

– لغويا: تعرف الصدمة النفسية حسبامل جم الوسيط علأنها النازلة التي تفاجئ الإنسان فتزعجه ويقال الصبر عند الصدمة الأولى) مجمع اللغة العربية، وكلمة صدمة في اللغة اليونانية (TRAUMA) والتي تعني الجرح. – اصطلاحا: لقد تعددت مفاهيم الصدمة النفسية وتعريفها ومن أبرزها: يعرفها عالء الدين كفاي على أنها خبرة تحدث ضررا في الشخصية كثيرا ما يكون ذا طبيعة باقية ومثال ذلك وإساءة معاملته كطفل واستغلاله والنبد الوالدي والهجر، واللفظ عامة يطلق على الخبرة السيكلوجية الملوثة ويستخدم عادة مع مضمون أن أثر الخبرة باق، يتداخل ويفوق أداء الوائفعلنحو سوي) كفايوعبد الحميد، والنسبة إلى البالنش بونتا ليسفال صدمة النفسية هي حدث في حياة الشخص يتحدد بشدته وبال جز الذي يجدالشخص فيه نفسه عن الستجابة املائمة وما يثير في التنظيم النفس ي من اضطرابات وأثار دائمة مولدة للمرض، الصدمة من الناحية القتصادية بفي من الإلثارات تكون مفرطة بالنسبة لطاقة الشخص على الاحتمال، لكفاءته فيالسيطرة على هذ الإلثارة وإرسانها نفسيا) لكحل وذنو، أما حسب الدليل التشخي ي والإحصائي الخامس تنتج الصدمة النفسية نتيجة التعرض لملوت الفعل ي أو التهديد باملوت أو الإلصابة الخطيرة وتكون عبرواحد أو أكثر من الطرق التالية: التعرض مباشرة لحدث صادم، الشخصية للحدث عند حدوثه لأل خرين، امعرفة بوقوع الحدث لأحد أفراد الأسرة أو أحد الأصدقاء امقربين والحدث يجب التعرض املتكرراً والشديد للتفاصيل امكروهة للحدث الصادم (الحمادي، الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة و جيمس James فقد عرف الخبرة الصادمة على أنها صدمة انفعالية تؤدي للضرر جوهر يواضح فيالنمو النفس ي وهي قوية وحادة ال يمكن السيطرة عليها، هذ الخبرات الصادمة تكون لها أضرار نفسية علنا الضحايا) (الشخاص امصدومة) والتي تتمثل من خالل مشاعر ال جز التي يشعر بها الفرد، وفقدان الشعور بالأمن أو فقدان السيطرة فرويد Freud أطلق فرويد تسمية الصدمة النفسية على تجربة معاشه تحمل معها للحياة النفسية وخالل وقت قصير نسبيا زيادة كبيرة جدا في الإلثارة، لدرجة أن تصفيتها وإرسانها بالوسائل السوية واملألوفة تنتهي بالفشل، معه ال محالة اضطرابات دائمة في قيام الطاقة الحيوية بويفتها) (حجام، أما الجمعية الأمريكية للطب العقلي) 1994 (فترى أن الصدمة النفسية تحدث عندما يعيش الفرد أو يشاهد أو يتضمن تهديدا فعليا باملوت أو جروح خطيرة أو تهديد بفقدان ساملتها الجسدية أو بخطر علأحد الأقارب، أو ا كتشاف جثة أو جريح وتكون الستجابة بالخوف والرعب وال جز وفقدان التحكم) (حيدر، الصدمة النفسية في الرابطة الأمريكية للطب النفس ي: هي التعرض لحدث صدمي ضاغط مفرط الشدة، ينطوي عليهم وتفعلياً وتهديد باملوت وإصابة شديدة أو مشاهدة حدث يتضمن ومن 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 عادية تفوق قدرة الجهاز