

لغويا: تعرف الصدمة النفسية حسبامل جم الوسيط علأنها النازلة التي تفاجئ الإنسان فتزعجه ويقال الصبر عند الصدمة الأولى) - والتي تعني الجرح.. - اصطالحا: لقد تعددت مفاهيم الصدمة (TRAUMA) (مجمع اللغة العربية، وكلمة صدمة في اللغة اليونانية 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 الوائف لنحو سوي) كفايوعبد الحميد، وبالنسبة إلى بالانش بونتا ليسفا الصدمة النفسية هي حدث في حياة الشخص يتحد بشدته وبأل جز الذي يجد الشخص فيه نفسه عن الستجابة املا لئمة وما يثير في التنظيم النفس ي من اضطرابات وأثار دائمة مولدة للمرض، الصدمة من الناحية القتصادية بقي من الإثارات تكون مفرطة بالنسبة لطاقة الشخص على الاحتمال، لكفاءته في السيطرة على هذ الإثارة وإرصانها نفسيا) لكل وذو، أما حسب الدليل التشخي ي والإحصائي الخامس تنتج الصدمة النفسية نتيجة التعرض لملوت الفعل ي أو التهديد باملوت أو الإصابة 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 الصداق امقربين والحدث يجب التعرض املكرراً والشديد للتفاصيل املكروهة للحدث الصادم فقد عرف الخبرة الصادمة على أنها صدمة انفعالية (James) الحمادي، الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة و جيمس تؤيد البضر جوهريواضح فيال نمو النفس ي وهي قوية وحادة ال يمكن السيطرة عليها، هذ الخبرات الصادمة تكون لها أضرار نفسية علنا الضحايا) الأشخاص امصدومة) والتي تتمثل من خالل مشاعر ال جز التي يشعر بها الفرد، وفقدان الشعور بألمن أو فقدان أطلق فرويد تسمية الصدمة النفسية على تجربة معاشه تحمل معها للحياة النفسية وخالل وقت قصير نسبيا Freud السيطرة فرويد زيادة كبيرة جدا في الإثارة، لدرجة أن تصفيتها وإرصانها بالوسائل السوية واملأ لوفة 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 جسمها 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 عليهموتفعليا وتهديد باملوت أو إصابة شديدة أو مشاهدة حدث يتضمن ومن هذ التعاريف السابقة يمكننا القول أن الصدمة النفسية هي ردة فعل اتجا مواقف، عيفة وفجائية تعرض لها الفرد بحد ذاته، ما ينتج عنها إثارة غير عادية تفوق قدرة الجهاز النفس ي علنا ملواجهة بطريقة مرنة. الصدمة نوعين أساسين الصدمات الرئيسية و صدمات الحياة. هي الخبرات الملوثة التي يعيشها الفرد مبكرا، تعد 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 الطفل منجنيتها ألوليانتراعه من الحياة الرحمية هو النمط وأن الصدمة النفسية تنشط مباشرة القلق البدائي وتسبب العصاب الصدمي، يمتلخطر املوت الخارج ي علإثارة التحقيق العاطفي لذكر بامليال التيلم تتحقق لحد ألن ال شعوريا، املزعة التي تظهر في العصاب 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، المرحلة الرشد، والبلوغ مرحلة محتملة لكل فرد يمر بها خالل مراحل نمو ولهذ يعتبر صدمة وأزمة نفسية وبيولوجية. يذهب العلماء إل بالقول أن صدمة البلوغ تضاهي صدمة امليال، 2-2-1 صدمات الحياة: دون إعداد نفسيا، ~ 21 ~ - الصدمات الناتجة عن معايشة أحداث وكوارث طبيعية أو إنسانية: وهنا الخوف من الصدمة يعود أعمال العنف وحوادث ملرور. قد تكون ناتجة عن سماع خبر فقدان أحد أهله أو الأقارب، في اهرة الفقدان، شدتها - صدمة امستقبل أو الصدمة الحضارية: تكون كنتيجة ل فراط في الإثارة كما يقول توفلر، ويحدث ذلك عندما يضطر الفرد إلى التصرف بشكل إلأنه ندر كدائما بأننا سنموت حادث عمل. هو Freud يتجاوز الجسد، الصدمة تنتج من مواجهة واقعا ملوتأين يدرك الفرد