

تأثير الصدمات في حياة الأفراد

دراسة نوعية (مقابلة) على عينة من المدنيين المتعرضين للصددمات

في العراق أنموذجاً

م.د. خليل عبد الله حسين الجوراني

جامعة ديالى - كلية التربية الاساسية

قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

الخلاصة :

تعرض الشعب العراقي بشكل مستمر لكثير من الاحداث الضاغطة نتيجة الحروب والاحتلال وما تبعها من احداث. وقد ادى ذلك الى زيادة في معدلات الاصابة بمختلف الامراض والاضطرابات، من مثل اضطراب ما بعد الصدمة PTSD والكآبة والمشكلات الصحية الاخر، ومع هذا فهناك نقص في البحوث للكشف عن مدى انتشار اضطراب ما بعد الصدمة في المجتمع العراقي ومدى تأثير ذلك في الفرد. كما ان الاختلاف في مفهوم اعراض اضطرابات ما بعد الصدمة في الثقافات المختلفة ادى ذلك الى اللجوء الى اسلوب الدراسة النوعية هنا، التي من الممكن ان تؤدي الى فهم افضل لخبرات التعرض للصددمات واعراض اضطراب ما بعد الصدمة، وفي الدراسة ذي تم مقابلة ٢٠ شخصا (١٠ رجال و ١٠ نساء) وهم طلبة ومهجرون للحصول على افضل فهم لخبرات الاشخاص في التعرض لاحداث ضاغطة واعراض اضطراب ما بعد الصدمة وايضا لفهم الطرق المتبناه لاساليب المواجهة بعد التعرض للضغوط ومدى تأثير عوامل الثقافة الاجتماعية. كما تم استقصاء العوامل، من مثل الدعم الاسري والاجتماعي ومدى مساهمته في انتاج اعراض اضطرابات ما بعد الصدمة بعد التعرض لاحداث ضاغطة شديدة. فضلا عن ذلك تم التحري ايضا عن خصائص اضطراب ما بعد الصدمة المرتبطة بالتعرض المستمر للضغوط وكذلك الخلفية الاجتماعية في العراق.

المصطلحات المفتاحية : اضطراب ما بعد الصدمة PTSD ، المقابلة، العراق، الضغوط النفسية، الدراسة النوعية، الثقافة.

المقدمة Introduction :

تأثرت اجزاء مهمة من العالم خلال العقود الماضية بالحروب وشهدت زيادة كبيرة في الاحداث الضاغطة (Marshall and Cole, 2009). وقد كانت هناك اعداد متزايدة من الضحايا المدنيين الذين تعرضوا لاحداث ضاغطة نتيجة الحروب والصراعات المسلحة التي غمرت المجتمعات المدنية في العالم اجمع (Pedersen et al., 2008). ان هذه الكوارث التي سببها الانسان قد اثرت في حياة ملايين الناس سنويا في العالم وكان اغلبها قد

وقع على الناس الذين يعيشون خارج البلدان الغربية وبخاصة في البلدان النامية وقليلة الموارد (Batniji et al., 2006). ان نتيجة ذلك هو تزايد الاضطرابات الناجمة عن الحروب ناهيك باضطرابات ما بعد الصدمة بوصفها من نتائج الاحداث الضاغطة (Gilbertson et al., 2010). ان انتشار اضطراب ما بعد الصدمة هو الاسوء بين المدنيين في مناطق الصراعات حيث كانت التقديرات تشير الى ان ٣٠% من الذين يعيشون في مناطق الحروب قد خبروا اضطراب ما بعد الصدمة (Killebrew, 2010). ان المدنيين في مناطق الحرب يمكن ان يخبروا استجابات داخلية شديدة متكررة وذهول عاطفي اقل. ان استجابة المدنيين لما بعد الصدمات يمكن ان تدمر تقويماتهم حول الامان (Johnson and Thompson, 2008).

وقد وجدت كثير من الدراسات ان هناك اختلافا كبيرا في انتشار اضطراب ما بعد الصدمات بين العينات المدروسة بعد صدمات الحرب اعتمادا على المناهج المعتمدة في مثل هذه الدراسات. إذ وجد كاردوز واخرون (٢٠٠٠) ان معدل اعراض اضطراب ما بعد الصدمة بعد انتهاء الحرب مباشرة كانت ١٧.١ % في حين ان تلك النسبة ارتفعت الى ٢٥ % بعد عام من نهاية الحرب (Cardozo et al., 2003). كما درس سكولت واخرون في عام (٢٠٠٤) انتشار اضطراب ما بعد الصدمة المزمّن لدى عينة من المدنيين من شرق افغانستان اعمارهم من ١٣ فما فوق حيث وجد ان ٢٠.٤ % لديهم اعراض اضطراب ما بعد الصدمة بعد الحرب والعمليات الحربية. وبالمثل قام دي يونك واخرون (De Jong et al., 2001) بقياس اضطرابات ما بعد الصدمة الحياتية في اربع مواقع بعد الصراعات لدى عينة مكونة من ٣٠٠ شخص باعمار من ١٨ فما فوق، حيث وجدوا ان معدلات انتشار اضطراب ما بعد الصدمة كان ٣٧.٤% في الجزائر و ٢٨.٤% في كمبوديا و ١٥.٨% في أثيوبيا و ١٧.٨% في غزة. كما قام فرهود واخرون في عام ٢٠٠٦ بقياس انتشار اضطراب ما بعد الصدمة المرتبط بالحرب في جنوب لبنان على عينة مكونة من ١٧٠٠ شخص اعمارهم من ١٨ فما فوق، وقد وجدوا ان انتشار اعراض اضطراب ما بعد الصدمة المزمّن كان ٢٩.٣%. وعلاوة على ذلك فان كل المشتركين تقريبا كان لديهم تجارب او مشاهدات او قد سمعوا عن احداث صادمة مرتبطة بالحرب. ومع ذلك، فرما هناك معان او قيم مختلفة لاعراض اضطراب ما بعد الصدمة في الثقافات المختلفة وبما ان المقاييس المستعملة في هاتيك الدراسات تمثل القيم الغربية، فان نتائج تلك الدراسات ربما لا تعكس بشكل دقيق انتشار اعراض ضغوط ما بعد الصدمة في الثقافات الاخرى (Nicholl and Thompson, 2004). ان معظم نتائج الدراسات التي تعرف استجابات ما بعد الصدمة من طريق القيم الغربية قد وجدت معدلات اقل من اعراض اضطرابات ما بعد الصدمة بين

عينات الناجين من الحروب والتعذيب من بقية مناطق العالم (Johnson and Thompson, 2008) . ولذلك فمن المهم ان نتعرف على ما يعنيه اضطراب ما بعد الصدمة في المفهوم الثقافي والعلاقات الاجتماعية في الثقافات الاخرى (Kienzler, 2008) .

كما ان بعض الموضوعات ربما من الصعب اكتشافها من طريق مناهج الدراسات الكمية من مثل كيف يطور الاشخاص المتعرضون للضغوط فهمهم إزاء تطور الموضوعات وجعل الاحداث المعقدة ذات معنى وخاصة في الصدمات المرتبطة بالحرب (Jones, 2002) . فضلا عن ذلك فإن الدراسات الكمية لا تقدم تصورا لوجهات النظر حيال التجارب وخاصة في الاحداث الصادمة والاستجابات الانسانية في الكوارث. ومن ثم فان المنهج الكيفي اكثر قدرة للتطبيق في المواقف التي تهم الصحة العامة والتي لا تستطيع المناهج الكمية اختبارها (Batniji et al., 2006) . بينما رأى بلز واخرون (Bills et al., 2009) ان التقويم الكيفي لخبرات المجاميع المصدومة ربما يعطي فهما جيدا لمخرجات الصدمة. ان مثل هذه المعلومات ستكون ومن دونما شك ذات فائدة للعلماء في فهم التأثيرات الشخصية والاجتماعية للاحداث الصادمة وكذلك للمعالجين الذين يحاولون مساعدة الاشخاص المصدومين. وعلى هذا فقد تم اعتماد كل من المنهج الكمي والكيفي في الدراسة الحالية لتقويم تأثير الصدمات على المدنيين الذين عاشوا في مناطق الصراع في العراق . ان الافادة من مناهج مختلفة في جمع البيانات ومقارنة النتائج سيعطينا مصادر معلومات غنية تجاه مظاهر خبرات التعرض للاحداث ضاغطة وما ينتج منها وكذلك تعطينا مصادر مختلفة تجاه ما يعطى من معنى لهذه الاحداث (Mehmetoglu and Altinay, 2006). ان الهدف الاساسي لهذه الدراسة هو تعرف طبيعة الصدمات التي تعرض لها الناس في العراق وتبين مشاعر واستراتيجيات المتعرضين لهاتيك الصدمات في مواجهة هذه الضغوط فضلا عن الوقوف على تأثير هذه الضغوط في صحتهم وعلاقاتهم الاجتماعية والشخصية.

