

نظرية هاينز كوهوت 1913-1981 Heinz Kohut

تلخيص: د. محمود صبحي سعيد

هاينز كوهوت محلل نفسي وطبيب نفسي نمساوي-أمريكي، يُعدّ من أبرز المفكرين الذين ساهموا في تطوير التحليل النفسي المعاصر، وهو مؤسس علم نفس الذات Self-Psychology، احدى الاتجاهات الحديثة المنبثقة من التحليل النفسي.

وُلد كوهوت في فيينا، ودرس الطب ثم تخصص في الطب النفسي والتحليل النفسي. هاجر إلى الولايات المتحدة بعد الحرب العالمية الثانية، وأصبح شخصية بارزة في الوسط التحليلي الأمريكي، وشغل منصب رئيس الجمعية الأمريكية للتحليل النفسي.

بدأ كوهوت من داخل الإطار الفرويدي التقليدي، لكنه طور تصورًا جديدًا للشخصية من خلال عمله السريري مع المرضى الذين يعانون من اضطرابات نرجسية. وقد لاحظ أن بعض هؤلاء المرضى لا يعانون أساسًا من صراعات غريزية فقط، وإنما من ضعف في الإحساس بالذات، وشعور بالفراغ، وصعوبة في الحفاظ على تقدير الذات والتماسك الداخلي.

قدم كوهوت أفكاره الأساسية في كتابه "تحليل الذات" (1971) *The Analysis of the Self*، ثم وسّع نظريته في كتابه "استعادة الذات" (1977) *The Restoration of the Self* ركز على أهمية العلاقات المبكرة في بناء الذات، وعلى دور التعاطف في فهم الخبرة النفسية للإنسان. تتمثل مساهمته الأساسية في أنه نقل الاهتمام في التحليل النفسي من التركيز على الصراعات والدوافع فقط، إلى التركيز على نمو الذات وحاجتها إلى علاقات إنسانية داعمة، تساعد على اكتساب التماسك والثقة والقدرة على تحقيق الطموحات. توفي كوهوت عام 1981، لكنه ترك تأثيرًا كبيرًا في العلاج النفسي المعاصر، وخاصة في فهم اضطرابات الشخصية النرجسية، والعلاقة العلاجية، وأهمية التعاطف في العملية العلاجية.

شكّلت نظرية هاينز كوهوت نقطة تحول بارزة في تاريخ التحليل النفسي؛ إذ نقلت مركز الاهتمام من تفسير السلوك الإنساني نتيجةً للصراعات الغريزية والدفاعات النفسية، كما رأى فرويد، إلى فهم كيفية تكوّن الذات والمحافظة على تماسكها عبر العلاقات الإنسانية. فلم يعد السؤال الأساسي :

مَا هِيَ الرَّغْبَةُ اللَّاَوَاعِيَةُ الَّتِي تَقِفُ خَلْفَ الْعَرَضِ النَّفْسِيِّ؟

بَلْ أَصْبَحَ: كَيْفَ تَشَكَّلَتِ الذَّاتُ؟ وَلِمَاذَا فَقَدَتْ تَمَاسُكَهَا؟ وَكَيْفَ يُمَكِّنُ اسْتِعَادَتُهُ؟

وبهذا التحول، لم يعد الهدف الرئيس للعلاج تفسير الصراع اللاواعي فحسب، وإنما إعادة بناء الذات من خلال علاقة علاجية تصحيحية تقوم على التعاطف والفهم العميق. وانطلاقاً من هذا التصور، رأى كوهوت أن الإنسان لا تحركه الغرائز وحدها، وإنما تدفعه أيضاً حاجة فطرية إلى الحفاظ على تماسك ذاته واستمراريتها. فالذات السليمة ليست مجرد تنظيم للغرائز أو وسيط بينها وبين الواقع، وإنما هي مركز الخبرة الإنسانية، ومنها تنبع الطُمُوحَاتُ، وَالْمُثُلُ، وَالْقِيَمُ، وَالْإِبْدَاعُ، وَالْقُدْرَةُ عَلَى إِقَامَةِ الْعَلَاqَاتِ. ومن هنا أصبحت الذات، لا الغريزة، محوراً لفهم الشخصية والنمو النفسي.

