

نظرية دونالد وودز وينيكوت Donald Woods Winnicott

تلخيص: د. محمود صبحي سعيد

وُلد دونالد وينيكوت عام 1896 في مدينة بليموث Plymouth بإنجلترا، ونشأ في أسرة ميسورة الحال وُقِّرت له بيئة داعمة اتسمت بالاستقرار المادي والعاطفي، فضلاً عن إتاحة مساحة واسعة للعب والاستكشاف. وقد وصف هو طفولته بأنها كانت سعيدة، وأنها منحتة شعوراً بالأمان، والراحة الجسمية، وقيمة لذاته، والإحساس بأنه محبوب. إلا أن كاتب سيرته الذاتية، وهو آدم فيليبس Adam Phillips، يرى أن هذه الصورة قد تكون أكثر مثالية مما كانت عليه في الواقع، ويشير إلى أن تجربة وينيكوت في طفولته كانت أكثر تعقيداً. كان والده رجل أعمال ناجحاً وشغل منصب عمدة المدينة، وقد مثّل بالنسبة لوينيكوت مصدراً للاستقرار والأمان. أما والدته، فقد اتسمت بالحيوية والعفوية، وكانت تمثل بالنسبة إليه مصدراً للدفع والمرح، وأسهمت في توفير مساحة نفسية سمحت له بالتعبير عن نفسه بحرية.

التحق وينيكوت في الرابعة عشرة من عمره بمدرسة داخلية، وقد ذكر أن انتقاله من المنزل كان سهلاً نسبياً، وأنه تكيفَ بسرعة مع هذه البيئة الجديدة. وفي أثناء دراسته تعرّض لكسر في عظمة الترقوة، الأمر الذي استدعى دخوله المستشفى، وكانت هذه التجربة من العوامل التي حفزته على دراسة الطب. وتخصص لاحقاً في طب الأطفال Pediatrics، ثم خضع لتحليل نفسي، قبل أن يصبح أحد أبرز المحللين النفسيين للأطفال Child Psychoanalyst في القرن العشرين.

تزوج وينيكوت في بداية حياته من امرأة كانت تعاني من الاكتئاب، حيث انتهى هذا الزواج بالانفصال، ثم تزوج لاحقاً من المحللة النفسية كلير بریتون Clare Britton، التي وصفها بأنها أسهمت بصورة كبيرة في استقرار حياته الشخصية والمهنية. ولم يُرزق وينيكوت بأطفال، وهو ما أشار إليه في بعض كتاباته أنه كان مصدراً للألم والحزن في حياته.

وخلال الحرب العالمية الثانية World War II عمل طبيباً ومستشاراً نفسياً للأطفال الذين أُجِّلوا من لندن إلى مناطق أكثر أمناً، نتيجة الغارات الجوية. وقد أثرت هذه الخبرة بعمق في تطور أفكاره عن الاعتماد Dependence (التعلق) والانفصال، وأهمية البيئة في النمو النفسي، إذ لاحظ أن بعض الأطفال الذين بدوا

متكيفون بصورة مثالية مع ظروف الإجلاء، ظهرت لديهم لاحقًا اضطرابات نفسية، في حين أظهر آخرون، ممن عبّروا عن احتجاجهم وصعوباتهم منذ البداية، قدرة أفضل على التكيف على المدى البعيد.

وانطلاقًا من هذه الملاحظات، رأى وينيكوت أن الامتثال المفرط Compliance لمطالب البيئة، قد يكون على حساب الذات الحقيقية True Self، وأن الطفل الذي يضطر إلى إخفاء عفويته ومشاعره الحقيقية من أجل إرضاء الآخرين، يكون أكثر عرضة لتكوين الذات الزائفة False Self. كما انتقد التركيز المفرط لدى المدرسة الكلينيكية Kleinian School على العالم الداخلي والخيال اللاواعي، مؤكدًا أن الواقع الخارجي، ولا سيما العلاقة الفعلية مع الأم أو مقدم الرعاية، يؤدي دورًا محوريًا في النمو النفسي السليم.

نظرية دونالد وينيكوت - Donald Winnicott Theory

تتمحور نظرية وينيكوت حول كيفية تطور الذات Self ونموها في سياق العلاقة مع الآخرين. ويرى أن تنمية الذات عملية معقدة ومحفوفة بالمخاطر، إذ يواجه الفرد منذ بداية حياته مجموعة من التحديات الأساسية، من أهمها: كيف يكتشف ذاته في ظل الرعاية الأمومية دون أن يفقد هذه الرعاية، ودون أن يتخلى في الوقت نفسه عن أصالته وذاته الحقيقية؟ وكيف يستطيع أن يُقيّم علاقات مع الآخرين دون أن يُستنزف نفسيًا؟ وكيف يعبر عن ذاته دون أن يفقدها أو يسمح للآخرين بالاستيلاء عليها؟ وكيف يتأثر بالآخرين ويتفاعل معهم دون أن يصبح خاضعًا لهم أو مستغلًا من قبلهم؟ وكيف يحافظ على جوهره الشخصي وأصالته دون أن ينتهي به الأمر إلى العزلة والانسحاب من العلاقات الإنسانية؟.

وتتمحور نظرية وينيكوت أيضًا حول الرعاية الأمومية Maternal Care ودورها في النمو النفسي. فعندما يكون الجنين في رحم أمه، تتمثل وظيفتها في توفير الظروف الملائمة التي تمنحه الوقت الكافي حتى يكتمل نموه ويصبح قادرًا على الانفصال عنها جسميًا. وبالمثل، بعد الولادة، تتمثل وظيفة الأم خلال الأشهر الأولى في توفير بيئة آمنة ومستقرة، تمنح الرضيع الوقت الكافي للنضج النفسي، بحيث لا يُجبر على مواجهة الانفصال قبل أن يصبح مستعدًا لذلك.

مفهوم التبعية Dependence

يرى وينيكوت أن الطفل منذ ولادته يكون في الوقت نفسه معتمدًا Dependent ويمتلك بنفس الوقت في داخله عناصر من الاستقلال Independence، فهو يأتي إلى العالم مزودًا بخصائص فطرية، تشمل عملية

النضج الكامنة Maturational Process والاستعدادات الفردية، بما في ذلك بعض الميول المرضية الفطرية، وهي خصائص لها وجودها الخاص ولا يستطيع أحد تغييرها بصورة كاملة. وفي المقابل، تعتمد عملية نضجه اعتمادًا كبيرًا على ما توفره له البيئة من رعاية ودعم. إذن النضج والبيئة.

ويؤكد وينيكوت أن الطفل لا يستطيع أن يبدأ وجوده النفسي، إلا في ظل ظروف بيئية مناسبة. فهو يعتمد اعتمادًا كاملاً على البيئة في بداية حياته. ومع ذلك، فإن البيئة لا "تصنع" الطفل، وإنما تهيئ الظروف التي تسمح له بتحقيق إمكاناته الكامنة. فالأب والأم لا يخلقان شخصية الطفل، بل يهيئان الظروف التي تسمح ببدء عملية النمو، وهي العملية التي تبدأ داخل رحم الأم، ثم تستمر في أحضانها، ثم داخل الأسرة. أما الشخصية التي ستتطور لاحقًا، فإنها لا تخضع بالكامل لسيطرة الوالدين، بل تتأثر أيضًا بالاستعدادات الفطرية للطفل. ويتمثل دور الوالدين في توفير ما يحتاج إليه في كل مرحلة من مراحل نموه.

ويرى وينيكوت أن الطفل يولد مزودًا بدافع فطري نحو النمو Innate Tendency Toward Growth، وأن البيئة قد تعيق هذا النمو أو تسهله. فإذا كانت البيئة داعمة بما فيه الكفاية، فإن قوى النمو الداخلية تدفع الطفل تدريجيًا نحو التكامل Integration والاستقلال النفسي. أما إذا كانت البيئة غير ملائمة، فإن هذه القوى قد تُحبس أو تُعاق، مما يؤدي إلى اضطرابات في النمو النفسي. وكثيرًا ما يستخدم وينيكوت ثنائيات متقابلة في كتاباته لتوضيح طبيعة النمو، إلا أن هدفه ليس الفصل الحاد بين النقيضين، وإنما لتوضيح أن الصحة النفسية تتحقق من خلال إيجاد توازن بينهما.

ويُخصّص وينيكوت جانبًا كبيرًا من نظريته لدراسة رحلة الرضيع من الاعتماد الكامل على الآخرين إلى الاستقلال التدريجي، بينما يخصص الجانب الآخر لدراسة تطور الأم نفسها وقدرتها على التكيف مع احتياجات طفلها المتغيرة في كل مرحلة. ويطلق على الأم القادرة على تلبية احتياجات طفلها بصورة مناسبة اسم "الأم الكافية" Good Enough Mother أو "الجيدة بما فيه الكفاية".

الصحة النفسية Mental Health

عندما يتحدث وينيكوت عن النمو والنضج، فإنه لا يقصد النمو العقلي فقط، وإنما يقصد أيضًا النمو الاجتماعي والانفعالي\الوجداني. فالصحة النفسية في نظره، تتمثل في قدرة الفرد على الاندماج في المجتمع مع الاحتفاظ بعفويته وأصالته، بحيث يستطيع تحمل مسؤولياته الاجتماعية والمشاركة في الحياة الجماعية دون أن يُضجّي باحتياجاته الشخصية أو يفقد ذاته الحقيقية.

وانطلاقاً من هذا الفهم، وصف وينيكوت مراحل النمو التي تقود إلى الصحة النفسية، وهي:

1. **مرحلة الاعتماد المطلق Absolute Dependence**. يكون الطفل في هذه المرحلة معتمداً اعتماداً كاملاً على البيئة (الأم)، ولذلك يجب أن تكون الرعاية جيدة بما فيه الكفاية، لأن أي إخفاق كبير قد يعرقل عملية النمو.
2. **مرحلة الاعتماد النسبي Relative Dependence**. يبدأ الطفل تدريجياً بإدراك البيئة المحيطة، ويصبح قادراً على اختبار (تجربة) الإحباط والصدمة بدرجة محدودة، بعد أن كان غير قادر على ذلك في المرحلة السابقة.
3. **مرحلة الانتقال بين الاعتماد والاستقلال**: يبدأ الطفل في اختبار استقلاله بصورة تدريجية، مع استمرار حاجته إلى العودة إلى الاعتماد كلما احتاج إلى الشعور بالأمان.
4. **مرحلة يغلب فيها الاستقلال على التبعية**: تصبح استقلالية الطفل أكثر وضوحاً، مع استمرار وجود قدر من الاعتماد على الآخرين.
5. **مرحلة الشعور الاجتماعي Social Concern**. تمثل هذه المرحلة أحد مؤشرات الصحة النفسية، إذ يصبح الفرد قادراً على الانتماء إلى الجماعة والمشاركة فيها، مع الحفاظ على فرديته وأصالته.

ولا يقتصر اهتمام وينيكوت على النمو فحسب، بل يتحدث أيضاً عن الإثراء Enrichment، أي اتساع عالم الخبرات والتجارب النفسية باستمرار. ويقابل ذلك في الاضطراب النفسي حالة من الجمود، حيث تتكرر مجموعة محدودة من السلوكيات والاستجابات دون تطور. ويرى أن كل طفل سليم يمر بصراعات نفسية خلال نموه، مثل الصراع بين الاعتماد والاستقلال، أو الصراعات المرتبطة بالدوافع، وهذه الصراعات لا ينبغي منعها، لأنها تمثل جزءاً طبيعياً من عملية النمو. وإذا حاولت الأم إزالة هذه الصراعات أو تقديم حلول جاهزة لها، فإنها قد تعيق النمو النفسي بدلاً من أن تدعمه.

