

## الفصل الرَّابِع

# التأثير التمؤجى والتلقى الثانوى للصدماٲ من خلال وسائل الإعلام

تماماً كانتشار التمؤجات الصادرة عند رمى حصاة فى بركة ماء؁  
فإن تأثير الصدمات يتعدى الشخص المعنى بها مباشرة.

لنأخذ مثلاً حالة جودىٲ Judith التى تبلغ من العمر 32 سنة؁  
وهى امرأة سعيدة فى حياتها الزوجية؁ ولديها ثلاثة أطفال؁ تتراوح  
أعمارهم بين السادسة والثانية عشرة. بدأت جودىٲ تواجه مصاعب  
فى حياتها؁ بعد بضعة أسابيع من تعرضها لحدث مع شاحنة مقطورة؁  
فتهشمت سيارتها كلياً؁ وأصيبت بجروح جسدية طفيفة. بيد أنه كان  
لجروحها النفسية الأثر الأكبر؁ إذ باتت تواجه صعوبات محددة من  
كوابيس؁ ونوم متقطع؁ إلى نوبات ذعر. حتى بلغ بها الأمر درجة  
الهوس وغرابة التصرف؁ فصارت تتحقق مثلاً من إغلاق صنادير الماء  
ومفاتيح الأنوار والأقفال مراراً؁ فى اليوم؁ قبل مغادرة المنزل؁

وتتأكد من محتويات صندوق غذاء الأطفال مرّات عديدة كل صباح .  
تحملت عائلتها الأمر وتفهمته في الأسابيع الأولى ، ظناً منها أن تلك الظواهر ستزول ، وستعود جوديث إلى طبيعتها ، وللأسف فقد تفاقمت حالتها بعد ثلاثة شهور إلى درجة شديدة لا تحتمل ، ولم تستطع خلال تلك الفترة الإفصاح عما كان يزعجها لأيّ كان .  
وشعر ، في هذه الأثناء ، زوجها مايكل Michael بصدودها عنه ، بينما شعرت هي ، بدورها ، أنه لا يتفهمها بما فيه الكفاية . فازداد تذمّر مايكل منها وغضبه بسبب ما وصفه بعدم قدرتها على التعامل معه ، على جميع المستويات . كما أثار هوسها في التحقّق من الأقفال ، مثلاً ، على أولادها ، فصاروا أحياناً ، يتأخرون عن بعض أنشطتهم كدروس السباحة والبيانو .

أصبحت جوديث نزقة وسريعة الغضب ، فأبعدت نفسها عن أصدقائها وأنشطتها الاجتماعية ، مثل لعب البريدج Bridge وكرة المضرب ، فوَقعت العائلة ، وبعد ستة أشهر في أزمة . شعر زوجها وكأنه لم يعد قادراً على التحمّل ، وأخبرها أنه إذا استمرت الأمور على ما هي عليه ، فإنه سيفكر في هجرها واصطحاب الأولاد معه . وكذلك فإن جوديث ، وبسبب ازدياد رغبتها بالعزلة ، يوماً بعد يوم ، وجدت نفسها غير قادرة على التكيف . وفي هذه الأثناء ، مرضت أمها التي كانت تحاول المساعدة في تدبير أمور هذا البيت المشحون . فقد ازداد التهاب مفاصلها سوءاً ، وبدا الاستياء على زوجها للتوتر الذي كانت تسببه لنفسها ، في الوقت الذي قلّت فيه مواردها وإمكاناتها ،

## التأثير التموجي والتلقّي الثانوي للصدّات من خلال وسائل الإعلام

وكره على الأخص سلوك جوديث غير المعقول، إذ لم يستطع فهم سبب رفضها لمساعدة نفسها.

بلغ اليأس ذروته، لدى زوجها، بعد مضيّ ثمانية شهور على الحادثة، مما دفعه لاستشارة طبيب العائلة. طلب الطبيب من مايكل إحضار زوجته لمعاينتها، واضعاً احتمال إصابتها بحالة اضطراب ما بعد الصدمة PTSD، الذي تأكد لديه بعد تشخيصها، وفي خلال أيام بدأت بتلقّي استشارات خاصة بالصدّات. ومن ثمّ، وخلال سنة، عادت إلى طبيعتها، فأنقذت زوجها، وأصبحت قادرة تماماً على مساعدة والدتها في أعمال المنزل.

