

وَمَا أوتيتم من العلم إلا قليلاً

العدد الخامس

نحو ولباقمة نفسية القصور الحسية طرية



عدد 05 - 2013



إصدارات مؤسسة العلوم النفسية العربية

سلسلة «وفي أنفسكم»: العدد 5

الدعم النفسي ضرورة مجتمعية

د. مرسيлина حسن تنعبان

الفهرس

7	الفصل الأول مفاهيم الدراسة واجراءات الدعم النفسي
12	1- انواع الخبرات الصادمة
12	2- المراحل التي يمر فيها المصاب باضطراب ما بعد الصدمة
13	3- مفاهيم الدراسة
22	4- أهمية الجماعة في الدعم النفسي
22	5- أبرز أهداف برنامج الدعم النفسي
23	6- أساليب التعاون الذاتي في الدعم النفسي
24	7- الدعم النفسي الاجتماعي للأطفال والمراهقين
30	8- تصنيف الأذيات النفسية المتحصلة اجتماعياً
32	9- اعتبارات اساسية قبل بدء برامج الاسعافات النفسية
33	10- الاجراءات النفسية الاسعافية
33	11- طرق التنفيس الانفعالي
34	12- التدابير الأساسية في مواجهة أعراض الصدمة
35	13- الاجراءات الوقائية للخفيف من الضغوط وتجنب وقوع الصدمات النفسية
37	14- عوامل الوقاية من الصدمات
38	الفصل الثاني: الاعراض ومعايير شخيص الصدمة ومراحلها
38	أبرز عوارض الشدة العامة المرافقة للحروب
40	السمات الرئيسية لاضطراب ما بعد الصدمة
40	التبلد الانفعالي (NUMBING) كأحد السمات الرئيسية لاضطراب ما بعد الحادث الصادم
41	الكوابيس
41	الاهتياج والغضب والعدوانية والعنف كصفات مشتركة لضحايا التعذيب والحروب
42	الشعور بالانفصال والنفور
42	مسألة التجنب (AVOIDANCE)
43	اضطراب الذاكرة والتركيز
43	الوقوع النفسي من جراء الموقف الصادم

44	1- الوقع النفسي الفوري
44	2- الوقع النفسي العاجل
45	3- رد الفعل المدمر
48	الأعراض الأساسية لما بعد الضمة /ptsd/
51	الظواهر الكيمائية للضمة
51	الآثار التي تنتج عن زيادة الادرينالين
51	اضطراب التعلّق الارتكاسي من الاضطرابات التي قد تنشأ نتيجة الضمة النفسية
52	السمات العامة لفريق الدعم النفسي من المتطوعين
53	المهارات الهامة للمتطوعين في نجاح برامج الدعم النفسي
54	بعض الأفكار العملية للمتطوعين في برامج الدعم النفسي
54	تعرض العاملين الميدانيين في المجال الانساني للضدمات
56	ردات الفعل الحادة للناشطين الانسانيين تجاه الحدث الصادم
56	المؤشرات التي تدل على تعرض المسعفين للضغط النفسي
57	الطرق الابرز لدعم العاملين في المجال الإنساني
60	الفصل الثالث: الآليات المتخصصة و العامة
60	للبرامج الدعم النفسي
60	الآليات المنهجية العامة والمتخصصة للدعم النفسي
60	أفكار حول كيفية اعداد البرامج
61	الآليات النفسية المتبعة ، من المختصين النفسانيين في ادارة الضغوط
63	التقنيات المنهجية في التعامل مع الضمة النفسية
63	أ- علاج بالعقاقير الطبية النفسية
63	ب- علاج نفسي سلوكي / معرفي
64	ت - علاج نفسي تحليلي
64	ج- تقنية تقوية حركية العين على تجاوز المشاهد المؤثرة (EMDR) .
65	التقنيات العامة المستخدمة في برامج الدعم النفسي ويمكن تطبيقها من غير المتخصصين
65	العلاجات النفسية البديلة
68	التفريغ النفسي واللعب العلاجي
76	تقنية عكس المشاعر كأسلوب للعب العلاجي
83	تقنية الأشغال اليدوية والرسم والتلوين والمعجون وتدوير خلفات البيئة
85	الرسم كتقنية علاجية في الدعم النفسي لضحايا العنف
88	تقنية الخط والتعبير النفسي الحركي في العمل على مشاكل الأطفال النفسية
91	السيكودراما
94	دراما التنشيط