مفهوم الذات Self

يستخدم وينيكوت مفهوم الذات Self بصورة متكررة، ويميزه عن مفهوم الأنا Ego، ففي حين أن فرويد استخدم المصطلحين في كثير من الأحيان بصورة متقاربة، فإن وينيكوت يميز بينهما بوضوح. ويقصد

وينيكوت بـ الأنا Ego الجانب الوظيفي من الشخصية، الذي يتولى عمليات التنظيم والتكامل والدفاع والتكيف مع الواقع، ويدعم عمليات النمو النفسي.

أما الذات Self فلا تبدأ بالتشكل إلا عندما يصبح الطفل قادرًا على إدراك نفسه بوصفه شخصًا منفصلًا، ويبدأ بملاحظة استجابات الآخرين له، وكيف ينظرون إليه، وما يعكسونه له من مشاعر وتقييمات. ومن خلال هذه الخبرة العلائقية تتكون خبرة الذات تدريجيًا. ولذلك يؤكد وينيكوت أن الحديث عن الذات لا يصبح ممكنًا إلا بعد أن يبدأ الطفل بإدراك وجود الآخر بوصفه كيانًا مستقلًا عنه، ويصبح قادرًا على التمييز بين خبرته الذاتية والعالم الخارجي.

الميول الفطرية نحو النمو Innate Tendencies Toward Growth

يرى وينيكوت أن الطفل يولد مزودًا بميول فطرية نحو النمو، تستمر في التطور طوال حياته، ولا تصل أبدًا إلى حالة من الاكتمال النهائي، بل تظل عملية ديناميكية مستمرة. ومن أهم هذه الميول:

1. الميل نحو التكامل Integration أي الاتجاه التدريجي نحو توحيد الخبرات النفسية والجسمية في شخصية متماسكة.

2. الميل نحو السكن في الجسم Personalization ويقصد به تكون الشعور بأن النفس أو الذات تستقر داخل الجسم، بحيث تنشأ علاقة متماسكة بين الحياة النفسية والجسمية، ويشعر الفرد بأنه يعيش داخل جسمه براحة وأمان.

3. الميل نحو تكوين العلاقات Object Relating فعلى الرغم من أن الإنسان، في نظر وينيكوت، يبدأ حياته في حالة من العزلة الذاتية Subjective Isolation، فإنه يمتلك استعدادًا فطريًا لتكوين العلاقات مع الآخرين، مع احتفاظه بحاجته إلى حماية خصوصيته وعالمه الداخلي.

كما يصف وينيكوت ميولًا أخرى تظهر بصورة تدريجية مع النمو، مثل الميل نحو الاستقلال Independence، والميل نحو الاهتمام بالآخر Concern، والميل إلى الشعور بالذنب Capacity for Guilt بوصفه مؤشرًا على النضج الانفعالي، إضافة إلى القدرة على تقبل التناقضات، والقدرة على اختبار السعادة والرضا في لحظات معينة من الحياة.

مفهوم التبعية المطلقة Absolute Dependence

تُعد مرحلة التبعية المطلقة المرحلة الأولى من النمو النفسي. ويصف وينيكوت هذه المرحلة بأنها فترة لا يُدرك فيها الرضيع وجود نفسه بوصفه كيانًا منفصلًا عن أمه، ولا يدرك كذلك وجود الأم بوصفها شخصًا مستقلًا عنه، ولذلك تبدو العلاقة وكأن الطفل والأم يشكلان وحدة نفسية واحدة.

وتسبق هذه المرحلة اكتساب اللغة، ويعتمد الرضيع اعتمادًا كاملاً على قدرة الأم على التماهي معه وفهم احتياجاته. ويؤكد وينيكوت أن الطفل في هذه المرحلة لا يدرك أن هناك من يعتني به، ولذلك فهو لا يستطيع التحكم فيما يحدث له، ولا يميز مصدر الراحة أو الألم. فهو قد يشعر بالارتياح أو بالضيق دون أن يكون قادرًا على توجيه إشارات مقصودة إلى أمه، الأمر الذي يذكر بما وصفه رونالد فيربيرن Fairbairn في حديثه عن خبرات الرضا والإحباط المبكرة.

وخلال هذه المرحلة يحتاج الرضيع إلى بيئة الاحتواء Holding Environment، وهي البيئة التي توفرها الأم أو مقدم الرعاية Caregiver، وتتميز بخصيصتين أساسيتين:

✓ أن تكون متوافقة بصورة كاملة مع الاحتياجات الفسيولوجية والنفسية للطفل، إذ لا يكون هناك بعد تمييز بين الخبرة الجسمية والخبرة النفسية.

✓ أن تكون الرعاية موثوقة ومتسقة، بحيث يشعر الطفل بأن استجابة الأم نابعة من تعاطفها العميق معه، وليس من مجرد تطبيقها لمعارف أو تقنيات خاصة برعاية الأطفال. ويرى وينيكوت أن هذه القدرة على التماهي مع الرضيع، تنشأ بصورة طبيعية لدى معظم الأمهات.

التعامل HANDLING في تربية الرضيع وتطوره النفسي

يُعدُّ التعامل مع الرضيع، وفقًا لنظرية وينيكوت، مفهومًا أساسيًا يركز على الطريقة التي تدير بها الأم الرعاية الجسمية والعاطفية اليومية لرضيعها، بحيث يتعرف الطفل على جسمه ويطور علاقة متبادلة ومتجانسة معه. يتضمن هذا المفهوم استمرار العلاقة النفسية والجسمية بين الأم والرضيع، بحيث تكون كأنهما وحدة واحدة، وهو ما يعبر عنه وينيكوت بعبارة: "لا يوجد شيء اسمه طفل.. لا يمكن للطفل أن يوجد بمفرده، بل هو في جوهره جزء من علاقة". حيث نشأت فكرة التعامل الأمومي من ملاحظات وينيكوت الدقيقة لتفاعلات الأم والرضيع أثناء عمليات الرضاعة والتواصل الجسدي، وأكد على أن الرعاية الحساسة والمتناغمة تمنح

الطفل إحساسًا بجسمه ووجوده، وهو ما يربط بين "سكنى النفس في الجسم" وتكوين هوية داخلية متماسكة.

الجوانب الرئيسية للتعامل الأمومي مع الطفل

الدعم الجسمي: يعدُّ حمل الرضيع واحتضانه ودعمه من العوامل الحيوية التي تساعد على الشعور بالأمان والاطمئنان. يوضح وينيكوت أن التواصل الجسدي، من خلال حمل الطفل والتعامل معه بحساسية، ضروري لتنمية شعور الطفل بالأمان وسلامة جسمه، مما يساهم في بناء ثقته في العلاقات المستقبلية.

الاستجابة العاطفية: يجب على الأم أن تكون حساسة لإشارات الرضيع العاطفية، وتذكر احتياجاته للراحة والأمان، وتلبيته بشكل مناسب. إن قدرة الأم على التناغم مع طلبات الطفل والاستجابة لها بشكل فوري وملائم تُعدُّ أساسية لتنمية ارتباط آمن، وهو ما يعزز ثقة الطفل بنفسه وبالعالم من حوله.

تهيئة بيئة آمنة: توفر المعاملة الأمومية الجيدة بيئة داعمة وآمنة، تُتيح للطفل استكشاف العالم والنمو دون خوف، مما يُعزز من قدرته على الاعتماد على نفسه ويشجعه على التفاعل بشكل مستقل مع البيئة من حوله.

تنمية الهوية: من خلال التعامل المستمر والمتناغم، يبدأ الطفل في تكوين إحساسه بذاته، وتطوير هويته الشخصية. تعمل الأم كمرآة تعكس مشاعر الطفل وتجاربه، مما يساعد على تأسيس النفسية في الجسم ويُعدُّ شرطًا أساسيًا للصحة النفسية والنمو العاطفي.

أهمية المعاملة الأمومية وتأثيرها على النمو

النمو العاطفي: تُعزز المعاملة الحساسة قدرة الطفل على إدارة مشاعره، حيث يساعد التعامل الجسدي الملائم على إدراك الطفل لجسده بشكل صحيح، وتشكيل صورة ذاتية سليمة.

الارتباط الآمن: تُعزز المعاملة الأمومية الارتباط المستقر والآمن، وهو أساس للعلاقات المستقبلية الصحية، حيث تُظهر الأم الكفاءة قدرتها على رعاية أطفالها والاستجابة لاحتياجاتهم بشكل مناسب.

الاستقلالية: تُساعد المعاملة الحساسة الطفل على تطوير شعوره بالاستقلالية والاعتماد على الذات، من خلال تدريبه على التعامل مع الإحباطات والواقع الخارجي، وتمكينه من الانتقال من الاعتماد المطلق إلى الاعتماد النسبي تدريجيًا.

تُعَدُّ معاملة الأم للطفل أمرًا بالغ الأهمية لنموه ورفاهيته النفسية والعاطفية. إذ إن جودة التفاعل بين الأم والطفل تؤثر بشكل عميق على النمو العاطفي والنفسي للطفل. ينبغي للأم أن تكون حساسة ومرنة في استجاباتها لاحتياجات طفلها، وتوفر له بيئة آمنة ومحفزة تساعد على استكشاف ذاته وتطوير هويته، مما يُعزز قدرته على بناء علاقات آمنة ومستقلة في المستقبل.

الاحتواء Holding

يعد مفهوم الاحتواء من أكثر مفاهيم وينيكوت أهمية. ويقصد به الطريقة التي تحتضن بها الأم طفلها جسميًا ونفسيًا، بحيث توفر له شعورًا بالأمان والاستمرارية. ويشمل الاحتواء حماية الطفل من الأذى، ومراعاة حساسية جلده وسمعه وبصره، وتنظيم كمية المثيرات التي يتعرض لها بما يتناسب مع قدرته على تحملها. ولا يقتصر الاحتواء على حمل الطفل جسميًا، وإنما يشمل جميع أشكال الرعاية اليومية، مثل طريقة حمله، ولمسه، وإطعامه، والعناية به. ويؤكد وينيكوت أن هذه الرعاية لا يمكن أن تكون متطابقة بين طفل وآخر، لأن لكل طفل خصائصه واحتياجاته الفريدة. ولذلك فإن الأم المتعاطفة تلاحظ التغيرات الدقيقة التي تطرأ على طفلها يوميًا بعد يوم، وتكيف أسلوبها في الرعاية تبعًا لها. ويرى وينيكوت أن بعض الأمهات يملكن قدرة فطرية على حمل أطفالهن بطريقة تمنحهم الطمأنينة، في حين أن أخريات قد يحملن الطفل بطريقة تثير لديه الضيق أو القلق، وليس المقصود هنا نقص المعرفة أو الخبرة، وإنما غياب القدرة على التماهي مع احتياجات الطفل الفريدة. ويشير وينيكوت إلى أن نجاح الاحتواء، يسهم في استمرار النمو النفسي السليم، أما الإخفاق الشديد فيه خلال المراحل المبكرة، فقد يؤدي إلى اضطرابات نفسية عميقة، قد تصل في الحالات الشديدة إلى اضطرابات ذهانية Psychotic Disorders. ويؤكد كذلك أن قصور الرعاية الأمومية ينعكس مباشرة على نمو الذات، وعلى قدرة الطفل لاحقًا على تنظيم انفعالاته وضبط نفسه، الأمر الذي يؤدي إلى مسار نمائي غير سوي.

ولا ينظر وينيكوت إلى الرضيع بوصفه كائنًا جائعًا يسعى فقط إلى إشباع حاجاته البيولوجية، وإنما يراه كائنًا شديد الهشاشة، غير ناضج، ومعرضًا لخبرات من القلق غير المحتمل Unthinkable Anxiety ومن هنا،

فإن وظيفة الأم الأساسية، هي حماية الطفل من هذا القلق من خلال رعاية متسقة وحساسة. وقد تقع بعض الإخفاقات الطبيعية نتيجة الفروق الفردية بين الأم وطفلها، إلا أن معظم الأمهات يكنّ "جيدات بما فيه الكفاية Good Enough Mothers"، وهو ما يسمح للطفل بمواجهة الواقع بصورة تدريجية ودون أن يتعرض لصدمة.

