

## المحاضرة الأولى

### ماهية الصدمة النفسية وتطور مفهومها

تمهيد :

إن حياة الإنسان معرضة لأحداث حياتية مختلفة، منها السار ومنها المؤلم ومنها ما يساعد على المضي قدماً للتميز والاستمرارية، ومنها ما يعرقل مسار حياة الفرد، وقد تختلف الأحداث الحياتية باختلاف حدثها والأثر الناجم عنها والذي تتركه في شخصية ونفسية الفرد، كما أنها تختلف باختلاف قدرة الفرد على الاستيعاب ولعل أكثرها تأثيراً هي التي تكون من دون سابق إنذار أي فجائية وتفوق قدرة الفرد على التحمل فتخلق لديه ما يسمى بالصددمات.

تعتبر الأحداث الصادمة بمثابة قوة تخترق نظام الإنسانية، مخلقة أثراً على الصحة العقلية والجسدية للفرد، حيث يصبح سجين تلك الأحاسيس والخبرات المؤلمة والتي بدورها تغير من حالته البيولوجية والنفسية والاجتماعية مما يستدعي التكفل مع الدعم النفسي والاجتماعي، ولفهم الصدمة النفسية لابد من إعطاء بعض التعاريف المختلفة لها، أنواعها، أعراضها.

#### 1. تعريف الصدمة النفسية :

إن مصطلح الصدمة النفسية (Traumatisme)، والمشتق من الكلمة اليونانية (Traumatosis)، والذي كان يستعمل في الجراحة ويدل على وجود إصابة على الجسم بسبب حدث خارجي، ضربة، جرح، بتر، إلخ، كما يدل على آثار هذا الحدث على الجسم وعلى وظيفته (سعدوني غديرة، 2012، ص 45).

كما أنّ الصدمة النفسية هي عبارة عن ظاهرة تحدث في الحياة النفسية، تحت وطأة حادث يمكن أن يكون صدمي، يعيشه الشخص بذعر ورعب مع إحساس عدم القدرة في حالة عدم وجود الإسعاف، يقحم كذلك تجربة مواجهة حقيقية للموت (موتناً أو موت الآخرين) دون استعداد (Clerq. de. 1997).

حيث نجد أن حدث الصدمة سوف يخضع الجهاز النفسي لعرقلة يمكن أولاً أن ترسن عند فرد ما، وفي وقت ما، أما إذا كان ذلك مستحيلاً فينجر عنه هلع في الجهاز النفسي مسبباً الصدمة. وهي بذلك ليست إجابة الجهاز النفسي لوضعية خاصة وإنما عدم الإجابة عطيها، فما هو صدمي هو عدم التحضير النفسي، يترجم عدم وجود إجابة رغم الجهد فيكون استحالة استجابة عملية (Dayan. 1995. P24).

عرّف معجم مصطلحات التحليل النفسي للمؤلفين "لابلاش وبونتاليس" الصدمة النفسية على أنها: حدث في حياة الشخص يتحدد بشدته وبالعجز الذي يحد الشخص فيه نفسه عن الاستجابة الملائمة حياله، وبما يثيره في التنظيم النفسي من اضطراب وأثار دائمة مولدة للمرض، حيث تتصف الصدمة من الناحية الاقتصادية بفيض من الإثارات تكون مفرطة بالنسبة لطاقة الشخص على الاحتمال وبالنسبة لكفاءته في السيطرة على هذه الإثارات وإرسائها نفسياً (ويس، 2006، ص 97).

ويرى دياتكين: "أن الصدمة النفسية هي الأثر الناتج عن إثارة عنيفة، تظهر في ظرف لا تكون فيه نفس الشخص في مستوى القدرة على خفض التوتر الناتج، وذلك إما لرد فعل انفعالي مفاجئ، أو لعدم قدرة النفسية على القيام بإرصان عقلي كاف، فالخبرة الشاقة تلاقي رغبة لاشعورية مما يؤدي إلى الاختلال بتوازن القوى النزوية وتوازن الأنا فينجر عنه قطع لنظام صاد الإثارات وكبت مكثف يتولد عنه ظهور الأعراض والكف (مرادسي، 2006، ص 49).

فحسب اعتقاد فرويد في فترة (1895 - 1900) لشرح نظريته حول أسباب العصابات والهستيريا: "أن كل عصاب هو نتيجة تأثير حادث صادم غير متوقع وان هناك عجز في قدرات الطفل لرد الفعل الملائم (سعدوني غديرة، 2012، ص 46).

أما من وجهة نظر "ميلاني كلاين" حول الصدمة النفسية عند الطفل فهي ترى بأن كل صدمة نفسية مهما كانت تعتبر كسرا وتخرّب كل ما بناه الطفل، كما أنها توقظ وتنشط هواماته البدائية، وكل جسم ينفجر تحت تأثير أي صدمة يستطيع تفجير الضحية إلى عدة عناصر (كروغلي، 2010، ص 42).

