وسائل الدفاع الأولية

د. دارين الرمضان

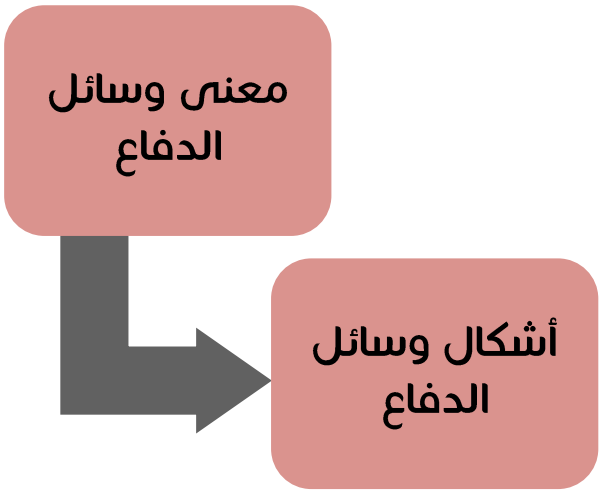
السلام عليكم ورحمة اللّه وبركاته

نتابع معكم بالمحاضرة السادسة من مقرر علم النفس السلوكي، راجينه تعالى أن نوفّق بإيرادها بالشكل الأمثل.

الفهرس

الفقرة	الصفحة
وسائل الدفاع الأولية	2
معنى وسائل الدفاع	2
أشكال وسائل الدفاع	3

وسائل الدفاع الأولية



- تظهر عند الأشخاص أشكال متنوعة من السلوك حين تواجههم ظروف تنطوي على الخطر أو توقع الخطر.
- الاختلاف بين هذه الأشكال لا يقوم على اختلاف في خبرات الأشخاص فحسب بل يقوم على اختلاف في الظروف نفسها، وفي المركبات المتنوعة التي ينطوي عليها لا شعور كل شخص، وفي القدرات والسمات 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 نزاعات الذات وحاجاتها حين يقف في وجهها عائق يعمل على منع إشباعها.
- الأمر الذي يؤدي بذلك إلى شعور الذات بوجود تهديد يجابهها من ناحية عدم إشباع حاجة أو أكثر من حاجاتها.

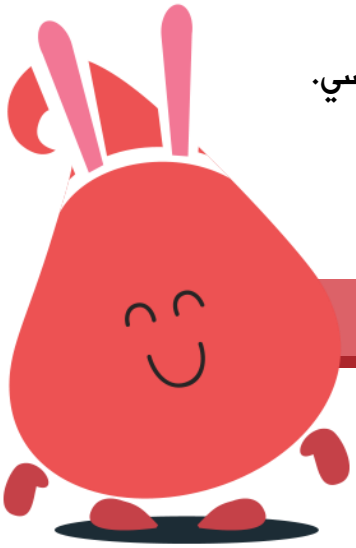
فما المقصود بوسائل الدفاع

أولا: معنى وسائل الدفاع

- أشرنا سابقاً إلى أن الظروف التي تواجه الشخص بخطر واقع، أو خطر يتوقع حدوثه، كثيرة ومتنوعة، والخطر نفسه على أشكال فيما يبدو عليه أمامنا (بعضه بسيط مثل بعض أنواع التحدي، وبعضها شديد ومعقد يمس كيان الشخصية في الأعماق).
- ورد الفعل الذي يُدفع إليه الشخص أمام ظروف من هذا النوع **مختلف الأشكال** كذلك: (فقد يتخذ الفرد إجراءاته لتقوية نفسه من أجل مواجهة الخطر، وقد يستسلم حين لا تكفي وسائله، وقد يحاول تخفيف الضغط الناجم عن الشعور بالخطر، وقد يلجأ إلى وسائل دفاعية أخرى.
- من أجل ذلك نقول عن وسائل الدفاع أنها مختلفة، ولكن بينها عامل أساسي مشترك على الأقل وهو غرضها الأساسي، **إنه الدفاع عن الذات في وجه نوع ما من من أنواع الخطر يتهددها.**

فوسائل الدفاع تشير إذاً إلى:

مجموعة من أشكال السلوك التي يلجأ إليها الفرد في سعيه وراء حاجة وجد ما يعيقها، أو مواجهة خطر واقع، أو متوقع.



