن هاتالتيتذكر بالصدمةوهذاما ومن هنا فإنبحيثال يعودالفردإلىتفكير املنطقي، ألن2004ص17(. فالصدمات وبذلك يتمالتعميم استجابة الخوف على املواقف واملن هات املشابهة مع الصدمة ومع أدواتها. وكيف تظهر لديه املعاناة وتلعبالقيم واملعتقدات دورا رئيسيا في تحديد الفروق الفردية بين الشخص وأخر على غرار ذلك نموذج هوريتز 1976الذيالفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة~ 27

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي

~تفسر ألحداث اشحفو ة في الذاكرة وميلها إلى التكرار كجزء من محاولة تكاملها وتنسيقها)خلفي، في جز عن5-2-2 نظرية معالجة املعلومات:فاإلنباءاتتغزونامنكلحدبوصوب،قسم منها يستوعبهالدماغ وتتم معالجته)ترميز،الترميز، بينما ال تتم معالجة القسم ألخر بشكل صحيح،العصبي كما هو الحال في الكوارث والصدمات،املعرفية ألنها تتخطى إلطار السوي للتجربة إلنسانية، وهذا ما يؤدي إلى حدوث التشويه واالضطراب في معالجةوتبقى املن هاتفيشكلها الخام وهيتستمر فيضغطها املؤلم علىالشخصالذييحاولعبثا أن يبعدها عنعتبة غير أن الشخص املصدوم يلجأ عادة إلى استخدام بع الوسائل الدفاعية السلبية مثل النكران والتبلد والتجنب.املرحلة ألولى: الرف والنقمةوالصراخ والذهول.املرحلة الثانية: التجنب والنكران والتبلد. ،1999ص-71 ص72(. والذكريات املؤملة املتطفلة واملتكررة وغير الطوعية عن الحدث الصادم،ما بعد الصدمة،وقدتجنب عوامل التذكير وألنشطة وألشياء واملواقف التي تثير الذكريات املؤملة( )الحمادي،الجسديةمثل زيادةضرباتالقلب،وعدم القدرة علىالنوم،جسديةكاالرتعاشاملستمر)بدر،كما يتضمن اضطراب ضغط ما بعد الصدمةمجموعةمن ألعراض البيولوجيةوالنفسيةيلخصها الباحثون في:االرتعاش، التعرق، سرعة خفقان القلب، وأما ألعراض النفسيةفيمكن تلخيصها في: الخوفوالتوجس وتوقع الشر،4-2 نشخيص اضطراب ما بعد الصدمة Disorder stress Posttraumatic:مالحظة: تطبق املعايير التالية للبالغين واملراهقين وألطفال ألكبر من سن 6سنوات كالتالي:A-التعرضللموتالفعليأوالتهديد باملوتأوإلصابةالخطيرة،-2 املشاهدة الشخصية،باملوتألحد أفرادألسرةأوأحد ألصدقاءاملقربين فالحدثيجبأن يكون عنيفا أو عرضيا.الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمةمالحظة: ال يت م تطبيق املعيار 4A إذا كان التعرض من خالل وسائل إلعالم إللكترونيةوالتلفزيون،وألفالم أوالصورإلB-وجود واحد)أو أكثر(من ألعراض املقتحمة التالية املرتبطة بالحدث الصادم،-1 الذكريات املؤملة املتطفلة املتكررة، وغير الطوعية عن الحدث الصادم. قد يتم التعبير عن طريق اللعب املتكرر حول مواضيع أو جوانب الحدث-5 ردودالفعل الفيزيولوجية عند التعرضملن هاتداخليةأو خارجيةوالتيترمز أوتشبه جانبامن الحدثالصادم.C-تجنب ثابت للمحفزات املرتبطة بالحدث الصادم، أو املشاعر أو ما يرتبط بشكل وثيق مع الحدث الصادم.-2 تجنبأوجهودلتجنبعواما التذكيرالخارجية)الناس،ألماكن،واملواقف(والتي وألفكار أو املشاعر املرتبطة بشكل وثيق مع الحدث الصادم. والتي بدأت أو تفاقمت بعد وقوع الحدث الصادم،-2 املعتقدات سلبية ثابتة ومبالغ بها أو توقعات سلبية ثابتة واملبالغ بها حول الذاتوألخر أوالعالم.-3 املدركات الثابتة واملشوهة عن سبب أو عواقب الحدث الصادم والذي يؤدي بالفرد إلى إلقاء اللوم علىنفسه/نفسها أو غيرها.أو مشاعر اشحبة(.-1 سلوكمتوتر ونوباتالغضب)دون ما يستفز أو يستفز بشكل خفيف) والتي عادة ما يعر ب عنها باالعتداء اللفظي-4 استجابة عند الطفل املبالغ بها.D, C, الهامةألخرى.H- ال يعز ى اال ضطراب إلى التأثيرات الفيزيولوجيةمالدة)مثل ألدوية،والكحول(أو حالة طبيةأخرى.يري مجموعة من الباحثين أن أحد العوامل التي تساعد في تحديد ما إذا كان فرد ما تعرض إلى حادث صدمي،سيتطورلديهاضطراب ما بعد الصدمة هو مستوى حصول هذا الفرد علىمساندة اجتماعية)خلفي، ،2013ص66(.وقد وجد هيلجر Helger وأخرون 1987منخالل دراستهم علىالجنوداملقاتلينفيالفيتنام وعلىألشخاصالذينامرض املومن.وقد وجد دافيدسون Davidson 1990 أن الشكل املزم ن ال ضطراب ما بعد الصدمةيظهر عند ضحايا الحروب ويسجل لديهم التجنب والشعور بالذنب يستمران مدة طويلةوإذا كان بع الحاالت من اضطراب ما بعد الصدمةتستمر طويال،بعوارض إضافية مالزمة تمثل،االضطرابات السيكوسوماتيةوالوسواسالقهري وتعاطي الكحول واشخذرات)ماكور،إنهفيبع ألوقات يتطوراضطراب ما بعد الصدمة بعد الحدث الصادم مباشرة، ومن املمكن أن يتأخر أسبوعاملصاب مع املوقف الصادم، تتغيرألعراض٪10 ال يبقو ن دون تحسن أو يصبحون أسوأ)منص ور،2021ص ص235-234(.1-6-2 العالجاتالدوائية:- العالج الدوائي الفرماكولوجي:اال ضطراب، هذا يعني أن الجرعات املعطاة متفاوتة من شخص ألخر في الحاالت البسيطة،القلق من مشتقاتها Diazepam من نوع Valium, Liberium,ألخيرة لعالج الحصر النفس ي، فيلزم علينا أن نستعملها بشكل حذركثرة النشاط الحركي،ال ضطرابات ما بعد الصدمة النفسية.2012ص44(. حيث يتم اللجوء إليه حينما ال تمكن املقابالت املركزة علىوهنا يتعين عليهأن يعيد زيارةتاريخهوعاملهالهوامي وأن يعبربالكلماتعماوبالنسبة للنماذجص178(.الغامضة،وهذا صحيح بالنسبة لكل ضحايا مهما كان نوع اال عتداء، حادث عمل ،الجسدي أو اال غتصاب.وأنهذا الصدباملرتبطبتاريخ الشخص،يتضمن هذا العالج مختلف البرامج العالجية بما في ذلك سيرورات إعادة البناء املعرفي،وكذلكالتركيببين مختلفهذ الطرق.تهدف هذ التقنية إلى تحديد ألفكار الخاصة،التعرفعلىالتغييراتاملعرفيةخالل التعرضلذكربصدميةوأخذ املالحظاتحول إدالءاتاملري املرتبطةبالقدرة علىالتوقعوالقدرة علىالتحكم والشعوربالذنبثم يتم البحث