## 2. أعراض الصدمة النفسية :

بعد تعرض الفرد لصدمة تظهر عليه عدة أعراض متباينة تختلف شدتها ودرجتها على حسب نوعية الصدمة، والتي تنعكس على عدة جوانب تمس حياة الفرد وكيانه والتي تتمثل في الجانب النفسي، الجسدي، العقلي، وغيرها التي من شأنها أن تؤثر في سير حياة الفرد.

**1.2 الاضطرابات الحسية :** هي فائض من الاستجابات الانفعالية والعاطفية تعود إلى منبهات داخلية وخارجية شبيهة بشكل من أشكال الصدمة ونجد فيها الحدث الصدمي ونذكر منها :

- **الاكتئاب :** الذي يظهر بطريقة سريعة وهو عبارة عن حزن شديد ينتاب الشخص مع الإحساس بالشعور بالذنب، حيث يؤدي هذا إلى الانطواء نتيجة الانقباضات الحادة والسريعة المسببة لفقدان الأمل بالإضافة إلى الأسى الموجود في نشاطات الفرد الحادة.
- **الحصر :** حيث يشعر الفرد المصدوم بقلق شديد وخوف من أن يجن أو يموت ويعتبر هذا القلق نوع من أنواع المخاوف فيبتعد المصدوم عن كل المنبهات التي تذكره بالحدث الصادم.
- **الفراغ :** يسبب إيقاف نشاط الأنا فيصبح المصدوم غير مبالي لا تهمة لا حياته ولا مستقبله ولا حتى علاقاته السابقة.
- **الوحدة :** بالرغم ممن يحيطون بالمصدوم من أصدقاء وعائلة وأقارب، إلا أنه يشعر دائما أنه وحيدا وذلك الشعور بالوحدة الذي يبقى يلزمه في جميع المواقف.
- **سرعة الانفعال :** إن الهياج الزائد للمصدوم الذي يميز ردة فعله اتجاه المحيطين به وكذلك اتجاه مصيره، قد يترافق بسلوك عنيف غير متوقع.

**2.2 الاضطرابات الجسمية :** ومن أهم هذه الاضطرابات نجد ما يلي :

- **فقدان الطاقة :** ونلمس ذلك في قيام المصدوم بمختلف الأعمال والأنشطة حتى وإن كانت بسيطة جدا، فالمصدوم في هذه الحالة يشعر بالإعياء والتعب الدائمين والشديدين.

▪ فقدان الشهية : في هذه الحالة نلمس لدى المصدوم تغير في الناحية الجسمية من زيادة في الوزن أو نقصانه كما يظهر سلوك عدم اللامبالاة بالأكل (شراهة أو نقصان).

3.2 الاضطرابات السلوكية : ومن أهم الاضطرابات السلوكية نذكر ما يلي :

- الأرق وصعوبة النوم : فالمصدوم يعاني من الأرق مع تذبذب فيه في كثير من الأحيان مما يؤدي إلى قلق وتوتر الفرد المصاب.

- الإرهاق والتعب : نجد عند المصدوم عدم القدرة على أداء أي عمل كان أو عدم قدرته على مواصلة العمل الذي يقوم به وهذا ينعكس من خلال انتاجه على جميع الأصعدة.

3.3 الاضطرابات المعرفية : وهي من الاضطرابات الجلية التي تظهر على المصدوم ومنها:

✓ اضطراب الذاكرة : حيث يصبح المصدوم غير قادر على استرجاع خبراته السابقة وذاكرياته خاصة المتعلقة بالحدث الصادم لأنه يريد تناسيها وتجنب كل ما يذكره بها وهذا ما يؤثر على عمل الذاكرة لديه.

✓ اضطراب الانتباه : يتميز انتباه المصدوم بتشتت الأفكار المحملة بالانفعالات الشديدة كالأوهام، التخيلات والوساوس.

3. أنواع الصدمات النفسية :

هناك نوعان أساسيان من الصدمات النفسية وتتمثل فيما يلي :

1.3 الصدمات الأساسية : هذا النوع من الصدمات يتصل بالخبرات المؤلمة التي يعيشها الفرد أو بالخبرات التي تشذ عن المألوف خلال نموه.

(أ) صدمة الميلاد :

لقد اعتبر (Otto Rank) أن صدمة الميلاد تلعب دورا أساسيا في تطور شخصية الانسان، فإن عملية الميلاد تشكل صدمة عميقة في النفس تكون أصل كل قلق يظهر في الحياة، كما تعتبر الولادة أول وضعية خطيرة يعيشها الفرد والتي تصبح قاعدة لكل قلق فيما بعد، حيث

اعتبر أن الميلاد حدث تهتز له نفس الطفل ويصيبه القلق، فقد اعتبر Otto Rank صدمة الميلاد النموذج الأولى أو نواة كل عصاب، وهذا هو السر الذي عارضه فرويد هنا فمع التسليم بصدمة الميلاد (فرج عبد القادر، ص745).

