

الاطر النظرية المفسرة لاضطراب الضغط ما بعد الصدمة

1 - التوجه الحياتي (البيولوجي)

يقوم هذا التوجه على افتراض أن هنالك عوامل وراثية تؤدي إلى حدوث اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية (Genetic Factors). ولقد تم التحقق من هذا الافتراض بإجراء دراسات متعددة على التوائم. فلقد وجد (Skreet al 1993) اتفاقاً أكبر في اضطراب (PTSD) بين التوائم المتطابقة بالموازنة مع التوائم الأخوية. واستنتج (Skre) و زملاؤه بان النتائج تدعم فرضية مساهمة الوراثة في تسبب اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية (ص85).

و توصل (True et. al.,1993) إلى الاستنتاج نفسه من دراسة اجروها على عينة اكبر من التوائم استهدفت تعرف التأثيرات التي يحدثها التعرض إلى المعارك، فوجدوا أن نسبة الاتفاق كانت اكبر بين التوائم المتطابقة مقارنة بالتوائم الأخوية. وكانت معاملات الارتباط لأعراض اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية تتراوح بين (0.28 + إلى 0.41 +) في التوائم المتطابقة، فيما تراوحت هذه المعاملات بين التوائم الأخوية بين (0.11 + إلى 0.24 +) وكان (Foyet. Al.,1987) أفاد بدليل ربما كانت له علاقة بالفرضية الوراثية. فمن خلال مراجعات الأفراد الذين تعرضوا إلى المعارك بهدف العلاج، توصل (Foy) وجماعته إلى أن ما يقرب من ثلثي الأفراد المصابين باضطراب ما بعد الضغوط الصدمية بسبب تعرضهم إلى المعارك، ينتمون إلى عوائل فيها أفراد مصابون باضطرابات نفسية. ويستنتجون بأن الفرد الذي يعيش في أسرة فيها أفراد يشكون من أمراض نفسية، تكون قابلية أو شدة تأثره النفسي بالأحداث الصدمية عالية، فتؤدي به إلى الإصابة باضطراب. (PTSD) (Eysenck , 2000 , P.693)

2 - التوجه النفسي-الدينامي

ما يثير الحيرة في اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية أن بدايته يمكن أن تحدث بعد أشهر أو سنوات من تعرض الفرد لحادث صدمي. ولأن فرويد كان قد عدّ صدمة الولادة وما صاحبها من إحساس الوليد بالاختناق بأنها تجربة القلق الأولى في حياة الإنسان، وأن منهج التحليل النفسي ينظر إلى الصراعات اللاشعورية التي تضرب بجذورها في مرحلة الطفولة أنها السبب في الاضطرابات النفسية عمومًا، فإن المنظرين النفسيين الديناميين اعتمدوا هذه الفكرة في تفسيرهم اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية.

فلقد حاول (Horowitz, 1986) تفسير هذا الاضطراب بنظرية نفسية دينامية خلاصتها أن الحادث الصدمي يمكن أن يجعل الفرد يشعر بأنه مرتبك تمامًا، ويسبب له الفزع والإنهاك . ولأن ردود الفعل هذه تكون مؤلمة فإن الفرد يلجأ إلى كبت الأفكار الخاصة بالحادث الصدمي أو قمعها عمدًا. غير أن حالة الإنكار هذه لا تحل المشكلة، لأن الفرد لا يكون قادرًا على أن يجعل المعلومات الخاصة بالحادث الصدمي تتكامل مع معلوماته الأخرى، وتشكل جزءًا من الإحساس بذاته (صالح، 1998)

ويبدو أن الجانب القوي في التوجه النفسي-الدينامي لهوروتز (Horowitz) أنه استطاع أن يزودنا بطريقة لفهم بعض الأعراض الرئيسية في هذا الاضطراب. ومع ذلك فإن النظرية لم تقدم لنا تفسيرًا بخصوص وجود اختلافات فردية حقيقية في قابلية تعرض الأفراد للإصابة باضطراب ما بعد الضغوط الصدمية في مواجهتهم لأحداث صدمية.

