

الرقم التسلسلي:...../2021

رقم التسجيل:

إضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا (COVID 19)

دراسة ميدانية في الوسط الاجتماعي لولاية المسيلة

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في :

تخصص : علم النفس العيادي

شعبة : علم النفس

إشراف الأستاذ:

- بوضياف نوال

إعداد الطالبة:

- شريف ملاك

سُبْحَانَ اللَّهِ
عَبْدُ اللَّهِ
مُحَمَّدٌ
صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَأَسَلَّمَ



ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة اضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا (كوفيد19)، ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاعتماد على (3 حالات) بالوسط الاجتماعي (مدينة المسيلة)، كما تم الاعتماد على المنهج العيادي بطريقة دراسة الحالة التي تضمنت الملاحظة والمقابلة ومقياس كرب مابعد الصدمة لدافيدسون وقد أسفرت نتائج الدراسة :

على أن الحالات الثلاث مصابون باضطراب مابعد الصدمة جراء تعرضهم لحدث صادم وهو الإصابة بفيروس كورونا، حيث ظهرت عليهم الأعراض على شكل شعور بالعجز، الخوف، الانعزال، القلق، الكوابيس ودامت هذه الأعراض لمدة طويلة ، ولتأكد قمنا باستخدام اضطراب كرب مابعد الصدمة لدافيدسون المقسم على 3 مجالات :

مجال الأعراض الوجدانية المتمثلة في سرعة الغضب والقلق، ومجال الأعراض المعرفية المتمثلة في ضعف التركيز ومحاولة تناسب الحدث الصدمي، ومجال الأعراض السلوكية المتمثلة في تغير العادات وعدم القدرة على مزاوله أي نشاط معتاد ، كما التمسنا من خلال الملاحظة أن الحالات الثلاث لديهم صعوبة في التعبير عن مشاعرهم وبالتالي تحققت الفرضية وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسة التي أظهرت أن المتعافين من فيروس كورونا ظهرت لديهم أعراض اضطراب مابعد الصدمة .

الكلمات المفتاحية: اضطراب مابعد الصدمة، المتعافين من فيروس كورونا

Résumé

L'étude visait à connaître le SSPT de ceux qui se remettaient du coronavirus (Covid 19), et pour atteindre les objectifs de l'étude, (3 cas) ont été invoqués dans l'environnement social (le siège de la ville de M'sila). les résultats de l'étude ont abouti:

Cependant, les trois cas avaient un SSPT à la suite de leur exposition à un événement traumatique, qui est une infection par le coronavirus, où ils ont montré des symptômes sous forme de sentiments d'impuissance, de peur, d'isolement, d'anxiété, de cauchemars et ces symptômes ont duré un longtemps, et pour nous assurer que nous avons utilisé le SSPT pour Davidson consistant en 69 un paragraphe .

Ils étaient répartis en 3 zones : Le champ des symptômes émotionnels représentés dans la vitesse de la colère et de l'anxiété, le champ des symptômes cognitifs représentés dans une concentration altérée et en essayant de s'adapter à l'événement traumatique, et le champ des symptômes comportementaux représentés par un changement d'habitudes et l'incapacité de s'engager dans tout activité habituelle, et nous avons également cherché en notant que les trois cas ont des difficultés à exprimer leurs sentiments Ainsi, l'hypothèse a été réalisée, et ce résultat est cohérent avec les résultats de l'étude qui a montré que ceux qui se remettaient du Coronavirus présentaient des symptômes de TSPT.

Mots clés: trouble de stress post-traumatique, récupérateurs de coronavirus.

شكر و عرفان

ها قد وصلت رحلتي الجامعية الى نهايتها بعد تعب ومشقة والآن أنا أكتب
بقلمي لحظة تخرجي والشكر لكل انسان وقف معي في إخراج هذا العمل:

أخص بذكر كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة المسيلة

اشكر الأستاذة المشرفة المحترمة بوضياف نوال

وأخص بذكر كل أستاذ أفنى عمره في تعليم الأجيال

كما لايفوتني أن أشكر كل أفراد أسرتي وعلي رأسهم أمي اطال الله في
عمرها ،أمي التي كانت وسوف تظل مثالا للام التي تضحي من أجل أبنائها
أمي يا عبير الحياة وروعتهأ وأنا قد وصلت إلى اللحظة التي كنت دوما تحلمين
بنا إليكي عملي والشكر الخاص لك.

كما نشكر عمال ومسيري أكاديمية العربية بحي 500 مسكن

والشكر موصول الى اللجنة التي تكرمت بمناقشة هذه المذكرة

ملاك

الإهداء

أولا الحمد لله والشكر على فضله وإمتهانه أن وفقني في إنجاز هذا العمل الذي أهديه إلى كل من

كانو معي من أول رحلة لي في دراستي الجامعية وأخص بالذكر:

إلى من غرس في نفسي روح الكبرياء وعلمني كيف تتنحى الصعاب بإشرافه المستقبل "والدي العزيز"

إلى الشمعة التي طالما احترقت لتنير دربي آية وجودي إلى من يتسع صدرها لي حين تضيق لي الدنيا "أمي الغالية"

إلى أخي الوحيد "صلاح الدين" وأختي

إلى كل أفراد أسرتي من الصغير إلى الكبير وأخص بالذكر خالتي العزيزة "نصيرة" وخالي وزوجته وعمتي "نسيمة"

إلى كل من شاطروني الحياة وتفاستمت معهم اللحظات الجامعية السعيدة والحزينة "إيمان ، نور ، نسرين"

إلى أساتذتي من مرحلة الإبتدائية إلى الطور الجامعي

إلى كل الذين عرفتهم ،، إلى من وسعتهم ذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي...



فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
	شكر وعران
	الإهداء
	ملخص الدراسة
أ	مقدمة
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة	
05	1- الإشكالية.....
06	2- فرضية الدراسة.....
07	3- أهمية الدراسة.....
07	4- أهداف الدراسة.....
07	5- الدراسات السابقة.....
الفصل الثاني : ماهية إضطراب مابعد الصدمة	
14	1- مفهوم الصدمة النفسية.....
15	2- تاريخ إضطراب مابعد الصدمة.....
16	3- مفهوم إضطراب مابعد الصدمة.....
17	4- أعراض إضطراب مابعد الصدمة.....
19	5- علاج إضطراب مابعد الصدمة.....
الفصل الثالث: ماهية فيروس كورونا	
24	1- تعريف فيروس كورونا.....
24	2- أعراض فيروس كورونا.....
25	3- أسباب إنتشار فيروس كورونا.....

فهرس المحتويات

25	4- طرق الوقاية من فيروس كورونا.....
27	5- اضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا.....
الفصل الرابع: الإطار المنهجي للدراسة	
31	1- منهج الدراسة.....
31	2- الدراسة الإستطلاعية.....
32	3- عينة الدراسة.....
33	4- أدوات الدراسة.....
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة	
36	عرض النتائج وتحليلها.....
50	مناقشة النتائج على ضوء الفرضية.....
53	الخاتمة.....
55	المراجع.....
الملاحق	

مَعْرِفَةٌ

مقدمة

الصدمة هي أي حادث يهاجم الإنسان ويخترق الجهاز الدفاعي لديه مع إمكانية تمزيق حياة الفرد بشدة، وقد ينتج عن هذا الحادث تغيرات في الشخصية أو مرض عضوي إذا لم يتم التحكم فيه والتعامل معه بسرعة، (جان بلاش، 1987، ص 62)، كما تؤدي إلى نشأة الخوف العميق والعجز والرعب فمعظم الناس يشهدون حدثًا أو أحداث مؤلمة في حياتهم تتفاوت بدرجة صدمتهم من فرد إلى آخر، مثل الإصابة بالأمراض المزمنة أو الخطيرة، فالتعرض للأحداث الصادمة يكون شيء طبيعي، فمعظم الناس يتعرضون في حياتهم لأحداث مؤلمة خلال مراحل حياتهم المختلفة، لكن الأمر الغير طبيعي هو تطور هذه الاضطرابات وصعوبة معالجتها وخطورتها وتطورها إلى اضطرابات أخرى، أو ما يعرف حاليا باضطراب ما بعد الصدمة، الذي يعرف بأنه اضطراب نفسي وحالة مدمرة تتبع بحدث صادم، فهو بمثابة رد فعل للتعرض للصدمة تتجلى أعراضه في العجز عن مواكبة الحياة، وكما قلنا بأن الصدمات يتعرض لها الأشخاص الذين عايشوا أحداث صادمة مؤلمة مثل حوادث المرور، الموت، الإصابة بأحد الأمراض المزمنة، وفي الوقت الراهن يعتبر فيروس كورونا (كوفيد 19) أحد الأمراض المفاجئة التي تعرض لها كل انسان في هذا العالم، ولم ينجو منها أي بلد، وأصبح حديث الساعة في كل الوسائل الإعلامية، خاصة وسائل التواصل الاجتماعي بكل أنواعها من الحديث عن هذا الوباء و الذي سنتناوله في موضوعنا هذا، حيث سنتطرق فيه للتحدث والتعمق حول اضطراب ما بعد الصدمة بفيروس كورونا.

وقسم صورة الدراسة إلى جانبين الجانب النظري والجانب الميداني فالنظري يتضمن ثلاثة فصول الأول خصص لتحديد مشكلة الدراسة التي دعم الإشكالية، ثم صياغة فرضيات الدراسة، وتحديد الأهداف المنشودة من الدراسات أهميتها النظرية والتطبيقية ولتحديد المفاهيم الإجرائية، وأخيرا المفاهيم الدراسات السابقة التي تناول اضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا.

مقدمة

أما الفصل الثاني ماهية اضطراب ما بعد الصدمة فقد تم التطرق إلى تعريفه، نشأته، أعراضه، علاجه .

في حين تناول الفصل الثالث ماهية فيروس كورونا فقد تم التطرق إلى تعريفه، أعراضه، انتشاره، طرق الوقاية منه .

أما الجانب التطبيقي تم تقسيمه إلى فصلين الفصل الرابع خصص الإطار المنهجي للدراسة الميدانية التطرق فيه إلى الدراسة الاستطلاعية، منهج البحث، حدود الدراسة، العينة، المنهج أدوات الدراسة .

أما الفصل الخامس فقد خصص لـ عرض وتحليل النتائج في ضوء الإطار النظري انتهاء خاتمة تتضمن التوصيات والاقتراحات والملاحق .

الفصل الأول :الإطار العام للدراسة

1- الإشكالية

2- فرضية الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- الدراسات السابقة

1-الإشكالية

تعد أزمة فيروس كورونا أزمة القرن الحادي والعشرين بلا منازع حتى الآن ملقبة بظلالها بقوة علي البشرية جمعاء، وتشير الاحصائيات الجديدة أن كما تشير الاحصائيات العالمية إلى أن عدد الإصابات في العالم بلغت في منتصف شهر أيلول 2020 ما يزيد عن 29 مليون لإصابة ، وأكثر من 20 ألف حالة وفاة ، مع تزايد الإصابات اليومية بفيروس كورونا بوتيرة مقلقة في دول العالم التي باتت تعاني من تبعات هذه الجائحة خاصة علي المستوى الصحي .(المجلس الاقتصادي والاجتماعي،2020،ص07)

ففي السياق ذاته تشير الاحصائيات الأخيرة في الجزائر في والتي أعلنت عليها أعلنت وزارة الصحة، الأربعاء الموافق ل 02 جوان 2021 عن تسجيل 163 إصابة جديدة بكورونا و5 وفيات خلال الـ 24 ساعة الأخيرة.وحسب لجنة متابعة انتشار الفيروس بوزارة الصحة، إن الحصيلة الإجمالية ارتفعت إلى 113593 إصابة مؤكدة بكوفيد-19 و 2996 حالة وفاة منذ بدء تفشي الجائحة في البلاد.

كما تم تسجيل 290 حالة شفاء جديدة بشكل يرفع الإجمالي إلى 78727 متعاف من الفيروس (<https://elaph.com/coronavirus-statistics-in-algeria.html>) ، غير أن المتعافين من هذا الفيروس قد يواجهون عدة اضطرابات نفسية تمنعهم من التعايش مع الوباء لاحقا وتعكر صفوة حياتهم . لذات سارت في هذا الموضوع عدة دراسات سيكولوجية تحاول دراسة هذه تداعيات هذه الازمة الصحية وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية .

لذا يعد موضوع الاضطرابات النفسية من المواضيع التي أثارت مدا واسعا من فضول واهتمام العلماء والمفكرين عبر مختلف العصور وصولا إلي يومنا هذا، وقد أجريت في هذا الصدد الكثير من الدراسات والأبحاث التي أثرت في هذا المجال وساهمت بشكل كبير في الارتقاء به والوصول به إلي ما هو عليه(بوعود ،2014،ص05)، فالاضطرابات النفسية هو مفهوم عام يستخدم عادة لتعبير عن حالات جد متفاوتة تتراوح بين الشعور بالضيق والتعاسة

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

والممل، وتمتد لتشمل الحالات العقلية الخطيرة وتختلف هذه الاضطرابات باختلاف الشدة والشخصية ففي موضوعنا سوف نتحدث عن الصدمة النفسية التي هي من أهم الاضطرابات التي يتعرض الإنسان لكثرة الأحداث الصادمة والضغوط النفسية، فمن المحتمل أن يصل الفرد المتعرض لحادث صدمي إلي حالة أزمة أخرى يمكن أن تولد ما يعرف باضطراب ما بعد الصدمة، اضطراب ما بعد الصدمة (ptsd) هو الصدمة النفسية الشديدة التي تؤدي إلي معاناة عاطفية وتدهور كبير في العلاقات الاجتماعية، وهو رد فعل للأحداث الصادمة، والعديد من الناس يتعرضون لصددمات فهناك من يتعافى من الصدمة وهناك من تتطور لديه لتصبح اضطراب والصدمة تكون لحادث مفاجئ مثل الكوارث الطبيعية، الحروب القتل الاغتصاب المرض، ونحن هنا لنخصص صدمة المرض ونختار فيروس كورونا فهو جائحة عظيمة تعرض لها الكبير والصغير، هناك من تعالج واكمل حايته بصفة طبيعية وهناك من تعرض بعد التعافي لعدة اضطرابات نفسية أهمها اضطراب (ptsd) .

و بناء على ما سبق وفي ظل معاشة الطالبة للواقع و مدى تتبعها للإحصائيات المتعلقة بفيروس كورونا وحالات التعافي منها ، وملاحظته في محيط أسرتها ولعائلتها ولمحيطها بمسقط رأسها بمقرة مدينة المسيلة حول مضاعفات هذا الفيروس من الناحية النفسية بعد التعافي والتشافي ، ومدى احساسها بهذا الموضوع ارتأت أن يكون موضوع بحثها حول اضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا ، وعليه فقد حددت الدراسة الحالية المشكلة فيمايلي :

-ما أكثر أعراض اضطراب ما بعد الصدمة انتشارا لدى المتعافين من فيروس كورونا (covid19) ؟

2- فرضية الدراسة

أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا (covid19) أكثر انتشارا.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

3- أهمية الدراسة

إن إنجازنا لأي بحث أو موضوع يتطلب أن يكون ذو أهمية معينة أدت بنا لاختياره أو اللجوء إليه دون المواضيع الأخرى المطروحة، وفي الموضوع الذي بين أيدينا اعتمدنا علي عدة عناصر تكمن في أهمية دراستنا وهي كالتالي:

- الدراسة تناولت مشكلة مهمة تواجهنا في الوقت الحالي وأصبحت تشكل خطر علي المجتمع وهي اضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا التي تعرض لها العالم ككل.

- إن التشخيص المبكر لاضطراب مابعد الصدمة يساعد علي توجيهه بشكل إيجابي.

-- يمكن أن تسهم هذه الدراسة في بناء برامج ارشادية وعلاجية ضد فيروس كورونا المستجد.

4- أهداف الدراسة

- التعرف علي مستوى اضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا

- تحديد مدى انتشار اضطراب مابعد الصدمة في ظل جائحة كورونا

5-دراسات السابقة

يعد البحث في الأدب النظري المتعلق اضطراب ما بعد الصدمة فهي دراسات غنية عن التعريف في مجال علم النفس الصدمي ويأخذ مسميات ككرب مابعد الصدمة... إلخ ، فهي عديدة سواء على المستوى المحلي والعربي أو الاجنبي وعليه يمكن استعراضها فيمايلي من الاحداث الي الأقدم :

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

5-1-دراسة الجبيري(2010)

هدفت الدراسة إلى معرفة مفهوم اضطرابات ما بعد الصدمة وأهم تصنيفاته العالمية وأعراضه و النظريات المفسرة له بل بالإضافة إلى طرق علاجه.

و أجريت الدراسة على عينة من 213 أفراد من أسر الشهداء.

وتوصلت الدراسة إلى أن الاناث أكثر عرضة لأعراض ما بعد الصدمة بالمقارنة بالذكور وتزداد أعراض ما بعد الصدمة في ضوء عامل القرابة بالشهيد، وأوصت الدراسة بضرورة الإهتمام بصحة أسر الشهيد النفسية عن طريق البرامج النفسية الإرشادية التي تهدف إلي الدعم النفسي لأسر الشهداء وتعديل سلوكهم إثر الفاجعة.

5-2-دراسة سي كريشان وآخرون(2009)

استهدف معرفة الأحداث الصدمية وأعراض اضطراب ما بعد الضغوط التالية للصدمة وسط المواطنين واللاجئين السودانيين واليوغنديين، في منطقة غرب النيل، ومن حيث المنهج استخدمت الدراسة المنهج الديمغرافي من حيث جمع المعلومات للعينة وخرجت الدراسة بالنتائج التالية تعرض اللاجئين لخبرات عنف صادمة أدى إلي ظهور اضطراب ما بعد الصدمة.

5-3-دراسة خير بيك(2008)

استهدفت الصدمات النفسية لدى العراقيين بعد الحرب تكونت الدراسة من 100 عينة تراوحت أعمارهم بين 25 و50 سنة تبين من خلال النتائج أن العراقيين قد عانوا من آثار الحرب من خلال أعراض الصدمات التي كانت واضحة لديهم من خلال الاكتئاب ومشاكل النوم والشعور بالذنب وكوابيس متكررة وصلت لدرجة الاضطراب.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

5-4-دراسة هدى عمر صالح (2004)

استهدفت معرفة اضطراب الضغوط التالية للصدمة لدى النساء بمعسكري عطاش ودريح بجنوب دارفور كما هدفت الي التعرف علي علاقة الإضطراب ببعض المتغيرات العمر، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي، نوع الاعتداء، نوع العمل، نوع المعسكر وتوصلت الدراسة إلي أن النساء بمعسكري عطاش ودريح يعانون من اضطراب مابعد الصدمة جراء الحدت الصدمي في المعسكر وانه لاعلاقة للاضطراب بالمتغيرات.

5-5-دراسة أميرة الديب (1992)

استهدفت معرفة ردود الفعل المتأخرة لصدمة الحرب، كذلك الكشف عن التغيرات وأنواع الصراعات والمشكلات التي تصيب الفرد كردود فعل لخبرة صدمات الحرب والوصول إلى مؤشرات مناسبة لتشخيص والعلاج أجريت، هذه الدراسة على حالة واحدة استخدمت الباحثة اختبار الجوانب النفسية والاجتماعية واختبار تفهم الموضوع، ومقابلات إكلينيكية حرة، توصلت النتائج إلى أن الحالة تعيش خبرات سلبية وتعاني من أعراض سيكوسوماتية صداع متقطع، اضطرابات المعدة، فقدان الثقة بالذات، الاكتئاب .

5-6-التعقيب على الدراسات

من خلال الدراسات السابقة دراسة بحثي هذا لاحظت ان كلها تتحدث عن صدمة مابعد الحروب ،خاصة وأنها في دول أجنبية وعربية وشملت تقريبا النساء الأكثر عرضة لها ،اما دراستي فكانت داخل الجزائر وشملت الجنسين وكانت الصدمة بالنسبة لفيروس كورونا تقريبا والتي لوحظت على الجنسين ذكورا و إناث، أكثر من صدمة مابعد الحرب،وعليه فقد تبايت من حيث :

- من حيث الهدف:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

تنوعت الدراسات السابقة من حيث الهدف ، فأحيانا تهدف الى معرفة أعراض

اضطراب ما بعد الصدمة ومفهومها كدراسة كلا من الجبري ، 2010 وسي كرديشان ،
(2009) وأحيانا أخرى تهدف إلى الكشف عن العلاقة بينها وبين متغيرات أخرى كدراسة
(صالح ، 2004).

- من حيث العينة:

أما في ما يتعلق بالعينات التي اعتمدت في الدراسات السابقة والتي معظمها كانت
على اللاجئين و المواطنين بعد الحرب.

- من حيث المنهج:

يتضح أن معظم الدراسات السابقة كانت الأغلبية للمنهج العيادي في الاستخدام .وهنا فهي
لملائمة لطبيعة الدراسة على حد علمنا.

- من حيث الأدوات:

من خلال الدراسات السابقة نلاحظ أن جل الباحثين قاموا ببناء وتطوير أدوات تقيس
اضطراب ما بعد الصدمة وأداتي المقابلة والملاحظة).

ثانيا: أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة

يمكن تلخيص الفوائد التي حصلت عليها الطالبة الباحثة من خلال اطلاعها على

الدراسات السابقة في النقاط التالية :

- 1- ساعدت الطالبة على اختيار منهج الدراسة.
- 2- ساعدت الطالبة في تحديد متغيرات الدراسة.
- 3- ساعدت الطالبة في اشتقاق فرضيات الدراسة الحالية.
- 3- اشتاق أداة القياس المتعلقة باضطراب ما بعد الصدمة .
- 4- ساعدت الطالبة في عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها، وتقديم التوصيات والمقترحات

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

الخلاصة:

احتوى هذا الفصل الإطار العام لدراسة المتمثلة في طرح الإشكالية وتساؤلاتها وصولاً إلى فرضيات الدراسة تم تحديد أهمية الدراسة والأهداف، ليتم بعدها تحديد مفاهيم الدراسة إجرائياً ثم عرض الدراسات السابقة ومناقشتها من حيث النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسات وعلى ضوء هذا التحديد سنحاول في الفصلين المقبلين التعرض إلى تحديد أمثل وأدق لمتغير الدراسة في جانبه النظري.

الفصل الثاني: ماهية اضطراب ما بعد الصدمة

- 1- مفهوم الصدمة النفسية
- 2- تاريخ اضطراب ما بعد الصدمة
- 3- مفهوم اضطراب ما بعد الصدمة
- 4- أعراض اضطراب ما بعد الصدمة
- 5- علاج اضطراب ما بعد الصدمة

الصدمة حالة نفسية تصيب الفرد، ما يجعله يدخل في دوامة من الامراض التي قد تصيبه بشكل مباشر (جسماني) أو غير مباشر من خلال معلومات عن مرض يهدده على كل وسيلة اعلامية او شخص يخبره بذاك المرض أو الوباء، هنا يدخل الشخص في إضطراب نفسي قد يجعله يعاني من ضغوطات نفسية حادة ولا قدر الله تؤدي به إلى التهلكة نهايتها الوفاة، ومن هذا لمنطلق سنخوض في فصلنا هذا إلى مفهوم الصدمة النفسية وتاريخ إضطراب مابعد الصدمة ومفهومها، و الأعراض التي تنجم عن الإضطراب بعد الصدمة و طرق علاجها .

1- مفهوم الصدمة النفسية

ينتقل الإنسان في حياته إلى حوادث يمكن أن تكون بسيطة ويمكن أن تكون عنيفة ومرعبة يتعرض لها الفرد بشكل فجائي وغير متوقع أو تجربة معاشة تؤدي خلال فترة وجيزة لزيادة كبيرة من الإثارات حيث تعرف بالصدمة النفسية وهنا سوف نتعرف عن مفهوم أوسع للصدمة النفسية.

