

تبين من هذه الدراسة أن ٢٤٪ من أفراد الطبقة العليا كانوا بريئين تماماً من
الأعراض النفسية مقابل ١٠٪ فقط من أفراد الطبقة الدنيا (سوين ١٩٧٩ ،
ص ١٦٦ - ١٧٦) .

ومن المنطقي أن تنتشر الأعراض العقلية في الطبقة الدنيا بنسبة أكبر لأن
معدل الإحباط في هذه الطبقة يكون أكبر بفعل الدخول الاقتصادية الأكثر
انخفاضاً ، وظروف العمل الأكثر مشقة ، وعدم توافر الرعاية الطبية وبقية
الخدمات الأخرى ، بنفس الدرجة وعلى نفس المستوى كما هي بين أفراد الطبقة
العليا .

الفصل الخامس

المحددات الأسرية للصحة النفسية

مقدمة :

عالجنا في الفصلين السابقين المحددات البيولوجية والمحددات الثقافية للصحة النفسية ، ونعالج في هذا الفصل أحد المحددات الثقافية ، وهى الأسرة . ورغم أن النظام الأسرى أحد مفردات المنظومة الثقافية في المجتمع ، إلا أننا آثرنا أن نعالجها في فصل مستقل ، نظرا للأثر البالغ ، الذى تتركه الأسرة على شخصية أبنائها ، سواء على النحو الصحى أو على النحو المرضى .

والأسرة هى وحدة المجتمع الأولى . وهى الواسطة أو حلقة الوصل بين الفرد والمجتمع . وإذا أردنا استخدام المصطلحات التى تناولناها في الفصل السابق لقلنا إن الأسرة هى الواسطة بين الثقافة والشخصية . والأسرة هى الوسط الإنسانى « الأولى » الذى ينشأ فيه الطفل ، ويكتسب في نطاقها أول أساليبه السلوكية ، التى تمكنه من التوافق مع المجتمع .

ولسنا فى حاجة - فى هذا المقام - إلى الحديث عن أهمية الأسرة القصوى فى تكوين الشخصية ، وقد أضحى ذلك من مسلمات علم النفس اليوم . ويكفى أن الكائن الإنسانى يمر بمرحلة الحضانة البيولوجية فى رحم الأم ، وعندما تنتهى هذه المرحلة بال ميلاد ، فإنها تسلمه إلى مرحلة الحضانة الاجتماعية ، وهى تتم بالدرجة الأولى فى الأسرة ، لتعمل على تحويل إمكاناته واستعداداته السلوكية إلى سلوك فعلى . وإذا كان من المتعارف عليه عند الحديث عن الأسرة أن نقصر الحديث على جوانب التأثير البيئى ، فإن تأثير الأسرة ، فى الحقيقة ، يمتد إلى ما قبل ذلك ، أى إلى عملية الاختيار الزواجى . وعلى ذلك فإن ما يرثه الطفل من صفات من والديه وأسلافه يدخل بصورة ما فى نطاق التأثير الأسرى .^(٥)

(٥) وفى الحديث النبوى الشريف « تحيروا لنطفكم فإن العرق دساس » صدق رسول الله ﷺ .

وإذا كان إعداد الطفل للمعيشة في المجتمع يتم من خلال عملية التنشئة الاجتماعية ، عن طريق وكالات أو مؤسسات اجتماعية ، فإن الأسرة على رأس هذه الوكالات ، وتحتل بينها مكانا مميزا .

وفي هذا الفصل سنعالج المحددات الأسرية في الصحة النفسية لأبنائها تحت العناوين الآتية :

الأسرة كبيئة إنسانية اجتماعية .

الأسرة كعامل باثولوجي . (العمليات الأسرية المرضية)

التنشئة الوالدية والصحة النفسية للأبناء .

القسم الأول

الأسرة كبيئة إنسانية اجتماعية

اعتماد الوليد الإنساني على البيئة الأسرية :

يتميز الإنسان - كما ذكرنا من قبل - بأن له طفولة طويلة ، وهذا يعني أنه يعتمد على الكبار المحيطين به فترة أطول في إشباع حاجاته ، بالقياس إلى أفراد المملكة الحيوانية . ويعتمد الوليد في بداية حياته على الأم ، اعتمادا كاملا في توفير الطعام والدفع والراحة وسائر ألوان الرعاية ، مما يجعل الأم شخصا مميزا ، وذا مكانة خاصة لديه . ثم ينتقل في اعتماده وتفاعله من الأم إلى الآخرين من بقية أفراد الأسرة من والد وأخوة ، ثم تتسع دائرة معارفه ومحال احتكاكه إلى الرفاق من الجيرة وزملاء المدرسة ، ثم إلى المجتمع الكبير . ولكن يظل للأسرة وضع خاص ، باعتبارها البيئة التي تضع اللبنة الأولى في شخصية الطفل .

وتتضح قيمة الأسرة أولا في كونها توفر للوليد بيئة إنسانية اجتماعية . فقد سبق أن رأينا أن الأطفال الذين حرموا من الرعاية الوالدية داخل أسرة إنسانية ، قد عاشوا معيشة أقرب إلى معيشة الحيوان . وظلت إمكاناتهم الإنسانية كامنة ، واستعداداتهم معطلة ، وكان أدائهم ومختلف أساليب توافقههم دون مستوى

السلوك الإنسانى ، ومطابقا لسلوك الحيوانات التى عاشوا بينها أو قريبين منها . وهذا يعنى أن حرمان الوليد الإنسانى من المعيشة فى وسط إنسانى مرب يحرمه من معظم الصفات والملاح التى تميز حياة بنى البشر . وعلى ذلك نستطيع أن نقول إن المعيشة فى الأسرة هى التى تعطى للوليد الإنسانى الصفة الإنسانية .

وقد تعرضت الأسرة أخيرا لبعض التطورات غيرت من حجمها ووظيفتها . ومن هذه التطورات أنها لم تعد فى كثير من المجتمعات تلك « الأسرة الممتدة » (Extended Family) التى تشمل الأعمام والعمات والجد بجانب الوالدين . ومما لا شك فيه أن وجود كبار آخرين غير الوالدين فى الأسرة له تأثيره على الطفل ، لأنهم مصادر إضافية للعطف والرعاية ، وبالتالى مصادر للأمن ، كما أنهم مصادر للضبط والتوجيه كما رأينا فى حالة الشخصية المتوالية « جاسم » ، وفى التنشئة الاجتماعية فى قرية سلوا .

كذلك نجد أن اتجاهات الوالدين فى الأسرة الحديثة تميل إلى إنجاب أقل عدد من الأبناء ، لاعتقادهما أن ذلك يمكنهما من توفير أفضل فرص تربوية ممكنة للأبناء . كذلك من التطورات التى تعرضت لها الأسرة وأثرت فى وظائفها خروج المرأة إلى العمل خارج الأسرة . وقد ترتب على هذا التطور ظهور مؤسسات تقوم ببعض ما كانت تقوم به الأسرة من أعباء تربوية مثل دور الحضانة . ولكن على الرغم من هذه التطورات التى غيرت من وظائف الأسرة ، وظهور مؤسسات أخرى تربوية مساعدة للأسرة ، فإن الأسرة مازال لها مكانها المميز بالنسبة لتكوين شخصية الطفل .

الأسرة كجماعة أولية :

وتحتل الأسرة هذه المكانة المميزة بين وكالات التنشئة الاجتماعية باعتبارها نموذجا « للجماعة الأولية » ، بل إنها « الجماعة الأولية » الأولى . ونقصد بالجماعة الأولية ، كما وصفها « كولى » (Cooley) ، بأنها الجماعة صغيرة العدد ، والتى تتميز بعلاقات وثيقة ومباشرة وعميقة بين أفرادها . والأسرة جماعة أولية لأنها الوسط الذى يتعلم الفرد فى إطاره الاتجاهات والأنماط

السلوكية التي تحدد ما سوف يكتسبه فيما بعد من الجماعات الأخرى .
وتفاعل الطفل مع والديه وإخوته يحدد ، إلى درجة كبيرة ، طبيعة تفاعله مع
الآخرين فيما بعد .

ترتيب الطفل في الأسرة :

ومما يبين خطورة وتعقد عملية التفاعل بين الطفل ووالديه ، أن هذا التفاعل
يتأثر بترتيب الطفل بين إخوته في المولد . وبالتالي أصبح متغير « الترتيب
الولادى » (Birth Order) من المتغيرات الأسرية التي يعالجها الباحثون الآن
كأحد العوامل التي تؤثر في شخصية الطفل . وكان لألفريد أدلر (Adler)
فضل التنبيه إلى أهمية هذا المتغير (Adler , A . 1956 , 376-383) .

وقد يكون شائعا بين الناس أن الأطفال في الأسرة الواحدة يعيشون في
بيئة واحدة ، ولكن الأمر غير ذلك . فترتيب الطفل في الأسرة يجعل لكل منهم بيئة
سيكولوجية مختلفة عن بيئة الآخر . وهذا التباين في البيئات يأتي من أن التفاعل
بين الوالدين ، خاصة الأم ، وكل ابن من أبنائها ، يختلف حسب موقعه بالنسبة
لها . فتفاعلها مع الطفل الأول ليس كتفاعلها مع الطفل الأوسط ، وتفاعلها
من الأوسط ليس كتفاعلها مع الأخير . كذلك فإن الطفل الوحيد له بيئة
سيكولوجية تختلف عن بيئة الآخرين من ذوى الأشقاء . كما أن للطفل الذكر
وسط مجموعة من الأخوات الإناث ، والبنت وسط مجموعة من الأخوة الذكور
وضعا خاصا متميزا .

ولا ننسى أيضا أن أوضاع الأسرة تختلف بالنسبة لكل طفل في المراحل
الحاسمة من نموه من ناحية أعمار الوالدين ، وإمكاناتهما الاقتصادية ومكانتهما
الاجتماعية .

وفيما يلي سنشير إلى بعض الإمكانيات المرتبطة بكل من هذه المراكز ليتضح
أحد جوانب التأثير الأسرى على الطفل .

فالطفل الأول أو الأكبر يأخذ قدرا أكبر من الاهتمام ومن التدليل . ولهذا
الطفل وضع فريد ، وهو أنه يظل الملك المتوج على عرش الأسرة في الفترة

التي يكون فيها وحيد والديه ، ثم يتعرض للإبعاد عن العرش عند ولادة الطفل الثاني . وهو عندما يتعرض لهذه الأزمة يحاول أن يستعيد انتباه ورعاية والديه بشتى الأساليب التي قد تكون أساليب عدوانية أو استعطافية ، وذلك لأنه يحارب في هذا الموقف من أجل استعادة حب الأم واهتمامها . والطفل الأكبر يشارك فيما بعد في مسئوليات الأسرة التربوية - خاصة لو كانت أثنى - كأن يساعد في تربية إخوته ، ويلعب دورا شبيها بدور الوالد أو الوالدة بالنسبة لهم . وبعضهم ينمى قدرة جيدة على القيادة والتنظيم . ويقول أدلر إن الابن الأكبر غالبا ما يفضل الوالد . وهو دائما يحن إلى الماضي ، ويشيد بالأحداث والمواقف التي حدثت فيه ، ويشعر بتمسحه من التشاؤم إزاء المستقبل . وهو يقدر قيمة السلطة والقوة أكثر من بقية إخوته . والطفل الأول يشكل أكبر نسبة من « الأطفال المشكلين » (Problem Children) يليه في الترتيب الطفل الأصغر .

أما الطفل الثاني ، فإنه في موقف مختلف ، إذ يشاركه آخر منذ البداية في اهتمام والديه ، ولذا فهو أقرب إلى معاني التعاون من الابن الأكبر . والطفل الثاني في مركز ممتاز ، إذا لم يشن عليه الطفل الأول حربا محاولا دفعه إلى الوراء . إن هذا الطفل يسلك أحيانا كما لو كان في سباق أو في مباراة . ويجد لديه رغبة ، في بعض الحالات ، لأن يتخطى أخاه الأكبر .

والطفل الثاني غالبا ما يكون أكثر نجاحا في الحياة العائلية من أخيه الأكبر . ومن أطرف ما يقول أدلر إن الطفل الأكبر غالبا ما يحلم بالنقوطة ، إنه في القمة ولكنه يخشى أن يفقد مركزه . أما الطفل الثاني فإنه يحلم بأنه يجري وراء قطار أو كأنه في سباق للدراجات . ويرى أدلر أن تحليل أحلام الطفل كافية للتخمين بمركزه وترتيبه في الأسرة . كذلك يرى أدلر أن الطفل الثاني يشعر بمشاعر الحسد أحيانا ، ويخاف من التجاهل والإهمال أكثر من غيره . ووضعه في الأسرة يجعله أقدر في المستقبل على تحمل القيادة أو الرئاسة الصارمة ، كما يجعله يؤمن بأنه ليست هناك في العالم قوة لا يمكن قهرها أو إزاحتها .

أما الطفل الأصغر ، فهو يتميز بأن مركزه ثابت في الأسرة . فكل طفل آخر يمكن أن يتغير مركزه أو ترتيبه بين الأخوة إلا الطفل الأصغر . وهو الطفل المدلل من قبل الجميع ، ولا يخشى أن يفقد هذا التدليل كما حدث مع الطفل الأول . ولكنه كثيرا ما يعاني من مشاعر قوية بالنقص أو الدونية ، فهو دائما يوجد في بيئة تضم كبارا أكثر قوة وأوسع تجربة . ولذا فلهذا المركز مشكلاته العديدة . ويأتي بعد الطفل الأول في نسبة الأطفال المشكلين .

وأما الطفل الوحيد فهو مشكلة في حد ذاته ، فمنافسه ليس الأخ أو الأخت ولكن منافسته تنحى إلى الوالد ، فهو كطفل وحيد يكون هدفا لتدليل أمه . وهي تخاف أن تفقده فتجنيبه برعاية زائدة ، وهو قد تعود أن يكون في بؤرة الاهتمام . ويمكن الخطورة بالنسبة لهذا الطفل أنه ينمو في بيئة محددة . ويكون تفاعله مع أفراد كبار فقط ، فهو محروم من التفاعل الاجتماعي مع أطفال من سنه ، خاصة قبل سن المدرسة . وشبيه بموقف الطفل الوحيد - مع الفروق العديدة - موقف الطفل الذكر مع مجموعة من الإخوة الإناث أو موقف الطفلة الأنثى وسط مجموعة من الإخوة الذكور .

ومما هو جدير بالذكر أن الفترة الزمنية التي تفصل بين الطفل ومن يكبره أو من يصغره (Birth Space) لها علاقة بمعنى الترتيب ومنغزاه ، لأنه إذا طالت هذه الفترة ، فإن الدلالة النفسية لكل ترتيب أو مركز تتغير ، لأننا نتعامل مع الترتيب كمتغير سيكولوجي وليس كتدرج حسابي . فقد يصبح الطفل الأوسط مثلاً طفلاً أكبر ، إذا كان يفصله عن أخيه الأكبر عدد كبير من السنين ، بينما يصبح الأكبر وحيداً في هذه الحال . وقد يصبح الأصغر ، من هذا المنظور ، وحيداً إذا كان إخوته يكبرونه بفترة زمنية طويلة . وهذا يعني أن الأطفال يشغلون مراكز سيكولوجية وليست مراكز متتالية عديدة فقط .

وعادة ما يقدر الباحثون الفترة الزمنية بين طفل وآخر التي يمكن أن تغير الترتيب بست سنوات ، أي مرحلة سيكولوجية كاملة من مراحل النمو ، (Cohen & Beckwith , 1977) بحيث يكون ترتيب المراكز الولادية كالآتي :-

الأكبر : الطفل الأول في المولد ، ويصغره طفل واحد على الأقل بفترة زمنية تقل عن ست سنوات .

الثاني : وهو الطفل الثاني في المولد ، في أسرة لها طفلان ، أى أن له أخا أكبر منه ، بما لا يزيد عن ست سنوات ، وليس له أخوة أصغر منه بأقل من ست سنوات .

الأوسط : وهو الطفل الأوسط في أسرة لها ثلاثة أطفال على الأقل ، بحيث تكون الفروق بين الطفل والذى يليه أو يسبقه أقل من ست سنوات .

الأصغر : وهو الطفل في المولد في أسرة لها ثلاثة أطفال على الأقل ، بحيث لا تزيد الفترة الزمنية التى تفصله عن الطفل الذى يكبره مباشرة عن ست سنوات .

الوحيد : وهو الطفل الوحيد في الأسرة ، أو الطفل الذى له أشقاء أكبر منه أو أصغر بست سنوات أو أكثر .

التوأم : وهو الطفل التوأم سواء كان « متطابقا » (Identical) أو أخويا (غير متطابق وناتج عن خصابين مختلفين) (Fraternal) .

الحرمان الأمومى :

إذا كانت معيشة الطفل في وسط إنسانى اجتماعى مربى يعطيه الصفة الإنسانية ، فإن أى وسط آخر غير الأسرة ، لا يستطيع أن يعوضها ، وأن يقوم مقامها في هذا السبيل ، ويضمن للطفل توافر المناخ النفسى الذى يؤدى إلى السواء والصحة النفسية . فالدراسات التى تناولت الحرمان من الأم ، أظهرت أن الأطفال الذين يتعرضون لهذا الموقف في وقت مبكر يعانون من اضطرابات شديدة ، وفي مقدمة هذه الاضطرابات الجوع الشديد إلى العاطفة ، الذى يدفع بالطفل إلى بذل المحاولات الدائمة لجذب انتباه الآخرين واهتمامهم ، والبحث القهري عن الحب والعاطفة عند الآخرين بأى ثمن .

كما بينت الدراسات أن الحرمان المبكر من الأم يعوق تكوين الإحساس بالثقة في الآخرين ، مما يدفع الطفل إلى الانزواء ، وعدم الاكتراث وعدم القدرة على إنشاء علاقات إنسانية متوازنة مع الآخرين . والإحساس بالثقة ركن أساسي في تكوين الفرد النفسي كما يرى « إريكسون » (Erikson . E) في نظريته في النمو النفسي .

وقد أوضحت الدراسات التي تمت على أطفال المؤسسات والملاجئ أن هؤلاء الأطفال يعتقدون أنهم أطفال غير مرغوب فيهم . وقد ينمي لديهم هذا المفهوم عن ذواتهم اتجاهات خنوعية استسلامية أو اتجاهات عدوانية ضد الآخرين كرد فعل انتقامي . بل إن النمو الجسمي والعقلي يتأثر عند أطفال المؤسسات والملاجئ إذا قورنوا بنظرائهم ممن تربوا بين آبائهم . ومن الأسماء الشهيرة التي ارتبطت بالدراسات في هذا المجال « جولد فارب » (Gold Farb) و « بولبي » (Bowlby) و « ريبيل » (Ripple) .

وهذه الآثار الخطيرة الناتجة عن نقص الرعاية الأسرية بصفة عامة ، والرعاية الأمومية بصفة خاصة ، تعود في نظر كثير من الباحثين - إلى أن الأسرة - وهي شبكة من العلاقات الاجتماعية والإنسانية ومجموعة من الأنماط والممارسات السلوكية القائمة قبل مولد الطفل - تحيط بالطفل وتكسبه السلوك بطريقة أشبه بعملية التطبع (Imprinting) الفطرية التي تنفصح عن نفسها في مراحل معينة من النمو اقتداء بنموذج متاح أمام الكائن الحي . وهي عملية تحدث عند بعض الحيوانات في الفترات الحاسمة أو الحرجة (Critical Periods) من النمو . فالأم لها مكانات وللأب كذلك عدد مشابه من المكانات وكذلك للأخوة ، ولكل مكانة من هذه المكانات أدوار أو توقعات سلوكية تنتظرها من صاحب المكانة إزاء الآخرين في الأسرة والمجتمع .

ويعيش الطفل وسط هذه الشبكة من العلاقات والتوقعات وما يترتب عليها من تدعيمات إيجابية وتدعيمات سلبية فيكتسب خبراته الأولية من النماذج المتاحة أمامه . فإذا كان الوالدان يتمتعان بالسواء فإن الطفل سوف يكتسب أنماطا سلوكية سوية . ويلعب التدعيم دورا هاما في تعلم واكتساب السلوك المناسب من

جانب الطفل ، واستمرار العطاء والرعاية من جانب الوالدين .

وإذا كان الوالدان أحدهما أو كلاهما غير سوى ، ويعانى من اضطرابات سلوكية ، فإنه لا يستطيع أن يثير الطفل الإثارة المناسبة ، وأن يوفر له التدعيمات المناسبة للسلوك الإيجابى . بل إن الطفل سوف يكتسب الأساليب السلوكية الماثلة أمامه . كما أن ردود فعل الآباء المنحرفة تعوق محاولات الطفل فى التوافق فيما بعد ، عن طريق إعاقه اكتساب الأساليب الصحيحة فى السلوك خارج الأسرة ، وهذا يعنى أن باثولوجية الوالدين تعوق تعلم الطفل السلوك السوى من الآخرين . وينتهى به الأمر إلى العزلة . وتزيد العزلة من صعوبات التطبع والتنشئة . وغالبا ما يقاس الأطفال الذين يربون فى أحضان آباء لديهم قدر واضح من عدم السواء من اضطرابات عقلية ونفسية ، نتيجة فقدانهم للموضوع السوى الذى يتوحدون معه ، أو يتعلمون منه ، أو يقلدونه .

وفى القسم القادم سنتحدث عن الأسرة كعامل باثولوجى ، أو أثرها فى نشأة ونمو المرض النفسى . وسنعالج الموضوع عن طريق الإجابة عن السؤال : كيف تلعب الأسرة هذا الدور المرضى ؟ أو ما هى التفاعلات النفسية ، أو العمليات النفسية التى تحدث داخل الأسرة وتؤدى بالطفل إلى الاضطراب النفسى ؟ وسنحاول أن نقدم إجابة عن هذا السؤال فى القسم الثانى من هذا الفصل .

القسم الثاني الأسرة كعامل باثولوجي « العمليات الأسرية المرضية »

ونعرض في هذا القسم إلى بعض العمليات غير الصحية وغير السوية التي تحدث في الأسرة ، وتكون عاملا مسهما في نشأة ونمو المرض عند الطفل . وهذه العمليات هي تفاعلات غير سوية تميز بنية بعض الأسر .

بنية الأسرة :

نقصه بالبنية هنا شبكة العلاقات الإنسانية والاجتماعية التي تربط بين أفراد الأسرة . وعلى رأس هذه العلاقات ، طبيعة العلاقة بين الوالدين ، ثم طبيعة علاقة كل منهما بكل فرد من أفراد الأسرة الآخرين ، وتوقعاته منه ، وفهمه ، لالتزاماته نحوه . ويدخل في بنية الأسرة أيضا نوعية الصراعات التي قد تنشأ بين كل فرد وآخر ، واحتمال اتخاذ الفرد من الآخرين وسائل لتحقيق غاياته ، أو أن يتخذه ككبش فداء . وقد وجد كثير من الباحثين أن بنية الأسرة التي بها عضو مريض تختلف عن بنية الأسرة التي ليس بها مريض أو مضطربون . مما دعا البعض إلى طرح تصور أو فرض « الأسرة المنجبة للمرض » (Pathogenic Family) .

الأسرة المنجبة للمرض :

والأسرة المنجبة للمرض فرض يطرحه بعض علماء النفس والأطباء النفسيون معا ، بعد أن اكتشفوا - من خلال الدراسة والعلاج - الدور الكبير الذي تلعبه الأسرة في اضطراب الفرد . وهم بذلك يعطون لبنية الأسرة ولظروفها الاقتصادية والاجتماعية بصفة عامة ثقلا خاصا في توفير الصحة أو نشأة المرض .

وفرض « الأسرة المنجبة للمرض » يقوم على أساس أن هناك بعض الأسر - بحكم بنيتها - أسر غير سوية . ويفصح عامل اللاسواء في الأسرة عن نفسه من خلال أحد الأبناء . وعادة ما يكون هذا الابن أكثر الأبناء تهيوًا للإصابة بالمرض . وقد يكون أساس هذا التهيو وراثته لقدر أكبر من الاستعداد للمرض ، أو قد يكون ضعفا في الجهاز العصبي .

فالمرض إذن طبقا لهذا الفرض ليس مرض فرد ، ولكنه مرض أسرة ، أفصح

عن نفسه من خلال أضعف الحلقات في الأسرة ، وهو الطفل الأكثر تهيؤاً للاضطراب . ويحدث في مناخ الأسرة المنجبة للمرض بعض « العمليات المرضية » (Pathological Processes) ، وهي التي تعجل بظهور الأعراض المرضية لدى الطفل المريض .

ويلاحظ أن معظم الدراسات والبحوث التي تمت في إطار فرض الأسرة المنجبة للمرض تمت على مرض « الفصام » . ولكن الباحثين في هذا الميدان يرون أن العمليات الباثولوجية الأسرية تتشابه مع العمليات التي تحدث في أسر المرضى الآخرين . بالإضافة إلى أنه من المفترض أن ما يصدق من أثر للعوامل البيئية - وفي مقدمتها الأسرة - في نشأة الذهان (المرض العقلي) ، يصدق بصورة أكبر في نشأة العصاب (المرض النفسي) لأن « باثولوجية العصاب هي أساس باثولوجية العلاقات البيئية الشخصية » (Hender Son , 1950 , 1460147) ، كما أن معظم هذه الدراسات تخص الأم بقدر أكبر من عامل اللاسواء ، وبالتالي النصيب الأولي من مسؤولية اضطراب الطفل .

وسنعرض فيما يلي لأهم العمليات الباثولوجية التي تميز « الأسرة المنجبة للمرض » . وهي ما انتهى إليه عدد من دراسات وبحوث وملاحظات عدد من الباحثين في علم النفس والطب النفسي .

بعض العمليات المرضية في الأسرة المنجبة للمرض :

أ - المناخ الوجداني غير السوي : Abnormal Affective Climate

وقد أشار إلى هذا المتغير « أكرمان » (Ackerman , 1968) الذي يقول إننا في أسرة المريض أمام جو أسري غير طبيعي وغير سوي . ويركز « أكرمان » على الاتجاهات العاطفية المتفاعلة في الأسرة ، ويرى أنها تخلق مناخاً وجدانياً غير سوي .

ويصور « أكرمان » هذا المناخ في الأسرة المنجبة للمرض قائلاً ، إنه يوجد فيها نوع من التناقض بين ما يبدو على السطح ، وما يحدث في الداخل . فما يبدو على السطح يوحى بالهدوء والثبات والاستقرار . ولكن هذا الهدوء لا يقوم على أسس قوية داخل الأسرة ، وعلى نوعية العلاقات بين أفرادها . ولذا فهو

هدوء وثبات يتسمان بالركود ، وهو ثبات أميل إلى التوقف والجمود منه إلى الحياة والحركة .

ويذهب « أكرمان » إلى أن الوالدين في هذه الأسرة يريان أن كل شيء على مايرام ، وأن الأشياء يجب أن تظل كما هي ، وينتشر في جو الأسرة نوع من « الموت الوجداني » (Affective Deadness) . وهذا الجو يصيب المعاملات بين أفراد الأسرة بصبغة اكتئابية تتسم بالحد الأدنى من التلقائية والحيوية والحركة الحرة .