3- التوجه السلوكي

معروف عن العلماء السلوكيين أنهم يهملون العوامل الوراثية والسمات الاستعدادية والخبرات اللاشعورية لدى تحدثهم عن الشخصية والاضطرابات النفسية، ويؤكدون العوامل البيئية وأهمية التعلم بنوعيه (الاشتراط الكلاسيكي والأشراط الإجرائي) في تحديد السلوك بنوعيه، السويّ وغير السويّ، اللذين يخضعان لقانون واحد هو التعلم (صالح، 2000) وعلى أساس هذا الافتراض أجريت دراسات متعددة، من بينها دراسة كين وجماعته (Keane et. al.,1985).

فعلى وفق المنهج الأشرطي في اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية فإن الاشتراط الكلاسيكي في زمن وجود حادث صدمي، يتسبب في اكتساب الفرد استجابة خوف شرطية لتنبية طبيعي (غير مشروط). فالمرأة -على سبيل المثال - التي كانت تعرضت الى اغتصاب في متنزه عام قد تظهر خوفاً كبيراً إذا ذهبت إلى هذا المتنزه مستقبلاً، وربما يجري تعميم هذا الخوف على متنزهات أخرى. وعليه فإن هذا الخوف الناجم عن تنبيه مرتبط بحادث صدمي، يدفع بالفرد إلى ما أصطلح عليه السلوكيون "بالتعلم التجنبي" الذي يفضي - من ثم - إلى خفض القلق (Weiten, 2004).

ويرى الباحثون أن التوجه الأشرطي مصيب من حيث أنه يتنبأ بأن المستوى العالي من القلق الناجم عن تنبيه مرتبط بحادث صدمي يقود فعلا الى سلوك تجنبي لمثل هذا التنبيه لدى المرضى بأضطراب الضغط ما بعد الصدمة، الا أنه لا يزودنا بتفصيلات عما يحدث، فضلا عن أنه لا يقول لنا لماذا يصاب بعض الأفراد باضطراب ما بعد الصدمة لدى تعرضهم لحادث صدمي، فيما لا يصاب به آخرون تعرضوا للحادث نفسه (Eysenck , 2000 , P.694).

4- التوجه المعرفي

يقوم المنظور المعرفي على افتراض أن الاضطرابات النفسية ناجمة عن تفكير غير عقلائي بخصوص الذات وأحداث الحياة والعالم بشكل عام (صالح، 1999). وعلى أساس هذا الافتراض، وضع فوا وزملاؤه (Foa et. al., 1989) نظرية معرفية في اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية، خلاصتها أن الأحداث الصدمية تهدد افتراضاتنا العادية أو السوية بخصوص مفهومنا للامان وما هو آمن. فالمرأة التي تعرضت إلى اغتصاب - في سبيل المثال - قد تشعر بعدم الأمان في حضور أي رجل كان تقابله فيما بعد، فينجم عن ذلك " أن الحدود بين الأمان والخطر تصبح غير واضحة (P. 67) فيقود هذا إلى تكوين بنية كبيرة للخوف في الذاكرة بعيدة المدى. وان الأفراد الذين تتكون لديهم بنية الخوف هذه سوف يمرون بخبرة نقص القدرة في التنبؤ وضعف السيطرة على حياتهم، وهذان هما السبب في حصول مستويات عالية من القلق.

وعلى نحو مماثل - يرى (Miller, 1995) أن الفرد يدرك الحدث الصادم على أنه معلومة جديدة وغريبة عن مخططه الإدراكي. فلا يعرف كيف يتعامل معها، فتشكل له تهديدًا ينجم عنه اضطراب في السلوك. وهذه الفكرة القائمة على نظرية معالجة المعلومات ترجع في الواقع إلى كيلي (Kelly, 1955) الذي طرح تفسيرات مختلفة عن التفسيرات المألوفة في حينه بخصوص القلق والخوف والتهديد. فهو عرف القلق النفسي بأنه " إدراك الفرد للأحداث التي يواجهها على أنها تقع خارج مدى ملاءمتها لنظام البنى لديه " (صالح، 1997، ص 19). بمعنى أن الإنسان يصبح قلقًا حين لا تكون لديه بنى (structure)، أو حين يفقد سيطرته على الأحداث، فيما يشعر بالخوف حين تظهر بنية جديدة على وشك أن تدخل نظامه البنائي. أما التهديد فانه يشعر به عندما يدرك بان هنالك تغييرًا شاملا على وشك الوقوع في نظام البنى لديه (صالح، 1997).