حقامعن املوتأشار مفهوم أساس ي في علم النفس الصدمي يعود إلى الخذر، 2018 ص 57 (3-3-1 الفجائية: عنصر الفجائية هو عنصر مهم للحدث في نظرية القلق سنة 1926 الحدث) Freud) الصدمي، إنها اللحظة التي يتوقع فيها الفرد أقل من عنف ذلك الحدث الصادم، وأقر الذي يكون صدمي في سياق ال يملك الفرد فيها الوقت الكافي وضروري إلذار جهاز الدفاعي، 4-3-1 إدراك الصدمة أو الشعور بها: 2018 ص 58). ألن هناك عدة عوامل وسيطة تلعب والأمراض النفسية الأخرى، واستراتيجيات التأقلم والتكيف، والعوامل العائلية

والاجتماعية والثقافية اشختلفة،منهما ما يتعلق بنوع الخبرة الصادمة فأشخاصالذين يتعرضون باملوت أو الإصابة وتهديد السلامة الجسدية يكونون أكثر تأثرًا إن درجة القرب من الحدث الصادم تلعب فالشخصالذي يتعرض منزلهم أوإلغالق أوإطالق النار هو بداخليتأثر بالحدث 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 الأفرادالذين 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 ينعكس على درجة الدعم الأسري للفرد حين يتعرض لموقف صادم، مهما القريب والبعيد، ويقلل من احتمال الإصابة 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 في الاستجابة للضغط النفس ي، ونظرته المعرفية إلى المثير الضاغط،) Specificity Organ (عليه مصطلح خصوصية العضوية أن التوافق هو نزعة الفرد إلى استخدام ما يوجد لديه من مصادر) Canon (والخبرات السابقة لديه، والإحساس فقد وجد كانون وأثبتت الدراسات وجود،) Skills Coping (وطرق من أجل مواجهة الموقف الضاغط وخلق نوع من التوازن، أساليب التوافق فروق فردية بين الأفراد في استخدام مهارات التوافق، وحل امشكالت كأساليب للتوافق، وعموما نجد الصدمة والضغطية، فقد وجد أمير خان ورفاقه أن عوامل نمط الشخصية والدافعية واملصادر المتوافرة للفرد، تسهم فاملناخ الأسري له أهمية ومن أساليب التوافقية التي يستخدمها الأطفال للتعامل مع الصدمة والابتعاد عن الموقف والعدوان اللفظي والجسدي، وممارسة عادات خاطئة (عباس، 2016ص19). أما فيما يتعلق بمهارة حل امشكالت فتعد من امهارات الأساسية في التفكير العقلي المنظم، حيث تشكل هذ امهارة ويمكن القول إن التوتر النفس ي وصعوبات التكيف مع الحياة همانتاج لعدم فعالية السلوب الذي يستخدمه الفرد في حل مشكلته، واملعرفية التي تساعد الأفراد على تصنيف واكتشاف أساليب توافقية مناسبة لمواجهة امشكالت اليومية. ~ 24 ~ وأشار إلى الفوائد العالجية امهارة في عالج القلق، ويكون ذلك بأن يتعلم الطفل كيف يتنفس يعتبر اضطراب ما بعد الصدمة النفسية ردة فعل طبيعية، وعلى موقف غير طبيعي، عبدص15). 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، 2021ص138). سلوكات التجنب، 2021ص645). ويكون باستمرار في حالة إنذار أحيانا ونجد املمعري، 2022ص437). ~ 25 ~ ومن خلال 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 اشخنة 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، 2018ص11). (ويرى فيني كوت) 1965 (أن الصدمة النفسية هي اقتحام مفاجئ وغير متوقع لحدث يؤدي بالطفل إلى الإحساس، 2021ص92). أن نظرية التحليل النفس ي ركزت بالأساس في تفسيرها ال اضطراب ما بعد النظرية على سمات الشخصية الملوثة بالصدمة التي عانى 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 والعنف وإن مثل هذ الثورات ترتبط بالنشاط الزائد الإفراز الغدة الدريالية واملثيرات المربطة بالصدمة) غانم، كمدارستكمياء اشخالحيوية، والنقص في مستوى الجهاز العصبي امركزي من الدريالين وما