ولأن الهدوء هدوء ظاهري ومصطنع ، فإنه يحدث من آن لآخر أن تمزقه بعض الثورات الانفعالية العنيفة ، التي تبدأ من حادث صغير تافه ، ولكنها سرعان ما تحتاج الأسرة كلها . وينقلب الهدوء إلى إثارة غامرة وذعر شديد . وتسرى عدوى الثورة والتهيج بسرعة شديدة من أفراد الأسرة المفتقدين للاستقرار والأمن وكما هبت الثورة فجأة فإنها تنطفئ فجأة . وتنحسر موجة الإثارة وتعود الأمور سيرتها الأولى ، وكأن شيئاً لم يحدث ، ولا يتغير شيء في حياة الأسرة وأسلوب حياتها . ومع هذا الإنكار للحياة ، يقرر « أكرمان » أن المنزل يتحول إلى مكان موحش فارغ من العلاقات الإنسانية اللدافة .

وكأنما يفقد كل شيء معناه في هذه الأسرة . فالأبناء يتفوهون بالكلمات ويعبرون عن الأفكار ، ولكن بدون شعور . « ينظر كل منهم إلى الآخر دون أن يراه » ومن هنا فإن العلاقات الأسرية تفقد صفاتها الإنسانية . وتتأثر إلى حد كبير بعض الخصائص والصفات الإنسانية ، مثل القدرة على التوافق مع الخبرات الجديدة ، والقدرة على التعلم وعلى النمو وعلى النقد . ويستبدل الأبناء بهذا كله عالماً سحرياً من صنع الخيال .

وفي هذه الأسرة حرص على تأكيد قيم التفاني الكاذب والنضحية الجوفاء التي لا مبرر لها . وتركز الأسرة على بعض الأعمال الطقوسية التي لا معنى لها ولا قيمة ، إلا تأكيد أعضاء الأسرة لأنفسهم بأنهم مثاليون . ويشعر أبناء هذه الأسر بالقلق والذنب ، وتسرى عدواهما بسهولة من واحد إلى آخر . وفي هذا الجو الكئيب يخاف عضو الأسرة دائماً أن يلام وأن يسب وأن يعاقب . وكدفاع ضد هذا الخوف تنمو لدى عضو الأسرة الحاجة إلى كبش فداء ، وإلى إلباق

التهم بالآخرين ، ودمغهم بأوجه النقص بأسلوب إسقاطي .
ويشير « أكرمان » إلى نقطة هامة لدى أفراد هذه الأسر ، وهي ارتباط
الدافع الجنسي بالدافع العدواني ، ولكنهما يعانيان معا الكبت الشديد . ويسقط
الفرد مشاعره على العالم الخارجى فيدركه عالما قاسيا غير ودى .

وعلى أفراد الأسرة ، لكى يواجهوا هذا العالم المعادى ، أن يؤكدوا مبادئ
الولاء المتبادل . فكل منهم يجب أن يشجع الآخرين ويدعمهم ، وبدون
التشجيع والدعم فإن الجميع يشعرون بأنهم مهددون بالهلاك .

ب - فيجاجة الوالدين : عدم الخصم

يعتبر عدم اكتمال نضج الشخصية أو الفجاجة عند الوالدين ، أحدهما في
بعض الأحيان أو كليهما في معظم الأحيان ، في مقدمة العوامل المهيئة للمرض
عند الأبناء . وقد تحدث عن هذا العامل بعض الباحثين البارزين في العوامل
الأسرية في الاضطرابات النفسية . وسنعرض لآراء اثنين منهما ، هما
« بوين » ، و « وولمان » .

أما « بوين » (Bowen , 1961) فقد اقتنع بعد دراسة وعلاج عدد كبير
من المرضى ، خاصة مرضى الفصام ، أن علاقة المريض بأمه عامل حاسم في
نشأة المرض ونموه . وتحمس للاتجاه القائل بأن المرض عند المريض ليس إلا
مرضا لانحراف الأسرة ، والأسرة عنده وحدة واحدة وكائن عضوي . والعضو
المريض داخل الأسرة هو الفرد الذى تعبر من خلاله الأسرة عن اضطرابها .

ويرى « بوين » أن نسبة الفجاجة عند الآباء تتركز عند أحد الأبناء ،
وبالتالى فإن هذا الابن يكون حاملا لدرجة أكبر من عدم السواء مما هو موجود
عند أى من والديه . فإذا استمرت عملية تزايد الفجاجة من جيل إلى جيل ،
كان لابد وأن تنمو الأعراض المرضية واضحة صريحة ، عند أحد الأبناء .
ويوضح « بوين » ذلك كالآتى :

يحدد « بوين » ثلاثة أجيال على الأقل ليظهر المرض في أحد أبناء الأسرة .
فالأجداد يكونون ناضجين نسبيا ، ولكن درجة الفجاجة المشتركة بينهما تنتقل

إلى واحد من أبنائهما ، وعادة ما يكون أكثرهم ارتباطاً بالأم عن بقية إخوته ، أو هو بمعنى آخر ، الذى استجاب لرغبة الأم فى الارتباط الشديد بأحد أبنائها ارتباطاً « تكافلياً » (Symbiotic) . فإذا تصادف وتزوج مثل هذا الابن من زوجة لديها درجة معادلة من عدم النضج ، تجمعت درجة الفجاجة عند كل من الأم والأب فى أحد الأبناء . وهذا هو الطفل « المريض » ضحية الأسرة « المريضة » .

ويذكر « بوين » أن الوالدين لا يعترفان عادة بعدم نضجهما . ولكن يحدث فى بعض الحالات أن يبلغ واحد منهما فى إنكار الضعف وعدم النضج ، ويتستر وراء واجهة من التوافق الزائد والزائف . وإذا حدث هذا من أحد الطرفين ، فإن الآخر - فى معظم الحالات - يقر بالعجز ، وبصعوباته فى التوافق . وهذا التفاعل بين الزوجين يخلق علاقة سيطرة - خنوع . فالزوج الذى يدعى التوافق يميل إلى أن يتخذ موقف السيطرة ، بينما يميل الزوج الآخر إلى اتخاذ موقف الخنوع .

ويذكر « بوين » أنه فى الأسرة المنجبة للفصام ، تميل الأم إلى أن تكون الطرف المسيطر ، بينما يتخذ الوالد موقف الخنوع ، ويكون عاجزاً عن اتخاذ القرارات المناسبة فى المواقف التى تعرض للأسرة ، ويترك بذلك المجال للوالدة لتسلط على جو الأسرة ، وتشبع حاجتها إلى السيطرة .

ويلاحظ « بوين » أن هناك تاعداً عاطفياً بين الوالدين اسماء « الطلاق العاطفى » (Emotional Divorce) . وما أن تشعر الأم بأنها تنتظر مولوداً حتى تتمركز بعاطفتها نحو الطفل الذى لم يولد بعد ، بدلاً من الزوج الذى تكون معه فى حالة طلاق عاطفى بالفعل .

وتنتظر الأم مولد الطفل ، وتترقب وصوله ككائن بشرى ينتمى إليها « ويحتاج إلى مساعدتها » . ومن موقف التوافق الزائد والزائف ، توجه إلى العناية بالطفل ، حيث إنها من خلال هذه « العناية المركزة » يمكن أن تضبط وتتحكم فى اندفاعاتها وفجائتها . وتراها تغمر الطفل بمشاعرها وتركز حياتها

حول الطفل ، « وتنسى » بقية واجباتها الأسرية ، في سبيل « حماية الوليد الضعيف » .

وتتصف الأم بالقلق والهم الزائد والتركز الشديد حول الطفل « المريض » . وهو ما يعكس مشاعرها الخاصة والحقيقية بعدم التوافق . وسوف تلاحق مشاعر الأم بعدم التوافق ابنها طوال حياته .

ويرى « بوين » أن العمليات المرضية تخص الثالث المرضي في الأسرة بصفة خاصة ، وهو « الأم - الأب - الابن المريض » . ويكون بقية أعضاء الأسرة بمنزلة نسيب عن هذه الدائرة الخبيثة . وتكون حالة الثالث المرضي كالآتي :
* أم قاصرة :

(Inaduate) عاجزة عن تحقيق التكيف

تعتمد إلى السيطرة على ابنها . وتفعل كل شيء لحماية . لا وجود حقيقى لزوجها في حياتها .

* مريض ضعيف الحيلة :
هو مريض لأنه لا يستطيع - ولا يسمح له - أن يفعل شيئا غير ذلك ، مما يقزز ضعفه .

* والد هامشى :
ليس له قيمة سيكلوجية حقيقية في حياة ابنه . وهذه الهامشية تشجع الابن على الارتقاء في أحضان الأم والارتباط بها ، لحاجته إلى ما تقدمه له .

وعندما يصل هذا الطفل إلى سن المراهقة يتجول من طفل عاجز إلى راشد سيء التوافق . وإذا أراد أن يتحرر من أمه فإن عليه أن يواجه العالم الخارجى بدون « أنا » قوى ، فينتهى به الأمر إلى أن يصبح مريضا عاجزا . وتمزق الارتباطات التكافلية بين هذا الشاب وبين والدته لأى سبب من الأسباب من شأنه أن يفجر الاضطرابات النفسية والعقلية . بل إن الأعراض النفسية عادة ما تحسب كعلامة على أن علاقات مثل هذا الشاب بوالدته قد تعرضت للخطر أو التهديد .

ويتحدد شكل المرض حسب ظروف المريض المحيطة به . فقد يستخدم
ميكانيزمات ذات طابع عصائى ، وبذا ينمى شخصية عصابية ، وقد يجد
الضعف والتوترات وسيلة للتعبير عن نفسيهما فى الأعراض السيکوسوماتية
(الجسمية النفسية) أو فى الأعراض المستيرية .

ويرى « بوين » أن تشجيع الوالد لاستقلال الابن عن الأم ، واتخاذ موقفا
إيجابيا من زوجته من شأنه أن يحسن الموقف ، فإذا استطاع الوالد أن يتخلى
عن موقفه السلبي ، وأن ينهى طلاقه العاطفى مع زوجته ، فإن هذا يساعد
على اختفاء العلاقة التكافلية بين الابن والأم ، ويفتح الطريق لشفاء المريض .
(Bowen , 1961 , 31-41)

أما « وولمان » (Wolman , 1970) فىرى أن مشاعر الفشل وخيبة الأمل
التي يواجهها كل زوج فى زواجه ، لها أثر كبير فى نشأة المرض عند الطفل .
فمثل هؤلاء الآباء لا يبحث كل منهم فى الزواج عن شريك أو رفيق ناضج ،
وإنما يبحث عن أب محب عطوف فى زواجه . إذن فكل منهما يتوقع أن يجد
عند الآخر ما يفتقده هو وما يفتقده الطرف الآخر أيضا . وعندما ينجب أملهما
يشعران بالإحباط والضيق والفشل المرير .

وهذا الشعور عند الوالدين هو المناخ الملائم الذى تنشأ فيه المهيئات
المرضية . فالأم تستدير إلى ابنها وتحيطه بحمايتها الزائدة ، وتحكم فى حريته
باسم المحافظة عليه ، ويندر أن تسمح له بتصرف مستقل ، وتضعه تحت
الملاحظة الدقيقة والمستمرة ، ويجد هؤلاء الأطفال أنفسهم مجبرين على أن
يكونوا أطفالا « نموذجيين » ، وكما تريدن الأمهات .

والطفل فى هذه الأسرة ينشأ مثل غيره من الأطفال قاصرا ضعيف الخيلة ،
ويحتاج إلى مساعدة الآخرين . ولكنه يتحقق بعد ذلك أن هناك شيئا مختلفا
بالنسبة لاعتماده على مساعدة والديه . فهو لا يجد مساعدة وإنما استحواذ .
ويعيش تحت تهديد مستمر بأن يفقد حب الوالدين إذا فكر فى الخروج على الإطار
السلوكى المحدد له .

ويتفاعل انصباغ الابن مع حاجة الوالدين إلى هذا الانصباغ.. وكلما أجهد الابن نفسه في إرضاء والديه ، طلبا منه المزيد ، وكلما أعطى لهما المزيد من الحب والامتنال عجل ذلك في إنهاك مصادره العاطفية ، ووضعها على شفا الاضطراب النفسى . (Wolman , 1970 , 193-210) .

ج - موقف الرابطة المزدوجة : Double - Bind Situation

والرابطة المزدوجة واحدة من أشهر التفاعلات المرضية وأكثرها انتشارا في الأسرة الناجمة للمرض . وقد كان « باتسون » وزملاؤه (Bateson , et . al , 1963) من أوائل الذين أوضحوا ديناميات هذا الموقف الذى يتعرض فيه الطفل لرسائل متناقضة من والديه ، وتعرض الطفل باستمرار لهذا الموقف من شأنه أن يؤدي به إلى المسالك والدروب المرضية .

والنموذج النمطى للمعاملة التى تخلق الرابطة المزدوجة هو أن يتلقى الطفل أمرين متعارضين . فيؤمر بأن يفعل شيئا ، ثم يؤمر - بطريقة أخرى - ألا يفعل نفس الشيء . فالأم قد تطلب من ابنها مطلبين كالاتى :

الأول : مطلب عاطفى أو مطلب غير صريح وغير لفظى ، إنما هى رسالة موجهة إليه من خلال سلوك الأم العاطفى نحوه ، وفجوى هذا المطلب أن يبقى ابنا مطيعا ضعيفا مرتبطا بالأم . وهو مطلب غير لفظى وغير مباشر ولكنه قوى وملح .

الثانى : مطلب لفظى وصريح ومباشر . وترسله الأم إلى ابنها عن طريق الأوامر اللفظية المباشرة ، بأن يكون شخصا ناضجا مستقلا متحملا للمسؤولية غير خاضع لأحد .

ويميل الابن في موقف الرابطة المزدوجة ، عندما يتلقى رسائل متعارضة من هذا النوع إلى استخدام عبارات استعارية من الناحية الأدبية ، يساعد على ذلك أنه لا يستطيع أن يحدد ماذا يعنى الآخرون بالضبط ، عندما يتحدثون إليه . ويكون استخدام الاستعارة - فى هذه الحال - ملجأ وملاذا له من عدم الفهم .

وتتميز الأسرة التي تخلق موقف الرابطة المزدوجة بالبنية الآتية:

الأم: يثير وجود الطفل قلقها ومشاعرها السلبية نحوه ، ولذا فهي تسحب عاطفتها منه ، خاصة عندما يستجيب لها كأُم محبة . وهذه المشاعر غير مقبولة لديها ، ولا تستطيع أن تفصح عنها ، بل تنكر لها ، وتعتمد إلى تغطيتها بالإفصاح عن سلوك صريح ومبالغ فيه بالحب نحو الطفل . وعندما تحس الأم بالعاطفة والمشاعر الحميمة نحو طفلها ، فإنها تشعر بالقلق والتهديد مرة أخرى . ومن هنا تجد نفسها مدفوعة للانسحاب بعيدا عن الطفل ولكنها لا ترضى عن هذا السلوك ، وتعتمد إلى إنكاره ، بل وتضطر إلى إظهار العاطفة إزاء الطفل مرة أخرى ، وهكذا . ولذا يتسم سلوكها بالتذبذب .

الأب: غالبا ما يكون ضعيفا ، ليس له حضور فعلي في المواقف الهامة في نشئة الطفل . وعدم وجود الأب القوي المستبصر ، الذي يستطيع دعم الطفل في مواجهة تناقضات الأم يسهم في خلق الرابطة المزدوجة.

الطفل: وهو الضحية في موقف الرابطة المزدوجة ، فعليه أن يحدد موقفه من الأم ومن عاطفتها . فهو إن أدرك سلوكها باعتباره يعبر عن عاطفة صادقة ، واستجاب لها على هذا الأساس ، أثار قلقها المكبوت ، وبالتالي رغبته في الانسحاب . أما إذا أدرك سلوكها كعاطفة مثارة ، ورد فعل لمشاعر دفينه مناقضة ، أى أن مشاعرها ليست عاطفية أصيلة ، أو أنها عاطفة مشروطة ، فإنه يتعد عنها . وعندما يحدث ذلك تنكر الأم سلوك الطفل كرسالة بأنها لم تعد أما محبوبة كبقية الأمهات ، وتفكر في عقاب الطفل على هذا الموقف الجاحد .

ومن ملاحظ موقف الرابطة المزدوجة الأساسية أن الطفل فيه يعاقب في كل الحالات . فإذا ميز بدقة مشاعر الأم وطبيعتها ودوافعها فإنه سيُعاقب على الجحود والتكرار من قبل الأم ، وإذا لم يميز مشاعرها بدقة فسيُعاقب لأنه يثير لديها مشاعر القلق والتهديد .

وفي إطار موقف الرابطة المزدوجة يكون الطفل محتكرا من جانب الأم أخذا وعطاء ، فهي في حاجة لأن تكون موضع حبه ، ولا تسمح لأحد بمشاركها في هذا الحب . كما أنها تريد أن تكون مصدر العطاء العاطفي الوحيد لابنها ، ولذا لا تسمح له بأن يتعلق بأحد سواها . (Bateson , et . al , 1963 , 154 § 171)

د - اضطراب عمليات الاتصال : Disturbance of Common Ucation

يستخدم بعض المرضى اللغة استخداما خاصا بهم . يختلفون فيه عن استخدام الآخرين لها حتى إن هذا الاستخدام الخاطئ أو الشاذ أحيانا ما يكون العلامة التشخيصية الفارقة لمرض الفصام بوجه خاص . ذلك أن اللغة رمز جماعي متفق عليه من قبل الجميع ، ولكن النكوص المرضى والاضطراب السلوكي عند المرضى يجعلهم يعزلون عن استخدام الرمز الجماعي إلى استخدام رمز فردي خاص بهم ، لا يفهمه سواهم ، كما سنوضح فيما بعد عند الحديث عن الاضطراب اللغوي في ذهان الفصام .

يتم الطفل للغة في الأسرة عامل هام جدا في الصحة النفسية له . لأن الطفل لا يتعلم اللغة كمقررات فقط ، ولكنه يتعلم أثناء كثيرة من الطريقة التي تستخدم بها اللغة في الأسرة . ومما لا شك فيه أن هناك استخداما للغة أقرب إلى عدم السواء . فقد يغلب على استخدام اللغة في الأسرة المبالغة بالتهويل أو التهوين في الوصف لإشباع حاجات معينة . وقد يغلب على هذا الاستخدام اعتبار اللغة وسيلة للهرب من مواجهة المواقف . وقد يعيب على الاستخدام اعتبار اللغة أداة للتعبير غير المباشر عن العدوانية تجاه الآخرين أو تجاه الذات . وقد تستخدم اللغة كعبارات ليس لها علاقة وثيقة بالواقع ، لأنها ترتبط بعالم سحري يصيغه الفرد في خياله ويعيش فيه أكثر مما يعيش في الواقع . بل إن من مظاهر النكوص في استخدام اللغة أن يستخدمها البعض باعتبارها الشيء نفسه وليست رمزا له أو بديلا عنه . وكثير من الناس يستخدمون اللغة والتعبير اللفظي كبديل عن العمل الفعلي في الواقع ، وهم غير واعين بهذا الاستبدال .

وإذا كان للكبار دوافعهم التي تدفعهم إلى استخدام اللغة بشكل معين ، فإن الطفل ليس لديه نفس الدوافع ، ولكنه سيتعلم هذه الأنماط من الاستخدامات غير السوية للغة التي وجدها أمامه . وتعلم الطفل لهذه الأنماط اللغوية يكون وسيلته فيما بعد للتعبير عن الحاجات العصبية التي يستشعرها في بعض المواقف فتكتمل صورة السلوك غير السوى . وقد بلغ من أهمية عامل تعلم اللغة داخل الأسرة في نمو المرض أن بعض الباحثين يرجعون معظم الاضطرابات العصبية ، بل والاضطرابات العقلية كلها إلى الاضطراب في عملية التواصل اللغوى . (Shaheen , O . & Rakhawy , Y . 1971 , 99 § 101) .

ويرى « باتسون » أن الطفل يقع فريسة للمرض عندما يتعرض التواصل بينه وبين والدته للتشوية أو التدمير - وينتجب إلى أن تحقيق التواصل بصورة صحيحة هو أهم وظائف « الأنا » سواء كان هذا التواصل بين الفرد والآخرين ، أو بين الفرد ونفسه . وعندما يفشل « الأنا » في القيام بهذه المهمة فإن الفرد يعجز عن فهم رسائل الآخرين ، كما يعجز عن بث الرسائل المناسبة إليهم في المواقف المختلفة ، بل إن الاتصال بين أفكار الفرد وأحاسيسه ومدر كاته يضطرب أيضا . (Bateson , et . al , 1960 , 171)

أما « ليدز » (Lidz , 1960) فقد أكد ما سبق أن ذكرناه عن أهمية تعليم الطفل للغة في الأسرة ، باعتبار أن اللغة أداة التواصل مع الآخرين . ويرى « ليدز » أن تعليم اللغة يعكس أسلوب الأسرة في تربية الطفل وتشويته . وقد تحدث « ليدز » كثيرا عن الضعف والمحدودية في القدرات اللغوية التي تمهد للانسحاب المرضى ، والفصامى خاصة . ووضح كيف أن تشويه المعانى يمكن أن يكون أسلوبا يتعلمه الأطفال من آبائهم في الأسرة ..

هـ - القيم الشخصية المنحرفة : Deviant Personal Values

وقد تحدث عن هذه القيم ، ودورها في نشأة المرض « شولمان » (Shulman , 1968) . وكان « شولمان » يعتقد أن المريض يصنع ولا يولد . وهذه الصناعة تبدأ في الطفولة . وقد انتهى « شولمان » من دراسة طفولة مرضاه إلى نظرية في الوجود الفصامى مختلفة عن أية نظرية تكوينية أو وراثية ، بدون أن تقدم معطيات تتعارض مع ما تقدمه هذه النظريات .

يرى « شولمان » أن هناك عاملا وسيطا بين التنشئة الوالدية والاضطرابات النفسية ، وهو ما أسماه القيم الشخصية . وهذه القيم أو القناعات الشخصية يكونها الفرد بنفسه خلال معيشته في كنف والديه ، وفي ظل تنشئتهما له ، وفي سياق تعليمهما له كيف يستجيب في مختلف المواقف . وهذه القيم إذا كانت سوية أو صحية فإنها تساعد الفرد على أن يتوافق مع بيئته ويسلك سلوكا سويا . أما إذا كانت غير سوية أو منحرفة أو خاطئة ، فإنها تكون عاملا من عوامل الاضطرابات النفسية .

ويحدد « شولمان » مجموعة من الأنماط السلوكية الخاطئة - الناشئة عن القيم الشخصية المنحرفة - والتي تنتج بدورها عن التربية الخاطئة . وتتضمن هذه الأنماط بالطفل إلى سوء التوافق ، ثم إلى المرض في المستقبل . ومن هذه الأنماط السلوكية ما يأتي :

- زملة الطفل المتميز : The Special Child Syndrome

يحدث كنتيجة لسلوك الوالدين ، أو لطبيعة الجو الأسرى أن ينمو لدى الطفل الاعتقاد بأنه يختلف أو يتميز بدرجة ما عن أقرانه . وربما كان هذا الاختلاف يشير إلى أنه أكثر طيبة من الآخرين ، أو أكثر شرا منهم . المهم أن الطفل يشعر ويسلك بطريقة مختلفة عما يشعر به الآخرون . ولا يظهر الطفل أى رغبة في التخلص من هذا الاختلاف ، وفي أن يسلك مثل الآخرين ، بل يرحب بهذا التميز ، ويجعله فضيلة يتمسك بها .

- زملة الطفل النزاع إلى السيطرة : The Bossy Child Syndrome

هذا الطفل يتعلم من والده السيطرة والتسلط ، ويصطنع لذلك الأنماط العاطفية ، وألوان السلوك الابتزازي ليجبر والدته على أن تسلك معه سلوكا خاصا . ويصعب جدا التعامل مع هذا الطفل على أساس الند للند . حيث إنها تتطلب درجة كبيرة من الأخذ والعطاء ، في حين أن ما يشغل بال هذا الطفل في أى موقف ، أو في أى علاقة هو لمن ستكون الغلبة في النهاية ؟ وعندما تقابله في حياته مواقف ضاغطة ، فإنه يلجأ إلى الأعراض العصائية بصورها الاندفاعية والانسحابية .

في التنشئة - والتي تعود في معظم الحالات إلى باثولوجية الآباء أنفسهم -
الفشل في تعليم الأبناء الممارسات، وأساليب السلوك المناسبة، لكل جنس
كما حددتها الثقافة . وهي ما تسمى بعملية التنميط الجنسي (Sex
Typing) أو « الهوية الجنسية » (Sexual Identity) وبما لا شك فيه أن
عدم تعلم الطفل للسلوك المناسب لجنسه يسبب له كثيرا من المتاعب
ويمكن أن يعيق توافقه السليم في البيئة ، خاصة وأن معظم المجتمعات
لا تتهاون إزاء الخلط في الأدوار الجنسية .

القسم الثالث أساليب التنشئة الوالدية والصحة النفسية للأبناء

أ - تعريف التنشئة الوالدية : Parental Upbringing

التنشئة الوالدية إحدى وكالات التنشئة الاجتماعية أو التطبيع الاجتماعي Socialization ونعني بها كل سلوك يصدر عن الوالدين أحدهما أو كليهما ، ويؤثر على الطفل وعلى نمو شخصيته ، سواء قصد بهذا السلوك التوجيه والتربية أم لا . ويدخل ضمن التنشئة الوالدية العمليات الآتية :

- ١ - التأثير الذي قد يتعرض له الطفل من جراء استجابة الوالد أو الوالدة أو كليهما لسلوكه .
- ٢ - التأثير الذي قد يتعرض له الطفل من جراء أساليب الثواب والعقاب التي يتخذها الوالد أو الوالدة أو كلاهما بقصد تعليمه أو تدريبه .
- ٣ - التأثير الذي قد يتعرض له الطفل من جراء اشتراكه في المواقف الاجتماعية التي يتيحها له الوالد أو الوالدة أو كلاهما بهدف تعليمه الأساليب الصحيحة للسلوك في نظرهما .
- ٤ - التأثير الذي قد يتعرض له الطفل من جراء التوجيهات المباشرة والتعليمات اللفظية التي يوجهها الوالد أو الوالدة أو كلاهما بقصد توجيهه إلى الأساليب الصحيحة في السلوك .
- ٥ - التأثير الذي قد يتعرض له الطفل من جراء التعارض بين أسلوب الوالد وأسلوب الوالدة في طريقة تربية الطفل ، وأسلوب معاملته .

ب - أساليب التنشئة الوالدية :

انتهت معظم دراسات الباحثين في ميدان أساليب التنشئة الوالدية كما يدرکها الأبناء إلى الأساليب الآتية : (كفافى ، ١٩٧٩ ، ص ٢٣٥ - ٢٨٥) :

(وسوف نذكر كل أسلوب ونعرفه ، ثم نردف ذلك بثلاثة مواقف كعينة للمواقف الممثلة لكل أسلوب) .