96	تقنية الدمى المتحركة كبديل عن الدراما العلاجية عند الاطفال
96	تقنية سرد القصص
97	كيف تكون الموسيqa "نشاط وعلاج نفسي اجتماعي داعم فعل الموسيقى
100	دلائل تاريخية على أثر الموسيقى في النفس
101	تعليمات عامة لزيادة فاعلية الموسيقى
102	متى ينصح بالاستماع إلى الموسيقى
103	تقنية التجنب و الهروب تقنية يلجأ لها الجميع في لحظات معينة
104	تقنية بث طاقة العدوان على المواقف المرفوضة بغية كفها :
104	تقنية المناقشة الجماعية (The discussion group)
106	تقنية التأمل
108	الفصل الرابع الموت كأهم الخبرات المؤثرة والصّادمة تبعاً للمراحل العمرية
108	مقدمة وتمهيد
110	قبول الموت عند الطفل في المرحلة الذي يواجه بها عقدة أوديب
113	أهمية الحداد في العمل على قبول صدمة الفقد
114	مفهوم الموت في الطفولة
116	استراتيجيات التعامل مع مراحل الصدمة المرتبطة بوفاة أحد الأبوين
125	دور المدرسة في مساعدة الطفل على تحطّي مراحل الأسى والحداد النفسي؟
127	كيف يفهم الأطفال الموت؟
128	المراحل التي يمر بها معظم الأطفال للتعامل مع الفقدان
129	ردود الفعل الأكثر ظهوراً عند الأطفال الذين تعرضوا لفقد عزيز عليهم
130	الفصل الخامس : الدعم النفسي للأسر المنكوبة
130	مقدمة وتمهيد
130	الدعم النفسي للأسرة
134	اقتراحات عملية تساعد الأسرة واطفالها في مواجهة الصدمات
139	آليات الدعم النفسي الاجتماعي للأطفال وللمراهقين
140	اضطراب الصدمات النفسية قد لا تختلف عن الصدّامات النفسية عند الكبار
144	عوامل الخطورة والحماية
145	كيفية علاج الطفل الذي يُعاني من صدمات نفسية؟
147	ردات الفعل تختلف حسب عمر الطفل

149	خطوات برنامج الدعم النفسي للأطفال
160	رسم المتوق ودلالته
161	بعض طرق الدعم النفسي للراشدين
168	الفصل السادس الدعم النفسي في حال التعرض للاغتصاب
168	تمهيد ومقدمة
169	التعريف بمفهوم الاغتصاب كحدث صادم
169	تعريف الاعتداء الجنسي
170	السمات الشخصية للمُغتصب
171	كيف يبدو الشخص المُغتصب؟
171	بعض الحقائق الهامة حول الاغتصاب
173	لماذا يتكتم الأطفال لحادث الاعتداء عن أسرهم ؟
174	كيفية تدبير الوالدين للاعتداء الجنسي لأحد أطفالهم
176	علامات تعرض الأطفال للاعتداء الجنسي
177	خصوصية الاعتداء الجنسي على الأطفال
178	أسباب الاعتداءات الجنسية
178	الواقع النفسي للمعتدين على الأطفال وأساليبهم
179	الآثار النفسية على الطفل
180	علامات العنف الجسدي
180	علامات الاعتداء الجنسي على للأطفال
181	سمات الأيوين المهملين
182	سمات الشخص المعتدي المسيء جنسياً
182	كيفية التصرف في حال الشك بوجود اعتداء جنسي ؟
182	كيفية الدعم النفسي والعلاج
183	المخاطر الأولية والمؤجلة للاعتداء على الأطفال
184	- كيفية الوقاية من التحرش الجنسي
184	- تأثير الاعتداء الجنسي على الأطفال
186	- معلومات أساسية عن تشكل الهوية الجنسية
186	- مواد محرّضة على الدعارة عند الأطفال؟
187	- سن دعارة الأطفال؟
188	- كيف تؤثر الدعارة الجنسية على حياة الأطفال
188	الاعتداء الجنسي على النساء والفتيات
189	التدبير النفسي المباشر للاعتداء على الفتيات
190	الرعاية النفسية اللاحقة
192	مسار تطور الحالة ومآلها
192	الاغتصاب كسلاح مدمر للمرأة
192	محاذير يجنب تجنبها في التعامل مع اللواتي تعرضن للاغتصاب
194	في حال الصدمة النفسية الناجمة عن الاعتداء الجنسي