ومع أن التوجه المعرفي يقدم وصفًا معقولًا لبعض التغييرات المعرفية المصاحبة لاضطراب ما بعد الضغوط الصدمية، إلا انه يترك أمورًا خارج حساباته. فليس واضحًا في نظرية فوا (Foa)، لماذا يكون بعض الأفراد أكثر تأثرًا من غيرهم في الإصابة باضطراب ما بعد الضغوط الصدمية، ولم تقل لنا شيئًا بخصوص العوامل الوراثية. فهي أولت اهتمامها بالتركيز على الحادث الصادم، واغفلت الحديث عن العوامل الأخرى.

5- نموذج العاملين لمورر (MOWRER) (1960)

يستند هذا النموذج على أعمال بافلوف وسكينر حول آليات التعلم، عدّله كل من

Kilpatrick et al. (1985) و Keane et al. (1985)

فيما يخص إشكالية اضطراب ضغط ما بعد الصدمة، بعد صدمة حرب أو صدمة جنسية، بالنسبة لهذا النموذج يفسر الإشرط الكلاسيكي و الإشرط الاجرائي كيفية تطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة واستمراره.

تفسر أعراض الاضطراب أولاً بالإشرط الكلاسيكي المكروه (aversif) حيث

تكتسب المثيرات الحيادية مثل الضجيج، الأشياء، الروائح، المعارف، الأحاسيس الجسمية نفس الخصائص المزعجة للمثير الصادم بمجرد حضورها في نفس لحظة الحدث الصادم (المثير غير الشرطي)، ويؤدي مجرد حضور تلك المثيرات التي كانت من قبل حيادية إلى استجابة شرطية، أي استجابة حصر أو خوف شبيهة بالاستجابة التي سببها الحدث الصادم الأولي، هكذا تتغير المثيرات الحيادية وتصبح مثيرات شرطية. هذه المثيرات التي أصبحت شرطية أيضا لديها القدرة على إثارة مثيرات حيادية جديدة إذا تزامن حدوثها معا أو شابهت تلك المثيرات، وهذا وفق آليات الإشراف من الدرجة الثانية أو مبدأ تعميم المثيرات.

(Brillon.P et al. 1996, 129-144 ; Carlson.E.B. &Dalenberg.C.J, 2000, 4-28)

وهكذا سيكتسب عدد كبير من المثيرات الحيادية الخصائص المكروهة للحدث الصادم الأولي أي تصبح لديها القدرة على إثارة استجابات انفعالية وفسولوجية شديدة على شكل حصر ومعاناة وخوف بالتوازي مع هذا التعلم، يتعلم الشخص وفق الإشراف الإجرائي استعمال سلوكيات تجنب من أجل عدم التعرض للمثيرات الشرطية المدركة على أنها المكروهة : وهو مبدأ التعزيز السلبي، وهكذا تبرز العديد من سلوكيات التجنب والإفلات التي تؤدي إلى تخفيض الاستجابات المزعجة.

يمنع التعلم الإجرائي لتجنب ما هو مسبب للإزعاج الإطفاء الطبيعي للخوف الشرطي. لأن أي استجابة شرطية كلاسيكية قد تنطفئ إذا لم يصاحب المثير الشرطي أي مثير سلبي، فالفرد إذا تعرض للمثير الشرطي ولم تكن هناك عواقب سلبية سيتعلم روابط جديدة ويفقد المثير الشرطي خاصية الإنذار بالخطر. أما إذا تجنب الشخص المثيرات الشرطية فلن يتمكن من إنشاء روابط جديدة عنها. وهكذا فالشخص المصدوم الذي يتجنب باستمرار

المثيرات الشرطية وهي ما يذكره بالصدمة لن تكون لديه فرصة إطفاء استجابة الخوف التي تم تعلمها. تستمر استجابة التجنب وتتعزز إجرائيا تعريزا سلبيا لأنها تخفف الحصر والمعاناة الانفعالية.

تمكن نموذج العاملين بإدماجه الإشرط الكلاسيكي في شرح الاستجابات الحصرية التي يبيدها الشخص أمام مثيرات لم تكن مهددة ولكن اقترنت مع الحدث الصادم، وأمام مثيرات لم تكن حاضرة أثناء الحدث الصادم. هذه المبادئ العاملة في الوقت، تشرح استقرار واستمرار الأعراض التالية للصدمة وزيادة خطورتها حيث تتزايد المثيرات الشرطية التي تثير الاضطراب.