1-1- التعريف الأصلي لكلمة صدمة نفسية: هي الكلمة اليونانية Trauma والتي تعني

جرح أو ضرر يلحق بأنسجة الجسم واليوم تستعمل عبارة الصدمة النفسية لوصف وضع يواجه فيه الشخص حدثاً صعباً جرح نفسه لم يتمكن من معالجته. (جان بلاش، 1985، ص 54)

1-2- الصدمة: هي حدث أو تجربة معاشة في حياة الإنسان تتحدد تبعاً لشدها

وبالعجز الذي يجد فيه الشخص نفسه، وهي حادث يهاجم الإنسان ويخترق الجهاز الدفاعي لديه مع إمكانية تمزيق حياة الفرد بشدة وقد ينتج عن هذا الحادث تغيرات في الشخصية أو مرض عضوي إذا لم يتم التحكم فيه أو التعامل معه بسرعة وتؤدي الصدمة إلى نشأة الخوف والعجز والرعب (حسين قائد 2001، ص 81)

1-3- الصدمة النفسية: هي غياب النجدة في أجزاء الأنا التي ينبغي أن تواجه تراكم

الاثارات التي لاتطاق سواء كانت من مصدر داخلي أو خارجي فهي الصدى النفسي والعاطفي الذي يظهر أثره على الفرد ويكون ناتج عن وضعية قد تكون ممتدة من الزمن أو عن حدث خارجي يأتي ليعرقل التنظيم وهو في مرحلة التطور و النمو أو يمس التنظيم الأكثر تطور عند حدوث الصدمة (محمد أحمد النابلسي 2004، ص 96)

❖ إستنتاج

من خلال التعريفات السابقة يتضح لنا أن الصدمة النفسية هي حدوث خلل في نفسية الفرد، فهي كل حادث يهدد الفرد بصورة مفاجئة حيث يفقد الفرد فيه معظم إمكانيات مواجهة هذا الحادث فيستجيب بالعجز، وتهديدات الذات مما يؤثر على التوازن النفسي العام

للشخص وتختلف هذه الاستجابات من شخص لآخر، فالصدمة النفسية تشير إلى حوادث قوية ومؤذية مهددة للحياة تحتاج هذه الحوادث إلى مجهود غير عادي لمواجهتها والتغلب عليها .

2-تاريخ تطور اضطراب ضغط ما بعد الصدمة

إن اضطراب ما بعد الصدمة لايعتبر اضطراب جديداً ولكنه اضطراب قديم وهناك عدة كتابات وصفت هذا الاضطراب ففي الكتابات الطبية القديمة كان يعرف هذا الإضطراب بإسم (Da Costa ´ Syndrome) واسم (Soldier heart) و (Shell shock)، حيث مر مفهوم إضطراب ما بعد الصدمة بمرحلة تاريخية طويلة حافلة بالإنجازات الباهرة والناجحة خاصة في مرحلة ما قبل التاريخ، ولعل من أبرز تلك النجاحات هو ذلك النجاح التاريخي الذي أبرز ملاحظات أخرى وجديدة مثل " قصة ابيزدوس " هذا الجندي الذي فقد بصره في معركة ماراتون حيث أن المعنى الأصلي لكلمة صدمة هو الكلمة اليونانية (Trauma)التي تعني جرح وبعد عدة قرون جاء كتاب rerum (LuGrèce de nature) الذي ألفه Cicerom قبل الميلاد يهدف هذا الكتاب إلى حث الناس على مواجهة الخوف والموت.

وإن التعرض للحدث الصادم يؤدي إلى الإصابة باضطراب ما بعد الصدمة، والواقع يؤكد أن الفترة ما بين الحرب العالمية الأولى والحرب العالمية الثانية شهدت مآسي كثيرة عن آثار الحروب وهذا مادعى الاختصاصيين الإكلينكيين والخبراء العسكريين إلى اعتبار أن الإنهيارات النفسية للجنود الأمريكيين في الفيتنام أظهرت أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى أكثر من ثلث الجنود العائدين ولعل هذه الأعراض النفسية المرضية التي صاحبت حرب الفيتنام هي التي بلورت مفهوم اضطراب الشدة بعد الصدمة ولم يقتصر اهتمام الباحثين على ناحية الحروب بل هناك أحداث أخرى ساهمت في تطور البحث في اضطراب الضغوط التالية للصدمة يمثل كوارث طبيعية، حوادث العنف والاعتصاب، حيث ظهرت في نفس الفترة تقريبا أعراض عند النساء اللواتي تعرضن إلى الإعتداءات تشبه إلى حد كبير

أعراض قدامى محاربي الفيتنام، وبالرغم من الإختلاف الكبير بين نوعية الأحداث الصدمية إلى أن هناك تشابه في الأعراض مثل الخوف، القلق، وإعادة تذكر الحدث الصدمي.

(عمر محمد النور 2015 ، ص15)

3- مفهوم اضطراب ما بعد الصدمة

إن الحياة الإنسانية عرضته دائماً لتهديدات المحيط الذي يتواجد فيه الإنسان، ومع الوقت يدرك موضوعية هذه التهديدات وحقيقتها فهناك أحداث صدمية يتعايشها وتتعالج منها ومنها من تبقى تأثيرها خطير عن حياة الإنسان نتيجة للتعرض للتهديد الحقيقي الذي يخترق الجهاز النفسي ويشوّهه وهو ما يعرف باضطراب (PTSD) وسوف نحاول هنا بإلقاء الأضواء على مختلف المفاهيم المتعلقة باضطراب ما بعد الصدمة .

3-1- يعرف اضطراب (PTSD): بأنه اختصار لعبارة Post Traumatic stress disorder

وقد تم ترجمتها إلى العربية تحت إسم اضطراب ضغط ما بعد الصدمة وقد صنف ضمن اضطرابات القلق في (DSM4) وهي عبارة عن مجموعة أعراض واضطرابات تظهر بعد الصدمة وهي كالتالي صعوبة النوم، قلة التركيز، الغضب الزائد، اليقظة المفرطة وتكون مرتبطة بأحداث تشير أو ترمز للصدمة المعاش (محمد عبد المجيد 1994 ، ص12)

3-2- اضطراب ما بعد الصدمة: هو اضطراب نفسي ينشأ بعد التعرض لحادث أو أكثر

هدد أو سبب ضرراً بدنياً أو جسماً وهو رد فعل عاطفي شديد لجرح نفسي عميق قد يسببه التعرض للإيذاء الجسدي أو العاطفي أو الجنسي أو حتى مشاهدة أحداث صادمة وقد يحدث نتيجة التعرض لإدمان على المخدرات، الاغتصاب أو المرض أو المضاعفات الطبية مثل أخطاء في الجراحة أو في العلاج أو مرض مزمن وخطير وهذه تعتبر أهم الأحداث التي تؤدي إلى حدوث اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD). (ثابت عبد العزيز 2006 ، ص42)

3-3- اضطراب الضغوط التالية للصدمة: هو اضطراب يظهر كرد فعل متأخر أو ممتد

زمنياً لحدث أو اجهاد ذو طابع يحمل صفة الكارثة، ويبدأ الاضطراب غالباً خلال شهر من

ظهور الحدث فهو حادث يفوق قدرة الفرد الاعتيادية يؤدي به إلى حالة من التوتر والهروب من الواقع. (المجيد1994 ، ص18)

❖ الاستنتاج

يشير مصطلح اضطراب ما بعد الصدمة إلى الفوضى التي يمكن أن تحدث بعد تجربة أو أحداث تهدد الحياة فهو حالة من التوتر النفسي تحدث بسبب التعرض لخطر جسم فهو بذلك بمثابة رد فعل للأحداث الصدمية وتكون استجابة لهذه الصدمة على شكل خوف رعب، عجز، فهو واحد من مجموعة اضطرابات القلق والتي يمكن أن تظهر لدى أي شخص، سواء كان طفلاً أو بالغاً أو راشداً، ولقد أثبتت الأبحاث والدراسات الحديثة أن العامل الأهم الذي يحدد ردود فعل الكائن الحي ليس الحدث الصدمي بحد ذاته وإنما القدرة على مواجهة هذا الحدث والقدرة على المواجهة تعني القدرة على السيطرة وهذه السيطرة تساعد الشخص على التحكم في مشاعر الحيرة، القلق، الخوف.

4- أعراض اضطراب ما بعد الصدمة

تبدأ أعراض اضطراب ما بعد الصدمة في الظهور بعد التعرض لخبرة صادمة أو مجموعة من الخبرات الصادمة، وذلك من خلال الأيام أو الأسابيع الأولى من التعرض للحدث الصادم، حيث يشترط أن تظهر أعراض الصدمة مباشرة أو بعد عدة شهور، وهذه بعض الأعراض المتعلقة باضطراب ما بعد الصدمة(PTSD).

4-1- أعراض إعادة الحدث أو التجربة: فيمكن أن تعود الذكريات السيئة للحدث

الصادم في أي وقت ويشعر الفرد بنفس الخوف والرعب الذي شعر به أثناء حدوث الصدمة ورؤية أشياء أو سماع أصوات متعلقة بالحدث الصادم.

4-2- تجنب المواقف التي تذكر بالحدث : فيحاول الفرد تجنب المواقف أو الناس التي

تؤدي إلى تذكر الحدث الصادم.

4-3- الشعور بفقدان الإحساس: يجد الفرد صعوبة في التعبير عن مشاعره وهذه وسيلة أخرى لتجنب الذكريات وقد لا يكون قادراً على تكوين مشاعر إيجابية أو مشاعر حب إتجاه الناس، وهذا كله متعلق بالتهديد الذي تعرض له جراء الصدمة النفسية التي أحدثت خلل في توازنه النفسي ومشاعره المكبوتة.

4-4- فرط الإثارة: حيث يكون الفرد في حالة غضب وبحث دائم عن الخطر.

(عبد الفتاح، 2009، ص75)

وحسب الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية (Dsm4) فإن معايير التشخيص هي الأعراض التالية:

- الشعور بالعزلة والنفور من الآخرين.
- احساس بمستقبل غير مشرق.
- انخفاض في ممارسة الفرد لنشاطه.
- ضعف القدرة على الشعور بالحب.
- كواليس وأحلام مزعجة ومتكررة لها علاقة بالحدث الصادم.
- الحزن والتوتر.
- تذكر الحدث على شكل صور وخيالات.
- إنزعاج إنفعالي شديد.
- إضطرابات النوم.
- نوبات غضب مصحوبة بسلوك عدواني (أحمد عكاشة، 2004، ص114)

❖ إستنتاج

تظهر أعراض اضطراب ما بعد الصدمة بعد التعرض لحدث صدمي، وتختلف أعراض ما بعد الصدمة حسب نوع الحدث الصادم فعلى سبيل المثال (أعراض الاعتداء الجنسي) تختلف عن أعراض الكارثة الطبيعية ففي تحديد الأعراض الأولية للكوارث الطبيعية يكون البحث عن وجود إصابات جسدية أولاً ثم تحديد ما إن كان الفرد عرضة لمضاعفات وأعراض نفسية، العكس في الاعتداء الجنسي والأمراض فيكون التعامل مع الآثار النفسية لهذا الحدث الصادم، ويوجد عاملان يؤثران في حدود تلك الأعراض وهما مواجهة الفرد للصدمة من خلال طبيعة الشخصية وقدرة الفرد على تذكر الحدث وربطه بغيره من الذكريات والتجارب التي مر بها.