أولاً - أسلوب الرفض : (Rejection Style)

« وهو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له أنهما لا يتقبلانه وأنهما كثيرا الانتقاد له ، ولا يبديان مشاعر الود والحب نحوه ، ولا يحرصان على مشاعره ولا يقيمان وزنا لرغباته ، بل العكس هو ما يحدث ، حيث يشعر الطفل بالتباعد بينه وبين والديه ، وعلى الجملة فإن الطفل يحس - من جراء معاملة والديه بهذا الأسلوب - أنه طفل غير مرغوب فيه » .

ومن المواقف الوالدية التي يدركها الطفل وتمثل هذا الأسلوب :

- ١ - شعور الطفل بعدم تعبير والديه عن حبهما له .
- ٢ - شعور الطفل بالتباعد بينه وبين والديه .
- ٣ - شعور الطفل بأن والديه يتضايقان من تربيته .

ثانياً - أسلوب الحماية الزائدة : (Over-Protection Style)

« وهو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له أنهما يخافان عليه بصورة كبيرة ، أكثر مما يرى أن زملاءه وأصدقائه يجدون عند آبائهم ، وأن والديه يعملان على حمايته من كل مكروه ولا يريدان له أن يتعرض لأي موقف يؤذي جسميا أو نفسيا ويلبيان له كل رغباته ، ولا يرفضان له طلبا ، ويظهران درجة كبيرة من اللفتة والقلق عليه ، وقد لا يرغب الطفل في بعض هذه الأساليب من جانب والديه ، ولكنهما لا يحفلان برغبته ويستمران في احتضانهما الشديد له » .

ومن المواقف الوالدية التي يدركها الطفل وتمثل هذا الأسلوب :

- ١ - إدراك الطفل أن والديه يمنعانه من الاختلاط بالآخرين خوفا عليه .

- ٢ - شعور الطفل بلهفة والديه وقلقهما الشديد عليه .
٣ - إدراك الطفل أن رغبته تلبى من جانب الوالدين بسرعة .

ثالثا - أسلوب التحكم : (Control Style)

« وهو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له أنهما يقيدان حركته ولا يعطيانه الحرية الكافية للحركة والنشاط كما يريد ، ولا يسمحان له بحرية التعبير عن نفسه وعن مشاعره . أى أن تقييد الحرية يشمل الجانب المادى والجانب المعنوى معا ، ويدرك الطفل أن والديه يعمدان إلى رسم خطوط محددة ، ليس له أن يتخطاها ، وعليه أن يتصرف ويسلك كما يريد الوالدان ، أو على الأقل لا يستطيع أن يأتي ما لا يرضيان عنه » .

ومن المواقف الوالدية التي يدركها الطفل والتي تمثل هذا الأسلوب :

- ١ - إدراك الطفل أن الوالدين يتمسكان بضرورة طاعته لهما .
٢ - إدراك الطفل أن والديه يحددان له نوع الملابس التي يشتريها والتي يلبسها .
٣ - شعور الطفل أن والديه يقيدان حركته بالمثل .

رابعا - أسلوب الإهمال : (Negligence Style)

« هو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه أنهما يهملانه ولا يهتمان به ، بحيث إنه لا يعرف مشاعرهما نحوه بالضبط ، هل هى سلبية أم إيجابية . ولا يعرف الطفل فى هذا الأسلوب من المعاملة موقف والديه من تصرفاته فى المواقف المختلفة ، هل هما مؤيدان له أم معارضان ؟ فهو لا يجد استحسانا لتصرفاته أو استهجانا لها . وفى هذا الأسلوب لا يشعر الطفل بالوالدين كقوة تربوية موجهة » .

ومن المواقف الوالدية التي يدركها الطفل والتي تمثل هذا الأسلوب :

١ - إدراك الطفل بأن والديه مشغولان عنه ، ولا يبديان اهتماما بالأمر التي تخصه .

٢ - إدراك الطفل بأن الوالدين لا يحفلان بإثابته أو بعقابه على تصرفاته .

٣ - إدراك الطفل أنه لا يكون موضوعا لأحاديث والديه معا ، أو لأحاديثهما مع الآخرين .

خامسا - أسلوب القسوة : (Creulty Style)

« هو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له أنهما عقايبان ، يلجآن دائما إلى عقابه بدنيا (بالضرب) ، أو يهددانه به إذا أخطأ ، أو إذا لم يطع أوامرهما . ويتضمن هذا الأسلوب أيضا عدم ميل الآباء إلى مناقشة الطفل في ميوله وآرائه ورغباته ، بل الإسراع بالعقاب لأي بادرة تصدر منه يرى الوالدان أنها خروج على المفروض من ألوان السلوك ، أو لأنها تسبب الإزعاج لهما . وفي هذا الأسلوب يغلب على المعاملة الوالدية الشدة والعنف » .

ومن المواقف الوالدية التي يدركها الطفل والتي تمثل هذا الأسلوب :

١ - شعور الطفل بالرهبة والخوف من والديه عندما يهيم بطلب شيء منهما .

٢ - شعور الطفل بأنه يعاقب من قبل والديه عقابا لا يتناسب مع أخطائه البسيطة .

٣ - تمنى الطفل أن يكون والداه أكثر شفقة وحنانا مما هما عليه .

سادسا - أسلوب بث القلق والشعور بالذنب :

Instilling Anxiety and Sense of Guilt Style

« وهو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له ، أنهما يتبعان في تربيته مختلف الأساليب التي تثير ضيقه وأله غير العقاب البدني وتثير لديه هذه

الأساليب مشاعر النقص والدونية ، وتخط من قدره . وهذه الأساليب مثل :
التأنيب والتوبيخ واللوم والتقريع والسخرية وإجراء المقارنات في غير صالح
الطفل ، كما يشمل هذا الأسلوب تذكير الوالدين للطفل بالعناء الذى تحمله
فى سبيله ، كما يشمل مطالبته بمستوى أعلى من السلوك والتحصيل . ويتضمن
هذا الأسلوب أيضا الابتزاز العاطفى من جانب الوالدين باستغلالهما عاطفة
الطفل نحوهما لإجباره على طاعتهما ، كما يشمل هذا الأسلوب التخويف
والتحذير الذى يأخذ شكل النصيحة وليس شكل التهديد .

ومن المواقف الوالدية التى يدركها الطفل وتمثل هذا الأسلوب :

١ - إدراك الطفل أن والديه يذكرا دائما بما تحملا فى سبيله كعقاب أو
كدافع للتحصيل .

٢ - شعور الطفل بأن والديه يعتبرانه ناكرا للجميل عندما لا يطيعهما .

٣ - إدراك الطفل أن والديه يتصيدان له الأخطاء والمفقات ويحاسبانه عليها ،
فى الوقت الذى يتجاهلان فيه سلوكه الحسن .

سابعا - أسلوب التذبذب : (Oscillation Style)

« هو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له أنهما لا يعاملانه معاملة
واحدة فى الموقف الواحد ، بل إن هناك تذبذبا قد يصل إلى درجة التناقض
فى مواقف الوالدين . وهذا الأسلوب يجعل الطفل لا يستطيع أن يتوقع رد
فعل والديه إزاء سلوكه . كذلك يشمل هذا الأسلوب إدراك الطفل أن معاملة والديه
تعتمد على المزاج الشخصى والوقتى ، وليس هناك أساس ثابت لسلوك والديه نحوه » .

ومن المواقف الوالدية التى يدركها الطفل وتمثل هذا الأسلوب :

١ - عدم قدرة الطفل على معرفة الحالة المزاجية لوالديه فى لحظة معينة ، لأنهما
يتسمان بتقلب المزاج .

٢ - إدراك الطفل أنه قد يعاقب على سلوكه فى مرة ، ولا يعاقب على نفس
السلوك مرة أخرى .

٣ - إدراك الطفل أن الوالدين يغيران من الآراء التي أعلنها ، إذا وجدا أن هذا التغيير يناسبهما .

ثامنا - أسلوب التفرقة : (Differentiation Style)

« هو إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له ، أنهما لا يساويان بين الإخوة في المعاملة ، وأنهما قد يتحيزان لأحد الإخوة على حساب الآخرين ، فقد يتحيزان للأكبر أو للأصغر أو للمتفوق دراسيا أو لأى عامل آخر . ويزيد إدراك الطفل لهذا الجانب من المعاملة إذا كان هو شخصا هدفا للتحيز ضده » .

ومن المواقف الوالدية التى يدركها الطفل وتمثل هذا الأسلوب :

- ١ - شعور الطفل أن والديه يهتمان بأحد إخوته أكثر من الآخرين .
- ٢ - شعور الطفل أن والديه يميزان أحد الإخوة فى المعاملة لأنه أفضل فى التحصيل والدرس .
- ٣ - شعور الطفل أن والديه يفضلان فى معاملتهما أحد الإخوة لمظهره وهندامه أو لصفاته الجسمية .

تاسعا - الأساليب الصحيحة فى التنشئة :

Correct Styles in Parental Upbringing

« وهى إدراك الطفل من خلال معاملة والديه له ، أنهما يعاملانه معاملة طيبة ، ويعطيانه الحرية ، ويلبيان رغباته فى معظم الحالات ، وفى هذه الحال يشعر الطفل بحب والديه الثابت والدائم له . كما يشعر بالدفء الأسرى ، والعلاقات الحانية من جانب والديه . وفى هذا الأسلوب من المعاملة لا يفرق الوالدان بين الإخوة ، ولا يلجآن كثيرا إلى أساليب العقاب البدنى ، ولا يأتیان تصرفات تقلل من شأن الطفل ، ولهما موقف ثابت فى معاملته . وإذا حدث وعوقب الطفل فإنه يعاقب عقابا يتناسب مع الخطأ الذى ارتكبه ، ويكون الطفل مقتنعا بالعقاب لمعرفة السبب . وعلى الجملة فإن الطفل يلقي من والديه فى هذه الحال الأساليب الصحيحة . من وجهة نظر الحقائق التربوية والنفسية .

وفي ظل هذه المعاملة يشعر الطفل بالارتياح والهناء العائلي ، ويعتقد أن والديه وفرا له طفولة سعيدة » .

ومن المواقف الوالدية التي يدركها الطفل وتمثل هذه الأساليب :

- ١ - شعور الطفل بتقبل والديه ، وبمحبتهما الثابت له .
- ٢ - شعور الطفل بالراحة والفرح في المواقف التي تجمعهم مع والديه .
- ٣ - شعور الطفل أن والديه يفهمان مشاعره ويحرصان على إزالة ما يسبب له الضيق .

الفصل السادس

الشخصية

إذا نظرنا الى الناس في أقوالهم وأفعالهم رأينا أن كل شخص منهم فردي يختلف عن غيره من جهة ، ويشترك معه في عدد من النواحي من جهة أخرى ، وأن الاختلاف يبقى دائماً رغم وجود عدد من نواحي الاشتراك . لذلك نستطيع القول بأن كل انسان يشبه كل الناس من جهة ، ويشبه بعض الناس من جهة أخرى ، وهو متميز من جهة ثالثة . انه ينتمي الى نوع الانسان ويحمل خصائصه الأساسية العامة ، ويشبه عدداً من الناس في عدد من تصرفاته ومظاهر سلوكه ، ولكنه يبقى متميزاً ومتفرداً من حيث هو شخص .

ثم اننا نرى كذلك أن الفرد في تفاعل مستمر مع الشروط والظروف التي تحيط به : فهو يأخذ منها ويتحمل آثارها من جهة ، وهو يفعل فيها نوعاً من الفعل من جهة ثانية . انه كثيراً ما يواجه ظروفه بنجاح وتكيف معها تكيفاً مناسباً ، وكثيراً ما يفشل في مواجهتها بما يلزم ، وقد يطول فشله ، وقد يصبح تكيفه معها غير مناسب وغير مرض .

ان هذا الشخص هو موضوع البحث في هذا الفصل ، وبين أغراض البحث أن يحيط بتكوين هذا الشخص ومقوماته ومظاهره احاطة تكفي لجعل عمليات التكيف أكثر وضوحاً ولجعل الوصول الى الجذور في حالات سوء التكيف أمراً يسيراً .

معنى الشخصية وخصائصها

احتلت الشخصية مكانة هامة في الدراسات النفسية خلال السنوات الأربعين الأخيرة ، ويصدق هذا القول في حال دراسة الشخصية السنوية كما يصدق في حال

دراسة الشخصية المضطربة • وقد ساعد على تأكيد هذه المكانة عدد من العوامل كان من بينها النظر الى السلوك على أنه محصلة لشخصية تعمل من حيث هي وحدة متكاملة وفيها كل ما تنطوي عليه من عناصر ومركبات ودوافع وقدرات • إلا أن هذا الاهتمام العظيم بالشخصية لا يسلم من الاختلاف في المنهج الذي تأخذه الدراسات التي تجعلها موضوعاً لها وذلك على الرغم من وجود اتفاق حول اعتماد الطريقة العلمية في البحث • ومن الممكن رؤية هذا الاختلاف في أول مسألة نعرض لها وهي تعريف الشخصية أو تحديدها •

تعريف الشخصية

يظهر الشخص نامياً متطوراً ، من جهة ، ويظهر ، من جهة أخرى ، ثابتاً نوعاً من الثبات في مواقفه واتجاهاته • يبدو متفرداً متميزاً عن غيره ، من جهة ، ومشابهاً غيره ، من جهة أخرى • وهو كل موحد ، أو وحدة متكاملة ، من طرف ، ولكنه يثرى ويبحث في عدد من الجوانب والجهات المتمايزة ، من طرف آخر • فكيف نعرف هذا التركيب الذي يبدو من خلال هذه الزوايا المتعددة ؟

تعريف الشخصية من حيث المعنى اللغوي للكلمة

الشخص ، في اللغة العربية ، هو « سواد الإنسان وغيره يظهر من بعد » ، « وقد يراد به الذات المخصوصة » • وتشاخص القوم « اختلفوا وتفاوتوا » • أما « الشخصية » فكلمة حديثة الاستعمال لا يجدها الباحث في أمهات معاجم اللغة العربية ، فإذا وجدت في بعض الحديث منها كانت تعني « صفات تميز الشخص من غيره » ، وكان استعمالها قائماً على معنى الشخص أي على معنى كل ما في الفرد مما يؤلف شخصه الظاهر الذي يرى من بعد ، وعلى مفهوم التفاوت •

أما في اللغتين الانكليزية والفرنسية ، فكلمة الشخصية (Personality) (Personnalité) مشتقة من الأصل اللاتيني (Persona) ، وتعني هذه الكلمة القناع الذي كان يلبسه الممثل في العصور القديمة حين كان يقوم بتمثيل دور ،

أو حين كان يريد الظهور بمظهر معين أمام الناس فيما يتعلق بما يريد أن يقوله أو يفعله . وقد أصبحت الكلمة ، على هذا الأساس ، تدل على المظهر الذي يظهر فيه الشخص . وبهذا المعنى تكون « الشخصية » ما يظهر عليه الشخص في الوظائف المختلفة التي يقوم بها على مسرح الحياة .

تعريف الشخصية من حيث هي مجموعة مكونات

ينظر مورتن برنس (Morton Prince) الى الشخصية من حيث هي اجتماع لعدد من العناصر أو لعدد من المكونات الأساسية . وهو يقول عنها في كتابه عن اللا شعور : « الشخصية هي كل الاستعدادات والنزعات والميول والفرائز والقوى البيولوجية الفطرية والموروثة ، وهي كذلك كل الاستعدادات والميول المكتسبة من الخبرة » (Prince, 1934) . وتعريف مثل هذا نجده عند عدد غير قليل من المشتغلين في علم النفس الذي يندفعون وراء تأكيد ما يرونه من عناصر أساسية في الشخصية وبخاصة منهم من بحث الشخصية في الثلاثينات والأربعينات من عصرنا الحالي .

تعريف الشخصية من حيث التكيف مع المحيط حولها

تأخذ التعريفات التي تنطلق في تحديد الشخصية من عمليات التكيف التي تمر بها - تأخذ هذه التعريفات أكثر من اتجاه . فبينما ما يلح على عمليات التكيف وعلى مجموعة من العناصر يرى أن الشخصية تنطوي عليها . وبينما ما يلح على وجود نظام في الشخصية يعمل في توجيه التكيف ، وفيها ما يجمع بين وجهتين من خلال تطور نظرية خاصة في الشخصية .

يرى باودن (Bowden) أن الشخصية « ... هي تلك الميول الثابتة عند الفرد التي تنظم عملية التكيف بينه وبين بيئته » (Bowden, 1929) (ص ٢٢) . ويرى برت (Burt) أن الشخصية « ... هي ذلك النظام الكامل من الميول والاستعدادات الجسمية والعقلية ، الثابتة نسبياً ، التي تعدّ مميزاً خاصاً للفرد ،

والتي يتحدد بمقتضاها أسلوبه الخاص في التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية «
(Burt, 1937) (ص ١٧) • ويأخذ أيسنك (Eysenck) موقفاً يقترب من موقف
بورت بعض الشيء حين يقول عن الشخصية « ... انها التنظيم الثابت المستمر نسبياً
لخلق الشخص ومزاجه وعقله وجسده ، وهذا التنظيم هو الذي يحدد تكيفه الفريد
مع محيطه » (Eysenck, 1950) (ص ٣٨) • أما البورت فيمر على بعض التطور في
تعريفه الشخصية • انه يقول في مطلع ابحاثه عن الشخصية ان « الشخصية هي التنظيم
الديناميكي في نفس الفرد لتلك المنظومات الجسمية النفسية التي تحدد أشكال التكيف
الخاصة لديه مع البيئة » (Allport, 1937) (ص ٤٨) • ويقول في مناسبة لاحقة
ان الشخصية « هي تلك الصيغة التي يتطور اليها الشخص ليضمن بقاءه وسيادته
ضمن إطار وجوده » (Allport, 1961) (ص ٨٢) •

تعريف الشخصية انطلاقاً من عملية التعلم

تلح النظريات المنطلقة من عملية التعلم في فهم الشخصية على اعتماد عنصر
أساس في التعريف هو السلوك ، والسلوك متعلم • من هنا تكون الشخصية
« ما يبدو من اجراء أو تصرف في سلوك الفرد » • إلا أن هذا التحديد العام لا يفي
الانتقال الى ما هو أخص وما يتحدد في تكيف الفرد مع محيطه • وهذا ما نجده
عند وولتر ميشيل (Walter Mischel) حين يعرف الشخصية قائلاً انها « ...
أنماط السلوك المتميزة (وبينها الأفكار والعواطف) التي تميز تكيف كل فرد مع
مواقف حياته » (Walter Mischel 1968) (ص ٢) • هذا مع العلم أن « أنماط
السلوك المتميزة » في هذا التعريف إنما هي انماط من سلوك متعلم تخضع للملاحظة
ويخضع للقياس كذلك •

تعريف الشخصية انطلاقاً من السمات المعينة .

تقدم الملاحظة المباشرة التي يكون موضوعها انساناً ما عدداً من الاحكام حول
ما يقوله أو يفعله • فاذا وقفنا عند هذه الملاحظة قلنا انها تكشف لنا عن صفات
ظاهرية من شخصه تبدو فيما يقوم به أو يقوله ، أي فيما يجريه • فاذا جمعنا ما تعبر

عنه هذه الصفات الظاهرة ، وتخطينا هذا الظاهر الى المبادئ العميقة القائمة عنده في الاعماق والتي تأتي الصفات الظاهرة ، قلنا عن تلك المبادئ انها تدل على شخصيته دلالة تؤكد اجراءاته . ثم إذا عرفنا أن تلك المبادئ العميقة ثابتة نوعاً قوياً من الثبات ، قلنا ان من الممكن اعتمادها في التنبؤ بما سيفعله في مناسبات ما سيمر بها في المستقبل . من هذه النظرة يأتي تعريف كاتل (Cattell) ملحاً على فكرة التنبؤ في تحديد الشخصية حين يقول : « الشخصية هي ما يسمح لنا بالتنبؤ بما سيفعله شخص ما في موقف ما (Cattell, 1950) (ص ٢) » . وكاتل ، في هذا القول ، لا يحدد الشخصية تحديداً عاماً فحسب ، بل يشير كذلك إلى ما فيها من ثبات وما تسمح به من تنبؤ حولها ، وما يخضع فيها للقياس باعتبار أن القياس أصل في إمكان التنبؤ .

وجهة نظر في تعريف الشخصية

أخذنا في الفقرات السابقة عينة من تعريفات الشخصية . فإذا فحصنا ما تنطوي عليه فالتنا نجد أنها تنطلق من ملاحظة سلوك الفرد ، وتتفق في ذلك المنطلق ، ولكنها لا تتفق كلها بعد ذلك عندما يترى مباشرة من ذلك السلوك . يذهب بعضها الى مبادئ عميقة تكون الأصل في السلوك المباشر ، ويرى بعضها أن هناك منظومات وراء ذلك السلوك ، ويأخذ عند منها باتجاهات أخرى .

والذي يبدو لنا أن التعريف العلمي للشخصية يجب أن يأخذ عدداً من النقاط في حسابه . أولها أن السلوك هو ما تظهر فيه الشخصية ، ومن خلاله ، وأنه المنطلق الأول للباحث والملاحظ في الكشف عنها وفي معرفتها . والثانية أن السلوك المقصود في النقطة السابقة ليس السلوك الظاهر وحده ، بل هو كذلك السلوك الضمني ، وتدخل في ذلك الأفكار والدوافع والمركبات النفسية المختلفة ، وأن الطرفين يتفاعلا ويتعاونان في التعبير عن شخصية واحدة . والثالثة أن نزوع الانسان الى المبادئ والأسس العامة في معارفه التي يكونها يقابله في الشخصية وجود منظومات أو مبادئ عميقة منها تنطلق أشكال السلوك التفصيلية في المواقف المختلفة ، آكافت أشكال السلوك بهذه عمليات تكيف أم كانت غير ذلك . ومن هذه الجهة تحدث عن

أساليب التكيف لدى الفرد كما نتحدث عن اتجاهاته وقيمه . والنقطة الرابعة هي أن تكامل الشخصية يؤدي بهما إلى نوع من الثبات يسمح بالتنبؤ بما ستفعل في المستقبل في مواقف محددة وأن مثل هذا الثبات ممكن بسبب من المبادئ العميقة التي تنطوي عليها الشخصية وهي المبادئ التي أشارت إليها النقطة الثالثة . أما النقطة الخامسة فهي أن أشكال السلوك المختلفة متعلّمة في الأصل وأن ما يحمله الإنسان ، من حيث هو إنسان ، من استعدادات ودوافع أولية تكون قاعدة في عمليات التعلم لا تؤذي التفسير العلمي للسلوك بأنه متعلّم . والسادسة أن بين الناس جوانب مشتركة في تكوين الشخصية تسمح بالوصول إلى تعميم علمي سليم حول الشخصية . أما السابعة والأخيرة فهي أن مظاهر السلوك المختلفة التي تعبر عن الشخصية يمكن أن تخضع للروز أو القياس في مستوياتها المتفاوتة من التركيب والتعقيد .

ومن خلال هذه النقاط يبدو لنا أن من الممكن النظر إلى الشخصية على أنها محصلة ، وأن كل شكل من أشكال السلوك نتيجة لها ومظهر من مظاهرها ، وأنها فيها أمام وحدة متكاملة . ومن الممكن القول فيها كذلك أنها منظومة خصائص ، أو نظام لمنظومات خصائص ، تعمل متفاعلة في مواقف الحياة المتنوعة ، في مجالات التكيف وغيرها ، وأنها تخضع للملاحظة وتسمح بالتنبؤ .

مصادر معرفتنا عن الشخصية

يقع السعي إلى المعرفة عن الشخصية في مجالين : الأول هو الدراسة التي يكون الموضوع فيها شخصا معينا بالذات ، والثاني الدراسة العلمية للشخصية كما هي لدى البشر . يكون الهدف في الحالة الأولى الوصول إلى معارف عن شخص ما توظف في واحد أو أكثر من الأغراض المتنوعة مثل أغراض العلاج أو الاختيار لمهنة أو عمل ما أو لمهمة طارئة محددة . ويكون الهدف في الحالة الثانية الوصول إلى معارف علمية حول الشخصية ، توظف في وصفها وتحليلها وتعليل تكونها وما يصدر عنها ، وتكون أساسا في التعميم العلمي المتصل بها ، وتوظف كذلك في إجراءات تتصل بفهم الأفراد وعلاجهم .

تأتي المعارف عن شخصية الفرد من ثلاثة مصادر رئيسة : أحدها التقرير الكلامي للشخص عن نفسه ، والثاني ملاحظة سلوك ذلك الشخص في مناسبات متنوعة ، والثالث ما يقوله الآخرون عنه . يضم المصدر الأول ما يقوله الفرد عن نفسه في ظروف الحياة المختلفة ، وما يذكره عن نفسه في إجاباته عن أسئلة تطرح عليه وبخاصة في مجال الدراسة العلمية التي يكون موضوعا لها ومجال القياس حين يجيب عن بند من بنود الاختبار كما يراه منطبقا عليه - أي على نفسه - وينطوي المصدر الثاني على الملاحظة العلمية التي يكون الشخص موضوعا لها والتي يقوم بها الباحث أو المعالج . أما المصدر الثالث فيضم ما يقوله الآخرون عن الشخص ، وبينهم أفراد فريق يعمل ضمنه ، وأصدقائه وغيرهم ، وأفراد أسرته كذلك .

والمصادر الثلاثة ليست مستقلة عن بعضها ، بل هي متعاونة ويمكن جمعها مع بعضها تحت مظلة واحدة هي (الملاحظة) . فالشخص يلاحظ نفسه حين يقدم تقريراً كلامياً عن نفسه ، والباحث أو المعالج يلاحظ الشخص حين يقوم بدراسته وفحصه ، والآخرون يطلقون أحكامهم عن الشخص نتيجة ملاحظتهم سلوكه في المناسبات المختلفة التي تجمعهم معه . ولكن الملاحظة ، في الحالات الثلاث ، تأخذ أكثر من شكل ، وتنطوي على مستويات متعددة من حيث الدقة ، ومن حيث استعمال الوسائل التقنية والمقاييس ، ومن حيث التحكم بشروط الموقف . والحديث عن الملاحظة على أنها تقع في ثلاثة مصادر لا يخدم في الإشارة إلى مستوى الدقة والتمييز فحسب ، بل يخدم كذلك في تفسير ما يحدث من اختلاف بين ما تقدمه هذه الملاحظة وتلك . فما أكثر ما يتحدث امرؤ عن نفسه حديثاً يكذبه واقع عمله وإجراءاته . وما أكثر ما يصف شخص حالاته التي يشكو منها وصفاً لا يتفق مع واقع ما يكشفه المعالج منها . أما ما يقوله الآخرون عن شخص ما فكثيراً ما تكذبه حقيقة ما يفعله أو ما ينويه من وراء تصرفه . وليس تسويغ الإنسان الكثير من الإجراءات التي يقوم بها تسويغاً يدفعه إليه شعوره بالفشل أو توقعه له إلا مثالا على الاختلاف بين ما يقوله الشخص عن نفسه وما هو واقع فعلاً . ويشبه هذا الحال الكثير من مواقف الثقة بالنفس التي تبدو في حديث شخص عن نفسه حتى إذا وقع حادث فجأة وأصبح هذا

الشخص وجها لوجه أمام ظروف قاسية تتحداه ، أو أمام فحص يقوم به المعالج ،
ظهر بعيدا عن الثقة بنفسه ، وظهر بعد البحث أن رأى الآخرين فيه مختلف عن واقعه
ومخالف لرأيه هو حول نفسه ، وظهر انه يحاول دعم الثقة بالنفس (الضعيفة لديه
في حقيقتها) عن طريق حديثه عن وجودها لديه بقوة وعمق .