٢- المنهجية Methodology :

٢-١. تصميم الدراسة :

ان تصميم الدراسة والتحليل اعتمدت على منهج النظرية الاساسية Grounded theory حيث ان حجم العينة الصغير لا يوفر بيانات كافية لتشبع النظرية. ان النظرية الاساسية قد اقترحت اساسا من كلاس وستراوس عام ١٩٦٧ Glaser and Strauss . ان النظرية الاساسية هي منهجية ذات نظام كيفي لجمع البيانات وتوليها وتحليلها استقرائيا لبناء نظرية تستند الى البيانات (Charmaz, 2003).

ان الدراسة الحالية قد اعتمدت المقابلة المفتوحة حيث اجريت من لدن الباحث وجها لوجه. ان كلمات المشتركين وفعالهم إزاء خبراتهم ربما تعطي فهما افضل من استجاباتهم للاستبيان او المقياس ([Killebrew, 2010](#)). وقد اسغرقت كل مقابلة من ٣٠ الى ٦٠ دقيقة اعتمادا على كمية المعلومات التي يعطيها المشترك. كما ان كل المقابلات تم تسجيلها صوتيا بعد اخذ اذن المشترك، وبعد ذلك تم تفريق كل المقابلات على الورق كما تم تغيير اسماء المشتركين وتعويض ذلك باحرف قبل التحليل لاغراض سرية المشتركين.

٢-٢. اجراءات تحليل البيانات :

قام الباحث بتفريق البيانات من المسجل الصوتي الى الورق للتعامل مع البيانات باعتماد النظرية الاساسية، كمنهج تحليل استقرائي كفي لبناء نظرية ([Charmaz and Bryant, 2010](#)). ان النظرية الاساسية تستعمل اساسا للتعامل وايجاد الحلول للمشكلات الاجتماعية الغامضة كالتى نحاول الاستقصاء عنها. ان هذه المشكلات الاجتماعية تحتاج الى اسئلة بحثية مرنة عندما لا يكون هناك اتفاق دقيق حيال حقيقة الظاهرة المدروسة او ان النظرية الموجودة تكون غير كافية لتفسير او لبناء فرضيات ([Heacock and Hollander, 2011](#)). فضلا عن ذلك فان النظريات الموجودة لم تطور في المجتمع الذي نود اجراء الدراسة فيه ([Holt and Tamminen, 2010](#)).

وقد قام الباحث بقراءة ومراجعة كل البيانات المفردة مرات عدة وقام ايضا بتلخيصها وتفسير كل قطعة من الحوارات المهمة، وقد تضمنت عملية التحليل ثلاث مراحل للترميز، وهي مرحلة الترميز الاولية لكل سطر ثم الترميز المركز ثم التصنيف المفاهيمي ([Charmaz, 2003](#)). ومن ثم تم التوصل الى ٢٠٢٨ علاقة مرتبطة بالاحداث من خلال التحليل. وقد تم كتابة كل حدث بصيغته المختصرة على ورقة تخص حديث كل فرد مقابل لتسهيل عملية فهمها ولتكون قابلة للمقارنة في المرحلة اللاحقة. وقد تضمنت عملية التحليل ايضا الترميز المفتوح لانشاء الترميز الاولي من طريق مقارنة البيانات المتشابهة وضم بعضها البعض. ونتيجة ذلك تم انشاء ٥٠٣ ترميزمصنف مفتوح من الحوادث ال ٢٠٢٨ التي سجلت في المرحلة الاولي. وفي المرحلة الثانية تم استخراج الترميز المركز من الترميز المفتوح من طريق تصنيف المواضيع المتشابهة بضم بعضها الى بعض ([Charmaz, 2003](#)) ، ومن بعد ذا جمعت هاتيك الحوادث المتشابهة تحت مفاهيم اعلى مستوى ([Corbin and Strauss, 2008](#)) حيث نتج من هذه العملية ٢١ تصنيفا. اما المرحلة الاخيرة فقد تضمنت المزيد من التنظيم للمفاهيم التي وردت في المرحلة الثانية لاستكشاف المعاني المتشابهة ولربط المصنفات بصيغتها الكلية ([Strauss and Corbin, 1998](#)).

٢-٣. مجتمع البحث والعينة Participants :

لقد تم الاتصال ب (١٥٠) شخصا من النازحين والطلبة وتم الطلب منهم الاشتراك في الدراسة ، وقد وافق ٥٠ شخصا منهم على الاجابة على مقياس بغداد لكشف تأريخ الصدمات (BTSS; [Jaber, 2012](#)) وأيضا مقياس الكشف عن اعراض اضطراب مابعد الضغوط (SPTSS; [Carlson, 2001](#)) . وقد تم اختيار ٢٠ شخصا (١٠ نساء و ١٠ رجال) من مجموع ٥٠ شخصا للاشتراك في المقابلة. منهم ١٠ اشخاص لديهم اعراض كاملة لاضطراب ما بعد الصدمة (٥ رجال و ٥ نساء) و ١٠ ليس لديهم اعراض اضطراب ما بعد الصدمة (٥ رجال و ٥ نساء) وهم مجموع العينة التي وافقت على اجراء المقابلة وجميعهم متعرضون للصدمات، فضلا عن أن نصف العينة من اولاء المشتركين لديهم اعراض اضطراب ما بعد الصدمة، ١٦ (٨٠%) منهم متزوجون واربعة فقط غير متزوجين (٢٠%)، وقد جاءت العينة من مختلف المحافظات العراقية ، من مثل بغداد والأنبار وديالى ونيوى وكركوك. اما اعمار المبحوثين فهي بين ٢٧ الى ٤٤ سنة وبمعدل ٣٥.٤٩ وانحراف معياري (SD=4.30) واما المقابلات فكانت في منزل الباحث او في منزل المشترك او في مكان محايد يختاره المشترك وكان وقت المقابلة يتراوح من ٣٠ - ٦٠ دقيقة ، فضلا عن ان المعلومات الشخصية وموافقة المشتركين على المشاركة قد أخذت قبل اجراء المقابلة.

النتائج Results :**التعرض للصدمات وظهور اعراض اضطراب ما بعد الصدمة :**

تعرض الذين تمت مقابلتهم الى مختلف الاحداث خلال حياتهم ، ولعل اكثر الاحداث تكرارا كانت التعرض للانفجارات (المفخخات) (٧٠%) ثم مقتل احد الاقرباء (٥٣%) ثم مشاهدة اعمال العنف والقتل و مشاهدة جنث القتلى ورائحة جنث القتلى (٤٧%) ثم التهديد بالقتل (٤١%) والقصف الجوي (٣٥%) واختطاف احد افراد العائلة والتعرض للقتل (٢٣%) والتعرض لتهديد مسلح (١٧%) والاعتقال (١١%) والتهجير (٥%). اما ما يتعلق بالشعور بالخوف عند التعرض للحدث فقد كان من لدن جميع افراد العينة (١٠٠%)، واما الشعور بأن حياتهم تحت التهديد ويتوقعون الموت فقد قررت من لدن ٨٨% من العينة.

