

## الفصل الخامس

### المناقشة والخلاصة والتوصيات

#### 5.1 التمهيد

يقدم هذا الفصل إجابات لأسئلة البحث وتحقيق أهداف الدراسة، كما تضمنت تأثير ال EMDR على اضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب. ويتضمن أيضاً أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة، علاوة على توصيات الدراسة.

#### 5.2 نتائج الدراسة

توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مقياس اضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب قبل استخدام العلاج بالأمدر وبعد استخدامه كعلاج لاضطراب ما بعد الصدمة.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاج باستخدام إعادة المعالجة وإزالة الحساسية عن طريق حركة العين حسب الجنس.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاج باستخدام إعادة المعالجة وإزالة الحساسية عن طريق حركة العين حسب كلاً من العمر، و الجنسية. باستخدام اختبار كروسكال ودالاس.

### 5.3 مناقشة النتائج

هدف هذا البحث إلى الكشف عن: فحص تأثير ال EMDR على تخفيف اضطراب ما بعد الصدمة هل تختلف نتائج ال EMDR حسب العمر والجنس والجنسية، وهل يخفف العلاج باستخدام ال EMDR أعراض اضطراب الاكتئاب، هل يسهم تخفيف ضغوط اضطراب ما بعد الصدمة في تخفيف الاكتئاب، هل هناك علاقة بين اضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب.

واعتمد البحث على المنهج شبه التجريبي، حيث اختبر أثر متغير مستقل وهو العلاج باستخدام ال EMDR على المتغير التابع وهو اضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب. ومنهج دراسة الحالة حيث يستخدم المقابلة الكلينيكية. وتمثلت أدوات الدراسة في الأدوات التالية: "المقابلة الكلينيكية... تطبيق نموذج العلاج بالأمد... مقياس تأثير الأحداث IES-R... مقياس بيك للاكتئاب". حيث هدفت الدراسة للإجابة على الأسئلة الآتية:

1. ما هو تأثير علاج ال EMDR في التخفيف من اضطراب ما بعد الصدمة؟
2. هل تختلف نتائج ال EMDR حسب العمر والجنس والجنسية؟
3. هل يخفف العلاج باستخدام ال EMDR أعراض اضطراب الاكتئاب؟

وبناءً على الأسئلة السابقة تم وضع الفرضيات التالية وهي جميعاً فرضيات لاصفرية واختبارها عند

مستوى دلالة 0.05، وهي كالتالي:

1. H1: يوجد تأثير للعلاج باستخدام ال EMDR في التخفيف من اضطراب ما بعد الصدمة.
2. H2: توجد اختلافات في نتائج ال EMDR حسب العمر والجنس
3. H3: يؤثر العلاج باستخدام ال EMDR من أعراض اضطراب الاكتئاب.

تم قبول جميع الفروض الرئيسية بالدراسة وجاءت النتائج إيجابية بين متغيرات الدراسة، أي أن العلاقات كانت ذات دلالة معنوية. كما أظهر اختبار الفروض أن العلاقة بين المتغيرات كانت موجبة.