ولقد سمح إدماج مفهوم التعزيز السلبي بشرح كيفية تطوير استجابات التجنب، الانسحاب الاجتماعي، الابتعاد العاطفي، العدوانية، الاستهلاك المفرط للمخدرات والكحول والتي ستتكرر في توظيف الفرد لأنها تجنبه الحصر. هذا النموذج محدود نظرا لعجزه عن تفسير لتطور الفارقي لاضطراب ضغط ما بعد الصدمة، حيث لم يؤخذ بعين الاعتبار أي متغير وسيط بين التعرض للصدمة وظهور الأعراض، كما أن الشرح الذي قدمه حول تطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة لا يختلف عن آليات تطوير المخاوف.

(Brillon.P et al. 1996, 129-144 ; Carlson.E.B. &Dalenberg.C.J, 2000, 4-28)

1.5- نموذج المعالجة الوجدانية للمعلومة - فوا (FOA) و اخرون (1989) و كوزاك (1986) (KOZAK)

يستند هذا النموذج على الفهم البيولوجي المعلوماتي لانغ (Lang(1977,1979,1985) وعلى مفهومه " البنية المعرفية المقترحة للخوف".

حسب هذا الباحث يوصف الخوف وفق ثلاث أنظمة استجابة: معرفية انفعالية، سلوكية

وفزيولوجية، تنتظم في بنية معرفية في الذاكرة طويلة المدى، هذه الذاكرة تسجل في الجهاز العصبي وتشكل شبكة مستقرة تربط بين ذكرى الحدث والاستجابات الفزيولوجية والسلوك. يدمج نموذج اضطراب ضغط ما بعد الصدمة ل Foa و آخرون مفهوم البنية المعرفية المستقرة ويفترض وجود عنصر إضافي فيها وهو: دلالة الخطر بين المثير الصادم والاستجابات، يتصور بنية الخوف هذه كشبكة معقدة بين الوصلات التي هدفها الأول تحضير الفرد لاستجابة دفاعية محتملة أو استجابة هرب أمام خطر ما. أي أن أصل تطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة هو عزو دلالة الخطر لرابط مثير- رد فعل كان سابقا يعتبر آمنا أو حياديا.

تلح (Foa et al. 1992) على الطابع الإمبراضي لخصائص المثير المكروه الأولي خاصة الفجائيه وعدم القابلية للتحكم، ويرون أن الفرد يطور أعراض أكثر إذا أدرك الحدث كتجربة فجائية وغير قابلة للتحكم، وبالتالي يتحطم اعتقاده بقدرته على التمييز بين الوضعيات الآمنة والوضعيات الخطيرة، مما يؤدي إلى اكتساب العديد من الروابط "مثير- رد فعل" التي كانت إلى حد الآن آمنة أو حيادية معنى خطير. فتضاف روابط جديدة تحمل معنى الخطر إلى بنية الخوف، هذا التحول المستمر لبنية الخوف تؤدي إلى إثارة عدد أكبر من الاستجابات الحصرية وسلوكيات تجنب عند المصابين باضطراب ضغط ما بعد الصدمة.

حسب هؤلاء الباحثين تختلف البنية المعرفية للمصابين باضطراب ضغط ما بعد الصدمة عن البيئة المعرفية للمصابين بالخوف في ثلاث جوانب: الاستجابات أكثر شدة ، البنية أعقد وأوسع وأكثر تنظيما وممكن الوصول إليها بسهولة، تجعل هذه الخاصيات بنية الخوف سهلة وسريعة التنشيط، بما أن التعرض لمثيرات (داخلية أو خارجية) شبيهة بتلك المسجلة في البنية ينشط كل شبكة ارتباط المعلومات (réseau d'interconnexions d'informations)

ذلك التنشيط يولد أعراض مقتحمة مثل إعادة المعيشة والكوابيس...والاستجابات الانفعالية والفسيولوجية والسلوكية المرتبطة بها.

ناقش كل من (Berwin, Dalglish & Joseph 1996) تفاوت الأبعاد المعرفية المتعلقة بالبحث عن المعنى مقابل الاستجابات الإشرافية المنشطة آليا، ويقترحون فكرة أن معالجة أو تسيير الانفعالات في الصدمة يصبح مزمنًا نظرًا للانشغال بالمعالجة المعرفية المتعلقة بالصدمة أي الذكريات أو يتم كفها مبكر.

