## المحاضرة الأولى: مفهوم الصدمة النفسية

**محتوي المحاضرة:**

مقدمة

تقديم لمفهوم الصدمة النفسية.

الفرق بين الضغط و الصدمة.

خاتمة

**أهداف المحاضرة:**

تقديم مختلف التعريفات حول مفهوم

توضيح بين المفهومين المتداخلين الضغط و الصدمة.

**الأدوات المستعملة في المحاضرة:**

مطبوعة المحاضرات.

الصبورة للشرح.

**مقدمة:**

إن مفهوم الصدمة النفسية قديم، فمنذ تواجد الإنسان تواجدت معه كثير من الأحداث المؤلمة. غير أن إطلاعنا على بعض أدبيات البحث حول الصدمة فهو حديث النشوء، كما انه لم يسمح بإيجاد تعريفا واحدا للصدمة بل نقاشا واسعا بين مختلف التناولات، حيث نجد اتفاق مبدئي علي تعريف الصدمة على أنها ذلك الإختلال في التوازن النفسي للفرد والمرتبط بحادث مفاجيء وعنيف يوصف بالصدمي Traumatique . لكن الاختلاف كان حول:

* ما يمكن أن يكون صدميا من مجموع الأحداث التي يمكن التعرض لها،

* الاختلاف حول داخلية أو خارجية العوامل الصدمية، بين الاتجاهات النظرية المتعددة في تعريفها للصدمة وعليه سنتناول طرح أهم النظريات في المحاضرة الثالثة.

**1-تقديم لمفهوم الصدمة النفسية**

***لغويا:**

الصدمة من صدم والصدم هو: ضرب الشيء الصلب بشيء مثله وصدمه صدما: ضربه بجسده، وصادمه فتصادمه وإصطداما وصدمه أمر: أصابهم.(ابن منظور، 1914، ص 242)

من خلال البحث في الأصل اللغوي للكلمة نجد أن ما يقابل كلمة "صدمة" في اللغة العربية، كلمة Trauma في اللاتينية، وهي ذات أصل يوناني تعني جرح أو إصابة جسمية، وتعني كلمة Traumatisme عواقب الإصابة أو الجرح يلحق بأنسجة الجسم (Cordier, Sylvester et Lurie, 1994, p1). وعليه فقد استعمل هذا المصطلح في الطب ثم استعمل لاحقا في علم النفس لوصف وضع يواجه فيه الشخص حدثا صعبا يجرح نفسيته.

***-اصطلاحا:

إن معايشة الصدمات تحتل جزء أساسي وهام في حياة غالبية الأفراد، فهذا يجعل تعريف ماهية الصدمة والإتفاق علية ضرورة حتمية، من أجل فهم سياقاتها وجعل تشخيص الاضطرابات الناتجة عنها ذو معايير، تضمن نوعا من الصرامة والجدية في التعامل مع المعطيات المفسرة في أبحاث الصدمة (Gershuiny and Thayer, 1999, p632)

الصدمة أو الصدمي هي تعابيرمستعملة قديما في الطب والجراحة تدل صدمة (TRUMA) التي تعني الجرح في اليونانية وتشتق في فعل ثقب على جرح مع الكسر ومن مرادفتها بالفرنسية ( TRUMATISME ) المتخصصة على الأقل للحديث عن الآثار التي يتركها جرح ناتج عن عنف خارجي كما لوحظ ان المصطلحين TRAUME – TRUMATISME ) يستعملان في الطب كمترادفين يتضمنان في التحليل النفسي على الصعيد النفسي ثلاث معاني : الصدمة العنيفة – معنى الكسر أو الإصابة – معنى الآثار تزداد معنى كلمة الصدمة في معجم اكسفورد الإنجليزي سنة 1995 بأنها هزة عاطفية ناتجة عن الحادثة المؤلمة ، تؤدي احيانا إلى اضطراب عصبي ، وأصبحت كلمة صدمة ومشتقاتها متداولة في حديثنا اليومي ، ومدلول هذه الكلمة للشخص العادي يعني انها حادثة مأساوية مؤثرة فيه ومسببة للإحباط ( جلادينا، 2002، ص7).

يعتبر دياتكين (DIATKINE ) الصدمة النفسية أنها الأثر الناتج من آثار عنيفة، تظهر في ظروف لا يكون فيه نفس الشخص في مستوى القدرة على خفظ التوتر الناتج، وذلك إما لرد فعل إنفعالي مفاجيء أو لعدم قدرة النفس على القيام بإرصان عقلي كافي فالخبرة الشاقة تلاقي رغبة لا شعورية مما يؤدي إلى إخلال وتوازن الأنا فينجر عنه بتر النظام صد الأثارات وكبت مكثف يتولد عنه ظهور اعراض والكف (سي موسى وزقار، 2002، ص 74 ).

