



جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس وعلوم التربية

جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي
Université Echahid Hamma Lakhdar - El-Qued

المستوى: ثالثة ليسانس

التخصص: علم النفس العيادي

التوقيت: 14:40-15:40

التاريخ: 25 جانفي 2022

التصحيح النموذجي امتحان السداسي الأول في مقياس: علم النفس الصدمي

الأجوبة:

الجواب الأول: (05 ن)

شرح المصطلحات :

- **الصدمة النفسية:** هي حدث في حياة الشخص يتحدد بشدته وبالعجز الذي يجد الشخص فيه نفسه عن الاستجابة المناسبة، وما يثيره في التنظيم النفسي من اضطرابات وآثار دائمة مولدة للمرض، وتتصف الصدمة من الناحية الاقتصادية بفيض من الإثارات تكون مفرطة بالنسبة لطاقة الشخص على الاحتمال وبالنسبة لكفاءته في السيطرة على هذه الإثارة وإرصانها نفسيا.
- **الصدمة النفسية من النوع الأول :** يكون الحدث فريدا له بداية وله نهاية محددتين تحدث الصدمة بسبب حدث صدمي عنيف مثل الحريق كارثة طبيعية
- **الصدمة النفسية من النوع الثاني:** يكون الحدث متكرر حاضرا باستمرار هناك تهديد أن يتكرر في أي وقت ولمدة زمنية طويلة بسبب عامل ضاغط ومزمن ومؤذي مثل العنف العائلي، الاعتداءات الجسدية.
- **الحادث الصدمي:**

حسب DSM IV / V :

هو تهديدات محتملة أو فعلية بالموت أو بإصابة خطيرة و التهديد بأذى جسدي للشخص نفسه أو لغيره, ويكون ردود فعله على ذلك بالخوف الشديد والعجز أو الرعب.

حسب CIM 10 :

حدث قد يكون قصيرا أو طويل الأمد، له مخاطر غير عادية، مرتبط به تهديدا كارثيا يؤثر بعمق على الفرد مما يؤدي بالشخص المعرض للحدث الى العجز والارتباك واليأس.

- **الجلد (الإرجاعية) Résilience :** يدل الجلد على قدرة الفرد على العودة إلى الحالة النفسية العادية بعد التعرض للأحداث الضاغطة، ويعتبر من بين القدرات الأساسية التي تتولد عن العمليات النفسية المعرفية للحفاظ على التوافق النفسي، يعرف أنه رفض الاستسلام والإنقياد لعواقب الصدمة النفسية، وكنتيجة التكامل بين الفرد ومحيطه.

الجواب الثاني: (10 ن)

- 01.تعريف الإسعافات النفسية الأولية: أن الإسعافات النفسية تشير إلى المساعدة المُقدَّمة للشخص المريض أو المتأذي قبل إمكانية الحصول على العلاج الطبي المتخصص. ويقدم للشخص الذي لديه مشكلة نفسية قيد التشكُّل أو يختبر محنة نفسية
- 02.أهداف الإسعاف النفسي الأولي:

- ❖ الحفاظ على الحياة حينما يمكن للشخص أن يشكّل خطراً على نفسه.
- ❖ تقديم المساعدة لمنع المشكلة النفسية من أن تصبح أكثر شدة.
- ❖ تشجيع استعادة الصحة النفسية.
- ❖ إراحة الشخص الذي لديه مشكلة نفسية.

03. أهم إجراءات الإسعاف النفسي الأولي:

احترام السلامة والكرامة والحقوق:

- ✓ السلامة: تجنبوا تعريض الأشخاص للخطر عن طريق تدخلكم وتأكدوا أنهم ليسوا في خطر (نفسى / جسدي).
- ✓ الكرامة: عاملوا الناس باحترام وبحسب ثقافتهم وأعرافهم.
- ✓ الحقوق: تأكدوا من إمكانية الحصول على الخدمات دون تمييز / ساعدوا الناس على تحصيل حقوقهم والحصول الدعم المتوفر / تصرف على أساس المصلحة الفضلى للأشخاص الذين تقابلونهم.

تكييف الأفعال بما يراعي ثقافة الشخص:

تدخلنا يجب أن يراعي الخلفية الثقافية للأشخاص:

- اللباس.
- التقارب الجسدي (الملامسة) و التعامل بين الجنسين.
- العمر
- السلوك
- المعتقدات والدين
- السلطة (هل يجب التحدث إلى رب الأسرة أم مسؤول القبيلة) الملامسة / /.

الدراية بإجراءات أخرى للاستجابة لحالة الطوارئ:

في حالات الكوارث التي تصيب الآلاف يكون الدعم النفسي جزء من الدعم بشكل عام فعلى المسعف أن يكون على دراية بالخدمات المقدمة (خدمات طبية، أكل، ماء، خيم....)، هنا من المهم اتباع تعليمات السلطات المكلفة بالإغاثة وعدم تعطيل عمل الطواقم الطبية ومعرفة حدود عملنا.

الاعتناء بالنفس:

إن عمل تقديم المساعدة النفسية عمل مضني ومتعب، لهذا من المهم أن ينتبه المسعف النفسي إلى سلامته النفسية والجسدية، من الضغط والاحتراق المهني.

الاستعداد :

- معلومات عن الحادث: ماذا حدث ؟ عدد المتضررين؟
- معلومات عن الخدمات المقدمة: من الذي يقوم بتقديم الخدمات؟ ما هي هاته الخدمات؟ أين وكيف يمكن الحصول على تلك الخدمات؟
- معلومات عن المخاوف بشأن السلامة والأمن: هل انتهت الكارثة؟ ما هي الأخطار الحالية؟ هل هناك مناطق يجب تجنبها.

السؤال الثالث: (05 نقطة)

تكرار معايشة الحدث الصادم: ويتمثل في إعادة معايشة الحدث الصادم من طرف المريض، ويكون على عدة أشكال أهمها:

1. الذكريات المؤلمة المتطفلة المتكررة وغير الطوعية عن الحدث الصادم.
2. أحلام مؤلمة متكررة حيث يرتبط محتوى الحلم و/أو الوجدان في الحلم بالحدث الصادم.
3. ردود فعل تفارقية (على سبيل المثال فلاش باك ومضات الذاكرة).

والتجنب : . ونعني به أن يتجنب المريض المحفزات المرتبطة بالحدث الصادم، وتبدأ بعد وقوع الحدث الصادم، ويظهر من خلال:

1. تجنب أو جهود لتجنب الذكريات المؤلمة، والأفكار أو المشاعر أو ما يرتبط بشكل وثيق مع الحدث الصادم.
2. تجنب أو جهود لتجنب عوامل التذكير الخارجية (الناس، الأماكن، والأحداث، الأنشطة والأشياء والمواقف) التي تثير الكريات المؤلمة، والأفكار أو المشاعر عن الحدث أو المرتبطة بشكل وثيق مع الحدث الصادم.