إنّ قصة جوديث مثال حيّ، يبيّن كيف أن التأثير يكون على أفراد العائلة القريبين والبعيدون على حدّ سواء. بيد أنّه توجد حوادث تؤثر على مجتمعات بأكملها، ولصدّاتها آثار تموجيّة أكثر مأساوية كحادث إطلاق النار في مدرسة الأطفال بدابلين، أو كارثة لوكربي الجوية، أو مجزرة هانجرفورّد Hungerford، أو حادث استاد هيلزبورو Hillsborough الرياضي. فلا عجب أن يتعدّى الأثر إلى من لم يتعرّض فعلاً للحادثة، ويتراوح الأثر على من لم يُصَبّ مباشرة من عدم تصديق، إلى خوف لاحتمال موت جار. وقد يتعرّض بعضهم للمشكلات، وذلك لمجرد معرفتهم أن من بين المصابين بجروح بليغة طويلة المدى، من هو أصغر منه سناً، أو أكثر براءة منه شخصياً. وتخطر له هواجس فيتساءل: «ماذا لو وقعت الحادثة في

منطقتنا»، أو «كان من السهل أن أصابَ أنا وأطفالي، لو كنا مررنا بتلك الناحية قبل ثوان فقط».

ومن غير المستغرب أن يزداد مقدار وحجم الخسائر لمجتمع ما بازدياد عدد القتلى والجرحى فيه. يقول الدكتور جيمس ثومبسن James Thompson، وهو أحد مؤسسي عيادة إجهاد الصدمات Traumatic Stress Clinic في لندن: إن خسارة شخص ما مؤلمة، ولكن عند موت الكثير، فإن حجم الحادثة يستجلب الأنظار، ويدعونا للتفكير في إمكان فنائنا وعدم خلودنا.

### الاهتمام الإعلامي غير المرغوب فيه

إن الكوارث العظيمة، وبخاصة المحلية أو القومية منها، تجذب انتباه الإعلاميين أكثر من تلك الحوادث التي تؤثر على الأفراد. ونتيجة لهذا الضغط الإعلامي الشديد، تجد المجتمعات نفسها مرغمة على التعامل مع أكثر من الكارثة ذاتها. قد يأخذ الحدث شخصاً ما على حين غرة، فيجد نفسه محط الأنظار بشكل لم يكن يتوقعه قط، ولم يكن مستعداً له عاطفياً. فلا شك في صعوبة التعامل مع الصدمة إذا وجدتْها أمامك كلما أدت التلفاز مفضلة بصورها ودقائق أحداثها مرّات ومرّات. وقد يشعر الكثير من الذين يشاهدون الحدث من مدن وبلاد أخرى بالأثر نفسه، لأن الكوارث التي تُصيب أناساً ذوي نمط حياة واهتمامات مشابهة لنا، قد تحرك المشاعر نحو فكرة فنائنا أو فناء من نحب.

حتى إن الكوارث في البلدان والمجتمعات البعيدة، تحرّك مشاعر الحزن والاشمئزاز، بخاصة إذا أصابت الضعفاء وصغار السن. إن كلمة «مجتمع» تُطلق على أي جماعة من الناس ذات خصوصيات محدّدة. فعلى سبيل المثال، قد ترى فئة من القوى العاملة في مجال ما، أنّها جزء من مجتمع كليّ إثر كارثة متعلّقة بعملهم. لنأخذ حادثة انفجار برج بنك ناشيونال ويست مينيستر National Westminster Tower في لندن سنة 1995، دلّت الأبحاث على اختلاف نظرة المئات ممن كان يعمل هناك لأنفسهم، عما كانت عليه قبل الحادثة. وهكذا فإن الكثير يشعر بانتمائه لفئة أو مجموعة ما، بسبب تشابههم عرقياً أو حضارياً أو دينياً. يمكن القول إذن: إن التقارب الجغرافي ليس مطلباً ضرورياً لتكوين «مجتمع» ما. وعليه فإن حادثة معينة سيكون لها تأثير تموجي على كل من ينتمي للمجتمع الذي أصابته تلك الحادثة.