كما تعرف الصدمة النفسية في معجم مصطلحات التحليل النفسي على أنها حدث في حياة الشخص يتحدد بشدته، وبالعجز الذي يجد الشخص فيه نفسه، عن الإستجابة الملائمة حياله، وبما يثيره في التنظيم النفسي من إضطرابات وآثار دائمة مولدة للمرض، تتصف الصدمة من الناحية الإقتصادية بفيض من الإثارات

تكون مفرطة، بالنسبة لطاقة الشخص على الإحتمال وبالنسبة لكفاءته في السيطرة على هذه الإثارات وإرصانها نفسيا.

**تعريف( Freud )**: تطلق تسمية الصدمة على تجربة معاشة تحمل معها إثارةللحياة النفسية، وخلال وقت قصير نسبيا زيادة كبيرة جدا في الإثارة لدرجة أن تصفيتها وإرصائها بالوسائل السوية والمألوفة تنتهي بالفشل، مما ينجر عنه لا محالة إضطرابات دائمة في قيام الطاقة الحيوية بوظيفتها (La Planche et Pantalis, 1967, p499) .

**تعريف ( PIERRE MARTY)**: هي الصدى النفسي والعاطفي الذي يظهر أثره على الفرد ويكون ناتجا عن وضعية قد تكون ممتدة في الزمن، أو عن حدث خارجي يأتي ليعرقل التنظيم وهو في مرحلة التطورو النمو أو يمس التنظيم الاكثر تطورا عند حدوث الصدمة (MARTY, 1980, p102).

**تعريف ( Mélanie Klein)**: كل صدمة مهما كانت فهي كسرا تهدم وتخرب كل ما يراه الطفل كذلك تنشط كل هواماته البدائية ،كل جسم ينفجر تحت تأثير أي صدمة يستطيع تفجير الضحية (Lopez, 1998, p55).

**تعريف (Roger Perron)**: الصدمة مفهوم إقتصادي يعبر عن كميات من الطاقة. وفي هذا المعنى فالصدمة هي احداث عنيفة تفوق شدتها صد الإثارة كما ان هناك نتيجة تفرض نفسها وهي ان الصدمة النفسية ليست لها علاقة فقط بطبيعة الحدث، لأنه قد يكون الحدث نفسه ولكن تاثيراته تختلف من شخص لأخر (Roger Perron, 1983, p97).

إن المواجهة المفاجئة مع الموت تمثل أكبر صدمة يمكن أن يتلقاها الإنسان، فهي تزيل عن موته الشخصي فكرة التأجيل وتدفعه بالتفكير في احتمال وفاته في أي لحظة من لحظات حياته (النابلسي، 1991، ص 15).

ومن كل ما سبق نستنتج ان هناك إتفاق مبدئي عل تعريف الصدمة انها: "ذلك الإختلال في التوازن النفسي للفرد المرتبط بحادث مفاجيء وعنيف يوصف بالصدمي TRAUMATIQUE لكن الإختلاف : حول ما يمكن ان يكون صدميا ( من الأحداث ) وحول داخلية أو خارجية العوامل الصدمية وبين الإتجاهات النظرية المتعددة في تعريف الصدمة.

**2-الفرق بين الضغط و الصدمة :**

إن الأخصائي النفساني يواجه في تعامله اليومي إحساس بعض الأشخاص بعدم الأمان خلال حياتهم الشخصية والاجتماعية، فيقودهم إلى الاستجابة بشكل أو بآخر لما يعرف الضغط. ويتقدمون إلى أقسام الاستعجالات في حالة الأزمات الشخصية، العائلية أو الاجتماعية مع طلب استعجالي لتخفيف من قلقهم.

من جهة أخرى يتم استقبال أشخاص ضحايا الحوادث الجماعية أو الفردية أو الاعتداءات، حيث أن التكوين الأكاديمي وتفكيرنا يحذراننا من الخلط بين الضغط والصدمة، فالخلط بينهما يؤدي إلى آثار مضرة لأن التكفل بها مختلف .

حيث هنالك طريقة للتكفل مكيفة لكل من هذين التناذرين:

- **ماهو الضغط:** هو استجابة تكيفيه أين العضوية لها القدرة على الدفاع، فهو حسب وضعية التواجد. الضغط يترجم كتغيير مؤقت للتوظيف النفسي للشخصية.

عند مواجهة الضغط، يمكن أن تكون استجابة الشخص وتكيفه ،أين في هذه الحالة الاضطرابات الوظيفية المفترضة للوظائف المعرفية، الحالة العاطفية والسلوكية كما الأعراض عصبو–اعاشية تعود لحالتها بشكل جد سريع. وإذا كانت استجابة الفرد الذي مرّ بوضعية ضاغطة تظهر غير متكيفة، فإن الأمر يتجاوز حدود تسامحه مع الضغط وقد يتعرض إلى خطر يَحمله تناذر نفسي – صدمي.

إن التكفل المبكر بأولئك الأشخاص عن طريق التنفيس الإنفعالي أو يمكن أن تسميه الفحص النفسي للأحداث، قد يسمح لهم بالخروج السريع من هذه الحالة المخلة للتنظيم الوظيفي التي سببتها الإنفعالات التي لم يتم إحتوائها. فهو يأخذ بزمام ذكرياتهم وذلك بالتعبير عن معاشهم.