5- علاج اضطراب ما بعد الصدمة

إن اضطراب ما بعد الصدمة بمثابة رد فعل للتعرض للصدمة التي ينطوي على الخوف الرعب، فهو بمثابة حالة من الفوضى تؤثر على حياة الفرد وتصيبه بالعجز النفسي والإجتماعي، فمع استمرار هذه الاضطرابات يصبح الفرد غير قادر على رؤية الصدمة كحدث محدود الوقت بل يصبح هاجس يدمر حياته فبرغم من أعراضه المحددة مثل التشوش المستمر في الحياة اليومية وتكرار ذكريات مخيفة بشكل مستمر إلا أنه يصعب علاجه لصعوبة تحديد نوع العلاج، ولتأثير هذا الاضطراب على جانب النفسي والجسدي معا ولقلة وعي الأفراد بخطورته وغياب التشخيص المبكر، هنا اعتمدنا على 3 علاجات نفسية تعتبر من أهم العلاجات التي يمكن أن تساعدنا في تقليل من هذا الاضطراب وهي:

5-1- العلاج المعرفي السلوكي: العلاج المعرفي السلوكي هو أحد الأساليب العلاجية

الحديثة التي تهتم بصفة أساسية بالمدخل المعرفي للاضطرابات النفسية، ويهدف هذا الأسلوب إلى إزالة الألم النفسي وما يشعر به الفرد من ضيق وكرب وذلك من خلال التعرف

على المفاهيم الذاتية الخاطئة وتحديدها والعمل على تصحيحها، ومن ثم تعديلها ويتوقف تحقيق هذا الهدف على وجود علاقة علاجية دافئة بين المعالج والمتعالج الذي يجب أن يتصف بالقبول والتقبل، وأن يقوم المعالج بتدريب المتعالج وتعليمه كيفية التعرف على المشكلات وحلها حيث أن مصطلح العلاج السلوكي يشير إلى أسلوب علاجي يستخدم مبادئ وقوانين السلوك ونظريات التعلم في العلاج النفسي، ويعتبر العلاج السلوكي أسرع حل للمشكلات السلوكية حيث يتم من خلال تعديل السلوك المرضي المتمثل في الأعراض وتنمية السلوك الإرادي السوي لدى الفرد وهذا يعني تأكيد مسلمة رئيسية وهي أن الإنسان يتعلم من خلال خبراته بالعالم والمحيط الذي يعيش فيه (إبراهيم عبد الستار، 1999، ص 42)

5-2-العلاج الدوائي: إن العلاج الدوائي الطبي يشكل المرحلة الولى من علاج اضطراب الضغوط التالية للصدمة من اجل تخفيف الاعراض المؤلمة و تسهيل عمليات العلاج النفسي و قد اظهرت الدراسات فائدة مضادات الاكتئاب ثلاثية الحلقة (Antidepressants) ومثبطات اعادة الامتصاص الانتقائي سيروتونين و مثبطات الانزيمات المؤكسدة احادية الامينات فهي تساعد على كبح النشاك الفيزيولوجي الزائد و تحسن دورة النوم و الاحلام المضطربة و خفض القلق مثل بركسينين، فينيلزين، و تستخدم نفس الجرعات الني تاخذ في علاج الاضطرابات الاكتئابية و يجب الاستمرار في اخذ الدواء لمدة 8 اسابيع و بالنسبة للمرضى الذين يستجيبون للدواء عليهم الاستمرار في تناوله لمدة سنة على الاقل قبل التفكير بسحبه و تشير بعض الدراسات الى ان العلاج بالادوية يكون اكثر فاعلية في معالجة الاكتئاب و القلق و فرط الاستثارة) محمد الحجار، الطب المعاصر (1989)

5-3-العلاج بتقنية EMDR: تعرف بتقنية EMDR او علاج اطال التحسس و اعادة المعالجة بحركات العينين EMDR هي اختصار بالغة الانجليزية و تعني

(Reprocessing Eye movement Desensitization)

و اكتشف هذه التقنية من طرف الاخصائية النفسانية الامريكية (francine shopiro) في سنة 1987 وهي تقنية علاجية تسمح باستئناف المعالجة التكيفية الطبيعية للمعلومات المؤلمة المكبوحة، كما تسمح بتحريك الامكانيات النفسية و ترميم تقدير الذات المنخفض حتى تقوم تقنية EMDR على اعادة المواجهة التخيلية من الصدمة و يقوم اساس خفض حساسية العين و الاعداد على الافتراضات حول تخزين ذكريات الصدمة في الدماغ، حيث تم ازالة الانفعال المستشار المخزن في الدماغ من خلال حركات العين و مع التأثير المزدوج للانتباه و هذا يعني ان تتم استشارة نصفي الكرة الدماغية كليهما بالتبادل من خلال المتابعة البصرية و تعتمد هذه التقنية على فرصة وجود ذكريات و عواطف و احساس عاطلة يعانيتها المرضى بشكل رئيسي، بسبب الحزن الغير ملائم للحدث الصدمي المؤلم و المستقر في ذاكرة المريض الضمنية رفق القيام بالتحضر الثنائي) بضمنها حركات العين (فإنها تساعد في معالجة هذه الذكريات الضمنية و انتقالها الى الذاكرة الواضحة و عن طريق الدراسات التي اجريت باستعمال هذه الطريقة استنتجوا بانها تساعد في المعالجة من خلال الافكار و الاحاسيس المتعلقة بالذاكرة العاطلة. (محمد احمد، 1989، ص 112)

*اسس و مبادئ تقنية EMDR:

يشير (شاكر مجيد، 2011، ص 80) على ان اسس و مبادئ تقنية EMDR كما يلي:

- تستند EMDR على الملاحظة و ان مجرد تذكر الصدمة غير كافي، بل على الشخص المصدوم ان يتذكر قلب المشهد.

- بروتوكول EMDR يمكن ان يرافق الشخص المصدوم الى نواة الصدمة

- تذكر الشخص المصدوم لا يركز على اللفظ فقط بل على التصورات و الادراكات و العواطف و الاحاسيس الجسدية بالإضافة الى الحواس (حركة العينين).

- تهتم EMDR بالشخص كله و بكل ابعاده و ما يتعلق بالمظاهر النفسية و السلوكية و الجسدية.

- يركز العلاج على الماضي الصادم.

- تعتبر تقنية EMDR المريض فوق كل شيء و نظرة المعالج للمريض لابد ان تكون فورية و اعتباره كشريك في العملية العلاجية و بذل قصار جهده لمساعدته .

- اذا كان المريض لا يتطور بالسرعة التي ينبغي أن تكون، فذلك لا يرجع الى ان المريض سبب في تأثير العوامل المحيطة به .

- تمنح القدرة على التعبير عن المشاعر المرافقة للصدمة و استرجاع الموقف بكامله

❖ استنتاج

من خلال ما سبق نستخلص باننا اعتمدنا ثلاث علاج لاضطراب ما بعد الصدمة حيث واجهت صعوبة في ذلك و ذلك من خلاص تعدد العلاجات النفسية فاخرت العلاج السلوكي و العلاج الدوائي و العلاج بتقنية EMDR فالعلاج السلوكي الذي يعد افضل علاج لأنه يركز على سلوك المريض المضطرب ليبقى العلاج السلوكي الى اصلاحها تطرقنا الى العلاج الدوائي هل يعتمد على مجموعة من العقاقير التي تلعب دورا بارزا في العلاج سواء في العلاج الجسدي او النفسي، ثم العلاج بتقنية EMDR الذي حقق نجاحا لافتا خلال السنوات العشر الماضية خاصة ان بدايتها كانت صعبة وواجهت العديد من الانتقادات ثم تبنت اهميتها في علاج الاضطرابات النفسية خاصة فيما يتعلق بالصددمات او اضطراب ما بعد الصدمة حيث نجحت هذه التقنية عند تطبيقها على المرضى انخفاض مستوى الصدمة التي سببتها لهم احداث معينة كان لها تأثير كبير على توافقهم النفسي و الاجتماعي.

الفصل الثالث : ماهية فيروس كورونا (كوفيد19)

1-تعريف فيروس كورونا

2-أعراض فيروس كورونا

3-أسباب إنتشار فيروس كورونا

4-طرق الوقاية من فيروس كورونا

5-إضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس

كورونا.

1-تعريف فيروس كورونا

فيروس كورونا هو أحد الفيروسات التي تصيب الإنسان ويمكن إنتقاله من شخص لأخر، فهو أحد الفيروسات الجديدة التي تكون قاتلة فهو كمعظم الفيروسات التي تصيب جهاز التنفس حيث ينتقل عبر سوائل وإفرازات المريض فهو يصيب الصغير والكبير حيث أن الفيروس مميت بنسبة%50 ،ففي الوقت الراهن أصبح وباء عالمي لم يخلو منه أي بلد وفي هذا الفصل سوف نتوسع أكثر عن فيروس كورونا، أعراضه، أسبابه، علاجه، وطرق الوقاية منه، إضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا.

ظهر فيروس كورونا أول مرة بالصين مشتق من (COVID19) وتعني (CO) هما أول حرفين من كورونا، (Corona) و (vi) هما أول حرفين من كلمة، (virus) و (D) هو أول حرف من كلمة مرض بالإنجليزية، (disease) وهو فيروس جديد يرتبط بعائلة الفيروسات نفسها التي ينتمي إليها الفيروس الذي يتسبب بمرض المتلازمة التنفسية الحادة، حيث أن في مارس 2020 أعلنت منظمة (WHO) للصحة العالمية أن كوفيد19 هو جائحة عالمية، حيث أن هناك عدة مجموعات مختصة بالصحة تنشر التحديثات على الأنترنت، ومن هذه المجموعات مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها الولايات المتحدة ومنظمة الصحة العالمية (WHO) كما أصدرت هذه المجموعات توصيات حول منع انتشار الفيروس.

(عبد السلام، 2020، ص51)

2- أعراض فيروس كورونا

تبدأ أعراض هذا الفيروس الجديد بسيطة كأعراض الانفلونزا، حيث يشعر المريض بالاختناق في الحلق والسعال وارتفاع في درجة الحرارة وضيق في التنفس وصداع في الرأس، قد يتمثل بعدها للشفاء وربما تتطور الأعراض إلى التهاب حاد في الرئة بسبب الحويصلات الهوائية وتورم أنسجة الرئة أو إلى فشل كلوي، كما يمنع الفيروس وصول الأكسجين إلى الدم مسببا قصورا في وظائف أعضاء الجسم ماقد يؤدي إلى الوفاة في

حالات معينة، حيث أن بعض أعراض كورونا تتشابه مع أعراض الانفلونزا أو الزكام العادي وهنا يلزم إجراء فحوصات للتأكد ما إذا كان الشخص مصابا بكوفيد أم لا.

(أحمد أمين، 2020، ص، 21)

3-أسباب انتشار فيروس كورونا

يعرف فيروس كورونا بأنه حيواني المصدر ويعني هذا تطور أولا لدى الحيوانات ثم انتقل إلى البشر، ولم يرتبط فيروس كورونا بشكل نهائي بحيوان معين ولكن يعتقد الباحثين أن انتقال هذا الفيروس حدث في سوق المواد الغذائية المفتوح في ووهان الصينية، حيث أن من السيئ في الأمر أنه بمجرد تطور فيروس كورونا ووصوله إلى البشر يمكن أن ينتشر إلى الأشخاص من خلال قطرات الجهاز التنفسي(الرذاذ)(وهو الاسم التقني للمواد الرطبة التي تتحرك في الهواء عند السعال أو العطس، حيث يحتوي الرذاذ الصادر عن المصاب بفيروس كورونا على مادة فيروسية، ويمكن أن تستنشق من قبل الإنسان السليم عبر جهازه التنفسي وصولا إلى القصبة الهوائية والرئتين الذي بدروه سببا مؤديا إلي إصابة شخص آخر.

(أحمد أمين، 2020، ص 15)

4-طرق الوقاية من فيروس كورونا

أعلنت الكثير من الشركات في أنحاء العالم على لقاح فيروس كورونا، وحتى وصول اللقاح لكل الناس ننصحكم بالوقاية من فيروس كورونا وتجنب التعرض له من خلال العناصر التالية:

4-1-البقاء في المنزل: في حالة العزل المنزلي يجب عليكم.

-عدم مغادرة المنزل لأي سبب كان مع ممارسة الرياضة لمرة واحدة في اليوم .

-الحفاظ على مسافة مترين من الأشخاص الآخرين.

-أطلب حاجتك عن طريق الهاتف أو الأنترنت.

-البقاء أو تأجيل استقبال وزيارة الأصدقاء والعائلة في المنزل.

4-2-التباعد الاجتماعي: التباعد الجسدي أو التباعد الاجتماعي مع تجنب التجمعات العامة الكبيرة أو وسائل النقل العامة والبقاء بعيدا عن الآخرين عندما تكون في مكان عام، مع الحفاظ على مسافة مترين(6) أقدام (على الأقل بينك وبين أي شخص يسعل أو يعطس لأن السعال أو العطس ينتج عنه قطرات سائلة صغيرة وقد تحتوي هذه القطرات على الفيروس وهو ما يؤدي إلى الإصابة بفيروس كورونا.