لا تزال حادثة محرقة اليهود تشير جدلاً كبيراً، وحتى بعد مضيّ خمسين سنة على الحرب العالمية الثانية، تؤثّر على كثير من اليهود. فيشعر كل من ينتمي لهذه المجموعة بالخطورة لهذه الذكرى.

واسترسالاً لشعورهم بالعزلة، يعيش الكثير من اليهود في مجتمعات مغلقة. فهم يفضّلون العيش كذلك لأسباب دينية من جهة، ولإحساسهم بالأمان والتفاهم فيما بينهم من جهة أخرى. وكسائر المجتمعات التي تعرّضت للصدّات، فإن عبارتهم التقليدية هي أنّك لا تستطيع تقدير معنى الصّدمة ما لم تُصَبّ بها شخصياً. ومما يثير

العجب أن استشاريي الصّدمات حول العالم يُجمِعون على المقولة نفسها لكل من يتعرّض للصدمات بغضّ النظر عن طبيعتها ومداهَا.

### حالة موثّقة

يبين المثال التالي كيفية انتشار التأثير التموجي على أجيال متعدّدة.

انفصل إسحاق Isaac، والد بنجامين Benjamin، عن عائلته في بولندا في الأربعينيات، ونقله أصدقاء له إلى بريطانيا. وسبق كلّ من والده وأخيه وأخته وكثير من عمّاته وأعمامه وأولادهم، إلى معسكر اعتقال في بولندا، ولم يتنجّ أحد منهم.

وبعد مضي خمس عشرة سنة تزوج إسحاق راشيل Rachel بعد أن تقابلا في كلية الطب، وكان يجمع بينهما الكثير، بخاصة أنّها كانت يتيمة ولاجئة مثله. لكنّ ولديهما بنجامين وألبرت Albert واجها طفولة صعبة بسبب بُعد والدهما عاطفياً، بينما حاولت الأم تعويضهما بالمبالغة في حمايتهما. وبعد سنين من العلاج، قرن طبيب نفسي شعور الأب غير الودّي، وطريقة معالجته للأمور بماضيه، وبرّره بأنّ خوف الأب من التعلّق بأحد ما، هو بسبب خوفه من المخاطرة بفقدان هذا العزيز، تماماً كما اختفت عائلته فيما مضى. تكيفت الزوجة مع سلبيته بأن جعلت من الأولاد محوراً لحياتها. وكلّما دار نقاش حول الحرب، حدّر كلا الوالدين ولديهما من أخطار من هم ضد اليهود، وأوصياهما ألاّ يثقوا بأحد ما أبداً (ما لم يكن يهودياً بالطبع).

ابتدأ بنجامين بمواجهة صعوبات اجتماعية مع زملائه في المدرسة، وساعده تفوقه العلمي لأن يصبح محامياً ناجحاً. بينما أخفق في حياته الخاصّة؛ فقد تزوج وطلق مرّتين، وواجه صعوبات جمة مع أولاده الثلاثة. ومهما حاول التغلّب على مخاوفه اللاعقلانية، فقد كان يعيش في خوف دائم من خطر محقق. وحينما بلغ ابنه الصغير التاسعة من عمره، صار يُظهر السلوك اللاعقلاني نفسه.

وبيلوغه الثانية والأربعين من عمره صار بنجامين يعاني من نوبات دُعر متكرّرة، ولم يحاول معالجتها إلاّ حينما بدأت تلك النوبات بالتأثير على ممارسته للمحاماة التي كانت العنصر الناجح الوحيد في حياته. لجأ بنجامين إلى استشاري يهودي فساعده ذلك على تفهّم الوضع العائلي. ومع مرور الوقت، تبين لبنجامين مدى تأثيره بتصرّفات والديه، التي نقلها بالمقابل من والديه إلى أولاده. تابع بنجامين العلاج مدة سنة تقريباً، تعلّم خلالها كيف يصبح أكثر انفتاحاً مع النَّاس.