**ما هي الصدمة:** هي إختلال عميق للجهاز النفسي، اين تضع في طريقها الميكتزمات الدفاعية. فهو يمس الأسس التي تقوم بإعلاء تواجد الكائن، يعني على النرجسية كمكون مسؤول عن إنسجام الأنا. التناذر النفسي– الصدمي يترجم بـ:

- تغيّر لمكونات الفرد، فقد الوعي بالهوية " لا أدري من أنا ".
- أنهيار نرجسي "لست متواجد من أجل أي شخص ".
- إختلال التنظيم النفسي مع ميكترمات نكوصية مع اضطرابات اكتئابية "لا يمكنني ، لست قادر".
- تنشيط للحلقة الحدثّية، كنوع من المخطط الصدمي، ما يعني هشاشة أكبر لكل معاش صدمي.
- بالإضافة إلى ذالك فإن الشخص يحمي نفسه بتنشيط عدد معين من ميكترمات الدفاع من نوع العصابية أو الذهانية يمكن ملاحظة هذه التظاهرات عند الطفل ضحية المعاملة القاسية أو التحرش الجنسي. والتي هي في بعض المرات "لها مظهرة ذهاني " ولكن لسيت كذلك
- هذه الميكزمات الرئيسية هي:

- الإنشطار: أي شخص يقع في إزدواجية، جزء منه كضحية، والجزء الأخر يتماها المعتدي الثالث.
- تكرار الصدمة: حيث أن الشخص ليس لديه إحساس بأنه موجود إلا عند التكرار وذلك كمحاولة لإعطاء معنى للحدث.
- القلق المسبق للجهاد وهو كمحاولة للتحكم الجزئي بالخطر، فالصدمة تظل كجسم غريب في نفس الشخص.
- النكوص الذي يمكن أن يمتد إلى حد تثبيط عميق، عدم امكانية الكلام ، كنوع من الإنغلاق يكاد يكون توحدي.

هذا الإختلال هو بشكل عميق مولد للقلق ويستلزم عناية نفسية مهدئة بشكل سريع، إلا أنه وحدها الكفالة النفسية العلاجية التي ترتكز على الضبط العاطفي كرابط تحولي يمكن أن يحقق ذالك. بالإضافة إلى شدة الصدمة المعاشة من طرف الشخص، هنالك الوقت الممتد بين الحدث وطلب العناية حيث كلما كان أكثر طولا، كلما كانت الميكزمات الدفاعية تثبت أكثر لتأخذ مكانا أكثر عمقا ، وبالتالي تصير العلاجات النفسية أكثر حساسية.

لوحظ من خلال الممارسة بالقرب من المعالجين المتدخين في الاستعجالات دائما وهومكان أين الأشخاص في حالة الأزمة مستعدون للكلام عن الوضعيات الصادمة الحديثة أو الماضية بسبب حالة الأزمة التي تحدث خرق في توظيفهم الاعتيادي. إذ من المستجدي لو أن الممرض في الطب العقلي المناوب أو الوحدة طبية–نفسية تكون في الإستماع لأولئك الأشخاص في هذه اللحظة المهمة أين يمكن فتح الكلام.
من جهة أخرى فيما يتعلق بالاستقبال النفسي للضحايا، بالخصوص أثناء المقابلات العناية الفورية أو التفريغ الإنفعالي، حيث عمل التشخيص للقائمين بالعناية هو محاولة اكتشاف الأشخاص المهددين بتناذر نفسي–صدمي، ويوضع بشكل سريع تحت المتابعة.
وبالتالي أولئك الأشخاص المصابين بدرجة مخفية في شخصيتهم العميقة يجب عليهم القيام بإعادة بناء نفسي والذي يترجم غالبا بطرح كسببية مكونات الرئسية للشخصية، الحاجات العاطفية، إقتصاديات، معالم الهوية. نظام القيم –المثال الوسيطي لـ Bareau Empan نحن وهم. إذ لم يتم القيام بهذا العمل المتعلق بتنمية النفس، فإنه لا يمكن تفادي تطوير المصاب ميكنزمات دفاعية تتمحور حول مكون مكسور الشخصية. العنايات الفورية والتفريغ الإنفعالي تسمح بتجنب عدم مرور الشخص المعرض للضغط إلى الصدمة.

يعني ينتقل من تغيير في التوظيف النفسي إلى تغيير في الشخصية ولكنه لا يمكنه القيام بإقتصاد في العمل النفسي لإعادة البناء في حالة الصدمة (Michéle, 2000, pp 40–42).

**خاتمة:** بعد مجمل التعريفات المقدمة في هذه المحاضرة وإيضاح الفروق بين ما هو ضاغط وما هو صادم سنقدم في المحاضرة القادمة السير التاريخي لمفهوم الصدمة النفسية.