وصف خبرات التعرض :

١- **التفرد :** جميع المشتركين في هذه الدراسة قد تعرضوا الى اكثر من حادث واحد او شاهدوا عمليات قتل اكثر من مرة او اختطاف او نزيغ شخص في شارع او رائحة حرق لجثث او سمعوا بها من احد افراد العائلة. وقد وصف المشتركون خبراتهم على انها فريدة ونادرة ولم تحدث في اي مجتمع اخر (نو، ام) . ولذلك كان من الصعب ان يصفوا بدقة ما حدث. "لقد كان شيئا هائلا حدث في كل مكان ، وكان من الصعب وصفه او تخيله....."

في الحقيقة كان شيئاً لا يوصف، (مو، سس)، " الا من لدن العراقيين الذين عاشوا هذه الاحداث"(اسو)، بينما وصف اخرون (جاء،ام) الموقف بما يأتي: " بامكانك ان ترى الاعمال الحربية امامك، يمكنك أن ترى جنث الموتى والقتل واطلاق النار وانت ذاهب الى عملك وتتوقع الموت في كل لحظة او الاعتقال ". ومنهم (ام) من وسم الموقف بالقول: " لقد كانت كما لو ان انفجارا هائلا قد حدث في الوقت نفسه في كل العراق، كأنها قنبلة نووية (قنبلة هيروشيما) بحيث حطمت كل شيء في الحياة وفي البلد.....عليك ان تعيش الموقف كيما تستطيع ان تعرف كيف يبدو".

٢- تهديد هائل مستمر :

عدد لا بائس به من المشتركين وصف الاحداث وكانها تهديد مستمر.... " يشعر الناس بان هناك خطرا دائما، ويشعرون بالتهديد في كل وقت يغادرون فيه منازلهم، ولكنهم يستمرون في الذهاب الى اعمالهم (ين ، سا، ت، ام، يا)، سواء وقعت احداث ام لم تقع. ان التهديد موجود بشكل مستمر باشكال مختلفة. ان الحوادث في العراق هي مهددة للحياة...."هناك مفقود في كل بيت في العراق....ان الخطر يهدد كل العراقيين"(وق، از، اسج). " لم اخرج يوما من بيتي من دون ان اضع في ذهني انه ربما اقتل بانفجار في الشارع"(اسج). ان كل المواطنين ربما يكونون ضحايا لهذه الحوادث...." الناس تموت من دون سبب...وان التهديد لحياتهم موجود في كل لحظة (يا، وم)". ان هذا الوصف يدعم فكرة ان خبرات الصدمة ليس حدثا معزولا ، بل ان المشتركين وصفوا حياتهم اجمع في العراق بأنها صدمة. وهذا ما يتماشى مع مفهوم الصدمة نوع A التي تستلزم الضغط المستمر او المتكرر ([Bradley D. Grinage, 2003](#)). يشعر المشتركون بانهم محاطين بالخطر من كل جانب ويتوقعون الموت....لقد كان الموت قريبا جدا مني (ام، از). "اعتقد ان الخطر يحيط بك من كل جانب....اذا اردت ان امثله برسم فهو كالدائرة التي تحيط بك من كل جهة (ب)". خلال وقوع الحدث.....شعرت ان حياتي انتهت...لقد توقعت انه سيطلق باتجاهي النار في اية لحظة (س س)". هذه الحوادث حطمت حياتنا....لم يعد هناك حياة.....هناك فقط الموت....انك لاتشعر بانك حي...انت تنتظر دورك لتموت (مج)".

٣- مصادر تهديد غير معروفة :

ان التهديد يأتي من مصادر خطر كثر، ومن ثم يتوجب على الشخص ان يكون حذرا من الخطر الذي يمكن ان يأتي من مصادر غامضة (نو، ج)، ان الخطر غير معروف وغير محدد بزمان او مكان، كما لو انك تواجه شبعا او تقاثل سرايا لا تعرفه او لا تتوقعه. وهذا ينطبق تماما على الاشخاص الذين يتلقون رسائل تهديد. "ان الشيء المزعج في هذا التهديد..... هو انك تقاثل شبعا... ذلك لأنك لا تعرف الشخص الذي يهددك، من هو

أجاد هو ام لا...ما مدى قدرته او امكاناته في تنفيذ تهديده...بمعنى الخوف من شيء غير محدد (سا). مثل ما وصف المشتركون الاحداث الضاغطة فقد كان لديهم احساس بعدم القدرة او انهم ليس لديهم سيطرة على الاحداث ناهيك بتجنبها او مقاومتها. ان احداث العنف تبدو عشوائية او لا معنى لها للاشخاص المتعرضين لها ولكنها أيضا تبقى مرعبة وذات مغزى (Johnson and Thompson, 2009).

٥- **المراقبة والانتظار** : يشعر المشتركون بانهم يعيشون في منطقة حربية، ومن ثم كانوا يتوقعون أن يتعرضوا لحادثة ما او لحواث عدة. ان هذا التوقع جعلهم قادرين على تقبل الحوادث. "إنها ليست مدينة.....انما نحن نعيش في ساحة حرب.... انها مجرد ساحة حرب....وكل شخص لديه منزل في هذه الساحة (ام، جا)" انهم بانتظار دورهم للموت، " تشعر انه ليس دورك اليوم....غدا ربما يكون دورك (از)". ليس لديهم شيء ليفعلوه عدا المراقبة والانتظار ليروا ما يجلب لهم الغد. "نحن نعيش مع الخوف والتوقع بشكل دائم (يا)". ان لحظات الانتظار هذه ربما تكون اصعب من الحادث بحد ذاته. اثناء الحادث ، اختطاف احد افراد الاسرة بشكل خاص ، فان الوقت ثقيل ويمر ببطء شديد جدا، ان من الصعوبة البالغة ان تتحمل الانتظار(نه،ت، اسج،يا).

٦- **الوداع** : بسبب الشعور المستمر بالخطر او الموت ، فان افراد العائلة يودع احدهم الاخر ، ويقولون له مع السلامة عندما يغادر المنزل لاعتقادهم انهم ربما لن يروا هذا الشخص مرة ثانية او ربما يقتل.

"ربما ترى الشخص في الصباح، لكنك لن تراه في المساء....فالشخص اما يموت واما يعود الى البيت....انه الموقف الذي ينكر كل يوم (از)". فالشخص الذي يغادر المنزل يتلو الشهادتين قبل مغادرته. وكما معروف فان على المسلم ان يتلوا الشهادة قبل موته وخاصة حينما يدرك انه سوف يموت او ان الخطر قريب منه. وهذا يدل على خطر الموت الوشيك لكل من يغادر خارج المنزل. وان العائلة دائما ما تتوقع ان شيئا فظيحا سوف يحدث، وعليهم الاستعداد للخسارة القادمة.

٧- **اصبح التهديد جزءا من ثقافة المجتمع** : إن الاحداث التي ذكرت هي ليست مما يجربه الفرد في المجتمعات العادية بيد أنها غدت أمرا معتادا في العراق.

"ان الحوادث العنيفة من مثل القتل والتهديد اصبحت جزءا من الحياة اليومية، وانت جزء من ذلك (سا)". "لقد اعتدنا ان نعيش تحت الضغط، ليس هنالك حل(نو)". "انا تحت الضغط معظم الوقت (ت)". "كل الناس تعاني من الضغط (اسج)". لقد اصبح جزءا من حياة الفرد وثقافة المجتمع، وان الناس ترفض الاعتراف بالخوف (ن)" جرب الناس احداثا ضاغطة كثيرة خلال هذه الفترة وقد جعلت منهم معتادين على رؤية القتل والدم وجربوا

الخسائر.... ان الوضع اصبح معتادا (ام،نو). ان الخطر اصبح مألوفا على الرغم من انه ليس عاديا (يا). ان تكرار الحوادث جعلها تبدو شائعة ويمكن التعايش معها (ب). لقد اصبح من الطبيعي ان يموت قريب او صديق. ان ما يفعله الناس هو تقديم التعازي فقط يقولون: الله يرحمه (س س). على ما يبدو قد بدأ الناس يتقبلون الحوادث على انها جزء من حياة المجتمع اليومية وربما ذلك ادى الى الحفاظ على الشعور بانها طبيعية وانهم قادرون على التعايش معها.