- ✓ إنها ليست شاذة، ولا هي خاصة باناس دون أخرين.
- ✓ إنها عامة في شكلها السوي، ولكنها توجد كذلك عند من هو مصاب باضطراب نفسي.
- ✓ قد يصيبها التطرف فتصبح شكلاً من الانحراف أو من الطريق إليه.
- ✓ كما أن قاعدتها في اللاشعور قوية، ولكنها ليست لا شعورية كلها.

ثانياً: أشكال وسائل الدفاع

- تحتل وسائل الدفاع الأولية مكانة هامة في حياة الإنسان اليومية.
- هي أكثر ما يلجأ إليه من سعيه وراء التكيف وإبعاد أخطار التهديد.
- إنها موجودة في حياة الإنسان السوي كما هي موجودة لدى من يوصف بالشذوذ.
- ليست اضطرابات عقلية من حيث الأصل، ولا هي أعراض اضطرابات عقلية.
- **إنما هي** طرق، بها يحاول الأفراد اتقاء أخطار الإحباط والصراع والمناسبات المؤلمة، وخفض التوتر الذي يمرون به.

(فالشخص الذي يسعى إلى أن يلبي أغراض دوافعه على الشكل الأفضل، ويجد في شروط محيطه ما يعوقه عن ذلك، **يتجه** متأثراً بقوة دوافعه إلى 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 التحايل على الموقف، هذه هي وسائل الدفاع الأولية).

- تسمى هذه الأشكال أحياناً باسم **(وسائل الدفاع الأولى)** كما تسمى أحياناً أخرى باسم **(آليات الدفاع الأنا) أو (الحيل اللاشعورية).**

- ✓ يأتيها الاسم الأول من حيث: مستوى التعقد من جهة، ومن حيث تكونها الأولي في مراحل الطفولة من جهة أخرى.
- ✓ يأتيها الاسم الثاني من حيث: أنها تقرب من العادة في سرعة حدوثها وسهولة اللجوء إليها، وأنها وسيلة الذات المباشرة في الدفاع عن نفسها.
- ✓ أما الثالث فيأتيها من حيث: المظهر اللاشعوري الذي يغلب على جانب منها حيث يحتل اللاشعور مكانة هامة من حيث العوامل العميقة التي تدفع إليها ومن حيث نشاط هذه العوامل.

وفيما يلي عرض لهذه الأشكال:

الكف inhibition :

- أول آلية دفاعية بسيطة.
- هو في الواقع ظاهرة من ظواهر حياتنا اليومية فنحن لا ننتقل من فعالية لأخرى انتقالاً فجائياً إلا على أساس الكف عن الأولى والسير في الثانية " وهذا يعني 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 ولكن يختلف عنه من حيث **المظهر والشدة** (فالشخص الذي يمر بحالة ما بسبب من مؤثر عارض **يقف** فجأةً عن الاستمرار بفعاليته التي كان يقوم بها وقد يلي ذلك نوع من الحركات المضطربة التي لا تخضع لتحكمه).
- يظهر الكف الدفاعي في حالة من الخوف أو الغضب أو الألم.
- كما أنه لا يشترط أن يكون الكف عضلياً، بل يمكن أن يكون عقلياً، (فالذي يصاب بإحباط مفاجىء يظهر متوقفاً فجأة عن الاستمرار في سير محاكمته، ومثل ذلك من يواجه خطراً بشكل مفاجئ).