(Brewin CR, Dalglish T, Joseph S, 1996, 670-86)

كما طرح (Ehless and Clark 2000) إشكالية معالجة المعلومة المتعلقة بالحدث الصادم عند المصابين باضطراب ضغط ما بعد الصدمة أثناء عملية التقييم المعرفي الذي يقومون به حول الأحداث، وحول أعراضهم مما يؤدي إلى سوء الفهم وسوء التفسير.

(Ehlers, A., & Clark, d. M. 2000, 319-345)

2.5- النموذج البيونفسي اجتماعي لجونس (JONES) و بارلو (BARLOW) (1990)؛ (1992)

يدمج هذا النموذج عوامل أيتولوجية ذات طبيعة بيولوجية ومعرفية وسلوكية في فهم اضطراب ضغط ما بعد الصدمة، ويتضمن خمسة عوامل رئيسية والتي بتفاعلها تشرح تطوير واستمرار أعراض اضطراب ضغط ما بعد الصدمة.

العامل الأول هو الهشاشة البيولوجية والنفسية للفرد قبل تعرضه للصدمة، فوجود أمراض عقلية في تاريخ عائلة الشخص يمكن أن يعتبر استعدادا جينيا لتطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة، حيث يكون الشخص مستعدا جينيا كي يستجيب للضغط ببقظة فائقة واستثارة فائقة مزمنة للجهاز العصبي الإيعاشي أو نوع من الضعف في إفراز النورأدرينالين.

أما بالنسبة للهشاشة النفسية التي تهيب لاضطراب ضغط ما بعد الصدمة فتم الرجوع إلى داخلية أو خارجية مركز التحكم، وجود اضطرابات مزاجية أو انفعالية قبل التعرض الصدمي (الاكتئاب، الهلع، الهجاس القهري)، وتاريخ التجارب السيئة قبل التعرض للحدث الصادم.

العامل الثاني يتعلق بطبيعة الحدث، شدته وعواقبه وخاصيته غير القابلة للتوقع وغير القابلة للتحكم، وكذا حجم التهديد الذي شكله على حياة الفرد، كل هذه الخصائص تؤثر بدلالة على تطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة لأنها تؤدي إلى إحداث حالة إنذار حقيقية (alarme vraie) وتعني حالة خوف شديد تحدث عندما يواجه الفرد حدث خطير موضوعيا.

العامل الثالث هو ما يسمونه "الإنذار المتعلم" وهي استجابة مشروطة بمثيرات مدركة من الداخل (stimuli intéroceptifs) أو خارجية كانت قد ارتبطت بالإنذار الحقيقي، تظهر تلك الإنذارات المتعلمة في غياب خطر حقيقي على شكل نوبات هلع وأعراض مقتحمة. حسب هذا النموذج ينتج اضطراب ضغط ما بعد الصدمة عن إشراف يحدث أثناء الإنذار الحقيقي. غير أن تواجد الإنذار المتعلم غير كاف لتطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة: لا بد من وجود حصر متعلق بتوقع احتمال حدوث تلك الإنذارات المتعلمة، هكذا تصبح الإنذارات الحقيقية والإنذارات المتعلمة الناتجة عنها أحداث شديدة الإزعاج أو الاكراه وغير قابلة للتحكم وغير قابلة للتوقع ومسببة للحصر بالنسبة للفرد من أجل الوقاية من هذه الأحداث: سيتبنى الفرد سلوكيات تجنب لكل العناصر المرتبطة بالإنذار الحقيقي الأول بتطوير يقظة فائقة واستثارة إيعاشية عصبية فائقة اتجاه مختلف المؤشرات الخارجية والداخلية. ستؤدي اليقظة الفائقة وتشويهاها للانتباه بدورها إلى إنذارات متعلمة، أفكار وصور دخيلة ومقتحمة بآلية نشاط رجعي أو تغذية راجعة إيجابية. أخيرا هناك متغيرات معدلة، بمعنى أنها تؤثر على تطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة ومن بينها مهارات الفرد في تسيير الضغط ونوعية الدعم الاجتماعي.