4-3-النظافة الشخصية: احرص على نظافتك الشخصية عموما ونظافة اليدين خصوصا عبر غسلهما بالماء والصابون لمدة لا تقل عن 20 ثانية وخصوصا بعد العودة من أي مكان عام، وإستخدام معقم اليدين الذي يحتوي على ما لا يقل عن نسبة 60% من الكحول عبر وضع المعقم على سطح يديك وفركهما معا حتى يجف، ويجب التذكير بضرورة لمس الأنف والفم والعينين بأيد غير مغسولة لأن ذلك يؤدي إلى الإصابة بالفيروس، ويجب مسح الأسطح التي يلمسها الأشخاص عادة بالصابون المنزلي العادي أو إي منظف آخر ثم شطفهما بالماء، كما ينصح بعد ذلك باستخدام مطهر منزلي مثل مبيض كلور، حيث تقضي المادة الفعالة لهيلو كلوريت الصوديوم على الجراثيم والفطريات والفيروسات، ويجب أن لا يخلط الناس بين المواد المستخدمة لتنظيف الأسطح وبين المواد الملائمة لاستخدام البشري لأن كل مادة ومحاذير إستعمالها، ومن الجدير بالذكر أن التنظيف المستمر بالماء والصابون لا تقل عن 20 ثانية تعد كافية للنظافة الشخصية.

4-4-إستخدام الكمامة: يجب على الشخص المصاب ارتداء الكمامة عند الاقتراب من الأشخاص الآخرين وقبل دخول أماكن الرعاية الصحية، وأن تعذر عليه ارتداء الكمامة (الصعوبة في التنفس) مثلا فيجب على المريض بذل قصار جهده لتغطية السعال والعطس كما يجب على الأشخاص ارتداء الكمامة عند الاقتراب منه(عبد السلام، 2020ص81)

5- اضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من مرض كورونا (كوفيد 19)

إضطراب مابعد الصدمة هو إضطراب نفسي شديد ناجم عن حدث صادم يؤدي إلى معاناة عاطفية وتدهور هائل في العلاقات الاجتماعية، والعديد من الناس يتعافون منه في الأيام التي تلي الصدمة بينما يعاني آخرون من استمرار تأثير الحدث الصادم عليهم لسنوات عديدة مما يؤدي لظهور أعراض نفسية أسد خطورة مثل العزلة، القلق، الاكتئاب، ونوبات الهلع، والإيذاء النفسي وفي ظل إنتشار السريع لفيروس كورونا في كافة أنحاء العالم، وسرعة تنقل الأخبار والمعلومات تفتت حالة من الذعر لدى الأفراد شملت جميع الفئات العمرية والشرائح الاجتماعية، حيث أن هذا الحدث العالمي جعل معظم شعوب العالم في منازلهم مع مرافقتنا من موجات تنمر وعنصرية تجاه المصابين أدت إلى سلوكيات كان لها الأثر النفسي السلبي على المصابين ففي موضوعنا هذا سوف نتعرف على مستوى تأثير حدث إنتشار جائحة فيروس كورونا على أفراد المجتمع من الناحية النفسية من خلال دراسة ظهور إضطراب مابعد الصدمة عليهم. (فرانشيسكو غريغولي وداميانو سانديري، شركة قوغل)

تعتبر جائحة كورونا هي إحدى الأزمات الصحية العالمية الخطيرة التي أدت بحياة الألاف من البشر وأصابت الملايين منهم حول العالم، وهددت نظام معيشتهم الاقتصادي والاجتماعي الأمر الذي شكل للكثيرين صدمة هزت فهمهم لذاتهم والعالم من حولهم وإلى ظهور إحساس العجز من حولهم وبالتالي ظهور أعراض مابعد الصدمة، فهذا يعتبر تهديد بالموت أو الأذى البالغ وقد يكون من بين الأعراض إعادة معايشة الحدث الصادم بصفة متكررة وكذلك الحذر في تجارب الشخص مع المحيط، كما ظهرت فروق بين الأعمار المختلفة في شدة أعراض الإضطراب إثر إنتشار الفيروس لدى العينة المصابة، حيث بلغ متوسط شدة أعراض إضطراب كرب مابعد الصدمة الظاهرة على الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 19 عاما و45عاما، وأظهرت أبحاث حديثة أجراها مختصون في كندا أن عددا كبيرا من المصابين الذين تعافوا من فيروس كورونا يعانون من الكوابيس، القلق، وأعراض إضطراب مابعد الصدمة، وذكرت شبكة (سي تي في نيوز) الكندية أن هناك أدلة جديدة

تشير إلى أن ما يصل إلى ثلث أولئك الذين تعافوا من الإصابة بفيروس كورونا لا تزال لديهم اضطراب مابعد الصدمة، وكشفت دراسة أجراها باحثو كلية لندن للصحة والطب أن خمس أطباء حول العالم عانو من اضطراب مابعد الصدمة (ptsd) والاكنتاب خلال جائحة كورونا، وأظهرت الدراسة أن %21 من المرضى وغيرهم من العاملين أصيبوا بالاكنتاب واضطراب مابعد الصدمة أثناء جائحة وعانى حوالي %22 من القلق، كما توصلت دراسة إلى أن عددا كبيرا من مرضى كورونا الذين تطلب علاجهم الدخول إلى المستشفى يعانون من اضطراب مابعد الصدمة، وكذلك ذكر أن المرضى قد يعانون تشكيلة واسعة من الأعراض المتنوعة التي يشملها اضطراب مابعد الصدمة بما في ذلك الأفكار والصور الداخلية وهبات المشاعر الجياشة وسهولة الإحساس بالفرع ومحاولة محو ذكريات وتجنب الحديث عما حدث، وذلك بفرص الوقوف على نسبة انتشار هذا الإضطراب بين أفراد وبالتالي محاولة اكتشاف الأسباب التي أدت إلى ظهور الأعراض عند بعض دون غيرهم ومن خلال النتائج نصح أكثر قدرة في السيطرة على الأسباب المؤدية لأعراض اضطراب مابعد الصدمة ومن ثم التقليل من تأثيره مستقبلا، ومن جانب آخر فإن التعرف على مدى إنتشار أعراض اضطراب مابعد الصدمة واكتشافها سريعا يساهم في التدخل المبكر لعلاجها وحلها لكي لا تتفاقم الأعراض وتؤدي إلى مشكلات نفسية أخرى أشد تأثيراً وخطورة على الفرد والمجتمع. (فرانشيسكو غريغولي وداميانو ساندرى، شركة قوقل)

❖ إستنتاج

انا في هذه الدراسة ألفت الانتباه إلى اضطراب مابعد الصدمة باعتباره توسع مع جائحة كورونا فإننا نشير إلى أهمية أن تأخذ سياسات الرعاية الصحية في الاعتبار والاستراتيجيات الوقائية ومنها قيام الجهات المختصة بالاهتمام بالجانب النفسي وتشكيل فروق بحث وتحري عن انتشار اضطراب مابعد الصدمة المزمن والاضطرابات النفسية الأخرى الناجمة عن الفيروس مع تصميم برامج علاجية خاصة باضطراب مابعد الصدمة وتطبيقها على

محتاجيها وتحديد مؤسسات نفسية من القطاع الحكومي والخاص لتكون مراكز تأهيل لمرضى اضطراب ما بعد الصدمة.

الفصل الرابع: الإطار المنهجي للدراسة

1- منهج الدراسة

2- الدراسة الإستطلاعية

3- أدوات الدراسة

4- عينة الدراسة

في كل البحوث العلمية نعتد على منهجية معينة يراد من خلالها الوصول إلى نتائج علمية دقيقة، ولهذا خصصنا هذا الجانب لتوضيح المنهجية التي اتبعناها في دراستنا من أجل الإحاطة أكثر بالموضوع والتحقق من الفرضيات وقسمنا هذا الجانب إلى منهج الدراسة الدراسة الإستطلاعية، عينة الدراسة، أدوات الدراسة.

1- منهج الدراسة

إن كل دراسة تتطلب منهج بحث الذي يساعد على الوصول إلى الغاية المرجوة أو الهدف المسطر، وعلى الباحث اختيار المنهج الملائم لدراسة حتى تتضح له الأمور ويكون بحثه دقيق كون أن لكل دراسة منهج خاص بها ، فالمنهج يسهل عملية البحث ويمكن الباحث ويمكنه من بلوغ هدفه ونظراً لأن موضوعنا يتمحور حول اضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من مرض كورونا فقد اعتمدنا المنهج العيادي المرتكز علي الطريقة الكيفية، معتمدين في ذلك على دراسة الحالة لأنه يخدم موضوع الدراسة الحالية .

حيث يعرف المنهج العيادي على أنه أحد المناهج الرئيسية في مجالات الدراسة النفسية ويقوم علي اسلوب دراسة الحالة بصورة كلية وشاملة(مصطفى كامل،2009،ص45)

2- الدراسة الاستطلاعية:

للقيام بأي بحث لابد من إجراء دراسة استطلاعية التي تساعد على تحديد أبعاد بحثه والهدف المراد الوصول إليه، حيث أن دراستنا تمت في الوسط الاجتماعي المفتوح لولاية المسيلة وقد تم اختيارنا للموضوع الحالي بناء على استفحال الأزمة الصحية الراهنة في الجزائر والعالم بأسره ، إذ أصبحت هذه الأزمة حديث ساعة والتي أثرت على أفراد العالم والمجتمع الجزائري وما خلفته من إصابات فالإحصائيات كبيرة في هذا الشأن ،ونتيجة لاحتكاكنا ببعض الحالات التي أصيب بهذا الفيروس اللعين فقد لاحظت بعض الحالات التي أصيبت به من بعض العائلات المقربة والذين تعرضوا إلى صدمات نفسية أثرت عليهم

فيما بعد على حياتهم النفسية والسلوكية وعلى معاشهم النفسي في مجالات عدة ومدى خوفهم من الإصابة مجدداً، وعليه كمحاولة منا استطعنا أن نتابع تطور الأعراض من خلال بحثنا في حيثيات هذا الفيروس وأعراضه ومدى انتشاره في المجتمع الجزائري، وولجنا إلى مواقع التواصل الاجتماعي ورصدنا للظاهرة محل الدراسة واحتكاكنا بذوي الخبرة في هذا المجال من مختصين نفسانيين وأطباء والتعرف عليه أكثر بتحديد الحالات وأدوات جمع البيانات من أجل فهم الظاهرة أكثر ودراستها بعمق من أجل التشخيص.

3- عينة الدراسة

تم اختيار (06) حالات من عائلة الطالبة و الذين تتوفر فيهم شروط الدراسة وتطابقها مع موضوع الدراسة الحالية من الذين تعرضوا للإصابة بفيروس كورونا وتعافوا لكن ظهرت عليهم أعراض اضطراب مابعد الصدمة. ومن ثم بدأ العمل معهم وبعد مدة انسحبت ثلاث حالات بحجة الوصم الاجتماعي لهم من جراء الإصابة بهذا الفيروس اللعين، أي الخوف من اكتشاف الإصابة لهم، وكذا عدم قدرتهم ووصفهم للحدث الصادم والأعراض المصاحبة لهذا الفيروس فهم لا يريدون خوض المعركة من جديد مع الفيروس ولا حتي التحدث في هذا الأمر، وكذا تجنب الاختلاط والتباعد الاجتماعي مع الأفراد، وعليه يمكننا توضيح خصائص عينة الدراسة والمتمثلة في (03) تتوفر فيهم شروط دراستنا وذلك من خلال موافقتهم لإجراء الدراسة معهم ويمكن توضيح خصائص العينة كمايلي:

- إسمهان، أنثى، العمر، 25، طالبة جامعية، عزباء.

- عبد الحبار، ذكر، العمر، 35 متزوج، حارس في مستشفى.

- خديجة، أنثى، العمر، 47، متزوجة، ربت بيت.

فالحالات الثلاث أصيبوا بفيروس كورونا وتعافوا منه، لكن ظهرت عليهم أعراض اضطراب مابعد الصدمة جراء الحدث الصدمي .

4- أدوات الدراسة

4-1-المقابلة: تعتبر المقابلة من أهم أدوات البحث العلمي لمساهمتها في توفير معلومات عميقة وكثيرة حول الموضوع أو الظاهرة المراد دراستها والمقابلة هي عملية تتم بين الباحث وشخص آخر تطرح من خلالها أسئلة ويتم تسجيل إجاباتهم علي تلك الأسئلة .