الكظم suppression:

- يعني الكظم (الضغط) المقصود لدافع يعتبر ظهوره مصدر خطر فيما يتصل بالفرد.
- فإذا تذكرنا أن الدافع يظهر عادةً على شكل سلوك ما كان الكظم ضبط ذلك الدافع والتحكم بمظاهره ومنعه أن يتحقق على شكل سلوك خارجي، (هكذا يظهر موقف أحدنا حين يهجم عليه أحد بالكلام القاسي، ويشعر بالتحدي، ولكنه يمنع مظاهر الغضب المختلفة من الظهور 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))**.
- إنه وسيلتنا إلى الإرتفاع والتسامي، كما أنه يحتل مكانة خاصة من حيث تعبيره عن ظاهرة أخلاقية.
- يظهر الكظم عملية شعورية مبطنة بعوامل لا شعورية، إنه نتيجة توازن أو صراع بين عدد من الدوافع يكون بعضها شعورياً ويكون الآخر لاشعورياً.
- من الجوانب التي تتدخل في آلية الكظم (الخوف من المجتمع، تقديرنا لمكانة الآخر، حديث الآخرين عنا، الأخطار التي تلحق بنا من الرد بالمثل .....).

النكران denial , نكران للواقع denial of reality:

- تظهر آلية الدفاع أحياناً على شكل نكران للواقع الذي يسبب وجود التوتر لدى الشخص.
- يظهر في أوضح أشكاله في حياة الطفولة. (فالطفل الذي لا يستطيع تحمل الألم الناجم عن فقد أمه أو غيابها يميل إلى انكسار ذلك الواقع والإعلان عن أنها لم تذهب بل موجودة في الغرفة الثانية). **ومثل ذلك حالة نجدها** بين طفلين يلعبان، ويؤدي اللعب بينهما إلى بعض الخلاف، ثم إلى خلاف حاد: إنهما يؤثران معاً نسيان الماضي على أساس من إنكار ما حدث والبدء من جديد في اللعب بصفاء، ويسور الوئام في اللعب بعد نكران كامل لما حدث من قبل.

يظهر النكران على شكلين:

1. شكل يستعمل التخيلات (طفل خجول يتخيل أنه يملك أسداً دربه أحسن تدريب: فالأسد لا يخاف منه ولكنه يتضايق من كل شخص آخر، وهكذا يتخيل أن يكون للأسد خطر عليه).
2. أما الشكل الثاني فيستعمل الكلمات والأفعال (يظهر في كلام الطفل عن أمه التي توفيت حين يقول إنها سوف تعود غداً).

- تكثر هذه الآلية في مرحلة الطفولة وتقل مع ازدياد القدرة على تمييز الواقع وحدوده، ويقل استعماله في حياة الراشد.
- يبدو في الحالات العاطفية الشديدة التي تجد الذات فيها انها تستطيع بالنكران الدفاع عن نفسها أمام خطر التهدم. (فقد تنكر الزوجة صحة ما تسمع أو ترى مما يتصل بتصرف زوجها، وقد يفعل الزوج ذلك، ويكون السلوك في الحالتين دفاعاً عن الذات من أجل استمرار الحياة الزوجية وتربية الأولاد).

الكبت repression:

- يحتل الكبت مقاماً خاصاً في كتابات سيفوند فرويد وآنا فرويد، ويعود ذلك إلى المكانة التي يحتلها الكبت من نشاط اللاشعور والمركبات التي تظهر فيه، والاضطرابات التي تظهر في السلوك.
- يتميز الكبت عن غيره من آليات الدفاع الأخرى في كونه أكثر عمقاً في تأثيره، وأكثر دفعاً نحو التطرف. كما أن مكانته في حالت الاضطراب المختلفة تبدو أوسع مدى وأكثر فعالية من آليات الدفاع الأخرى.

والتساؤل يكون كيف يكون الكبت وكيف يغدو معقدا؟

- 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 إلى إبعاد الدافع عن ساحة الشعور، ودفنه بعيداً عن تلك الساحة، ونلح على ذلك.

> فإذا بدا للدافع أن يظهر تنكرنا له وتشددنا في كتمانه.