195	فعل الاغتصاب كأداة حرب
196	الحرب والاعتصاب والجنس
197	عوارض الاعتصاب على الضحية
198	الفصل السابع الدعم النفسي للأسرى والمعتقلين
198	مقدمة وتمهيد
198	ظروف المعتقلين سياسياً وفقاً لمنظمة العفو الدولية
199	أنواع التعذيب للأسرى والمعتقلين
200	الآثار النفسية من جراء تجربة الاعتقال
202	دور اسرة المعتقل في اعادة التكيف له
203	النساء وتجربة الاعتقال السياسي
204	الآثار النفسية على الحياة الاسرية للمعتقل
205	استراتيجيات الدعم النفسي للمعتقلين
207	خطة العمل الدولية في العمل مع المعتقلين
209	الفصل الثامن ظاهرة الحمل عند اللاجئات عرض على عقابيل الصدمة النفسية؟؟
209	القابلية للإصابة باضطرابات ما بعد الصدمة
209	موقع الانوثة في الفعل الجنسي
211	موقع الحمل عند المرأة
211	الازدوجية الجنسية /bisexualite/ عند المرأة
215	الفصل الختامي
226	"كيفية تحويل الصدمات لنمو للذات"
232	عيش الصدمات واضطراب جهاز المناعة
234	المراجع

إهداء

إهداء

لروح الشهيد "صلاح صادق" شهيد الفرح الذي أراد
نشره بين أطفال حلب وفق أفكار الدعم النفسي ، قبيل
أعياد الميلاد ورأس السنة لعام 2012م ...

المراجع

- 1- موسوعة علم النفس والتحليل النفسي ، اشراف : د. فرج عبد القادر طه ، تأليف : د. فرج عبد القادر طه ، د. شاکر قنديل ، د. حسين عبد القادر محمد ، العميد مصطفى كامل عبد الفتاح ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ط1 ، 2009م
- 2- معجم مصطلحات التحليل النفسي ، تأليف جان لابانش ، وبونتاليس (Laplanche et Pontalis) ترجمة : د. مصطفى حجازي ، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع . 1985م .
- 3- غسان يعقوب ، سيكولوجيا الحروب والكوارث ودور العلاج النفسي / اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة ، دار الفارابي ط1 ، 1999م
- 4- د. فيصل عباس : الموسوعة الكبرى لعلم النفس والتربية ، الجزء الرابع عشر ، سيكولوجية العنف (القوة والعنف المعاصر) الجزء الرابع عشر ، مركز الشرق الأوسط الثقافي ، ط1 ، عام 2009م .
- 5- علاج الاطفال باللعب ، تأليف كلارك .موستاكس ، استاذ علم النفس ، معهد ميريل ، بالمو ، ولاية ميتشيغان ، ترجمة الدكتور عبد الرحمن سيد سليمان ، مدرس الصحة النفسية ، كلية التربية ، جامعة عين شمس القاهرة 1990 ، دار النهضة العربية .
- 6- راضي الجراعي : الاستاذ في جامعة القدس ، وكيل وزارة الاسرة ، مؤسس برنامج تأهيل الأسرى ، ورقة عمل في 7 يناير 2013م .
- 7- سهير كامل ، 2005م ، الخرمان من الوالدين في الطفولة ، وعلاقته بالنمو الجسمي والعقلي والانفعالي والاجتماعي ، مجلة علم النفس القاهرة ، الهيئة العامة للكتاب .