ومع تطور الطفل، يبدأ في الإحساس بنفسه بوصفه كياناً نفسياً-جسمياً Psychosomatic Unity، فتتكون لديه خبرة بالترابط بين النفس والجسم، ثم يتطور لديه تدريجياً الإحساس بالجلد، بوصفه الحد الفاصل بين الذات والعالم الخارجي. وفي هذه المرحلة يمكن النظر إلى الأم والطفل وكأنهما يشتركان في حدود نفسية واحدة قبل أن يبدأ التمايز التدريجي بينهما.

الانشغال الأمومي الأولي Primary Maternal Preoccupation

يرتبط مفهوم الانشغال الأمومي الأولي Primary Maternal Preoccupation بمفهوم التبعية المطلقة، وهو حالة نفسية خاصة تمر بها الأم، تبدأ عادة خلال الثلث الأخير من الحمل، وتستمر عدة أسابيع أو أشهر بعد الولادة. في هذه الحالة تشغل الأم بصورة عميقة بطفلها، وتصبح أكثر قدرة على التماهي مع احتياجاته والانتباه إلى أدق إشارات، مستفيدة في ذلك من خبراتها الطفولية المبكرة. ويصف وينيكوت هذه القدرة بأنها نوع من التكيف الحساس Sensitive Adaptation، الذي يسمح للأم بالاستجابة لشخصية كل طفل بوصفه فرداً فريداً، وليس وفق قواعد ثابتة أو تعليمات عامة. ويؤكد وينيكوت أن هذا التكيف لا يقتصر على إشباع الحاجات الغريزية، بل يركز بدرجة أكبر على احتياجات الذات Self Needs، فقد يحصل الطفل على تغذية مثالية من الناحية البيولوجية، لكنه لا يشعر بالرضا إذا كانت العلاقة مع الأم تفتقر إلى التعاطف والتناغم النفسي.

الاستمرار في الوجود Going on Being

يرتبط بالتبعية المطلقة أيضاً مفهوم الاستمرار في الوجود ويقصد به شعور الطفل باستمرارية وجوده النفسي دون انقطاع. وتنجح الأم من خلال الاحتواء الجيد في حماية هذا الشعور، بحيث يعيش الطفل حالة متواصلة من الطمأنينة والرفاه النفسي، بعيداً عن الانقطاعات المفاجئة.

ويقابل ذلك ما يسميه وينيكوت القلق غير المحتمل Unthinkable Anxiety، وهو القلق الذي ينشأ عندما يتعرض شعور الطفل بالاستمرار في الوجود إلى انقطاع شديد. ففي هذه الحالة قد يعيش الطفل خبرة تشبه الفناء النفسي أو الانهيار الداخلي. ويرى وينيكوت أن الذات الحقيقية True Self تنمو عندما يُسمح للطفل بالاستمرار في الاتصال بخبراته الداخلية بصورة تلقائية، بينما تتكون الذات الزائفة False Self عندما يُجبر الطفل باستمرار على التكيف مع مطالب البيئة الخارجية على حساب خبرته الذاتية.

التداخل Impingement

يطلق وينيكوت مصطلح التداخل Impingement على كل حدث خارجي يقطع استمرارية وجود الطفل ويجبره على الاستجابة لواقع لم يكن مستعدًا لمواجهته. ومن أمثلة ذلك: الضوضاء الشديدة، أو الحرارة غير المناسبة، أو التأخر في الاستجابة لاحتياجات الطفل، أو أي خبرة تجبره على إدراك الواقع الخارجي قبل أوانه. ويرى وينيكوت أن التكرار المستمر لهذه التداخلات يؤدي إلى انفصال الطفل عن خبراته الداخلية، فيصبح منشغلًا بالاستجابة للمؤثرات الخارجية بدلًا من النمو انطلاقًا من ذاته. وعندما يحدث ذلك، يضعف الإحساس بوحدة النفس والجسد، ويتعطل النمو الطبيعي للذات.

أنماط فشل الرعاية الأمومية

يُميّز وينيكوت بين شكلين أساسيين لفشل الرعاية الأمومية:

1. الفشل أثناء حالة الاستثارة: عندما يكون الطفل في حالة نشاط أو إثارة، فإنه يعيش خبرة ذاتية يشعر فيها وكأنه يخلق العالم بنفسه، ويختبر الرضا على أنه امتداد لقدراته. فإذا أخفقت الأم في الاستجابة المناسبة، أو لم تقدم ما يحتاج إليه في الوقت المناسب، اضطرت الطفل قبل أوانه إلى إدراك وجود واقع خارجي مستقل عنه.

2. الفشل أثناء حالة الهدوء: عندما يكون الطفل في حالة استرخاء وسكون، فإن أي تدخل أو إثارة غير مناسبة يجبره على الانتقال من عالمه الداخلي الهادئ إلى واقع خارجي مفروض عليه، الأمر الذي يقطع خبرة الاستمرار في الوجود.

ويؤكد وينيكوت أن الأم قد تُخفق إما بإفساد لحظات السكون، أو بإعاقة الخبرة الإبداعية لدى الطفل أثناء الاستثارة. وفي كلتا الحالتين، يُجبر الطفل على التكيف مع الواقع الخارجي قبل أوانه. ويشير إلى أن الطفل لا

يلاحظ الرعاية الجيدة عندما تكون متوافرة بصورة طبيعية، لكنه يشعر مباشرة بنتائج الإخفاق في الرعاية، ويختبرها بوصفها اضطرابًا داخليًا يجبره على الاستجابة. وإذا تكررت هذه الخبرات بصورة مستمرة، فإنها تؤدي إلى ضعف الأنا Ego Weakness وتعوق النمو النفسي السليم.

القلق الذهاني Psychotic Anxiety

يرى دونالد وودز وينيكوت أن الطفل المعرض للقلق، والذي يصل بسهولة إلى حالة من القلق الشديد، إذا تعرض لضغوط متراكمة مع مرور الوقت، فإن خبراته النفسية تبدأ بالتفكك، وفي الحالات القصوى تصبح تجربته مجرد سلسلة من ردود الأفعال المنفصلة، دون وجود ترابط أو استمرارية بينها. وعندئذ تصبح حياته النفسية مجموعة من الخبرات غير المترابطة التي تفتقر إلى التكامل.

ويصف وينيكوت هذا النوع من القلق بأنه القلق الذهاني Psychotic Anxiety، وليس المقصود بذلك أن الطفل مصاب بالذهان Psychosis، وإنما أن طبيعة القلق الذي يختبره، تشبه القلق الموجود في الحالات الذهانية. وأن هذه المخاوف تنشأ نتيجة الإخفاقات المتكررة في الرعاية الأمومية المبكرة.

أما لدى البالغين المصابين بالذهان، فتأخذ هذه المخاوف طابعًا وجوديًا، مثل الخوف من الانهيار Fear of Breakdown، والخوف من السقوط إلى ما لا نهاية Falling Forever، والانفصال عن الجسد Depersonalization، والشعور بالضيق وفقدان الإحساس بالمكان. أما في النمو النفسي السليم، فإن البيئة الحاضنة الجيدة تمنع ظهور هذه الخبرات.

لحظة الوهم Moment of Illusion

مفهوم أساسي آخر يرتبط بالتبعية المطلقة هو لحظة الوهم Illusion ويقصد بها الحالة التي يكون فيها الطفل في درجة عالية من الإثارة، ويتوق إلى إشباع حاجة معينة، ثم تحدث استجابة الأم في اللحظة المناسبة تمامًا، فيبدو الأمر للطفل وكأنه هو الذي أوجد الشيء الذي يحتاج إليه، أو كأنه خالق العالم. ويؤكد وينيكوت أن جوهر هذا الوهم لا يقتصر على شعور الطفل بأنه يخلق العالم، بل يتمثل أيضًا في أن الأم تستجيب لحاجاته بسرعة وحساسية، إلى درجة أن الحاجة لا تتحول أصلًا إلى شعور مؤلم بالحرمان. فالرعاية تكون متوافقة مع احتياجات الطفل إلى الحد الذي يمنع تحول الحاجة إلى رغبة ملحة، لأن الرغبة الشديدة تمثل في حد ذاتها خبرة بالنقص.

وبالرغم من ذلك، يؤكد وينيكوت، أنه لا ينبغي على الأم أن تكون كاملة بصورة مطلقة. فمن المفيد أن يختبر الطفل، بين الحين والآخر، قدرًا محدودًا من الرغبة والإحباط. فالرغبة هي التي تغذي الحماس والحيوية فيما بعد. أما الأطفال الذين لم تتح لهم فرصة اختبار الرغبة خلال هذه المرحلة المبكرة، فقد يصبحون هادئين ومنظمين، لكنهم يفتقرون إلى الحيوية والدافعية. لذلك يحتاج الطفل إلى أن يبقى على اتصال بحيويته الداخلية، لأن غياب الرغبة تمامًا قد يدل على تراجع هذه الحيوية.

الأم كالمِرآة Mother as Mirror

في ختام مرحلة التبعية المطلقة، تصبح الأم بالنسبة إلى الطفل كائنًا ذاتيًا Subjective Object، لكنه لا يدركها كشخص منفصل عنه، وإنما كامتداد لذاته وجزء من شعوره بالقدرة المطلقة.

وفي هذا السياق يقدم وينيكوت مفهوم الأم بوصفها مرآة Mother as Mirror، إذ يرى أن الطفل يرى نفسه منعكسًا في عيني أمه، وأن صورة وجهها تعكس له ذاته. فمن خلال نظرة الأم يبدأ الطفل في تكوين إحساسه بنفسه.

من الجدير ذكره هنا، أن هذا المفهوم (الانعكاس) Mirroring عند وينيكوت يشبه ما عند هاينز كوهوت Heinz Kohut، إلا أن هناك اختلافًا جوهريًا بينهما. فبالنسبة إلى كوهوت يمثل الانعكاس حاجة نرجسية تستمر طوال الحياة، أما عند وينيكوت فهو يمثل مرحلة نمائية مبكرة تسهم في تشكّل الذات. فإذا كانت الأم مكتئبة، فإن الطفل لا يرى ذاته منعكسة في وجهها، بل يرى اكتئابها وحزنها. وعندئذ يتجه اهتمامه نحو حالتها النفسية بدلًا من التوجه نحو خبرته الذاتية، ويصبح منشغلًا بمحاولة فهمها والتكيف معها. ويؤدي ذلك إلى تقييد عفويته وإبداعه، لأن إبداع الطفل يرتبط بإحساسه بأن أمه تعكس وجوده النفسي.

ويشير وينيكوت إلى أن الأم ليست مطالبة بعكس مشاعر طفلها بصورة كاملة في جميع الأوقات، بل يكفي أن يحدث ذلك بدرجة جيدة بما فيه الكفاية Good Enough إذن فالحالات الأقل صحة، هي تلك التي يصبح فيها الطفل خبيرًا في قراءة انفعالات أمه، فيتعلم التنبؤ بحالتها النفسية ويتكيف معها باستمرار. ومع ذلك، يرى وينيكوت أن هذه الحالة تظل أفضل من حالة الفوضى الكاملة، التي يعجز فيها الطفل عن فهم أمه أو توقع استجاباتها، فلا يجد أساسًا للشعور بالأمان والثقة. وقد يتطور الأمر إلى تجنب الطفل النظر إلى وجه أمه، لأن النظر لم يعد وسيلة للتواصل، بل أصبح مصدرًا للتشويش والارتباك. وعندئذ تصبح نظرتة دفاعية وغير وظيفية، كما قد يُلاحظ في بعض الاضطرابات الذهانية أو اضطرابات طيف التوحد أو الحالات

الفصامية. ويضرب وينيكوت مثالاً يوضح هذا المعنى. فهناك فرق بين رجل يعشق امرأة بسبب جمالها فقط، وبين رجل يحب المرأة نفسها ويرى جمالها جزءاً من شخصيتها. ولذلك يؤكد أن من أهم أهداف العلاج النفسي، أن يشعر المريض بأنه مفهوم ومُدرَك من قبل المعالج.