- **هذه العملية هي الكبت:** إنها وسيلة دفاع أو آلية تكيف.
- إنه يختلف عن النكران من حيث أننا لا ننكر وجود مؤثر يؤدي بنا إلى التوتر، بل نعمل على إخفاء حالة تظهر في الشعور لدينا.
- ولكنه يشبه النكران من حيث أننا نعمل فيه إلى إبعاد ما يؤذي ذاتنا أو يمكن أن يؤدي إلى إيذائها. (نزوعنا إلى نسيان الحوادث التي يؤلمنا تذكرها، وحال نسيان المعلومات التي لا نرغب في أن تعاد دائماً).
- ويختلف عن الكظم، فالتهديد الذي يوجه اللذات 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.
- الكبت آلية تحايل وليس وسيلة بناء، إنه لا يحل مشكلة في واقع الأمر بل يعمد إلى حصرها في إطار.
- يعيق الكبت، الشخص عن اكتساب خبرة جديدة في الميدان الذي أقلقه ودعاه إلى كبت تأثيره.

الإخفاء أو الإسقاط *projection*

- يظهر الإخفاء أو الإسقاط أكثر الأحيان في إلقاء اللوم على الآخرين فيما يتصل بأخطاء نرتكبها نحن، أو تقصير يبدو عندنا.

مثال: التلميذ يلقي اللوم على المعلم، أو على تركيب السؤال، في الدفاع عن نفسه أمام الفشل في الإمتحان.

مثال اخر: الشاب كثيراً ما يلقي اللوم على الأخر في بدء المشاحنات، وكثيراً ما نلقي اللوم على الحجارة في تعليل وقوعنا المفاجيء ولا نلوم أنفسنا في قلة انتباهنا.

- يظهر الإخفاء في حالة أخرى، فكثيراً ما يعزو الإنسان إلى غيره صفات توجد عنده ولا يحبها، ويحاول جهده إخفاءها عن الناس.

مثال: البخيل يتهم غيره بالبخل والجبان يتهم غيره بالجبن، وفي كلا الحالتين يكون نزوع الفرد إلى تأكيد ذاته، وتقدير الآخرين له. عن طريق لوم الآخرين بالتقصير الحاصل لديه، أو حمل الآخرين صفاته غير الحميدة على الآخرين وإبعادها بذلك عن نفسه أمام المجتمع.

❖ **الإخفاء كثير الوقوع:** من حيث هو وسيلة دفاع، ومن حيث أننا نلقي اللوم على الآخرين، ومن هذه الناحية احتل مكانة خاصة في بعض روائز الشخصية المسماة الروائز الإضفائية في الكشف عن بعض جوانب وصعوبات الشخصية المختلفة.

❖ للإخفاء جانبه الخطر، فقد يبلغ إلقاء اللوم على الآخرين درجة يصبح معها الشخص ملقياً اللوم وبصورة دائمة، على الحظ أو على الآخرين أو القوى الخفية، فيما يقع عليه من سوء ومن درجات هذا المستوى يمكن أن ينطلق معها هذيان الملاحقة والاضطهاد وتآمر الآخرين.

التبرير rationalization:

❖ يظهر التبرير أو التسويغ أحياناً في (عقلنة) السلوك أو تفسيره بأسباب تبدو معقولة ومقبولة، بينما تكون الأسباب الحقيقية انفعالية.

❖ كما يظهر حين يلجأ الشخص لمثل هذه الوسيلة، أمام فشله في الحصول على أمر كان يتمنى الحصول عليه ويسعى إليه.

مثال: تسويغ أحدنا فعلاً غير لائق قام به عن طريق وصف نفسه بأنه (لم يكن هو نفسه، وبكامل قوته، حين ارتكب ذلك الفعل)

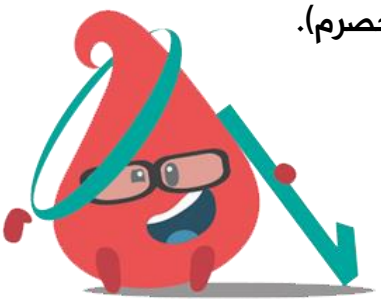
مثال آخر: تبرير أحدنا عدم دخول كلية الطيران بتأكيد أخطار الطائرة وقيادتها، بينما كان الدخول إلى تلك الكلية من أعظم آماله.

❖ يكون التبرير وسيلة دعم الذات في إنهاء الصراعات الداخلية المؤلمة.

مثال: تبرير الجندي معاناته في قتل فرد من الأعداء كان مسناً، أو أعزل السلاح، أو طفلاً صغيراً، إلا نوعاً من الدفاع عن الذات أمام تحدي الأنا الأعلى.

