

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2
مركز المساعدة النفسية الجامعي
الأستاذة بن يزار فريدة
الوحدة العلمية

ورشة: التدخل في الكوارث والأزمات

لفائدة الممارسين النفسيين بالاقامات والمراكز
20 أبريل 2022

دباجة: تعرض المجتمع الجزائري في السنوات الأخيرة إلى مجموعة من الكوارث الطبيعية، مثل: الفيضانات والزلازل وكوارث بشرية فضلا عن مجازر الإرهاب في مناطق مختلفة من الوطن، وأحداث العنف الأخيرة التي عرفتها ولاية غرداية. ولقد سعت الدولة بصورة استعجالية إلى وضع مخططات واستراتيجيات للحد من حجم الأضرار المادية والنفسية التي لحقت بالناجين من هذه الكوارث الصادمة. ولعل أهم حدث جكما تعرض العالم لجائحة الكوفيد التي الحقل أضرارا على عدة مستويات، فانطلاقا مما نعيشه اليوم والعالم بأسره من آثار الجائحة كورونا (كوفيد 19) التي أجمع عليها المختصون والتي لم تقتصر على الآثار الجسدية فقط، بل كانت تداعياته نفسية سواء على المصابين، وحتى على من لم يصيبهم الفيروس المخيف، فحالات الهلع والخوف والقلق والاضطراب جميعها حالات رافقت شبح كورونا، وألقت بظلالها على الفرد، حتى بات علاج الأرق الذي حمله الوباء لا يقل أهمية عن علاج الوباء بحد ذاته. فبات من الضروري التركيز على العوامل الداعمة للصحة النفسية، من خلال ما يقدمه علم النفس، فإذا فقد الفرد جهاز مناعته النفسية فإنه سوف يتعرض لاكتساب صفات سيئة تدرج ضمن ما يطلق عليه أعراض فقدان المناعة النفسية وهي: (ارتفاع القابلية للإحياء، فقدان السيطرة الذاتية والتحكم الذاتي، الاستسلام للفشل، الانعزالية، فقدان الإحساس بالسرور والمتعة في الحياة، وحوادث خلل في معايير الحكم على الأشياء أو الأحداث أو المواقف والانغلاق على الذات والجمود الفكري والتفكير السلبي، ويبقى التدخل النفسي ذا أولوية لا تقل أهمية عن التدخل الطبي، فهو يقوم على تقديم الدعم النفسي فور وقوع الحدث الصادم ولا يقتصر على الأزمة الصحية فقط بل على كل أنواع الأزمات التي من الممكن أن يتعرض لها أي فرد داخل مجتمع؛ وفق منهج نموذجي مبني على مساعدة الناس في أعقاب الكارثة مباشرة للحد من الضائقة الأولية وتعزيز الأداء التكيفي للناجين على المدى القصير والبعيد إلى حين التكفل الفعلي بهم.

محاور الورشة:

مفاهيم الأزمات: - أنواع الأزمات، الحدث الخطر أو إحداث الصدمة

- حالة العجز أو فقدان التوازن

التأثيرات النفسية للأزمات: - حالة الأزمة النشطة والعامل المرسب

- المشاكل النفسية على المدى القصير والطويل

حلول الأزمة: - التدخل النفسي الاستعجالي

- آليات تعزيز المناعة النفسية وقت الأزمات الصحية

- تنشيط التفكير الإيجابي والأداء التكيفي

خطة إدارة الأزمات في الجامعة:

- تفعيل مساق تعليمي جامعي

- إستراتيجية المواجهة لدى الطالب الجامعي اثر الأزمات

- تفعيل خلية الأزمة داخل الجامعة



مسؤولية مركز المساعدة
النفسية الجامعي
د. بومعزة منيكة