التبعية النسبية Relative Dependence

تمثل التبعية النسبية Relative Dependence المرحلة التالية من النمو. ففي هذه المرحلة تبدأ الأم تدريجياً بالخروج من حالة الانشغال الأمومي الأولي، فتستعيد اهتمامها بذاتها وبحياتها اليومية، وهو تحول طبيعي يتوافق مع احتياجات الطفل النمائية.

ويحدث هذا في الوقت الذي لم يعد فيه الطفل بحاجة إلى ذلك المستوى المرتفع من التكيف الكامل، بل أصبح مستعداً لتعلم التعبير عن احتياجاته بنفسه. فقد أصبح يدرك أن هناك شخصاً يستجيب له، واكتسب وسائل أولية للتعبير عن رغباته، ولذلك ينبغي أن تنتقل الأم من الاستجابة الحدسية الكاملة إلى فهم الإشارات التي يرسلها طفلها.

ولا يكون هذا الفهم مثاليًا، بل يتضمن قدرًا طبيعيًا من الأخطاء. ويرى وينيكوت أن هذه الأخطاء المعتدلة ضرورية للنمو؛ فالطفل يستفيد من لحظات الإحباط المقبول، ويعبر عنها بالغضب والاحتجاج والركل والبكاء، ومن خلالها يوسع قدرته على التواصل والتعبير عن رغباته.

ومن هنا يرى أن نجاح الأم لا يكمن في تلبية جميع رغبات الطفل، بل في السماح له بخبرة الإحباط المناسبة لعمره. فالأم التي لا تسمح لطفلها بالغضب أو الاعتراض، ولا تتيح له التعبير عن عدوانيته الطبيعية، قد تعيق نموه الانفعالي. فالطفل الذي لا يُسمح له بإظهار عدوانيته قد يكبتها تمامًا، فلا يعود قادرًا على الجمع بين الحب والعدوان في العلاقة الواحدة، وقد يؤدي ذلك إلى التخلي عن الإبداع، أو إلى انفجارات انفعالية نتيجة تراكم العدوان المكبوت.

وفي هذه المرحلة يبدأ الطفل بإدراك وجود واقع خارجي مستقل عنه. فإذا كان في المرحلة السابقة يشعر بأن العالم يستجيب لرغباته بصورة سحرية، فإنه يبدأ الآن بفهم أن الواقع لا يخضع لإرادته. وهنا يميز وينيكوت بين الحاجات Needs التي ينبغي إشباعها، والرغبات Wishes التي لا يلزم تحقيقها دائمًا.

ويطلق وينيكوت على هذه المرحلة اسم التبعية النسبية لأن الطفل أصبح واعيًا لاعتماده على أمه، بينما في مرحلة التبعية المطلقة لم يكن يدرك أصلًا أنه يعتمد عليها. ولذلك يرى أن أعظم درجات الاعتماد هي تلك التي لا يشعر بها الطفل، أما عندما يصبح واعيًا لاعتماده فإنه يكون قد انتقل إلى مرحلة الاعتماد النسبي. كما يشير إلى أن الإفراط في الرعاية قد يؤدي إلى نتيجة عكسية، إذ قد يدفع الطفل إلى التراجع في نموه أو إلى رفض أمه بصورة شديدة، في محاولة لاستعادة استقلاله.

القدرة على أن يكون الإنسان وحيدًا Capacity to Be Alone

من أهم مفاهيم هذه المرحلة مفهوم القدرة على أن يكون الإنسان وحيدًا Capacity to Be Alone ويرى وينيكوت أن هذه القدرة لا تعني العزلة، وإنما تنمو من خلال خبرة الطفل في أن يكون بمفرده وهو يشعر في الوقت نفسه بوجود شخص آخر يوفر له الأمان دون أن يتدخل في نشاطه. وهذا الحضور غير المتطفل يتيح للطفل الاستمتاع بعزلته الهادئة، واكتشاف عالمه الداخلي، وتكوين حياته النفسية الخاصة. ويطلق وينيكوت على هذا النمط من الحضور اسم الأم بوصفها بيئة Environmental Mother.

ويقابلها الأم بوصفها كائنًا Object Mother، أي الأم التي تكون حاضرة بصورة مباشرة وملموسة بوصفها كائنًا للعلاقة.

ومن خلال حضور الأم بوصفها بيئة تنمو فيها قدرة الطفل على الانفراد، إذ يشعر بأنه يمتلك مساحة نفسية خاصة يعيش فيها مع نفسه. ويصف وينيكوت هذه الخبرة بأنها مفارقة؛ فالطفل يكون وحيدًا، لكنه وحيد في حضور أم موجودة نفسيًا وإن لم تكن متدخلة بصورة مباشرة.

أما الأمهات اللواتي لا يستطعن التخلي عن كونهن كائنًا حاضرًا باستمرار، ويحرصن دائمًا على التدخل والسيطرة، فقد يجعلن الطفل معتمدًا على وجودهن المادي، فيصبح غير قادر على البقاء وحده، ويحتاج دائمًا إلى وجود شيء أو شخص بجواره.

من الجدير ذكره هنا أن كوهوت يشير أيضًا إلى هذا النوع من الحضور، ويُشَبَّه كل من كوهوت ووينيكوت الأم بالهواء؛ فالإنسان لا يشعر بوجود الهواء ما دام متوافرًا بصورة طبيعية، لكنه يشعر بغيبابه فور فقدانه. وكذلك ينبغي أن يكون حضور الأم في هذه المرحلة؛ حضورًا داعمًا وهادئًا، لا يفرض نفسه على خبرة الطفل

الداخلية. أما إذا بقيت الأم باستمرار كائنًا حاضرًا بقوة، فإن الطفل يدرك اعتماده عليها في وقت مبكر جدًا، وهو أمر يراه وينيكوت سابقًا لأوانه، لأن الطفل لا يزال في مرحلة الاعتماد النسبي.

مفهوم الشيء (الكائن) الانتقالي Transitional Object

يعد الشيء الانتقالي من أهم المفاهيم في نظرية دونالد وينيكوت ويقصد به ذلك الشيء المحدد الذي يرتبط به الطفل ارتباطًا عاطفيًا خاصًا، ويمنحه قيمة ومعنى مميزين. ويلاحظ وينيكوت أن الأولاد يميلون غالبًا إلى الارتباط بالأشياء الصلبة، في حين تميل الفتيات إلى الارتباط بالأشياء اللينة، وإن كان هذا ليس قانونًا ثابتًا. ويرتبط مفهوم الشيء الانتقالي بما يسميه وينيكوت الظواهر الانتقالية Transitional Phenomena، وهي مجموعة من السلوكيات أو الطقوس أو العادات التي يضفي عليها الطفل أهمية خاصة. ففي بداية الحياة ترتبط هذه الظواهر بالأم، ثم تنتقل تدريجيًا إلى أشياء أخرى، قد تكون قطعة قماش، أو بطانية، أو لعبة، أو رائحة الأم، أو صوتها، أو أي شيء يرتبط لديها بالشعور بالأمان والطمأنينة.

ويحدد وينيكوت مجموعة من الخصائص التي ينبغي أن تتوافر في الشيء الانتقالي، وهي:

1. يتعلق الطفل بهذا الشيء تعلقًا عاطفيًا شديدًا، ويمنحه مكانة خاصة.
2. لا يجوز تغيير هذا الشيء أو استبداله، إلا بمبادرة من الطفل نفسه.
3. ينبغي أن يتحمل الشيء مشاعر الحب والعدوان معًا؛ أي أن يبقى حاضرًا رغم ما قد يسقطه الطفل عليه من مشاعر متناقضة.
4. يتعامل الطفل مع الشيء وكأنه حي، وكأنه يمنحه الدفء والراحة.
5. لا يمكن اعتباره شيئًا داخليًا خالصًا أو خارجيًا خالصًا؛ كما لا يمكن الجزم فيما إذا كان الطفل قد اكتشفه أم ابتكره. ويرى وينيكوت أن هذه المفارقة يجب أن تبقى دون حسم.
6. ينتهي دور الشيء الانتقالي بصورة طبيعية؛ فهو لا يُنسى، ولا يُكَبَّت، ولا يُحزن عليه، وإنما يفقد معناه تدريجيًا، وفي مرحلة ما يصبح مجرد شيء عادي يتخلى عنه الطفل.

ولا تكمن أهمية الشيء الانتقالي في كونه رمزًا للأم، بل في كونه شيئًا واقعيًا يمنح الطفل شعورًا بالدفع والانتماء والأمان. ومن خلاله تبدأ عملية التمييز التدريجي بين الذات والعالم الخارجي. فالشيء الانتقالي مريح، ودافئ، ومألوف، لكنه في الوقت نفسه ليس الأم.

ويقف هذا الشيء في منتصف الطريق بين العالم الذاتي Subjective Reality والعالم الموضوعي (الحقيقة) Objective Reality، فهو يمثل تجربة انتقالية تربط بين الاثنين. ففي البداية ما يزال الطفل يضيف عليه معانيه الذاتية، لكنه في الوقت نفسه يبدأ تدريجيًا بإدراكه بوصفه شيئًا موجودًا في الواقع الخارجي. ومن هنا، فإن التخلي عنه يمثل إحدى الخطوات الأولى نحو اختبار الواقع Reality Testing.

ويمنح وينيكوت هذا المفهوم أهمية كبيرة، ليس فقط لأنه يخفف من وطأة انفصال الطفل عن أمه، وإنما لأنه يتيح له اكتشاف العالم الداخلي والخارجي بصورة تدريجية، بعيدًا عن الصدمة. فالطفل لا يستطيع أن يدرك فجأة أن له عالمًا نفسيًا منفصلًا عن الآخرين، بل يحتاج إلى خبرة انتقالية تساعده على الوصول إلى هذا الإدراك بصورة تدريجية وآمنة.

ويرى وينيكوت أن اكتشاف الإنسان لوجود أفكار ومشاعر داخلية مستقلة ليس أمرًا سهلاً، لأنه يرتبط بخبرة الانفصال والوحدة والإحساس بالفردية. إلا أن التجربة الانتقالية تخفف من صعوبة هذا الانتقال، لأنها لا تنتمي بصورة كاملة إلى الداخل ولا إلى الخارج.

المفارقات Paradoxes

يصف وينيكوت عددًا من المفارقات التي ينبغي للكبار احترامها وعدم محاولة حلها بصورة قاطعة، لأنها تمثل جزءًا طبيعيًا من النمو النفسي، ومن أهمها:

1. يحتاج الطفل إلى أن يعيش خبرة أن الأم والطفل كيان واحد، وفي الوقت نفسه شخصان منفصلان.
2. يحتاج الطفل إلى أن يشعر بأنه هو الذي أوجد الشيء، مع أن هذا الشيء كان موجودًا بالفعل.
3. يحتاج الطفل إلى أن يكون وحيدًا، ولكن في حضور أم توفر له الأمان.

ويرى وينيكوت أن الهدف من احترام هذه المفارقات، هو الحفاظ على كل من الحقيقة العاطفية Subjective Truth والحقيقة الموضوعية Objective Truth فالطفل يحتاج إلى أن يشعر بأن مشاعره حقيقية وصحيحة، بقدر حاجته إلى إدراك الواقع الخارجي.

ولهذا يؤكد أن العمل العلاجي، ولا سيما مع المرضى ذوي الاضطرابات الشديدة، لا ينبغي أن يقتصر على التعامل مع الحقائق الموضوعية، بل يجب أن يمنح أهمية مماثلة للحقيقة العاطفية التي يعيشها المريض. كما يرى أن الإنسان الراشد لا يعيش بصورة كاملة داخل العالم الموضوعي، وإنما ينتقل باستمرار بين الواقع الداخلي والواقع الخارجي، وبين الخبرة الذاتية والخبرة الموضوعية. وما يجعل هذا الانتقال ممكنًا هو وجود المساحة الانتقالية Potential Space التي تقع بين هذين العالمين.