❖ يؤدي التبرير وظيفته الدفاعية من جهتين:

- أولاً: فهو يساعد الفرد على عقلنة سلوكه في حدود ما يعتقد به وما يعتقد به الآخرين (كما في حالة الجندي).
- ثانياً: يساعد على تخفيف حدة الإحباط فيما يتصل بالأهداف التي لا يستطيع الوصول إليها. (ومثل ما بيقول المثل إلى ما بيطال العنب بيقول عنو حصرم).



التقمص identificication:

- ❖ يميل الأشخاص إلى التقمص في عدد من مناسبات حياتهم.
- ❖ يظهر على شكل نزوع الشخص على ربط شخصه بآخر، أو بفئة، أو بمجموعة صفات متوافرة في مؤسسة، وإلى التعريف عن نفسه بالانتماء إلى الآخر أو الفئة أو المؤسسة.

مثال: يقول الشخص أنه طالب في جامعة (كذا)، أو موظف في مؤسسة (كذا)، أو ابن فلان (حيث يكون فلان من أصحاب المقام في آثاره الاجتماعية أو الفكرية)، أو أبو فلان (حيث يكون الابن بارزاً في مجتمعه).

- ❖ الميل الغالب في حالات من هذا النوع هو نزوع الفرد إلى إبراز صفاته من غير ان يتحدث عنها، حين تكون الصفات المعروفة عن الفئة التي يتقمص شخصيتها، ويعرف عن نفسه بها، من الصفات التي تحتل مكاناً (مقاماً) مرموقاً لدى الجماعة. (ومن هذه الجهة يظهر التقمص وسيلة دفاع يسعى بها الفرد إلى إثبات تقدير الجماعة له، وإلى إثبات تقديره لنفسه)
- ❖ إننا جميعاً نميل إلى التقمص أمام تمثيلية نشاهدها، إننا نتمثل دور البطل ونعيش معه، ويهبط نشاطنا كثيراً مع مرضه و موته.وهذا يعني أننا ننزع إلى المماثلة مع غيرنا حين تكون الصفات المتوافرة لديهم، والمعروفة عنهم، مما هو غير موجود لدينا، أو مما نرغب كثيراً في أن يكون لدينا. (إنه حال الابن الذي يريد ان يتقمص شخصية أبيه، وحال البنت التي تتقمص شخصية أمها التي تقدرها كثيراً).
- ❖ إنه سلوك دفاعي يحتل مكانة مهمة في إبراز نزوعنا إلى اظهار الكفاية واحتلال مقام اجتماعي خاص.
- ❖ وصوله إلى درجة التطرف تعكس بعض حالات الاضطراب في الشخصية. إذاً كثيراً ما نرى التقمص في حالات الذهان، ومنه تقمص شخصية نبي، أو بطل أو عبقري مات منذ أجيال.

التعويض comensation

- ❖ يعبر التعويض عن مجموعة ردود فعل يكون القصد منها الظهور بصفة ما بغية تغطية صفة أخرى، أو يكون القصد منها مواجهة ذلك الشعور بالنقص الذي يمكن أن ينتهي إليه شخص ما أمام ضعف أو قصور واقعي أو متخيل. (الصفة التي نريد إظهارها تكون مقبولة بينما تكون الصفة التي نريد إخفائها غير مرغوب بها).

❖ من الأمثلة عن التعويض:

- ❖ سعي بعضهم غلى التعويض بالشخصية الجذابة المرحة عن ضعف عناصر الجمال الجسماني، وسعي البعض إلى أنواع من الملابس والأحذية تكون كافية في إخفاء بعض عيوب تكوين الجسم أو طوله. ومن الأمثلة البارزة ما يقوم به صاحب الإعاقة الجسدية أحياناً حين يسعى وراء القوة وأشكال الإنجاز في جهة يستطيعها ليعوض بذلك النقص الذي يعانيه في الجهة التي بها العاهة.