- 8- أحمد ابو طواحنة ، 1999، آثار النفسية للتعذيب
- 9- أبو هين ، فضل ، 1991، الصحة النفسية للمعتقلين السياسيين في قطاع غزة برنامج غزة للصحة النفسية ، غزة .
- 10- أبو هين ، فضل (2005) الآثار النفسية الناجمة عن التعذيب وعلاقتها باستراتيجيات التوافق لدى أسرى قطاع غزة والمحررين من السجون الإسرائيلية ، غزة ، فلسطين .
- 11- دراسة : الآثار النفسية والجسمية بعيدة المدى للتعذيب لدى الأسيرات الفلسطينيات المحررات بقطاع غزة ، إعداد: د. سمير محمد زقوت ، دكتوراه علم النفس - برنامج غزة للصحة النفسية
- 12- برنامج غزة للصحة النفسية ، د. مريم أبو دقة : دكتوراه علم اجتماع- مركز الدراسات النسوية التنموية ، د. إياد رجب السراج ، دكتوراه طب النفسي - برنامج غزة للصحة النفسية ، عام 2009 - 2010م .
- 13- سيكودراما ، د. دينا مصطفى ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ط1، عام 2010م .
- 14- عثمان ، فاروق ، 2001م ، القلق وادارة الضغوط ، القاهرة ، دار الفكر العربي .
- 15- سيكولوجيا 12- موسوعة الأسرة الحديثة ، الجزء (17) بعنوان : الطفل والحرب ، تأليف : بولا حريقة دار نوبليس ، ط1، عام 2001م .
- 16- هنادي الشوا ، الرسم من التشخيص إلى العلاج ، مقال منشور على شبكة العلوم النفسية العربية بتاريخ 6يونيو 2012م .
- 17- الصدمة النفسية وتداعياتها العيادية ، البروفسور عدنان حب الله ، دار الفارابي ، ط1 ، بيروت ، 2004م .
- 18- الصحة النفسية في مواجهة الكوارث ، د. داليا مؤمن ، صفحة فلسطين يد بيد ، تاريخ النشر 2005-1-12م .
- 19- ماذا بعد التكفل النفسي ؟ الدكتوراة سعدوني غديرة مسعودة ، منشورات الشبكة العربية للعلوم النفسية ، شهر تموز 2012م .

- 20- الصحة النفسية والدعم النفسي الاجتماعي في حالات الطوارئ ، منشورات اليونسيف ، جنيف ، 2010م ، الاصدار العربي 2011م ..
- 21- الصدمة النفسية "علم نفس الحروب والكوارث" تأليف مجموعة من الباحثين بإشراف د. محمد النابلسي ، دار النهضة العربية ، 1991.
- 22- كيف نساعد الأطفال في ظروف الضيق والنزاعات؟ التواصل مع الأطفال ، تأليف : نعوم ريتشمان ، ترجمة : عفيف الرزاز ، مراجعة وتحرير غانم بيبي ويوسف نجار ، ورشة الموارد العربية للرعاية الصحية وتنمية المجتمع ، غوث الأطفال البريطاني (SCF(UK) ، بالاشتراك مع بيسان للنشر .
- 23- <http://psychologica.webnode.com>
- 24- موقع الاستاذ الدكتور سامر رضوان .
- 25- استعباد النساء : subjugating woman
- 26- www.arabpsynet.com د. سداد جواد التميمي : استشاري الأمراض النفسية في كاردف - المملكة المتحدة ، والصحفية المصرية : منال علي .
- 27- عين العقل ؟ دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الايجابي ، د. عبد الستار ابراهيم ، دار الكاتب للطباعة والنشر والتوزيع ، 2007م .
- 28- متهات النفس وضوابط علاجها ، أ. د عباس مكي ، مجد المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع ، ط1 ، 2003م
- 29- منبر القضية الفلسطينية " الخربة لأسرى الوطن " د. لطفى زغلول ، 17 نيسان 2011 .
- 30- الرعاية النفسية لسجين الرأي والأسير (التأهيل الجسدي والنفسي والاجتماعي) ، د. مأمون مبيض : استشاري في الطب النفسي ، مدير ادارة البرامج الوقائية ، مركز التأهيل المجتمعي ، الدوحة ، قطر ، الناشر المكتب الاسلامي ، منشورا شبكة العلوم النفسية بتاريخ 13 حزيران 20013م ...
- 31- موقع المركز الإسرائيلي لعلاج الصدمة النفسية

http://www.traumaweb.org/ -32
DSMinternational Society For Traumatic Stress
Studies /www.istss.org

33- الهيئة الدولية لدراسات الضغط الناجم عن
الصدمة

Psychosocial.org/.www.Psycho.Social.org

34- HOROWITZ M 1986, Stress respons
syndrones, N.Y Aronson .