ومن خلال هذه المساحة يصبح الإنسان قادرًا على التفاعل مع العالم، لأن الحقيقة الذاتية والحقيقة الموضوعية كليهما تحتفظان بقيمتهم. أما إذا فقدت إحدى هاتين الحقيقتين، فإن التفاعل الخلاق مع البيئة يصبح محدودًا أو مستحيلًا.

ويعد اللعب Play الامتداد الطبيعي للخبرة الانتقالية. فالطفل يلعب بالألعاب، بينما يلعب الراشد بالأفكار، والخيال، والإبداع، والفن، والثقافة. ولذلك فإن استمرار الخبرة الانتقالية لا يعني التعلق بلعبة معينة، وإنما يعني الاحتفاظ طوال الحياة بالقدرة على اللعب والإبداع والابتكار.

مفهوم الاستقلال: من العلاقة بالكائن إلى استخدام الكائن Object Relating → Object Use

تمثل هذه المرحلة انتقال الطفل من العلاقة بالكائن إلى استخدام الكائن، وهي من أكثر أفكار وينيكوت أصالة. ففي البداية تكون الأم بالنسبة إلى الطفل كائنًا ذاتيًا Subjective Object، أي إنها ما تزال جزءًا من عالمه الداخلي وتخضع لوهم قدرته المطلقة. إلا أن الطفل يبدأ تدريجيًا باكتشاف أن الأم ليست امتدادًا له، وأن الوصول إليها يتطلب التواصل الحقيقي معها، لا مجرد الرغبة أو التخیل.

ويتزامن هذا التحول مع إدراك الطفل لأمه بوصفها شخصًا كاملًا ومستقلًا، وهو ما يقابل إلى حد كبير الموقف الاكتئابي Depressive Position عند ميلاني كلاين.

ويرى وينيكوت أن هذا الإدراك لا يتحقق إلا بعد تجربة نفسية شديدة الأهمية، وهي أن يشعر الطفل بغضب شديد تجاه أمه عندما لا تستجيب لرغباته أو لا تخضع لقدرته المطلقة. وفي خياله قد يتمنى تدميرها أو القضاء عليها. غير أن الأم الحقيقية تتحمل هذا العدوان ولا تنهار، وعندما "ينقشع الدخان"، كما يعبر وينيكوت، يكتشف الطفل أن الأم لا تزال موجودة، وأنها شخص مستقل عن خياله.

ومن هنا تنشأ فكرة استخدام الكائن Object Use؛ إذ لا يستطيع الطفل أن يستخدم الشخص الآخر استخدامًا حقيقيًا، إلا إذا اكتشف أنه موجود خارج عالمه الذاتي، وأنه قادر على البقاء رغم ما يوجهه إليه الطفل من غضب وعدوان.

يشعر الطفل بحرية أكبر، عندما يستطيع أن يغضب من أمه، دون خوف من فقدانها أو من تدمير العلاقة معها. فعندما يتمكن من التعبير بحرية عن أفكاره ومشاعره، وهو واثق من أن أمه ستظل موجودة وستواصل رعايته، تصبح العلاقة قائمة على الحرية والثقة والمعاملة المتبادلة.

ولا يمكن استخدام الكائن إلا إذا كان كائنًا ثابتًا وموثوقًا Reliable Object إذا لم توافق الأم على سلوك طفلها، فإنها تعبر عن ذلك بصورة واضحة، دون أن تسحب محبتها أو وجودها النفسي. وهكذا يتعلم الطفل أن العلاقة تحتمل الاختلاف والغضب دون أن تنهار.

وفي هذه المرحلة يهاجم الطفل أمه في خياله بسبب غضبه منها، لكنها تتحمل هذا العدوان وتظل موجودة. ومن خلال هذه الخبرة، يكتشف أنها شخص مستقل له مشاعره الخاصة، فتبدأ لديه القدرة بالتدرج على الاهتمام Concern بالآخرين.

إن هذا الاهتمام لا ينشأ من الخوف من فقدان الأم أو من الشعور بالذنب، وإنما من إدراك حقيقي لوجودها كشخص مستقل. فبعد أن "يدمرها" في خياله ويجدها ما تزال موجودة، يصبح قادرًا على محبتها والاهتمام بها بوصفها شخصًا حقيقيًا.

أما المشكلة فتبدأ عندما تغيب الأم مدة أطول مما يستطيع الطفل احتماله، أو عندما تكون حاضرة جسديًا لكنها غائبة عاطفيًا. ففي لحظات الغضب يحاول الطفل إجبارها على أن تكون كما يريد، لكن إذا لم يجد أمًا قادرة على تحمل عدوانه والاستمرار في العلاقة معه، فإن عملية الانتقال من العلاقة بالموضوع إلى استخدام الموضوع تتعطل، ويصعب عليه فيما بعد تكوين علاقات ناضجة مع الآخرين. فإن الأم التي لا تمنح طفلها

أي سبب للشعور بالإحباط أو الغضب، ليست بالضرورة أمًا جيدة. فقد يبدو للوهلة الأولى أن الطفل الذي يحصل على كل ما يريده، سيكون أكثر سعادة، لكن وينيكوت يرى العكس؛ إذ إن الطفل لا يتعلم التعامل مع الإحباط Frustration ولا يكتشف أن أمه شخصاً مستقلاً Separate Person إلا عندما يختبر الغضب تجاهها. فالغضب ليس شيئاً سلبياً في حد ذاته، بل هو خطوة ضرورية في النمو النفسي، لأنه يساعد الطفل على إدراك أن الأم ليست امتداداً له، وإنما إنسان مستقل له رغباته وحدوده.

بعد أن يستوعب الطفل أمه كبيئة آمنة Internal Environment، يصبح قادراً على البقاء وحده دون خوف، لأنه يحملها داخله نفسياً. لكن قبل أن يصل إلى هذه المرحلة، لا يستطيع تحمل غيابها. لذلك يميز وينيكوت بين غياب الأم ك Mother as Object، وهو أمر يمكن للطفل احتماله لاحقاً، وبين غيابها ك Mother as Environment، وهو أمر لا يستطيع الطفل تحمله في المراحل المبكرة لأنه يعتمد عليها كي يشعر بالأمان والاستمرار.

وفي هذا السياق يطرح وينيكوت مفهوماً مهماً هو Ruthlessness أو "اللا رحمة" (قسوة). لا يقصد بهذا أن الطفل قاسٍ أو شرير، وإنما أنه قبل أن يدرك أن أمه شخص حقيقي له مشاعر، يعاملها دون أي شعور بالشفقة، لأنه ببساطة لا يعرف بعد أنها قد تتأذى. ومع تطور النمو النفسي واكتشافه أن أمه شخص مستقل، تظهر لديه قدرة جديدة يسميها وينيكوت Capacity for Concern، أي القدرة على الاهتمام بالآخر. عندها يصبح الطفل قادراً على الشعور بالذنب Guilt والندم Remorse إذا آذى أمه، ليس لأنه يخاف العقاب، بل لأنه أصبح يدرك مشاعرها ويهتم بها.

ثم ينتقل وينيكوت إلى الحديث عن أهمية اللغة Speech في النمو النفسي. فهو يرى أن اكتساب الطفل للكلام لا يعني فقط تعلم الكلمات، بل يمثل تحولاً كبيراً في طريقة فهمه للعالم. فاللغة تساعد على التعاون مع الآخرين، وعلى استخدام التفكير العقلي، كما تساعد على تجاوز الحزن والخوف والكراهية، والأهم أنها تتيح له التواصل الحقيقي مع من حوله. فعندما تقول الأم لطفلها: "سأذهب ثم أعود"، يستطيع الطفل الاحتفاظ بصورتها في داخله حتى أثناء غيابها، وهو ما يشبه مفهوم ثبات الكائن Object Constancy الذي تحدثت عنه ماهر Mahler ومن خلال اللغة يبدأ الطفل بدمج مشاعره المختلفة، فيفهم أن بإمكانه أن يحب ويغضب في الوقت نفسه، ويدرك أن لأمه مشاعر مستقلة، كما يبدأ في التمييز بين Internal Reality

الواقع الداخلي و External Reality الواقع الخارجي. ولهذا يؤكد وينيكوت أن أهم ما يحتاجه المريض في العلاج النفسي هو أن يشعر بأنه Being Understood، أي أنه مفهوم حقًا.

بعد ذلك يناقش وينيكوت موضوع Communication و Non-Communication فهو يوضح أن عدم التواصل ليس دائمًا أمرًا مرضيًا. فهناك نوع صحي من عدم التواصل، عندما يرغب الشخص في أن يكون وحده، ويعيش حالة من الهدوء والراحة والاتصال بنفسه. أما الشكل المرضي، فهو أن يبدو الشخص وكأنه يتحدث، لكنه في الحقيقة لا يعبر عن ذاته إطلاقًا. تكون كلماته رسمية أو فارغة أو يقول فقط ما يتوقع الآخرون سماعه، وهنا نتحدث عن False Communication، أي التواصل الزائف.

ومن هنا يصل وينيكوت إلى أهم أفكاره، وهي مفهوم True Self أو الذات الحقيقية. فالذات الحقيقية تشمل كل الإمكانيات الفطرية لدى الإنسان، وكل ما يرتبط بجسده وخبراته المبكرة، كما تتكون من الخبرة المتراكمة لما يسميه Continuity of Being، أي استمرارية الوجود. تنمو هذه الذات عندما يعيش الطفل وفق مشاعره وحده وإحساسه الداخلي، وليس استجابة لضغوط البيئة أو لرغبات الآخرين. وكل فترة يستطيع فيها الطفل أن يعيش دون أن يُجبر على التخلي عن ذاته الحقيقية، تزيد من شعوره بالأصالة والواقعية، وتقوي قدرته على التكيف مع الحياة.

وفي المقابل يتحدث وينيكوت عن False Self أو الذات الزائفة. وهو يؤكد أن وجودها ليس أمرًا سيئًا بحد ذاته، لأنها خلقت أساسًا لحماية True Self، فالمشكلة لا تكمن في وجودها، وإنما في مدى سيطرتها على الشخصية. فإذا لم تكن الأم متكيفة مع احتياجات طفلها، فقد يستجيب الطفل بطريقتين؛ فقد يحتاج على ذلك من خلال الهيجان أو اضطرابات الأكل أو السلوك الرافض، وكأن هذه الأعراض تعبر عن احتجاجه لأنه لا يُسمح له بأن يعيش وفق طبيعته. أما الاستجابة الثانية فهي أن يصبح شديد الطاعة Compliance، فيبني شخصيته على إرضاء الآخرين والتقليد والامتثال، بدلًا من أن يبنينا على ذاته الحقيقية. ولهذا يعتبر وينيكوت أن الامتثال المفرط من أخطر ما يمكن أن يحدث للطفل.

ويشرح وينيكوت أن للذات الزائفة خمس درجات تختلف في شدتها. ففي المستوى الأول، وهو الأخطر، تصبح الشخصية كلها مزيفة، ولا يعود الشخص يعرف أن لديه أصلًا ذاتًا حقيقية، ويعيش حياته بالكامل بالتقليد، وقد يرى أن هذا النمط يظهر في بعض حالات Psychosis. أما في المستوى الثاني، فيعرف الشخص أن لديه ذاتًا حقيقية، لكنه يخفيها تمامًا ولا يسمح لها بالظهور، ويشعر أن حياته ليست حياته الحقيقية.