❖ يجب ملاحظة أن السلوك التعويضي قد يكون غير مثمر في بعض الأحيان مثال: حال الطفل الذي يريد لفت الانظار إليه بعد أن تخلى عنه رفاقه فأمعن بالاعتداء على غيره بالقول، إن التطرف في سلوك مثل هذا قد يؤدي إلى بعض أشكال السلوك اللاجتماعي.

النكوص regression

❖ إذا اصطدم الإنسان بعائق يعوق إشباع دافع لديه ويصعب التغلب عليه فإنه يمر بحالة من الخيبة أو الإحباط.

❖ في هذه الحالة قد يعود الشخص إلى أسلوب قديم كان قد اعتاد أن يحصل به على بعض الطمأنينة (هذا هو النكوص).

مثال: ابن الخامسة الذي شعر بمزاحمة أخيه الصغير من ناحية أمه به فراح يطلب تناول الحليب من الزجاجة كما كان يفعل في الماضي.

كثيراً ما يقال إن من أساليب النكوص مبالغة المرء في التحدث عن الماضي الذي عاش فيه أجداده، حين يفشل في حياته الحاضرة.

من أساليبه المعروفة أيضاً ما يلاحظ من سلوك عند بعض المتقدمات في السن حيث ينتزعن، بشكل بارز ومتطرف، إلى الظهور بمظهر الفتيات الصغيرات في اللباس والحركات ونغمة الصوت.....

الأخيلة والأوهام fantasy

❖ كثيراً ما نلجأ إلى الأخيلة والأوهام نركب فيها ما نريد أن نصل إليه مما يتيسر لنا ادراكه في الواقع، ونظهر فيه من الرغبات ما لم نستطع إظهاره أمام الآخرين.

❖ والأخيلة أشكال من التركيب تضم مجموعة من الصور ترتبط مع إشباع الحاجات، ويغلب أن يكون المحرض أو المثير فيه نوع من الخيبة والفشل في الحياة الواقعية.

❖ فليست كثرة الأحلام-اليقظة والنوم-المنطوية على صور الطعام والأغذية إلا نوعاً من تحقيق ما خاب الجائع في تحقيقه خلال ساعات يقظته وسعيه وراء الرزق.

❖ الغالب في الأخيلة أن تكون فيها واحد من بطلين.

البطل المظفر المتغلب دائماً على غيره، البطل المتألم الذي يتحمل ظلم الآخرين.

مثال عن الحالة الأولى: أحلام الجندي تميل إلى جعله البطل الذي يتغلب على أعدائه، ويقتل المئات منهم، وينتهي إلى الظفر في أشد المعارك ضراوة وقسوة>> وهكذا تكون أحلامه منطلق دوافعه العدوانية.

أما الحالة الثانية: فيظهر الشخص صبوراً ومثالاً للشرف والنبل والفضيلة وموضعاً للتقدير والإعجاب أمام التجني الذي يصيبه من أناس لا رحمة في قلوبهم ولا عدالة في ضميرهم.

❖ الأخيلة قد تكون منتجة وقد تكون لا تكون كذلك.

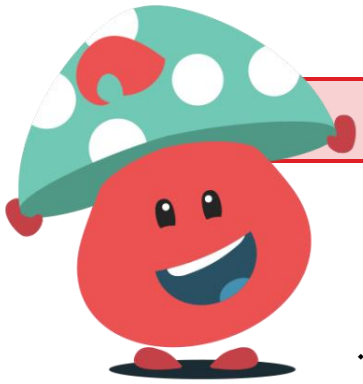
- **فالأولى** هي ما يستعمل في حل مشكلة، كحالة الجائع.

- **والثانية** فليست أكثر من مخرج لرغبات لا تجد لها إشباع في عالم الواقع وتواجه في أغلب الأحيان بالأعاقة.

❖ تقدم الأحلام خدمات: **فمن ناحية أولى:**

✓ إنها المخرج الوحيد الذي يعيد إلى الأمل قوته وإلى ارتباطه مع الحياة. مثال: تكون الأحلام هنا حالة تمثيلية سُعدنا برؤيتها وخرجنا منها طروبين فرحين إلى مواجهة شروط الحياة بنوع جديد من النشاط والقوة.