وتأتي المعارف عن الشخصية في المجال الثاني ، أي مجال الدراسة العلمية
الهادفة إلى التعميم العلمي ، من المصادر السابقة التي ذكرت ومعها ما تقدمه إجراءات
التجريب والقياس ، وما توفره عمليات الاستدلال والمقارنة . وإذا قيل أن التجريب
ينتهي في النهاية إلى نوع من الملاحظة العلمية الموجهة ، كان الجواب أن ما ينطوي
عليه التجريب من تحكم بالشروط المحيطة بموضوع الدراسة وبالتغيرات يسمح بأن
يشار إليه بإشارة خاصة .

السطح والاعماق في النظر إلى الشخصية

إذا لاحظنا طفلا يعتدي على آخر فأننا نكون عنه حكماً يقول انه عدواني .
ونحن ، في الواقع ، إنما نشير هنا إلى صفة لسلوك ظاهر على السطح من غير أن
نرجع إلى ما هو كامن وراءه . فإذا تابعنا الآن الملاحظة ورأينا هذه الصفة السطحية
عند الطفل في مناسبات متعددة ، فأننا غالباً ما نتقل من حكمنا على سلوكه الظاهر
إلى الحديث عن الأركان الكامنة لديه في الأعماق لنقول عنها انها هي التي تجعله
يفعل ما نفعله . فنحن إذن أمام وقفة عند السطح من الشخصية ، وأمام مقارنة لما
يجري في السطح تدعونا نحو الانتقال إلى الأعماق .

والواقع أن هذه العوامل الكامنة في الأعماق كثيراً ما تكون من نوع لا يشعر
به الفرد الذي نرى عنده المظهر العدواني السطحي . فقد يكون عدوانه مدفوعاً
بنزوعه إلى توجيه انتباه أمه له ، وقد يكون هو (وهذا هو أكثر ما يحدث) غير
شاعر بهذا الدافع العميق . وقد يكون عدوانه نتيجة لإحباط مر عليه من قبل
ولكنه لا يشعر بذلك الآن ولا يقدّر الآن أن عدوانه يأتي نتيجة لإحباط سابق .
وقد يكون عدوانه مرتبطاً بعناصر تكوين أخرى مختلفة .

فالدراسة العلمية للشخصية اذن لا تكتفي بما هو في السطح منها بل تسمى كذلك الى الأعماق * ان أشكال السلوك التي تظهر عند الفرد ، ومعها كل العوامل القائمة وراءها ، تؤلف بمجموعها تلك الوحدة الفريدة التي نسميها الشخصية والتي تتوجه اليها الدراسة * ثم ان عملية التكيف التي يمر بها الفرد في موقف ما والتي تظهر في محاولة تغيير في نفسه ، أو تغيير في شروط الموقف ليصبح الانسجام بين الموقف وبينه مناسباً ، انما هي عملية تشارك فيها الشخصية من حيث هي كـ " وفيها كل ما تنطوي عليه داخلياً من أساليب التكيف وما يظهر على السطح من إجراء أو أشكال سلوك *

الثبات والتغير في الشخصية

تجتمع في الشخصية خاصتان أساسيتان ، تظهر الأولى على شكل ثبات في الشخصية ، وتظهر الثانية في التغير والتطور اللذين يناديها خلال تاريخ حياتها * فكيف نفهم هاتين الخاصتين المتلازمتين ، وما هي النتائج التي تترتب على وجودهما *

ثبات الشخصية

أشرنا في تعريفات الشخصية الى امكانية التنبؤ بما سوف تقوم به * وتعريف مثل هذا يفترض في الأصل نوعاً من الثبات في الشخصية ، وإلا لما كان التنبؤ ممكناً * فاذا سألنا ما هي تلك النواحي التي نرى فيها الثبات في الشخصية قادننا السؤال الى الجهات الأربع التالية *

١ - الثبات في الأعمال : يظهر هذا النوع من الثبات في اتجاهاتنا المختلفة التي يعكسها سلوكنا في أشكاله المختلفة ، وبخاصة ما كان منها متصلاً بطريقة تعاملنا مع الآخرين واحترامهم والتصرف بشؤونهم * هذا نلاحظ كيف يظهر أحداً متجهاً نحو اللف والدوران في التعامل مع الآخرين ، كما يظهر الآخر معتمداً في أعماله قواعد من نوع احترام مصلحة الآخرين ، وحقوقهم ، والشعور بالمسؤولية تجاه الكلمة والحركة *

لقد دُرس ثبات الشخصية أول الأمر في ذلك النوع من الثبات الظاهر على الأفعال التي تقوم بها ، وكانت أكثر الدراسات في هذا الميدان دراسات علماء النفس المهتمين بالشخصية ، صفاتها البارزة ، من جملة الدراسات التي أجريت في هذا المجال دراسات هارتشورن ومي (Hartshorne & May) القديمة حول ثبات الأعمال الأخلاقية ، كان بين المسائل التي جعلت موضوعاً للدراسة التجريبية مسألة السلوك الشريف (أو غير الشريف) ، وما إذا كان هذا السلوك مستقلاً عن المناسبات التي تحيط بالشخص ، أو متأثراً بها ، أو معتمداً عليها ، وكان موضوع الدراسة عدد من الأطفال في سن ما قبل المراهقة ، لقد ظهر بنتيجة الدراسة أن الثبات في السلوك الظاهر كان موجوداً عند نسبة غير كبيرة من الأطفال موضوع الدراسة . ولكن وضح بعد التحليل أن الاختلاف في التربية السابقة من جهة ، والعمر الذي اختير من جهة ثانية ، لم يكونا يسمحان بظهور أكثر من عدد قليل من الأمثلة على الثبات في العمل « بشرف » (أو على العمل بدونه) ، وأن مثل هذا النوع من الثبات يبدو أكثر وضوحاً في الشخصية التي قاربت مرحلة الشباب في تكوينها .

٢ - الثبات في الأسلوب : هنالك نوع آخر من الثبات في الشخصية يمكن أن يسمى الثبات في الأسلوب أو التعبير ، ونعني به ما يظهر عليه أي عمل مقصود نقوم به ، فالطريقة التي تستعمل في الإمساك بلقافة التبغ وتلدخينها يمكن أن تكون مثلاً واضحاً لما هو مقصود هنا من الأسلوب أو التعبير ، وكذلك الأمر في طريقة إمساكنا بالقلم حين الكتابة . وقد كان من بين الدراسات الواسعة لهذه الظاهرة تلك التي قام بها أولبورت وفرون (Allport & Vernon) (١٩٣٢) وكان موضوع دراستها الحركات التعبيرية ، وقد لاحظنا أن عدداً من الحركات التعبيرية تبيل إلى البقاء مع بعضها وإلى الثبات لدى الفرد حين يمر بمناسبات مختلفة .

٣ - الثبات في البناء الداخلي : إن أقوى ما يظهر عليه الثبات هو الثبات في البناء الداخلي ، ونعني بذلك الأسس العميقة التي تقوم عليها الشخصية . ومن هنا فهم تعريف باودن (Bowden) للشخصية حين يقول أنها في تلك الميول الثابتة عند الفرد التي تنظم عملية التكيف بينه وبين بيئته . وسوف نتحدث بتفصيل عما

يؤلف هذا البناء الداخلي حين نتحدث عن الاتجاه الذي يبحث عن الشخصية على أساس السمات. ولكننا إنما نشير هنا الى مجموعة الدوافع الاولية والقيم المكونة في مرحلة مبكرة من حياة الفرد، والمبادئ التي تقوم عليها أنماط السلوك المتعلم المثبت لديه، والاهتمامات الأساسية والاتجاهات المكنية، والعقد أو المركبات العميقة الوجود والمثينة التركيب، وما هو في هذه المستويات الأساسية من البناء العميق للشخصية.

٤ - الثبات في الشعور الداخلي : لقد نوقش الثبات من حيث شعور الفرد داخلياً باستمرار وحدة شخصيته. وأخذ الثبات ضمن النقاش أكثر من اسم. أطلق عليه أحياناً اسم هوية الشخص، كما أطلق عليه أحياناً أخرى اسم وحدة الشخصية. وهو إنما يظهر بالواقع في شعور الفرد داخلياً، وغير حياته، باستمرار وحدة شخصيته وهويتها وثباتها ضمن الظروف المتعددة التي تمر بها، كما يظهر بوضوح في وحدة الخبرة التي يمر بها في الحاضر واستمرار اتصالها مع الخبرة الماضية التي كان يمر بها.

تغير الشخصية

ان الثبات الذي كنا نتحدث عنه ليس، في الواقع، إلا ثباتاً نسبياً. وهو بهذا المعنى بعيد عن أن يكون سكوناً أو استمراراً أبدياً في وضع واحد. إن صفات الحركة والنمو والتغير والانطلاق التي تعبّر عن «ديناميكية الشخصية» صفات أساسية لها. فالشخص يمر خلال طفولته بأشكال مختلفة من النمو في نواح متعددة من بنائه، وهو يتغير ويتطور خلال هذا النمو. إنه ينمو من حيث معارفه، ومن حيث قدراته ونوعيتها ومستواها، وينمو في أشكال خبرته ومواقفه من المؤثرات التي تحيط به. إنه يتفاعل بشكل مستمر مع ما يحيط به، ويترك هذا التفاعل آثاره في مكونات شخصه. إن صفة التغير أساسية عنده. وحين يصل الى مرحلة الرشد التي نستطيع القول عنها إن مظهر الثبات قد أصبح الغالب فيها، فإن التطور في الشخص يبقى مع ذلك مستمراً، وإلا لما أمكن فهم ما يصيب الفرد والمجتمع من

تطور وتقدم ، وما يصيب الشخصية الشاذة من تعديل بتأثير العلاج . إن هذا التغير في الشخصية ملاصق لثباتها النسبي وغير متعارض معه . وكأنا في الواقع أمام طريق واسعة تكون العراقيل والخبرات فيها كثيرة ومتنوعة ، وهي تؤثر في عابر السبيل ، ولكن السبيل في اتساع عرضه فيه نوع من الوحدة والديمومة .

الشخصية والمزاج والخلق

اعتمد بعض الباحثين في السلوك كلمة « المزاج » (Temperament) واستعملوها بمعنى يعتبر مرادفاً لمعنى الشخصية . كذلك استعملت كلمة الخلق (Character) للمعنى نفسه . نجد ذلك في الحضارة اليونانية القديمة في حديث ابيقراط عن انماط المزاج ، ونجد ذلك في المدرسة الفرنسية الحديثة عن الخلق والمزاج . والواقع أن تطوراً غير قليل قد أصاب لفظة المزاج ومدلولها ولفظة الخلق ومدلولها . وقد أصبح مما يغلب في الوقت الحاضر في دراسات السلوك أن تستخدم كلمة المزاج للدلالة على تلك الصفات الانفعالية العامة عند الفرد : فنحن نتحدث عن المزاج حين نتحدث عن سرعة انفعال الفرد ، أو حين نتكلم عن طول مدة تأثيره بمؤثر يزعج ويؤلم ، أو حين نتحدث عن كثرة انفعالاته . وبهذا المعنى يكون المزاج جانباً من الشخصية دون أن يكون مساوياً لها من حيث مكوناتها وميادين عملها . كذلك أصبح مما يغلب في استعمال كلمة الخلق الإشارة إلى الشخصية في جانبها الاجتماعي والأخلاقي : فنحن نتحدث عن معاملة الإنسان لغيره ، أو عن حسن توافقه مع قيم الجماعة ومثلها . وقد نستعمل الكلمة موصوفة بالجودة حين نريد الإشادة بقوة الشخص من حيث مقامه الاجتماعي . وتبقى الشخصية في النهاية أوسع مدلولاً في الاستعمال من الاصطلاحين الآخرين .

الفصل السابع

وسائل الدفاع الأولية

تظهر عند الأشخاص أشكال مختلفة من السلوك حين تواجههم ظروف تنطوي على الخطر أو توقع الخطر ، والاختلاف بين هذه الأشكال لا يقوم على اختلاف في خبرات الأشخاص فحسب ، بل يقوم كذلك على اختلاف في الظروف نفسها ، وفي المركبات المتنوعة التي ينطوي عليها لا شعور كل شخص ، وفي القدرات وسمات الشخصية المتعددة والدوافع المختلفة عنده .

ورد الفعل الذي يتخذه الأشخاص أمام ظروف من هذا النوع يمكن النظر إليه على أنه موقف دفاع : إنه دفاع عن الذات أمام خطر حاصل أو متوقع . وهو كذلك دفاع عن نزعات الذات وحاجاتها حين يقف في وجهها عائق يعمل على منع إشباعها ويؤدي بذلك إلى شعور الذات بوجود تهديد يجابهها من ناحية عدم إشباع حاجة أو أكثر من حاجاتها .

إن أشكال الدفاع متعددة ومختلفة . ويهمن أن تحدث في هذا الفصل عن الأشكال الأولية منها تاركين شرح ما هو أكثر تعقيداً لفضول أخرى . ولكن حديثنا عن هذه الأشكال الأولية يقتضي منا أولاً المرور السريع بمعنى الدفاع ووسائله وتصنيفها حتى نكون على بينة من أمر مكانة الأشكال الأولية للدفاع ووظائفها وآثارها .

معنى وسائل الدفاع وتصنيفها

معنى وسائل الدفاع

ضمت إحدى حلقات الطلاب مرة عدداً من رفاق الدراسة في الجامعة ، وقد بدا أحدهم شديد المزاح كثير الدعابة . وكانت دعاباته المتنوعة تفيض على الاجتماع .

روحاً ظاهرة من السرور والمرح . انقضى الاجتماع بعد ساعة من الزمن ، وترك صاحبنا رفاقه ، واتجه نحو زاوية من حديقة الجامعة مع واحد من أصدقائه . ولم يكده الاثنان يجلسان على مقعد بعيد حتى انفجر صاحبنا ببكاء شديد وغير متوقع .

كان كل واحد من رفاق الدراسة يعلم عن صاحبنا أنه أصيب بفقد عزيز عليه منذ أيام ، وأن الأمر آلمه إيلاماً شديداً . ولكن بكاءه جاء الآن فجأة بعد مرحلة الظاهر . فما الذي حدث ؟ لقد اندفع صاحبنا وراء المرح يحاول به إبعاد الألم عن نفسه ، وكان ذلك وسيلة دفاعية لجأ إليها أمام خطر الألم الناجم عن ذكرى من فقدته . إلا أن اعتماده على تلك الوسيلة لم يطل . وها هو الآن أمام سلوك جديد يدفع إليه ضغط الألم والتوتر الانفعالي الداخلي .

ان الظروف التي تواجه الشخص بخطر واقع ، أو خطر يتوقع حدوثه ، كثيرة ومتنوعة . والخطر نفسه على أشكال فيما يبدو عليه . أمانا : بعضها بسيط مثل بعض أنواع التحدي ، وبعضها شديد . ويعتقد يسن "كيان الشخصية في الأعناق . ورد الفعل الذي يتدفع اليه الشخص أمام ظروف من هذا النوع مختلف الأشكال كذلك : فقد يتخذ الفرد اجراءاته لتقوية نفسه من أجل مواجهة الخطر ، وقد يستسلم حين لا تكفي وسائله ، وقد يحاول تخفيف الضغط الداخلي الناجم عن الشعور بالخطر ، وقد يلجأ الى وسائل دفاعية أخرى . من أجل ذلك نقول عن وسائل الدفاع انها مختلفة . ولكن بينها قاسماً مشتركاً على الأقل وهو غرضها الأساسي : انه الدفاع عن الذات في وجه نوع ما من أنواع الخطر يتهددها .

لقد ظهرت فكرة الدفاع واضحة عند فرويد في بعض أوائل كتاباته . وقد ذكر فيها أن الذات تأخذ موقفاً دفاعياً حين لا تستطيع الرد على المؤثر داخلياً كان أم خارجياً . وألح هنا على مكانة اللا شعور في هذا الموقف الخاص .

ذكر فرويد في أوائل كتاباته فكرة الدفاع في حالات الخوف ، والفضب ، والمحبة ، والكراهية ، ومكانة عمل اللا شعور فيه . ولكنه لم يلبث كثيراً حتى جاء بمفهوم الكبت وجعل منه الحجر الأساس في الدفاع عن الذات . فنحن لا نستطيع الألم ، وهذا أمر نغير عنه دائماً . فاذا مرت بنا مناسبة مؤلمة ، وتركنا

لدينا أثراً بالغاً ، فأننا نميل الى تجنبها واخفائها ، ويكون ذلك منا دفاعاً عن ذاتنا ضد الألم ، وهذا هو طريقنا الى الكبت . فهو إذن وسيلة دفاعية .

ولكن فرويد عاد فعدل موقفه الثاني ، وأخذ اتجاهاً جديداً يجمع فيه بين اتجاهه الأول والثاني . فالدفاع ظاهرة نفسية واضحة ، وهو يهدف الى حماية الذات مما يؤلمها أو يهددها . والموقف الدفاعي يظهر على أشكال يكون الكبت واحداً منها . وقد أخذت أنا فرويد (Anna Freud) اتجاهاً مماثلاً ، فجعلت وسائل الدفاع متعددة ، وجعلت الكبت واحداً منها ، ولكنها خصته بمكانة ممتازة . وكان مما قالته أن عدداً من الوسائل الدفاعية يظهر مع الكبت كما لو أنها كانت تكمله (Anna Freud, 1937) .

فوسائل الدفاع إذن تشير الى مجموعة من أشكال السلوك التي يلجأ اليها الفرد في سعيه وراء أشباع حاجة وجد ما يعيقها ، أو مواجهة خطر واقع ، أو مواجهة خطر متوقع . انها ليست شاذة من حيث انها منطلق ، ولا هي خاصة بأناس دون آخرين . انها عامة في شكلها السوي ، ولكنها توجد كذلك عند من هو مصاب باضطراب نفسي ، وقد يصيبها التطرف فتصبح شكلاً من الانحراف أو من الطريق اليه . إن قاعدتها في اللاشعور قوية ، ولكنها ليست لاشعورية كلها .

تصنيف وسائل الدفاع

تختلف وسائل الدفاع من جهات متعددة ، وتتفق في جهات ، ولذلك يكون من الممكن في النظر اليها تصنيفها لأكثر من تصنيف واحد . يذكر شيفر وشوبن (Shaffer and Shoben) في دراسة لهما استطلعا فيها ثمانية من كتب الصحة النفسية والياديين المتصلة بها نشرت بين ١٩٤٥ - ١٩٥٠ انهما وجدوا هذه الكتب تذكر ٣٣ شكلاً من وسائل الدفاع ، وان عدد الجوانب التفصيلية المشتقة من تلك الأشكال كثيرة . والواقع أن الاختلاف في نقطة الانطلاق ضمن عملية التصنيف يؤدي الى اختلاف في التصنيف . فاذا اعتمدنا مثلاً مبدأ التهديد الواقع على الشخص وجدنا المواقف الدفاعية تنطوي على تهديد للذات في كيانها يكون على درجات ، وان بعضها يواجه الذات بخطر في الأعماق ، بينما يواجهها بعضها الآخر

بأخطار موقته . ومن الممكن عندئذ تأليف تصنيف قائم على درجة التهديد ، وإذا اعتمدنا الشكل الذي يأخذه سلوك الدفاع ، والتجأنا الى الملاحظة لثرى هذه الأشكال ، فإنا نصل الى تصنيف آخر أكثر تفصيلاً وموضوعية .

إن وسائل الدفاع الأولية تؤلف ، في كل حال ، زمرة خاصة بين وسائل الدفاع المختلفة لكثرة ما تشترك فيه من صفات من حيث الموقف الذي تظهر فيه ومن حيث تعقدها . ولذلك ننتقل للحديث عنها مباشرة من دون أن نطيل في الحديث عن التصنيف اطالة تخرج بنا عن غرض هذا الفصل . على أننا سوف نشير في الفصول القادمة الى جانب الدفاع في مشكلات التكيف التي نعرضها .

أشكال وسائل الدفاع الأولية

تحتل وسائل الدفاع الأولية مكانة هامة من حياة الانسان اليومية ، وهي أكثر ما يلجأ اليه في سعيه وراء التكيف وإبعاد أخطار التهديد . إنها موجودة في حياة الانسان السوي كما هي موجودة لدى من يوصف بالشذوذ . إنها بحسب ذاتها ليست اضطرابات عقلية من حيث الأصل ، ولا هي أعراض لاضطرابات عقلية ، وإنما هي طرق بها يحاول الأفراد اتقاء أخطار الانحباط والصراع ، والمناسبات المؤلمة ، وحفض التوتر الذي يمرون به . إن الشخص الذي يسعى الى أن يلبي أغراض دوافعه على الشكل الأفضل ، ويجد في شروط محيطه ما يعوقه عن ذلك ، يتجه ، متأثراً بقوة دوافعه ، الى استعمال وسائل قد لا تكون كلها مقبولة أفضل القبول من مجتمعه ، ولا تكون كلها تعبيراً عن صحة نفسية ممتازة ، ولكنها تقدم خدمة مناسبة في إبعاده عن الأذى الذي يمكن أن يلحق به وتمثل نوعاً من التجايل على الموقف . هذه هي وسائل الدفاع الأولية .

تسمى هذه الأشكال أحياناً باسم « وسائل الدفاع الاولى » ، كما تسمى أحياناً أخرى باسم « آليات دفاع الأنا » أو « الحيل اللاشعورية » . والاسم الاول يأتيها من حيث مستوى التعقد فيها من جهة ، ومن حيث تكونها الأولي في مراحل الطفولة من جهة أخرى . ويأتيها الثاني من حيث أنها تقرب من العادة في سرعة حدوثها وسهولة اللجوء اليها ، وأنها وسيلة الذات المباشرة في الدفاع عن نفسها .

أما الثالث فيأتيها من حيث المظهر اللاشعوري الذي يغلب على جانب منها . والواقع أنها ليست لاشعورية بتمامها ، ولا هي لاشعورية في كل أشكالها . ولكن اللاشعور يحتل فيها مكانة هامة من حيث العوامل العميقة التي تدفع إليها ، ومن حيث نشاط هذه العوامل . وتبقى شعورية من حيث بعض مظاهرها السلوكية التي تظهر عليها ومن حيث مبدأ انطلاقها في عدة حالات . وفيما يلي من الحديث ذكر لأهم وسائل الدفاع الأولية هذه علماً بأن بعض الباحثين يشرح ما يقرب من عشرين منها (راجع Crow and Crow, 1963) (ص ١٢١) .

١- الكف

يعدّ الكف (Inhibition) أول آلية دفاعية بسيطة ، وهو في الواقع ظاهرة من ظواهر حياتنا اليومية . أننا لا نتقل من فعالية لأخرى انتقالاً فجائياً إلا على أساس الكف عن الأولى والتمسك في الثانية . ويكون الكف بهذا المعنى إيقاف الفعالية المنظمة التي تقوم بها العضلات من أجل تنفيذ غرض ما للبدء بفعالية منظمة أخرى . ولا يختلف الكف الدفاعي من حيث الأصل عن هذا الإيقاف للفعالية ، ولكنه يختلف عنه من حيث المظهر والشدة . فالشخص الذي يمر بحالة ما بسبب من مؤثر عارض يقف فجأة عن الاستمرار بفعاليته التي كان يقوم بها ، (وقد يلي ذلك لديه نوع من الحركات المضطربة التي لا تخضع لتحكمه) ، وذلك قبل أن يبدأ سلسلة جديدة من الحركات المنظمة . وهكذا يظهر الكف الدفاعي في حالة الخوف ، والغضب ، والألم المفاجيء ، آلية دفاعية غير واعية ولا متناسبة مع المؤثر الذي أحدث الخوف ، أو الغضب ، أو الألم .

ولا يشترط في الكف أن يكون عضلياً ، بل يمكن أن يكون عقلياً . فالذي يصاب بأحباط مفاجيء يظهر متوقفاً فجأة عن الاستمرار في سير محاكماته ، ويبدو لحظة وكأنه غير قادر على تمييز شيء أو التفكير به . ومثل ذلك من يجابه مؤثراً خطراً بشكل مفاجيء .

٢- الكظم

يعني الكظم (Suppression) « الضغط » المقصود للدافع يعتبر ظهوره مصدر

خطر فيما يتصل بالفرد ، فإذا تذكرنا أن الدافع يظهر عادة على شكل سلوك ما ، كان الكظم ضبط ذلك الدافع والتحكم بمظهره ومنعه من أن يتحقق على شكل سلوك خارجي . هكذا يظهر موقف أحدا حين يهجم عليه آخر بالكلام القاسي ، ويشعر بالتحدي ، ولكنه يمنع مظاهر الغضب المختلفة من أن تظهر في كلامه أو في ملامح وجهه .

والكظم سلوك دفاعي ذو مكانة خاصة في حياتنا الاجتماعية . وكثيراً ما ننظر إليه على أنه رمز « قوة الإرادة » أو « قوة الشخصية » ، وأنه وسيلتنا إلى الارتفاع والتسامي ، وهو يحتل من هذه الناحية مكانة خاصة من حيث تعبيره عن ظاهرة أخلاقية .

يظهر الكظم عملية شعورية مبطنة بعوامل لاشعورية . انه نتيجة توازن أو صراع بين عدد من الدوافع يكون بعضها شعورياً ويكون الآخر لاشعورياً . ومن هنا نتحدث عنه من حيث هو حالة شعورية تنطوي على عوامل شعورية وعوامل لاشعورية . وليس الخوف من المجتمع ، وتقديرنا لمكانة الآخر ، وحديث الآخرين عنا ، والخيرات التي تصيبنا من التريث ، والاختار التي تلحق بنا من الرد بالمثل ، والمثل العليا الاجتماعية التي تؤمن بها وتوضع في جانب من الأنا الأعلى لدينا - ليست هذه كلها إلا بعض الجوانب التي يمكن أن تتدخل في آلية الكظم .

٣- النكران

تظهر آلية الدفاع أحياناً على شكل نكران للواقع (Denial of reality) الذي يسبب وجود التوتر لدى الشخص ، ويظهر ذلك في أوضح أشكاله في حياة الطفولة . فالطفل الذي لا يستطيع تحمل الألم الناجم عن فقد أمه أو غيابها يميل إلى انكار ذلك الواقع ، والاعلان عن أنها لم تذهب بل انها « موجودة في الغرفة الأخرى » . ومثل ذلك حالة نجدها بين طفلين يلعبان ، ويؤدي اللعب بينهما إلى بعض الخلاف ، ثم إلى خلاف حاد : أنهما يؤثران معاً « نسيان الماضي » على أساس من انكار ما حدث والبدء من جديد في اللعب بصفاء . ويتم ذلك أكثر الأحيان ، ويسود الوثام في اللعب بعد نكران كامل لما حدث من قبل .