وفي المستوى الثالث تستمر الذات الزائفة في حماية الذات الحقيقية، لكنها تحاول أيضًا البحث عن فرص تسمح لها بالتعبير عن نفسها، وهو ما يشبه وظيفة الأنا Ego عند فرويد. ويرى وينيكوت أن الشخص إذا لم يجد أي فرصة للتعبير عن ذاته الحقيقية فقد يصبح معرضًا للانتحار Suicide، ولذلك يوفر العلاج النفسي مساحة آمنة تسمح لهذه الذات بالظهور. أما بالمستوى الرابع، فتقوم الذات الزائفة على Identification أو التماهي؛ أي أن الشخص يلتزم بالقوانين والقيم الاجتماعية لأنه يتماهى معها، وليس لأنه فقد ذاته. وأخيرًا، في المستوى الخامس، وهو الأكثر صحة، تقتصر الذات الزائفة على السلوك الاجتماعي واللياقة والأخلاق، بينما تبقى بقية الشخصية أصيلة وتعبّر عن الذات الحقيقية.

وفي النهاية، يرى وينيكوت أن النمو النفسي السليم يعتمد بالأساس على وجود Good Enough Mother أو "الأم الكافية"، وهي الأم التي توفر للطفل بيئة آمنة تسمح له بالانتقال تدريجيًا من Absolute Dependence الاعتماد المطلق، إلى Relative Dependence الاعتماد النسبي، ثم إلى Independence الاستقلال. وخلال هذا المسار تتكون True Self، بينما تبقى False Self مجرد وسيلة تكيّف اجتماعية طبيعية، لا شخصية مزيفة تسيطر على الإنسان. بهذه الطريقة يستطيع الفرد أن يعيش في المجتمع دون أن يفقد أصالته أو يتخلى عن ذاته الحقيقية.

المساحة المحتملة Potential Space

يقول وينيكوت إن حياة الإنسان النفسية لا تدور فقط بين عالَمين، كما قد نعتقد، بل بين ثلاثة عوالم. هناك أولاً الواقع الداخلي Internal Reality، وهو عالم المشاعر والخيالات والدوافع والتجارب الشخصية. وهناك الواقع الخارجي External Reality، أي العالم الحقيقي الذي نعيشه ونتعامل معه. لكن بين هذين العالَمين توجد منطقة ثالثة شديدة الأهمية، يسميها المساحة المحتملة Potential Space أو المنطقة الانتقالية Intermediate Area. لا تكون هذه المساحة موجودة منذ الولادة، وإنما تنشأ أولاً من تجربة الشيء الانتقالي Transitional Object فالطفل يبدأ بعلاقته مع بطانية أو دمية أو أي شيء يمنحه الشعور بالأمان، ثم تتوسع هذه التجربة تدريجيًا حتى تشمل اللعب، والخيال، والرموز، والثقافة، والفن، والإبداع. فالشيء الانتقالي نفسه لا يبقى إلى الأبد، بل يفقد أهميته مع مرور الوقت، لكنه لا يُدمج داخل النفس ولا يُكبت، وإنما يفقد معناه ببساطة، بينما تبقى الخبرة النفسية التي صنعها. وكأن الشيء يختفي، لكن الطريقة التي تعلم الطفل من خلالها استخدامه تبقى جزءًا من شخصيته. ويؤكد أن لكل من الواقع الداخلي والواقع

الخارجي حدوده الواضحة، لكن النفس الإنسانية تحتاج أيضًا إلى مساحة لا تكون داخلية بالكامل ولا خارجية بالكامل، بل تسمح بالغموض والمرونة والخيال، هذه هي Potential Space.

أي إن الإنسان لا يعيش معظم حياته داخل عالمه الداخلي، ولا يعيش أيضًا داخل الواقع الخارجي وحده، وإنما يقضي معظم وقته في هذه المساحة الوسطى، حيث يقرأ الكتب، ويستمتع بالموسيقى، ويشاهد الأفلام، ويمارس الفن، ويلعب، ويتخيل، ويدع. ولذلك فإن جودة هذه المساحة تعتمد بصورة كبيرة على العلاقة الأولى بين الطفل وأمه.

وفي العلاج النفسي، يرى وينيكوت أن مهمة المعالج لا تقتصر على تفسير الأعراض، وإنما تتمثل أيضًا في خلق Potential Space جديدة بينه وبين المريض. ففي هذه المساحة لا يكون كل شيء تابعًا للمريض، ولا تابعًا للمعالج، بل تنشأ منطقة مشتركة يلتقي فيها العالمان النفسيان للطرفين. وحتى تنجح هذه العملية، يجب أن يكون المعالج حاضرًا بطريقة داعمة، ومرحة، ومتعاطفة، وفي الوقت نفسه يقظًا ومخلصًا للمريض. وعندما يلتقي العالمان النفسيان بهذه الطريقة، ينشأ مجال جديد يسمح بالتغيير، والنمو، والتطور، بدلًا من الجمود والركود، حيث يبقى كل شيء كما هو.

ومن خلال هذه المساحة الوسطى يتعلم الطفل أن يميز بين ما هو "أنا" وما هو "ليس أنا". وفيها يكتشف أوجه الشبه مع الآخرين، كما يكتشف الاختلافات بينهم وبينه، وبذلك تساعد هذه المساحة على بناء علاقات صحية تقوم على التقارب دون فقدان الهوية الشخصية.

الجسم والعقل عند وينيكوت Body and Mind

إن أول تجربة يعيشها الطفل ليست تجربة عقلية، وإنما تجربة جسمية. فالطريقة التي تحمله بها أمه Holding والطريقة التي تتعامل بها معه Handling تؤثران بصورة مباشرة في كيفية شعوره بجسمه ونفسه. ويعتقد أن أول إحساس بالذات يتكون من خلال الجسم كما يختبره الطفل أثناء الرعاية اليومية. فإذا كانت الأم جيدة بما يكفي، يبدأ الطفل تدريجيًا في الارتباط بجسمه ووظائفه الحيوية، فتشعر النفس وكأنها مستقرة داخل الجسم، ويصبح الجلد Skin هو الحد الفاصل بين الذات والعالم الخارجي.

ويذهب وينيكوت إلى فكرة مميزة، وهي أن العقل في الحالة الصحية لا يكون محصورًا داخل الرأس، بل يكون موزعًا في الجسم كله، أي أن الإنسان يعيش خبرة نفسية-جسمية متكاملة Psychosomatic Unity أما في

الحالات المرضية، فإن العقل ينفصل عن الجسم، ويتمركز في الرأس فقط، فيشعر الإنسان بأنه يعيش بعقله دون أن يكون متصلًا بجسمه.

كما يركز كثيرًا على تجربة الجلد، فيرى أن الطفل في البداية يشعر بأنه وأمه يشتركان في جلد واحد Shared Skin وهو يختلف هنا عن مفهوم Mahler في التكافل Symbiosis، لأن وينيكوت لا يرى أن الطفل والأم شخص واحد، بل شخصان داخل غلاف واحد. فلكل منهما وجوده المستقل، لكنهما يعيشان داخل إحساس نفسي مشترك. ومع تطور النمو، يتخلى الطفل تدريجيًا عن وهم هذا الغلاف المشترك، ويتكون لديه ما يسمى Ego Skin أو غلاف الأنا، أي الإحساس بأن جلده يمثل حدوده الشخصية.

Symbiosis: يعني "التعايش" أو "التكامل" أو "الاعتماد المتبادل".

الاندماج Integration

يرى وينيكوت أن الطفل لا يولد وهو شخصية متكاملة، بل يبدأ حياته في حالة من عدم التكامل Unintegration ففي البداية تكون مشاعره وتجربته مشتتة، ولا يوجد شعور واضح بأنه شخص واحد متماسك، لكنه يمتلك ميلاً فطرياً نحو التكامل Integration فإذا كانت الأم توفر له رعاية جيدة، فإن التجارب المختلفة تبدأ بالترابط معاً. فعندما تحمله، وتطعمه، وتناديه باسمه، وتعتني به، تتجمع هذه الخبرات تدريجيًا لتشكّل شعورًا موحدًا بالذات. كما أن التجارب الغريزية المتكررة، مثل الجوع والشبع، تساهم أيضًا في هذا التكامل، فتندمج الخبرات الداخلية مع الخارجية، ويبدأ الطفل بالشعور بأنه شخص واحد متماسك. وبرغم ذلك، يؤكد وينيكوت أن الإنسان لا ينبغي أن يبقى متكاملًا طوال الوقت. ففي الصحة النفسية توجد لحظات من الاسترخاء وعدم التنظيم المؤقت، مثل أحلام اليقظة، أو التأمل، أو التداعي الحر Free Association، وهي لحظات طبيعية ومفيدة. ولهذا يميز بين مفهومين مختلفين:

الأول Unintegration أو عدم الاندماج، وهي حالة طبيعية ومؤقتة يكون فيها الشخص مسترخيًا وغير منظم دون أن يكون مريضًا.

أما الثاني Disintegration أو التفكك، فهو حالة مرضية يفقد فيها الشخص ترابط شخصيته بالفعل.

ويشير إلى أن الاسترخاء الحقيقي يتطلب شعورًا عميقًا بالأمان، لأنه يسمح للإنسان بأن يتخلى مؤقتًا عن تماسكه دون خوف. أما الشخص الذي تعرض لفشل شديد في البيئة المبكرة، فقد يخاف من التفكك إلى درجة أنه يخلق الفوضى عمدًا، للدفاع عن نفسه ضد هذا الخوف.

ويرى أيضًا أن الفن قد يكون وسيلة للحماية من التفكك. لكن هناك فرقًا بين الفنان السليم والفنان المضطرب؛ الفنان السليم يبدع انطلاقًا من شخصية متكاملة، بينما يستخدم الشخص المضطرب الفن أحيانًا كوسيلة للدفاع ضد الانهيار النفسي. ويضيف وينيكوت فكرة جميلة هنا، وهي أن كل إنسان يحمل بداخله جانبًا من الجنون Madness؛ وهذا الجانب ليس مرضًا، بل هو مصدر الإبداع والخيال. أما الإنسان الذي يبدو عقلانيًا بصورة كاملة ودائمة، فهو في رأيه شخص فقير في الخيال والإبداع.

ويضرب مثالًا بسيطًا على التكامل والاندماج، عندما يقول الطفل: "أنا الذي حلمت الليلة الماضية" فهذه الجملة تدل على أنه أصبح قادرًا على التعرف على نفسه، حتى في حالات الوعي المختلفة، وهو دليل على تطور الإحساس بالهوية.

الوجود والفعل Being and Doing

يفرق وينيكوت بين عنصرين أساسيين في الشخصية، هما الوجود Being والفعل Doing.

فالوجود يمثل الجانب الأنثوي Feminine Element، ولا يقصد به المرأة بيولوجيًا، بل الخبرة النفسية التي تمنحها الأم لطفلها. فالطفل يتعلم من أمه معنى أن يوجد في العالم بأمان، وأن يشعر بالاستقرار والاستمرار دون أن يكون مضطربًا إلى القيام بأي شيء. ولذلك يرتبط مفهوم Continuity of Being بالشعور بالوجود الهادئ والمستمر.

القدرة على الوجود هي أساس كل العلاقات الإنسانية، وأن الحكمة ليست في النشاط المستمر، بل في القدرة على أن يكون الإنسان حاضرًا مع نفسه ومع الآخرين.

كما يربط هذا العنصر الأنثوي بقدرة الأم على الحمل والاحتواء والاستيعاب، وبطريقة معرفتها الحَدَسِيَّة، أي قدرتها على فهم طفلها من خلال التماهي معه وليس من خلال التفكير المنطقي فقط.

أما العنصر الذكوري فهو الفعل Doing، أي القدرة على العمل، والإنجاز، والتأثير في العالم الخارجي. لكنه يؤكد أن الإنسان لا يستطيع أن يفعل بطريقة صحية إلا إذا تعلم أولاً كيف يكون Being before Doing فالوجود هو الأساس الذي يبني عليه الفعل.