### ب) صدمة الفطام :

الاشباع والاحباط يتعقبان الطفل منذ والدته، فعلاقة الرضيع بالثدي كموضوع طيب (جيد) يعقبها علاقته به كموضوع سيء أثناء الفطام وهكذا تتراوح مواقف الرضيع من المواضيع إذ يرسم صورة هوامية تجعل هذه المواضيع سيئة أو طيبة، وقد لا ترتبط هذه الصورة فعلا بحقيقتها ومن هنا ينبع القلق والعصاب.

كما ترى "ميلاني كلاين" أن الأم هي ميدان زراعة الطفل، فهي تؤمن التغذية والعلاقة مع العالم الخارجي، وهي في نفس الوقت منبع كل أنواع الهجر، فهي تسهم في صدمة الميلاد وصدمة الفطام ومبدأ ميلاني هو الانشطار بين الهوام والواقع وبين الموضوع الجيد والسيئ والقلق والعدوانية (كروغلي، 2010). ص51.

### ج) صدمة البلوغ :

يذهب بعض العلماء إلى القول بأن صدمة البلوغ تضاهي صدمة الميلاد أثرا، فالمعروف أن الطفل في البلوغ يشهد تغيرات في جسمه ويحس بشاعر لم تكن من قبل، ويقوم بتصرفات يحس إيزاءها بأنه مختلف تماما، وربما تكون في هذه المرحلة من نموه استجابات تكون لها تأثيرات مهمة على حياته النفسية وتظل معه بقية عمره.

**2.3 صدمات الحياة :** هي الأحداث التي يتعرض لها الفرد في حياته سواء كانت بسيطة أو عنيفة فهي تسبب لنا صدمة نفسية وهي أنواع :

أ) صدمة ناتجة عن معايشة حدث صدمي كوارث طبيعية أو إنسانية : قد تكون من صنع الطبيعية التي تكون خارجة عن نطاق الفرد كالفيضانات والزلازل، والبراكين، كما قد تكون من فعل الإنسان كالحروب، الانفجارات وحوادث المرور وغيرها.

ب) صدمة ناتجة عن فقدان الأخردون معايشة الحدث : سماع الفرد لخبر فقدان أحد المقربين له هذا يؤثر على نفسيته بالرغم من عدم حضوره أثناء الوفاة، وعموما كل ما يعيشه الشخص من حادث يتخطى الإطار المألوف لتجربة إنسانية وإن يكن هذا الحدث مؤلما لدى أي شخص مثل التهديد على الزوجة والأولاد أو رؤية جريمة قتل أو اعتداء جنسي.

#### 4. تطور مفهوم الصدمة النفسية :

يمكن تلخيص التطورات الحاصلة لمفهوم الصدمة النفسية في الجدول التالي :

السنة	تطور المفهوم
400 سنة ق.م	خصص أبو قراط في كتابه مدخل إلى الأحلام فصلا للكوابيس الصدمية.
1100م	حيث تم اكتشاف الأحلام الصدمية لشارمان (أحد ملوك فرنسا)، كما لا ننكر دور العلماء المسلمين في عهد الفتوحات الإسلامية في فهم الاضطرابات الصدمية. فقد كان لإسهامات ابن سينا وابن رشد وتأصيلات ابن عربي دور الكبير في السياقات السيكولوجية للصدمة النفسية، حيث أنّ أول من درس الصدمة النفسية وتدايها الجسدية والنفسية في تاريخ الطب بطريقة علمية تجريبية وبدراسة مقارنة معمقة هو ابن سينا.
في القرن 17 و18	في هذه القرون كانت مسرحا للعديد من الصراعات المسلحة والتي وفرت حقلًا من الملاحظات الواسعة جدا للمختصين آنذاك إبان فترة الحروب فقد كانوا يسمون الاضطرابات الصدمية التي يعاني منها الجنود المتشائمون بموت أحد أصدقائهم باضطراب الحنين.
منتصف القرن 19	زاد اهتمام الأطباء بالمعاناة النفسية للضحايا، حيث أنّ هناك نوعان من الأحداث التي ساهمت بشكل كبير في ظهور الفرضيات السببية الأولى للصدمة النفسية وهي: حوادث السكك الحديدية وحوادث العمل، دراسات حول الهستيريا.
نهاية القرن 19 وبداية القرن 20	حيث قام طبيب الأعصاب "شاركو" بتشخيص اضطرابات ما بعد الصدمة كما استخدم الطبيب النفسي الألماني "اميل كرابلين" مصطلح عصاب الحرب للإشارة (رعب مفاجئ، قلق شديد) وهذه الأعراض يمكن ملاحظتها بعد حوادث مرعبة وخطرة. وفي نهاية سبتمبر 1918 نظم فرويد في بودابست المؤتمر الدولي الخامس.