٣- المشاعر : ثمة كثير من المشاعر المصاحبة للحوادث، ويمكن تصنيف هذه المشاعر فيما يأتي:

٣-١. الشعور بالخوف والرعب : وسم المشتركون الحوادث بأنها احداث مخيفة وقالوا إنها مرعبة....إنها مشاعر لا يمكن وصفها (مج، از،ام، س س، يا، وم)

"كل شيء كان مرعبا من مثل صوت الدبابة و سقوط الصواريخ والانفجارات...كان هناك خوف كبير وقلق....الحياة مخيفة ككابوس....الخوف ليس من الموت...وانما ما يمكن ان يحصل قبل ذلك....وهو كيف تصل الى الموت (ب)". ان الخوف كان موجودا حتى عندما تكون في منزلك وتسمع طرق الباب.....ربما تؤخذ من داخل بيتك (نو).

ومن المشتركين من شبه العيش مع مشاعر الخوف الكبيرة والرعب المستمر بالموت البطيء حيث لا يوجد امل، ولا قدرة او معنى للاستجابة لما يحدث (ام،از).

"لقد كان هناك خوف كبير....لقد تفاقم هذا الخوف....لأنه كان في كل يوم انفجارات....كنا نسمع صوت الصواريخ المخيف...لم نكن نعلم اي من هذه الاصوات القوية سوف يسقط على بيتنا (ن)". ان القلق كان اكثر المشاعر حدوثا وتكرارا للناس الذين تعرضوا للاحداث الصادمة. اكثر من ٩٠% من افراد العينة يشعرون بالقلق من الوضع الذي يعيشون فيه بالخطر والذي يقودهم الى الشعور بالقلق: ((لقد كان هناك شعور ثابت بالخوف والقلق من التعرض لاحداث عنف)) (جا، وق، نو، ب، يا).

" لقد كانت هناك الة للقتل، عديمة الرحمة، الة عمياء....لقد كان هناك خوف وقلق حيال عائلتي ، اخوتي، اخواتي، اطفالي وعلى نفسي كذلك (ام)". لم اعد قادرا على تحمل القلق (وم، ن). وفي المحصلة ، فان هذه الظروف قد أثرت في حياة أولاء الناس وجعلتهم يغيرون سلوكهم تجاه الناس الاخرين وتجاه عوائلهم.

٣-٢- الحزن والالام والبكاء : ان المشتركين الذين عاشوا مع هذه الحوادث كان لديهم مشاعر من الحزن(اس)، ان رؤية الناس الذين يعانون كان محزنا...لقد كنت اشعر بالحزن العميق حول الوضع والناس....لا يوجد سوى الحزن (يا). عندما تفقد شخصا ما قريبا تشعر بالاسف وتتغير حياتك بعده (از، س س). خلال تلك الاوضاع كان هناك شعور بالالام

بسبب ما يحدث (ت، ج)، " لقد رأيت أناسا يقتلون امام منزلي.....والمشهد مازال ماثلا امامي حتى الان.....لقد كان صادما ومؤلما.....ولا يزال يؤثر في....ان اثره سيبقى لامد طويل (ام)". كما كان هناك الم عند خسارة احدهم....وهو يستمر لفترة طويلة (س س).

ومع كل هذه الأحداث الصادمة المستمرة وآلامها وحزنها، فان المتعرضين لهذه الاحداث يرغبون في البكاء عندما يفقدون احد المقربين. يرغبون في البكاء منعزلين وبصوت عال (جت، ت، اس). ان الاشخاص الذين لا يستطيعون اظهار حزنهم بطريقة مقبولة فان الناس الآخرين يعتقدون أنهم غير مهتمين ولا يحبون الفقيد، والموقف لن يكون مفهوما من قبل الجيران والغرباء، ولذلك لا يستطيع هؤلاء الناس التعبير عن حزنهم من دون البكاء والا سوف يكون نوعا من عدم الصلة بالفقيد، ولاسيما بحضور الغرياء والجيران.

٣-٣-التشاؤم : لأن الحوادث مستمرة فانهم يشعرون بأن ليس هناك امل لتتوقف وأنها من الممكن ان تحدث للشخص نفسه او لغيره من افراد العائلة (ت). عندما يتحدثون عن الامل فانهم يصفون الوضع بما يأتي: "يعني....فيما يخص حالنا فانها لن تتوقف....هناك قتل في كل يوم....ليس هناك امل لجعلها تتوقف عليك ان تتعايش معها (از)". لقد فقدوا الامل في المستقبل. "فكر فيما يكون عليه المستقبل....كيف سينتهي هذا....وباى تكلفة.... حياتنا حياة ملايين من الناس....ليس هناك سوى اليأس (ام)" ليس هناك امل في عودة الامان والاستقرار إلى حياة الناس (نو). وقد اظهر المشتركون بان ليس لديهم اي تفاؤل ولا يوجد سوى اليأس من المستقبل (ين، ام، مج، از، ن) . ان المستقبل مجهولمن يعلم كيف ستكون النهاية (ام). انهم يرغبون في التفاؤل إزاء الغد، و لكنهم يعتقدون بانه سوف يكون اسوء....ليس هناك ادنى شك من ان الغد سوف يكون اسوء (از، اس). معظم المشتركين أصيبوا بالكأبة، انهم يشعرون بان الحياة لم يعد لها اي معنى. ليس هناك سوى المصائب ولا وجود للفرح (ام، اس). لا يستطيع القيام باي شيء ليس هناك سوى الحزن (يا)

٣-٤-الغضب : عندما يجد المشترك نفسه قد وقع عليه الحدث يشعر بفقدان الامل لعدم قدرته على القيام بشيء حيال ذلك ولذلك يشعر بالغضب.

"لم يكن هناك شيء سوى الغضب والكلام فقط الكلام والتساؤل لماذا يحدث ذلك لي ولا استطيع ان افعل شيئا"(مج).

٣-٥- التوتر والانزعاج : يشعر المشتركون بالانزعاج طول الوقت: "أنت تحت الضغط بشكل مستمر....تشعر بانك مشدود....وتصبح متوترا بسرعة"(جا،نو، وم)، انا اشعر بالتوتر بشكل دائم ، منفعل وغير مرتاح"(مج). إنهم يعتقدون أن الاشخاص الذين تعرضوا للصدمات في العراق اصبح يكره احدهم الاخر، ولذلك هناك عداوات، وأنهم اكثر عدوانية الان (از). "أنا منفعل دائما بسبب الصدمة(جا). يعتقدون ان الناس جميعا اصبحوا اكثر

توترا وعدوانية حتى في الشارع (وم، س س، ون).

٣-٤. إدراك الاحداث : ينظر المشتركون الى الأحداث على أنها شيء ما خارج عن قدرتهم ، وقد عبروا عن ذلك الشعور من خلال شيئين:

٣-٤-١ القدرة : يشعر المشتركون بان السيطرة على الحوادث خارج نطاق قدرتهم :

" إنها اشياء فرضت علينا....ليس هناك بدائل بايدينا كي نختار " (ام، ين)، ليس بايدينا شيء كي نغير او نتخلص منها" نعم الحقيقة ليس بايدينا شيء يمكن ان نقوم به" (ج). خلال الاحداث لم استطع معرفة ماذا افعل او كيف اتصرف...لقد تجمدت في مكاني....لم اكن قادرا على القيام باي شيء(ب). انهم يشعرون بان ليس هناك اي فكرة عن الحل.... لم نكن قادرين على التصرف....ليس هناك شيء سوى الصبر(ت). لقد تعاملت مع الضغوط بصمت من دون ان اعمل شيئاً(از). ليس هناك شيء بايد الناس لتقوم به ما عدا الحذر ومحاولة التجنب (س س).

٣-٤-٢ التقبل : يشعر المشتركون بان ليس لديهم خيار للتفكير فيما حصل لانهم يرون شيئاً جديداً في كل يوم....وقد وصفوا ذلك بما يأتي: " عليك ان تتقبل وتتعامل مع الموضوع....نحن مجبرون على تحمل وتقبل ما يحدث" (ت، از). كنا قادرين على البقاء والتحمل على امل ان يتحسن الوضع (وم). ومع الوقت والاحداث الضاغطة سوف تعتاد على القتل والدماء والفقد وتكون قادرا على النسيان (ام).