علم الأمراض النفسية Psychopathology

يرى وينيكوت أن جوهر الاضطراب النفسي هو انقطاع في استمرارية الوجود Continuity of Being فبدلاً من أن ينمو الطفل وفق إمكاناته الطبيعية، يحدث انحراف في مسار نموه بسبب ظروف البيئة. وأن المرض النفسي كثيراً ما يكون استجابة سليمة لبيئة غير سليمة. فقد ينشأ نتيجة فشل الوالدين في توفير البيئة المناسبة، أو بسبب المرض، أو الكوارث، أو المشكلات الخلقية التي تمنع الطفل من الاستفادة من رعاية أمه. لكن السبب الحقيقي لا يكمن غالباً في الحدث نفسه، وإنما في أن الطفل لا يستطيع فهم ما حدث له. فعندما تتجاوز التجربة قدرته على الفهم، تتحول إلى صدمة Trauma. ولهذا يؤكد وينيكوت أن من واجب الأم أن تساعد الطفل على فهم ما يحدث له تدريجياً، وبطريقة تناسب قدرته على الاستيعاب. كما يرى أن التكيف المبكر جداً مع مطالب البيئة، قد يؤدي هو أيضاً إلى المرض النفسي، لأن الطفل في البداية يجب أن تكون البيئة هي التي تتكيف معه، وليس العكس. ولهذا يرفض وينيكوت الامتثال والطاعة المفرطة، ويرى أنهما يهددان نمو الذات الحقيقية.

وفي حديثه عن النزعة المعادية للمجتمع Antisocial Tendency يقدم تفسيراً مختلفاً؛ فهو لا يراها مجرد سلوك إجرامي، وإنما يعتبرها محاولة من الطفل لاستعادة شيء شعر أنه كان من حقه لكنه حُرم منه. كما أنها تمثل محاولة لجذب انتباه البيئة وإجبارها على تقديم الرعاية التي كان ينبغي أن تقدمها منذ البداية. فالطفل الذي لم يحصل على احتياجاته الأساسية، قد يلجأ إلى السلوك المعادي للمجتمع، ليس لأنه شرير، بل لأنه يحاول دفع البيئة إلى الاعتراف بما حُرم منه.

الخوف من الانهيار Fear of Breakdown

إن الخوف من الانهيار Fear of Breakdown لا يعني الخوف من حدث قد يحدث في المستقبل، بل هو في جوهره خوف من تكرار شيء حدث بالفعل في الماضي، لكنه حدث في مرحلة مبكرة جداً من الحياة، في وقت لم يكن الطفل يمتلك فيه القدرة النفسية على فهمه أو استيعابه. ولهذا السبب، فإن مخاوف المريض في الحاضر قد تكون طريقاً لفهم التجارب المبكرة التي عاشها. فالشخص الذي يخاف من الموت النفسي أو

الانهيار أو فقدان السيطرة لا يخاف فقط من شيء قادم، بل يحمل داخله أثر تجربة بدائية لم يتمكن من تسجيلها كخبرة نفسية متكاملة.

فالطفل في المراحل الأولى من نموه لا يمتلك بعد ذاتًا مستقلة Independent Self قادرة على التفكير في التجربة وتَحْمُلُها. لذلك فإن بعض الأحداث المؤلمة لا تصبح ذكريات واضحة، وإنما تبقى كخبرات جسمية وانفعالية غير ممثلة نفسيًا. وهنا يتحدث وينيكوت عن خبرة الموت النفسي Psychic Death أو المعاناة البدائية من الموت Primitive Agony. فعندما تغيب الأم في مرحلة مبكرة جدًا، لا يختبر الطفل هذا الغياب كما يختبره الشخص البالغ. فالبالغ يستطيع أن يقول: "الأم غير موجودة الآن، لكنها ستعود"، أما الطفل الصغير جدًا فلا يمتلك بعد القدرة على الاحتفاظ بصورة الأم داخليًا. لذلك يصبح غيابها تهديدًا لاستمرارية وجوده نفسها. وهنا يرتبط المفهوم الأساسي عند وينيكوت وهو استمرارية الوجود Continuity of Being، فالطفل يحتاج إلى أن يشعر بأن وجوده يستمر دون انقطاع، وأن هناك خيطًا متصلًا يربط خبراته ببعضها. عندما تفشل البيئة في حماية هذا الاستمرار، يحدث انقطاع في التجربة الذاتية. فالصدمة ليست فقط حدثًا خارجيًا مؤلمًا، وإنما هي انقطاع في استمرارية الوجود. إنها لحظة يشعر فيها الطفل بأن شيئًا أساسيًا انهار داخله، لأنه لم يمتلك بعد الوسائل النفسية التي تسمح له بفهم ما يحدث. يمكن تشبيه الأمر، بأن الطفل كان يبني إحساسه بذاته، على أساس وجود الأم واستجابتها. فإذا حدث غياب يتجاوز قدرته على الاحتمال، فإن البناء الداخلي ينهار. وقد يستطيع الإنسان لاحقًا أن يعيش حياة طبيعية ظاهريًا، لكنه يبقى يحمل خوفًا عميقًا من أن يحدث هذا الانهيار مرة أخرى. ولهذا يقول وينيكوت إن العلاج لا يهدف فقط إلى طمأنة المريض بأن الانهيار لن يحدث، بل إلى مساعدته على اكتشاف الحقيقة العميقة: أن ما يخشاه قد حدث بالفعل في الماضي. فعندما يستطيع المريض أن يفهم التجربة القديمة، وأن يمنحها معنى نفسيًا، فإنها تتوقف عن السيطرة عليه من خلال الخوف. يحتاج المريض إلى أن يعيش التجربة مرة أخرى داخل علاقة علاجية آمنة Therapeutic Relationship، حيث يستطيع المعالج أن يوفر نوعًا من البيئة، التي لم تكن متاحة في الماضي. وهنا يظهر مفهوم البيئة الحاضنة أو البيئة الميسرة Facilitating Environment، حيث يصبح وجود المعالج، شبيهًا بالدور الذي تؤديه الأم الكافية في بداية حياة الطفل.

يتناول وينيكوت أيضًا الحالات التي تكون فيها الأم موجودة جسميًا، لكنها غائبة نفسيًا وانفعاليًا بسبب الاكتئاب. ففي هذه الحالة لا يواجه الطفل غياب الأم المادي، بل يواجه غيابها العاطفي. فالطفل يحتاج إلى أم تستجيب له، تعكس مشاعره، وتدعمه في بناء ذاته. لكن عندما تكون الأم غارقة في اكتئابها، فإن الطفل قد يشعر بأنه مضطر إلى الاهتمام بها بدلًا من أن تهتم هي به. وهنا يحدث انقلاب في العلاقة: بدلًا من أن تكون الأم هي البيئة الحاضنة Holding Environment، يصبح الطفل هو الذي يحاول احتواء الأم. فيبدأ الطفل باستثمار حيويته وطاقته النفسية في محاولة إنعاشها وإخراجها من حالتها. وكأنه يقول داخليًا: "إذا استطعت أن أجعل أمي سعيدة، فسأحافظ عليها وعلى وجودي معها". لكن هذه المهمة تفوق قدرة الطفل. فهو لا يستطيع علاج اكتئاب الأم، ولذلك يعيش تجربة متكررة من الفشل. ومع الفشل يظهر الشعور بالذنب، وقد يشعر الطفل بأن وجوده نفسه هو سبب معاناة الأم. في هذه الحالات، لا يستطيع الطفل أن يستفيد من الأم بوصفها كائنًا Mother as Object، لأنه مشغول بالحفاظ عليها بوصفها بيئة Mother as Environment، فهو لا يعيش علاقة متبادلة معها، بل يعيش في حالة من المسؤولية المبكرة تجاهها. وهذا يؤدي إلى تشوه في النمو، لأن الطفل لا يحصل على الفرصة الكافية ليطور ذاته الحقيقية Real Self، بل قد يبدأ في بناء ذاته حول احتياجات الآخرين، وهو الطريق الذي قد يقود لاحقًا إلى تطور الذات الزائفة False Self.

قَامُوسٌ مُخْتَصَرٌ لِمَقَاهِيمِ دُونَالْدِ وُودٍ وَوينيكوتِ Donald W. Winnicott's Concepts

تلخيص: د. محمود صبحي سعيد

مُلاحَظَةٌ: اعْتُمِدَتْ تَرْجَمَةُ مُصْطَلَحِ "Object" بِـ "الكائن"، لِأَنَّ الْمُقْصُودَ بِهِ فِي نَظَرِيَّةِ عِلَاقَاتِ الْكَاثِنِ هُوَ الشَّخْصُ أَوْ الْكَاثِنُ الَّذِي تَنَجَّهْ نَحْوُهُ الْخِبْرَةُ الْإِنْفِعَالِيَّةُ وَالْعِلَاقَةُ النَّفْسِيَّةُ، وَلَيْسَ "المَوْضُوعُ" بِمَعْنَاهُ اللَّغَوِي.

A

الاعتماد المطلق Absolute Dependence

الْمَرْحَلَةُ الْأُولَى مِنَ التَّمَوُّ، حَيْثُ يَعْتمِدُ الرِّضِيعُ اعْتِمَادًا كَامِلًا عَلَى الْبَيْئَةِ الْحَاضِنَةِ.

العدوان Aggression
قُوَّةُ نَمَائِيَّةٍ تُسَاعِدُ الطِّفْلَ عَلَى اكْتِشَافِ ذَاتِهِ وَالْعَالَمِ، وَلَيْسَتْ مُجَرَّدَ نَزْعَةٍ تَدْمِيرِيَّةٍ
C
القدرة على أن يكون المرء وحيداً Capacity to Be Alone
قُدْرَةٌ تَنْشَأُ مِنْ خِبْرَةٍ عَلاَقَةٍ آمِنَةٍ مَعَ الشَّخْصِ الرَّاعِي، وَتُمْكِّنُ الْفَرْدَ مِنْ أَنْ يَكُونَ وَحْدَهُ دُونَ أَنْ يَشْعُرَ بِالْوَحْدَةِ أَوْ التَّهْدِيدِ.
القدرة على الاهتمام بالآخر Concern
الْقُدْرَةُ عَلَى إِدْرَاكِ الْكَائِنِ بِوَصْفِهِ كَيَانًا مُسْتَقِلًّا، وَالشُّعُورِ بِالْمَسْئُولِيَّةِ تَجَاهَهُ.
الحياة الإبداعية Creative Living
طَرِيقَةُ أَصِيلَةٍ فِي عَيْشِ الْإِنْسَانِ لِحَيَاتِهِ، حَيْثُ يَشْعُرُ بِأَنَّهُ يُشَارِكُ فِي صُنْعِ الْعَالَمِ وَلَا يَكْتَفِي بِالتَّكْيُفِ مَعَهُ.
الإدراك الإبداعي Creative Apperception
الطَّرِيقَةُ الْأَصِيلَةُ الَّتِي يَخْتَبِرُ بِهَا الْإِنْسَانُ الْعَالَمَ بِوَصْفِهِ حَيًّا وَمَلِيئًا بِالْمَعْنَى.
الإبداع Creativity
الطَّرِيقَةُ الْأَصِيلَةُ الَّتِي يَخْتَبِرُ بِهَا الْإِنْسَانُ الْعَالَمَ بِوَصْفِهِ حَيًّا وَمَلِيئًا بِالْمَعْنَى
E
إخفاق البيئة Environmental Failure
فَسْلُ الْبَيْئَةِ فِي تَقْدِيمِ الرِّعَايَةِ وَالِاسْتِجَابَةِ الْمُنَاسِبَةِ لِحَاجَاتِ الطِّفْلِ النَّمَائِيَّةِ.
إخفاق البيئة Environmental Failure

