

سلسلة الإصدارات المكتبية المحكمة لـ "شعن"

الإصدار السادس و العشرين



علم النفس الحديث

مؤسسة العلوم النفسية العربية

المحتـوى

3	مقدمة الكتاب
5	الجزء الأول: فهم الآثار العاطفية للمصابين المباشرين
5	1. الاستجابات العاطفية الفورية للحوادث الصدمية
7	2. الاستجابات العاطفية المترسبة لأحداث الصدمية
10	3. الآثار العاطفية لأحداث الصدمة على مجموعات خاصة ..
11	1.3. النساء
11	2.3. الأطفال
12	3.3. كبار السن
13	الجزء الثاني: التدخلات النفسية-تقنيات خاصة
13	1. التدخل الأزماتي
16	2. عملية التهدئة
17	3. عملية التفريغ النفسي
22	4. تقنيات الحد من التوتر
25	5. تقنيات تعبيرية
29	الجزء الثالث: الملحق
29	1. ملحق ألف: أدوات التقويم
29	1.1. استبيان التقرير الذاتي (SRQ)
31	2.1. قائمة الأعراض الطبية للأطفال (PSC)
38	2. ملحق ب: دلائل
38	1.2. الأطفال والكوارث
41	2.2. التعامل مع الكوارث
44	روابط عالمية
46	المراجع

مقدمة الكتاب

يسعى هذا الدليل الذي أصدرته وحدة الرعاية النفسية لضحايا التعذيب والعنف السياسي بتونس الى تلبية حاجيات الأخصائيين و الأطباء النفسانيين و العاملين في مجال الصحة النفسية الذين يعملون مع الأشخاص المصدمين ضحايا التعذيب و أحداث العنف السياسي إبان ثورة تونس 2011، لتقديم الدعم لهذه الفئة المصدومة لتخطي فترة الصدمة و تلبية حاجياتهم العاطفية. وقد اعتمد على ابحاث علمية عالمية في المجال،لمختلف اعمال المؤسسات والمراكز والجمعيات الناشطة في ميدان الصحة النفسية و خاصة علم النفس الصدمي.

في كل سنة يعاني ملايين الأشخاص من الكوارث و الأحداث الكارثية الأخرى .بعض هذه الكوارث راجع لاسباب طبيعية — زلازل ، انفجارات بركانية — عواصف

و بعضها الآخر راجع إلى الحوادث — تحطم طائرة ، غرق باخرة ، كارثة منجمية ...

و لعل أكثر هذه الحوادث تراجيدية تلك التي هي نتاج السلوك البشري الواعي — الحروب: القمع السياسي، التصفية العرقية، الإرهاب...

و قد ازداد العنف السياسي في منطقتنا العربية إلى جانب الأحداث المزمنة في فلسطين ، العراق ، أفغانستان ، الصومال ، لبنان ، بأحداث الثورات العربية في كل من تونس و مصر، و ما تعرفه حالات ليبيا، اليمن، سوريا من تسجيل من قمع أمني و عنف سياسي يخلف ضحايا على المدى المتوسط و الطويل.

عندما تحدث كارثة، تكون النتائج المادية واضحة؛ تهدم البنايات و المؤسسات وكذلك المستشفيات و المتاجر و المدارس و محطات الوقود.... التأثير على أجسام الضحايا واضح كذلك، يُقتل الأشخاص ويصابون بجروح خطيرة. الآثار العاطفية الفورية — الصدمة العصبية، الخدر الحسي، الغضب هي واضحة كذلك .

مع مرور الأيام و الأسابيع قد تتضاءل الآثار المادية للكارثة ، تُبنى المنازل ، تُصلح الطرقات ، تُشغل أنظمة الاتصالات، بالنسبة لأغلب الناجين تتعافى أيضا جروح الأجسام؛

إلا أن الجروح العاطفية – جروح القلب و الروح قد تدوم؛

بالنسبة للكثيرين، تسبب هذه الآثار العاطفية معاناة نفسية شديدة، و قد تتداخل أيضا مع قدرة الناجين على المعافاة العامة من الكارثة: وقد تعوق معافاة المجتمع ككل.

بالنسبة للناجين الآخرين قد تكون الآثار الكارثية أكثر إيجابية :مفجرة طاقات جديدة و طرق جديدة لرؤية العالم.

بالرغم من هذه التعبيرات ،فهم هذه الآثار العاطفية قد يساهم في قدرة العامل النفسي على دعم الناجين سواء بطريقة مباشرة أو عبر إزاحة معوقات العمل النفسي.

على العاملين في المجال النفسي فهم الاستجابات العاطفية للناجين من الكوارث:

- الحالة العاطفية للناجين من الكارثة لها أثر كبير على قدرتهم على التعاون بلطف و بمجهود للتعافي.

- الطرق التي يقدم بها العاملون النفسيون أعمالهم قد تساهم في التعافي العاطفي للمصابين المباشرين من الكارثة أو على العكس قد تعاودهم الصدمة أو تعوق معافاتهم؛

- العاملون النفسيون يعانون أنفسهم من بعض نفس الآثار العاطفية كما المصابون بالكارثة، و ذلك كنتيجة لتوترات العمل في المجال، و كنتيجة أيضا للتعرض الدائم للأشخاص المصدومين.

سيشدد الجزء الأول على الآثار العاطفية للكوارث على أولئك المتأثرين المباشرين بالكارثة ؛

فيما سيقدم الجزء الثاني تقنيات للتدخلات النفسية للحد من الاجهاد وللتخفيف النفسي؛

والملاحظات في اخر الدليل ستشكل الجزء الثالث،والتي ستعرض استبيانات منظمة الصحة العالمية للتعامل مع المصدومين الراشدين والاطفال،اضافة الى مذكرة ملخصة للآثار النفسية للكوارث وكيفية التعامل معها.

الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية: العدد 26



إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية

جميع الحقوق محفوظة للمؤلف 2012

- الممارسات المهنية:

- ### ■ المؤلفات النفسية:

- قاموس المصطلحات النفسية
عربي/فرنسي/الانجليزي

- ## ■ المؤلفات الأدبية:

- Ombres d'une vie -- قراءة نقدية
للمجموعة القصصية للدكتور علي القاسمي.