يترتب على ذلك من اختلالات في الوائف مثل فقدان الشعور بالذلة، الإحساس. بالخذر) الذي يشبه حالة الخذر في تناول اشخدرات وكذا انسحاب من الأنشطة الاجتماعية). كذا دراسة التغيرات التي تحدث في الجهاز العصبي امركزي، أو التعرض لمفاجئ أو املمستمر أو الشديد للضغط تقود إلى العديد من النتائج السلبية، (أو) الانحساس) في الخبرة الصادمة والذكريات الملوثة خالل مرحلة الطفولة. الغتصاب) يحاول أن يهر بمن املن هاتالتي تذكر بالصدمة وهذا ومن هنا فإن حيثال يعود الفرد للتفكير الملمطقي، ألن 2004ص17). فالصدمة 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 اشحفة في الذاكرة وميلها إلى التكرار كجزء من محاولة تكاملها وتنسيقها (خلفي، في جز عن 2-5-2 نظرية معالجة المعلومات: فالإنباء انتغزونا منكلحدبوصوب، قسم منها يستوعبها الدماغ وتتم معالجته) ترميز، الترميز، بينما ال تتم معالجة القسم الآخر بشكل صحيح. العصبي كما هو الحال في الكوارث والصدمات، لمعرفة أنها تتخطى الإطار السوي للتجربة الإنسانية، وهذا ما يؤدي إلى حدوث التشويه والاضطراب في معالجة وتبقى الملمن هاتفيشكها الخام وهيستمر فيضغظها الملمن علبالشخصالذيحاو لعبنا أن يبعدها عنعتبة غير أن الشخص المصدوم يلجأ عادة إلى استخدام بع الوسائل الدفاعية السلبية مثل النكران والتبيلد والتجنب. المرحلة الأولى: الرف والنقمة والصراخ والذهول. المرحلة الثانية: التجنب والنكران والتبيلد. 1999 ص-71 (72). والذكريات الملمؤمة الملتطفلة وملتكررة وغير الطوعية عن الحدث الصادم، ما بعد الصدمة، وقدتجنب عوامل التذكير والألنشطة والأشياء والمواقف التي تثير الذكريات الملمؤمة () الحمادي، الجسدية مثل زيادة ضرباتالقلب، وعدم القدرة علبالنوم، جسديةكالرتعاشاملستمر) بدر، كما يتضمن اضطراب ضغط ما بعد الصدمة مجموعة من الأعراض البيولوجية والنفسية يلخصها الباحثون في: الرتعاش، التعرق، سرعة خفقان القلب، وأما الأعراض النفسية فيمكن تلخيصها في: اللحظة: تطبيق Disorder stress Posttraumatic: الخوف والتوجس وتوقع الشر، 2-4 نشخيص اضطراب ما بعد الصدمة التعرض للموتالفعلياً والتهديد-A: المعايير التالية للبالغين والمراهقين والأطفال الأكبر من سن 6 سنوات كالتالي باملوتأ والإصابة الخطيرة، 2- ملشاهدة الشخصية، باملوتأ لحد أفراد الأسرة وأحد الأصدقاء الملقربين فالحدثيجب أن يكون عنيفاً أو إذا كان التعرض من خالل وسائل الإعلام A عرضيا. الفصل الثاني: اضطراب ما بعد الصدمة اللحظة: ال يت م تطبيق المعيار 4 وجود واحد) أو أكثر) من الأعراض الملقتمدة التالية المرتبطة بالحدث الصادم، 1-B-1 للكترونية والتلفزيون، والأفالم أو الصورال الذكريات الملمؤمة الملتطفلة ملتكررة، وغير الطوعية عن الحدث الصادم. قد يتم التعبير عن طريق اللعب الملتكرر حول مواضيع C- أو جوانب الحدث-5 ردودالفعل الفيزيولوجية عند التعرضلمن هاتداخلية أو خارجية والتيرمز أو تشبه جانباً من الحدثالصادم تجنب ثابت للمحفزات المرتبطة بالحدث الصادم، أو ملشاعر أو ما يرتبط بشكل وثيق مع الحدث الصادم. 2- تجنباً وجهودلتجنبوعاما التذكيرالخارجية) الناس، الأماكن، والمواقف(والتي وأفكار أو ملشاعر المرتبطة بشكل وثيق مع الحدث الصادم. والتي بدأت أو تفاقم بعد وقوع الحدث الصادم، 2- الملتقدمات سلبية ثابتة ومبالغ بها أو توقعات سلبية ثابتة والمبالغ بها حول الذاتوالآخر أوالعالم. 