

تقنية الكشف التكييفي تخفف آثار اضطراب ما بعد الصدمة لدى قدامى المحاربين

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 11, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). تقنية الكشف التكييفي تخفف آثار اضطراب ما بعد الصدمة لدى قدامى المحاربين. عرب سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119586>

تخيل أنك جندي عائد من منطقة حرب، تحمل ذكريات مؤلمة لا تفارقك، تحول حياتك اليومية إلى صراع مستمر. قد تكون هذه الذكريات - أو ما يُعرف باضطراب ما بعد الصدمة (Post-Traumatic Stress Disorder أو PTSD) - تتسبب في كوابيس مزعجة، وقلق دائم، وصعوبة في التركيز، وحتى انعزال عن الأصدقاء والعائلة. ما الذي يمكن فعله لمساعدة هؤلاء الجنود على استعادة حياتهم؟ هذا السؤال هو محور بحث جديد يهدف إلى اختبار فعالية تقنية علاجية مبتكرة تُعرف بـ "الكشف التكيفي".

منهجية البحث

قام الباحث مالك زادة وغيره من فريق البحث بتصميم دراسة سريرية عشوائية ومضبوطة (Randomized Controlled Trial) لتقييم تأثير تقنية الكشف التكيفي على شدة أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى قدامى المحاربين. تعتمد هذه الدراسة على اختيار عينة من قدامى المحاربين الذين تم تشخيصهم رسميًا باضطراب ما بعد الصدمة. سيتم تقسيم المشاركين بشكل عشوائي إلى مجموعتين: مجموعة تتلقى العلاج بتقنية الكشف التكيفي، ومجموعة أخرى تتلقى الرعاية القياسية المتاحة لاضطراب ما بعد الصدمة.

تقنية الكشف التكيفي (Adaptive Disclosure) هي نوع من العلاج النفسي (Psychotherapy) يركز على مساعدة المرضى على معالجة الذكريات المؤلمة بطريقة تدريجية ومنظمة. بدلاً من محاولة تجنب هذه الذكريات أو قمعها، يشجع العلاج المرضى على مواجهتها والتحدث عنها بطريقة آمنة ومسيطر عليها. يتم ذلك من خلال سلسلة من الجلسات العلاجية التي يوجهها معالج متخصص. خلال هذه الجلسات، يُطلب من المرضى سرد تفاصيل الأحداث الصادمة، مع التركيز على المشاعر والأفكار المرتبطة بها. يقوم المعالج بتوجيه المريض ومساعدته على فهم هذه المشاعر وتحدي الأفكار السلبية التي قد تكونت نتيجة للصدمة.

الرعاية القياسية، في سياق هذه الدراسة، قد تشمل العلاج الدوائي (Medication) - مثل مضادات الاكتئاب - أو العلاج السلوكي المعرفي (Cognitive Behavioral Therapy أو CBT)، أو مزيجاً من الاثنين. سيتم تقييم شدة أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى جميع المشاركين في بداية الدراسة، وأثناءها، وفي نهايتها، باستخدام مقاييس نفسية (Psychological scales) موحدة وموثوقة. هذه المقاييس تساعد الباحثين على قياس التغيرات في الأعراض وتقييم فعالية العلاج.

نتائج البحث

على الرغم من أن الدراسة لا تزال جارية (كما يتضح من تسجيلها برقم IRCT20160815029377N4 في 3 مايو 2025)، إلا أن البروتوكول البحثي يوضح أن الباحثين يتوقعون جمع بيانات مفصلة حول استجابة المشاركين للعلاج. من المتوقع أن تظهر المقاييس النفسية ما إذا كانت تقنية الكشف التكيفي تؤدي إلى انخفاض كبير في شدة أعراض اضطراب ما بعد الصدمة مقارنة بالرعاية القياسية.

بالإضافة إلى تقييم الأعراض، سيقوم الباحثون أيضاً بجمع بيانات حول جوانب أخرى مهمة، مثل جودة الحياة (Quality of life)، ومستوى القلق والاكتئاب، والقدرة على العمل والاندماج الاجتماعي. هذه البيانات ستساعد على فهم التأثير الشامل للعلاج على حياة قدامى المحاربين. من المهم ملاحظة أن هذه الدراسة تهدف إلى تحديد ما إذا كانت تقنية الكشف التكيفي يمكن أن تكون إضافة قيمة إلى خيارات العلاج المتاحة لاضطراب ما بعد الصدمة، وليس استبدال العلاجات الحالية.

آثار البحث

إذا أظهرت نتائج هذه الدراسة أن تقنية الكشف التكيفي فعالة في تقليل أعراض اضطراب ما بعد الصدمة لدى قدامى المحاربين، فقد يكون لها آثار كبيرة على مجال الصحة النفسية. قد يؤدي ذلك إلى تبني هذه التقنية على نطاق واسع في المستشفيات والعيادات المتخصصة في علاج اضطرابات ما بعد الصدمة.

بالإضافة إلى ذلك، قد تساعد هذه الدراسة على فهم أفضل للآليات النفسية التي تكمن وراء فعالية تقنية الكشف التكيفي. هذا الفهم يمكن أن يؤدي إلى تطوير علاجات أكثر فعالية واستهدافاً لاضطراب ما بعد الصدمة. كما أن هذه الدراسة قد تشجع الباحثين على استكشاف إمكانية تطبيق تقنية الكشف التكيفي على علاج أنواع أخرى من الصدمات النفسية، مثل تلك التي تحدث نتيجة للحوادث أو الكوارث الطبيعية أو الاعتداء. في نهاية المطاف، يهدف هذا البحث إلى تحسين حياة الأشخاص الذين يعانون من آثار الصدمات النفسية، ومنحهم الأمل في مستقبل أفضل.

Reference

Malekzadeh M. (2026). *Exploring the impact of the adaptive disclosure technique on reducing the severity of post-traumatic stress disorder symptoms in veterans: a study protocol for a randomized controlled trial*. (Trials, 27(1).

DOI: [10.1186/s13063-026-09499-5](https://doi.org/10.1186/s13063-026-09499-5)