النفس ي علما لمواجهة بطريقة مرنة. الصدمة نوعين أساسين الصدمات الرئيسية وصددمات الحياة. هي الخبرات الملوثة التي يعيشها الفرد مبكرا، بعد صدمة امليال من أولى الصدمات التي يعيشها الإنسان إثر تعرضه لأولى وضعيات الخطيرة أثناء الوالدة، أشهر من تحدث عن صدمة امليال هو أتورانك سنة 1923 حيث اعتبر أن امليال " حدث تهتز له نفس الطفل، منها القلق الشديد الذي يكون أصل القلق الحقا". فخرج الطفلمن جنتها ألأول بانتزاعه من الحياة الرحمية هو النمط وأن الصدمة النفسية تنشط مباشرة القلق البدائي وتسبب العصاب الصدمي، يمثل خطر املوت الخارجي علإثارة التحقيق العاطفي لذكرا امليال التيلم تتحقق لحد ألن ال شعوريا، امزعجة التي تظهر في الصعاب الصدمي يتكرر إنتاج صدمة امليال بطريقة نموذجية تحت قناع الحادث الصادم الراهن الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة مع بع التفاصيل امعلقة به، فعندما نفتقد شخصا عزيزا مهما كان جنسه فإن هذ الفراق يحي الفراق الأساس ي مع ألم، – صدمة الفطام كموضوع جيد، إللمرحلة الرشد، والبلوغ مرحلة محتمة لكل فرد يمر بها خالل مراحل نمو ولهذا يعتبر صدمة وأزمة نفسية وبيولوجية. يذهب العلماء إلأقول أن صدمة البلوغ تضاهي صدمة امليال، 2-2-1 صدمات الحياة: دون إعداد نفسيا، ~ 21 ~ – الصدمات الناتجة عن معايشة أحداث كوارث طبيعية أو إنسانية: وهنا الخوف من الصدمة يعود أعمال العنف وحوادث ملرور. قد تكون ناتجة عن سماع خبر فقد أحد أهلو الأقارب، في اهرة الفقدان، شدتها – صدمة امستقبل أو الصدمة الحضارية: تكون كنتيجة ل فراط في الإلثارة كما يقول توفلر، ويحدث ذلك عندما يضطر الفرد إلى التصرف بشكل يتجاوز الجسد، الصدمة تنتج من مواجهة واقعا ملوتاً ين يدرك الفرد حقا معن املوتاً شار freud إلأنه ندر كدائما بأننا سنموت حادث عمل. هو مفهوم أساس ي في علم النفس الصدمي يعود إلى الخذر، 2018 ص 57. (3-3-1 الفجائية: عنصر الفجائية هو عنصر مهم للحدث الصدمي، إنها اللحظة التي يتوقع فيها الفرد أقل من عنف ذلك الحدث الصادم، وأقر freud) في نظرية القلق سنة 1926 الحدث الذي يكون صدمي في سياق ال يملك الفرد فيها الوقت الكافي وضروري إلنذار جهاز الدفاعي، 4-3-1 إدراك الصدمة والشعور بها: 2018، ص 58. (ألن هناك عدة عوامل وسيطة تلعب والأمراض النفسية الأخرى، واستراتيجيات التأقلم والتكيف، والعوامل العائلية

والاجتماعية والثقافية اشختلفة، منها ما يتعلق بنوع الخبرة الصادمة فأشخاص الذين يتعرضون باملوت أو الإصابة وتهديد السالمة الجسدية يكونون أكثر تأثرًا إن درجة القرب من الحدث الصادم تلعب فالشخص الذي يتعرض منزله للهدم أو الإغراق أو إطلاق النار وهو بداخله يتأثر بالحدث الصادم أكثر من الشخص الذي يتعرض منزله للهدم أو إطلاق النار (جعفر، 2015، ص 11-2-4-1 عوامل تتعلق بشخصية الفرد: أشارت بع الدراسات التي أجريت على الأفراد