٣-٥-١ إعادة الخبرة :

٣-٥-١ الذكريات : خلال الاحداث الضاغطة كان لدى الاشخاص المتعرضين افكار مشوشة... " كنت أرتجف ...لم اكن أعرف أين أذهب (ب). ان تأثير الاحداث السابقة كانت تثيرني وخاصة عندما اشاهد او اسمع عن احداث القتل(ام). " كان هناك عدم ثقة وشك بجميع الاشياء من حولي (اسج). كانت الاصوات والصور تؤدي الى تذكر الحادث او تثير مشاعر مشابهة لتلك التي حدثت اثناء وقت الحدث مثل الحزن والغضب.

"لقد كانت الاحداث تمر امامي كما لو كانت شريطا مسجلا في عقلي"(جاء، اسج، ب). لقد كانوا يحاولون نسيان الحدث ولكنهم لا يستطيعون ذلك "لا استطيع ان انسى منظر اجساد القتلى والشعور بالخوف" (ج، يا). "ان مشاهد الاحداث واصواتها تثير الذكريات الحزينة ويبدأ القلب بالخفقان بسرعة"(س س). " أنا ما زلت اشعر بالقلق عندما اسمع اي اخبار سيئة"(نو). بعض المشتركين يشعرون انهم بدؤوا بنسيان اشياء مهمة في حياتهم (نو). " إن عقلي مشغول دائما مع ما حدث في العراق، ولذلك اعاني من ذاكرة سيئة وانسى باستمرار أشياء مهمة"(ين).

٣-٥-٢- النوم : إن لدى المشتركين مشكلات كثيرا قبل واثناء النوم وتتمثل في عدم القدرة على النوم والخوف من النوم والكوابيس ولذلك تجتمع العائلة بعضها مع بعض وتنام معا. إن النوم صعب جدا للاشخاص الذين تعرضوا لاحداث صادمة ويشعرون بان ليس لهم القدرة على النوم او لا يستطيعون... " عندما تتذكر الاحداث لا تستطيع النوم (ت). بعضهم لا يجد الرغبة في النوم (اس). وبعضهم الاخر لا يستطيع النوم بسبب القلق (ب). إن المشاركين خائفون من النوم لانهم يعتقدون انهم اذا ناموا ربما لا يستيقظون من جديد (ج، نو، اس). هؤلاء الناس يحاولون تجنب مشكلات النوم، ولذلك تجتمع الاسرة مع بعضها للنوم في مكان واحد اثناء الليل كي يعيشوا جميعا او يموتوا جميعا (جا، ن، ج). وهذا ربما يعطيهم نوعا من الامان اثناء النوم.

٣-٥-٣- التأثيرات الجسدية : هناك بعض التأثيرات الجسدية التي ظهرت على صحتهم الشخصية او اقربائهم الذين تعرضوا لهذه الاحداث من مثل الصداع لفترات طويلة وضغط الدم المرتفع والتهاب المفاصل وتهيج القالون (وم، اس، نو). "كنتيجة لهذه الاحداث اعاني من تهيج القالون والشقيقة" (نو). " لقد ادخلت الى المستشفى وما زلت اعاني من مشكلات تسارع معدل ضربات القلب" (س س).

٣-٦-٦- استراتيجيات المواجهة : إن المشاركين في هذه الدراسة قد اعتمدوا طرق مواجهة مختلفة للتعامل مع الاحداث الضاغطة، وبعض هاتيك الطرق كانت مفيدة جدا للتعامل مع خبراتهم، وقد استخدم المشاركون بالدراسة ثلاث طرائق رئيسة للتعامل مع الاحداث وهي على النحو الاتي :

٣-٦-١- الدعم : تؤدي الروابط الاسرية في الثقافة العراقية دورا رئيسا في العلاقات الاجتماعية. اذ تلقى كثير من المشاركين في الدراسة الدعم والتشجيع من اسرهم واعتمدوا على هذا الدعم والتشجيع للشعور بحالة افضل (اسج، جا). وقد حصلوا على القوة اللازمة من اسرهم للتغلب على الاوقات العصبية التي مروا بها.....

" كان أبي يتحدث معي حول ما حصل...وقد ساعدني ذلك على التخلص من الموقف السيء" (ت، ين). في الاوقات العصبية تجتمع العائلة مع بعضها ليدعم بعضها بعضا" (يا). إن هذا أحد انواع الدعم الاكثر اهمية الذي يمكن للفرد ان يحصل عليه في الاوقات العصبية حيث يشعر الشخص بانه ليس وحيدا في مواجهة الاحداث. فضلا عن أن التحدث لافراد العائلة وللجيران يساهم في توزيع الضغط الناجم عن الاحداث الضاغطة بين هؤلاء الافراد.

ونظرا لأهمية الدعم الاجتماعي فان كثيرا من المشاركين ركزوا على ان كثيرا من الجيران قد زاروهم عندما تعرضوا للحدث (سا، نو). "لقد جاء كل جيراني لزيارتي....أولئك

الذين اعرفهم والذين لا اعرفهم" (س س). ان الدعم المعنوي والمادي يجعلك تشعر بانك ليس وحيدا في مواجهة الاحداث، وهذا ما يساعد الاشخاص المتعرضين للشفاء (ج، اسج). ان الدعم الذي قدمه جيراني واصدقائي والتحدث مع اشخاص موثوق بهم اعطاني المزيد من الراحة النفسية والثقة بالناس الاخرين... ان التضامن مطلوب في هذه الاوقات (ت، از، يا، وق). ان هذا الدعم والتضامن جعل الناس كالاواني المستطرقة التي تعمل على توزيع الماء بالتساوي فيما بينها. وهكذا يعمل المجتمع على تعزيز الصمود ويحرص على ابقاء الضغط في ادنى مستوى ممكن ومتساو عند كل الناس. ان هذا النوع من اساليب المواجهة هو الشائع في الناس اعتمادا على ثقافة المجتمع. ان هذا الاسلوب من المواجهة يحتاج الى المزيد من الدراسة في المجتمع العراقي والمجتمعات العربية لتدعيمه وتفعيله.

إن المشتركين يشعرون بالرحمة عند علمهم أن كثيرا من الناس قد مروا بمواقف مشابهة، وخاصة عندما تجاوزوا الموقف وشعروا بالتحسن، وهو ما يعطيهم الاحساس بانهم قادرون على التعامل والتغلب على خبراتهم السيئة. " إن رؤية ما حدث للناس الاخرين ربما يخفف شعورنا بالقلق والتوتر مما حصل لنا" (از، اسج، سا)

٣-٦-٢ العود إلى الدين (الإيمان) : لما كانت العينة من مجتمع مسلم و يعد الدين مهما جدا لديهم ، فان معتقداتهم تساعدهم على تقبل الصدمات، وذلك لانهم يؤمنون بالله فهم يرون ان هذه الاحداث هي ارادة الله لغاية ما ويرجون من الله نهاية لها (از، جا، اسج). ان جزءا اساسيا من الايمان هو الايمان بالقدر ولذلك فان المتعرضين للصدمات في المجتمع الاسلامي يؤمنون بالقضاء والقدر ولذلك هم يتعايشون مع الخوف والالام (از). ان الرجوع الى الدين ربما لا يخفف تأثير الاحداث الصادمة ولكنه يجعل الشخص المتعرض يتقبل هذه الاحداث على انها قدره. "إنه قدرك وعليك أن تتكيف معه" (اسج).... انه الايمان بالقدر..... ليس بإمكانك القيام بأي شيء (يا). إن علاقة المسلم مع الله تتمثل في الصلاة ، ولذلك يحاولون ان يصلوا ويعودوا الى الدين والى الله (ت، ام، جا، اسج). كما يقرؤون القرآن ويصلون اثناء الاوقات المخيفة (ج، نو) . نحن نؤمن بالله (ب)