(ماهر محمود عمر، 2009ص76)

وفي دراستنا التي بين أيدينا اعتدنا علي أداة المقابلة من خلال مقابلتنا مع 3 حالات من الوسط الاجتماعي لولاية المسيلة كانت المقابلة مقسمة الي 3 مقابلات حيث اعتمدنا في المقابلة الأولى على بعض الأسئلة المتعلقة بالعمل كانت كمايلي : ما اسمك، عمرك عملك، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي.

ومن ثم ندون كل ما يقوله العميل وفي المقابلة الثانية كان يجب أن نطرح أسئلة تتعلق بمشكلة العميل فيما أن دراستنا تتعلق باضطراب مابعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كان الحديث عن كيفية الإصابة بالفيروس وكم دامت هذه المشكلة والأعراض وفي المقابلة الثالثة لنتأكد بأن الحالات مصابون باضطراب مابعد الصدمة قمنا بتطبيق مقياس كرب مابعد الصدمة لدافيدسون المكون من 69 فقرة توزعت على 3 مجالات، مجال أعراض وجدانية، ومجال أعراض سلوكية، ومجال أعراض معرفية.

فكان المقياس عبارة عن أسئلة يجيب عنها العميل فكل عميل كيف كانت إجابته حسب الأعراض التي يشعر بها فساعدنا هذا مقياس كثيرا في مقابلاتنا

❖ الملاحظة

تشير كلمة ملاحظة الى الاهتمام أو الانتباه إلى الشئ أو حدث أو ظاهرة بشكل منظم، عن طريق الحواس حيث نجمع خبراتنا من خلال ما نشاهده والملاحظة تعني الانتباه

لظواهر بقصد تفسيرها وهي من أهم الأدوات المستخدمة في الدراسات وتكمن أهميتها في جمع البيانات (إبراهيم خليل, 2009, ص41)

وفي دراستنا اعتمدنا على الملاحظة لأنها تخدمنا فساعدتنا في مقابلتنا مع الحالات فاعتمدنا على حواسنا وعلى ما نراه فكانت الملاحظة كالتالي ملاحظة كلام المريض) سريع، مفهوم (لباس المريض) نظيف، لباس ملائم، منظم(حركات المريض) سريع الحركة ,هادئ،(التواصل البصري للمريض، الذاكرة .

ومن كلام المريض ايضا استطعنا أن نلاحظ عدة أشياء مثل الخوف، هل مازالت تتنابه نوبات الفزع من الحدث الصدمي هل يتضايق عند الرجوع للحديث عن الحدث الصدمي فلاحظنا بأن الحالات الثلاث تتنابهن نوبات قلق أثناء التحدث عن ما حدث لهم ومنهم من اضطر إلى البكاء دون شعور أثناء التذكر ونستطيع أن نشير هنا إلى أن الملاحظة افادتنا حتي لو لم يتكلم المريض نستطيع أن نلاحظ ما نريده من خلال تصرفاته وملاحظتنا الدقيقة

الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

1- عرض النتائج وتحليلها.

2- مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات.

3- الخاتمة.

4- المراجع.

5- الملاحق.

1- عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالحالة الأولى

-المقابلة الأولى : كانت تعريف بالحالة حيث اتبعنا نموذج دراسة الحالة المبين في الملاحق الذي يعتمد على بعض العناصر وهي كالتالي:

اسم الحالة اسمهان، انثى جزائرية، من مواليد 1995، عزباء، طالبة

من خلال المقابلة الأولى: لاحظنا أن اسمهان تتمتع بمظهر نظيف وملابس مناسبة تواصل بصري جيد، ذاكرة جيدة، كلامها سريع، نطق واضح .

-المقابلة الثانية : في المقابلة الثانية تطرقنا إلى معلومات عن مشكلة المريضة حيث كانت المشكلة الإصابة بفيروس كورونا وذلك يوم 25/6/2020 حسب حديث اسمهان إستمرت هذه المشكلة لمدة شهر بعد أن بدأت أعراض الوباء تظهر تدريجيا من السعال إلى العطس ثم الحمى تقول إسمهان بأنها كانت في مرحلة إنجاز مذكرة ليسانس الخاصة بها ماجعلها تنتقل بصفة متكررة بين المكتبات وخروجها المتكرر من البيت وحسب قولها لم أكن أضع الكمامة بشكل دائم وبعد أن بدأت اعراض فيروس كورونا في الظهور وخوف عائلتها عليها وعلى أنفسهم لأن امها مصابة بمرض السكر وكما نعرف بأن فيروس كورونا يؤثر كثيرا على من لديهم مرض مزمن حسب ما قالته اسمهان انها كانت تشك بأن هذه أعراض كورونا وكانت مترددة من الذهاب للمستشفى لكن خوفها علي عائلتها جعلها تذهب، وكانت الصدمة أنها فعلا مصابة بفيروس كورونا بعد إجراء التحاليل مكثة إسمهان في المستشفى لمدة 15 يوم حيث عانت كثيرا وأصعب شيء كان صعوبة التنفس وبعد 15 يوم غادرت المستشفى إلى البيت حيث كان يجب أن يكون حجر منزلي بقيت إسمهان في غرفتها محجوزة لمدة 10 ايام لاتتكلم مع أحد حسب قولها عانيت كثيرا من الجلوس بمفردي وبعد 10أيام بدأت في التحسن وبدأت تخف أعراض فيروس كورونا لكن المشكل هو التأثير

النفسي الذي تعرضت له بعد التأثير الجسدي فظهرت عليها أعراض نفسية هي الخوف، القلق، صعوبة النوم، الاعتزال، البكاء المستمر.

من أهم المعلومات التي توصلنا إليها عن حالة إسمهان هي:

- المشكلة هي إصابتها بفيروس كورونا.
- استمرت هذه المشكلة لمدة شهر.
- بدأت أعراض المرض تظهر تدريجياً.
- لم تسبق المشكلة أي حوادث معينة.
- لم تعاني إسمهان من أعراض نفسية سابقة.
- لم تذهب إسمان لأي إخصائي نفسي.
- لم تتناول إسمان حبوب أو أدوية نفسية.
- الملاحظة المباشرة للمفحوص.

❖ الملاحظة المباشرة للمفحوص

- فترات صمت.
- مزاح حزين.
- بكاء أثناء الكلام.
- اللعب بالأصابع أثناء الكلام.

-المقابلة الثالثة:

حسب المقابلة الثانية وحسب الأعراض التي ظهرت على إسمهان بعد شفائها من فيروس كورونا تبين أنها تعاني من اضطراب مابعد الصدمة ولنتأكد قمنا بتطبيق اضطراب مابعد الصدمة كما هو مبين في الملاحق وكانت إجابة إسمهان كما يلي:

دائماً تتخيل صور وذكريات عن الحدث الصدمي:

- أعاني من صعوبة في التمتع بحياتي.
- أريد أن أكون معزولة عن الناس.
- فقدت الشعور بالحب.
- أعاني من اضطرابات في النوم .
- اتضايق من الأشياء التي تذكرني بما تعرضت له من خبرة صادمة .
- أعاني من فقدان الذاكرة.
- أعاني من صعوبة التركيز.
- اتوقع السوء.
- تتنابني نوبات من التوتر .
- أشعر بمشاعر فجائية بأن ما حدث سوف يحدث مرة اخرى .

وعند تطبيق الأعراض الوجدانية والسلوكية والمعرفية لاضطراب مابعد الصدمة تبين أن اسمهان تعاني من الأعراض الوجدانية التي تمثلت في:

- أصبحت سريعة الغضب.

- شديدة القلق.
 - تشعر بالوحدة النفسية.
 - أصبحت تخاف من المستقبل.
 - البكاء كثيرا.
 - غير قادرة على تبادل مشاعرها مع الاخرين.
 - أصبحت أكثر تشاءم .
 - تشعر بالتعب في كل الأوقات .
 - تصرخ في وجه من تتعامل معه دون سبب .
 - تلوم نفسها بشدة .
- الأعراض السلوكية التي تمثلت في:
- أصبحت إسمهان غير قادرة على ممارسة أي نشاط
 - أقل حرصا علي التخطيط لمستحقها
 - تتجنب الذهاب إلى الأماكن التي تذكرها بالصدمة .
 - أكثر عنفا في تعاملها مع الآخرين.
 - لاتهم بالسعي لتحسين وضعها المهني .
 - تفرغ بشدة من المواقف الجديدة .
 - تجد صعوبة في اتخاذ القرارات فيما يتعلق بأمورها الخاصة.

- عاداتها السلوكية مختلفة .

والاعراض المعرفية التي تمثلت في:

-أصبحت إسمان لاتفكر بطريقة واقعية

-لاتستطيع أن تسيطر على أفكارها السلبية

-أصبحت إسمهان تعاني من النسيان

-لا تستطيع إسمان التركيز لفترة طويلة.

- إحكامها للأمور غير دقيقة.

- لاتستطيع التفكير المشترك مع الجماعة .

- تعاني من شرود ذهني .

- غير مقتنعة بكل الأمور التي كانت تبدو لها طبيعية ومقنعة .

- تشعر بان الأحداث الصادمة تفرض نفسها على تفكيرها .

❖ تحليل نتائج المتعلقة بالحالة الأولى

بعد دراسة الحالة وإستنادا إلى معطيات المقابلة العيادية وجدنا أن الحالة تظهر مشاعر الألم والمعاناة النفسية من خلال الأعراض التي تظهر عليها حيث تمثلت في قلت الشعور بالحب، اضطرابات النوم، العزلة عن الناس، تخيل صور وذكريات عن الحدث الصدمي، الخوف، شعور بالوحدة النفسية، النسيان، وتوصلنا من خلال الملاحظة أثناء المقابلة وتم تسجيل أن الحالة في مزاج حزين، بكاء أثناء الكلام، فترات صمت أثناء الحديث معها، اللعب بالأصابع أثناء الكلام.

❖ عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالحالة الثانية

-المقابلة الأولى: المقابلة الأولى كانت تعريف بالحالة حيث اعتمدت نموذج دراسة الحالة المبين في الملحق الذي يعتمد على بعض العناصر وهي كالتالي:

-اسم المفحوص عبد الجبار.م، ذكر، 35 سنة، متزوج، اب لطفلين، يعمل حارس في مستشفى، أصيب بفيروس كورونا في 12 ماي 2020 .

من خلال المقابلة الأولى كان عبد الجبار ذو لباس محترم، ملابس نظيفة، تواصله البصري ضعيف، كلام بطيء، ذاكرة ضعيفة.

-المقابلة الثانية: في المقابلة الثانية تطرقنا معلومات عن مشكلة المريض حيث كانت المشكلة الإصابة بفيروس كورونا وذلك يوم 12 ماي 2021 ، حيث يقول عبد الجبار بأنه كان في صحة جيدة وأنه كان يأخذ جميع التدابير الوقائية (كانت الكمامة لاتخرج من وجهي ورائحة المعقم لاتبتعد عني) فبحكم أنه يشتغل حارس في المستشفى كان يحب أن يخاف على صحته لأنه المكان الأكثر انتشار لفيروس كورونا، يقول عبد الجبار بأنه كان يرى المرضى يدخلون المستشفى كل يوم منهم من يتعالج ومنهم من يتوفى، فبعد خروج عبد الجبار من عمله كالعادة، توجه إلى منزله حيث يقول(بعد خروجي من عملي كالعادة توجهت لمنزلي وعند وصولي نظفت نفسي وانا ذاهب لأرتاح بعض الوقت شعرت أنني متعب فقلت في نفسي من الوقوف كثيرا) لكن الأمر لم يكن بهذه السهولة فبعد نوم عبد الجبار ومحاولة استيقاظه لم يستطع حيث يقول (كنت أشعر بأن جميع عظامي تؤلمني والحمى مرتفعة)وفي اليوم التالي لم يستطع الذهاب للعمل وبدأت اعراض فيروس كورونا تظهر مثل السعال، العطس بدأ عبد الجبار يشك في أنه فيروس كورونا حيث قال(اضع جميع التدابير الوقائية كيف أصاب)ودامت هذه الأعراض لمدة 7 أيام وفي اليوم الثامن كان يجب عليه الذهاب إلى المستشفى، ذهب عبد الجبار إلى المستشفى ومن خلال التحاليل

تبين أنه فعلا مصاب بفيروس كورونا مكث عبد الجبار لمدة 17 يوم في المستشفى ثم غادر المستشفى، لكن كان تحت الحجر المنزلي لا يكلم أحد ولا يرى أحد، بعد معاناة كبيرة مع أعراض فيروس كورونا القاتلة شفي عبد الجبار، لكن ظهرت عليه بعض الأعراض النفسية حيث يقول (صرت أخاف أن يرجع لي المرض وتركت عملي، واصبحت لا أخرج من المنزل نهائيا) وكانت الكوابيس والأحلام المتعلقة بالمرض لاتفارقه، دامت هذه الأعراض لمدة 3 أشهر بعد تعافي عبد الجبار من فيروس كورونا.