3- الملدركات الثابتة واملشوهة عن سبب أو عواقب الحدث الصادم والذي يؤدي بالفرد إلى إلقاء اللوم على نفسه/نفسها أو غيرها. أو مشاعر اشحبة (1- سلوكمتوتر ونوباتالغضب) دون ما يستفز أو يستفز بشكل خفيف) والتي ال يعزى ال اضطراب إلى H- الهامة الأخرى، C, D. عادة ما يعرب عنها بالعتداء اللفظي-4 استجابة عند الطفل المبالغ بها 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 لديها اضطراب ما بعد الصدمة هو مستوى حصول هذا الفرد وآخرون 1987 منخالل دراستهم علبالجنوداملقاتلينفيا لفيتنام Helger علمساندة اجتماعية) خلفي، 2013 ص66. وقد وجد هيلجر أن الشكل الملمزم ن ال اضطراب ما بعد الصدمة يظهر Davidson 1990 وعلبالشخصالذين الممرض الملمن. وقد وجد دافيدسون عند ضحايا الحروب ويسجل لديهم التجنب والشعور بالذنب يستمران ملدة طويلة وإذا كان بع الحالت من اضطراب ما بعد الصدمة تستمر طويال، بعوارض إضافية ملزمة تمثل، الاضطرابات السيكوسوماتية والوسواس القهري وتعاطي الكحول واشخذرات) ماكور، إنه فيبع ألوقات يتطور اضطراب ما بعد الصدمة بعد الحدث الصادم مباشرة، ومن الملمكن أن يتأخر أسبوعاً ملصاب مع الملقوف الصادم، تتغير الأعراض/10 ال يقون دون تحسن أو يصبحون أسوأ) منص ور، 2021 ص235-234 (1-6-2 العالجاتالدوائية: العالج الدوائي الفرماكولوجي: ال اضطراب، هذا يعني أن الجرعات الملعطة متفاوتة من الأخيرة لعالج الحصر النفس ي، Valium, Librium من نوع Diazepam شخص أخر في الحالت البسيطة، القلق من مشتقاتها فيلزم علينا أن نستعملها بشكل حذر كثرة النشاط الحركي، ال اضطرابات ما بعد الصدمة النفسية. 2012 ص44. حيث يتم اللجوء إليه حينما ال تمكن الملقابالت الملكزة على وهنا يتعين عليها أن يعيد زيارة تاريخوعاملها الهوامي وأن يعبربالكلماتعما بالنسبة للنماذج ص178. والغامضة، وهذا صحيح بالنسبة لكل ضحايا مهما كان نوع ال عتداء، حادث عمل، الجسدي أو ال غتصاب. وأن هذا الصدماملرتبط بتاريخ الشخص، يتضمن هذا العالج مختلف البرامج العالجية بما في ذلك سيرورات إعادة البناء الملعرفي، وكذلك التركيبين مختلفه الطرق. تهدف هذ التقنية إلى تحديد الأفكار الخاصة، التعرف علالتغير اتا لمعرفة خالل التعرض لذكربصدمية وأخذ المالحظاتحول إدالءاتاملري المرتبطة 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 العلاجية تعين الفرد على التركيز على اشحيط الحالي التعرض التخيلي: حيث يجب على الممارس أن يعيد استحضار الذكريات الصدمية خلال الجلسة العلاجية، المعالج أن يذهب بذهنه إلى وقت حدوث الصدمة وأن يعيد معاشتها في مخيلته، التعرض الواقعي: وهو يتطلب أن يواجه الفرد بطريقة متدرجة ومراقبة الوضعيات المثلثة للقلق، فهذه التقنية تسمح من خلال سيرورة الإطفاء (التعود بخف درجة القلق التي أثارها وضعيات كانت مخيفة، ونتيجة ذلك ينخفض سلوك التجنب). (عتيق، 2013، ص49) ركز على ضحايا العنف والتعذيب والاعتداء وضحايا الحوادث، 1- حماية الفرد وإبعاد عن التعرض للحدث وإنهاء الحدث الخارجي ويلاحظ أنه في معظم الحالات ينتهي الحدث من خلال مساعدة الفرد على تجزئة الخبرة بشكل مناسب إلى وحدات صغيرة من المعلومات وتكاملها مع بعضها يتعامل معالجون باشختلفة للحدث الصادم مثل صور، ذكريات، ومواجهة الأفكار والنفعالات من أهم العلاجات الحديثة حيث على فرضية وجود EMDR يركز على استرجاع التفكير في الأحداث الصادمة ليتم علاجها وفق ثمان مراحل ويعتمد العلاج بتقنية ذكريات وعواطف وأحاسيس عاطلة يعانيها مرض اضطراب ما العاطلة (الكبيس يو التيميس ي، ص150). كما تسمح بتحريك 2019 ص69). ومنه نستخلص بأن هذا النوع من العلاج تم استخدامه حديثا في معالجة اضطراب ما بعد الصدمة