من مسبّبات الصّدّات أن تجد نفسك فجأة محطاً للأنظار واهتمام وسائل الإعلام غير المرغوبة أو المتوقعة، سواء كان دورك في الحادثة المعنية دور الضحية أو الجاني. وهناك المئات من الموضوعات المتنوعة فيما يخص هذا الدور. مثل الأدوار المختلفة لأناس تعرّضوا لحوادث طُرق فظيعة (كهروب الجاني وموت الأبرياء)، أو «المثلث الغرامي» (حين يُهجّر الزوج أو الزوجة إلى

حبيب آخر)، أو الفضائح المالية (كأن يُتهم أحدهم بفضيحة مالية كبيرة، أو يخضع للاستجواب من قبل مصلحة الضرائب).

ومما يزيد من حدة الصدمة أن يجد الشخص المعني نفسه ملاحقاً من قِبَل وسائل الإعلام، قبل أن يتسنى له بلورة ردود فعله العاطفية أو الجسمية تجاه الحادثة، هذا إذا لم يكن ذاك الشخص محبطاً عاطفياً بادیء ذي بدء، أو لم تكن لديه الخبرة الكافية للتعامل مع وسائل الإعلام.

فالتعامل بشكل سيئ مع المقابلات الشخصية، قد يؤدي إلى نتائج فظيعة، مما يضاعف من حدة وقع الصدمة، علماً بأن صدّ وسائل الإعلام ليس بالحل المثالي دائماً. ينظر مختصو الإعلام إلى قلة تعليق الشخص المعني ومشاركته، فيحللون سلوكه ودوافعه وشعوره (وكل ما يتعلّق بالحادثة). فيجد الشخص نفسه محاطاً باهتمام الإعلام مع محاولاته للابتعاد، وعدم استعداده لهذا الضغط الإعلامي، يجد نفسه غير قادر على بيان وجهة نظره، فتتضاعف الصدمة لديه لعدم قدرته أخذ زمام الأمور، وتوجيه المقابلة على سياقٍ يرضيه.

وهناك عامل إضافي يزيد من وقع الصدمة هو معرفة الشخص أن كل ما ينشر عنه في وسائل الإعلام المطبوعة أو الإلكترونية، قد يُفسّر خطأً، ويُستعمل ضده في حال مثول القضية أمام المحاكم.

تشكل «سنويّات الحادثة» عامل المصيبة الثالث؛ فاهتمام وسائل الإعلام المتكرّر بحادثة ما، قد يحيي ردود الأفعال الناتجة عن كرب

## التأثير التموجي والتلقي الثانوي للصدّات من خلال وسائل الإعلام

مضى، وبخاصة إذا لم يكن الشخص قد أنهى بعد علاجه النفسي للصدّات. وقد يكون متابعة تغطية حادثة مشابهة لا علاقة لها بالحادثة الأصلية، فمثلاً يعتبر تصادم مجموعة من السيارات على طريق سريع، دافعاً كافياً لاسترجاع ومضات الحادثة الأصليّة، أو أي رد فعل مثل الشعور بالخوف، كما لو أن العالم لم يعد آمناً.

تعدّ مناسبة الذكرى الخمسينية للحرب العالمية الثانية، أحد الأمثلة التقليديّة لكيفية إثارة وسائل الإعلام المشاعر بأن تكون دافعاً لردود أفعال الصدّات، كما حصل عندما اندفع كمّ هائل من المحاربين لاستشارة المختصين من جزاء إصابتهم بردود أفعال إجهاد ما بعد الصدمة PTSD مثل الكوابيس والأفكار المُقحمة، كل ذلك بسبب التغطيات الإعلامية لذكرى الحرب التي خاضوها.

فإذا كنت من قليلي الحظ الذين تعرّضوا لصدّات بسبب الضغط الإعلامي، فعليك البحث عن استشاريين متخصصين بحالات الصدّات، وحبّذا لو كانوا ذوي خبرة بالتأثير الإعلامي.