الذين أصيبوا باضطرابات نفسية بعد الصدمة وجود عالقة بين الشخصية السابقة واملزاج وتطور اضطرابات نفسية لديهم فيما بعد، ووجود الاضطرابات النفسية الناتجة عن خبرات صادمة أكثر من الأفراد الآخرين الذين ال يوجد لديهم اضطرابات سابقة، بالأمراض النفسية الناتجة عن مواقف صادمة، حيث أشارت أن الأطفال الذكور أكثر عرضه ~ 23 وهذا الأمر يعكس على درجة الدعم الأسري للفرد حين يتعرض الموقوف صادم، مهما القرب والبعيد، ويقلل من احتمال الإصابة باضطرابات نفسية ناتجة عن الخبرات الصادمة (جعفر، 2015، ص 12). تقويمات يقوم بها الفرد نفسه، فليس بالضروري أن يشعر الفرد بمستوى الضغط النفس ي نفسه، وهذا ما أطلق عليه مصطلح خصوصية العضوية (Specificity Organ) في الاستجابة للضغط النفس ي، ونظرته املعرفية إلى المثير الضاغط، والخبرات السابقة لديه، والإحساس فقد وجد كانون (Canon) أن التوافق هو نزعة الفرد إلى استخدام ما يوجد لديه من مصادر وطرق من أجل مواجهة الموقوف الضاغط وخلق نوع من التوازن، أساليب التوافق (Skills Coping)، وأثبتت الدراسات وجود فروق فردية بين الأفراد في استخدام مهارات التوافق، وحل امشكالت كأساليب للتوافق، وعموما نجد الصادمة والضاغطة، فقد وجد أمير خان ورفاقه أن عوامل نمط الشخصية والدافعية واملصادر املتوافرة للفرد، تسهم فاملناخ الأسري له أهمية ومن أساليب التوافقية التي يستخدمها الأطفال للتعامل مع الصدمة والابتعاد عن الموقوف والعدوان اللفظي والجسدي، وممارسة عادات خاطئة (عباس، 2016، ص 19). أما فيما يتعلق بمهارة حل امشكالت فتعد من امهارات الأساسية في التفكير العقلي الملتزم، حيث تشكل هذ امهارة ويمكن القول إن التوتر النفس ي وصعوبات التكيف مع الحياة همانتاج لعدم فعالية الأسلوب الذي يستخدمه الفرد في حل مشكالتة، واملعرفية التيساعد الأفراد على تصنيف واكتشاف أساليب توافقية مناسبة لمواجهة امشكالت اليومية. ~ 24 ~ وأشار إلى الفوائد العالجية امهامة في عالج القلق، ويكون ذلك بأن يتعلم الطفل كيف يتنفس يعتبر اضطراب ما بعد الصدمة النفسية ردة فعل طبيعية، وعلى موقف غير طبيعي، عبدص 15). وتعرف الجمعية الأمريكية للطب النفس ي اضطراب ما بعد الصدمة بأنه: "الأعراض التي تتبع التعرض لضغط أو تهديد آخر لجسد الشخص أو مشاهدة الحدث الذي يشمل الملو، 2021، ص 138). سلوكيات التجنب، 2021، ص 645). ويكون باستمرار في حالة إنذار أحيانا ونجد املعمري، 2022، ص 437). ~ 25 ~ ومن خالل التعاريف السابقة نستنتج أن اضطراب ما بعد الصدمة هو اضطراب نفس ي ناشئ من الاستجابة للتعرض أو مشاهدة حوادث صادمة أو مواقف ضاغطة، 1-2-2 نظرية التحليل النفس ي: التي تعاملت مع الاضطرابات وتهتم هذ النظرية بالخبرات الملوثة والذكريات اشخزنة السابقة التي تعرض لها الفرد في طفولته، اعتبارها دافعا قويا لمعاناته عندما يكبر ويتعرض لخبرات أو ذكريات مماثلة وشبيهة