لقد خصت أنا فرويد هذا النوع من الدفاع بفقرات خاصة من كتابها عن «الأنا وآليات الدفاع» ، وتحدثت عن شكلين من النكران : شكل يستعمل التخيلات ، وآخر يستعمل الكلمات والأفعال . يظهر الأول عند طفل خجول يتخيل أنه يملك أسداً دربه أحسن تدريب : فالأسد لا يخاف منه ولكنه يتضايق من كل شخص آخر . وهكذا ينكر في تخيله أن يكون للأسد خطر عليه . أما الشكل الثاني فيظهر في كلام الطفل عن أمه التي توفيت حين يقول إنها سوف ترجع غداً أو بعد غد ، وحين يعيد هذا القول كل يوم ولفترة طويلة .

يكثر الالتجاء إلى هذا النوع من آليات الدفاع في مرحلة الطفولة ولكنه يقل تدريجياً مع ازدياد القدرة على تمييز الواقع وحدوده . ويقل استعماله في حياة الراشد ويبدو في الحالات العاطفية الشديدة التي تجد الذات فيها أنها تستطيع بالنكران الدفاع عن نفسها أمام خطر النهدم . قد تنكر الزوجة صحة ما تسمع أو ترى مما يتصل بتصرف زوجها ، وقد يقل الزوج ذلك ، ويكون السلوك في الحالين دفاعاً عن الذات ومن أجل استمرار الحياة الزوجية وتربية الأولاد . ولكن الأم التي فقدت ابنها وراحت ترفع الذممة التي كان يفضلها على أنها رهنز له ، ثم انتهت إلى نكران موت ابنها وإلى اعتبار الذممة أمامها كما لو أنها الابن تقدم لها الغذاء والرعاية - هذه الأم تكون قد انتهت إلى اضطراب نفسي تحتاج فيه إلى العناية .

٤- الكبت

يحتل الكبت (Repression) مقاماً خاصاً في كتابات سيغموند فرويد وأنا فرويد . ويفود ذلك إلى المكانة التي يحتلها الكبت من نشاط اللاشعور والمركبات التي تظهر فيه ، والاضطرابات التي تظهر في السلوك . تقول أنا فرويد « يمكن نظرياً وضع الكبت تحت المفهوم العام للدفاع وجنباً إلى جنب مع وسائل الدفاع الأخرى . ولكنه يشغل مكاناً خاصاً إذا قورن بغيره من حيث ما ينتج عنه . وإذا استعملنا لغة الكم ، فانا نراه ينجز أكثر مما ينجز غيره ، ويعني هذا أنه قادر على السيطرة على دوافع غريزية قوية تبقى أمامها كل الوسائل الأخرى غير مشمرة . ثم

انه الوسيلة الأكثر خطراً ... اذ انه يستطيع أن يقود الى وضع أغلال حول الشخصية . أما نتائج وسائل الدفاع الأخرى فتبقى أقل خطراً لأنها لا تستطيع أن تتخطى كثيراً حدود الاستواء والاعتدال حتى في أشد الحالات خطورة »
(Anna Freud, 1937) (ص ٧٥) .

والواقع أن في الكبت ما يجعله متميزاً عن غيره من آليات الدفاع . فهو أكثر عمقاً في تأثيره ، وأكثر دفئاً نحو التطرف . يضاف الى ذلك أن مكاته في حالات الاضطراب المختلفة تبدو أوسع مدى وأكثر فعالية من آليات الدفاع الأخرى .

ولكن لسؤال : كيف يكون الكبت ، وكيف يغدو معقداً ؟ إننا نمر بحالات تبرز فيها لدينا دوافع لا يناسبنا أن تظهر أمام الآخرين ، مثل الدوافع العدوانية أمام مجتمع يسعى لأن يكون السلام سائداً فيه ، والدوافع الجنسية أمام مجتمع ينكر الحديث عنها ، ونعمد في حالات من هذا النوع الى إبعاد الدافع عن ساحة الشعور ، ونسعى الى دفنه بعيداً عن تلك الساحة أو ما هو قريب منها ونلج على ذلك . فإذا بدا للدافع أن يظهر ، تنكرنا له وتشددنا في كتماننا . هذه العملية هي الكبت . إنها وسيلة دفاع ، أو آلية تكيف . إنه يختلف عن النكران من حيث أننا لا ننكر وجود مؤثر يؤدي عندنا الى التوتر ، بل نعمل على إخفاء حالة تظهر في الشعور لدينا ، ونعمل ذلك بتأثير من رقابة تشعر بشدة خطر تلك الحالات نحو ذاتنا . ولكنه يشبه النكران من حيث أننا نعمل فيه الى إبعاد ما يؤدي ذاتنا أو يمكن أن يؤدي الى إيذائها . وحال الكبت هنا حال نزوعنا الى نسيان الحوادث التي يؤلمنا تذكرها ، وحال نسيان المعلومات التي لا نرغب في أن تعاد دائماً . ولكن الحادثة المكبوتة لا تضحل أو تذوب ، ومن الممكن في حالات استعادتها ضمن إجراءات معينة .

ويختلف الكبت عن الكظم . فالتهديد الذي يوجه الى الذات أشد في حالة الكبت منه في حالة الكظم . وارتباط الدافع بالقوى الغريزية أقوى في حالة الكبت وأكثر عمقاً . والديمومة بشأن ما نكتمه أطول في حالة الكبت مما هو في حالة الكظم . ثم ان المركبات التي ترافق حالة الكبت أكثر وأعرق مما يمكن أن يوجد مع حالات الكظم . لهذا نجد التأكيد على الكبت شديداً في كتابات فرويد ومدرسة التحليل النفسي .

والكبت آلية تحايل وليس وسيلة بناء . إنه لا يحل مشكلة في واقع الأمر ، بل يعمد الى حصرها في إطار . ثم انه يعيق الشخص عن اكتساب خبرة جديدة في الميدان الذي أقلقه ودعاه الى كبت تأثيره ، وكان ميدان الحادثة المكبوتة يصبح موبوءاً يخشى الشخص الاقتراب منه .

الاضفاء أو الإسقاط

يظهر الإضفاء أو الإسقاط (Projection) أكثر الأحيان في إلقاء اللوم على الآخرين فيما يتصل بأخطاء نرتكبها نحن ، أو تقصير يبدو عندنا . فالتلميذ يلقي اللوم على المعلم أحياناً ، أو على تركيب السؤال ، في الدفاع عن نفسه أمام الفشل في الامتحان . والشاب كثيراً ما يلقي اللوم على الآخر في بدء المشاحنات . وكثيراً ما نلقي اللوم على الحجارة في تغليل وقوعنا المفاجيء ولا نلوم أنفسنا في قلة انتباهنا .

ويظهر الإضفاء في حالة أخرى . فكثيراً ما يعزو الانسان الى غيره صفات توجد عنده ولا يحبها ، أو بواعث موجودة لديه يكره وجودها ، ويحاول جهده إخفاءها عن الناس . فقد نجد البخيل يتهم غيره بالبخل ، والرجل يتهم غيره بالجبن ، وقليل المنطق قد يقول ذلك عن غيره . وكان القضية في الحالة الأولى وفي الحالة الثانية نزوع الفرد الى تأكيد تقديره لذاته ، وتقدير الآخرين له ، عن طريق لوم الآخرين بالتقصير الحاصل لديه ، أو حمل صفاته غير الجميدة على الآخرين وإبعادها بذلك عن نفسه أمام المجتمع .

إن الإضفاء كثير الوقوع من حيث هو وسيلة دفاع . وهو أيضاً كثير الوقوع من حيث أننا نلقي على الآخرين أحياناً ما يضايقنا . ومن هذه الناحية احتل الإضفاء مكانة خاصة في بعض روائز الشخصية المسماة بالروائز الإضفائية في الكشف عن الشخصية وصعوباتها وجوانبها المختلفة .

إلا أن للإضفاء جانباً خطراً . فقد يبلغ القاء اللوم على الآخرين درجة يصبح الشخص معها ملقياً دائماً اللوم على الحظ ، أو الآخرين ، أو القوى الخفية ،

فيما يقع له أو عليه من سوء • ومن درجات هذا مستواها يمكن أن ينطلق هذان الملاحظة والاضطهاد وتآمر الآخرين •

التبرير

يظهر التبرير (Ratinalization) أو التسويغ أحياناً في «عقلنة» السلوك أو تفسيره بأسباب تبدو معقولة ومقبولة بينما تكون الأسباب الحقيقية انفعالية • ويظهر كذلك حين يلجأ الشخص لمثل هذه الوسيلة الدفاعية أمام فشله في الحصول على أمر كان يتمنى الحصول عليه وكان يسعى إليه • مثال ذلك تسويغ أحدنا فعلاً غير لائق قام به عن طريق وصف نفسه بأنه «لم يكن هو نفسه، وبكامل قوته، حين ارتكب ذلك الفعل» • ومثال ذلك أيضاً تبرير أحدنا سلوكه في إشار الذهاب إلى النزهة والامتحان قريب، وتبرير عدم تمكنه من دخول كلية الطيران بتأكيد أخطار الطائرة وقيادتها، بينما كان الدخول إلى تلك الكلية من أعظم آماله •

إن الذات هنا في حالة دفاعية • فهي ترغب في أن تكون مطمئنة وبسيطة عن الصراعات الداخلية المؤلمة • ويكون التبرير وسيلة دعم الذات في إنهاء الصراعات والمناقشات، وبخاصة حين يكون المجال مفتوحاً أمام الآخرين في التعبير عن رأيهم مما يدعو إلى إطالة المناقشات ورفدها بعناصر إضافية تزيد من حدتها • وليس تبرير الجندي فعلته في قتل فرد من الأعداء كان مسناً أو أعزل من السلاح، أو في قتل طفل صغير، إلا نوعاً من الدفاع عن الذات أمام تجدي الأنا الأعلى •

والواقع أن التبرير يؤدي وظيفته الدفاعية من جهتين • فهو يساعد الشخص على «عقلنة» ما يقوم به في حدود ما يعتقد به وفي وجه ما يعتقد به الآخرون، كما يساعد على تخفيف حدة الاحباط فيما يتصل بالأهداف التي لا يستطيع الشخص الوصول إليها • وإذا كان مثال الجندي يقدم إيضاحاً عن الوظيفة الدفاعية من الجهة الأولى، فإن المثل العامي عن الثعلب وعنقود العنب وكونه «لا يزال حصرماً» يقدم دليلاً على الوظيفة الدفاعية من جهتها الثانية • على أننا يجب أن نذكر هنا

أن التبرير قد شتبك مع الاضفاء في حالات وذلك حين ينطوي التبرير على وصف ما لم نصل اليه بصفات نتقدها وتكون موجودة لدينا في الأعماق .

إن التبرير وسيلة دفاع أولية تساعد على التخفيف من شدة تأثير الإحباط، ولكن من الممكن فيه الوصول الى درجات لا تكون الى جانب استواء الشخصية . فقد يصبح الشخص قابلاً للتصديق بالكثير من الأدلة غير الصحيحة ، وقد يقنوده ذلك الى اعتناق اعتقادات خاطئة ، وقبول الكثير من أشكال الهذيان رغم ما ينطوي عليه كل منها من تناقض .

التقمص

يسيل الاشخاص الى التقمص (Identification) في عدد من مناسبات حياتهم ، ويظهر التقمص لدى الشخص على شكل نزوع الى ربط شخصه بآخر ، أو بقية ، أو بمجموعة صفات متوافرة في مؤسسة ، وإلى التعريف عن نفسه بالانتماء الى الآخر ، أو الفئة ، أو المؤسسة . انه طالب في جامعة « كذا » أو موظف في مؤسسة « كذا » أو ابن « فلان » (حين يكون فلان من اصحاب المقام في آثاره الاجتماعية أو الفكرية) ، أو هو « أبو فلان » (حين يكون الابن بارزاً في مجتمعه) ، أو هو ينتمي الى فريق « كذا » الرياضي ، أو هو عضو في « كذا وكذا » من الجمعيات والنوادي . والميل الغالب في حالات من هذا النوع هو نزوع الفرد الى ابراز صفاته من غير أن يتحدث عنها حين تكون الصفات المعروفة عن الفئة التي يتقمص شخصيتها ، ويعرف عن نفسه بها ، من الصفات التي تحتل مقاماً مرموقاً لدى الجماعة . ومن هذه الجهة يظهر التقمص وسيلة دفاع يسعى بها الفرد الى إثبات تقدير الجماعة له ، وإلى إثبات تقديره لنفسه .

إننا جميعاً نميل الى نوع من التقمص أمام تشيلية نشاهدها . إننا تمثل دور البطل ، ونعيش معه ، ويهبط نشاطنا كثيراً وموقتاً مع مرضه وموته . وقليل منا من يقبل تقمص دور « الخائن » أو الشرس المعتدي . وحين يفعل ذلك شخص ما فإننا نتنبه عادة الى الصفات التي قبلها الشخص لدى الشرس ، إذ لعلها من القيم التي تؤمن بها الفئة التي يعيش الشخص بينها وينتمي اليها .

والتقصص يعنى في النهاية أننا نزرع الى المماثلة مع غيرنا حين تكون الصفات المتوافرة لديهم ، والمعروفة عنهم ، مما هو غير موجود لدينا ، أو مما نرغب كثيراً في أن يكون لدينا . انه حال الابن الذي يتقصص صفات أبيه المعجب بها ، وهو حال البنت التي تتقصص صفات أمها التي تقدرها كثيراً . إنه سلوك دفاعي يحتل مكانة هامة في ابراز نزوعنا الى اظهار الكفاية واحتلال مقام اجتماعي خاص . ولكن حاله يشبه حال أكثر أشكال الدفاع الأولية الأخرى من حيث انه ينطوي على أخطار التطرف . فكثيراً ما نرى التقصص في حالات الذهان ، ومنه تقمص شخصية نبي ، أو بطل ، أو عبقرى مات منذ أجيال .

٨- التعويض

يعبر التعويض (Compensation) عن مجموعة ردود فعل يكون القصد منها الظهور بصفة ما بغية تغطية صفة أخرى ، أو يكون القصد مواجهة ذلك الشعور بالتقص الذي يمكن أن ينتهي اليه شخص " ما أمام ضعف أو قصور واقعي أو متخيل . والأكثر في الصفة التي نريد أن تكون ظاهرة أنها مقبولة وحسنة ، بينما تكون الأخرى التي نسعى الى إخفائها غير مرغوب فيها . وكأن الحال من هذه الناحية حال شخص يكثر استعمال رائحة العطور لتبدو واضحة وتغطي على رائحة أخرى نائية تكون موجودة لديه .

إن الأمثلة على التعويض كثيرة . من بين هذه الأمثلة سعي بعضهم الى التعويض بالشخصية الجذابة المرححة عن ضعف عناصر الجمال الجسماني . ومنها سعي بعضهم الى أنواع من الملابس والأحذية تكون كافية في اخفاء بعض عيوب تكوين الجسم أو طوله . ومنها كذلك سعي المنبوذ أو غير المرغوب فيه وراء عدد من الاجراءات من أجل لفت الأنظار اليه . ومن الأمثلة البارزة ما يقوم به صاحب الإعاقة الجسدية أحياناً حين يسعى وراء القوة وأشكال الانجاز في جهة يستطيعها ليعوض بذلك عن النقص الذي يعانيه في الجهة التي بها العاهة .

على أن مما تجب ملاحظته هو أن السلوك التعويضي قد يكون غير مشر أحياناً ، وقد يؤدي الى الازعاج . وليس حال الطفل الذي أراد أن يلفت الأنظار اليه بعد

أن تخلى عنه رفاقه فأمعن في الاعتداء على غيره بالقول واليد إلا مثلاً على ذلك .
ان هذا النوع من التعويض قد يتطرق فيأخذ شكل سلوك لا اجتماعي يزعج
الجماعة كما يزعج صاحبه . ومن أمثلة ذلك القصص التي تروى خبر إيذاء شديد
لحق بالجماعة ونجم عن رغبة الشخص الراشد في لفت الانتظار اليه .

٩. النكوص

إذا اصطدم الإنسان بعائق يعوق اشباع دافع لديه ويصعب التغلب عليه فانه
يمر بحالة من الخيبة أو الإحباط . وفي هذه الحال قد يرجع الى أسلوب قديم
كان قد اعتاد أن يحصل به على بعض الطمأنينة ، وهذا هو النكوص (Regression).
مثال ذلك ابن الخامسة الذي شعر بمزاحمة أخيه الصغير من ناحية عناية أمه به فراح
يطلب تناول الحليب من الزجاجية كما كان يفعل وهو صغير ، وكما يفعل أخوه الآن ،
والسيدة التي فشلت في حياتها الزوجية فراحت تبكي وهي تطلب من أمها أن ترضعها
كما كانت تفعل معها وهي صغيرة . وبمثل هذا بكاء الرجل وقت الصعوبة التي لم يجد
حيلة في التغلب عليها ، والبكاء مظهر يعلب على حياة الأطفال ، وهو الأسلوب الذي
اعتاده الطفل ليجتذب معونة المحيطين به وعطفهم . ومن أشكال النكوص الاغراق
في أحلام اليقظة اغراقاً يغذو معه البالغ كالطفل الذي كان يعيش في عالم من الأوهام
في مرحلة من طفولته الأولى . انه نوع من الهروب أمام التوتر ، وهو نزوع الى
استعمال أنماط من السلوك كانت صالحة في مرحلة سابقة من مراحل الحياة .

وكثيراً ما يقال إن من أساليب النكوص مبالغة المرء في التحدث عن الماضي الذي
عاش فيه ، أو عاش فيه أجداده ، حين يفشل في حياته الحاضرة . ومن أساليب المعروفة
أيضاً ما يلاحظ من سلوك عند بعض المتقدمات في السن حين بنزن ، بشكل بارز
ومتطرف ، الى الظهور بمظهر الفتيات الصغيرات في اللباس والحركات ونغمة الصوت
والاشارات .

ويعتبر يوتغ أن النكوص هو العملية الوحيدة التي تقابل بها الفرد المواقف التي
تصل صعوبتها الى حد لا يستطيع التغلب عليه . ويتوسع يوتغ كثيراً في معنى

النكوص فيجعله شاملاً عدداً كبيراً من الآليات الدفاعية التي يقوم بها اللاشعور .
ويعزو يونغ كذلك عدداً من الظواهر النفسية المرضية الى أنها لون من ألوان
الارتداد الى أسلوب كان من مظاهر حياة الطفولة .

Blanche DuBois

١. الأخيلة والأوهام

كثيراً ما تلجأ الى الأخيلة والأوهام (Fantasy) نركب فيها ما نريد أن نصل
إليه مما لم يتيسر لنا ادراكه في الواقع ، ونظهر فيها من الرغبات ما لم نستطع اظهاره
أمام الآخرين . والأخيلة أشكال من التركيب تضم مجموعة من الصور ترتبط مع
اشباع الحاجات ، ويغلب فيها أن يكون المحرض والمثير فيها أنواع الخيبة والفشل
في الحياة الواقعية . وليست كثرة الأحلام - أحلام اليقظة وأحلام النوم - المنطوية
على صور الطعام والأغذية إلا نوعاً من تحقيق ما خاب الجائع في تحقيقه خلال ساعات
يقظته وسعيه وراء الرزق .

والغالب في الأخيلة أن نكون فيها واحداً من بطلين : البطل المظفر المتغلب دائماً
على غيره ، أو البطل المتألم الذي يتحمل ظلم الآخرين وتعذيبهم . واننا لنجد
في القصص الكثيرة التي تمثل أحلامنا وأخيلتنا مثالا عن كل من الحالين : فأحلام
الجندي تميل الى جعله البطل الذي يتغلب على أعدائه ، ويقتل المئات منهم بضربات
المحكمة ، وينتهي الى الظفر في أشد المعارك ضراوة وخطراً . وهكذا تكون أحلامه
منطلق دوافعه العدوانية ومجال اشباعها . أما البطل الذي يتحمل ظلم الآخرين فإنه
لا يظهر أبداً في وضع منخط أو مشين ، بل يظهر صبوراً ومثالاً للشرف والبطل
والفضيلة ، وموضعاً للتقدير والاعجاب أمام التجني الذي يصيبه من أناس لا رحمة
في قلوبهم ولا عدالة في ضميرهم .

ولكن يجب ألا تفوتنا الإشارة هنا الى أن الأخيلة قد تكون بئساء منتجة وقد
لا تكون كذلك . فالأولى هي ما يستعمل في حل مشكلة مباشرة ، أو في خلق أثر فني .
أما الثانية فليست أكثر من مخرج لرغبات لا تجد لها اشباعاً في عالم الواقع وتواجهه
على الأغلب بالإعاقة وما هو في بابها .

على أن لهذا الهروب من الواقع خدمات • فالحياة وما فيها من قساوة وإعاقة كثيراً ما يكون إيلاهما شديداً وتكون صورها قائمة • وتقدم الأحلام هنا خدمات : إنها المخرج الذي يعيد إلى الأمل قوته وإلى الارتباط مع الحياة حيويته • ويكون حال الأحلام هنا حال تمثيلية سعدنا برؤيتها وخرجنا منها طروبين فرحين نزوعين إلى مواجهة شروط الحياة بنوع جديد من النشاط والقوة • ولكن هذا النوع من الهروب من الواقع يكون موطن خطر من ناحية ثانية : انه خطر أمام فرص التكيف المناسب • فسهولة اللجوء إليه تجعل الانسحاب من الواقع إلى الأحلام أمراً يسيراً وبخاصة في حالات الإحباط • ويلبي ذلك أن يصبح الاتصال مع الواقع تدريجياً غير مثمر ولا منتج • والتطرف القليل هنا يكون نافذة مباشرة يُحتمل أن يدخل الشخص منها إلى ميادين الانحراف •

١١- الإبدال أو التحويل

المقصود من الإبدال أو التحويل (Displacement) نقل موضوع العاطفة ، أو التخييلات ، من موضوعها الأول إلى موضوع آخر • والموضوع الأول قد يكون شخصاً وقد يكون شيئاً ما ، وكذلك الثاني • والتحويل يتم كوسيلة دفاعية ويعتمد عادة على وجود صلة بين الموضوع الأول والثاني • مثل هذا التحويل صب الأب جام غضبه على الابن بينما تكون الأم هي المصدر الأول للغضب • ومثل هذا تحويل النقد عن الزوجة إلى أمها • ومثل هذا كذلك إبداء طفل أخته الصغيرة بينما يكون موضوع غضبه عرقة الأب لمشاريعه •

يلجأ الشخص إلى التحويل أمام ضغط داخلي ومقاومة خاصة من موضوع الضغط • انه يندفع نحو إطلاق التوتر • ولكن مصدر التوتر خطراً ، أو مقاوم ، أو لا يرغب في إزعاجه • وهذا يتحول إلى مصدر آخر يكون أقل خطراً أو مقاومة ، أو يكون أقل قيمة بالنسبة إليه ويجعل منه موضوعاً لإطلاق توتره •

قد يلجأ الفرد إلى الشتائم في سعيه إلى الدفاع ، وتكون الشتائم نوعاً من التحويل • وقد يضرب على الطاولة بشدة حين يصعب عليه ضرب الجهاز الذي استعصى عليه أمر إصلاحه • وقد يميل إلى استغابة الآخرين والتحدث عنهم

بما لا يحبون حين لا يستطيعون مواجهتهم بعواطفه نحوهم * وقد يصب زعيم ما جسام غضبه على فئة من المخالفين له حين لا يستطيع حل الأزمات التي تواجهه *

يوفر التحويل فرصة مناسبة أحياناً لنشر التوتر من غير إيقاع الأذى بمن نحب، وهو من هذه الناحية يقي الفرد من الوقوع في الكثير من أشكال الصراع التي يمكن أن توجد لديه لو جابه الشخص الذي يحبه أو يقدره بسلوك يضايقه أو يؤذيه * ان الابن الذي يرمي معطفه على الارض بشدة محولاً إليه غضبه الناجم عن نقد أبيه يوفر بذلك على نفسه صراعاً قاسياً قد يحدث لديه لو جابه أباه بكلام قاس * ولكن التحويل مع ذلك قد يصبح انحرافاً حين يعتاد الشخص عدم مواجهة الأمور دائماً بما يجب ، ويعتاد النزوع العدواني نحو من يواجهه بمقاومة ضعيفة أو بسيطة *

١٢- الرد المعاكس

يعني الرد المعاكس (Reaction formation) نوعاً من النزوع الرجعي الى اظهار انماط سلوك تكون على النقيض من دوافع ونزعات مكبوتة وغير مقبولة اجتماعياً * ويتميز الرد المعاكس بارتداد متعصب ومتطرف الى أخلاق مقبولة اجتماعياً ومملوكة تحل في حياة الفرد الظاهرة محل نزعات نحو اللذة ينكرها (رغم قوتها لديه) وينكرها مجتمعه * ويكشف واقع فحص حاله ان الارتداد لا يحمل الصلاح في جوانبه بل يحمل الاخفاء والتغطية *

يبدو الرد المعاكس أحياناً لدى شخص يهاجم اشكالا من السلوك عند الناس يظهر فيها انها مخالفة للأخلاق ، بينما تكون دوافعه المكبوتة متفقة في حقيقتها مع ما هو لدى الناس * ويبدو الرد المعاكس في حالات لدى شخص يهاجم الكتب التي تبرز قضايا الجنس وتفصيل الحديث عن الممارسات الجنسية ، بينما يكون هو في حاله من يكبت نزعات جنسية من نوع ما تبرزه تلك الكتب * ويحدث أن يثري الرد المعاكس عند شخص يهاجم الرشوة وأخلاق المرتشين ، ويشرح الأذى الذي يلحق بالمجتمع من جراء ما يفعلون ، بينما هو يخفي في واقع حاله نزوعاً شديداً لديه باتجاه الرشوة *

يخدم الرد المعاكس أحيانا في توفير بعض الفرص المناسبة للتكيف الحسن ،
وضبط النزعات التي تتنافى مع ما تقبله الجماعة وتقره . ولكنه يبقى أرضا مناسبة
للمبالغة ، وقد تدفع المبالغة فيه الى ما ليس في مصلحة التكيف الحسن ، ومن هنا
تكون مخاطره . وحين يقوم الصراع الشديد بين الازتداد المتعصب والدوافع الشديدة
غير المقبولة اجتماعيا ، تصير الفرصة مهيأة لتكوين اضطراب يضايق صاحبه في النهاية .