✓ وقد تكون الأحلام والهروب من الواقع موقع خطر من ناحية ثانية: (إنه خطر أمام فرص التكيف المناسب، فسهولة اللجوء إليه تجعل الإنسحاب من الواقع إلى الأحلام أمر يسير وخاصة في حالات الإحباط، ويلي ذلك أن يصبح الإتصال مع الواقع تدريجياً غير مثمر ولا منتج.



الإبدال أو التحويل *displacement*

❖ يقصد بالإبدال نقل موضوع العاطفة، من موضوعها الأول إلى موضوع آخر.

❖ الموضوع الاول قد يكون شخص أو شيء ما، وكذلك الثاني.

❖ التحويل يتم كوسيلة دفاعية ويعتمد عادةً على وجود صلة بين الموضوعين الأول والثاني.

مثال صب الأب غضبه على الابن بينما تكون الأم هي المصدر الأول في الغضب، وكذلك تحويل النقد عن الزوجة إلى أمها، وكذلك إيذاء طفل أخته الصغيرة بينما يكون موضوع غضبه عرقلة الأب لمشاريعه.

❖ يلجأ الشخص إلى التحويل أمام ضغط داخلي ومقاومة خاصة من موضوع الضغط. إنه يندفع نحو إطلاق التوتر.

❖ يكون مصدر التوتر خطر، أو مقاومة أو لا يرغب في إزعاجه، في حين يكون المصدر الآخر أقل خطر أو ازعاج فيجعل منه موضوعاً لإطلاق التوتر.

من الأمثله عليه: أن يضرب الفرد على الطاولة بشدة حين يصعب عليه ضرب الجهاز الذي استعصى عليه أمر اصلاحه.

وقد يميل إلى استغابة الآخرين والتحدث عنهم حين لا يستطيع مواجهتهم بعواطفه نحوهم.

وقد يصب زعيم ما جام 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.

❖ **مثال:** الابن الذي يرمي معطفه على الأرض بشدة محولاً إليه غضبه الناجم عن نقد أبيه، يوفر عليه الوقوع بصراع قد يحدث لديه لو جابه أباه بكلام قاسي

❖ قد يصبح التحويل انحرافاً حين يعتاد الشخص عدم مواجهة الأمور دائماً بما يجب.

الرد المعاكس reaction formation

❖ يعني نوع من النزوع الرجعي إلى إظهار أنماط سلوك تكون على نقيض من دوافع ونزاعات مكبوتة غير مقبولة اجتماعياً.

❖ يتميز بارتداد متعصب ومتطرف إلى أخلاق مقبولة اجتماعياً، وممدوحة تحل في حياة الفرد الظاهرة محل نزاعات نحو اللذة ينكرها رغم فوتها لديه وينكرها مجتمعه.

❖ من أمثلته: شخص يهاجم أشكالاً من السلوك الإنساني المخالفة للأخلاق، بينما تكون دوافعه المكبوتة متفقة في حقيقته مع ما هو لدى الناس>>فقد يهاجم الكتب التي تبرز قضايا الجنس، بينما يكون ممن يكبت نزعات جنسية من نوع ما تبرز تلك الكتب.

أو شخص يهاجم الرشوة أخلاق المرتشين، بينما هو يخفي في واقع حاله نزوعاً شديدة نحو الرشوة.

❖ يوفر الرد المناسب أحياناً فرصة منسبة للتكيف الحسن، ولكنه يبقى أرض مناسبة للمبالغة>> وهنا تكون المخاطرة. >>حين يقوم الصراع الشديد بين الإرتداد المتعصب والدوافع الشديدة غير المقبولة اجتماعياً، الأمر الذي يهيىء لتكوين اضطراب يضايق صاحبه في النهاية.