بما كان يعاني منه في طفولته، يجعله يعاني من أعراض اضطراب ما بعد الصدمة النفسية (أبو عيشة و عبد هلال، يجعله يشعر أنه سيرجع املاض ي ويربطه بالحاضر ويعيش في املاسة امشابهة، الزادمة، 2018، ص 11). (ويرى فيني كوت) 1965 (أن الصدمة النفسية هي اقتحام مفاجئ وغير متوقع لحدث يؤدي بالطفل إلى الإحساس، 2021، ص 92). أن نظرية التحليل النفس ي ركزت بالأساس في تفسيرها ال اضطراب ما بعد النظرية على سمات الشخصية الملوثة بالصددمات التي عانى صاح ها من خبرات الطفولة الملوثة ومن التصاقها به و اختزالها تحاول النماذج البيولوجية تفسير هور اضطراب ما بعد الصدمة على مستويات مختلفة، وتم تفسير ذلك بأن الصدمة تؤدي إلى تغيرات في العنف وإن مثل هذ الثورات ترتبط بالنشاط الزائد إفراز الغدة الدرنية واملثيرات املتبطة بالصدمة (غانم، كمدارستكمياء اشخالحيوية، والنقص في مستوى الجهاز العصبي املركزي من الأدرينالين وما يترتب على ذلك من اختلالات في الوائف مثل فقدان الشعور بالذلة، الإحساس. بالخذر) الذي يشبه حالة الخذر في تناول اشخدرات وكذا النسيحاب من الأنشطة الاجتماعية). كذا دراسة التغيرات التي تحدث في الجهاز العصبي املركزي، أو التعرض املفاجئ أو الملتسم أو الشديد للضغوط تقود إلى العديد من النتائج السلبية، أو (النحباس) في الخبرة الصادمة والذكريات الملوثة خالل مرحلة الطفولة. الغتصاب (يحاول أن يهرب من املن هاتالتي تذكر بالصدمة وهذاما ومن هنا فإن بحثا يعود الفرد للتفكير املنطقي، ألن 2004، ص 17). فالصددمات وبذلك يتم التعميم استجابة الخوف على المواقف واملن هات امشابهة مع الصدمة ومع أدواتها. وكيف تظهر لديه املعانة وتلعب القيم واملعتقدات دورا رئيسيا في تحديد الفروق الفردية بين الشخص وأخر على غرار ذلك نموذج هوريتز 1976 الذي الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة ~ 27

~تفسر الأحداث اشحوة في الذاكرة وميلها إلى التكرار كجزء من محاولة تكاملها وتنسيقها (خلفي، في جز 2-2-5 عن 2-2 نظرية معالجة المعلومات: فالإنباء تتغزونا من كل دبور صوب، قسم منها يستوعبها الدماغ وتتم معالجته) ترميز، الترميز، بينما ال تتم معالجة القسم الآخر بشكل صحيح، العصبي كما هو الحال في الكوارث والصدمات، ملعرفية أنها تتخطى الإطار السوي للتجربة الإنسانية، وهذا ما يؤدي إلى حدوث التشويه والاضطراب في معالجة وتبقى املن هاتفيشكلا الخام وهي تستمر فيضغطها املؤلم علالشخصالذيحاول لعبثا أن يبعدها عنعتبة غير أن الشخص المصدوم يلجأ عادة إلى استخدام بع الوسائل الدفاعية السلبية مثل النكران والتبذل والتجنب. املرحلة الأولى: الرف والنقمة والصراخ والذهول. املرحلة الثانية: التجنب والنكران والتبذل. 