١٤- الاعلاء أو التسامي

كناج السحر والخيال

يبدو الاعلاء أو التسامي (Sublimation) وكأنه نوع خاص من التحويل يغلب
فيه أن يكون مرتبطا بالدافع الى اللذة وموضوعها . انه تحول في الموضوع الذي
تندفع اليه اللذة من موضوع أول يغلب أن يكون موضع نقد من المجتمع الى موضوع
ثاني يغلب أن يمتدحه المجتمع ويقدر صاحبه تقديرا عاليا . فالشخص الذي يجد
الضيق والخرج في اشباع لذته بطريقة الخاصة التي يرفضها الآخرون ، وتكون
موضع نقد وتسفيه منهم ، يجد البديل في الرسم والتصوير مثلا ، وفيهما لا ينقي النقد
فحسب بل يحصل كذلك على الثناء والمدح والتقدير الخاص . والشخص الذي يحمل
دافعا الى التلذذ بتعذيب الآخرين يحتمل اتجاه التسامي لديه نحو التخصص بالجراحة
والسعي لأن يكون جراحا ناجحا . أن كلا من الشخصين يجد المتعة الحقيقية العميقة
فيما أصبح يتجه اليه ، وتغلب المتعة الجديدة عنده على لذة أخرى كان من الممكن أن
يستمر فيها وإن يقع بسببها في شكل صعب من اشكال الصراع . انه يشادي الصراع
العميق بهذا الشكل ، وقد يتفادى الوقوع في اضطراب عصابي .

قد يبدو التسامي في حالات وكأنه نوع من الرد المعاكس : سلوك مقبول بديل
سلوك مستهجن . ولكن واقع الحال انه مختلف عنه . فالرد المعاكس ينطوي على نوع
من التعويض فيه يأخذ ادعاء الفضيلة مثلا مكان نزوع غير مقبول اجتماعيا ، ويعطي
عليه ولكنه لا يحمل معه لذة ذلك النزوع أو ما يوازيناها . اما التسامي فينطوي على
المتعة واللذة التي غدت الآن آتية من موضوع أو مصدر جديد . ان التسامي ينطوي
على نوع من التنفيس لتوتر رافق النزوع الى لذة ترتبط بشعور بالاثم أو تحصيل
لنقد الآخرين كما ينطوي على بديل سام هو لذة الرسم أو الرياضة أو الجراحة .

ملاحظة
مكي ربيع

ومن المعروف ان التسامي قد احتل مكانة خاصة من حياة الانسان في اشكال
من الابداع انتهى اليها في الادب والموسيقى والفلسفة وفي اشكال من الاتجاه المخلص
نحو الخالق وخدمة خلقه باخلاص صوفي عمق .

الخلاصة : تلجأ الذات الى وسائل دفاعية مختلفة أمام موقف يواجهها بالخطر
أو يهددها به . والوسائل هذه على أصناف من حيث التعقيد وعمق الخطر الذي
يهدد الذات . يطلق اسم وسائل الدفاع الأولية على فئة من هذه الأشكال وذلك
لكثرة ظهورها ، وشدة ارتباطها بالسلوك اليومي ، ونوع تهديدها للذات ، ودرجة
تعقدها . وقد عني هذا الفصل بالهام منها . فالكف ايقاف مفاجيء لفعالية نفسية
أو حركية بناء على ظهور خطر مفاجيء . والكظم ضبط للدافع يستهدف منعه من الظهور
على شكل سلوك خارجي حين ينطوي إظهاره خارجياً على التهديد ، ويشني المجتمع
عادة على ضبط من هذا النوع . أما النكران فانكار لوقوع الحادثة حين يؤدي
الاعتراف بها الى الشعور بالألم . وأما الكبت فاختفاء في زاوية نفسية عميقة (في
اللاشعور) لحادثة لا ترغب الذات في أن تواجه بها مجتمعها ، وشعورها أحياناً ، وهو
من أكثر وسائل الدفاع الأولية فعالية وخطراً . وتلجأ الذات أحياناً الى الاضفاء
قتلقي اللوم على الآخرين أو تحمل عليهم صفة فيها تكون غير مقبولة ولا ترغب في
الاعتراف بوجودها عندها . وقد تلجأ الى التبرير فتقدم أدلة مقبولة منطقياً في الظاهر
لتغطية إجراء دعت اليه عوامل انفعالية أو احباطية . وقد تعتمد الى تقمص صفات تحبها
لدى آخر تقدّرهُ . وقد تلجأ الى التعويض حين تقع في قصور من جهة فتسعى الى
التفوق في جهة أخرى ، وكثيراً ما تلجأ الى الأوهام والأخيلة تعويض بها ما يفوتها
في مجالات الواقع أو تدفع بها أخطاره . وتلجأ أحياناً الى الابدال فتحول موضوع
العاطفة من مكان الى آخر تكون أخطاره أقل . وقد تجابه خطر بعض النزعات
الداخلية بردود فعل معاكسة قد تذهب الى حد التعصب ، وقد تجابه هذه النزعات
بالتسامي فتجمل مركز العاطفة أمراً رفيع المكانة . وقد يواجه الشخص ظرفه
الصعب بسلوك لا يتناسب مع عمره ولكنه كان سلوكاً ناجحاً في فترات نمو سابقة ،
وهكذا يظهر النكوص . وفي كل هذه الحالات تظهر هذه الوسائل عامة وسوية . إلا
أن من الممكن التطرف فيها بحيث تصبح انحرافاً أو عرضاً لاضطراب نفسي .

الفصل الثامن

الإحباط

الدوافع لدى الانسان كثيرة ومتنوعة ، وهي تعمل وراء كل شكل من أشكال السلوك فتدفع اليه وتحرضه وتوجهه ، وهي لا تختلف في النوع فحسب بل تختلف كذلك من حيث الشدة ومن حيث اتصالها بسلامة الذات وكيان الشخصية . والواقع أن الفرد يشعر بالمتعة والسرور حين يستطيع اشباع الدافع ويصل الى غرضه . إلا أنه يشعر بالضيق حين يوجد هناك ما يعوق اشباع ذلك الدافع . فإن كان الدافع ملحاً وكان العائق قوياً ، اشتد الضيق . وإن كان العائق مانعاً في النهاية من الوصول الى تحقيق غرض الدافع شعر الانسان بالخيبة والفشل . إن هذا الموقف مشحون بإمكانات متعددة . فالإحباط الذي ينتهي اليه دافع الفرد ، أو دوافعه ، لا ينتهي الى الاستسلام دائماً ، بل كثيراً ما ينتهي الى أشكال من السلوك يمكن أن ينطوي بعضها على العدوان ، ويمكن أن ينطوي بعضها الآخر على نزوع الى محاولات جديدة أو الى حالات من الاضطراب .

إن الإحباط هو موضوع هذا الفصل ، وسوف نتحدث عن معناه وعناصره قبل التحدث عن النتائج التي يمكن أن ينتهي اليها .

معنى الإحباط وتحليله

معنى الإحباط

يتعرض كل منا في حياته اليومية لعدد من حالات الإحباط (Frustration) . ويصدق هذا على الراشدين في أعمارهم المختلفة كما يصدق على الأطفال والأحداث .

والإحباط تعبير عن الحالة التي يمر بها الفرد حين لا يتوافر له اشباع يلح عليه ويشعره بالحاجة ، فإذا أخذنا الموقف في كامل أطواره أسميناه الموقف الإحباطي .

يبدأ الطفل حياته مدفوعاً الى السلوك بعدد من الدوافع ، ولكنه يحمل شيئاً من العجز مع تلك الدوافع ، ويحتاج لذلك الى الجماعة . ويرتبط اتصاله مع الجماعة بعدد من الشروط والقيود . من هذه القيود قيود الزمان والمكان مما يتعلق بطعامه ، وملعبه ، ونومه ، وحاجاته الأخرى . ثم أن عجزه يدعو الى طلب المساعدة من الآخرين ، وكثيراً ما لا يتوافر له ، وكثيراً ما يكون عليه أن ينتظر حتى يحصل على ما يريد . وما أكثر ما يكون عليه أن يلح . يضاف الى ذلك أنه قد يدفع الى خركات وأعمال لا يريد بها ولا يرغب فيها ، وقد يدفع الى دراسة تعوقه عن لعبه الذي يحبه ، وقد يدفع الى مسابقة الأطفال الآخرين مسابقة كثيراً ما يخسر من أجلها . ومع كل هذا تأتي مجموعة كبيرة من الأوامر والنواهي ، والعيب والحرام ، والواجب واللازم ، والكثير منها لا يتناسب في الحاضر مع رغباته . فإذا أصبح في سن المراهقة اشتدت سلطة الأوامر والنواهي وكثرت ، واشتدت مقاومة المجتمع وتنوعت ظروفها . وكثرت من الطرف الآخر دوافعه ورغباته . وهكذا نجد الطفل والمراهق أمام الكثير من العوائق أو أمام العديد من العوامل الإحباطية ، كما نجده بالتالي طرفاً في الكثير من المواقف التي أسميناه المواقف الإحباطية .

ان هذه المواقف الإحباطية تستمر مع الراشد ، وكثير منها يصبح أكثر شدة . ان حدود الزمان والمكان ، والظروف الاقتصادية ، وشؤون العمل والمهنة ، وشؤون الوطن ، تؤلف كلها ميادين لمختلف المواقف الإحباطية التي تحيط بالراشد ، وكثيراً ما تضعف اتجاهاً . وحين نتحدث عن وضع أب تمنعه شروطه المالية من تلبية نداء عقله وقلبه ، ونداء ابنه ، من أجل متابعة الدراسة ، فانما نشير فقط الى موقف بسيط من المواقف الإحباطية الكثيرة التي تواجه الحياة بها الراشد .

على أن ثمة ظاهرة لا بد من الإشارة اليها هنا وهي ظاهرة قبول الإحباط والرضى به . تبدو هذه الظاهرة في حالات قليلة في مطلع شباب الفرد ، وتكون

أكثر قوة عند بعضهم مما هي عند آخرين ، ومن الممكن وضعها في اختبار لقياس الإحباط ، والملاحظ أن هذه الظاهرة تزداد مع العمر وتبدو واضحة وقوية مع سن الشيخوخة (راجع (Rosenzweig, 1944)) .

تعريف الإحباط

يظهر تعريف الإحباط في أكثر من شكل . ونحن نأخذ بالتعريف الذي يرى أن الإحباط عقلية تتضمن إدراك الفرد لعائق يعوق إشباع حاجة له ، أو توقع حدوث هذا العائق في المستقبل ، مع تعرض العضوية من جراء ذلك لنوع ما من أنواع التهديد . ان هذا التعريف يعني أننا أمام حالة معقدة ، تظهر في شكل ما من أشكال السلوك يمكن أن تتدخل فيها عناصر الحاضر والماضي ، ويمكن أن تتدخل فيها عناصر المستقبل كذلك ، فوجود العائق في الوقت الحاضر ، والآخر الذي تخلفه فينا محاولات التغلب عليه ، يؤديان إلى الإحباط حين لا ننتهي إلى التغلب عليه . فإذا مررنا في الحاضر بمواقف تشبه مواقف إحباطية مررنا بها من قبل و انتهينا إلى الفشل والإحباط ، فإن الشبه بين المواقف ، وهو الشبه الذي ندركه في الحاضر ، يمكن أن يكون مناسبة مباشرة لتوقع العائق في ظرفنا الجديد ، وهكذا ننتهي إلى الإحباط من غير أن نجابه العائق مباشرة . هنا يظهر سلوكنا على شكل سلوك إحباطي ، ويظهر الضيق عندما لدى الامتناع عن تحقيق الدوافع وإشباعها ، ويمس ذلك الامتناع العضوية بتهديد يمكن أن يكون شديداً ويمكن أن يكون ضعيفاً .

ان هذا الإحباط المعقد الجوانب قد يظهر أحياناً على شكل امتناع ذاتي عن إشباع الدافع . انه في هذه الحالة لا يكون إحباطاً الا اذا كان الامتناع بسبب نفسي يتصل في النهاية مع ما يسمى بتوقع العائق . فقد يكون الامتناع بسبب الخوف من النتيجة ، وقد يكون بسبب الصراع ، وقد يكون تقادياً لأحكام الناس ، في كل هذه الحالات يكون الامتناع حادثاً بسبب من توقع لوجود العائق ، ويكون الإحباط قائماً .

تحليل الاحباط

يحدث الإحباط نتيجة ادراك الفرد ما ينطوي عليه الموقف المحيط به من شروط تقف في وجه اشباع الدافع الموجود لديه . هكذا يكون الأمر لدى طفل يرغب في الحصول على قطعة من الحلوى ويمنع من ذلك . وهكذا يكون الأمر في حال شاب يشعر بحاجة ملحة لمتابعة الدراسة ولكن ظروفه البيتية تقف في وجهه . فنحن في الحالتين أمام حاجة ، وأمام عائق موجود أو مقدر .

ولكن في تكون الاحباط حالات .

١ - قد يكون العائق خارجيا وقد يكون داخليا . وفي الحالة الاولى احتملان: احدهما ان العائق الخارجي أمر فيزيائي أو مادي ، مثال ذلك وجود نهر لا يستطيع الشخص قطعه . والثاني ان العائق الخارجي اجتماعي يضم شخصا أو أكثر ، ومثال ذلك وضع الأب الذي لا يسمح لابنه باستخدام السيارة . فاذا كان العائق داخليا امكن فيه ان يكون دافعا يمتنع قلبية عن رض دافع ، أن فكرة تقف في وجه الدافع الذي يلح على الشخص من أجل اشباعه ، أو قيمة أخلاقية أو خبرة سابقة . وفي مثل هذه الحالات يمكن أن ينقل الإحباط صاحبه إلى حالة صراع .

٢ - ثم ان من الممكن في العائق ان يكون ظرفا خاصا بشخص أو ان يكون عاما بحيث يتسبب في وجود الاحباط لدى فئة أو جميع من الناس . فالطالب الذي يبحث عن كتاب يلزمه للامتحان ولا يجده يمر بإحباط يخصه . الا ان المجاعة التي تهدد بلدا ما يوجب ان تواجه كل أفرادها بموقف إحباطي . ويحدث ، في حالات ، أن يكون الاحباط شاملا فئة معينة من المجتمع ، ومثال ذلك وضع فريق من الطلاب أعدوا أنفسهم لنزومة خارج البلد ثم أعاقتهم حالة الطقس المتقلبة أو حادثة مؤلمة أصابت واحدا منهم .

٣ - ثم ان العناصر التي تنطوي عليها المواقف الاحباطية مختلفة من حيث ما تخلق لدى الأفراد من أثر . فقد يرى شخص في موقف ما عنصر إحباط شديد القوة

بينما يراه آخر عديم القوة أو ضعيفها ، وقد يذهب ثالث الى الطرف الآخر من الخط فيرى العنصر عاملاً يبعث على الرضى ، ان من يستفيق من نومه ولا يجد في البيت فنجان قهوة يرتشفه صباحاً ، ويكون ممن ألفوا عادة تناول القهوة في ذلك الوقت ، يشعر بضيق يكون شديداً أكثر الاحيان ، ولكن هذا الموقف لا يضايق من لم يَألف هذه العادة ، وفقدان لافات التبغ من البيت يضايق المعتاد على التدخين بينما يمكن أن يشعر من ينكره الدخان بشيء من السرور والراحة .

٤ - ويعني كل ما سبق أن ادراك الفرد للموقف الاحباطي يعتمد على عدد من العوامل ، انه يعتمد من جهة على ادوافع الفرد ، وقوتها ، وطول مدة اعاقتها: فالاحباط الشديد يلحق عادة بالدافع القوي حين يعاق اشباعه ، وحين تطول مدة الاعاقه يشتد الاحباط كذلك ، وهو يعتمد من جهة أخرى على ثقة المرء بنفسه ، وهنا تكون الخبرات السابقة قد احتلت مكانتها الخاصة ، فالإنسان الذي تكون ظروفه متفاوتة ، وامكانياته العامة ، قد أتاحت له ارضاء دوافعه في مناسبات مختلفة ومكنته من التغلب على ما يصادفه من عقبات ، يكون قد أحرز قدراً كبيراً من الثقة بالنفس ومال الى نظرة التفاؤل فيما يتصل بالحياة ومواجهة ما فيها من صعوبات . أما من تكون ظروفه وامكانياته العامة قد خاتته في الكثير من مواقفه السابقة ، وواجهته بأشكال الخيبة المتكررة ، فانه قد يكون نوعاً من شعور الضعف بنفسه ، ولا يكون هذا الشعور مساعداً له الآن في مواجهة المواقف الاحباطية الحاضرة . اننا نسوق هذه الكلمة الأخيرة علماً بأن بعض الناس يخالفها في واقعه ، ويستمد القوة والعزيمة من الفعل المتكرر اندي يواجهه ، وفي كل الاحوال تكون النتيجة التي نقول بها هي أن الشخص الواثق من نفسه يستطيع أن يواجه المواقف الاحباطية الشديدة بقوة ، وأن يتغلب بسهولة على المواقف الاحباطية البسيطة ، ولا يكون هذا الحال حال ضعيف الثقة بنفسه .

٥ - ثم ان ادراك الفرد للموقف الاحباطي يعتمد كذلك على ثقة الفرد

بشروط البيئة التي تحيط به ، ويدخل في ذلك شروطها الاقتصادية ، وظروفها الاجتماعية المختلفة ، ومستواها الحضاري العام . فالحيط الذي تشيع فيه الحرية ، ويسود فيه النظام والقانون وتساوي الفرص ، وتغمره قيم احترام الانسان والكرامة الانسانية ، يوفر للذين يعيشون فيه جواً من الثقة بحيطهم يؤثر في إدراكهم للعراقيل التي يمكن أن توجد وتعوق اشباع دوافعهم . أن ثقتهم بحيطهم التي دعمتها شروط من هذا النوع تمنحهم قوة في المواقف الاحباطية لا توجد لدى من يشعر بسرعة الفياض البشعة تسود مجتمعه ، ويانعدم النظام والقانون . وانا لنجد الاحباط شائعاً وكثيراً في مجتمع كثر فيه التعسف والتسلط ، وأصبحت فيه فرص العمل واستقراره مضطربة ومختلفة .

يضاف الى ذلك أن إدراك الفرد للموقف الاحباطي يتأثر كذلك بمجموعة القيم التي يكون الإنسان الأعلى لديه قد اجتواها واعتمدها . ذلك أن اشباع الدافع الذي تمنحه الاعاقة أو توقعها يترك من زاوية معينة مع قيم أخلاقية تنبع من صميم الأخلاق الانسانية ، ولكنه يدرك من زاوية أخرى مع قيم انبثقت من مفاهيم الحق للقوة ، ومفاهيم السيطرة والتسلط والاستغلال واستعباد الأضعف .

أنواع الاحباط

يأخذ الاحباط عدداً من الأشكال تختلف فيما بينها من حيث الشدة ومقدار التهديد الذي يصيب الذات ، كما تختلف في المصدر الذي تأتي منه المواقف . وقد كان هذا الاختلاف موضوع دراسة مقصلة قام بها روزنزفاينغ (Rosenzweig, 1944) كانت أساساً لنظرية في الاحباط وتصنيف أشكاله .

تصنيف أشكال الاحباط

يعرف روزنزفاينغ الاحباط بالشكل العام الذي ذهبنا اليه وهو يلح على العائق الموجود والعائق المتوقع . ولكن النظر الى العائق من حيث مصدره ، أو من حيث

ما يرافقه من شروط وتهديد ، يسمح لنا بأن ننظر اليه من ثلاث زوايا يمكن اعتمادها في تصنيف أشكال الاجباط على الوجه التالي .

١ - الاجباط الاولي والاجباط الثانوي

يكون الاجباط على نوعين من حيث وجود موضوع غرض الدافع أو عدم وجوده . فإذا وجدت حاجة لدى الشخص ، وكان الموضوع اللازم لتلبية غرضها غير موجود ، كان الاجباط اوليا . مثال ذلك العطش الحاصل عند انسان في الصحراء والماء غير موجود . اما اذا وجدت حاجة لدى الشخص ، وكان الموضوع اللازم لتلبيةها موجودا ، ولكن وجد عائق يمنع تلبية الحاجة وحصولها على غرضها ، كان الاجباط عندئذ ثانويا . ومثال ذلك حاجة الشخص الى الطعام وشعوره بالجوع مع وجود الطعام قريبا منه ووجود من يمنعه من الوصول اليه ، فالعائق في الحالة الاولى عدم وجود موضوع غرض الدافع ، أما في الثانية فالعائق إضافي .

٢ - الاجباط السلبي والاجباط الايجابي

ذكر من قبل ان الاجباط حالة تنطوي على شعور بالتهديد ينجم عن وجود دافع له غرضه الذي يسعى اليه ووجود عائق يحول دون تلبية ذلك الغرض . ولكن هذا التهديد قد يكون بسيطا وقد يكون شديدا ، ومن هذه الجهة قد يكون الاجباط سلبيا وقد يكون ايجابيا . فإذا كانت الحاجة موجودة ، ووجد ما يعوق حصولها على غرضها ، من غير أن يرافق ذلك تهديد قوي أو شبه قوي سمي الاجباط سلبيا . انه سلبي لأنه لا يترك لدى الشخص المحيط أثرا يذكر . اما اذا رافق العائق تهديد قوي فالاجباط عندئذ ايجابي ، وهو يترك لدى الشخص المحيط أثرا له قيمته . ان عزوف الطالب عن تناول كتاب بسبب وجود غبار عليه ، وهو يحتاجه مؤقتا لمطالعة عامة ، يرافقه عادة اجباط ضعيف يعود الى النوع السلبي ، ويظهر فيه التهديد بسيطا جداً . أما امتناع رجل عن الخروج من البيت خوفاً من الاصابة برصاصة أعداء يتربصون به فالاجباط ايجابي حين تكون حاجته الى الخروج قوية وملحة .

حين تأخذ بعين الاعتبار المركز الذي يأتي منه العائق يكون من الممكن التمييز بين نوعين أساسيين من الاضطرابات . فقد تكون الاعاقة صادرة عن أمر خارجي عائد الى الشروط المحيطة بالشخص ، وقد تكون صادرة عن فكرة داخلية . في الحالة الأولى يكون الاضطراب خارجياً ، ويكون في الحالة الثانية داخلياً . فبعد المسافة ، وتوضع حاجز يمنع الشخص من بلوغ هدفه ، وتهديد المجتمع الشخص بعقوبة ما ، وتحويل الطفل الى الطفل بالمعقوبات إن لم يقدم على فعل شيء يرغب فيه - هذه كلها من أمثلة خارجية تسبب اضطراباً ، ونحن نسميه هنا بالاضطراب الخارجي . أما اذا كانت الاعاقة آتية من مثل أعلى يؤمن به ، أو عن صراع داخلي ، أو عن خوف من الندم ، فالاعاقة عندئذ داخلية ، ونحن نسمي الاضطراب داخلياً عندئذ .

إن إرجاع الاضطراب الى اضطراب داخلي واضطراب خارجي استناداً الى مصدر الاعاقة هو في الواقع من أهم المحاولات في إرجاع الاضطراب الى أنواع . انه يتناسب مع فكرة الذات وسطحها ، ويجب تأكيدها في أشكال الاضطراب الناجمة عن الصراع ، وأشكال الاضطراب الناجمة عن أوضاع المجتمع ونواحيه وأنواع الاعاقة التي يفرضها . وإذا كان الاضطراب الخارجي كثير الحدوث في مجتمع تنوعت وسائل الحياة فيه وكثرت مخرباتها ، فإن الثاني كثير الحدوث كذلك مع شخصية تكثرت دوافعها ويكون نمو القيم الاجتماعية لديها غير ضعيف . إن كثرة حدوث الأول ، وتكرار حدوث الثاني ، قد وجهنا الباحثين الى فحص الأشكال التي يظهر عليها كل منهما ، وقاد الفحص الى فروع متعددة لكل من النوعين . فالاضطراب الخارجي قد يكون نتيجة إعاقة كما هو الأمر في حال وجود حاجز ، وقد يكون نتيجة عوز مثل عدم توافر وسيلة الشراء كما هو الأمر في حالة الفقر ، وقد يكون نتيجة حرمان كما هو الأمر بالنسبة لمن يهوى السير على قدميه حين يحرم منهما إثر حادثة وقعت له . والاضطراب الداخلي كذلك قد يكون نتيجة إعاقة كما هو الأمر في الصراع ، وقد يكون نتيجة عوز كما هو الأمر في ضعف الحاسة منذ الصغر ، وقد يكون نتيجة حرمان كما هو الأمر في الإصابة بالطائفة على الجبال الصوتية لمن تسمعوه المناسبة الى الكلام . وفي كل الحالات نجد الآثار التي يتركها الاضطراب في الشخص متنوعة الأشكال آكان الاضطراب داخلياً أم خارجياً .

آثار الإحباط

يختلف الأشخاص في موقفهم من الظرف الذي يواجههم بالإحباط لدى أول محاولة ، فبعضهم يقف ويستسلم ويقبل بسهولة ، وآخرون يستمرون في المحاولات أملاً في التغلب على الصعوبة يواجههم في ذلك دافع اشتدت قوته بتأثير فشل المحاولة الأولى ، وغيرهم يتحول عن الظرف إلى آخر ، أو يتحايل عليه ، أو يواجهه بالقوة ، وليست حالات السلوك هذه إلا بعض أشكال محاولات التكيف التي يلجأ إليها الأفراد عادة أمام موقف يواجههم بإحباط .

فإذا لم يتم للفرد التغلب على الصعوبة ، وإذا بدأ ظهور الإحباط لديه ، فما هي الآثار التي يمكن لهذا الإحباط أن يخلقها ؟

يجب أن نذكر مجدداً أن الإحباط حالة تضيق الفرد وتولد توتراً لديه ، وأن الفرد يعمل للتخلص من التوتر بطريقة ما سعياً وراء التكيف والدفاع عن الذات . فإذا سألنا عن الآثار التي يخلقها الإحباط في الفرد ، فإننا نسأل عما يحدث لدوافع الفرد من جهة ، كما نسأل من جهة أخرى عما يطرأ على سلوكه من تعديل أو تحويل بغية مواجهة الموقف الإحباطي .

ونذكر هنا على سبيل المثال تجربة ليفي (Levy) القديمة مع ستة جراء (Levy, 1934) . كانت الجراء في مرحلة الرضاعة . ترك ليفي اثنين يليان حاجة الغذاء والمص بالطريقة الطبيعية ، وغذى اثنين بحليب يمصانه من زجاجتين يخرج الحليب منهما بكثرة ، وغذى الاثنين الباقين من أصل الستة بحليب يمصانه من زجاجتين يخرج الحليب منهما بفزارة بحيث لا تستغرق عملية تناول الحليب إلا جزءاً من الدقيقة ، وقد لاحظ بعد فترة من نمو الجراء ما يلي : لم يظهر على سلوك الأولين أي نزوع عدواني أو محاولات مص الأشياء ، وظهر على الزوج الثاني بعض محاولات مص الأشياء ، أما بالنسبة للزوج الثالث فكانت محاولات المص كثيرة ، وكانت تتجه نحو الأشياء ونحو بعضها ، ولاحظ لديهما نزوعاً عدوانياً شديداً وبخاصة تجاه بعضهما ، كما لاحظ نزوعهما إلى الانزواء ، علماً بأن كمية الحليب التي تناولها كل منهما لم تقل عما تناوله كل من الآخرين .