### 5.3.1 مناقشة نتائج الهدف الأول للبحث

يسعى الهدف الأول من البحث إلى الكشف عن تأثير العلاج باستخدام EMDR في تخفيف اضطراب ما بعد. واستخدمت الدراسة الحالية اختبار التمرت وذلك لفحص الفرضية الأولى أنه لا يوجد تأثير للعلاج باستخدام ال EMDR في التخفيف من اضطراب ما بعد الصدمة. ووجد أن هناك فرق ذو دلالة إحصائية كبيرة بين مقياس اضطراب ما بعد الصدمة قبل (المتوسط = 58.65، الانحراف المعياري = 7.5) وبعد تلقي العلاج باستخدام EMDR (المتوسط = 13.95، الانحراف المعياري = 6.73)، لذلك ترفض الفرضية الصفرية (ت = 19) = 21.59، قيمة الدالة  $(0.001 > 0.001)$ . وتشير هذه النتائج إلى الأثر الإيجابي الذي قدمه العلاج باستخدام EMDR في التخفيف من اضطراب ما بعد الصدمة تتفق نتائج السؤال الأول مع نتائج الدراسات التي أشارت إلى أهمية تأثير العلاج باستخدام EMDR في تخفيف اضطراب ما بعد الصدمة، ومنها دراسة (الكبيسي 2018) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية قبل وبعد استخدام العلاج علي عينة خمسة من التازحين الذين تعرضوا لصدمة شديدة، ولُوحظ بأن البرنامج العلاجي له أثر في تحسن حالة النساء من اضطراب ما بعد الصدمة النفسية. ودراسة نبيلة عتيق (2013) التي اثبتت فعالية هذه التقنية علمياً في علاج أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، واعتبرت الدراسة انفتاح الجزائر على تقنية العلاج بالامدر وادخالها العيادة النفسية خطوة ايجابية. ودراسة ناجي ياسمين (2015) والتي اثبتت فعاليتها ونجاحها في التخفيف من آثار اضطراب ما بعد الصدمة حيث تم التطرق باستخدام المقابلة والملاحظة، وقد حققت نتائج رائعة في علاج مرضى

الصدمة النفسية وهي تتميز عن باقي العلاجات الأخرى بدراسات علمية تجريبية وخاصة أنها أصبحت تطبق على بعض الاضطرابات النفسية الأخرى.

ودراسة أليسيا فالينتي وآخرون. Valiente-Gomez et al (2017) والتي اشارت الى أنه يمكن أن يكون علاج EMDR علاجًا نفسيًا مفيدًا لعلاج الأعراض المرتبطة بالصدمة لدى المرضى الذين يعانون من اضطرابات نفسية مصاحبة. تشير الأدلة الأولية أيضًا إلى أن علاج EMDR قد يكون مفيدًا لتحسين الأعراض الذهنية أو العاطفية ويمكن أن يكون علاجًا إضافيًا في حالات الألم المزمن. وعلاج الاكتئاب والقلق، والاضطراب ثنائي القطب، واضطراب تعاطي المخدرات.

ودراسة أكارتوك وآخرون. Acarturk et al (2016) هدفت الدراسة إلى فحص فعالية ال EMDR في تقليل أعراض اضطراب ما بعد الصدمة والاكتئاب بين اللاجئين في مخيم للاجئين، ودعمت النتائج فعالية ال EMDR في تقليل اضطراب ما بعد الصدمة باستخدام مقياس تأثير الاحداث IES-R، وأعراض الاكتئاب باستخدام قائمة أعراض هوبنكز HSCL ومقياس بيك للاكتئاب.

ودراسة ويلسون، جي وآخرون Wilson, G 2018 تدل المعطيات المأخوذة من التحليلات التلوية والتجارب المعاشة ذات الشواهد المتضمنة في هذه المراجعة على فعالية علاج ال EMDR كعلاج لاضطراب ما بعد الصدمة للاطفال والمراهقين. على وجه التحديد، أدى علاج ال EMDR إلى تحسين تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة، وتقليل أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، وتقليل الأعراض الأخرى المرتبطة بالصدمة. تم إثبات أن علاج ال EMDR أكثر فعالية من علاجات الصدمات الأخرى، وقد ثبت أنه علاج فعال عند تقديمه مع ثقافات مختلفة. ومع ذلك، توجد قيود على الأدلة الحالية، ويعتمد الكثير من الأدلة الحالية على أحجام عينات صغيرة وتوفر بيانات متابعة محدودة.

ودراسة Hurley, هيرلي، إي سي (2018). العلاج الفعال للمحاربين القدامى الذين يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة: مقارنة بين نهج EMDR المكثف اليومي والأسبوعي. ودعمت النتائج فعالية علاج ال EMDR عند تقديمه في شكل علاج أسبوعي بالإضافة إلى تنسيق مكثف لمدة 10 أيام في العيادة الخارجية. مع الاعتراف بالقيود المفروضة على هذه الدراسة، فإن النتائج مهمة لضمان إجراء بحث إضافي.

### 5.3.2 مناقشة نتائج الهدف الثاني

يسعى الهدف إلى الكشف على الاختلافات في نتائج العلاج باستخدام EMDR حسب العمر والجنس والجنسية. واستخدمت الدراسة الحالية اختبار مان ويتني المستقل للكشف عن الفرضية الصفرية الثانية، أنه لا توجد اختلافات في نتائج ال EMDR حسب العمر والجنس والجنسية. ودلت النتائج على أنه لم تظهر أي فروق تبعاً للجنس أو العمر أو الجنسية بعد العلاج باستخدام EMDR على مقياس اضطراب ما بعد الصدمة ومقياس الاكتئاب، وهذا يتفق مع الدراسات التي اثبتت ان تأثير العلاج بالأمدر يحقق نتائج جيدة حتى مع استخدامه لعلاج الصدمات حتى عند الأطفال.

وتتفق هذه النتائج مع الدراسة التي أجراها كاراداغ وآخرون Karadag et al (2020) الذين استخدم علاج ال EMDR علي المستوي الفردي والجماعي للأطفال والمراهقين الذين يعانون من اضطراب ما بعد الصدمة، دراسة متابعة لمدة ستة أسابيع، حيث أشارت الدراسات في هذا العدد إلى امتداد العلاج بال EMDR إلى سبعة بلدان، حيث عاني المشاركون من أحداث عنف فردية وتراكمية من مرحلة ما قبل المدرسة إلى مرحلة المراهقة، وكانوا يعانون من مجموعة أعراض من الصدمة، وسلطت الدراسة الضوء علي فعالية العلاج بال EMDR، وأوصت بتقديم تصاميم بحثية من أجل التأثير علي منظمات التوجيه المهني.

وهذا يثبت فعالية العلاج باستخدام ال EMDR في المراحل العمرية المختلفة من الطفولة وحتى مراحل متقدمة من العمر.

ودراسة سهام، 2017 والتي اعتبر العلاج عن طريق حركات العينين طريقة علاجية كانت في البداية مفتوحة فقط لعلاج اعراض الضغط ما بعد الصدمة، الا انها تطورت الان وأصبحت تستخدم في وضعيات علاجية متعددة، وهو عبارة عن بروتوكول مكون من ثمان مراحل تتمثل في: معرفة التاريخ المرضي للعميل، التحضير للتقييم، ابطال التحسس، التثبيت، التصوير الجسمي، الاختتام وأخيرا مرحلة إعادة التقييم. ولا يقتصر تطبيق هذا النوع العلاجي على فئة معينة، وانما يستعمل لعلاج الصدمة عند الراشدين والمرافقين وحتى الأطفال.

ودراسة جيليس دي وآخرون Gillies, D, 2016 تضمنت الدراسة 51 تجربة متضمنة (أطفال ومراهقين، وأطفال ما قبل المدرسة)، تعرض المشاركون للاعتداء الجنسي، والحروب أو العنف المجتمعي، وللصدمة الجسدية والكوارث الطبيعية، تم استخدام العلاج المعرفي السلوكي، والعلاج بال EMDR بالإضافة إلى العلاج السردية، وجد تقليل أعراض ما بعد الصدمة بشكل ملحوظ لمدة شهر بعد العلاج، واثبتت النتائج أن العلاج المعرفي السلوكي ليس أكثر فعالية أو أقل من ال EMDR والعلاج الداعم في تقليل تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة.

### 5.3.3 مناقشة الهدف الثالث من البحث

يسعى الهدف إلى الكشف عن هل يخفف العلاج باستخدام EMDR في التخفيف من أعراض اضطراب الاكتئاب. واستخدمت الدراسة اختبار ت المقترن للكشف عن الفرضية الصفرية الثالثة أنه لا يوجد تأثير للعلاج باستخدام EMDR في التخفيف من أعراض اضطراب الاكتئاب. ووجدت الدراسة أن

هناك علاقة ذات دلالة إحصائية قبل (الوسيط = 34 (19-40) نقطة) وبعد تلقي العلاج بال EMDR على مقياس الاكتئاب (الوسيط = 11 (0-22) نقطة)، لذلك ترفض الفرضية الصفرية حيث: (z = -3.925 , قيمة الدالة > 0.001). وهذا ما يتفق مع نتائج دراسة Gauhar جوهري (2016) وجدت نتائج هذه الدراسة دعمًا أوليًا ل EMDR كعلاج فعال في علاج اضطراب الاكتئاب الرئيسي، مع تحسن كبير في الصدمة ونوعية الحياة وقوائم الاكتئاب بعد ست إلى ثماني جلسات فقط. على الرغم من حقيقة أن الدراسة كانت محدودة بحجم العينة وتتطلب تكرارًا، فهي أول تجربة عشوائية محكمة تستخدم EMDR كعلاج أولي لاضطراب الاكتئاب الرئيسي. ودراسة هايس (2015) حيث أظهر 68 في المئة من المرضى في مجموعة EMDR سجلوا تخفيف كامل في نهاية العلاج. أظهرت مجموعة EMDR انخفاضًا كبيرًا في أعراض الاكتئاب كما تم قياسها من خلال المقياس الفرعي للاكتئاب SCL-90-R، كان هذا الاختلاف كبيرًا حتى عند تعديله لمدة العلاج. في فترة المتابعة لأكثر من عام واحد، أبلغت مجموعة EMDR عن مشاكل أقل تتعلق بالاكتئاب وانتكاسات أقل من المجموعة الضابطة.

ودراسة Carletto et al 2017. والتي أوضحت أن الاكتئاب هو أحد أكثر الاضطرابات العقلية شيوعًا، ولقد تم اعتبار إزالة الحساسية وإعادة المعالجة (EMDR) فعالة أيضًا في علاج الاكتئاب، وكانت هذه الدراسة محصلة تلخيص للدراسات حول العلاج بالامدر وهي تعطي الدراسات من 2001-2017، وأشارت الأدلة الحالية لمحصول الدراسات ان علاج إزالة الحساسية وإعادة المعالجة (EMDR) فعالة أيضًا في علاج الاكتئاب.

دراسة مالندرين وآخرون. (2019) Malandrone et al.، والتي أشارت إلى أنه يتميز الاكتئاب، وهو أحد أكثر الاضطرابات النفسية شيوعًا، بتكاليف اجتماعية هائلة ومعدلات محدودة من نجاح العلاج، على الرغم من أن العلاجات النفسية والعقاقير تساهم حاليًا في زيادة معدل الشفاء. في ضوء الدراسات

الحديثة التي أظهرت أن الصدمات والتجارب الحياتية الضائرة قد تمثل عوامل خطر لظهور الاكتئاب، فقد تم اعتبار النهج العلاجي لإزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة (EMDR) فعالاً في علاج الاكتئاب. وتتفق نتائج الدراسة مع مجموعة من الدراسات التي أُجريت على عدد من الحالات التي تعرضت لاضطراب ما بعد الصدمة. بالمقارنة مع استخدام أنواع أخرى من العلاجات، وجدت الدراسات تأثير أكثر فعالية باستخدام EMDR كعلاج في اتجاه تخفيف اضطراب ما بعد الصدمة. ودراسة فالينتي جومز وآخرون Valiente-Gómez et al (2017) والتي استنتجت أنه يمكن أن يكون علاج EMDR علاجاً نفسياً مفيداً لعلاج الأعراض المرتبطة بالصدمة لدى المرضى الذين يعانون من اضطرابات نفسية مصاحبة. تشير الأدلة الأولية أيضاً إلى أن علاج EMDR قد يكون مفيداً لتحسين الأعراض الذهنية أو العاطفية ويمكن أن يكون علاجاً إضافياً في حالات الألم المزمن.