٣-٦-٣ التجنب : قدم المشاركون ثلاثة طرق لتجنب الاحداث:- البقاء في المنزل و الانتقال من المنطقة وعلاقات اجتماعية محدودة. ان المتعرضين يفضلون البقاء في المنازل لفترة من الزمن بعد التعرض لحدث. " إن الخروج من المنزل ليس امنا....." في كل خطوة خارج المنزل ربما لن تعود بعدها الى المنزل سالما" (ب). نحن مضطرون الى البقاء في منازلنا لفترات طويلة..... غير مسموح للاطفال بالخروج من البيت، الى ان نجبر على الذهاب خارجا لقضاء حاجاتنا الضرورية (يا، وق، نو، اسج). ان الحياة والشوارع اصبحت متعبة ومقلقة لنا.... كما اصبح من الصعب التحرك داخل المدينة (وم). إن الخطوة الثانية

في التجنب هي محاولة الناس مغادرة المكان حينما لا يصبح البقاء في المنزل مجديا في حمايتهم. في اثناء الصراع فان الناس تغادر مساكنها ومدنها للبحث عن مكان اخر اكثر امنا ، ولذلك غادروا مدنهم او غيروا اماكنهمورحلوا الى مناطق اخرى او بلدان اخرى(ام، وق، ب، يا، اسج، نو، سا). كما كان هناك نوعا اخر من التجنب تمثل في تجنب التحدث عما حصل بشكل مفصل او الرجوع الى اماكن وقوع الحدث او مغادرة مكان الحدث سريعا (س س، ام ، اسج) لم يتجنب الناس الاماكن الخطرة او البقاء داخل منازلهم فقط وانما حاولوا ان يتجنبوا الناس الاخرين. ان الاحداث تركت اثارا سيئة على علاقات الناس ونشاطاتهم.... واصبحوا غير قادرين على تحمل الاخرين.... ويعاملون الاخرين بشك وريبة (وم، سا، اسج). "لقد بدأ الناس يعامل بعضهم بعضا بشكل سيء" (يا). "إن الشخص لا يستطيع مع ما به من قلق ان يتصرف جيدا مع عائلته واطفاله، هناك مشكلات كثيرة من مثل القلق وعدم الوثوق بالاشخاص الاخرين"(ب). انها تقلص العلاقات الاجتماعية وتلغي جملة من الفعاليات الاجتماعية كزيارة الاقارب والاصدقاء ، لقد اصبحت العلاقات الاجتماعية سيئة(مج، وم).

٣-٧- النمو :

٣-٧-١- أصبحت أقوى : قد تعلم المشتركون من تجاربهم ومن ثم يشعرون بانهم أقوى واشجع من الاخرين.... ان خبراتهم علمتهم كيف يتصرفون في المواقف المشابهة...لقد تعلمنا، ثمة كثير من التجارب مع هذه الحوادث (ج، سا).

"لقد انتقلت الخبرات الى مواقف اخرى فبعد فترة من الزمن تشعر بانك احسن او بانك شخص أقوى مما كنت" (ت، ب). ان الشخص المتعرض يصبح أقوى واكثر قسوة، يصبح الشخص معتادا على الالم والصدمات (ام) ، او ربما لانهم لن يتعرضوا لشيء اسوء مما جربوه.... ان خبراتهم جعلتهم اكثر استعدادا لما سيأتيان الشخص يصبح مثل الدفان الذي لا يخاف الموتى (ج). " ربما تكيفنا جيدا مع الموت...نحن اكثر تحملا الان....ان الشخص يصبح أقوى بعد التعرض لتلك التجارب" (از، سا).

٣-٧-٢- أصبحت اضعف : وبإزاء ما مضى ايضا فإن ثمة مشتركين قد تعرضوا لكثير من الاحداث، فكان لديهم تعب نفسي بالغ ولا سيما عند وقوع الحدث.....، ومن ثم فقدوا القدرة على التعامل اي حدث او كارثة جديدة (ت، از، يا، اسج).

" إن الشخص يصبح اضعفولكنه يعرف كيف يتصرف مع المواقف المشابهة في المرة المقبلة"(ب، وم). " انا اضعف مما كنت سابقا واذا ما حدث شيء ما مرة اخرى فاني اجن" (ين). انهم يعانون من قلة التركيز في العمل وتشتت الذهن وانشغال البال طول الوقت مع الكسل والخمول (اس). إن هؤلاء الناس بدوا على انهم اضعف صحة نفسية من

الآخرين الذين وصفوا انفسهم على انهم اصبحوا اقوى ولديهم مرونة وقد اعتادوا على الاحداث. وهذا ما اتضح من خلال مشاعر المشتركين الذين يشعرون بانهم اكثر حساسية للحوادث. ان المشاركين الذين يشعرون بالقلق ويتوقعون ان يتعرضوا لتلك الاحداث من جديد منعهم ذلك من التخطيط لحياتهم ولذلك يعملون دائما بشكل سريع ومن دون اتقان ومن دون تفكير أو تركيز (ب، وم).

٣-٨- المقارنة بين المجموعة التي طورت اعراض اضطراب ما بعد الصدمة الكاملة والمجموعة بدون اعراض ما بعد الصدمة :

على الرغم من أن الدراسة تمت باعتماد المنهج الكيفي وليس الكمي في جمع وتحليل البيانات فان الباحث قام أيضا باجراء نوع من المقارنة بين المجموعة التي طورت الاعراض الكاملة لاضطراب ما بعد الصدمة وتلك التي لم تطور اعراض ما بعد الصدمة. ان المجموعة باجمعها مع الاعراض ومن دونها قد تعرضوا لانواع متشابهة من الاحداث كما انهم وصفوا الاحداث على انها فريدة وتشكل تهديدا مستمرا. وعلى الرغم من ذلك فان الغالبية ممن طورو اعراضا كاملة لاضطراب ما بعد الصدمة قد ذكروا ان مصادر التهديد غير معروفة اكثر من المجموعة التي بلا اعراض ما بعد الصدمة. كما انهم اظهروا مشاعر استجابة مثل (الحزن والالم والبكاء واليأس والكأبة) للاحداث اكثر من المجموعة التي من دون اضطراب. كما ان المجموعة باعراض اضطراب كاملة قد قيمت مصادر الاحداث على انها خارج السيطرة ولذلك كانت استجاباتهم هي محاولة لتنظيم انفسهم واعتماد مختلف الطرق للتعامل مع هذه الاحداث (Huether, 1996). وهذا يعود الى الفرق المعرفي بين الافراد في تقويم الاحداث المهددة (Ehlers and Clark, 2000). ان التنوع في انماط الاستجابة النفسية للضغوط الصادمة وجد على انه منبأ لاضطراب ما بعد الصدمة (Yehuda et al., 1998). ان انماط الاستجابات هذه تعتمد على شدة الصدمة، على الرغم من ان هناك اعدادا معتبرة من الذين تعرضوا لصدمة شديدة لم يطوروا اعراض ما بعد الصدمة. وقد لجأ الاشخاص الذين طورو اعراض اضطراب ما بعد الصدمة الى استراتيجيات تعامل غير فعالة بصورة اكبر من المجموعة التي بلا اعراض، ومن ضمنها التجنب مثل علاقات اجتماعية محدودة ومغادرة المنطقة وتجنب مناطق الاحداث، وهذه يعد جزءا من اعراض اضطرابهم. إن الذين تمت مقابلتهم وكانوا من دون اعراض اضطراب ما بعد الصدمة قد شعروا بأنهم اقوى من الذين لديهم اعراض ما بعد الصدمة من حيث تحملهم للاحداث جديدة. وقد اتضح ايضا إن الناس الذين أفادو من تجاربهم السابقة غدوا اكثر قدرة على التعامل مع المواقف الجديدة، واكثر قدرة على التنبؤ بها. ان توقع الاحداث ربما يؤدي دورا مهما في منع تطوير اضطراب ما بعد الصدمة وهذا ما يحتاج الى تركيز المزيد من

الانتباه عند دراسة اضطراب ما بعد الصدمة في البحوث المقبلة في المجتمع العراقي.