فَشَلُ الْبَيْئَةِ فِي تَقْدِيمِ الرِّعَايَةِ وَالْإِسْتِجَابَةِ الْمُنَاسِبَةِ لِحَاجَاتِ الطِّفْلِ النَّمَائِيَّةِ
F
Facilitating Environment البيئة المُيسِّرة للنمو
الْبَيْئَةُ الَّتِي تُوفِّرُ الدَّعْمَ وَالْأَمَانَ اللَّازِمَيْنِ لِنُمُو الذَّاتِ بِصُورَةٍ صَحِيَّةٍ.
False Self الذات الزائفة
تَنْظِيمُ دِفَاعِيٍّ يَنْشَأُ عِنْدَمَا يَضْطَرُّ الطِّفْلُ إِلَى التَّكْيُفِ الْمُفْرِطِ مَعَ مَطَالِبِ الْبَيْئَةِ عَلَى حِسَابِ ذَاتِهِ الْحَقِيقِيَّةِ.
G
Going-on-Being استمرارية الكينونة
الْإِحْسَاسُ الْمُتَّصِلُ بِالْوُجُودِ النَّفْسِيِّ، الَّذِي يَنْمُو عِنْدَمَا تَكُونُ الْبَيْئَةُ مُسْتَقَرَّةً وَآمِنَةً.
Good Enough Mother الأم الجيدة بما فيه الكفاية
الْأُمُّ الَّتِي تَسْتَجِيبُ لِحَاجَاتِ طِفْلِهَا بِدَرَجَةٍ كَافِيَةٍ، دُونَ حَاجَةٍ إِلَى الْكَمَالِ.
H
Handling المعالجة الجسمية
الطَّرِيقَةُ الَّتِي يُحْمَلُ بِهَا الطِّفْلُ وَيُعْتَنَى بِجَسَمِهِ، وَمَا تَتْرَكُهُ مِنْ أَثَرٍ فِي تَكُونِ شُعُورِهِ بِذَاتِهِ.
Holding الاحتواء
الْبَيْئَةُ النَّفْسِيَّةُ وَالْجَسَمِيَّةُ الْآمِنَةُ الَّتِي تُوفِّرُ لِلطِّفْلِ شُعُورَ الْأَمَانِ وَاسْتِمْرَارِيَّةِ الْوُجُودِ.
I
Illusion الوهم

الخبرة المبكرة التي يشعر فيها الرضيع بأنه يساهم في خلق العالم الذي يلي حاجاته.
الاقتحام البيئي Impingement
تدخلات أو إحقاقات بيئية تعطل استمرارية الكينونة وتفرض على الطفل تكيفًا دفاعيًا.
التكامل Integration
عملية توحد الخبرات الجسمية والانفعالية في إحساس متماسك بالذات.
O
تقديم الكائن – Object Presenting
الطريقة التي تقدم بها الأم العالم الخارجي للطفل بصورة تدريجية تتناسب مع نموه.
العلاقة بالكائن Object Relating
الارتباط النفسي بالكائن كما يختبره الطفل في عالمه الداخلي.
استخدام الكائن Object Use
القدرة على إدراك الكائن بوصفه موجودًا مستقلًا عن الذات، وإقامة علاقة حقيقية معه.
الشعور بالقدرة المطلقة Omnipotence
إحساس الرضيع في المراحل المبكرة بأن رغباته والعالم الخارجي يتوافقان، وأن إشباع حاجاته يحدث كأنه نتيجة مباشرة لرغبته. إحساس الرضيع بأن رغباته تثنى الواقع أو تسهم في خلقه.
P
الانشغال الأمومي الأولي Primary Maternal Preoccupation
حالة نفسية مؤقتة تجعل الأم شديدة الحساسية لحاجات رضيعها.

التجسيد النفسي Personalization
شُعُورُ الْفَرْدِ بِأَنَّ ذَاتَهُ مُتَّحِدَةٌ مَعَ جَسَدِهِ وَمُتَمَثِّلَةٌ فِيهِ.
الحيز الكامن Potential Space
الْمَجَالُ النَّفْسِيُّ الْوَاقِعُ بَيْنَ الْوَاقِعِ الدَّاخِلِيِّ وَالْوَاقِعِ الْخَارِجِيِّ، حَيْثُ يَنْشَأُ اللَّعِبُ وَالْإِبْدَاعُ وَالْخِبْرَةُ الثَّقَافِيَّةُ.
R
الاعتماد النسبي Relative Dependence
مَرَحَلَةٌ يَبْدَأُ فِيهَا الطِّفْلُ بِاِكْتِسَابِ قَدْرِ مُتَزَايِدٍ مِنَ الْاِسْتِقْلَالِ مَعَ بَقَاءِ حَاجَتِهِ إِلَى الدَّعْمِ.
S
الكائن الذاتي Subjective Object
الْكَائِنُ كَمَا يَخْتَرِبُهُ الطِّفْلُ فِي مَرَحَلَةٍ مُبَكِّرَةٍ قَبْلَ إِدْرَاكِ اِسْتِقْلَالِهِ.
بقاء الكائن Survival of the Object
اِسْتِمْرَارُ الْكَائِنِ وَعَدَمُ اِنْهْيَاةِ رَغْمِ هَجَمَاتِ الطِّفْلِ التَّخِيلِيَّةِ، مِمَّا يُمَكِّنُ الطِّفْلَ مِنْ إِدْرَاكِهِ بِوَصْفِهِ كِيَانًا مُسْتَقْلِلًا.
T
الكائن الانتقالي Transitional Object
شَيْءٌ يَسْتَعْدِمُهُ الطِّفْلُ لِمُسَاعَدَتِهِ عَلَى الْاِنْتِقَالِ مِنَ الْاِعْتِمَادِ عَلَى اَلْأُمِّ إِلَى الْاِسْتِقْلَالِ.
الظواهر الانتقالية Transitional Phenomena
الْخِبْرَاتُ الَّتِي تَقَعُ بَيْنَ الْعَالَمِ الدَّاخِلِيِّ وَالْوَاقِعِ الْخَارِجِيِّ، وَتَشْمَلُ اللَّعِبَ وَالرُّمُوزَ وَالْإِبْدَاعَ.
الذات الحقيقية True Self

الذَّاتُ الْأَصِيلَةُ الَّتِي تَنُمُو عِنْدَمَا تَكُونُ الْبَيْئَةُ دَاعِمَةً وَمُسْتَجِيبَةً.
U
الاتكامل Unintegration
الْحَالَةُ الطَّبِيعِيَّةُ الَّتِي تَسْبِقُ تَكَامُلَ الْأَنَا، وَلَيْسَتْ حَالَةً مَرَضِيَّةً وَلَا تَفَكُّكَ نَفْسِيًّا.

المبادئ الأساسية في فكر وينيكوت

تلخيص: د. محمود صبحي سعيد

1. لا يُولَدُ الطِّفْلُ بِذَاتٍ مُكْتَمَلَةٍ؛ بَلْ تَنْشَأُ الذَّاتُ دَاخِلَ الْعِلَاقَةِ.
2. الْأُمُّ الْجَيِّدَةُ بِمَا فِيهِ الْكِفَايَةُ خَيْرٌ مِنَ الْأُمِّ الْكَامِلَةِ.
3. الْإِحْتِوَاءُ يَسْبِقُ التَّفْسِيرَ.
4. اللَّعِبُ يَسْبِقُ الْكَلَامَ.
5. الْإِبْدَاعُ عَلَامَةٌ عَلَى الصِّحَّةِ النَّفْسِيَّةِ.
6. تَنُمُو الذَّاتِ الْحَقِيقِيَّةِ فِي بَيْئَةٍ آمِنَةٍ.
7. تَحْمِي الذَّاتِ الرَّائِفَةِ الذَّاتِ الْحَقِيقِيَّةِ عِنْدَمَا تُخْفِقُ الْبَيْئَةُ.
8. الْحَيُّزُ الْكَامِنُ هُوَ مَوْطِنُ اللَّعِبِ وَالْخِبْرَةُ الثَّقَافِيَّةِ وَالِدَيْنِ وَالْفَنِّ.
9. الْقُدْرَةُ عَلَى أَنْ يَكُونَ الْإِنْسَانُ وَحِيدًا ثَمَرَةٌ عِلَاقَةٍ آمِنَةٍ، وَلَيْسَتْ نَقِيضَهَا.
10. لَا يُمْكِنُ اسْتِخْدَامُ الْكَائِنِ إِلَّا بَعْدَ الْإِعْتِرَافِ بِاسْتِقْلَالِهِ.
11. يَحْتَاجُ الطِّفْلُ إِلَى حُضُورٍ يُمْكِنُ الْإِعْتِمَادُ عَلَيْهِ أَكْثَرَ مِنْ حَاجَتِهِ إِلَى الْكَمَالِ.
12. قَدْ تُشْفِي الْبَيْئَةُ، كَمَا قَدْ تَكُونُ سَبَبًا فِي الْمَرَضِ.
13. النُّمُو عَمَلِيَّةٌ مُسْتَمِرَّةٌ، وَلَيْسَ حَالَةً نِهَائِيَّةً.

14. الْعِلَاجُ إِعَادَةُ تَهْيِئَةِ بَيْئَةٍ تُتِيحُ لِلنُّمُوِّ أَنْ يَسْتَأْنِفَ مَسَارَهُ.

15. لَا يَكْتَشِفُ الْإِنْسَانُ ذَاتَهُ إِلَّا حِينَ يَشْعُرُ بِأَنَّهُ يَعِيشُ حَيَاةً حَقِيقِيَّةً.

References - مراجع

1. Abram, J. (2008). Donald Woods Winnicott (1896–1971): a brief introduction. *The International Journal of Psychoanalysis*, 89(6), 1189-1217.
2. FerruTA, A. (2016). La presenza di Winnicott nel pensiero psicoanalitico contemporaneo. *Winnicott e la psicoanalisi del futuro*, 15.
3. Giannakoulas, A., & Bertolini, F. N. (Eds.). (2016). *Continuità dell'essere, crollo e oltre il crollo: Sul lavoro di Donald W. Winnicott*. FrancoAngeli.
4. Winnicott, D. W. (1931). *Clinical Notes on Disorders of Childhood*. London: William Heinemann.
5. Winnicott, D. W. (1945). Primitive emotional development. *The International journal of psycho-analysis*, 26, 137-143.
6. Winnicott, D. W. (1949). "Hate in the Counter-Transference." *International Journal of Psychoanalysis*, 30, 69–74.
7. Winnicott, D. W. (1951). "Transitional Objects and Transitional Phenomena." *International Journal of Psychoanalysis*, 34, 89–97.
8. Winnicott, D. W. (1953). *Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*. London: Tavistock.
9. Winnicott, D. W. (1956). "Primary Maternal Preoccupation." In *Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*. London: Tavistock.
10. Winnicott, D. W. (1958). *Collected Papers: Through Paediatrics to Psycho-Analysis*. London: Tavistock Publications.

11. Winnicott, D. W. (1960). "The Theory of the Parent–Infant Relationship." *International Journal of Psychoanalysis*, 41, 585–595.
12. Winnicott, D. W. (1963). "Communicating and Not Communicating Leading to a Study of Certain Opposites." In *The Maturational Processes and the Facilitating Environment*.
13. Winnicott, D. W. (1965). *The Maturational Processes and the Facilitating Environment*. London: Hogarth Press.
14. Winnicott, D. W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock Publications.
15. Winnicott, D. W. (1975). *Through Pediatrics to Psycho-Analysis*. London: Hogarth Press.
16. Winnicott, D. W. (1986). *Home Is Where We Start from: Essays by a Psychoanalyst*. London: Penguin Books.
17. Winnicott, D. W. (1987). *I bambini e le loro madri*. Raffaello Cortina Editore.
18. Winnicott, D. W. (1988). *Human Nature*. London: Free Association Books.
19. Winnicott, D. W. (1989). *Psycho-Analytic Explorations*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
20. Winnicott, D. W. (2004). Approfondendo i concetti di illusione e disillusione. *Psychoanalysis dello sviluppo: brani scelti. -(Collana medico psico pedagogica)*, 1000-1024.
21. Winnicott, D. W. (2005). *Il bambino, la famiglia e il mondo esterno*. Magi.
22. Winnicott, D. W. (2013). *Sviluppo affettivo e ambiente*. Armando editore.
23. D'AGOSTINO, R. O. S. A. (2018). Continuità e contiguità nel pensiero di Winnicott. *Frontiere della psicosomatica*, 137.