ودراسة ويلسون وآخرون Wilson et al (2018) والتي أشارت المعطيات من التحليلات الفوقية والتجارب ذات الشواهد العشوائية المدرجة في هذه المراجعة تثبت فعالية علاج EMDR كعلاج لاضطراب ما بعد الصدمة. على وجه التحديد، أدى علاج EMDR إلى تحسين تشخيص اضطراب ما بعد الصدمة، وتقليل أعراض اضطراب ما بعد الصدمة، وتخفيف الأعراض الأخرى المرتبطة بالصدمة. ثبت أن علاج EMDR أكثر فعالية من علاجات الصدمات الأخرى، وقد ثبت أنه علاج فعال عند تقديمه مع الثقافات المختلفة. ومع ذلك، توجد قيود على الأدلة الحالية، ويعتمد الكثير من الأدلة الحالية على أحجام عينات صغيرة ويوفر بيانات متابعة محدودة.

ودراسة (Uribe et al. أوربيي وآخرين ، ٢٠١٠) والتي أُجريت على ثلاثة مرضى يعانون من الاكتئاب الشديد. شاركوا في عملية علاجية تضمنت EMDR (إزالة حساسية حركة العين وإعادة المعالجة). أظهرت النتائج أن ال EMDR كان له تأثير إيجابي على كل من المعالجة الإدراكية العاطفية والتنظيم

المفاهيمي للذاكرة طويلة المدى. ، تم الإدلاء بملاحظات مثيرة للاهتمام حول دمج أدوات العلوم المعرفية

العاطفية في الممارسة السريرية ل EMDR.

و بعد استعراض ومناقشة النتائج تتفق الباحثه مع القول " أنه وبالرغم من بعض الانتقادات التي وجهت للعلاج باستخدام ال EMDR، مثل الحاجة إلى العديد من الدراسات لاثبات مدى الفاعلية للعلاج الا انه وبما لا شك فيه أن تقنية EMDR حققت نجاحا لافتا خلال السنوات العشر الماضية، خاصة أن بدايتها كانت صعبة جدا و واجهت العديدة من الإنتقادات وصلت إلى حد الإستهجان من طرف بعض العلماء، و تبين إعتراقات العديد من المنظمات العالمية مدى فاعلية العلاج بتقنية EMDR في علاج الإضطرابات النفسية خاصة في ما يتعلق بالصددمات النفسية أو إضطرابات ما بعد الصدمة، حيث نجحت هذه التقنية عند تطبيقها على المرضى في خفض مستوى الصدمة التي سببتها لهم أحداث معينة كان لها وقع و تأثير كبير على توافقهم النفسي و الإجتماعى "

#### 5.4 اسهامات الدراسة

1. يعتبر تسليط الضوء علي أهمية العلاج باستخدام ال EMDR كأسلوب علاجي حديث فيعلاج اضطراب ما بعد الصدمة وما ينتج عنه من اضطرابات نفسية مثل اضطراب الإكتئاب ، وفتح الطريق والاشارة الي الأنواع الأخرى من الاضطرابات مثل ( ، القلق، واضطرابات ادمان المخدرات وبعض الاضطرابات الذهانية مثل اضطراب ثنائي القطب، واضطرابات الالم المزمن، من الاهمية بمكان نظراً لاحتياج مجال النفسي لدراسات عربية متخصصة في هذا المجال.
2. أثبت البحث أن علاج EMDR أكثر فعالية من علاجات الصدمات الأخرى، وقد ثبت أنه علاج فعال عند تقديمه مع الثقافات المختلفة. والاعمار المختلفة والمستويات الاجتماعية المختلفة .

3. اثرء المكتبات ببء في مءال علاء اضطراب ما بعد الصءمة والاكءتاب يعد اءافة ومساءمة في

اءاحة مصدر ومرءع لمساءءة الباءءن والعاملن في المءال النفسن.

4. سلطء الءراسة الضوء على نءاح هءة التقننء عند ءطبقها على المرءن في ءفض مسءوى اضطراب

ما بعد الصءمة الءن سببءها لهم اءءاء معننء كان لها وقءاً و ءأءراً ءببراً على ءوافءهم النفسن و

الإءءماعن.