الفصل التاسع

الصراع

ان حالات الصراع التي يمر بها الناس في حياتهم اليومية كثيرة ومختلفة .
فهذا طفل يناقش موقفه مناقشة داخلية وعنده بعض الحيرة بين تنفيذ طلب أبيه
والبقاء في البيت لتابعة الدراسة وميله الى التمتع بجو الربيع الجميل والخروج الى
أحضان الطبيعة . وهذا شاب يصارع نفسه محتاراً بين تقرير الالتساب الى كلية
الطب أو الالتساب الى كلية الصيدلة من كليات الجامعة . وهذا رجل قارب
الخامسة والعشرين من عمره وهو يصارع دوافعه وبعضها يدفعه نحو تقرير
الدخول في الحياة الزوجية وبعضها الى انتظار انتهاء الدراسة العالية . وهذه امرأة
تلاقي غير قليل من الضيق في حياتها الزوجية وهي في صراع داخلي بين قبول هذا
النوع من الحياة من أجل أطفالها ، أو التخلي عن حياتها الزوجية والظفر بشيء من
الراحة الشخصية .

هذه الأنواع المختلفة من الصراع في حياتنا اليومية تقود عدداً غير قليل منا
الى المتاعب والآلام . وقد ألحّ عليها عدد كبير من كتاب القصة . وكثيراً ما جعل
الصراع في القصة المحور الاساسي الذي تدور حوله من مطلعها حتى نهايتها .

ولا تنقُ حالات الصراع عند هذا الحد ، بل ألتها تقود أحياناً الى توتر واضطرابات
شديدة ، وقد تكون الطريق الى بعض حالات الشذوذ القاسية . وفيما يلي حديث
عن أنواع الصراع وعوامله وآثاره ومعناه . ونبدأ أولاً بتحديد معنى هذه الحالة
وعناصرها .

معني الصراع وتحليله

تعريف الصراع

يتضمن الصراع (Conflict) في الأصل وجود دافعين لا يمكن تلييتهما في وقت واحد . فالرجل الذي يحب امرأة ويرغب في الزواج منها ، ويخاف من ان يمنعه ذلك عن متابعة القيام بواجباته نحو أمه واخوته ، يقف في الواقع بين دافعين لا يجد بخرجاً آتياً وسريعاً في تلييتهما معاً . وكذلك الحال في الجندي الذي يدفع الى المعركة وهو يؤمن في الوقت نفسه بعدم جدوى الحرب أو بأن القتل جريمة يرتكبها الفرد .

في مثل هذه الأحوال نستطيع تعريف الصراع بأنه حالة يمر بها الفرد حين لا يستطيع ارضاء دافعين معاً (أو فريقين من الدوافع) ويكون كل منهما قائماً لديه . فإذا أخذنا الدافع من حيث السلوك الإجرائي الذي يدعو اليه ، فإننا نستطيع تعريف الصراع بأنه الحالة التي يمر بها شخص يواجه موقفاً معقداً ، وقد تعلم من قبل أن يستجيب لكل من جهاته بأشكال من السلوك ، ولكن هذه الاشكال لا يمكن أن تجتمع الآن معاً . انه لا يستطيع مثلاً أن يستمر في قيادة سيارته وأن يستسلم للنوم في وقت واحد مع العلم أنه يعرف من قبل كيف يقود سيارته وماذا يكون عليه أن يفعله لينام .

تحليل الصراع

يحتل الصراع مكانة هامة بالنسبة لحالات الشذوذ لأنه قد يكون الطريق إليها ، وأكثر ما يحدث ذلك حين يكون بين دافعين متعادلين في القوة الشديدة ولكل منهما ما يرفده وحين تتوافر شروط محيطية مساعدة . وإذا كنا ننظر الى الفرد والى آثار المجتمع في تكوينه ، فإننا نستطيع القول بأن الكثير من حالات الصراع تنشأ بسبب ما يضعه المجتمع من موانع وعراقيل في وجه الكثير من الدوافع القوية التي يحملها الأفراد معهم .

لننظر الآن الى الصراع من ناحية الموقف الذي يكون فيه الشخص . ان الشخص الذي يمر بموقف ما يكون عادة محاطاً بعدد من الشروط ، ومن الممكن القول لذلك ان الشخص في حالة تفاعل مع شروط تحيط به . ان كل عنصر ضمن الموقف يحتل مكانته ، ويمكن أن يجذب الشخص اليه أو ان يدفعه عنه . فنحن نرغب في شيء ونميل عن آخر ، فاذا فهمنا هذا التفاعل بين الفرد وما يحيط به من حيث اشارة الايجاب (الانجذاب الى) ومن حيث اشارة السلب (انجذاب عن) ، فاننا نستطيع القول بأن موقف الفرد مع محيطه تتحكم به مجموعة من القوى ، بعضها « جاذب الى » وبعضها « دافع عن » ، ولكنها عامة ليست متساوية في قوتها . ويكون الشخص في موقف صراع حين تتجاذبه هذه القوى ، أكانت الى شيء (أو عدد من الاشياء) أم كانت عنه . هذا مع العلم ان المحيط المذكور قد يكون المحيط الخارجي وقد يكون الداخلي .

ان الموقف الذي يكون فيه الفرد بين تجاذب عدد من القوى يدعو الى التكيف معها . وقد تتم عملية التكيف بسرعة وينقضي الصراع عندئذ ، وقد تتأخر ، ومن الممكن للصراع عندئذ أن يكون مصدر توتر يزعج الشخص ويضايقه ، ومن الممكن للصراع كذلك أن يتطور الى ما هو أشد من ذلك .

الصراع اللاشعوري

ان الكثير من حالات الصراع التي نمر بها شعوري ، ولكن بعضها يبقى في مستوى اللاشعور ، كما أن بعضها الآخر يبدو شعورياً ولكنه ينطوي في الاعماق على عناصر لاشعورية . ففي حالة حيرة الشاب بين ممارسة السباحة أو الاستمرار في الدراسة ، أو بين الذهاب الى الزهرة والبقاء في البيت الى جانب أبيه المريض ، في مثل هاتين الحالتين صراع شعوري يحتمل أن يقود التحليل فيه الى ايجاد عناصر لاشعورية . الا أننا نتصرف أحيانا تصرفاً يبدو في الظاهر غريباً ولا نجد له تفسيراً واضحاً حين نفحصه . مثل ذلك ثورة أب ضد تصرف ابنه وهو الذي عود ابنه باستمرار على المسيرة والرعاية . فاذا حللنا هذا التصرف فمن الممكن أن نجد

صراعاً لم يكن الأب شاعراً به بين ما يريده الأب لنفسه من مكانة عند ابنه وما يريده من تسلط الأب وتحكمه بسلوك الابن ، ومثل ذلك ما نجده أحياناً في بعض حالات الخلاف بين زوجين مما لا نستطيع تفسيره في البدء ، فإذا عمدنا الى التحليل ، وجدنا ، على سبيل المثال ، حالاً من النوع التالي :

نجد لدى تحليل حالة معينة من الخلاف بين زوجين أن الزوج يحمل في لاشعوره النزوع الى « زوجة أم » ترعاه ، ونجده في الوقت نفسه متأثراً بنزوعه الى الاستقلال وتأكيد عناصر الرجولة ومكانة الزوج كما يقرها مجتمعه . ونجد أن الزوجة هي من النوع الذي يحمل معه لا شعورياً النزوع الى « الزوجة الأم » الراعية ، وهي تعيش بطمأنينة طالما أن سلوكها منسجم مع دوافعها . ولكن الزوج يمر في صراع تجاه ذلك السلوك ، ويكون صراعه اللاشعوري العامل الرئيسي وراء تلك المظاهر من الخلاف في الحياة الزوجية مما لا يجد له في شعوره تفسيراً واضحاً . والصراع اللاشعوري ذو مكانة هامة في التحليل النفسي حين يهدف التحليل الى دراسة الحالات أو الى المعالجة . وقد غلب على التحليل النفسي أن يزيد من الاهتمام بحالات الصراع اللاشعوري حتى انه يعتمد أحياناً في ذكر الانواع الرئيسية للصراع .

أنواع الصراع

يظهر الصراع على أنواع ، ويظهر الاختلاف بينها في عدد من الجوانب . فهي تختلف من حيث الميدان الذي تقع فيه ، وتختلف من ناحية رغبتنا في الشيء أو رغبتنا في البعد عنه ، وكذلك تختلف من حيث تدخل العوامل اللاشعورية فيها وتفاعل الفرد مع المحيط . ومن هنا وجد أكثر من تصنيف واحد لأنواع الصراع . سنتحدث فيما يلي عن ثلاثة أشكال هامة لهذا التصنيف .

النظر الى الصراع على اساس الاقدام والاحجام

يظهر الدافع أحياناً على شكل قوة تدعونا الى الحصول على أمر ما ، ويظهر أحياناً أخرى داعياً لاتقاء شيء أو ظرف . فإذا وجد الصراع بين الدافعين ، وكان لكل منهما غرضه ، أمكن رؤية عدد من أنواع الصراع من حيث اندفاعنا نحو الظروف أو عنها . وقد قال لوين (Lewin) بوجود ثلاثة أنواع من الصراع حين ننظر اليه من هذه الناحية ، ثم أضيف إليها نوع رابع فيما بعد . هذه الانواع الاربعة تظهر كما يلي .

١ - صراع الإقدام والإحجام

يظهر صراع الإقدام والإحجام (Approach - approach conflict) حين يتنازعنا دافعان يدعونا كل منهما الى الحصول على شيء ولا نستطيع الحصول على الشيئين معاً . إننا أمام رغبتين إيجابيتين من حيث الانجذاب نمثل لهما بإشارتي (++) ، وكل منهما رغبة تتجه نحو أمر أو ظرف أو شيء نريده الحصول عليه ، ولكن علينا أن ننتقي بين الأمرين أو الشيئين لأننا لا نستطيع الحصول عليهما معاً . فنحن نصارع أنفسنا فيما يتعلق بشراء واحد من كتابين ، نريد كلاهما ولا نستطيع شراء أكثر من واحد . والطفل في صراع بين شراء كتاب قصصي كثير الألوان وفراء لعبة مغرية ، ولا يستطيع الحصول على الاثنين معاً . وقد يمر الشاب في هذا النوع من الصراع أمام انتقاء واحدة من سترتين ، أو استعمال واحدة من ربطتي رقبة ، أو واحد من قميصين .

يبدو هذا النوع من الصراع سهل الحل ضعيف الآثار ، إذ لا يلبث صاحبه حتى يجد الحل معتمداً على نوع من حساب المميزات لكل من الأمرين اللذين يرغب فيهما . ولا يبدو هذا الصراع خطراً الا حين يصبح الخير في كل من الحالين عظيماً ، ويكون الشعور بالخسارة في هذه الحالة شديداً حين تضطر الى انتقاء واحد من الطرفين والتخلي عن الآخر . والاكثر في حالات من هذا النوع أن يصبح الصراع عائداً الى النوع الثالث الذي سنمر على ذكره بعد قليل .

٢ = صراع الاحجام والاحجام

يكون الشخص في صراع الاحجام والاحجام (Avoidance - avoidance conflict) مسرحاً لنزاع بين دافعين كل منهما يدعو الى تجنب حالة ما ولا يستطيع تجنب الحالتين معاً . فاذا مثلنا الايجابية في صراع الاقدام والاقدام بإشارتي (++) فاننا نمثل التجنب هنا والسلبية بإشارتي (--) . ان الطريق مظلم مثلاً والطفل يخاف من السهر في الظلام ، ولكنه لا يرغب في أن يقول ذلك لرفاقه تجنباً لاتهامه بالجبن ، وعليه أن يختار بين الطرفين ، والجندي في المعركة لا يرغب في الهجوم خوفاً على حياته ، ويخاف من الهروب لئلا يتهم بالجبن ، أو الخيانة ، أو لئلا يكون موضوعاً لا بتقام القائد ، ويكون عليه في النهاية أن يختار بين الإحالتين . ان هذا النوع من الصراع صراع بين أمرين أحدهما مرغوب وهو شديد الوقم على الفرد أحياناً وبخاصة حين يكون التهديد الموجه للذات قوياً في كل من الطرفين . لذلك نراه يطول أكثر مما يطول صراع الإقدام والاقدام ، وكثيراً ما نجد قائماً وراء عدد من حالات الجنوح والسلوك الاجتماعي . انه قد يضل عن طريق هروب الفرد من جعل الصراع كله ، ولكن الهروب نفسه قد يوقعه في شكل من الأحباط ، أو يوجهه نحو الجنوح سعيًا وراء التعويض .

٣ = صراع الاقدام والاحجام

ينطوي صراع الاقدام والاحجام (Approach - avoidance conflict) على نزوع الى شيء ورغبة في تجنب آخر يأتي لاحقاً بذلك الشيء أو يكون الشيء نفسه منطوياً عليه . فالشخص هنا في موقف ينطوي على رغبتين في اتجاهين : اتجاه الواحد ايجابي والثانية سلبي ، ولذلك نمثل لهذا الصراع أحياناً بإشارتي (+ -) . فنحن نرغب في مشاهدة مباراة كرة القدم ولكننا نخاف أخطار رداءة الجو . ونرغب في دراسة الطب ولكننا نخاف من طول فترة الدراسة . ونرغب في الزواج من فتاة معينة ولكننا نرغب في تجنب مشكلات الأسرة التي تشمي إليها . ونميل الى ارسال ابنتنا في رحلة مدرسية بعيدة ولكننا نخاف عليها من أخطار الرحلة . والمثل العامي « عيني فيه وتف عليه » يمثل هذا النوع من الصراع بوضوح .

يُعدّ هذا النوع من الصراع أخطر الأنواع من حيث ما يمكن أن يقود إليه من حالات الاحباط والقلق والاضطراب الحادة . فإذا كانت النتائج الموجبة للموقف والنتائج السالبة له على درجة واحدة تقريباً من الأهمية فيما يتعلق بالشخص، فإن الصراع قد يطول وتشتد أخطاره مع طول استمراره . وفي هذه الحالات كثيراً ما يأخذ الصراع الشكل الرابع حين تظهر دوافع جديدة .

٤ - صراع الاقدام والاحجام المزدوج

أضيف إلى الأنواع الثلاثة السابقة صراع الاقدام والاحجام المزدوج (Double approach - avoidance conflict) استناداً إلى ما ينطوي عليه من ظهور دوافع جديدة تدفع الاقدام نحو موضوع النزاع أو الاحجام عنه . وهو في الواقع نوع من التطور يصيب النوع الثالث من الصراع ونعني صراع الاقدام والاحجام . فالشاب الذي يرغب في الالتحاق بالكلية الطيران ويخاف أخطار الطائرة ، ويكون بذلك في صراع من نوع الاقدام والاحجام ، يجد في المرتب العالي الذي يتقاضاه المتخرج من تلك الكلية دافعاً جديداً يدفعه إلى الاقدام ، ولكن الدافع الجديد لا يقضي على جانب الاحجام بل يقوّي ويدعم جانب الاقدام . قد يساعد الدافع الجديد على سرعة إيجاد المخرج ، وقد تبقى المسألة صعبة حين يظهر دافع جديد إلى جانب الاحجام .

id, ego, superego

النظر إلى أنواع الصراع على أساس التكوّن العميق للشخصية

يقوم هذا التصنيف على الأساس الثلاثي في النظر إلى تكوين الشخصية ، وهو الأساس الذي رأيناه عند فرويد ومدرسة التحليل النفسي . فالدوافع المتصارعة لا ترجع دائماً إلى جانب واحد ، ولذلك يمكن النظر إلى أنواع الصراع من حيث رجوع الدوافع إلى جوانب الأنا ، والهو ، والأنا الأعلى . فقد تتصارع دوافع آتية من الهو ، وقد تتصارع دوافع الهو مع دوافع مصدرها الأنا الأعلى ، وقد يحدث الصراع بين دوافع الأنا الأعلى نفسه . لذلك نجد أنفسنا أمام عدد من الأنواع نذكرها فيما يلي .

١ - الصراع بين دوافع الهو

يحدث الصراع بين دوافع الهو (The id - conflict) حين ينطوي الهو على دافعين يسعى كل منهما نحو عرضه ولا يمكن تحقيق الغرضين معاً . الى هذا النوع يعود الصراع بين دافع الجنس ودافع الجوع ، والصراع بين دافع الجنس والخوف على الحياة . ان هذا الصراع لا يكون في الظروف العادية سبباً قوياً في حدوث حالات من سوء التكيف . وقد أشار فرويد الى أن الدوافع اللاشعورية المتعارضة كثيراً ما تسعى الى ايجاد حل وسط يكون مخرجاً مناسباً لكل من الدافعين المتعارضين . ولكن طول مدة مثل هذا الصراع يمكن أن يغير في وضعه ويوفر الفرصة لتوتر شديد .

٢ - الصراع بين دوافع الهو والانا الأعلى

ان دوافع الأنا الأعلى لدى الفرد غالباً ما تكون مما لا يمكن التوفيق بينه وبين الحاجات الأولية للهو . وهنا نجد الصراع قائماً بين الهو والانا الأعلى (The id - super ego conflict) . ففي الطفولة المبكرة يعبر الفرد عن حاجاته الأولية بطريقة بسيطة ومباشرة لا تقدها اعتبارات الزمن والمكان والبيئة الاجتماعية . انه يشبع هذه الحاجات بطريقة مباشرة ، أو يعجز عن وجودها بطريقة مباشرة بغية اشباعها . ولكن التدريب الاجتماعي ، وأوامره ونواهيها ، توجد تدريجياً عوائق أمام ذلك النوع من الاشباع السهل . فالكثير من الموضوعات والافعال التي تعتبر أدوات اشباع لدوافع الهو تصبح موضوع معارضة من تلك الدوافع النفسية التي تكونت في الأنا الأعلى بتأثير التدريب الاجتماعي . هكذا تصبح النزعات الجنسية ، والميول العدوانية ، متعارضة مع القيم الأخلاقية ، فاذا ظهرت الأولى وواجهتها الأخرى كان الصراع قائماً . وكثيراً ما يأخذ هذا الصراع شكلاً حاداً حين تكون الحاجات الأولية قسوة ويكون عدم اشباعها منطوياً على تهديد قوي للذات ، وحين تكون الثانية قسوة ويكون تخطيها تحدياً قوياً للذات .

٣ - الصراع بين مكونات الأنا الأعلى

يحدث أحياناً صراع بين قيمة أخلاقية وأخرى ، أو بين معيار اجتماعي وآخر مما ينطوي عليه الضمير ، أو بين واجب وآخر . في مثل هذه الحالات من الصراع بين مكونات الأنا الأعلى (The super - ego super ego conflict) نجد النقاش حاداً ، ونجده يشغل العناصر الفكرية بشكل واسع وظاهر . مثال ذلك الصراع لدى الشاب بين واجبه نحو الأم وواجبه نحو الزوجة حين يدب الخلاف بين الاثنين ، والصراع لدى القائد بين واجبه نحو الجندي المهرق وواجبه نحو كسب المعركة في الدفاع عن أرض وطنه ، والصراع لدى المتحزب بين واجبه نحو الحزب وواجبه نحو أية الذي يهاجم الحزب .

إن صراعات مكونات الأنا الأعلى قد تتطور لتصبح قاسية وعنيفة ، وقد تقود إلى نوع من الهروب يأخذ شكل تعذيب الذات في صورته المتطرفة . كثيراً ما نجد صراعات من هذا النوع في حياة الأسرة تنتهي إلى الهروب عن طريق تصدع فسي الأسرة نفسها . ويحدث أحياناً أن نجد هذا الصراع ينتهي إلى شكل من أشكال الاضطرابات النفسية وبخاصة حين يكون صراعاً بين قيم عظيمة الكفاية لدى الشخص .

النظر إلى الصراع من حيث تفاعل الفرد مع محيطه

إن النظر إلى أنواع الصراع من حيث الاقدام والاحجام سليم حين ننظر إلى ما نرغب فيه وما نرغب عنه من الأمور أو الأشياء ، ولكنه لا يكفي حين ننظر إلى الفرد من حيث أنه يتفاعل باستمرار مع محيطه الخارجي وما فيه من مؤثرات ، ومع محيطه الداخلي وما ينطوي عليه من أنواع التركيب والتغيرات . والنظر إلى أنواع الصراع من حيث التفاعل العميق الداخلي صادق ، ولكنه لا يكفي كذلك حين ننظر إلى ضغط المطالب المحيطة بالشخص التي تأتي من التغيرات في البيئة حوله . ومن الممكن لذلك النظر إلى الصراع من حيث التفاعل الذي يتسم بين الفرد ومحيطه ، ونجد أنفسنا هنا أمام ثلاث فئات من الصراع .

١ - الصراع بين الدوافع الداخلية

يحدث الصراع في حالات بين دوافع أو حاجات داخلية وتكون الصيغة الغالبة فيه تعارض هدف أو غرض دافع مع غرض دافع آخر وذلك من دون أن تكون هناك مطالب في المحيط الخارجي أي في شروط الواقع حول الشخص . ويأخذ مثل هذا الصراع عدداً من الأشكال .

فمن الممكن في الرجل أن يكون لاشعورياً بحاجة الى الاستقلال في موقفه الداخلي من زوجته ، وأن يكون في الوقت نفسه تحت تأثير حاجة لاشعورية أخرى غرضها الاعتماد على الزوجة اعتماداً يقرب من التبعية (ومثل هذا صحيح في خال الزوجة وحاجاتها وموقفها الداخلي من زوجها) . هنا نجد نزوعه الى تأكيد رجولته واستقلاله عن سيطرة زوجته وتحرره من هذه السيطرة تعمل كلها وجهاً لوجه أمام حاجته اللاشعورية الى الأم الحنونة الراحية المتمثلة في زوجته . ومثل هذا يقال في الصراع لدى الزوجة بين رغبة في الاستقلال في تفكيرها واجراءاتها والعيش مع زوج يساوم لها في مسؤوليات الحياة الزوجية وبين حاجتها الى عطف الأب المتمثل في الزوج ، وتحمله المسؤوليات واعتمادها عليه في كل شيء يتصل بحياتها . ان هذا الصراع بين الحاجة الى التحرر والاستقلال ، والحاجة الى الرعاية والاعتماد على الآخر ، كثيراً ما يكون مسؤولاً عن حالات خلاف بين زوجين يصعب الكشف فيها عن عوامل هامة ظاهرة .

ان هذا النوع من الصراع بين حاجات أو دوافع داخلية متضاربة تكمن في الشعور كثير الحدوث لدى المراهق وذلك حين تتصارع لديه الدوافع اللاشعورية باتجاه تأكيد الذات والاستقلال والحاجات اللاشعورية لرعاية واهتمام يأتياه من طرف الأهل . وكثيراً ما تكون ثورة الغضب التي يمر بها مراهق حين تنظر أمه الى مظاهر تعب الناجم عن السهر المتواصل ثورة تعبر عن صراع من هذا النوع .

ويعود الى هذا النوع كذلك ما يحدث لدينا من صراعات بين حاجات شعورية متضاربة لا نستطيع تلبية أغراضها مع بعضها في وقت واحد . مثال ذلك حال الجندي

الذي عرف بوجود طلب متطوعين للقيام بمهمة خطيرة * لم يطلب منه أي شخص أن يقدم نفسه للأمر ، ولكنه يناقش الأمر داخليا وهو في صراع بين دافع يدعو الى تقديم الخدمة واثبات كفاءته ، ودافع يدعو الى تفادي الخطر أو تفادي الشعور بالاثم في المستقبل إن تنكر للأمر الذي ينطوي على تقديم مساعدة لرفاق السلاح وهم في حالة خطر *

٢ - الصراع بين دوافع مرتبطة مباشرة بمطالب خارجية

يحدث أحيانا أن تطلب الأم شيئا تريده لابنها ، وأن يطلب الأب شيئا آخر يريده لابنه ، والطلب الاول يثير دافعا لدى الابن ، وكذلك الثاني ، ولا يكون الأمران في اتجاه واحد ، ولا يمكن تحقيقهما معا * هنا نجد صراعا لدى الابن : فأي الأمرين يأخذ ، وأيها يلبي ؟ ومثل هذا يقال في عرضين لوظيفتين قدما لشاب ، ولكل منهما شروطها ، ويكون عليه أن يختار بينهما * وفي حال الاختيار بين طريقتين يوصلان في النهاية الى الهدف صراع من هذا النوع كذلك * في هذه الأمثلة الثلاثة يكون الأمر الذي أثار الدوافع خارجيا ، وتبقى الدوافع مرتبطة به تابعة له ، ويكون أثره هو الغالب في قيام الصراع وفي شدته وفي تنوع الدوافع التي ينطوي عليها *

٣ - الصراع بين الحاجات الداخلية والمطالب الخارجية

يغلب في حالات الصراع لدى الفرد أن تجتمع فيها حاجات أو دوافع داخلية وحاجات أو دوافع تثيرها مباشرة مطالب خارجية محيطية ، ويكثر أن يأخذ هذا الصراع شكل صراع بين مجموعتين من الدوافع * مثال ذلك حاجة الجندي الى الماء الموجود خارج المكان الذي يحتمي فيه وشعوره بوجود عدو ينتظر خروجه * ومثل هذا حاجة الطفل الى تناول قطعة من الحلوى ووجود من يوقع عقابا فيه إن هو فعل ذلك * وكثيرا ما أوقعت عين المراقب (الموجودة في المحيط الخارجي) صاحب رغبة في السرقة ، أو ايقاع الأذى بآخر - أوقعته بصراع كثرت أشكال الدوافع التي ينطوي عليها والحيل التي أدى اليها * ومثل هذا يقال في حاجة الشخص

لشيء ما وإدراكه أن فيه جواب أو شروطاً لا توافق ما عنده من قواعد أو ما يؤمن به من قيم . وهذا كذلك هو حال من قدم له عمل ، وهو بحاجة ماسة إليه ، وتلكاً واحترار حين عرف أن في العمل شيئاً يبعده عن أن يكون متناسباً مع مستواه الثقافي أو يؤذي عقله تقديره لذاته .

الفصل العاشر

القلق

يلاحظ القلق عند الأشخاص في مناسبات مختلفة من حياتهم * إنه يلاحظ أحياناً لدى طالب الجامعة قبل الامتحان وبخاصة حين يكون استعداده للامتحان غير كاف * ويلاحظ لدى العاملين في ميادين التجارة حين تلوح تبشير أزمة اقتصادية * ويلاحظ عند القائد قبل بدء المعركة وبخاصة حين تكون بعض المعلومات عن تحركات عدوه غير متوافرة لديه * ويلاحظ عند عدد كبير من الناس المهتمين بالقضايا العامة لوطنهم حين تبدو في الأفق بوادر ثورة داخلية * ويلاحظ عند الأب وهو ينتظر المولود الجديد ، وعند الابن وهو ينتظر رد فعل أبيه على نتيجة امتحاناته غير المرضية *

والحديث عن القلق كثير في أيامنا الحاضرة ، والاهتمام به يزداد في ميادين الحياة العامة وميادين الدراسات النفسية * لا يقف الاهتمام به عند حدوده من حيث هو ظاهرة نفسية ، بل يعدو ذلك الى مكاتته في عدد من أشكال الاضطراب النفسي * ويتناول حديثنا في هذا الفصل معنى القلق ومظاهره ، كما يتناول أنواعه ومصادره ، لينتهي من ذلك الى الوقوف عند مكاتته من حيث هو وسيلة دفاع في عملية تهدف الى التكيف *

معنى القلق وتحليله

كيف يظهر القلق

يثير القلق في كل حالاته على شكل توتر لدى الشخص أمام حادث يُنتظر أن يقع وأن يواجهه بالخطر * فإذا فحصنا أشكال القلق المختلفة ، الشديدة منها

لشيء ما وإدراكه أن فيه جوانب أو شروطاً لا توافق ما عنده من قواعد أو ما يؤمن به من قيم . وهذا كذلك هو حال من قدم للعمل ، وهو بحاجة ماسة إليه ، وتلكاً واحترار حين عرف أن في العمل شيئاً يعده عن أن يكون متناسباً مع مستواه الثقافي أو يؤذي عنده تقديره لذاته .