35- Diagnostic and statistical manual of
mental disorders), fourth edition. 2002.
American Psychiatric Association.

36- Postdisaster PTSD over four waves of a
Panel Study of Mexico`s 1999 Flood. Journal of
Traumatic stress, Vol.17.No.4. August 2004.

37- Marafiote.R.1980 Behavioral group -
treatment of Vietnam Veterans,
Cincinnati,OH.Disabled Am Veterans

38- Solomon,Z,Mario,M.&(109,Tzure,E.
ng,Locus ,of control,social Support.and combut
Related Post- traumatic stress
Disorder:Aprospective Study.tournal of
personand Social psychology255,279,279,285

HTLP:// www.mokarabat.com/s758htm: موقع -39

40- الدعم النفسي للأسرى والمعتقلين .

41- العناية بالعاملين في المجال الإنساني بعد
الصدمة والحوادث الخطرة
Headington
Institute 2007

سلسلة «وفي أنفسكم»: العدد 5



إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2013

أ.د. مرسيينا شعبان حسن



- الاختصاص: علم النفس
- الشهادة: إجازة في علم النفس

المؤلفات

- 1- برنامج تدريب أولياء الاطفال التوحيدين والعاملين معهم صدر في كتاب خاص عن جمعية ابو ظبي للتوحد بإشراف الهلال الاحمر الاماراتي عام 2001
- 2- كتابين تحت النشر : الاول بعنوان : العوائق النفسية للديمقراطية من منظور نفسي تحليلي والثاني بعنوان : مقارنة نفسية تحليلية خراك الشارع العربي

الأبحاث

- كان لدي اجات عديدة قدمت في مؤتمرات ولقاءات علمية على مدى الخمسة عشرة الماضية سوف اذكر منها :
- 1- بحث حول المعوقين سمعيا بعنوان مشاكل القراءة المتكررة عند المعوقين سمعيا من ذوي نقص السمع البسيط والمتوسط ، بحث مقارنة مع مجموعة من الاطفال العاديين في الصف الثالث الابتدائي ، قدم في مؤتمر الاتحاد العربي للصح في الاسكندرية عام 1998 ...
 - 2- بحث حول مشاكل الكلام وتأثيرها على الكتابة والقراءة في بحث مقدم لمؤتمر الجمعية العربية لصعوبات التعلم عام 2003
 - 3- بحث مقدم في احدى دورات التدريبية حول دمج المعوقين في التعليم النظامي بعنوان : الاسس وكيفية اعداد البرامج / الدورة كانت مقدمة للمعلمين والموجهين في الرحلة الابتدائية في العام 2005م .
 - 4- بحث حول مشاكل اللغة التعبيرية عند طفل التوحد دراسة ميدانية لعدة حالات في مركز الاوائل للتأهيل النفسي التربوي في دمشق / قدم في مؤتمر الجامعة الاردنية قسم التربية الخاصة عام 2007 بإشراف الدكتور موسى العمايزي .
 - 5- بحث حول مقاومة طفل التوحد للكلام من منظور نفسي تحليلي قدم لمؤتمر المركز العربي للأبحاث النفسية والتحليلية الاخير عام 2009 والذي انعقد في الجامعة اليسوعية / قسم علم النفس في بيروت .
- بحث مقدم في مؤتمر حول التحرش الجنسي عام 2010م في مدينة وهران بإشراف الدكتور حشلافي حميد .

الجوائز

- وسام من الكريستال مقدم من القنصلية البولندية في اللاذقية عام 2007 بعد دورة تدريبية قدمتها للجمعية الاهلية لأطفال التوحد والداون سيندروم في حي الطبايات باللاذقية ، النشاط كان بإشراف القنصلية البولندية .
- شهادة تقدير من جمعية ابو ظبي للتوحد عام 2001 ، بعد اهاء الدورة التدريبية للعاملين واولياء الامور في جمعية ابو ظبي للتوحد في نشاط للجمعية على هامش مهرجان رمضان والعيد .

إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2013

