

الأثار النفسية للخبرات الصادمة

الإرهاقات المتطرفة و الذبح النفسي

أ.د. سامر جمبل رضوان - علم النفس - سلطنة عمان / سوريا

srudwan@hotmail.com

ملخص الدراسة: تعد اضطرابات الإرهاق التالية للصدمة Post traumatically Stress reaction من أهم مواضيع البحث في وقتنا الراهن في علم النفس، نظراً للانتشار الواسع لهذه الاضطرابات وتزايد الاهتمام العلمي بها. فهل هي ذات أهمية أيضاً بالنسبة لحياتنا اليومية؟

لعل الشعب العربي -عبر تاريخه - من أكثر الشعوب تعرضاً للأزمات والصدمات النفسية الناجمة عن الحروب والكوارث التي صنعتها يد الإنسان. ففي كل بلد عربي نجد التاريخ يتحدث عن المصائب والصدمات التي سببت من الخارج أو من الداخل، صدمات اخترقت وتخرق بنية الإنسان المادية والنفسية، لتمزقها وتركها مشوهة تمتد آثارها لسنوات عديدة وربما طوال العمر ومخلفة ورائها الحزن واليأس والاستسلام والخوف من المجهول والإحساس بعقدة الضحية الفاقدة للثقة بكل ما حولها تتوقع الخطر في كل لحظة وتشكك بنفسها وبالآخرين، ولتنفوق حول نفسها، ولتجعل من أفعالها مجرد ردود أفعال طائشة تعيد من خلالها تجسيد أزماتها وصدماتها ومخاوفها بل وكوابيسها، ومع ذلك فما نزال من أقل الشعوب التي اهتمت بدراسة الآثار النفسية الناجمة الكوارث والأزمات قياساً على الكم الهائل من أزماتنا النفسية. وربما يرجع جزء من أسباب تخبط الأداء السياسي على مستوى "النخبة السياسية" إلى تشوه الوعي الناجم عن تأثيرات مباشرة أو غير مباشرة للخبرات الصادمة. أما على المستوى الجمعي فيمكن اعتبار أننا جميعاً نعاني من تأثيرات متنوعة من الصدمة، شوهدت وتشوه خريطتنا النفسية إلى درجة أن ملاحظها لم تعد قابلة للقراءة، رموزها أكثر تشفيراً وغموضاً تضاريسها متصحرة تكاد تكون مقفرة.

المعاناة المهملة

2006

() : ()

()

- التعرض الفردي لتأثيرات العنف:
()

- مشاهدة تأثيرات العنف:
()

■ أعراض اضطرابات الإرهاق التالية للصدمة

- العنف الجمعي:
()

- الكوارث الطبيعية:
()

()

()

- كوارث تكنولوجية:
()

- الإرهاقات الجسمية والنفسية الشديدة:
()

.1

.2

Intrusion

()

■ أعراض الذكريات

()

■ أعراض التجنب

)

).

() .

)

).

▪ أعراض فرط الإثارة

▪ هل تزداد اضطرابات الإرهاق ما بعد الصدمة؟

▪ المشكلات الناجمة عن معاناة حدث صادم

▪ ردود أفعال طبيعية على أحداث شاذة

▪ ما الذي يمكن فعله؟

()

المعالجة النفسية لاضطرابات الإرهاق التالية للصدمة

()

مجلة الطفولة العربية



www.arabpsynet.com/Journals/JAC/index.jac.htm

اقرأ في العدد القادم:

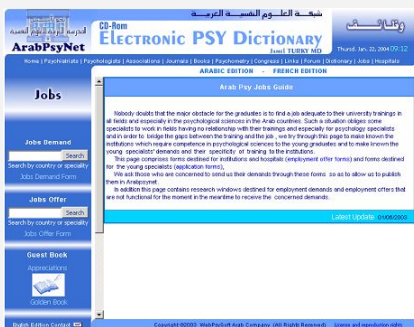
ملخصات... العلاج النفسي اليوم



إصدارات

جمعية ممارسي النفسية والعلاج والإستشارات النفسية

Arabpsynet Jobs Guide - English Edition



www.arabpsynet.com/HomePage/Psy-jobs.htm

دليل الوظائف النفسية العربية - الإصدار العربي



www.arabpsynet.com/HomePage/Psy-jobs.Ar.htm