3.5- نموذج الحركة المعرفية لشمطوب (CHEMTOB) و اخرون (1988)

يقترح هذا النموذج فهما مشتقا من أعمال (Roitblat 1986, 1987) ونماذج

Lang(1979), Foet al.(1986), Horowitz(1986), Beck et Emery(1985)

ومستلهم من الأعمال الحديثة حول علم النفس المعرفي، حيث يتصور الباحثون الدماغ كتجمع معقد لحزم بسيطة لمعالجة المعلومة. الأفكار، الصور، الأفعال، الانفعالات والسلوكيات كلها ممثلة ومتراصة فيما بينها في شبكة معلومات عصبية مرتبة ترتيباً سلمياً، كل حزمة من حزم المعلومات تتفاعل فيما بينها بقوة الاستثارة والتنشيط. يتم التحكم في تنشيط حزمة معلومات معينة (يمكن أن تكون فكرة أو سلوك أو حركة) بالمثيرات المستقبلية من المحيط وبتنشيط (أو تثبيط) المستقبلية من حزمة من مستوى أعلى. ويرى الباحثون أن إدراك التهديد عند الفرد الذي عات صدمة يكون منشط باستمرار حتى ولو بأدنى مستوياته، يتم تثبيط هذا التنشيط بواسطة نشاط مثبط مرسل من طرف حزم مضادة. ويكفي إدراك أقل قدر من معلومات الخطر حتى تثبط تلك الحزم المضادة. مما يؤدي إلى إعادة تنشيط التهديد بالخطر، إن إعادة التنشيط هذه ستتشتت بدورها استباق الخطر وحزم المعلومات المرتبطة بها، مما يسبب أفكار وصور مقتحمة واستجابات فسيولوجية وسلوكية للإنذار.

إن وعي الفرد بتلك التغيرات الفسيولوجية والسلوكية المنذرة تؤخذ على أنها دليل على وجود خطر، يصبح في حالة إنذار ويركز كل انتباهه للبحث عن الإشارات الداخلية والخارجية المشيرة للخطر، ترفع هذه اليقظة الفائقة احتمال تفسير مثير ما بصفة كارثية، وبالتالي يرتفع إدراك التهديد بالخطر، مما يكرس تلك الحلقة المفرغة. يعتبر الباحثون هذه الآلية الرجعية الإيجابية أساساً لإحداث نوبة اضطراب ضغط ما بعد الصدمة.

إن الآليات المتورطة في هذه الحلقة (التعرف على المثير المرتبط بالخطر، تحريف معلوماتي) هي نظرياً موجودة عند كل الأفراد وليس فقط عن المصابين باضطراب ضغط ما بعد الصدمة ومع ذلك يحدد هذا النموذج الخصائص العصبية التي تميز الأفراد المصدومين عن غيرهم: لديهم تنشيط متعلق بالتهديد بالخطر مما يجعلهم أكثر استعداداً للبحث وتفسير الدلائل على هذا الخطر، لديهم استعداد لتنشيط حلقة التغذية الراجعة الإيجابية، يصلون مستويات أشد في تنشيط التهديد بالخطر. إن المصابين باضطراب ضغط ما بعد الصدمة يصلون إلى مستويات مرتفعة بصفة غير عادية، ستكون المعلومات المناقضة لتفسير الخطر أقل فعالية في تثبيط إدراكه (إدراك الخطر). تسمح حلقة التغذية الراجعة الإيجابية بشرح أعراض اليقظة الفائقة والاستثارة الإيعاشية العصبية الفائقة.

أهمل هذا النموذج المتغيرات المعدلة وشرح الاختلاف في تطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة على أساس الخصائص المميزة لبنية الخوف التي تجعل بعض الأفراد أكثر استعدادا للمعاناة من اضطراب ضغط ما بعد الصدمة بعد معايشة أحداث صادمة.
(Brillon.P et al. 1996, 129-144)

4.5- نموذج التصورات الأساسية المهدمة لجانوف - بولمان (JANOFF- BULMAN) (1985)

يركز هذا النموذج على الأثر الهدام للحدث الصادم على مفهوم الواقع عند الفرد، حيث يحطم الحدث الصادم ثلاث تصورات أساسية أو مفاهيم قاعدية لدى الفرد:

✓ مفهومه لعلاقته بالعالم

✓ مفهومه للعالم

✓ مفهومه لذاته

فالحدث يدحض هذه المفاهيم ويجد الفرد صعوبة في استيعاب الفجوة بين مفاهيمه القاعدية والتجربة الصادمة وهذا ما يزيد احتمال الإصابة باضطراب ضغط ما بعد الصدمة واستمراره.

المفهوم الأساسي الأول، مفهوم الفرد وتصوره لعلاقته مع العالم ويتعلق باعتقاده بعدم هشاشته أو اعتقاده بتماسكه (Janoff-Bulman, 1979, 1985).