٤- المناقشة

ان مناهج الدراسات الكمية ليست الطريقة الوحيدة للحصول على معلومات عن تأثير التعرض للصدمة، فضلا عن ذلك فإن كثيرا من المقاييس المعتمدة في دراسات سابقة لتقويم انتشار اضطراب ما بعد الصدمة هي مشتقة من المجتمعات الغربية او بنيت على اساسها ولذلك فهي لا تعكس بالضرورة بشكل دقيق ضغوط الصدمات في غير تلك المجتمعات. ان نظام تصنيف اضطراب ما بعد الصدمة يعكس معتقدات الثقافة الغربية ازاء الطبيعة الانسانية في كل من DSM 3rd و DSM 4th اللذين استعملا على مستوى العالم (Krippner et al., 2012). في حين قد تكون لاعراض اضطراب ما بعد الصدمة ربما معان او معايير مختلفة في الثقافات المختلفة (Johnson and Thompson, 2008, Nicholl and Thompson, 2004).

إن الهدف الاول لهذه الدراسة استكشاف خبرات وعواقب الصدمات المرتبطة بالحرب لدى عينة من المدنيين العراقيين، وقد طبقت الدراسة باعتماد النظرية الاساسية grounded theory اساسا في جمع وتحليل البيانات. وقد توصلت الدراسة ذي الى ان عينة العراقيين المدنيين قد تعرضت الى مدى واسع من الاحداث والصدمة الشديدة المرتبطة بالحرب والصراعات المسلحة في العراق. إن من المتوقع ان تغير هذه الاحداث حياة الناس وذلك لطبيعة هذه الصراعات والحروب المستمرة في العراق ليس فقط فيما يخص الموت والاعاقات ولكن ايضا فيما يخص العلاقات الاجتماعية والصحة النفسية كاستراتيجيات يلجأ اليها الافراد للتعامل مع الضغوط.

وقد وجدت الدراسة أن تجارب العينة يمكن أن توضع تحت ستة موضوعات كما وصف المشتركين في الدراسة خبراتهم هذه، ومن ذا أن المشتركين قد فهموا أن طبيعة الاحداث التي مروا بها كانت غير متوقعة فريدة من نوعها ولهذا فان استجاباتهم ومشاعرهم كانت مختلفة عن الاشخاص الذين لم يجربوا مثل هذه الاحداث. وهي نتيجة كانت متسقة مع ما توصل اليه Ehlers and Klark's (2000) فيما يعرف بالأنموذج المعرفي والذي يفترض فيه ان هناك عمليتين تقودان إلى الإحساس بالتهديد وهما: - أ- اختلاف الناس في كيفية ادراك الصدمة او مخرجاتها، ب- اختلاف طبيعة الذكريات بين الافراد حيال الحوادث وعلاقتها بخصائص الذكريات الاخرى، وهو ما خلصت إليه أيضا الدراسة ذي، إذ أشرت الى المشتركين فهموا وتعاملوا مع الاحداث على انها غير معروفة المصدر وان ليس لديهم خيار سوى قبول الحدث. من ناحية اخرى وجدت الدراسة أيضا، وفقا للاحداث المستمرة، ان المشتركين لديهم توقعا باصابات نفسية وجسدية كما يتوقعون الموت في اية لحظة. وقد

اوضحت دراسات سابقة عدة ان الاشخاص مع اضطرابات ما بعد الصدمة اكثر احتمالا لان يطوروا جملة من الاضطرابات من مثل اضطراب الرعب والفوبيا الاجتماعية (الخوف الاجتماعي) واضطرابات الشخصية (Rosen and Lilienfeld, 2008). فضلا عن ان الاشخاص الذين يستعملون اساليب تعامل، من مثل الايمان بالقضاء والقدر والبكاء والتفكير الحالم (كما وجد في هذه الدراسة) يمكن ان تساهم في ظهور اعراض اضطرابات ما بعد الصدمة (Khamis, 2008). كما ان اسلوب تعامل التركيز على المشاعر يمكن ان ينتج مستوى عاليا من اضطراب ما بعد الصدمة (Baschnagel et al., 2009).

إن الأدلة التي جمعت في هذه الدراسة قد عززت الفرضية القائلة ان عينة دراستنا ذي تتعامل مع الضغوط باستجابات معرفية خاصة بالنسبة للمشاركة بالعزاء ومشاركة الحزن وتوقع لتحمل اعباء وتكاليف الاحداث مع العائلة. ان هذه الاستجابات تعكس ثقافة وبنية المجتمع حيث إن كل ثقافة وشريحة اجتماعية تبني اعراضها الخاصة (Pedersen et al., 2008). ان التعرض لمثل هذه الاحداث الصادمة تظهر بالضرورة اعراض اضطراب ما بعد الصدمة لكن لا تعطي اسبابا كافية لتفسيرها. ومع ذلك فان التعرض لمثل هذه الاحداث الصادمة ومشاركة الخبرات مع المجتمع (العائلة والاصدقاء والجيران وكل الاشخاص الذين يمكن ان يلتقوا في المنطقة) يؤدي الى الاعتقاد بان المجتمع كله مستهدف بايجاد اليات للتعامل بنجاح مع الاحداث وليس الشخص المتعرض للصدمة فقط. كما ان دعم الاسرة والمجتمع للاشخاص المتعرضين هو العامل المهم للمساعدة في تطبيع تجاربهم (Johnson and Thompson, 2008). وفي الوقت نفسه فان بعض الاراء تقول ان شبكة العلاقات التي تساعد الاسرة على النجاة ربما هي ذات تأثير سلبي فيما يخص انتشار الضغوط لدى كل اعضاء الاسرة (Waters, 2006). وهذا ما وصفناه بالاوني المستترقة في هذه الدراسة حيث تساعد الاسرة افرادها على التشافي او التقليل من تاثير الصدمات ولكن في الوقت نفسه ينتشر الضغط لدى كل افراد الاسرة.

وقد افصحت الدراسة ان الثقافة العراقية ربما تؤدي دورا كعامل حماية ضد المخرجات السلبية للصدمة، كما ان الاسرة الممتدة تؤدي أيضا دورا حيويا في تخفيف الضغوط من طريق توزيعها بين افراد العائلة. ان دعم الاسرة وتعاطف المجتمع فضلا عن مشاركة الاخرين لخبراتهم كل ذلك يساعد في التعامل مع الضغوط. ان هذه الفرضية متسقة مع الفكرة السائدة من ان العوامل الثقافية من مثل المعتقدات الدينية والدعم الاجتماعي والافادة من الخبرات في مساعدة الاخرين لها اثرا بالغ في حماية الاشخاص من تطور اعراض اضطراب ما بعد الصدمة (Johnson and Thompson, 2009). ان الدين والايمان في المجتمعات المسلمة من العوامل الحيوية في زمن الازمات، ولذلك فان جميع افراد العينة

تقريباً اقرؤا بالرجوع الى دينهم (الايمن) للتعامل مع الصدمات. وقد اوضحت الدراسة أيضاً أن التعرض للصدمات ربما يعزز النمو الايجابي لدى الاشخاص الذين ليس لديهم اضطراب ما بعد الصدمة بما يعني ان يصبحوا اقوى، ومثال على ذلك ان بعض المبحوثين قال " نحن الان اكثر تحملاً..... ان الاشخاص يصبحون اقوى بعد هذه التجارب"(از، سا). ان ادراك الخبرات ربما يؤدي الى ايجاد فوارق بين الاشخاص الذين لديهم والذين ليس لديهم اضطرابات ما بعد الصدمة فيما يخص النمو الايجابي بعد الصدمات. وهذا يتسق مع تاكو واخرين ٢٠١٢ الذين وجدوا ان اكبر نمو ايجابيا ربما يعود إلى إدراك الخبرات بشكل افضل في السياق الثقافي. ناهيك بأن خطورة تجارب الصدمات كالتى وردت في هذه الدراسة ربما يعزز نمو اضطرابات ما بعد الصدمة. وهذا ما ذكره تاكو واخرون ٢٠١٢ من ان النمو الاكبر لاضطرابات ما بعد الصدمة مرتبط بخطورة الصدمات لدى الشباب وهو ما يتفق و معايير DSM-IV بالمقارنة مع خبرات الصدمات عند الشباب التي لا تتوافق تجاربهم مع معايير DSM-IV. وان هذا ربما يساعد الاشخاص المتعرضين للصدمات على التعامل بصورة افضل مع التعرض للصدمات في المستقبل.