1999 ص-71 ص72). والذكريات املؤلمة املتطفلة واملتكررة وغير الطوعية عن الحدث الصادم، ما بعد الصدمة، وقدتجنب عوامل التذكير والأنشطة والأشياء واملواقف التي تثير الذكريات املؤلمة (الحمادي، الجسدية مثل زيادة ضربات القلب، وعدم القدرة علالنوم، جسدية كالارتعاش املستمر) بدر، كما يتضمن اضطراب ضغط ما بعد الصدمة مجموعة من الأعراض البيولوجية والنفسية يلخصها الباحثون في: الارتعاش، التعرق، سرعة خفقان القلب، وأما الأعراض النفسية فيمكن تلخيصها في: الخوف والتوجس وتوقع الشر، 2-4-2 نشخيص اضطراب ما بعد الصدمة Disorder stress Posttraumatic: مالحظة: تطبق املعايير التالية للبالغين واملراهقين والأطفال الأكبر من سن 6 سنوات كالتالي: A- التعرض لملوتالفعلياً والتهديد باملوتأ والإصابة الخطيرة، 2- املشاهدة الشخصية باملوتأ لأحد أفراد الأسرة وأحد الأصدقاء املقربين فالحدث يجب أن يكون عنيفاً أو عرضياً. الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة مالحظة: ال يت م تطبيق املعيار 4A إذا كان التعرض من خالل وسائل الإعلام الإلكترونية والتلفزيون، والأفالم أو الصور B- وجود واحد) أو أكثر) من الأعراض املتتحة التالية املرتبطة بالحدث الصادم، 1- الذكريات املؤلمة املتطفلة املتكررة، وغير الطوعية عن الحدث الصادم. قد يتم التعبير عن طريق اللعب املتكرر حول مواضيع أو جوانب الحدث- 5 ردود الفعل الفيزيولوجية عند التعرض لملن هاتداخلية أو خارجية واليترمز أو تشبه جانباً من الحدث الصادم. C- تجنب ثابت للمحفزات املرتبطة بالحدث الصادم، أو املشاعر أو ما يرتبط بشكل وثيق مع الحدث الصادم. 2- تجنباً وجهود لتجنب عوا ما التذكير الخارجية) الناس، الأماكن، واملواقف (والتي والأفكار أو املشاعر املرتبطة بشكل وثيق مع الحدث الصادم. والتي بدأت أو تفاقمت بعد وقوع الحدث الصادم، 2- املتعتقدات سلبية ثابتة ومبالغ بها أو توقعات سلبية ثابتة ومبالغ بها حول الذات أو الآخر أو العالم. 3- املدركات الثابتة واملشوهة عن سبب أو عواقب الحدث الصادم والذي يؤدي بالفرد إلى إلقاء اللوم على نفسه/نفسها أو غيرها. أو مشاعر اشحبة (1- سلوك متوتر ونوبات الغضب) دون ما يستفز أو يستفز بشكل خفيف) والتي عادة ما يعرب عنها بالعتداء اللفظي- 4 استجابة عند الطفل املبالغ بها D، C، الهامة الأخرى. H- ال يعزى ال اضطراب إلى التأثيرات الفيزيولوجية ملادة) مثل الأدوية، والكحول (أو حالة طبية أخرى. يري مجموعة من الباحثين أن أحد العوامل التي تساعد في تحديد ما إذا كان فرد ما تعرض إلى حادث صدمي، سيتطور لديه اضطراب ما بعد الصدمة هو مستوى حصول هذا الفرد علمساندة اجتماعية) خلفي، 2013 ص66). وقد وجد هيلجر Helger وآخرون 1987 منخالل دراستهم علالجنود املقاتلين في فيتنام وعلبالشخصالذين املرض املومن. وقد وجد دافيدسون Davidson 1990 أن الشكل املزمن ال اضطراب ما بعد الصدمة يظهر عند ضحايا الحروب ويسجل لديهم التجنب والشعور بالذنب يستمران ملدة طويلة وإذا كان بع الحالات من اضطراب ما بعد الصدمة تستمر طويال، بعوارض إضافية مالمزمة