فالشخص الذي لم يواجه صدمات يبالغ في تقدير احتمال معايشة أحداث إيجابية ويقلل من احتمال معايشة أحداث سلبية، هذا الموقف يترجم غالبا بالانطباع أن "هذا لن يحدث لي".

المفهوم الثاني يتمثل في تصور قاعدي حول عالم عقلائي، قابل للفهم، قابل للتحكم وعادل،

الذي لم يواجه صدمات يعتقد اعتقادا راسخا أن هناك نوع من الاقتران بين ما يحدث

للأشخاص وسلوكهم وقيمتهم، يمنح هذا الاعتقاد شعورا بالتحكم والفهم للواقع لأنها تفترض

أن كل شخص يتعرض لما يستحقه وبالتالي يكفي التصرف بصفة جيدة كي يحتمي من

المآسي. تُدرك الأحداث السلبية على أنها عقاب وتُدرك الأحداث الإيجابية على أنها مكافآت

على سلوك جيد أو على خلق حميد.

أخيراً، مفهوم الذات عند الفرد ، حيث يرى ذاته على أنه شخص كفؤ وذو قيمة ويُحِبّ ، كل فرد لديه مستوى مقبول من تقدير الذات ويعتبر ذاته لا يستحق أن يُصاب بالأذى أو بصدمة.

يعصف التعرض الصدمي بهذه المفاهيم الثلاثة، حيث يؤدي انهيار الشعور بالتماسك إلى شعور بمعاناة شديدة، هشاشة وخوف من إعادة معايشة الحدث، تضع الصدمة تصور العالم على أنه جيد وعقلاني وعادل على المحك وتدحضه، كونها تتميز بطابعها الظالم والشرير والضار. كما تؤدي التجربة الصادمة إلى تغير كبير في صورة الذات حيث معايشة الأعراض البعد صدمية تجعل الفرد يرى ذاته على أنه ضائع، غير كفؤ وتابع وقد يبني حكمه على ذاته على أساس استجابته أثناء الحدث، حيث يمكن أن يحكم على ذاته بأنه ضعيف وجبان أو مذنب.

تحطم التجربة الصدمية بعمق الشعور بالانسجام الداخلي عند الضحية والتي تجد نفسها مجبرة على إعادة النظر في مفاهيمها التي لم تعد قادرة على شرح العالم لها، بل وتضعها في حالة لا توازن معرفي وانفعالي والتي تؤدي إلى أعراض اضطراب ضغط ما بعد الصدمة.

يُعتبر نموذج Janoff-Bulman الوحيد الذي اهتم بتصورات وقيم الفرد قبل الصدمة وأثر الصدمة عليها. حيث يقدم لنا المعات الظاهري للضحايا بعد تجارب صدمية: انطباع باختلال معرفي، شعور كبير بالهشاشة والمعاناة، دحض القيم الأساسية. كما يشرح هذا النموذج الاختلاف في تطوير اضطراب ضغط ما بعد الصدمة كونه اهتم بالمفاهيم الذاتية للأفراد حول الواقع. (Brillon.P et al. 1996, 129-144)

تحدث Eptein(1991) عن أربع مخططات معرفية يمكن أن تتحطم بسبب الأحداث الصدمية وهي:

الإيمان بطيبة وسلامة العالم، إمكانية العدالة (عدل الحياة) الثقة في الناس، خلود الذات. (القدرة القصوى للذات). هي معتقدات ضمنية في حياة معظم الناس وتعتبر أساسية في السير الوظيفي العادي، وتأتي الأحداث الصدمية لتجعل الفرد يواجه محدودية هذه الأفكار

الوجودية، ويواجه ضعفه وهشاشته، ومن خلال التحليل المعرفي للحدث يطور نظرية جديدة حول العالم وحول نفسه، تدمج الصدمة وما أحدثته من تغيير.

(Eptein, 1991 cité par C. M. Adwwin, 1994, p 172)

بالنسبة ل (Horowitz,1986) يمكن تفسير النزعة أو القهر على التكرار عند الأفراد الذين تعرضوا لصددمات إلى عجزهم عن إدماج المعلومات الجديدة إلى معتقداتهم ومخططاتهم المعرفية حول ذاتهم وحول الآخرين وحول العالم، وعندما لا يتم إضافة تلك المعلومات الجديدة تبقى ذكرى الحدث نشطة في ذاكرة العمل وبالتالي تظهر أعراض اضطراب ضغط ما بعد الصدمة.