اهم المعلومات التي توصلنا إليها عن حالة عبد الجبار.

- المشكلة هي إصابته بفيروس كورونا.
- استمرت هذه المشكلة لمدة 25 يوم .
- بدأت اعراض الوباء تظهر تدريجيا.
- لم تسبق المشكلة اي حوادث معينة.
- لم يعاني عبد الجبار من أعراض نفسية سابقة.
- لم يذهب عبد الجبار إلى أخصائي نفسي .
- لم يتناول عبد الجبار أدوية نفسية.

❖ الملاحظة المباشرة للمفحوص.

تمت ملاحظة المفحوص من خلال المقابلة وقد سجلنا مايلي:

- انفعال وتوتر عند طرح أسئلة متعلقة بالحدث.
- مزاج حزين.
- التتهد لفترات طويلة.

-التكلم بصعوبة

-رفض الإتصال في البداية

-مزاج مضطرب.

-المقابلة الثالثة: حسب مقاله عبد الجبار في المقابلة السابقة تعتبر هذه الأعراض أعراض اضطراب مابعد الصدمة حيث أنها دامت لمدة 3 أشهر بعد التعافي من فيروس كورونا ولنتأكد قمنا بتطبيق اضطراب مابعد الصدمة كما هو مبين في الملحق وتوصلنا إلى النتائج التالية حسب إجابات عبد الجبار :

- دائما اتخيل صور وذكريات عن الخبرة الصادمة

- أحيانا أشعر بمشاعر فجائية أن ماحدث سوف يتكرر

- اتضايق كثيرا من الأشياء التي تذكرني بما تعرضت له خاصة عملي الذي صرت تكرهه.

- غالبا ما أعاني من فقدان الذاكرة.

- أعاني من صعوبة في التمتع بحياتي.

- فقدت الشعور بالحب.

- أجد صعوبة في بقائي على قيد الحياة لفترة طويلة لتحقيق بعض أهدافي مثل العمل وتربية أطفالي.

- اعاني من صعوبة في النوم

- دائما تتتابني نوبات التوتر عندما أفكر في الحادثة وأشعر أنني أختنق، وأتوقع السوء

- أشعر دائماً بأن الأمر سوف يتكرر لي أو لأحد من عائلتي.
- وطبقنا أيضاً بعض الأعراض المعرفية والسلوكية والوجدانية لضغط مابعد الصدمة.
- فبعد مرور عبد الجبار بخبرة صادمة اصبح لديه أعراض وجدانية تؤكد إصابته باضطراب مابعد الصدمة وهي:
- أصبح حذرا من كل شيء.
- شديد القلق.
- يلوم نفسه عما حدث له.
- يشعر بالوحدة النفسية.
- يخاف من المستقبل.
- يشعر عبد الجبار بعد الأمن.
- ينزعج عند التعامل مع الآخرين.
- يصرخ في وجه من يتعامل معهم دون سبب.
- أما الأعراض السلوكية فتمثلت في:
- غير قادر علي ممارسة الأنشطة المعتاد علي ممارستها.
- منعزل عن الآخرين.
- يرتجف عند سماع أو وقوع نفس الشيء لشخص ما.
- يجد صعوبة في إتخاذ القرارات .

-أقل حرصا في التخطيط لمستقبله.

- يجادل كثيرا في أمور تافهة.

- يشعر بالتعب في كل الأوقات.

-يشعر بالخوف دائما.

أما الأعراض المعرفية فتمثلت في:

- شعر عبد الجبار بأنه بحاجة لمن يساعده .

- غير مقتنع بالأمور التي كانت تبدو لي طبيعية .

- لا يستطيع التركيز لفترة طويلة.

- يحاول تناسي الأحداث الصدمية.

- يعاني من شروذ ذهني.

- لا يفكر بطريقة منظمة.

-اصبحت قدرته على التركيز ضعيفة.

❖ تحليل نتائج الحالة الثانية

بعد دراسة الحالة واستنادا إلى معطيات المقابلة العبادية ومقياس اضطراب مابعد الصدمة وجدنا أن الحالة يظهر مشاعر الألم والمعاناة النفسية عند تحدته عن الخبرات السابقة المؤلمة هذا ما يجعله يعيش حالة قلق لعدم نسيان الحاد، كما التمسنا من خلال الملاحظة صعوبة التعبير عن مشاعره وظهرت لديه عدة اضطرابات نفسية، تجلت في

صعوبة النوم فقدان الشهية، الحزن، وأفكار تشاؤمية هذا ما يؤكد معاناة الحالة من اضطراب مابعد الصدمة.

❖ عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالحالة الثالثة

-المقابلة الأولى: كانت تعرف بالحالة حيث اعتمدت نموذج دراسة الحالة المبين في الملاحق الذي يعتد على بعض العناصر وهي كالتالي:

اسم الحالة خديجة، أنثى، 47 سنة، متزوجة، أم لطفلة، ربت بيت، أصيبت بفيروس كورونا في 11 سبتمبر 2020 .

من خلال المقابلة الأولى كانت خديجة ذو ملابس محترمة، نظيفة، تواصلها البصري ضعيف، كلام واضح، ذاكرة ضعيفة.

-المقابلة الثانية: في المقابلة الثانية تطرقنا إلى مشكلة المريضة حيث كانت المشكلة إصابتها بفيروس كورونا تقول خديجة(بأنها أصيبت بعدوى من أحد الأقارب) وكانت خديجة تعاني من أعراض الفيروس وتم تأكد من إصابتها بعد دخولها المستشفى لمدة 17يوم، وبعد خروجها من المستشفى قامت بحجر منزلي لمدة 15 يوم، ثم تعافت تدريجيا لكن المشكل كان بعد التعافي من الفيروس ظهرت علي خديجة عدة أعراض وهي اضطراب النوم، الخوف، القلق، الاكتئاب، الاعتزال، كره الأشخاص المحيطين بها حتى المقربين منها دامت هذه الحالة لمدة شهرين بعد التعافي من فيروس كورونا.

(تعرضت خديجة لصدمة سابقة يجب أن نحكي عنها في هذه المقابلة).

تعرضت خديجة لصدمة جعلتها تتعالج عن طبيب نفسي قبل صدمة اضطراب مابعد الصدمة بعد التعافي من فيروس كورونا، فكانت هذه الصدمة هي اختطاف ابنتها وعدم رؤيتها لمدة 11 يوم حيث تقول خديجة) جننت ولم أجد ما أفعله لأعيد ابنتي وتقول أيضا

بأنها كانت تموت في الدقيقة ألف مرة (وكانت خديجة تدعو الله أن يعيد إليها ابنتها يرجع لها ابنتها) و عانت كثيرا حسب ما قالته بأمر الله عز وجل اكيد رجعت ابنتها لكن الاشكال اصبح متعلقا بخديجة التي لم تستوعب الامر و اصبحت لا تترك ابنتها تخرج من المنزل لخوفها عليا هذا ما جعلها تتعالج عند طبيب نفسي و نجحت في ذلك

هنا يسعنا القول بأن خديجة كانت تعاني من اضطراب نفسي من قبل ثم بعد اصابتها بفيروس كورونا ظهر لديها اضطراب مابعد الصدمة الذي شكل خطرا على حالتها ايضا أهم المعلومات التي توصلنا اليها عن حالة خديجة:

-المشكلة اصابتها بفيروس كورونا

- استمرت هذه المشكلة لمدة شهرين و 15 يوم.

- بدأت اعراض الوباء تظهر بصفة عامة.

- سبقت المشكلة مشاكل اخرى.

-نعم لحقت بالمشكلة مشكلة حياتية.

-عانت خديجة من اعراض نفسية سابقا.

-ذهبت خديجة الى اخصائي نفسي من قبل.

-تناولت ادوية نفسية من قبل.

❖ الملاحظة المباشرة للمفحوصة .

تمت ملاحظة المفحوصة خلال المقابلة وقد سجلت مايلي:

- انفعال وتوتر عند طرح بعض الأسئلة.

- اضطرابات في الكلام.

- فترات صمت.

-الحزن.

-التشاؤم.

-البكاء عند طرح بعض الأسئلة المتعلقة بالحدث الصدمي.

-المقابلة الثالثة: حسب ما قالته خديجة في المقابلة السابقة تعتبر هذه الأعراض

أعراض مابعد الصدمة ولنتأكد قمنا بتطبيق مقياس إضطراب مابعد الصدمة وتوصلنا إلى

النتائج التالية:

- تتخيل خديجة صور وذكريات عن الماضي .

- تتضايق من كل الأشياء التي تذكرها بالحدث الصدمي.

- تعاني خديجة من فقدان الذاكرة.

- تشعر خديجة بالعزلة.

- فقدت خديجة الشعور بالحب.

- تعاني خديجة من صعوبات في النوم .

- تتتاب خديجة نوبات من التوتر.

وقمنا أيضا بتطبيق الأعراض الوجدانية والسلوكية والمعرفية لإضطراب مابعد الصدمة

وكانت النتائج كالتالي:

الأعراض الوجدانية:

- أصبحت خديجة دائما حذرة من كل شيء .
- أصبحت خديجة غير قادرة على تبادل المشاعر مع الآخرين.
- تشعر بالوحدة النفسية.
- أصبحت خديجة أكثر تشاؤم.
- البكاء كثيرا.
- تنزعج دائما عند تعاملها مع الآخرين دون سبب.

الاعراض المعرفية:

- أصبحت قدرة خديجة على التركيز ضعيفة.
- تفكر بطريقة غير واقعية.
- أصبحت تعاني من النسيان.
- تشعر بالتعب في كل الأوقات.
- تشعر خديجة وكأن ماحصل لها عبارة عن حلم.
- تشعر دائما بالخوف.

❖ تحليل نتائج الحالة الثالثة:

بعد دراسة الحالة وإستنادا إلى معطيات المقابلة العيادية ومقياس اضطراب مابعد الصدمة وجدنا أن الحالة تظهر مشاعر الألم والمعاناة النفسية من خلال الأعراض التي تظهر عليها وتمثلت في البكاء، الخوف، القلق التشاؤم، اضطرابات النوم، والصمت عند

التحدث عن الخبرات الصادمة التي تعرضت لها سواء خطف ابنتها أو إصابتها بفيروس كورونا، وهذا ما يجعلها تعيش حالة من القلق لعدم نسيان الحادثة، كما التمسنا من خلال الملاحظة صعوبة التعبير عن مشاعرها، اضطرابات في الكلام، الحزن، التشاؤم.