تمثل، الاضطرابات السيكوسوماتية والوسواس القهري وتعاطي الكحول واشخذرات) ماكور، إنه فيبع ألوقات يتطور اضطراب ما بعد الصدمة بعد الحدث الصادم مباشرة، ومن املمكن أن يتأخر أسبوع املصاب مع املوقف الصادم، تتغير الأعراض 10% ال يقون دون تحسن أو يصبحون أسوأ) منص ور، 2021 ص234-235 (1-6-2 العالجات الدوائية: - العالج الدوائي الفرماكولوجي: ال اضطراب، هذا يعني أن الجرعات املعطة متفاوتة من شخص آخر في الحالات البسيطة، القلق من مشتقاتها Diazepam من نوع Valium, Librium، الأخيرة لعالج الحصر النفس ي، فيلزم علنا أن نستعملها بشكل حذر كثرة النشاط الحركي، ال اضطرابات ما بعد الصدمة النفسية. 2012 ص44). حيث يتم اللجوء إليه حينما ال تمكن املقابالت املركزة على وهنا يتعين عليها أن يعيد زيارة تاريخه وعاملها الهوامي وأن يعبر بالكلمات عما وبالنسبة للنماذج ص178). الغامضة، وهذا صحيح بالنسبة لكل ضحايا مهما كان نوع ال عتداء، حادث عمل، الجسدي أو ال غتصاب. وأن هذا الصدام يرتبط بتاريخ الشخص، يتضمن هذا العالج مختلف البرامج العالجية بما في ذلك سيوروات إعادة البناء املعرفي، وكذلك التركيبين مختلف الطرق. تهدف هذ التقنية إلى تحديد الأفكار الخاصة، التعرف علالتغييرات املعرفية خالل التعرض لذكرك صدمية وأخذ املالحظات حول إدالء املاري املرتبطة بالقدرة على التوقع والقدرة علالتحكم والشعور بالذنب يتم البحث

مباشرة عن اشخططات الجديدة. الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة ويساعد على تحديد سيرورات هذ التقنية العالجية تعين الفرد على التركيز على اشحيط الحالي التعرض التخيلي: حيث يجب على املري أن يعيد استحضار الذكريات الصدمية خالل الجلسة العالجية، امعالج أن يذهب بذهنه إلى وقت حدوث الصدمة وأن يعيد معاشتها في مخيلته، التعرض الو اقعي: وهو يتطلب أن يواجه الفرد بطريقة متدرجة ومراقبة الوضعيات امليثرة للقلق، فهذ التقنية تسمح من خالل سيرورة الإطفاء (التعود بخف درجة القلق التي أثارته وضعيات كانت مخيفة، ونتيجة ذلك ينخف سلوك التجنب.) عتيق، 2013 ص49 (ركز على ضحايا العنف والتعذيب والاعتداء وضحايا الحوادث، -1 حماية الفرد وإبعاد عن التعرض للحدث وإنهاء الحدث الخارجي ويالحظ أنه في معظم الحالات ينتهي الحدث من خالل مساعدة الفرد على تجزئة الخبرة بشكل مناسب إلى وحدات صغيرة من امعلومات وتكاملها مع بعضها يتعامل معالجوا نباشختلفة للحدث الصادم مثلصور، ذكريات، ومواجهة الأفكار والنفعا التمن أهم العالجات الحديثة حيث يركز على استرجاع التفكير في الأحداث الصادمة ليتم عالجه وفق ثمان مراحل ويعتمد العالج بتقنية EMDR على فرضية وجود ذكريات وعواطف وأحاسيس عاطلة يعانيتها مرض اضطراب ما العاطلة (الكبيس يو التيميس ي، ص150). كما تسمح بتحريك 2019 ص69). ومنه نستخلص بأن هذا النوع من العالج تم استخدامه حديثا في معالجة اضطراب ما بعد الصدمة،