

الفرد في مواجهة دائمة لتهديدات المحيط المتواجد فيه فتعرضه لخطر مفاجئ أو رؤيته المشهد مفزع أو سماعه لخبر مفاجع هي أحداث خارجية فجائية وغير متوقعة فالأحداث النفسية الضاغطة تعاش كأحداث صدمية عند شخص دون غيره تتسم بالحدة والقوة والعنف وعادة ما تتسبب في صدمة للمتلقى، فهي قوى تخترق نظام الإنسانية وتتجاوز قدرته على التحمل والعودة إلى حالة التوازن السابقة فتجعل الفرد في مواجهة دائمة مع الموت،