❖ مناقشة النتائج على ضوء الفرضية

انطلاقاً من النتائج المحصل عليها من خلال تحليل محتوى كل مقابلة ونتائج مقياس اضطراب مابعد الصدمة للحالات الثلاث تم التوصل للفرضية الإجرائية التي مفادها يتعرض المتعافون من فيروس كورونا لاضطراب مابعد الصدمة، قد تحققت بحيث وجدنا الحالات المبحوثين الثلاث ظهرت عليهم أعراض اضطراب مابعد الصدمة على شكل شعور بالعجز، الخوف، الاحلام، والكوابيس، المتعلقة بالحدث الصدمي، والتي تتضمن معايشة الحادثة الصادمة مرات ومرات فيشعر المريض هنا وكأن حياته تغيرت وأصبحت حياة أخرى كما تحققت الفرضية من خلال دراسة بعض الأعراض التي تمثلت في السلوك والوجدان والمعرفة وتطبيقها على المفحوصين، فكان المفحوصين الثلاث يتفادون تذكر الأحداث أو التحدث عنها، وتجنب الأفكار أو المحادثات أو المشاعر المتصلة بالصدمة، كما أن الأعراض التي تميز اضطراب مابعد الصدمة تؤدي بالمصابين لعدم الحديث عن خبرتهم الصادمة وتقادي رؤية أو سماع ما يذكرهم بتلك الخبرة المؤلمة وقد يجد المصابون أنفسهم يحاولون التهرب من الآخرين وانعزالهم وشعورهم بالوحدة النفسية وانعدام الرغبة في التعامل مع الناس، والخوف من المستقبل وقلة النشاط، من خلال دراستنا للحالات الثلاث وجدنا أنهم يظهرون مشاعر الألم والمعاناة النفسية عند تحدثهم عن الخبرات السابقة المؤلمة، هذا ما جعلهم يعيشون حالة قلق لعدم نسيانهم للخبرة الصادمة، كما التمسنا من خلال الملاحظة صعوبة التعبير عن مشاعرهم الحقيقية، وأشارت جميع النتائج المتعلقة بالفرضية إلى تحقق صدقها وتتفق هذه الفرضية مع نتائج الدراسة التي أظهرت أن المتعافين من فيروس كورونا وعاشوا خبرة صادمة ظهرت لديهم أعراض اضطراب مابعد الصدمة، ونفسر هذا بأن الفرد المصدوم يفقد

القدرة على التعامل مع واقعه ومع متطلبات حياته مما يدفعه إلى الوحدة كسلوك توافقي سلبي، وبالتالي هناك ارتباط بين أثر الصدمة على الفرد وما تشكله من حالة عدم الاتزان واللجوء إلى والتجنب وبين مشاعر الوحدة الناتجة عن ذلك ففي هذا البحث نحاول التعرف على مستوى انتشار جائحة كورونا على أفراد المجتمع من الناحية النفسية من خلال دراسة أعراض اضطراب مابعد الصدمة عليهم، وبالتالي محاولة اكتشاف الأسباب التي أدت إلى ظهور الأعراض عند البعض دون غيرهم، ومن خلال تلك النتائج نصبح أكثر قدرة على السيطرة على الأسباب المؤدية لأعراض اضطراب مابعد الصدمة ومن ثم التقليل من تأثيراته مستقبلا.

خاتمة

خاتمة

نظرا للأهمية الكبيرة في التعرف على اضطراب ما بعد الصدمة في ظل انتشار فيروس كورونا ،وقلة الدراسات المتطرفة لهذا الموضوع ،أردنا أن نسلط الضوء على موضوع اضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا، وتبين لنا من خلال الدراسة أن المتعافين من فيروس كورونا هم عرضة لاضطرابات نفسية ،وقد أثبتت الدراسات التطبيقية من خلال الحالات المدروسة أن صدمة الإصابة بفيروس كورونا تؤدي بل بالأفراد للإصابة للإصابة باضطراب ما بعد الصدمة التي تتحلى أعراضه في ،اضطراب النوم ،القلق ،العزلة ،التشاؤم ، البكاء ، عدم الشعور بالمسؤولية، كره الأشخاص ،عدم التطلع للمستقبل ،لاسيما إن كان الفرد لايجد في الوسط الذي يعيش فيه السند الكافي لتجاوز محنته ، وفي الأخير نرجو أن نكون قد ساهمنا ولو بشيء القليل في تسليط الضوء على اضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا.

الاقتراحات:

في ضوء نتائج البحث العلمي الحالي توصي الطالبة بما يلي:

- ضرورة عقد حملات تحسسية توعوية يشرف عليها الاخصائيين النفسانيين للتوعية بأعراض اضطراب ما بعد الصدمة

- اقتراح وبناء برامج ارشادية لعلاج اضطراب ما بعد الصدمة لدى المتعافين من فيروس كورونا .

- إجراء دراسة حول اضطراب ما بعد الصدمة على عينات أكثر وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية الاكئاب ، اضطرابات النوم ...إلخ .

- إجراء دراسة حول دور علم النفس الإيجابي في تحقيق التشافي لدى عينة من المتعافين من فيروس كورونا .

فَاللَّهُ الْعَلِيمُ

قائمة المصادر و المراجع

أولاً: الكتب

1. أحمد عكاشة، 2004، التصنيف الدولي لمعايير التشخيص من الدليل التشخيصي والإحصائي لأمراض العقلية والنفسية .
2. إبراهيم عبد الستار، 1999، العلاج السلوكي، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر .
3. ثابت عبد العزيز، 2006، الخبرات النفسية الصادمة، جامعة بيروت العربية، بيروت .
4. جان بلاش، 1985، معجم مصطلحات التحليل النفسي، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر، بيروت. شاكر مجيد، 2011، مكتبة بغداد، الطبعة الثانية، بغداد .
5. عمر محمد النور، 2015، اضطراب مابعد الصدمة، دار الثقافة، الطبعة الأولى، بيروت. عبد الفتاح، 2009، اضطراب مابعد الصدمة، دار الفكر للنشر، الكويت .
6. محمد أحمد النابلسي، 1991، الصدمة النفسية، دار النهضة للنشر والتوزيع، بيروت .
7. محمد أحمد النابلسي، 2004، الصدمة النفسية، دار النهضة، بيروت .
8. محمد عبد الحميد، ، الاضطرابات النفسية الصادمة، جامعة بيروت العربية، بيروت
9. محمد عبد الحميد، 1994، الاضطرابات النفسية، دار النهضة العربية، مصر .
10. محمد الحجار، 1989، الطب المعاصر، دار العلم، الطبعة الأولى، لبنان .
11. محمد أحمد، 1989، تقنية EMDR، دار النهضة العربية، لبنان.
12. المجلس الاقتصادي و الاجتماعي 2020، أثر جائحة كورونا في مجالات الصحة و العنف الأسري و الاقتصاد في الأردن بحسب النوع الاجتماعي .

ثانياً: المجلات

1. أحمد أمين، 2020، كوفيد 19، مجلة الشارقة، الطبعة الأولى، مصر .
2. عبد السلام أحمد، 2020، كورونا (تعريف وعلاج)، مجلة النجاح، قسنطينة .

ثالثاً: المواقع الالكترونية

أطلع على الموقع بتاريخ 2021/06/03 الساعة 11:32 <https://www.imf.org>

❖ نموذج دراسة الحالة

الاسم

اللقب

الجنس

الجنسية

العمر

الحالة الإجتماعية

عدد الأولاد

المستوى التعليمي

المهنة

المظهر والسلوك العام

كلام المريض

التواصل البصري

معلومات عن مشكلة المريض

المشكلة الحالية

مدة إستمرار هذه المشكلة

كيف بدأت أعراض المشكلة

هل سبقت المشكلة حوادث معينة

هل لحقت بالمشكلة مشاكل حياتية

هل عانيت من أعراض نفسية سابقة

هل ذهبت الى طبيب نفسي

هل تناولت سابقا أدوية نفسية.

الملاحق

الجدول التالي يعتبر ملخص للحالات

الحالات	الإسم	الجنس	السن	المرض أو الإصابة	تاريخ وقوع الحادث
الحالة 01	إسمهان	أنثى	25	فيروس كورونا	جوان 2020 25
الحالة 02	عبد الخبار	ذكر	25	فيروس كورونا	ماي 2020 12
الحالة 03	خديجة	أنثى	47	فيروس كورونا	سبتمبر 2020 11

مقياس ضغط مابعد الصدمة

الخبرة الصادمة
هل تتخيل صور وذكريات وأفكار عن الخبرة الصادمة
هل تشعر بمشاعر فجائية أو خبرات بأن ماحدث لك سوف يحدث مرة أخرى
هل تتضايق من الأشياء التي تذكرك بما تعرضت له من خبرة صادمة
هل تعاني من فقدان الذاكرة
هل لديك صعوبة في التمتع بحياتك
هل تشعر بالعزلة
هل فقدت الشعور بالحب
هل تجد صعوبة في تخيل بقائك على قيد الحياة لفترة طويلة لتحقيق أهدافك في العمل، الزواج، وإنجاب الأطفال
هل لديك صعوبة في النوم
هل تعاني من صعوبات التركيز
هل تتوقع السوء
هل فقدت الشعور بلحزن والفرح
هل تشعر بالرعدة والقلق وضيق التنفس وسرعة ضربات القلب
هل تتنابك نوبات من التوتر

الملاحق

الأعراض الوجدانية لضغط مابعد الصدمة

بعد مروري بخبرة صادمة أصبحت العبارة

سريع الغضب
حذرا من كل شئ
شديد القلق
غير قادر على تبادل مشاعري مع الآخرين
ألوم نفسي بشدة
أشعر بالوحدة النفسية
أكثر تشاؤم
أشعر بعدم الأمن
أبكي كثيرا
أنزعج بسهولة عند التعامل مع الآخرين
أصرخ في وجه من أتعامل معهم دون سبب
أشعر بالتعب في كل الأوقات
اتذكر كل الأحداث المسببة للصدمة في أي وقت
أشعر وكأنني في حلم
أشعر بالتقصير الشديد لعدم مواجهتي للأحداث التي كانت سبب صدمتي
أخاف من المستقبل
أشعر بدنو الأجل
لا أدري ماذا أريد من حياتي
أعاني من أحلام اليقظة
أعاني من اضطرابات النوم

الملاحق

الأعراض السلوكية لضغط ما بعد الصدمة

بعد مروري بخبرة صادمة أصبحت

غير قادر على ممارسة الأنشطة العادية
لا أهتم بأداء عمالي
أتجنب الذهاب إلى الأماكن التي تذكرني بالصدمة
منعزل عن الآخرين
عاداتي السلوكية مختلفة
أقل حرصا على التخطيط المستقبلي
أشعر بأن نبضات قلبي سريعة
أرتجف عندما أسمع عن وقوع أحداث مشابهة لأحداث الصدمة في أي مكان بالعالم
أجد صعوبة في إتخاذ القرار فيما يتعلق بأُموري الخاصة
أكثر عنفا في تعاملتي مع الآخرين
لا أرغب في تكوين أسرة خاصة بي
أشعر بالرغبة في إيذاء الآخرين
أجادل كثيرا في أمور تافهة
أفزع بشدة من المواقف الجديدة
أحاديث مع الآخرين تبدو غير مترابطة
أقل حرصا في الإنفاق
لا أهتم بالسعي لتحسين وضعي المهني

الملاحق

أجد صعوبة في النهوض من سريري كل صباح

أشعر بألم في كل جسمي

أصاب بالإغماء كثيرا

الملاحق

الأعراض المعرفية لضغط ما بعد الصدمة

بعد مروري بخبرة صادمة أصبحت

أفكر سلبا في مستقبلي المهني
لا أفكر بطريقة منظمة
أعاني من شروذ ذهني
أفكر بطريقة غير واقعية
لا أستطيع أن أسيطر على أفكاري السلبية
أدرك الأمور بطريقة مختلفة عن إدراكي السابق
أشعر بأن الأحداث الصادمة تفرض نفسها على تفكيري
أفكر بأن أحداث صادمة لم تكن حقيقة
لا أستطيع التركيز لفترة طويلة
أنسى كثيرا
أعتقد بأن الآخرين غير قادرين على قراءة أفكاري
أشعر بأنني في حاجة لمن يساعدني
توجد لدي بعض الأفكار الإنتحارية
غير مقتنع بكل الأمور التي كانت تبدو لي طبيعية ومقنعة
لا أستطيع التفكير المشترك مع الجماعة
أصبحت قدرتي على التركيز ضعيفة
أشعر بأن إحكامي لأمر غير دقيق

الملاحق

أخاف أن يتم سلب أفكاري مني

أشعر باضطراب في إدراكي لأمر

أشعر بأن تحليلي لأمر الخطيرة ضعيف

الملاحق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
الإنسانية والعلوم الاجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES
AND SOCIAL SCIENCES

Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the Collage for Studies and
Student Issues

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

Ministry of Higher Education and Scientific Research

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
شؤون العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: 2021/

تصريح شرهي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضى أدناه:

السيدة(ة) نسر بيلال

الصفحة طالب، استاذ باحث، باحث دائم، طالبة

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 777359

الصادرة بتاريخ: 2016/03/18 عن دائرة: مقعد

المسجل بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس، إحصائيات تحت رقم التسجيل: 1535-108271

والمكلف بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه).

عنوانها: اضطراب ما بعد الصدمة لدى طلبة جامعة م.ب.م.س

كورونا (Covid19)

اصرح بشرهي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة

الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 2021/06/08

امضاء المعني(ة):

المرجع، القرار الوزاري رقم، 933 المؤرخ في، 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