الإعلاء أو التسامي suplimation

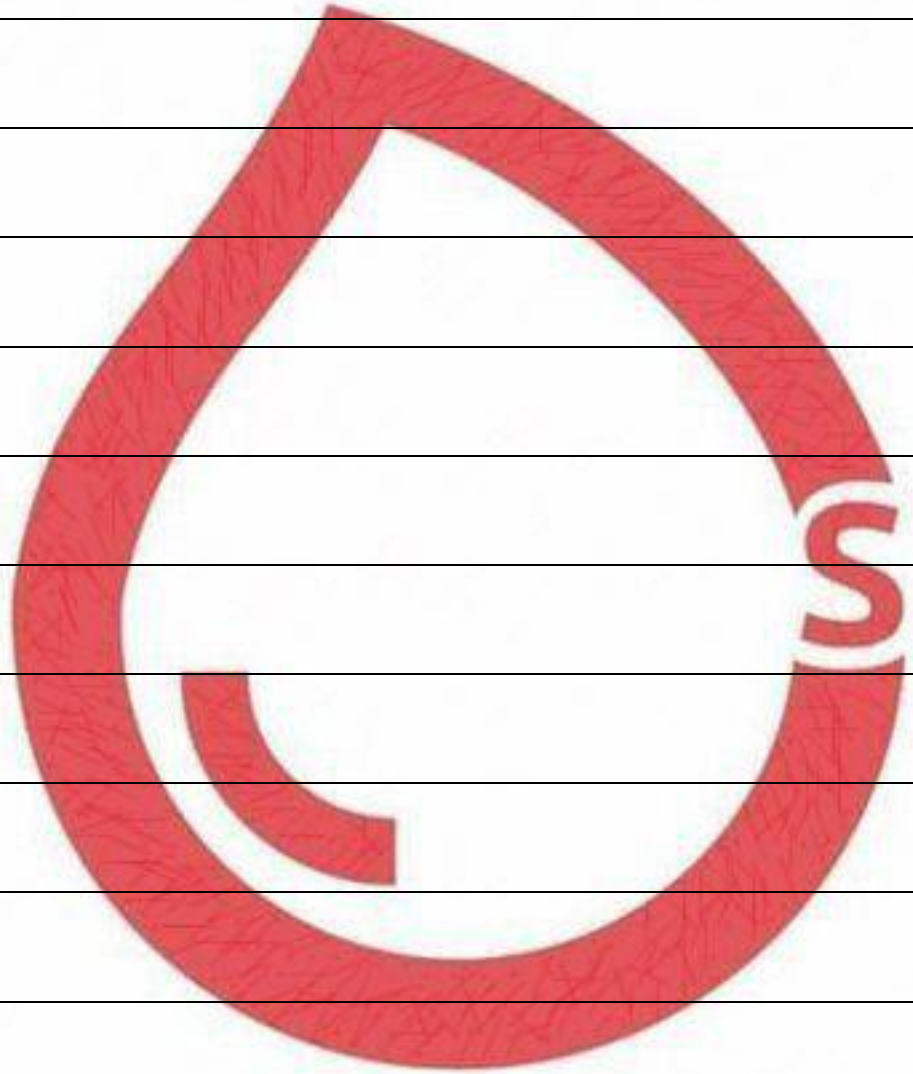
❖ يبدو أنه نوع خاص من التحويل، يغلب فيه أن يكون مرتبطاً بالدافع إلى اللذة وموضوعها.

❖ إنه تحويل في الموضوع الذي تندفع فيه اللذة من موضوع أول يغلب أن يكون موضوع نقد من المجتمع إلى موضوع يمتدحه المجتمع.

مثال: الشخص الذي يحمل دافعاً إلى التلذذ بتعذيب الآخرين، يحتمل أنه يكون تجاه التسامي لديه نحو التخصص بالجراحة والسعي لأن يكون جراحاً ناجحاً.

- ينطوي التسامي على نوع من التنفيس لتوتر يرافق النزوع إلى لذة ترتبط بشعور الألم أو تحمل لنقد الآخرين كما ينطوي على بديل هام هو لذة الرسم أو الرياضة أو الجراحة.
- ومما هو معروف أن التسامي قد احتل مكانة خاصة من حياة الإنسان في أشكال من الإبداع انتهى إليها في الأدب والموسيقى والفلسفة.

إلى هنا قد نكون وصلنا إلى آخر وسيلة من وسائل الدفاع آثرنا الطرق إليها، ونرجو أن نكون قد وفقنا في عرض المعلومة على النحو الأفضل.



RBCs