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي

مباشرة عن اشخططات الجديدة.الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمةويساعد على تحديد سيرورات هذ التقنية العالجية تعين الفرد على التركيز على اشحيط الحاليالتعرض التخيلي: حيث يجب على املري أن يعيد استحضار الذكريات الصدمية خالل الجلسة العالجية،املعالج أن يذهب بذهنه إلى وقت حدوث الصدمة وأن يعيد معايشتها في مخيلته،التعرض الو اقعي: وهو يتطلب أن يواجه الفردبطريقةمتدرجةومراقبةالوضعيات املثيرة للقلق،فهذ التقنيةتسمحمن خالل سيرورة إالطفاء(التعود بخف درجةالقلق التي أثارتها وضعيات كانت مخيفة، ونتيجةذلك ينخف سلوكالتجنب.)عتيق، ،2013ص49(ركز على ضحايا العنف والتعذيب واالعتداء وضحايا الحوداث،ـ1 حماية الفرد وإبعاد عن التعرض للحدث وإنهاء الحدث الخارجي ويالحظ أنه في معظم الحاالت ينتهي الحدثمن خالل مساعدة الفرد على تجزئة الخبرة بشكل مناسب إلى وحدات صغيرة من املعلومات وتكاملها مع بعضهايتعامل معالجوانباشختلفةللحدث الصادم مثلصور،ذكريات، ومواجهة أألفكار واالنفعاالتمن أهم العالجات الحديثة حيث يركز على استرجاع التفكير في أألحداث الصادمة ليتم عالجها وفق ثمان مراحلويعتمد العالج بتقنية EMDR على فرضية وجود ذكريات وعواطف وأحاسيس عاطلة يعانيها مرض اضطراب ماالعاطلة)الكبيس يو التميس ي،ص150(. كما تسمح بتحريك2019ص69(.ومنه نستخلص بأن هذا النوع من العالج تم استخدامه حديثا في معالجة اضطراب ما بعد الصدمة،

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي