

الفروق في استرجاع ذاكرة الأحداث الشخصية

لدى ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء

ناهد علي محمود (*)

ملخص الدراسة :

استهدفت الدراسة الحالية التعرف على الفروق بين ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء في استرجاع ذكريات الأحداث الشخصية سواء في المجموع الكلي للأحداث الشخصية أم المجموع الكلي لتفاصيل هذه الأحداث، أو نوع الذكريات (الإيجابية - والسلبية) تكونت عينة الدراسة من (١٥٩) مشارك (٧٦) من ذوي اضطراب الاكتئاب و(٨٣) من الأسوياء؛ تم استخدام مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية، ومقياس بيك للاكتئاب (الصورة المختصرة). أوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء في (المجموع الكلي للأحداث - وتفاصيل هذه الأحداث في اتجاه الأسوياء ، ونوع الذكريات (ذكريات إيجابية في اتجاه الأسوياء، وذكريات سلبية في اتجاه ذوي اضطراب الاكتئاب) ، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في استرجاع ذكريات الأحداث الشخصية في اتجاه الإناث .

مقدمة:- ازداد اهتمام الباحثين في السنوات الأخيرة بنوع خاص من أنواع الذاكرة هو ذاكرة الأحداث ^(١) التي تُعد ذاكرة الأحداث الشخصية ^(٢) نمطاً فرعياً منها - (Sutton, 2002, 378) واهتموا أيضاً بدراسة اضطرابات الذاكرة ، والتغيرات التي تطرأ على الذاكرة مع التقدم في العمر ، بالإضافة إلى أهمية الذاكرة في مختلف المجالات، ومختلف مواقف الحياة الاجتماعية والمهنية (Alice, 2003, 447). وتختص ذاكرة الأحداث الشخصية بسيرة حياة الشخص وخبراته المُخزنة في زمان مُحدد ، ومكان مُحدد ، وهي ذاكرة مُرتبطة بتركييب تقع في المناطق الوسطى من القشرة الدماغية (Elizabeth, 2004) (106)

(*) باحثة ماجستير - قسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة سوهاج.

هذا البحث جزء من رسالة الماجستير الخاصة بالباحثة بعنوان: "استرجاع ذكريات الأحداث الشخصية لدى مرضى الاكتئاب والأسوياء"، تحت إشراف أ.د. سنية جمال عبد الحميد - كلية الآداب - جامعة سوهاج & د. رأفت عبد الباسط قابيل - كلية الآداب - جامعة سوهاج.

1 - Episodic Memory

2 - Autobiographical Memory

وتمثل ذاكرة (الأحداث الشخصية) نسقاً عصبياً معرفياً يتم نتيجة لتفاعل سلسلة متتابعة ومترابطة من الخبرات التي مر بها الفرد على فترات محددة ، وهي ترتبط بوعي الفرد بالماضي كما ترتبط بانفعالات وأفكار ومشاعر محددة (Gardiner, Brandte, vagha, Baddely & Mishkin, 2006, 11 ; Andrew, John, 2005, 46)

ولقد درست ذاكرة الأحداث الشخصية في فروع عديدة من علم النفس منها علم النفس العصبي ، وعلم النفس المعرفي، وعلم نفس الشخصية ، وعلم النفس الاجتماعي ، وعلم النفس الجنائي وعلم النفس الارتقائي وفي علم النفس الاكلينيكي (Conway & Pleydell – Pearce, 2000, 261)

حيث درست كأداة لتشخيص وعلاج الاكتئاب ؛ فقد وجد أن من يعانون من اضطراب الاكتئاب يتميز تذكروهم بما أطلقت عليه بعض الدراسات بالعمومية الزائدة^(٣) والتي تعني العجز عن تذكر تفاصيل الحدث (Moore, Zoellaer, 2007; Kliem & Ehlers, 2008; Ehlers & clark, 2000 & Harvey, Bryant , Dang, 1998, 500) حيث لا يستطيع ذوي اضطراب الاكتئاب الاستدعاء المحدد للذكريات الشخصية، ويذكرون القليل من تفاصيل الحدث، ويعانون من ضعف الانفعال ، ومشكلات تتعلق بسوء التذكر والتركيز (Sternberg & Jarvick, 1976 ; Coughlan & Hallows, 1984 ; Brand & Jolles, 1987; Richards & Buff , 1989)

وتوجد أنواع مختلفة من الصعوبات التي يعانيها المكتئب في أثناء عملية الاستدعاء^(٤) سواء في المجالات اللفظية ، أم البصرية ، أم المكانية أم في مهام الاستدعاء الحر أو الموجه (Conway, 1996) (التوليد^(٥) أو المباشر)^(٦) وكذلك في عمليات التعرف^(٧) ، وكذلك فإن المزاج المكتئب^(٨) يرتبط بالاستدعاء السيء للذكريات الإيجابية والمحايدة مقارنة بالذكريات السلبية المؤلمة (Elliot & Greene, 1992; Ellis & Athnbrook, 1998).

كما أوضحت بعض الدراسات وجود عجز في القدرة على الاستدعاء المحدد للذكريات الإيجابية^(٩) مقارنة بالذكريات السلبية المؤلمة (McNally,

3 - Over generality

4 - Retrieval.

5 - Generative Retrieval.

6 - direct Retrieval.

7 - Recognition.

8 - Mood – Depressed.

9 – Positive memories

Litze , prassas, Shin & Weathers, 1994; Williams & Scott, 1988) حيث أشارت دراسات عديدة إلى أن هناك ارتباطاً موجباً بين زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية ^(١٠) واضطراب الاكتئاب وأن هذه الزيادة في عمومية التذكر تؤثر في الاستجابة للأحداث الإيجابية أكثر من السلبية (Jones, Heard , Startup, Swales, Williams, & Jones, 1999; Mackinger, Pachinger, Leibetseder, & Fartacek, 2000; McNally , Lasko, Maclin & Pitman, 1995)

وأشار سكونفيلد وآخرون (Schonfeld, Ehlers, Bollinghaus & Rief , 2007) إلى أن ذوي اضطراب الاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة ^(١١) يعانون من زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية سواء للأحداث السلبية أم الإيجابية على حين أن بعض الدراسات لم تتوصل لهذه العلاقة (Van Vreeswijk & Dewild, 2004)

بالإضافة إلى أن الأفراد ذوي اضطراب الاكتئاب يميلون إلى تذكر الأحداث السلبية المؤلمة أكثر من الأحداث الإيجابية، والذي يؤدي بدوره إلى زيادة عمومية الذاكرة ومن ثم ارتفاع مستوى الاكتئاب؛ فالإكتئاب غالباً ما يكون مصبوغاً بأحداث الحياة الضاغطة ، وهذه الضغوط والانفعالات والصدمات تؤدي دوراً مهماً في زيادة عمومية الذاكرة والتي تعني ضعف القدرة على الاستدعاء المحدد للذكريات (Kendler , Karkowski & Prescott , 1999)

وكذلك تحدث عملية انتقاء للذكريات السلبية المؤلمة لكي تتفق مع مزاج الفرد المكتئب ^(١٢) وقد أطلق عليها بعض العلماء انتقاء الذكريات ^(١٣) أو ملائمة المزاج ^(١٤) (Blaney, 1986 ; Fossati ,Hevenor , lepage , 1996 ; Grahams , Grady , et al, 2004, 1596 ; williams, 1996 الملاحظ في السنوات الأخيرة زيادة نسبة الاكتئاب الشديد للرجال والنساء على حد سواء بالإضافة إلى أنها تتركز بكثرة في مرحلة الرشد ، وهي تُعد مشكلة حقيقية نظراً لما يمثله الاكتئاب عموماً من خطورة ؛حيث إن معظم حالات الانتحار تحدث كنتيجة مباشرة للإصابة بالاكتئاب بعد أن يصل الشخص إلى مرحلة من اليأس القاتل مُدخل إلى مشكلة الدراسة:-

10 - over generality of episodic memory .

11 - Posttraumatic Stress disorder .

12. - mood - depressed

13 - Selective memories.

14 - Mood – Congruent .

أشارت دراسات عديدة إلى أن استرجاع الذكريات الشخصية لدى ذوي اضطراب الاكتئاب يتصف بزيادة عمومية الذاكرة^(١٥) وأن هذه الزيادة في عمومية التذكر تتعلق بالاستجابة للأحداث الإيجابية والسلبية (Jones et al, 1995 ; McNally, et al, 2000 ; Mackinger, et al, 1999) وقد توصلت دراسات عدة إلى وجود ارتباط إيجابي دال بين زيادة العمومية والاكتئاب؛ فقد وُجد أن زيادة العمومية تزيد بزيادة حدة الاكتئاب (Brewin, Watson, McCarthy, Hyman & Dayson, 1998 ; Wessel, Meeren, Peeters, Arntz & Merckelbach, 2001 ; Arntz, Meeren & Wessel. 2002) كذلك أشارت بعض الدراسات إلى أن استدعاء ذكريات الأحداث الشخصية لدى ذوي اضطراب الاكتئاب يتصف بالعمومية الزائدة ، وعدم القدرة على تحديد الحدث المُتذكر، وقلة التفاصيل، وضعف الانفعال، وزيادة زمن كمون الاستجابة (بطء الاستجابة) سواء في الذكريات السلبية أم الإيجابية (Van Minnen , Wessel, Verhaak & Smeenk, 2005) ومن هنا يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل الآتي:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استرجاع ذكريات الأحداث الشخصية (المجموع الكلي للأحداث - والمجموع الكلي لتفاصيل الأحداث - ونوع الذكريات إيجابية / سلبية) بين (ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء) أفراد عينة الدراسة الحالية ؟

أهمية الدراسة : تركز أهمية الدراسة علي محورين أساسيين هما :-

١-الموضوع المستهدف بالدراسة:-

فموضوع البحث الحالي هو ذاكرة الأحداث الشخصية ذلك النسق من أنساق الذاكرة والذي دُرِسَ في مُختلف فروع علم النفس المعرفي والعصبي والاجتماعي والإكلينيكي والارتقائي والشخصية (أمثال هادي الحويلة، ٢٠٠٩ ، ٧٢٨) .

ويُعد امتلاك أداة عصبية معرفية تحضر الماضي إلى الحاضر إنجازاً عظيماً؛ وقد استُخدمت ذاكرة الأحداث الشخصية كأداة معرفية في تشخيص بعض الأمراض النفسية (Tulving, 2002, 3-5) .

وُستُخدم ذاكرة الأحداث الشخصية كأداة لتشخيص وعلاج الاكتئاب حيث إن من يُعانون من الاكتئاب يتميز تذكرهم بالعمومية الزائدة (Moore & Zoellner, 2007; Kleim & Ehlers, 2008; Williams, 1996).

وتظهر أهمية ذاكرة الأحداث الشخصية من استخدامها كاتجاه علاجي وتكفي للآزمات الناتجة عن الضغوط والصراعات التي قد يُعانيها الفرد في حياته (Fivush & Reese, 1992).

وُستُخدم في الإرشاد النفسي لتحسين تقديرات الذات والرضا عن الحياة لدى كبار السن، وفي تحديد أنماط التذكر لدى المُتميزين بالصحة النفسية والجسمية وغيرهم، كما أنها أداة تقييمية لمراجعة الحياة، ومن ثم استبصار الفرد ورؤيته المتسقة لذاته وحياته، وفي تعزيز الرعاية الصحية للنساء كبيرات السن، وخاصة ظاهرة غزارة التذكر والعلاج الجماعي بالتذكر (سنية جمال عبدالحميد، ٢٠١٠، ٣١٣).

٣ - العينة التي تُجرى عليها الدراسة :-

وتتضح أيضاً أهمية البحث من العينة التي يُجرى عليها؛ حيث يُجرى البحث على مجموعة من الأفراد يُعانون من الاكتئاب؛ في مرحلة الرشد حيث تُشير منظمة الصحة العالمية إلى أن ما يقرب من ٧% إلى ١٠% من سكان العالم يُعانون من الاكتئاب، وهذا يعني أن هناك نسبة مُرتفعة تُقدر بالملايين من البشر يُعانون من الاضطرابات الاكتئابية، كما يوجد حوالي ٨٠٠ ألف شخص في العالم يُقدمون علي الانتحار كل عام، كنتيجة مباشرة لزيادة درجة اضطراب الاكتئاب (لطفي الشربيني، ٢٠٠٤، ١٨).

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى تقييم ذاكرة الأحداث الشخصية لدى ذوي اضطراب الاكتئاب وذلك بـ :

- الكشف عن طبيعة الفروق في ذاكرة الأحداث الشخصية بين المكتئبين والأسوياء.
- معرفة طبيعة الفروق بين المكتئبين والأسوياء في انتقاء الذكريات الملائمة المزاج.

مفاهيم ومُصطلحات الدراسة :-

الذاكرة : لغة : ترجع إلى الفعل ذكر، وهي مؤنث ذاكراً، وتعني القوة النفسية التي تحفظ الأشياء في الذهن، وتحضرها للعقل عند الإقتضاء (ابن منظور، ١٩٩٤، ١٥٦).

اصطلاحاً : عرفها كثير من علماء النفس المعرفي على أساس ما تؤديه من وظائف وخصائص أساسية في حياة الفرد؛ حيث تُعرف الذاكرة باعتبارها عملية استرجاع المعلومات التي حدثت في الماضي ، والتي تم الاحتفاظ بها سابقا (Zolton & Josef, 1999, 21).

الاسترجاع :

تذكر أو استدعاء أو إحياء الأحداث والخبرات التي تعلمها الفرد في السابق ، والتي أدت إلى حدوث التعلم والتخزين (عصام على الطيب ، ربيع عبده رشوان ، ٢٠٠٦ ، ٢٥)، أو هو مدى قابلية الفرد لاستدعاء المعلومات أو الأحداث التي سبق له أن مر بها أو تعلمها (Wiely, Kienmutz, 1967, 181; Cooock & Schvaneveldnt, 1986, 538) وهناك نوعان من الاسترجاع :

أ – الاسترجاع الحر^(١٦) :

يعني أن الأفراد لديهم حرية تامة في تذكر المعلومات المطلوب تذكرها دون الالتزام بترتيب معين (لنذا دافيدوف ، ٢٠٠٠ ، ١٤٥)، أو أنه عملية تذكر المعلومات والخبرات السابقة دون الحاجة إلى رموز وموجهات مساعدة (Serinivais, 2000, 9).

ب – الاسترجاع المرمز^(١٧) :

هو عملية تذكر المعلومات والخبرات السابقة اعتماداً على بعض الرموز الموجهة (Hamilton , 2001, 2) أو هو الاسترجاع الذي يُطلب فيه من الأفراد استرجاع المعلومات والخبرات نتيجة لبعض المُنبهات المُقدمة لهم في محاولة أولى (kincade , 2001, 1)، كما يُعرف بأنه استرجاع المعلومات المُخزنة بطريقة واعية نتيجة وجود رموز وهاديات تُساعد على هذا الاستدعاء (Arent & Hirshman , 2002, 2).

وتستخدم الدراسة الحالية الاسترجاع المرمز اعتماداً على هاديات وموجهات معينة (مجموعة من الكلمات) تُساعد العميل على التذكر وخاصة أن العينة من ذوي اضطراب الاكتئاب.

- ذاكرة الأحداث الشخصية :- (١٨)

يُعرف "كولمان" ذاكرة الأحداث الشخصية بأنها " ذاكرة طويلة المدى للأحداث والخبرات الشخصية التي تُخزن فيها المعرفة في شكل خبرات وأحداث خاصة مُحددة الزمان والمكان (Colman, 2006, 255).

ويُعرفها "فيلدمان وروبرت" ٢٠٠٢ بأنها "نموذج ذاكرة يتميز بقدرة الفرد على استحضار الماضي في ضوء الحاضر وتخيل المستقبل وتتعلق بكل الأحداث الخاصة بحياة الفرد وعلاقتها بذاته" (Feldman & Robert, 2002, 214) .

كما يُعرفها "جاردينر وآخرون" بأنها "الذاكرة الذاتية التي تحتوي على وعي عقلي وتذكر ذاتي للأحداث الماضية المرتبطة بأفكار ومشاعر مُحددة" . (Gardiner, Barndt, Vargha, Baddeley & Mishkin, 2006, 11).

زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية :- (١٩)

هي سمة تظهر عند ذوي اضطراب الاكتئاب حيث يكون لديهم ضعف في القدرة على الاستدعاء المحدد للذكريات الشخصية ، ويتضح في نقص التفاصيل المُحددة للحدث ، مع استدعاء للأحداث المُكررة ، وضعف الانفعالات (Watkins & Teasdale, 2004, 2) .

وهي صعوبة في الاستدعاء المحدد للذكريات الأحداث الشخصية الخاصة بحياة الأفراد نتيجة لغياب ، أو عدم تأثير الضبط الانفعالي للذكريات المُولدة (Philippot, Schaefer & Herbette, 2003, 270) .

كما تُعرف بأنها " عجز القدرة على الاستدعاء المُحدد، وقلة التفاصيل مع الميل لتذكر الأحداث المتكررة ، والتي تحدث لمرات عديدة ، والأحداث الممتدة لأكثر من يوم واحد . (Rottenberg & Hildner, 2006, 115) .

التعريف الإجرائي لزيادة عمومية الذاكرة :-

حيثُ اعتمدت الباحثة في قياسها لزيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية على المقياس الكمي المُراجع لمحتوى ذاكرة الأحداث الشخصية Quantitative Measurements Episodic Memory Content -Revised (QMEM-R) إعداد جاردينير، وفوجل ، ومينتي ، واسكولي، ومن هنا فقد تبنت هذا التعريف:

ميل الفرد إلى استدعاء الذكريات العامة على الرغم من أن التعليمات تؤكد على وصف أحداث شخصية محددة ، فالعمومية تعني عدم القدرة على :

18 - Episodic memory.

19 - Overgenerality of episodic memory.

تذكر حدث غير مكرر وغير ممتد - تذكر مكان الحدث - تذكر زمان الحدث - تذكر تفاصيل الحدث - تذكر الحالة الانفعالية الخاصة لهذا الحدث . (Williams, 2012, 242-244 ; Gardner , Vogel , Mainetti , Ascoli , 1996, 244-246) .

ذاكرة الأحداث^(٢٠) نسق عصبى معرفي ، يجعل من الممكن التذكر الواعي للأحداث ، كما حدثت في الخبرة، وهي نوع فريد مميز للإنسان ، وجوهره الاقتتران بين ثلاثة مفاهيم، هي: الذات^(٢١)، والوعي العقلي الذاتي^(٢٢) ، والزمن الذاتي^(٢٣) (Tulving, 1985, 1989, 2002) .

وتُعد ذاكرة الأحداث الشخصية نسقاً فرعياً من ذاكرة الأحداث (Sutton, 2002, 378) ، وهي مُستودع المعرفة عن الذات (Bluck & Alea, 2002) فهي سجل للماضي الشخصي للفرد ، تمتزج فيه أحداث الخبرات الشخصية مع المعرفة الحقيقية عن الذات (Davison&Feeney,2008)، وتسمح للأفراد بأن يسترجعوا خبرة الماضي حتى يستطيعوا حل المشكلات الحالية، ويواجهوا أفعال المستقبـل (Bluck & Alea, 2002, 1054) . ولا تكون كل ذكريات أحداث ماضينا الشخصي ذاكرة أحداث شخصية أو سيرة ذاتية . فذاكرة السيرة الذاتية مُحددة ، وشخصية ، ومُهمة لنسق الذات ، إذ إنها تُشكل تاريخ حياة شخصي للمرء (Nelson,1993).إنها الذكريات التي ترتبط بشدة بأهداف حياتنا ، وانفعالاتنا ، والمعاني الشخصية الخاصة بنا (Conway&Rubin,1993) ، وهي نمط من أنماط الذاكرة يستمر لأسابيع ، وشهور ، وسنوات ، وعُقود ، ومراحل حياة ، ويتم الاحتفاظ فيها بمعرفة عن الذات في مُستوياتٍ مُختلفة من التحديد Conway, (2001, 1375) .