REFERENCES

- BASCHNAGEL, J. S., GUDMUNDSDOTTIR, B., HAWK, J., LARRY W. & GAYLE, B., J. 2009. Post-trauma symptoms following indirect exposure to the September 11th terrorist attacks: The predictive role of dispositional coping. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 915-922.
- BATNIJI, R., VAN OMMEREN, M. & SARACENO, B. 2006. Mental and social health in disasters: Relating qualitative social science research and the Sphere standard. *Social Science & Medicine*, 62, 1853-1864.
- BILLS, C., DODSON, N., STELLMAN, J., SOUTHWICK, S., SHARMA, V., HERBERT, R., MOLINE, J. & KATZ, C. 2009. Stories Behind the Symptoms: A Qualitative Analysis of the Narratives of 9/11 Rescue and Recovery Workers. *Psychiatric Quarterly*, 80, 173-189.
- BRADLEY D. GRINAGE, M. D. 2003. *Diagnosis and Management of Post-traumatic Stress Disorder*, www.aafp.org/afp.
- CARDOZO, B. L., VERGARA, A., AGANI, F. & GOTWAY, C. A. 2000. Mental health, social functioning, and attitudes of Kosovar Albanians following the war in Kosovo. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 284, 569-577.
- CARLSON, E. 2001 Psychometric study of a brief screen for PTSD: Assessing the impact of multiple traumatic events.
- CHARMAZ, K. 2003. Grounded theory In: SMITH., J. A. (ed.) *Qualitative psychology : a practical guide to research methods* London: Sage.
- CHARMAZ, K. & BRYANT, A. 2010. Grounded theory. *international encyclopedia of education*, third edition, 406-412.
- CORBIN, J. & STRAUSS, A. 2008. *Basic of qualitative research*, Sage Publication, Inc.

- DE JONG, J. T. V. M., KOMPROE, I. H., VAN OMMEREN, M., EL MASRI, M., ARAYA, M., KHALED, N., VAN DE PUT, W. & SOMASUNDARAM, D. 2001. Lifetime events and posttraumatic stress disorder in 4 postconflict settings. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 286, 555-562.
- EHLERS, A. & CLARK, D. M. 2000. A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 319-345.
- FARHOOD, L., DIMASSI, H. & LEHTINEN, T. 2006. Exposure to War-Related Traumatic Events, Prevalence of PTSD, and General Psychiatric Morbidity in a Civilian Population from Southern Lebanon. *Journal of Transcultural Nursing*, 17, 333-340.
- GILBERTSON, M. W., MCFARLANE, A. C., WEATHERS, F. W., KEANE, T. M., YEHUDA, R., SHALEV, A. Y., LASKO, N. B., GOETZ, J. M., PITMAN, R. K. & HARVARD, V. T. P. T. S. I. 2010. Is Trauma a Causal Agent of Psychopathologic Symptoms in Posttraumatic Stress Disorder? Findings From Identical Twins Discordant for Combat Exposure. *Journal of Clinical Psychiatry*, 71, 1324-1330.
- GLASER, B. & STRAUSS, A. 1967. The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research. *Chicago: Aldine*.
- HEACOCK, E. & HOLLANDER, J. 2011. A grounded theory approach to development suitability analysis. *Landscape and Urban Planning*, 100, 109-116.
- HOLT, N. L. & TAMMINEN, K. A. 2010. Moving forward with grounded theory in sport and exercise psychology. *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 419-422.
- HUETHER, G. 1996. The central adaptation syndrome: Psychosocial stress as a trigger for adaptive modifications of brain structure and brain function. *Progress in Neurobiology*, 48, 569-612.
- JABER, S. S. 2012. *Developing a self-help guide for traumatised university students in Iraq*. PhD, Nottingham.
- JOHNSON, H. & THOMPSON, A. 2008. The development and maintenance of post-traumatic stress disorder (PTSD) in civilian adult survivors of war trauma and torture: A review. *Clinical Psychology Review*, 28, 36-47.
- JOHNSON, H. & THOMPSON, A. 2009. Non-Western interpreters' experiences of trauma: the protective role of culture following exposure to oppression. *Ethnicity & Health*, 14, No. 4., 407-418.
- JONES, L. 2002. Adolescent understandings of political violence and psychological well-being: a qualitative study from Bosnia Herzegovina. *Social Science & Medicine*, 55, 1351-1371.
- KHAMIS, V. 2008. Post-traumatic stress and psychiatric disorders in Palestinian adolescents following intifada-related injuries. *Social Science & Medicine*, 67, 1199-1207.
- KIENZLER, H. 2008. Debating war-trauma and post-traumatic stress disorder (PTSD) in an interdisciplinary arena. *Social Science & Medicine*, 67, 218-227.
- KILLEBREW, M. 2010. A Qualitative Approach to Explore the Experiences of Health Care Providers who Treat Patients for Post Traumatic Stress Disorder(PTSD).
- KRIPPNER, S., PITCHFORD, D. & DAVIES, J. 2012. *Post-traumatic Stress Disorder (Biographies Of Disease)*. California; USA, ABC-CLIO, LLC.

- MARSHALL, M. G. & COLE, B. R. 2009. Global report 2009: Conflict, governance, and state fragility. George Mason University: Center for Systemic Peace and Center for Global Policy.
- MEHMETOGLU, M. & ALTINAY, L. 2006. Examination of grounded theory analysis with an application to hospitality research. *International Journal of Hospitality Management*, 25, 12-33.
- NICHOLL, C. & THOMPSON, A. 2004. The psychological treatment of Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) in adult refugees: A review of the current state of psychological therapies. *Journal of Mental Health*, 13, 351-362.
- PEDERSEN, D., TREMBLAY, J., ERRAZURIZ, C. & GAMARRA, J. 2008. The sequelae of political violence: Assessing trauma, suffering and dislocation in the Peruvian highlands. *Social Science & Medicine*, 67, 205-217.
- ROSEN, G. M. & LILIENFELD, S. O. 2008. Posttraumatic stress disorder: An empirical evaluation of core assumptions. *Clinical Psychology Review*, 28, 837-868.
- SCHOLTE, W. F., OLFF, M., VENTEVOGEL, P., DE VRIES, G.-J., JANSVELD, E., LOPES CARDOZO, B. & GOTWAY CRAWFORD, C. A. 2004. Mental Health Symptoms Following War and Repression in Eastern Afghanistan. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 292, 585-593.
- STRAUSS, A. & CORBIN, J. 1998. *Basics of qualitative research, techniques and procedures for developing grounded theory*, London, Sage Publications, Inc.
- TAKU, K. 2012. Posttraumatic Growth in American and Japanese Men: Comparing Levels of Growth and Perceptions of Indicators of Growth. *Psychology of Men & Masculinity*.
- TAKU, K., KILMER, R. P., CANN, A., TEDESCHI, R. G. & CALHOUN, L. G. 2012. Exploring posttraumatic growth in Japanese youth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4, 411-419.
- WATERS, D. B. 2006. Review of "Handbook of stress, trauma and the family". *Families, Systems, & Health*, 24, 106-108.
- YEHUDA, R., MCFARLANE, A. & SHALEV, A. 1998. Predicting the development of posttraumatic stress disorder from the acute response to a traumatic event. *Biological Psychiatry*, 44, 1305-1313.

The effect of the traumas on individuals' life Qualitative study in Iraqi civilian traumatized sample

Abstract:

The Iraqi people have been continually exposed to wide range of traumatic events, greatly increasing the rates of PTSD, depression, and health problems. However, there is a dearth of research investigating the prevalence of PTSD in the Iraqi population and the impact this has on the individual. Whoever, because there may be a different value or meaning for PTSD symptoms in different cultures. Therefore, the qualitative approach, which is used here, may give better understanding for the trauma experience and PTSD symptoms. In the current study, 20 interviews were conducted (10 males and 10 females) with Iraqi students and refugees to obtain a better understanding individual's experiences of exposure to traumatic events and PTSD symptoms as well as the different coping strategies adopted following a traumatic event and the effect of social culture. Social and family support contributed in prediction of PTSD symptoms after exposure to severe traumatic events. Furthermore, the characteristics of PTSD related to social backgrounds and continue exposure to trauma in Iraq.

Key words: *PTSD, interview, Iraq, trauma, war, students, refugees, qualitative, culture.*