5. سلطء الءراسة على واءء من التقننء العلاءننء المءمة والءن ءءقق نءائء علاءننء فعالة وفن وءء

اقصر بالمقارءة مع انوء علاءاء مءءلفة.

6. يعد العلاء بال EMDR هاماً ومؤءراً ءءاً وءاصة فن وءط الاءءاء الءن ءشهدها الءروب

والصراعاء فن المنءقة العربنء الآن.

7. اثرء المكتبات العربنء وءرءها مءل مءءبة ءامعة العلوم الاسلامنء المالنزننء ( Usim ) بءراسة عربنء

ءءنءة عن اسءءءام تقنننء العلاء باسءءءام ال EMDR نءءر إءافة ءنءة ومرءع نسءءنء الباءءن

الءوءع إلنء والاستعانة به فن أءائهم المسءقبلننء .

8. اءراء الءراسة فن ءولة مءل ءولة ءركننء نءءل نءلها الءءر من الافرءء من مءءلء ءول وءءقافاء، سواء

لظروف اللءوء والهءرة أو ظروف الأقامة العاءننء من عمل وءراسة نءءر ءو ءلالة واءءة على صدق

نءائء الءراسة ءنوء فن أنوء الصءماء الءن اءءبرها كل فرد من أفرء العننءة، مما نءشئر الن مءن فعالننء

اسءءءام تقنننء ال EMDR فن علاء اضطراب ما بعد الصءمة واضطراب الكءتاب المصاءب له.

## 5.5 التوصيات

قامت هذه الدراسة على العديد من التوصيات يمكن اجمالها فيما يأتي:

1. ضرورة التوسع في استعمال تقنيات العلاج الدينامي باستخدام المنهج التجريبي من أجل الحصول على مزيد من النتائج والتعمق لدراسات علاج الصدمة واضطراب ما بعد الصدمة ن حيث أن استعمال المنهج التجريبي سوف يسهم في الحصول على العديد من الاجابات المتعلقة بأثر الصدمات التي يمكن أن تكون مكتملة بشكل واضح للباحثين في مجال العلاج النفسي.
2. تدريب العاملين والمختصين في مجال العلاج النفسي على العلاج باستخدام الامدر، ومتابعة المتخصصين بإشراف علمي متخصص.
3. محاكاة تجربة العديد من المنظمات الدولية التي نجحت في تطبيق العلاج بالامدر واستخلاص النتائج التي اشارت إلى فاعلية العلاج في التخفيف من اعراض اضطراب الصدمة وبعض الاضطرابات الأخرى.
4. توسيع الإنفاق على البحث في المجال النفسي وابحاث الصدمة.
5. تكوين مجموعات للبحث والدراسة في مجال علاج اضطراب ما بعد الصدمة ، تخضع للاشراف من الباحثين العاملين في نفس المجال كمجموعات اشراف الاقران ، بحيث يتم تبادل وتوسيع الخبرات العلاجية .
6. الاستعانة بنتائج التجارب والدراسات الاجنبية المتخصصة في هذا المجال من علاج اضطرابات ما بعد الصدمة والتوسع في اجراء الدراسات العربية التي تساهم في تخفيف المعاناة النفسية لدي الافراد الذين يعانون اضطراب ما بعد الصدمة .
7. نشر وتوسيع هذا النوع من العلاج وخاصة في البلدان التي تعاني من الحروب والكوارث.

8. إجراء العديد من الدراسات النفسية حول الاضطرابات النفسية الأخرى الناتجة عن اضطراب ما

بعد الصدمة ، مثل القلق والمخاوف المرضية واضطرابات الهلع والوسواس القهري .

9. إجراء الدراسات الطولية التبعية ذات الشواهد في مجال علاج اضطراب ما بعد الصدمة من اجل

رصد نتائج أكثر وأعمق دقة وذات دلالة على استخدام ال EMDR كعلاج لاضطراب ما بعد

الصدمة.