وتسمح ذاكرة الأحداث الشخصية لنا بتذكر أحداث مرت في حياتنا الشخصية ، وهي مرتبطة بقوة بالسياق الزماني - المكاني للحدث ، أي مُرتبطة بتفاصيل ذلك الحدث المُكتسب، وهناك صعوبة في استرجاع هذا النوع من الذكريات إلا إذا كان لها وضع خاص، وأهمية معينة ، وتأثير نفسي معين على الشخص (أحداث سارة - أو أحداث محزنة) (Baddeley & Singer ,2008,222)، وتُعد ذاكرة الأحداث الشخصية ذاكرة سيرة ذاتية فهي ذاكرة الأحداث ذات المعنى والأهمية الشخصية للفرد، لذلك فهي جانب جوهري من إحساس الفرد بذاته (Ross,1989)، ويتم بناؤهما معاً (الذاكرة والذات) من خلال أشكال التفاعلات الاجتماعية ، أو الأطر

- 1- Episodic memory
- 2- Self
- 3- Autonoetic Awareness
- 4- Subjective Time

الثقافية التي تؤدي إلى تكوين قصة السيرة الذاتية للفرد (Fivush & Haden, 2003).

النماذج المفسرة لذاكرة الأحداث الشخصية :

نموذج كونواي :-

ميز كونواي 2002, conway بين ذاكرة الأحداث الشخصية المقترحة من قبل "تولفينج" ، والمقترحة من قبل "بادلي" ، على أساس مدة التخزين حيث أكد "بادلي" على تخزين معلومات حسية إدراكية مفصلة عن أحداث معاشة في غضون دقائق ، أو ساعات ، وأكد "تولفينج" على أن ذاكرة الأحداث تتلقي هذه المعلومات ، وتقوم بتخزينها لعدة شهور وسنوات ، قد تستمر مدى الحياة -32, 2005, Rossi) (33 وطبقاً "لتولفينج" فإن ذاكرة الأحداث الشخصية تتكون من معلومات خاصة (أحداث) محددة الزمان والمكان ، ومكونات عامة لأحداث شخصية ماضية لها علاقة بالوعي والذات والشخصية (Vanessa&Lombard, 2006, 53).

ويُصور "كونواي" "Conway" العلاقة بين الذاكرة والذات موضحاً أن نسق ذاكرة الذات^(٢٤) يتكون من مكونين أساسيين، هما الذات العاملة^(٢٥)، وأساس معرفة ذاكرة السيرة الشخصية^(٢٦) أو ذاكرة الأحداث الشخصية المهمة وذات المعنى للشخص ، وعندما يتشابك هذان المكونان في أفعال التذكر، يُمكن أن تتكون ذاكرة أحداث شخصية محددة، فهو يرى أن الذاكرة هي قاعدة بيانات الذات، وأن الذات مجموعة مُعقدة من الأهداف النشطة (التي تعمل في الترميز والاحتفاظ والاسترجاع) وصور الذات التي ترتبط بها، التي تُسمى الذات العاملة؛ والعلاقة بين الذات العاملة والذاكرة الطويلة الأمد متبادلة، فأساس معرفة ذاكرة الأحداث الشخصية يحتوي على ماذا كانت الذات ؟، وماذا تكون ؟، وماذا يمكن أن تكون ؟ وفي حين تتوسط الذات العاملة معالجة المعرفة الطويلة الأمد طبقاً لأهدافها النشطة، تتكون ذاكرة الأحداث الشخصية- (Conway, 1996, 2001, 2005; Conway & Playdell, 1993)

(Pearce, 2000 ; Conway & Rubin, 1993)

ويحتوي أساس معرفة ذاكرة الأحداث الشخصية على معرفة في مستويات مختلفة من التمييز حيث تم تحديد ثلاثة أنماط أساسية من المعرفة الخاصة بالأحداث الشخصية، تتنوع في تحديد مفاهيمها ، ودقتها ، ودرجة وضوحها ، وتمتد من المجردة إلى المدركة حسيّاً وترتبط بالمراحل الزمنية للحياة المعاشة ، وتتنوع في خاصيتها الزمنية فتمتد من الدقائق والساعات إلى العقود والسنوات (Conway &

1- Self-Memory System

2- Working Self

3- Autobiographical Memory Knowledge Base

Rubin, 1993; Conway & Pleydell – Pearce 2000, 263; Conway & Fthenuki, 2000). وتشمل هذه الأنماط : مراحل الحياة ، والأحداث العامة ، والمعرفة الخاصة بالحدث ، وفيما يلي شرح تفصيلي لهذه الأنماط من المعرفة الخاصة بالأحداث الشخصية .

الأساس العصبي والنفسيولوجي لذاكرة الأحداث الشخصية :

إن امتلاك الفرد لمجموعة من المعارف والمعلومات المتعلمة والمكتسبة، والتي تُخزن في الذاكرة لكي يسترجعها الفرد عند الحاجة إليها ، يجعلنا نسأل أين تُخزن هذه الذكريات ومن أين تُسترجع ؟ وقد أشارت بحوث عديدة أن مناطق مختلفة تشترك معاً في تخزين واسترجاع المعلومات والأحداث الشخصية .

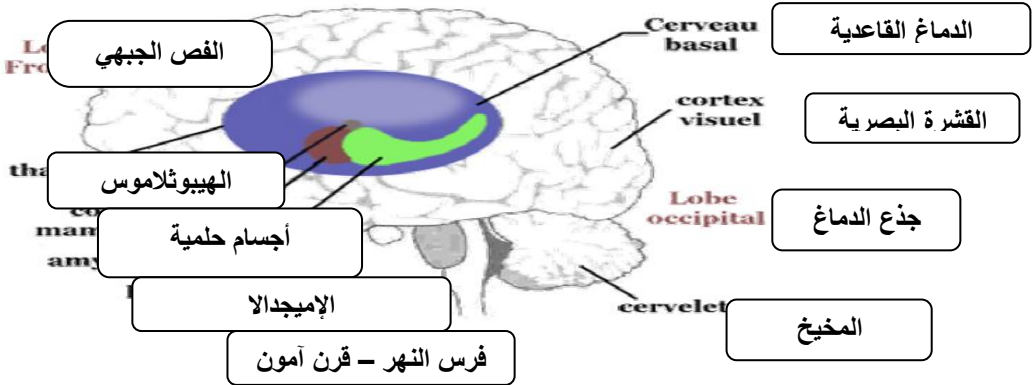
حيث أوضحت دراسات التصوير العصبي في السنوات الأخيرة ارتباط عملية إحياء الخبرات الانفعالية بما يُسمى بالأميجدالا (٢٧) المسؤولة عن ربط الذكريات بالحالة الانفعالية وتجميع الذكريات والخبرات السابقة ، وكذلك بمناطق في القشرة البصرية (٢٨)، وأن ذكريات الأحداث الشخصية القريبة والبعيدة تُنشط فرس النهر (٢٩)، وأن الفصوص الجبهية والفص الصدغي تؤدي دوراً حيوياً في إنتاج ذكريات الأحداث الشخصية (Conway & fthenuki, 2000) ، وأن كثيراً من العطب في التذكر وُجد في المرضى ذوي العجز الشديد في الفصوص الجبهية (Johson, 1991) ووُجد ارتباط دال بين مؤشرات ذاكرة الأحداث وتدفق الدم في مناطق القشرة المخية في وسط الفص الصدغي بما في ذلك فرس النهر (in:

Piolino, Desgranges, Hubert, Bernard, Matuszewski & chételat etal, 2008, 445) وينطبق هذا أيضاً على ذوي اضطراب الاكتئاب حيث أظهرت الدراسات أن لديهم أحجام فرس نهر أقل من الأصحاء (Campbells, 2004, 600, 6001) Marriot, Nahmais & Macqueen, 2004, 600, 6001 كما أن استرجاع الأحداث السارة يرتبط بنشاط فرس النهر، والذي يؤدي دوراً مهماً في الوظائف التنفيذية والمعلومات المكاتية ، وفي درجة انتباه الفرد ، كما أن له دوراً أساسياً في الاستجابات الانفعالية التي تتناسب مع الموقف (Schacter, 1999, 9) وكذلك الفص الجداري الأيسر والفص الجبهي الأيمن والتكوين الشبكي، وهذا ما أظهرته أشعة الرنين المغناطيسي (Tulving, 1994, 2016) .

27 - Amegdala

28 - Visual Cortex.

29 - Hippocampus.



شكل (٥) الأجزاء المسؤولة عن ذاكرة الأحداث الشخصية في الدماغ (Combiar, 1998)

اضطراب المزاج وزيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية والتنبؤ بالاكتئاب في المستقبل:

كشفت الأبحاث على مدى عقدين من الزمان الأهمية والآثار المترتبة على صعوبة-تذكر الأحداث المرتبطة بالمزاج لدى ذوي اضطراب الاكتئاب، وكانت الدراسات الأولى "ويليامز وبرودبنت" (١٩٨٦) أول ظاهرة سريرية تمثل زيادة عمومية الذاكرة في دراستهم على مجموعة من ذوي اضطراب الاكتئاب مُحاولي الانتحار؛ وقد تم الربط بين العجز في خصوصية استدعاء ذكريات الأحداث الشخصية وضعف القدرة على حل المشكلات (Evans et al, 1992,399; Goddard et al, 1996,609; Goddard, Dritschel, & Burton, 1997,499; Raes, Hermans, Williams, Demyttenaere, et al., 2005,331; Scott et al., 2000,468,) وصعوبة تخيل الأحداث المستقبلية (Williams,1996,116)، وتأخر التعافي من نوبات الاضطرابات النفسية (Brittlebank, Scott, Williams, & Ferrier; Dalgleish et al., 1993,118; Harvey et al., 1998,500; Peeters et al., 2002,344) وقد كشفت بعض الأبحاث أن استرجاع الذكريات زائدة العمومية (خارج نوبة اكتئاب) يمكن أن يُشير إلى وجود ضعف في المستقبل لاحق لاضطرابات المزاج والاكتئاب (Mackinger, Loschin, & Liebeteseder, 2000,52; Mackinger, Pachinger, 2000,331; Williams, Barnhofer, Crane, Hermans, Rase, & et al, 2007,122) وتُظهر هذه النتائج أن الظاهرة لا تقتصر على المزاج أو الانفعال في الوقت الحالي، ولكنها تمتد للمستقبل.

وفي الدراسة الأولية لزيادة عمومية الذاكرة قدم "ويليامز وبرودبنت" (١٩٨٦) في اختبار الذاكرة عن الأحداث الشخصية (EMT) كوسيلة لتحديد الاختلافات في قدرة الأفراد على تذكر ذكريات مُحددة، عُرض على المشاركين سلسلة تشمل

مجموعة من الكلمات الموجهة (على سبيل المثال، 'سعيدة'، 'مخيفة') وطلب منهم ذكر حدث معين من ماضيهم يتفق مع كل كلمة؛ هذا الحدث يمكن أن يكون حدث منذ فترة طويلة أو قريبة، ولكن يجب أن يكون حدثاً محدداً وقع في مكان معين، واستمر ليوم واحد أو أقل، ويتم إعطاء المشاركين أمثلة وتجارب للممارسة قبل القياس الفعلي، ويجب أن تُعطى الاستجابات ضمن حدود زمنية معينة (على سبيل المثال، S٣٠ ، S٦٠) ثلاثين ثانية أو ستين ثانية، ويتم ترميز الحدث أو رفضه وفقاً للتعريف السابق للخصوصية.

ويُفرق "وليم ودريتسيل" (Williams & Dritschel, 1992) بين أنواع من الاستجابات التي تحدث عادةً غير محددة إما ذكريات مكررة أو ممتدة، حيث تُشير الذكريات المكررة إلى مجموعة من الأحداث في موضوع معين (مثلاً، "في كل مرة أَلعب التنس) وذكريات ممتدة من التفاصيل لسلسلة من الأحداث تدوم لفترة أطول من أربع وعشرين ساعة (على سبيل المثال، "الصيف الماضي"؛ ومنذ أول النتائج التي توصل إليها "ويليامز وبرودبنت"، أظهرت عدة دراسات وجود اتجاه لتذكر الأحداث المكررة للمرضى مُحاولي الانتحار وذوي اضطراب الاكتئاب، فضلاً عن إظهار تأخر زمن الاستجابة (ق) للأحداث الإيجابية (Evans, Williams, O'Loughlin, & Howells, 1992, 399; Pollock & Williams, 2001, 386; Williams & Dritschel, 1988, 221; Williams, Ellis, 116), Tyershealy, Rose & Macleod, 1996 ، وأن تذكر الأحداث الشخصية زائدة العمومية هو سمة ثابتة في حالات اضطراب الاكتئاب واستمراره لفترات، وهي علامة تنبؤية مُستقرة لظهور أعراض الاكتئاب في المستقبل على وجه الخصوص، وقد أثبتت بعض الدراسات أن من يُعانون بالاكتئاب لديهم ميل نحو زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية، ويواجهون صعوبة في استرجاع تفاصيل أحداث معينة تحدث في يوم واحد أو أقل (e.g., Anderson, Goddard, & Powell, 2010, 702) ، كما أثبتت أن الميل نحو هذا النمط من عدم القدرة على تحديد الذكريات يرتبط بالتعرض لنوبات اكتئاب في المستقبل، سواء في الأفراد المكتئبين أم غير المكتئبين ، وأنها مؤشر لطول زمن كمون الاستجابة، والتحفيز في ذاكرة الأحداث الشخصية لم يظهر بشكل كبير في اضطرابات القلق العام ، والرهاب الاجتماعي ، وارتفاع سمة للقلق (Wenzel, Jackson, & Holt, 2002; Williams, Barnhofer, Crane, Hermans, Rase, & et al, 2007)

عرف زهران الاكتئاب بأنه " حالة من الحزن الشديد المُستمر تنتج عن الظروف المُحزنة الأليمة، وتُعبّر عن شيء مفقود، وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لذلك (حامد عبد السلام زهران ،١٩٧٨، ٤٢٩) .

وعرفه إمري بأنه "مجموعة أعراض ثابتة قد تستمر ما بين عدة سنوات، وهذه الأعراض يُمكن تحديدها وفقاً لأربع زميلات مُهمة هي : كيف تسلك أو

تتصرف ؟ (التبؤ وبطء الحركة)، وكيف تشعُر؟ (مشاعر الحزن، والقلق، والذنب) ، وكيف تُفكر؟ (نظرة سلبية للذات، والعالم، والمستقبل)، وأخيراً كيف يتفاعل جسمك مع هذه الأعراض؟ (مشكلات في النوم، والشهية سواء بالزيادة أم النقصان) (Emery, 1998, 112).

والاكتئاب خبرة وجدانية شخصية تتسم بالتشاؤم وفقدان الاهتمام والشعور بالفشل، وعدم الرضا، والرغبة في إيذاء الذات، والتردد، وعدم البت في الأمور، ومشاعر الذنب، واحتقار الذات، والألم وفقدان الشهية، وبطء الاستجابة، وعدم القدرة على بذل مجهود، وقد يصل إلى حد الانتحار (ممدوحة سلامة ، ١٩٩١ ، ٤٣).

وعرفه فريمان وبيك Freeman & Beck بأنه " :اختلال يُصيب الجهاز النفسي البيولوجي كله، ويشتمل على الانفعالات والأفكار والسلوكيات والوظائف البدنية، ويتميز المكون الانفعالي بوجود مزاج كدر يشتمل على مشاعر الحزن والتوتر واليأس والشعور بالإثم، وتشمل الأعراض البدنية على توهم المرض والأرق وزيادة الوزن أو نقصانه، والإمساك أو الإسهال، والسبات والخمول وعدم النشاط والانعزال عن العمل، وتجنب الأنشطة السارة (Beck & Freeman , 1990, 7 - 8). ويُعرف الاكتئاب أيضاً بأنه "خبرة ذاتية وجدانية وحالة مزاجية، وقد تكون عرضاً دالاً على اضطراب جسمي أو عقلي أو اجتماعي، وزملة مُركبة من أعراض معرفية ونزوعية سلوكية وفيسيولوجية إضافة إلى الخبرة الوجدانية (كولز، ١٩٩٢ ، ٢١٧).

أجريت عدة دراسات هدفت إلى دراسة العلاقة بين ذاكرة الأحداث الشخصية والاكتئاب

ففي دراسة "هارفي وبرنت ودانج" (Harvey, Bryant & Dang, 1998) والتي هدفت للمقارنة بين أربع مجموعات من كل من ؛ ذوي اضطراب الاكتئاب، ومرضى الفصام، ومرضى الاضطراب ثنائي القطب ، ومن الأسوياء ، عن الأداء الوظيفي لذاكرة الأحداث الشخصية ، حيث طُلب من المفحوصين استرجاع أحداث شخصية ذاتية مروا بها في الماضي سواء القريب أم البعيد، وقد بينت النتائج أن مجموعة الأسوياء قاموا بعملية الاسترجاع والتنظيم بشكل أفضل مقارنةً بذوي اضطراب الاكتئاب ومرضى الفصام ، وأن ذوي اضطراب الاكتئاب استرجعوا الذكريات بشكل عام ، وظهر لديهم عجز واضح في القدرة على تحديد الذكريات .

وكذلك الحال في دراسة "موفيتي، وليمان، وسيلفا" (Moffitte , Lyman & Silva, 1994) على عينة من مُرتفعي ومنخفضي الاكتئاب بلغ حجمها (٦١) مشاركاً ، وقد استخدم مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية "لويم برودبنت" ١٩٨٦م ، ومقياس بك للاكتئاب ، وتوصلت الدراسة إلى أن مُرتفعي الاكتئاب تذكروا أحداثاً شخصية أقل ، وأن الأحداث الإيجابية كانت أكثر عمومية ، وأكثر تلخيصاً عند

مرتفعي الاكتئاب، ولم يوجد اختلاف بين مرتفعي ومنخفضي الاكتئاب في تذكر الأحداث السلبية، كذلك لم توجد فروق دالة بين الذكور والإناث في تذكر الأحداث الشخصية.

وفي دراسة "كيوكن وبروين" (Kuyken & Brewin, 1995) والتي هدفت إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الاكتئاب وذاكرة الأحداث الشخصية، مع تقييم للآلام النفسية والجسمية في مرحلة الطفولة على عينة من المكتئبين بلغ عددها (١٩) فرداً وعينة ضابطة من الذكور والإناث، وذلك باستخدام التشخيص الطبي النفسي، واختبار بك للاكتئاب، واختبار لقياس مهام ذاكرة الأحداث الشخصية. توصلت الدراسة إلى أن من يعانون من الاكتئاب يتميز تذكرهم بالعمومية الزائدة، وعدم القدرة على تحديد الذكريات، ووجدت فروق دالة إحصائية بين المكتئبين وأفراد العينة الضابطة في استرجاع الأحداث السلبية والإيجابية في اتجاه الأحداث السلبية.

أما دراسة "جولنكوف، وميشيل" (Golinkoff & Michael, 1996) والتي هدفت لمعرفة تأثير اضطراب الاكتئاب على بعض القدرات المعرفية للفرد، أجريت على عينة بلغ حجمها ١٨٠ مشارك منهم (٨٩) من ذوي اضطراب الاكتئاب تم الحصول عليهم من مركز الصحة العامة بشيكاغو، و(٩١) من العاديين كمجموعة ضابطة، وتم تطبيق بعض اختبارات التذكر (تعرف - واسترجاع) والتي اعتمدت على كلمات موجبة إيجابية، وسلبية، وتوصلت الدراسة إلى أن درجة التعرف والاسترجاع لدى مضطربي الاكتئاب أقل مقارنة بالأسوياء وأن صغار السن من ذوي اضطراب الاكتئاب (في مرحلة المراهقة) يعانون من ضعف القدرة على تذكر الأحداث الشخصية أكثر من كبار السن (مرحلة الرشد المتأخر). وفسرت الدراسة ذلك بتأثر الذاكرة باضطرابهم، وأوضحت اختبارات التعرف ضعف القدرة على التركيز لدى ذوي اضطراب الاكتئاب مما يؤثر على التذكر أيضاً، ولوحظ أن القدرة على التعرف والتعلم لم تتأثر بنفس القدرة التي تأثرت بها الذاكرة لدى ذوي اضطراب الاكتئاب وخاصة الأحداث الشخصية، ولذلك رأى الباحثان أن ضعف الذاكرة هو الأكثر تأثراً لدى ذوي اضطراب الاكتئاب.

وتوصلت دراسة "بروين، وواطسون، وماكرزي، وهايمن، وديسون" (Brewin, Watson, McCarthy, Hyman & Dayson, 1998) والتي درست ذاكرة الأحداث الشخصية والاكتئاب عند مرضى السرطان على ثلاث عينات مختلفة ١- عينة تعاني من سرطان واكتئاب بلغ عددها (٢٨) فرداً، والأخرى من مرضى سرطان ويعانون من اكتئاب خفيف بلغ عددهم (٣٧) فرداً ومجموعة ضابطة (٦٥) فرداً. وباستخدام التشخيص الطبي النفسي، ومقياس بك للاكتئاب، ومهام ذاكرة الأحداث الشخصية، توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط إيجابي دال بين زيادة العمومية والاكتئاب، وأن حدة الاكتئاب تزيد من العمومية والعكس، كما ارتبطت زيادة العمومية بأوقات الشدة.

واستهدفت دراسة "ماكينجر، وكنز ، ودريفيير" (Mackinger, Kunz & Darefer, 2000) على عينة من مُضطربي الاكتئاب بلغ حجمها (٣٥) مضطربة بالاكتئاب الرئيسي من الإناث وباستخدام مقياس لذاكرة الأحداث يتكون من ٦ ذكريات إيجابية و ٦ ذكريات سلبية، وبزمن رجوع (٦٠) ثانية، توصلت الدراسة إلى أن لدى المضطربات بالاكتئاب مجموع ذكريات أقل من الأسوياء في المجموعة الضابطة ، بالإضافة إلى زيادة زمن الرجوع في حالة تذكر الحدث الإيجابي (بطء التذكر في حالة الأحداث الإيجابية) على عكس الذكريات السلبية .

أجريت عدة دراسات هدفت إلى اختبار القدرة التمييزية لنوع الذكريات (إيجابية / سلبية) ولزمن الرجوع / زمن كمون الاستجابة على التفرقة بين ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء ؛ ففي دراسة "إيفانز، ووليمز، وألفيلن، وهولس" (Evans, Williams, O'Loughlin, & Howells, 1992) على عينة من ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء بلغ حجمها (٩٠) مشاركاً ، لاختبار زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية باستخدام اختبار للذاكرة الشخصية يعتمد على بطاقات بها خمس كلمات موجهة إيجابية، وخمس كلمات موجهة سلبية ، وخمس كلمات محايدة، مع حساب زمن كمون الاستجابة في حالة تذكر الحدث السلبي والحدث الإيجابي والمحايد بعد عرض الكلمة ، ويتم إعطاء المشاركين من ٣٠ ثانية إلى دقيقة واحدة من أجل التوصل إلى ذاكرة محددة ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى بطء زمن كمون الاستجابة في حالة تذكر الأحداث الإيجابية لدى المُضطربين بالاكتئاب مقارنة بالأحداث السلبية ، ووجود فروق دالة إحصائية بين ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء في زمن كمون الاستجابة لكل من الأحداث الإيجابية والسلبية والمحايدة .

وفي دراسة "وليمز، وايليس، وتايرز، وهيلي، وماكلود" (Williams, Ellis, Tyers, Healy, & Macleod, 1996) على عينة من ذوي اضطراب الاكتئاب، وعينة من ذوي اضطراب الاكتئاب مُحاولي الانتحار، باستخدام مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية "لوليم وبرودبينت" (William & Brodbent, 1986) ، ومقياس بيك للاكتئاب ، وقائمة تقييم الأفكار الانتحارية مع تحديد زمن كمون للاستجابة ٦٠ ثانية ، أظهرت النتائج وجود اتجاه لتذكر الأحداث المُكررة للمرضى مُحاولي الانتحار ومُضطربي الاكتئاب ، فضلاً عن إظهار تأخر زمن كمون الاستجابة في حالة تذكر الكلمات الإيجابية (الذكريات الإيجابية ، أكثر من الذكريات السلبية) لدى كل من المجموعتين، ووجود ارتباط إيجابي دال بين الدرجة على مقياس الاكتئاب وطول زمن الكمون.

وقد توصلت دراسة "وليمز ودريتسيل" (Williams & Dritschel, 1988) إلى أن مُضطربي الاكتئاب يصل زمن الكمون لديهم في حالة

تذكر الأحداث السلبية ، إلى ما يُشابه تقريباً الأسوياء، فعلى الرغم من اختلاف زمن كمون الاستجابة عند ذوي اضطراب الاكتئاب في حالة نوع الذكريات الإيجابية والسلبية إلا أنه لا توجد فروق دالة عند الأسوياء سواء في حالة استرجاع الذكريات السلبية أو الإيجابية ، واتفقت هذه النتيجة مع دراسات وليم ونموذجه الخاص بزيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية عند مُضطربي الاكتئاب ، حيث لاحظ سرعة الاسترجاع (قلة زمن كمون الاستجابة) في حالة استرجاع الذكريات السلبية مقارنة بالذكريات الإيجابية لدى ذوي اضطراب الاكتئاب (Williams & Scott, 1988; Williams, Watt, MacLeod & Mathews, 1997; Wood, Brewin & McLeod, 2006)

أما "ماكينجر وباشنجر ولبتسدر وارتاسك" (Mackinger, Pachinger, Leibetseder & Eartacek, 2000) فقد وجدوا أن زمن كمون الاستجابة عند ذوي اضطراب الاكتئاب قد يصل إلى حوالي (٦٠ ثانية) ، ولم تحدد الدراسة نوع الذكريات سواء الإيجابية أو السلبية .

ومن الملاحظ أن هناك اختلافاً واضحاً بين الدراسات في تحديد الزمن المطلوب (زمن كمون الاستجابة) بداية من عرض المؤشر أو الهادي ووصولاً إلى البدء في الاسترجاع ؛ فمن الدراسات من حدد زمن (٣٠ ثانية) (Williams & Dritschel, 1988; Williams, Barnhofer, Crane, Hermans, Rase Williams & Broadbent, 2007) ومنهم من حدد زمن (٦٠ ثانية) (Williams & Broadbent, 1986; Evans, Williams, O'Loughlin, & Howells, 1992; Pollock, Williams, 2001; Williams & Scott, 1988) .

وفي دراسة "اقبال" (Iqbal, 2004) التي هدفت إلى دراسة زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية لدى عينة من ذوي اضطراب الاكتئاب بلغ حجمها (١٣) مريضاً بالاكتئاب الذهاني ، و(١٦) مريضاً بالاكتئاب العُصابي ومجموعة ضابطة ، وباستخدام مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية (الموجهات) حيث يُطلب من المفحوص تذكر (٥ ذكريات إيجابية ، و ٥ ذكريات سلبية) بزمن رجوع ٦٠ ثانية ، توصلت إلى أن ذوي اضطراب الاكتئاب يعانون من زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية في حالتهم الاكتئاب الذهاني والاكتئاب العُصابي ، وكلما زادت الدرجة على مقياس بيك للاكتئاب، كلما زادت عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية سواء للذكريات الإيجابية أم السلبية ، ووُجد ارتباط إيجابي دال بين الدرجة على مقياس الاكتئاب وزمن كمون الاستجابة ، ووُجدت فروق دالة إحصائية بين ذوي اضطراب الاكتئاب والمجموعة الضابطة في زمن كمون الاستجابة.

ويمكن ملاحظة أن معظم الدراسات توصلت إلى وجود اختلاف في زمن كمون الاستجابة لدى مرضى الاكتئاب في حالة الذكريات الإيجابية والسلبية ، ولقد حدد كونواي في نموذجه (٦٠ ثانية) للاسترجاع وهي ليست كمون استجابة ، ولكنها

طبقاً لكونواي هو الزمن اللازم للتذكر الكامل لمؤشر وحيد فريد ومميز، بغض النظر عن نوع الذكري وعن نوع المرحلة الخاصة بالحدث سواء (فترات حياة، أو أحداث عامة، أو أحداث شخصية مُحددة) واتفقت معه بعض الدراسات في ذلك (Conway & Pleydell-Pearce, 2000; Conway, 2005; Moffitt & Singer, 1994). ولقد اعتمدت بعض الدراسات على الاستدعاء الحر الموجه بهاديات ولكن دون التقيد بزمن كمون محدد (Kremers, Spinhoven & Van der Does, 2004; Mansell, & Lam, 2004).

منهج الدراسة

المنهج المُستخدم في الدراسة الراهنة هو المنهج الوصفي الأسلوب "المُقارن" حيث تهتم الدراسة بفحص الفروق في استرجاع ذاكرة الأحداث الشخصية وخصائصها بين ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء أفراد عينة الدراسة الحالية ، وكذلك الفروق التي ترجع للنوع ، كما تهتم الدراسة بقدرة الاكتئاب (متغير مستقل) بالتنبؤ (بعجز القدرة على تذكر تفاصيل الأحداث الشخصية) أي زيادة عمومية استرجاع ذاكرة الأحداث الشخصية، وزمن كمون الاستجابة "لدى ذوي اضطراب الاكتئاب أفراد عينة الدراسة الحالية".

ثانياً: عينة الدراسة

انقسمت عينة الدراسة إلى مجموعتين هما :- عينة تجربة الصياغة (العينة الاستطلاعية) وعينة الدراسة الأساسية.

أ - عينة الدراسة الاستطلاعية

تُعد الدراسة الاستطلاعية أساساً جوهرياً لبناء البحث العلمي حيث ساعدت الباحثة في التعرف عن قرب على الظروف التي سيتم فيها إجراء البحث ، وعن الصعوبات التي ستواجهها في تطبيق الدراسة الأساسية ، فضلاً عن أنها قد ساعدتها في فهم المُعطيات الأولية عن مكان ومجتمع الدراسة. واختبار أدوات القياس وتقييم ذاكرة الأحداث الشخصية ، المُعدة للدراسة الحالية ، والتأكد من إمكانية فهم المقياس، والتعرف على الصعوبات التي قد تتعرض لها لتتفادها في الدراسة الأساسية، وكذلك التعرف على حالات الدراسة وخاصة انتقاء الحالات المرضية (عينة من ذوي اضطراب الاكتئاب) في ضوء الخصائص التي تم تعيينها (شروط اختيار العينة) وخاصة أن الباحثة قد توصلت إلى مقياسين لدراسة ذاكرة الأحداث الشخصية، لذلك تساعد الدراسة الاستطلاعية في اختيار أي المقياسين أنسب لاختبار ذاكرة الأحداث الشخصية عند ذوي اضطراب الاكتئاب ، نظراً لظروف العينة .

ومن هنا تم إجراء الدراسة الاستطلاعية بهدف التأكد من وضوح التعليمات، ووضوح المقاييس المُستخدمة في الدراسة، وعدم وجود غموض

في أي من مقاييس الدراسة، والتأكد من صدق وثبات الأدوات والمقاييس المستخدمة في الدراسة.

اشتملت عينة الدراسة الاستطلاعية على ٦٠ شخصاً منهم ٣٠ من ذوي اضطراب الاكتئاب و ٣٠ من الأسوياء كمجموعة مقارنة ، بعد استبعاد بعض الاستمارات غير المكتملة.

ب- عينة الدراسة الأساسية وشروط اختيارها:-

- ١ - عينة من ذوي اضطراب الاكتئاب الذكور / والإناث.
- ٢ - من عمر ٢١-٦٤ عاماً تجنباً لتأثير عوامل المراهقة والشيخوخة .
- ٣ - تم تشخيصهم من قبل طبيب نفسي.
- ٤ - يتراوح المستوى التعليمي من ابتدائي فما فوق (يُجيد القراءة والكتابة).

٥ - ألا تقل مدة الإقامة / المتابعة عن شهرين وألا تزيد عن ٤ شهور تجنباً للحرمان الحسي (إذا كانت الحالة من مرضى العيادات الداخلية) .

٦ - ألا يكون المريض له تاريخ سابق في الإدمان والتعاطي.

٧ - ألا يكون المريض مُصاباً بإصابة عضوية في الدماغ .

٨ - ألا يكون المريض قد تم تشخيصه باضطراب عقلي آخر.

٩ - أن يكون خاضعاً للعلاج الطبي .

وتكونت عينة الدراسة الأساسية من مجموعتين :

(أ) مجموعة ذوي اضطراب الاكتئاب تكونت هذه المجموعة من ٧٦ مريضاً (*) (٣٧ ذكراً، و ٣٩ أنثى) بمتوسط عمري ٤٢,٧ سنة وانحراف معياري ٩,٣ سنة، مُشخصين من قبل الأطباء النفسيين بأنهم ذوي اضطراب الاكتئاب ، وتم الحصول عليهم من قسم الأمراض العصبية والنفسية بمستشفى أسيوط الجامعي والمستشفى العام ، ومستشفى الصحة النفسية بسوهاج ، وبعض العيادات الخاصة .

(ب) مجموعة الأسوياء^{٣١}

تكونت هذه المجموعة من ٨٣ مشاركاً كمجموعة ضابطة (**) (٤١ من الذكور و ٤٢ من الإناث) بمتوسط عمري ٢, ٤٣ سنة وانحراف معياري ٧,٩ سنة .

^{٣٠} - (*) تتقدم الطالبة بالشكر الجزيل إلى كل من د. أنور قبيصي ، د. محمد حمدون ، د. د.

إبراهيم ريان ، لمساعدتهم لها في الحصول على عينة الدراسة من ذوي اضطراب الاكتئاب .

^{٣١} - (**) تتقدم الطالبة بالشكر الجزيل إلى كل من ساعدها في الحصول على عينة الدراسة.

وقد التزمت الباحثة بأخلاقيات البحث العلمي في علم النفس، وتأكدت من التزام السادة الأفاضل الأطباء بالمستشفيات والعيادات الخاصة والتي حصلت منها الباحثة على العينة المضطربة ، وكذلك في عينة الأسوياء ؛ من حيث عدم إجبار أي فرد على الإشتراك في البحث، وحرصت على بناء علاقة ثقة بينها وبين المشاركين، وطمأنتهم بأن البيانات التي تحصل عليها منهم تُحاط بالسرية التامة، ولا يطلع عليها أحد سوى الباحثة ، ولا تُستخدم إلا لغرض البحث العلمي .

أدوات الدراسة:-

١- المقياس الكمي المُراجع لمحتوى ذاكرة الأحداث الشخصية

Quantitative Measurements Episodic Memory
Content-Revised (QMEM-R)

تأليف جاردينير ، وفوجل ، ومينتي ، واسكولي (, Gardner, Vogel, Mainetti, 2012 , Ascoli) .

٢- مقياس بيك للاكتئاب الصورة المُختصرة . Beck Depression Inventory

٣- إجراء K \ R أو إجراء التقييم الذاتي للحالات (الوعي الذاتي أثناء الاسترجاع) (Remember\Know) R\k procedure إعداد (Gardinar, 2000)

٤- كراسة الإجابة .

٥- ساعة توقف لحساب زمن كمون الاستجابة.

١- المقياس الكمي المُراجع لمحتوى ذاكرة الأحداث الشخصية

Quantitative Measurements Episodic Memory Content -
Revised(QMEM-R).

تأليف كل من جاردينير ، فوجل ، مينتي ، اسكولي (, Gardner, Vogel, Mainetti, 2012 , Ascoli) ترجمة وإعداد الباحثة.

يُعد من المقاييس الحديثة لقياس ذاكرة الأحداث الشخصية عند مُضطربي الاكتئاب وتم تطويره أكثر من مرة ، وهو صورة مُطورة من مقياس ويليامز(Williams,1986, 1996,2003) وهو عبارة عن بعض الهاديات الموجهة (الكلمات) الإيجابية والسلبية والمُحايدة، ويشمل(٣٠) قائمة من الكلمات كل قائمة تتكون من(٥) كلمات موجهة، ويُطلب فيه من المفحوص أن يختار كلمة واحدة (حدثاً شخصياً)، ثم يقوم بالتذكر الواعي لحدث مهم وفريد (أول حدث يطرأ على ذهنه) ويُحاول ذكر مكان وزمان الحدث ، وتفاصيل

الحدث، ويحدد هل هذا الحدث إيجابي أم سلبي بالنسبة له ، (سار أم غير سار) مع ذكر أكبر عدد من التفاصيل الخاصة بالحدث، ويُعطى لكل فقرة (٢٥) ثانية كزمن رجع (Gardner,Vogel, Mainetti & Ascoli,2012,2 ;Williams,1996,244-246) .

طريقة تصحيح المقياس :-

اتبعت الباحثة نفس أسلوب "وليم وبرودبنت" (WILLIAMS & BROADBENT, 1986) حيث يكون التكيم كالتالي :

١- يتم تحديد خصائص الحدث .

٢- يتم تحديد تفاصيل الحدث .

١- خصائص الحدث : (٥) درجات تُعطى للمشارك إذا ذكر :

حدثاً شخصياً مهماً (٣) وغير مُكرر (١) وغير مُمتد (١).

٢- تحديد تفاصيل الحدث : (٦) درجات تُعطى للمشارك إذا ذكر:

١- مكان الحدث (١)

٢- زمان الحدث (١)

٣- الانفعال المصاحب للحدث (سعادة (١) - حزن)

٤- هل هو إيجابي أم سلبي (١)

٥- تفاصيل أخرى - أشخاص ، أشياء، ... إلخ (١)

ومن هنا يُصبح 0 صفر = OVER GENERALITY أكثر عمومية

10 = OVER SPECIFITY أكثر تحديداً.

خطوات تعريب المقياس الكمي المُراجع لذاكرة الأحداث الشخصية

(QMEM-R)

أ - ترجمة المقياس إلى اللغة العربية .

استخدمت الباحثة آلية الترجمة العكسية لترجمة المقياس إلى اللغة العربية.

ب - عرض المقياس على أحد أساتذة اللغة الإنجليزية لإعادة الترجمة إلى اللغة العربية ثم تمت المقارنة بين كلمات المقياس والترجمة للوصول إلى أدق صياغة .

ج - عُرضت الصورة الأولية من المقياس على بعض المختصين في علم النفس والطب النفسي لمعرفة آراءهم في حسن صياغة كلمات المقياس ومدى ملائمتها .

د- تم تعديل صياغة بعض الكلمات، وتم حذف بعض الكلمات التي كان بها بعض الغموض، أو أنها لا تلائم ثقافة البيئة .

هـ- طبق المقياس على العينة الاستطلاعية (٦٠) حالة (ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء) ، وذلك للتأكد من عدم وجود مشكلات في صياغة الكلمات وتعليمات المقياس ، وحساب الصدق والثبات.