والضعيف ، فإننا نراه في حالين • انه يظهر من ناحية وكأنه إشارة الى وجود خطر يهدد الشخص • وهو في هذا الحال يثير طاقة الشخص لتعمل في الدفاع عن ذاته من أجل سلامتها والمحافظة على ما تعتبره أساسياً لها • ثم انه يظهر من الناحية الثانية دليلاً يشير الى وجود الاضطراب ، ويزداد الاضطراب ويشدد تعقيدته مع زيادة القلق • ان القلق في الحالة الأولى إشارة يدركها الأنا الشعوري فيتجه الأنا نحو الدفاع ، ويسخر في ذلك الكثير من العمليات النفسية • قد تنجح الذات هنا وتوفر السلامة لنفسها وبذلك تسير بالشخص نحو تكيف مناسب • وقد تكون وسائل الدفاع غير كافية أمام قلق شديد ، وهنا تبدو احتمالات الاضطراب • وبدلاً من أن تنتهي عملية الدفاع الى السلامة فإن النتيجة هنا يمكن أن تكون عصباً أو تصدعاً من نوع آخر يلحق بالبناء السليم السوي للشخص •

هكذا يظهر القلق وكأن له وظيفتين • انه يظهر في الأولى منطلقاً لعمليات الدفاع ، ويظهر في الثانية دليل فشلها ونتيجة انهيارها • وهو في الحالتين موضع عناية المشتغلين بالعلاج النفسي ودراسة الحالات المنحرفة وذلك بسبب من مكانته الهامة في عدد كبير من الاضطرابات النفسية •

والقلق في حالته الأولى حادث نفسي طبيعي يعانيه الناس في مناسبات مختلفة من حياتهم • ولكنه يغدو خاصاً حين يشتد ولا يقف النظر اليه عندئذ على انه طبيعي أو سوي ، بل يتجاوز ذلك •

ثم إن الظاهر في القلق ، على الأكثر ، انه يتناسب مع موضوعه في الحالة الأولى أي ان موضوعه يكفي لتبرير وجوده في المستوى الموجود فيه من الشدة • أما في الحالة الثانية فإن القلق يغدو غير متناسب مع موضوعه ، ويكون من شدة لا تبررها نوعية الموضوع أو أخطاره الواقعية الممكنة •

لذلك نقول منذ الآن ان القلق على درجات متفاوتة في الشدة • فهو يتفاوت بين حالة التوتر الداخلي الخفيف وحالات الاضطراب الشديد • وهو طبيعي في درجاته البسيطة ولكنه ليس كذلك في مستويات اشتداده •

تعريف القلق

لنسأل الآن كيف نعرف هذه الحالة التي تقوم بوظيفة الاشارة الى الخطير ووظيفة التعبير عن الاضطراب ؟

يشير القلق الى حالة نفسية تحدث حين يشعر الفرد بوجود خطر يهدده ، وهو ينطوي على توتر انفعالي تصحبه اضطرابات فيولوجية مختلفة ، ولما كان الخوف كذلك حالة نفسية توجد عند الشخص حين يهدده خطر ما ، وكان ينطوي على توتر انفعالي واضطرابات فيولوجية مختلفة ، فقد غدا التمييز بين الحالتين أمراً صعباً . وسوف نواجه هذه الصعوبة بعد قليل وتصدى لها بما يلزم من شرح وايضاح . ولكننا نتوخى من الاشارة اليها هنا تمهيد السبيل أمام القارئ ليكون على بينة من وجود هذه الصعوبة حين تواجهه تعاريف القلق بايراد فكرة الخوف وفكرة الخطر .

يرى فرويد (Freud) ان القلق رد فعل لحالة خطر (فرويد : القلق ، الترجمة ، ١٩٥٧ ص ١٢٥) ، ولكنه يميز فيه أكثر من نوع . وتذكر كارن هورني (Karen Horney) في تعريف القلق أنه « استجابة انفعالية لخطر يكون موجهاً الى المكونات الأساسية للشخصية (Horney, 1937) » (ص ٤١) . أما القلق عند مي (May) فهو « ادراك لتهديد موجة نحو قيمة ما يعتبرها الفرد أساسية في وجوده كشخص » (May, 1950) (ص ٣٥) . ويعرف ماسرمان (Masserman) القلق قائلاً : « انه حالة من التوتر الشامل الذي ينشأ خلال صراعات الدوافع ومحاولات الفرد وراء التكيف » (Masserman, 1943) (ص ٣٢) . أما الموقف الذي يأخذه يونغ (Jung) من القلق فيسير على الخط العام المؤمن باللاشعور الجمعي ، إذ يرى فيه رد فعل يحدث عند الفرد حين تغزو عقله خيالات صادرة عن اللاشعور الجمعي (Jung, 1916) .

سوف نرى من تحليل القلق أن ظاهرة التهديد الواقع على الذات بارزة فيه،
وان الصبغة الذاتية فيه أمر يميزه كذلك . ونحن نعتمد على هاتين الظاهرتين ، وعلى
التوتر الذي ينطوي عليه القلق ، لنقول في تعريفه انه استجابة انفعالية لخطر يخشى
من وقوعه يكون موجهاً للمكونات الأساسية للشخصية ، والاستجابة هذه تحمل
معها معنى داخلياً يتصل بالشخص يضيفه على العالم الخارجي . فالخطر
في القلق شيء لم يقع ، ولكن ينتظر وقوعه أو يخشى من وقوعه . وهو لايس
الشخص من بعد فحسب بل يتهدهه كذلك . ثم ان القلق ذاتي المعنى وقد أضفت
عليه المشاعر الشخصية مجموعة من الصفات الخاصة الذاتية ، ومن ثم يضيف
الشخص الذي يمر بالقلق هذه الصفات أو بعضها على العالم الخارجي الذي
يحيط به .

هل القلق حالة عامة

يعاني كل انسان من ضغط القلق في فترات مختلفة من حياته ، وبهذا المعنى
يكون القلق حالة عامة . فالشروط المحيطة بالأشخاص ، وتطور الحوادث ،
والمفاجآت ، والتكوين المبكر السابق للشخص الانساني بكل هذه أمور تدعو
الى وجود القلق .

ولكن هذا القلق العام ليس النوع العصابي منه . انه النوع الخفيف الذي
يظهر على شكل اشارة تحفزنا الى اطلاق الطاقات الداخلية بغية الدفاع عن الذات
وحفظها . أما القلق العصابي فليس عاماً ، بل هو حالة خاصة تستدعي الرعاية
والعلاج .

ولنقل بكلمة أخرى ان استعدادنا للقلق ليس دليل الشذوذ ، بل هو وسيلتنا
في سعينا وراء التكيف . أما الشذوذ فيكون في الشدة والتطرف وفي تأثير الحالة
على سلوكنا تأثيراً يجعله مضطرباً ومضايقاً في مواجهة ظروفه المختلفة .

هل يختلف الناس في القلق

يظهر الناس متفاوتين في قلقهم وشدة في ظروف تضيهم معاً ، فهل يعنى د -
أن بين الناس من يكون استعدادة للقلق أكثر من استعداد غيره ؟

أن القلق شعور بالتهديد ، وهو من هذه الناحية مرتبط بأدراك الفرد للحالة التي تنطوي على التهديد ، وبخبرته السابقة ، كما هو مرتبط بشعور الفرد بقوته .
لهذا نلاحظ في عدد من الظروف وجود قلق لدى الطفل لا يوجد ما يشبهه عند
الراشد الموجود معه ، ونلاحظ أحياناً وجود قلق لدى الراشد لا يوجد مثله لدى
الطفل . أما الحالة الأولى فمردها الى شعور الراشد بقوته ، وأما الثانية فمردها
الى قدرة الراشد على ادراك ما لا يستطيع الطفل ادراكه . يضاف الى ذلك أن بناء
الجسد من جهة ، والظروف المحيطة الخاصة التي يمر بها الفرد ، من جهة أخرى ،
تعمل معاً في إيجاد فروق من حيث قابلية الافراد للقلق .

ونقول بصورة عامة ، وبغض النظر عن العمر والجنس ، إن الأشخاص الذين
تكون ثقتهم بأنفسهم شديدة وقائمة على خبرة واسعة ، ويكونون أقرباء محبوبين ،
يكون مدى اعتمادهم عن القلق أو ستم من مدى الذين تكون ثقتهم بأنفسهم ضعيفة
ويكونون غير محبوبين .

تحليل القلق

يظهر القلق عند الصغار والكبار على السواء ، ويرتبط ظهوره بظهور شعور
لدى الفرد بوجود خطر . وهذه الحال صحيحة فيما يتعلق بدرجات القلق المختلفة ،
ما كان منها مرضياً وما كان مألوفاً وشائعاً . فإذا أخذنا إحدى حالات القلق لنحللها
فاننا نجد أنها تنطوي على ما يلي :

١ - القلق شيء نشعر به : انه حالة نمر بها في الحاضر الذي نعيشه ، ونحن
نعانيها في ساحة شعورنا .

٢ - وهو حالة انفعالية الصبغة : انها توتر انفعالي يضغط علينا من داخل .
ان القلق من هذه الناحية يحمل الصبغة التي يحملها الغضب والخوف والحزن
والفرح .

٣ - وهو حالة مكذرة : انه مؤلم ومزعج ومضائق * ويظهر ذلك في شعبي الفرد الى الخلاص منه وإبعاده عن نفسه ، ولكن وبسبب الفرد الدفاعية قد تكفي لانتقاده أحياناً ، وقد تنهار أمام قلق شديد القوة أحياناً أخرى *

٤ - انه حادث يعمل في ايجاده عامل مباشر أو أكثر : ولكن هذا العامل غير واضح دائماً ، ومن الصعب القول دائماً بوجوده ، لكن من المحتمل جداً فيه أن يكون موجوداً ، والفرائن المختلفة تتيح فرصة لهذا الاحتمال *

٥ - يبي القلق ظهور شدة أو ضيق : وتظهر هذه الشدة وكأنها المنبه أو المثير الداخلي للقلق ، ولما كان مبعث الشدة غير واضح ، لذلك نتكلم هنا عن موقف شدة يحدث فيه القلق ومن خلاله *

٦ - ان القلق مرتبط بخبرة الشخص ارتباطاً وثيقاً : ولا يكفي الرجوع في هذه الخبرة الى ما هو قريب منها ، بل يجب الرجوع الى القديم * وخبرات الطفل ساعة الولادة ، وخبراته المتصلة بما يصيبه من حرمان حينما بعدت عنه أمه ، يجب أن تذكر بين هذه الخبرات القديمة * وهنا نلاحظ تأكيد فرويد هذا الجانب في قوله « والولادة بالنسبة الى الانسان خبرة نموذجية من هذا النوع » ولذلك فاننا نميل الى اعتبار حالات القلق كأنها ناشئة عن صدمة الولادة » (فرويد ، القلق « الترجمة ») (ص ١٣١) *

٧ - ان القلق مصحوب بمجموعة من الاحساسات والتغيرات الجسدية ، وبخاصة منها الاضطراب الذي يصيب التنفس وضربات القلب *

٨ - يظهر القلق في شكل عمليات تفرغ : انه طاقة تنزع الى الانطلاق في مسائل معينة ويبدو فيها أنها تنفيس لتوتر يعاني الفرد منه ولذلك يظهر القلق من هذه الناحية ميالاً الى الفعل والحركة * ويختلف القلق عن الحزن الذي يغلب فيه أن يتجه صاحبه نحو السكون والانكماش * وحين يكون القلق عصائياً فان هذا المظهر يبدو بارزاً في الكثير من أشكال سلوك العصائين وحركاته *

القلق والعصبية والهم

هناك حالات بسيطة من القلق كثيراً ما تظهر في حياتنا اليومية ونطلق عليها أسماء من نوع « العصبية » (Nervousness) و « الهم » أو « الضيق » (Worry) . ونحن نشير إليها هنا إشارة خاصة لمكائنها من أحداثنا اليومية .

« فـالعصبية » قلق خفيف . و « العصبى » كثير الحركة ، كثير التخليل ، سريع الانفعال وبخاصة أمام ما هو مفاجئ ، وكثيراً ما يلاحظ وهو يحاول الانشغال بحركات لا معنى لها . كذلك يغلب عليه كثرة الشكوى ، وسرعة التعب ، وكثرة التردد . والغالب في « العصبية » أن تكون نتيجة صراع أو صراعات لم تحل . وقد تبقى الصراعات عميقة الجذور من غير حل ، وبذلك يطول بقاء « العصبية » وتتوافر الفرص أمامها للتطور باتجاه التعقيد .

و « الهم » قلق خفيف كذلك ، إلا أن له بعض المظاهر الخاصة به . فالمهموم يظهر منعطفاً نحو نفسه في بحثه عن المخرج أكثر مما يظهر العصبى . ويظهر ضغط الصعوبات عليه أكثر مما يظهر لدى العصبى . كذلك يظهر أن تفوذ الكبت وتأثيره أقوى في حالته . قد تطول فترة الهم وقد تقصر . فإذا أمكن الوصول الى مسالك للتفريغ مناسبة كان ذلك مساعداً على قصر الفترة . وإن تعقدت مسائل التفريغ وصعب وصول الفرج تهيأت الفرص لمزيد من الهم ومزيد من التعقيد .

القلق وقوة الدافع

الدافع لا يمار

لقد غلب على الصورة العامة التي عرض فيها القلق لون الكدر والضيق الذي يميزه . إلا أننا يجب أن ننتبه الى وظيفة خاصة يقوم بها القلق أحياناً وهي وظيفة الدافع التي يشترك فيها مع كل توتر انفعالى . فقد يدفع القلق الناجم عن أخطار التقصير في التكيف مع شروط بيئة اجتماعية جديدة الى المزيد من الجهد من أجل انجاز تكيف مناسب . وكثيراً ما يدفع القلق الى المزيد من التروي قبل الاقدام على المعركة ، كما يدفع أحياناً الى الانسحاب قبل ظهور نتائجها الواقعية .

لقد أثار القلق اهتماماً خاصاً لدى كيركيجار (Kierkegaard) أحد أعلام

الحركة الوجودية (Existentialism) من حيث هو دافع إلى الانجاز والابداع يرى كيركيجارد أن القلق الخلقي موجود منذ عصيان آدم ربه ، ولكنه لا يتضح لدى الفرد إلا بعد ارتكاب الفرد إثماً يعترف به . وهو يرى ، من جهة أخرى ، أن القلق منبع للابداع ، وأن قوة النفس تنبثق من نجاح الفرد في مواجهة الخيرات التي تثير القلق ، ولذلك فالقلق سبيل إلى نضج النفس الانسانية وفتحها عن طبيعتها الحقيقية الخلاقة .

أن هذه المسحة الفلسفية التي تظهر في حديث كيركيجارد عن القلق صادقة فيما يتصل ببعض حالاته . أنه يقوم بوظيفة دافع قوي . ولكنه يقود إلى الانسحاب أحياناً بدلاً من الخلق والابداع ، ويمكن أن يتطور إلى عصاب شديد الأثر .

القلق والخوف

أوجه الشبه بين القلق والخوف

يصعب التمييز بين القلق والخوف في حالات كثيرة وذلك بسبب من أوجه الشبه الموجودة بينهما ، وبمثل هذه الصعوبة نبرز في تعريف القلق نفسه . ويبدو الشبه واضحاً في النواحي التالية .

١ - فكل من القلق والخوف حالة انفعالية تنطوي على ما تنطوي عليه الحالة الانفعالية عادة من ضغط وتوتر داخلي .

٢ - وكل منهما يستثار بشعور بوجود خطر يهدد الشخص .

٣ - وكل منهما إشارة تدعو الشخص إلى العمل من أجل الدفاع والمحافظة على البقاء .

٤ - وكل منهما مرافق بعدد غير قليل من التغيرات الفسيولوجية المتماثلة مثل الاضطراب في التنفس والدورة الدموية والمصارات المعدوية .

٥ - ثم إن من الممكن في القلق أن يبدأ مع إشارة خطر توجد في المحيط الخارجي يكون من النوع الذي يستطيع استتارة الخوف .

مكي سكر

٦ - كذلك يمكن في الخوف أن يكون أحياناً أشد مما يستدعيه موضوع الخطر وان ينقل الشخص الى حالة من القلق ضعيفة أو شديدة ، وبذلك يشبه القلق .

ان نقاط التشابه المتعددة هذه هامة ، وتظهر أهميتها واضحة في حديث فرويد وهورني عن القلق الموضوعي حديثاً يشبه أي حديث موضوعي عن الخوف . ومثل هذا التشابه كان وراء وضع المخاوف المرضية مع القلق العصبي في نفس واحد قبل نصف قرن من الزمن .

أوجه الاختلاف بين القلق والخوف

ان الصعوبة التي نواجهها في التمييز بين القلق والخوف بسبب التشابه بينهما لا تمنع من محاولة التعرض لعدد من الجوانب التي تصلح لأن تكون أساساً في بيان أوجه الاختلاف بين الحالتين . اننا نذكر هذه الجوانب فيما يلي من غير أن ننسى امكان وجود الاختلاط بين الحالتين وبخاصة بين القلق الموضوعي والخوف .

١ - يكون موضوع الخوف معروفاً من الشخص ومدركاً ، ولا يكون الأمر على هذا الشكل دائماً في حالة القلق . فإذا أخذنا القلق الناتج عن اشارات ذاتية قلنا انه يتميز عن الخوف تميزاً واضحاً .

٢ - الأصل في الخوف أن يكون موضوعه موجوداً في العالم الخارجي ، ولا يصدق ذلك في كل أشكال القلق . فالمثير في عدد من أشكال القلق ذاتي وليس له وجود في العالم الخارجي . لذلك يغلب أن يقال عن القلق أنه يخاف من شيء مجهول لا يدرك كنهه ولا يعرف مصدره المعرفة الكافية .

٣ - فإذا صدف وكان القلق من ذلك النوع الذي يكون مثيره موجوداً في العالم الخارجي ، فان وضوح الخطر فيه لا يكون معادلاً لوضوح الخطر الظاهر في حالة الخوف . والخطر في حالة الخوف في هذه المناسبات تحدد أكثر مما هو في القلق .

٤ - ويغلب في الوضع الأخير أن يكون الخوف متناسباً من حيث الشدة مع الموضوع الذي أثاره . أما في القلق ، والعصابي منه بشكل خاص ، فيغلب أن تكون شدته أعظم وغير متناسبة مع شدة اشارات الخطر أو موضوعه .

٥ - ويلحق بالجواب الثلاثة السابقة القول إن الشخص يضيف من نفسه على الموقف في القلق أكثر مما يفعل في الخوف ، وأنه يضع من عنده معاني في الأول - أي القلق - أكثر مما يفعل في حالة الثاني - أي الخوف . لذلك يمكن القول بأن «القلق استجابة تعبر عن معاني داخلية لدى الشخص الذي يعانيه وإن الشخص ينزع إلى وصف العالم الخارجي بهذه المعاني الذاتية» (Grinker & Robbins, 1954).

٦ - يلاحظ في القلق أن الخطر موجه فيه إلى كيان الشخصية ، والأكثر ألا يكون الشعور بالتهديد في حالة الخوف يمثل هذه الشدة والتعميم .

٧ - يشعر الفرد في حالة القلق بالعجز تجاه المصدر المجهول ، ومن هنا ينطلق في محاولة الدفاع . ويعتبر الشعور بالعجز من الصفات الهامة التي تميز القلق ، ولا يكون هذا الشعور بالعجز مطلقاً في حالة الخوف .

٨ - يغلب في حالة الخوف أن تكون عابرة وموقته . والقلق من هذه الناحية أكثر طولاً في بقاءه . يضاف إلى ذلك أن الخوف من مؤثر ما لا يتكرر عادة إذا لم يظهر المؤثر ، بينما يتكرر ظهور القلق ، ويبدو الأمر عائداً في ذلك إلى تدخل عدد من العوامل النفسية . وكثيراً ما يبدو فيه أنه يصبح دورياً في ظهوره لفترة من الزمن .

٩ - تصاحب القلق والخوف تغيرات فسيولوجية متعددة ، ولكن الآثار التي يتركها القلق في الجسد أقوى عمقاً من الآثار التي يتركها الخوف . وكثيراً ما تكون هذه الآثار خطرة .

أعراض القلق

ترافق القلق اضطرابات فسيولوجية ونفسية مختلفة تكون بمثابة مظاهر

أو أعراض له • وهي تتفاوت من حيث الشدة تبعاً لشدة القلق • ان المصاب بقلق شديد يجب أكثر الاحيان بكلمة « نعم » حين يسأل عما اذا كانت الاعراض التالية تظهر لديه :

إني كثير الهم بشأن مصائب أقدر أنها سوف تقع •
إني كثيراً ما ألاحظ اضطراباً في يدي وأنا أقوم بعمل ما •
كثيراً ما أعاني من أوجاع الرأس والميل الى الغثيان •

تشير هذه الأسئلة الى بعض النواحي النفسية وبعض النواحي الجسدية • فاذا أردنا التفصيل في كل الأعراض النفسية والجسدية وصلنا الى ما يلي •

اعراض القلق النفسية

تظهر الاعراض النفسية للقلق في عدد من الاشكال •

١ - فهناك ضغط أو شدة يشعر بها القلق ويشعر معها بالكدر • ويظهر هذا الشعور مرافقاً بشعور بالعجز ، وشعور بالعزلة والانعزال ، وشعور بالمداناة •

٢ - وهناك شعور بخوف لا يستطيع القلق تسميته أو الإشارة الى عوامله المباشرة • وحين يتأكد الفاحص النفسي من هذه الظاهرة فانه يقدّر عادة وجود حالة قلق يطفو بحرية (A free - floating anxiety) ، ويسمى عادة هذا النوع باسم « حالة القلق » •

٣ - يميل القلق الى توقع الشر والمصائب ، ويهزه هذا التوقع هزاً قوياً يمس ثقته بنفسه ، ويدعو الى اضطراب في السير المألوف لمحاكماته واحكامه • ويلحق بذلك وجود صعوبة في تركيز الانتباه لديه •

٤ - يميل القلق الى توتر الاعصاب والاضطراب ، فالصوت الضعيف ، يزعجه ، والحركة البسيطة تثيره ، يضاف الى ذلك أنه يميل الى تأويل ما يظهر حوله تأويلاً يندفع فيه نحو التشاؤم وسوء الظن .

٥ - قد ترتبط حالة القلق بأفكار خاصة أو موضوعات خاصة منها الموت ، والسرطان ، والمصائب ، وفي حالات من هذا النوع يتأثر سلوك القلق تأثيراً قوياً وظاهراً بموضوع قلقه .

وكثيراً ما تكرر زيارته للأطباء دون أن يطمئن على الرغم من كل ما يقوله له الأطباء في نفي وجود مرض خاص أو خطر لديه .

اعراض القلق الفيزيولوجية

ان أعراض القلق الفيزيولوجية كثيرة ومتنوعة ، ومن الممكن ارجاعها الى مجموعتين رئيسيتين :

١ - ما يستطيع الشخص الشعور به ووعيه ،

٢ - ما لا يستطيع الشعور به .

١ - أما المجموعة الاولى فتضم أعراضاً من النوع التالي : ضربات القلب السريعة ، فواصل غير منتظمة في ضربات القلب ، جفاف في الحلق ، ضيق في التنفس ، وجع في الرأس . وأحياناً يظهر التقيؤ ، والاسهال ، والاعياء .

أما شهوة الطعام والنزعة الى النوم فيظهر فيهما عادة واحد من طرفين : فقد تضعف شهوة الطعام ضعفاً واضحاً ، وقد تزداد زيادة شديدة ، ويظهر القلق وكأنه يرغب في التعويض عن قلقه بالاكثار من الاكل . ومثل ذلك النزوع الى النوم : فقد يصاب القلق بالأرق وكثيراً ما يكون شديداً ، وقد يصاب بزيادة الميل الى النوم ، ويظهر هنا وكأنه يميل الى إبعاد قلقه عن طريق الانشغال بالنوم .

٢ - إن الكثير من أعراض المجموعة الثانية مرتبط بأعراض فيزيولوجية لا يشعر بها صاحبها . هنا يظهر الجسد وكأنه يعمل لمواجهة الظروف الجديدة ،

ظروف القلق ، عن طريق تعديل خاص يجريه في أجهزة الإفراز الأساسية . ومن أهم الاضطرابات التي تظهر في هذا المجال الزيادة في الأدرينالين والهورمونات التي تأتي من غدد الأدرينالين . وتدفع هذه بدورها الكبد لزيادة كمية الكلوكونز المدفوعة الى الدم لتستطيع هذه المادة السكرية تزويد العضلات بالطاقة اللازمة للحركات المفاجئة والكثيرة المرافقة للقلق .

أنواع القلق

تختلف الشدة بين حالة قلق يمر بها شخص ما وحالة قلق أخرى يمر بها الشخص نفسه ، كذلك يبرز فرق بين عدد من الأشخاص في شدة القلق لديهم في ظرف واحد . ولكن مثل هذا القلق يبقى من النوع السوي المألوف ، إلا أن من الممكن للاختلاف أن يكون اختلافاً بين درجتين من الشدة تتميز كل منهما بمجموعة من الأعراض تدفع الى القول بوجود اختلاف بين ما هو سوي منهما وما مضطرب .

القلق والقلق العصبي

دار الحديث في هذا الفصل حتى الآن عن القلق الذي ينشأ عن حدوثه ويكون مألوفاً بين الناس وينطوي على بعض التوتر الذي تظهر أعراضه على صاحب القلق من دون أن تكون الحالة حالة سوء تكيف . وقد قلنا عن هذا القلق أنه نوع من الخوف من مجهول يشعر الفرد معه بنوع من العجز أو الحيرة في التصرف المناسب تجاه الخطر المجهول المصدر والحدود . كذلك قلنا أنه يلحق بحالات الصراع في حالات كثيرة ، ويظهر في مناسبات متعددة تنطوي على ما هو مبهم أو غامض وما يثير عند الفرد خبزات وأخيلة غير واضحة . ومن هنا ورد في جزء من تعريفنا للقلق قولنا أنه استجابة انفعالية لخطر يخشى من وقوعه .

ولكن القلق يأخذ عند بعض الناس شكلاً عصبياً ، ويسمى عندئذ باسم القلق العصبي . أنه قلق شديد ، يتكرر على شكل نوبات ، وتعتبر أعراضه النفسية والفزيولوجية عن اضطراب داخلي يكون أشد بكثير مما يظهر في حالة القلق المألوف .