دراسة الصدق والثبات لمقياس ذاكرة الأحداث الشخصية-

المراجع (QMEM-R)

قامت الباحثة بتقنين مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية، إعداد (Gardner,Vogel, Mainetti & Ascoli,2012) على عينة من ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء ، قوامها ٣٠ فرداً من المترددين على بعض العيادات النفسية والعصبية ومستشفى أسبوط العام والجامعي ، وقد تم اختيارهم بطريقة العينة القصدية والتي خضعت لبعض الشروط (التي تم ذكرها أنفاً) ، و ٣٠ من الأسوياء كمجموعة ضابطة . أولاً صدق مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية:

اعتمدت الباحثة في حساب الصدق للمقياس على عدة طرق منها طريقة المقارنة الطرفية لدرجات الأفراد على المقياس، وطريقة الاتساق الداخلي. *صدق المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

تم حساب الصدق على مجموعة من ذوي اضطراب الاكتئاب، حيث بلغ حجمها ٣٠ مشاركاً ، و ٣٠ مشاركاً من الأسوياء، ويوضح الجدول رقم (١) عدد المجموعتين والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجاتهم على المقياس ، وقيمة ت المحسوبة والتي بلغت ٢٨.٦٢ وهي أكبر من قيمة ت الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠١ والتي تساوي ٢.٣٥، مما يدل على وجود فروق دالة بين متوسطي درجات المجموعتين، وهذا يؤكد بأن المقياس قادر على التمييز بين المجموعات المختلفة في السمة موضع القياس (ذاكرة الأحداث الشخصية).

جدول (١)

صدق المقارنة الطرفية لمقياس ذاكرة الأحداث الشخصية

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
ذوي اضطراب الاكتئاب	٣٠	٢٢٧.٢٦	١٢.٥١	٢٨.٦٢	٠.٠٠١
الأسوياء	٣٠	١٨٨.٤	٦.٩٧		

ثانياً: صدق مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية:

قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية بطريقتين هما التجزئة النصفية، ومعامل ألفا كرونباك، والجدول (٢) يوضح هذه المعاملات ودلالاتها.

جدول (٢)

ثبات مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية

المقياس	معامل سبيرمان وبراون	معامل جتمان	معامل ألفا كرونباخ
مقياس ذاكرة الأحداث الشخصية	٠.٩١٩	٠.٨٧٥	٠.٩٤٦

استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقياس وتم تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان - براون، وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٩١) وهو معامل مرتفع ومُرْضي ويدل على ثبات المقياس، كما تم استخدام معامل ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات المقياس، وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٩٤) وهو مُعامل مُرتفع مما يدل على ثبات المقياس .

نتائج الفرض :

يُنص هذا الفرض على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في استرجاع ذكريات الأحداث الشخصية بين ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء أفراد عينة الدراسة الحالية؛ في (المجموع الكلي للأحداث - والمجموع الكلي لتفاصيل الأحداث - ونوع الذكريات) في اتجاه الأسوياء ."

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيمة (ت) T.test بين درجات أفراد العينة الأساسية لإيجاد الفروق بين ذوي اضطراب الاكتئاب والأسوياء على متغيرات ذاكرة الأحداث الشخصية (المجموع الكلي للأحداث - والمجموع الكلي لتفاصيل الأحداث- ونوع الذكريات (إيجابية - سلبية)؛ وقد جاءت النتائج كما هو موضح في جدول (٢).

جدول (٣)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لدلالة الفروق بين ذوي
الاضطراب الاكتئابي والأسوياء على متغيرات الدراسة (المجموع الكلي للأحداث
- والمجموع الكلي لتفاصيل الأحداث - ونوع الذكريات)

اتجاه الفروق	الدلالة	قيمة ت	ذوي الاضطراب الاكتئابي ن (٧٦)		الأسوياء ن (٨٣)		متغيرات الدراسة
			ع	م	ع	م	
الأسوياء	,٠٠١	٧,٣٢	٢١,٠٢٩	١٢١,٢٦	٢٧,٨٢	١٥٧,٣٠	الدرجة الكلية لمقياس ذاكرة الأحداث الشخصية (المجموع الكلي للتفاصيل)
الأسوياء	,٠٠١	٣,٩٢	٨,٧١	٤٠,٩٨	١١,١١	٥٣,٣٤	الدرجة الكلية (المجموع الأحداث)
الأسوياء	٠,٠٥	٢,١٩	١٢,٣١	٤٠,٧٤	٨,٦٣	٥٨,٥٣	نوع الذكريات (إيجابية)
ذوي اضطراب الاكتئاب	٠,٠١	٣,١٤	١٨,٤٥	٥٩,٢٦	١٥,٩٨	٤٢,٧٧	نوع الذكريات (سلبية)

يتضح من جدول (٣) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١،
بين (الأسوياء/ وذوي اضطراب الاكتئاب) في الأداء على اختبار ذاكرة الأحداث
الشخصية سواء في (المجموع الكلي للأحداث أم المجموع الكلي لتفاصيل هذه
الأحداث) في اتجاه الأسوياء حيث أن الأسوياء ذكروا أحداثاً بمتوسط
(٥٣,٣٤) أعلى بدرجة دالة إحصائية من عدد الأحداث التي ذكرها أفراد العينة
ذوي اضطراب الاكتئاب الذين حصلوا على متوسط (٤٠,٩٨) في المجموع
الكلي للأحداث ، وكذلك في المجموع الكلي لتفاصيل الأحداث ؛حيث حصل
الأسوياء أفراد عينة الدراسة الحالية على درجات بمتوسط (١٥٧,٣٠) أعلى
جوهرية وبدرجة دالة من ذوي اضطراب الاكتئاب الذين حصلوا على متوسط
(١٢١,٢٦)، ووُجدت فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥، بين (الأسوياء/
وذوي اضطراب الاكتئاب) في نوع الذكريات الإيجابية في اتجاه الأسوياء،
وعند مستوى ٠,٠١، في نوع الذكريات السلبية في اتجاه ذوي اضطراب
الاكتئاب ، وتُشير هذه النتائج إلى صحة الفرض الأول من فروض الدراسة.

مناقشة نتائج الفرض:

تتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسات السابقة التي أكدت على حصول ذوي اضطراب الاكتئاب على درجات أقل من الأسوياء على متغيرات ذاكرة الأحداث الشخصية سواء في مجموع الأحداث أم في مجموع تفاصيل هذه الأحداث (Lemogne , Piolino , Friszer , Claret & Girault , 2005; Spinhoven , Wekking , Bockibg , Schene , Kocter&etal,2006; Kliem & Ehlers ,2008; Schollosser , Wolf , Fernando, Riedesel , Muthz&etal 2009; Woody., Burkhouse&. Gibb, 2014) وكذلك عدم قدرة ذوي اضطراب الاكتئاب على استرجاع ذكريات الأحداث الشخصية وخاصة الإيجابية مقارنة بالأسوياء. وتؤيد نتائج الدراسة الحالية أيضاً ما توصلت إليه نتائج بعض الدراسات من أن اضطراب الاكتئاب مسئول عن سوء أداء ذاكرة الأحداث الشخصية لدى ذوي الاضطراب الاكتئابي (Williams& Broadbent,1986; Bryant, 2000; Mackinger, Loschin, & Leibetseder, 2000; Mackinger, Pachinger, Leibetseder, & Fartacek, 2000; Scott, Stanton, Garland, & Ferrier, 2000;Williams, Barnhofer, Crane, & Beck, 2005; Brittlebank, Scott, Williams, & Ferrier, 1993; Peeters, Wessel, Merckelbach, & Boon-Vermeeren, 2002; Williams & Dritschel, 1988) كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما أشار إليه "كونواي" والذي حدد مراحل استرجاع ذكريات الأحداث الشخصية بثلاث مراحل تبدأ من مراحل وفترات الحياة مروراً بالأحداث العامة ، ثم تتدرج للأحداث الخاصة ، ثم تتدرج لتفاصيل هذه الأحداث ، حيث لوحظ أن ذوي الاضطراب الاكتئابي يتوقف تذكرهم في الغالب عند الأحداث العامة ، ولديهم عجز واضح في القدرة علي تذكر تفاصيل الأحداث الشخصية مع عجز القدرة على الاستدعاء المحدد للذكريات الشخصية مع قلة في تفاصيل الحدث وضعف الانفعال . (Conway& Pleydell -Pearce's, 2000;Conway, 2005; Conway, Singer & Tagini, 2004) وهو ما يُطلق عليه زيادة عمومية ذاكرة الأحداث الشخصية (Watkins & Teasdale, 2001, 2004; Watkins, Teasdale, & Williams, 2000; Raes, Hermans, de Decker, Eelen, & Williams, 2003) وتتفق هذه النتائج أيضاً مع ما أشارت إليه دراسة وليم وبرودبنت (Williams& Broadbent,1986) حيث وُجد أن الأفكار التي ترد

فى الثوانى الأولى القليلة تُعبر دائماً عن معرفة عامة للأحداث الشخصية ، وعلى الرغم من أن المعرفة الخاصة بمراحل العمر غالباً ما تكون واضحة إلا أنه فى هذه المرحلة من التذكر تكون المعرفة الخاصة بالأحداث العامة هي الأكثر سيادة (Conway & Haque, 1999) ولقد افترض كونواى (Conway, 1996) أن سبب هذا هو أن الأحداث العامة تكون المستوى المفضل من الدخول إلى أساس المعرفة وخاصة عندما يكون النسق الكلي فى حالة تذكر ، ثم تحدث محاولة واعية قوية لاسترجاع حدثٍ مُحدد، ولكن عند ذوي الاضطراب الاكتئابي يحدث توقف للاسترجاع في مراحلهُ الأولى (Schacter & Buck Ner & Conway, 2001) .

ويُعد تذكر الأحداث الشخصية زائدة العمومية سمة ثابتة في حالات اضطراب الاكتئاب واستمراره لفترات، وهي علامة تنبؤية مُستقرة لظهور أعراض الاكتئاب في المستقبل ، وقد أثبتت الدراسات أن لدى ذوي اضطراب الاكتئاب ميلاً نحو (زيادة العمومية) واضحة في التذكر، ويواجهون صعوبة في استرجاع تفاصيل أحداث معينة تحدث في يوم واحد أو أقل (e.g., Anderson, Anderson, Goddard, & Powell, 2010, 702 2010; Van Minnen et al, 2005; Watkins & Teasdale, 2004).

وقد أُشير إلى أن الميل نحو هذا النمط من عدم القدرة على تحديد الذكريات يرتبط بالتعرض لنوبات اكتئاب في المستقبل، سواء للأفراد المُكتئبين أم غير المُكتئبين وأن استرجاع الذكريات زائدة العمومية هو سمة ثابتة من أعراض الاكتئاب، ومؤشر على ضعف التذكر في المستقبل، والتحيز في ذاكرة الأحداث الشخصية لم يظهر بشكل كبير في اضطرابات القلق العام ، والرهاب الاجتماعي ، وارتفاع سمة القلق (Wenzel, Jackson, & Holt, 2002, Williams, Barnhofer, Crane , Hermans , Rase , Watkins , & Dalgleish, 2007)

كما توصلت الدراسة الحالية إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الأسوياء والمكتئبين في استرجاع الأحداث السلبية في اتجاه المُضطربين، والإيجابية في اتجاه الأسوياء و اتفقت تلك النتائج مع عديد من الدراسات السابقة Williams & Broadbent, 1986; Williams & Scott, 1988; Eich, 1995; Williams, Watts, MacLeod, & Mathews, 1997; Watkins, Martin, & Stern, 2000; Watkins, Vache, Verney (1996) & Mathews و يُفسر ذلك بأن ذوي اضطراب الاكتئاب طبقاً للبنية المعرفية السلبية عن أنفسهم وعن العالم وعن المستقبل (الثالوث المعرفي السلبي) يحدث لديهم اجترار للذكريات السلبية ، وكأن المُضطرب بالاكتئاب في حالة ثبات على تلك الذكريات ، كأنه يدور في حلقة مُفرغة (Blaney,

1986; Matt, Vazquez, & Campbell, 1992; Moritz, Glaescher, & Brassen, 2005)

وعلى العكس بالنسبة للأشخاص الأسوياء فهم يميلون إلى تذكر الأحداث الإيجابية والتي تتوافق مع هويتهم الشخصية، حيث يتكون لديهم أراء إيجابية عن أنفسهم ، وبالتالي عندما يُطلب منهم استرجاع خبرات ماضيهم فإنهم يتذكرون الأحداث الإيجابية وبشكل أكثر تفصيلاً من الأحداث السلبية ، (D'

Argembeau & Van der Linden, 2007)

ما يُمكن أن تُثيره نتائج الدراسة الراهنة من مُشكلات تحتاج إلى مزيد من البحوث في المستقبل:

- الكشف عن أداء ذاكرة الأحداث الشخصية لدى عينات سوية ومضطربة أخرى .
- الوعي العقلي الذاتي أثناء استرجاع ذاكرة الأحداث الشخصية لدى عينات أخرى .
- هل يمكن الحد من الإصابة بالاكنتاب في المستقبل لدى الأسوياء وذلك بالاكنتاف المبكر له من خلال تذكر الخبرات والأحداث الإيجابية والسلبية .
- إعداد برامج علاجية نفسية ومعرفية لتحسين نوعية حياة ذوي اضطراب الاكنتاب في المستقبل.
- إجراء مزيد من الدراسات على ذاكرة الأحداث الشخصية لدى مراحل عمرية مختلفة .

قائمة المراجع

أولاً : مراجع باللغة العربية

- ابن منظور. (١٩٩٤). *لسان العرب*. الأردن : دار الفكر
- أحمد عكاشة. (١٩٩٢). *الطب النفسي المعاصر*. القاهرة : الأنجلو المصرية .
- أحمد عكاشة. (١٩٩٨). *الطب النفسي المعاصر*. القاهرة : الأنجلو المصرية
- أمثال هادي الحويلة. (٢٠٠٩) . *الكفاءة السيكمترية لبطارية قياس الذاكرة الدلالية وذاكرة الأحداث الشخصية لدى طلاب وطالبات جامعة الكويت ، دراسات نفسية ، ١٩ (٤) ٧٢٥ - ٧٦٠*
- سنية جمال عبد الحميد. (٢٠١٠ أ) . *إدراك طلبة الجامعة لأحداث الحياة الشخصية المهمة : دراسة في ذاكرة السيرة الذاتية . دراسات نفسية ، ٢٠ (٢) ٣٥٦-٣٠٥* .
- عصام علي الطيب ، ربيع عبده رشوان. (٢٠٠٦) . *علم النفس المعرفي والذاكرة وتشفير المعلومات* . القاهرة : عالم الكتب .
- لطفي الشربيني. (٢٠٠٤) . *الاكتئاب المرضي والعلاج* . الإسكندرية : منشأة المعارف.
- لطفي الشربيني. (٢٠١٢) . *الدليل إلى فهم وعلاج الاكتئاب ، شبكة العلوم النفسية: سلسلة الكتاب الإلكتروني*. (٢٣).

ثانياً : مراجع باللغة الإنجليزية

- Alice ,f. (2003) . *Hand book of psychdogy : Experimental psychology* , New York : John Wiley .
- Andrew , N., & John,l. (2005) . *Enhancing intelligent agents with episodic memory* . university of Michigan , Artificial intelliegence Laboratory .
- Arntz, A., Meeren, M., & Wessel, I. (2002). No evidence for overgeneral memories in borderlinepersonality disorder, *Behaviour Research And Therapy*, 40(9), 1063-1068.

- Brewin , C.R., Watson , M.,Mc carthy , s.,Hymans , P.& Dayson ,D.(1998) .Intrusive memories and depression in cancer patients, *Beavior Resarch & therapy* , 36, 1131 – 1142 .
- Fivush , R., & Reese , E.(1992) .The social construction of autobiographical memory in .M.A. Conway , D.C. Rubin , H. spinnler , & w.A.wagenaar (Eds .) *The oretical perspective on autobiographical memory*. (115 – 132). Dordrect, The Nether land : Kluwer Acaderuic .
- Jones, B.,Heard, H.,start up , M., s wales , m., Williams ,,J.m.G,& Jones R.S.P(1999) .Auto biographical memory and depression and dissociation in border line personality disorder , *psychological medicine* , 29, 1397 – 1404 .
- Kliem . B & Ehlers ., A . (2008) . Reduced autobiographical memory specificity predicts depression and post traumatic stress disorder after recent trauma , *Journal Of Consulting And Clinical Psychology* , 67,2,,231-242 .
- Mackinger, H. F., Pachinger, M. M., Leibetseder, M. M, & Fartacek, R. R. (2000). Autobiographical memories in women remitted from major depression. *Journal Of Abnormal Psychology*, 109(2), 331-334.
- Mc Nally , R.J., Lasko,N.B., Maclin , M.L. , &pitman , R.K.(1995) , Autobiographical memory disturbance in combat – related postramatic stress disorder ,*Behavior research and therapy* , 33 , 619 – 630 .
- Moor, S.A., & zoellner, L.A. (2007). Overgeneral auto biographical memory and tramtic event, an evaluative review , *Psychological Bulletin*, 133, 419 – 437.
- Van Minnen, A., Wessel, L., verhaak. C., & Smeenk, J. (2005) . The relation ship between auto biographical memory specificity and depressed mood

- following a stressful life events : Aprospective study , *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 405-405 .
- Wessel, L., meeren, M., Peeters, F., Arntz, A; & merckelbach, H,. (2001). Correlates of auto biographical memory specificity : the role of depression, Anxiety andchild hood trauma . *behavior research and therapy*, 30, 409 – 421 .
 - Williams, J. M. G., Ellis, N. C., Tyers, C., Healy, H., Rose, G., & Macleod, A. K. (1996). Specificity of Auto biographical memory and imageability of the future ,*Memory & cognition*, 24, 116-125 .
 - Willander, J., Larsson, M. (2007). Olfaction and emotion: the case of autobiographical memory. *Memory Cognition*, 35,1659–1663.
 - Williams, J. M. G., Ellis, N. C., Tyers, C., Healy, H., Rose, G. & Macleod, A. K. (1996). The Specificity of Auto biographical memory and imageability of thefuture. *Memory& cognition*,24 (1)116-125.
 - Williams,J. M. G. (1996) . Depression and the specificity of auto biographical memory. In D. C. Rubin (Ed.). *Remembering our past : studies in auto biographical memory* (244-267) . Newyork : Cambridge university Press .
 - Williams, J. M. G., & Broadbent, K. (1986). Auto biographical memory in suicrae attempters. *Journal of abnormal psychology*, 95, 144-149 .
 - Williams, J. M., & scott . (1988) . Autobiographical memory in depression . *Psychological medicine*, 18, 689-695 .
 - Williams, J. M., & Dritschel, B. H. (1988). Emotional disturbance and the specificity of autobiographical memory. *Cognition & Emotion*, 2 (3), 221
 - Williams, J. M. G., Barnhofer, T., Crane, C., Hermans, D., Rase, F., Watkins, F., & Dal gleish, T. (2007). Autobiographical memory specificity and

- emotional disorder. *Psychological Bulletin*, 133, 122 – 148 .
- Williams, J. M. G., Ellis, N. C., Tyers, C., Healy, H., Rose, G., & Macleod, A. K. (1996). Specificity of Auto biographical memory and imageability of the future .*Memory & cognition*, 24, 116-125 .
 - Williams, W. H., Williams, J. M. G., & Ghadiali, E. T. (1998) . Autobiographical memory in traumatic brain injury : Neuropsychological and mood Predictors or recall , *Neuro Psychological Rehabilitation*, 8, 43-60 .
 - Wolff, M., Loukavenko, E. A., Will, B. E.& Dalrymple-Alford, J. C. (2008). The extended hippocampal- diencephalic memory system: enriched housing promotes recovery of the flexible use of spatial representations after anterior thal- amic lesions. *Hippocampus*, 18, 996–1007.
 - Woody M L., Burkhouse K.L. & Gibb .B., E. (2014) Overgeneral autobiographical memory in children of depressed mothers ,U.S.A .*Cognition & Emotion*,18,211-220.
 - Zolton,D.&Josef,p.(1999).A theory of implicit&explicit knowledge. *journal of behaviour & brain science* ,22, 19-25.
 - Zuckerman,M.(1999).Vulnerability to Psychopathology: A Biosocial Model. Washington, DC ,*American psychological Association* .