ومن أهم ما أضافه كوهوت مفهوم كائنات الذات Selfobjects، وهي الأشخاص الذين يؤدون وظائف نفسية. لا يستطيع الطفل في بداية حياته أن يؤديها بنفسه. فالأم، والأب، ثم الأشخاص المهمون في حياة الفرد، لا يُنظر إليهم ككائنات خارجية فحسب، بل هي امتدادات وظيفية للذات وتسهم في تنظيم الانفعالات، وتعزيز الثقة بالنفس، والمحافظة على التوازن النفسي. ومع التقدم في النمو، لا يختفي الاحتياج إلى كائنات الذات، بل يتغير شكله؛ إذ يصبح الفرد أكثر قدرة على اختيار كائنات ذات ناضجة، والاستفادة منها بطريقة متوازنة دون أن يفقد استقلاليتها أو تماسكه. ومن هذا المنطلق، رفض كوهوت الفكرة التقليدية التي ترى أن النضج النفسي يعني الاستقلال الكامل عن الآخرين. فهو يرى أن الإنسان يبقى، طوال حياته، في حاجة إلى علاقات إنسانية داعمة، تتسم بالتعاطف والاحترام والتقدير المتبادل. فالفنان يحتاج إلى جمهوره، والعالم يحتاج إلى زملائه، والمعالج يحتاج إلى تقدير مرضاه، والإنسان يحتاج إلى من يفهمه

ويشاركه خبراته. وهذه العلاقات لا تعكس ضعفًا أو اعتمادًا مرضيًا، بل تمثل استمرارًا صحيًا لوظائف كائنات الذات في مرحلة الرشد.

ومن المفاهيم الأصلية التي قدمها كوهوت أيضًا مفهوم تفكك الذات Self-Fragmentation فالإنسان، في رأيه، لا يخشى فقدان الأشياء أو الأشخاص فحسب، بل يخشى قبل ذلك انهيار تماسك ذاته الداخلي. ولهذا قد يشعر بعض المرضى، في لحظات الفشل أو الرفض أو الإهانة، وكأن عالمهم النفسي يسقط ويتداعى، حتى وإن بدت الأحداث الخارجية محدودة. إِنَّ مَا يُهْدِّدُهُمْ لَيْسَ الْمَوْقِفَ فِي حَدِّ ذَاتِهِ، بَلْ مَا يُثِيرُهُ مِنْ خَوْفٍ عَمِيقٍ مِنْ تَفَكُّكِ الذَّاتِ وَفَقْدَانِ اسْتِمْرَارِيَّتِهَا.

وفي نفس السياق، فسّر كوهوت الغضب النرجسي Narcissistic Rage تفسيرًا مختلفًا عن التصورات التقليدية. فهو لا يعدّه مجرد انفعال عدواني أو تعبيرًا عن نزعة تدميرية، وإنما يراه استجابة دفاعية تظهر عندما تتعرض الذات لجرح نرجسي شديد، أو تشعر بأن تماسكها مهدد. لذلك يكون الغضب، في كثير من الأحيان، غير متناسب مع الحدث الخارجي، لأنه يعكس محاولة يائسة لحماية الذات من الانهيار الداخلي.

ولعل أكثر ما يميز كوهوت هو المكانة التي منحها للتعاطف Empathy فالتعاطف عنده ليس شفقة، ولا مجاملة، ولا استجابة عاطفية فحسب، وإنما هو وسيلة علاجية وعلمية لفهم العالم الداخلي للمريض كما يختبره هو. ولهذا وصف التعاطف بأنه أداة للاستطلاع والملاحظة Empathy as a Mode of Observation، لأنه يمكّن المعالج من إدراك خبرة المريض الذاتية قبل تفسيرها. ومن خلال هذا الفهم المتعاطف تنشأ علاقة علاجية جديدة، يستطيع المريض فيها أن يختبر استجابات افتقدها في طفولته، وأن يعيد بناء ذاته بصورة أكثر تماسكًا.

ومن هنا اكتسب التحويل-Transference (النقل) عند كوهوت معنىً مختلفًا؛ إذ لم يعد مجرد إعادة إنتاج لصراعات الماضي، بل أصبح فرصة نمائية جديدة. ففي العلاقة العلاجية يعيد المريض إحياء احتياجاته المبكرة غير المشبعة من خلال تحويلات كائنات الذات Selfobject Transferences، ويصبح المعالج مؤقتًا كائن ذات يؤدي الوظائف التي غابت في مراحل النمو الأولى. ومن خلال هذه الخبرة، وما يصاحبها من استدخال تحويلي Transmuting Internalization، تتحول الوظائف التي كان يؤديها المعالج تدريجيًا إلى قدرات نفسية مستقرة داخل المريض نفسه.

ولذلك كان كوهوت يرى أن العلاج النفسي ليس مجرد تحليل للماضي، بل هو فرصة ثانية للنمو النفسي. فالعلاقة العلاجية ليست مكانًا لاسترجاع الذكريات فقط، وإنما بيئة إنسانية جديدة، تسمح باستئناف النمو الذي تعطل في الطفولة، وإعادة بناء البنية النفسية على أسس أكثر تماسكًا ونضجًا.

وقد تجاوز تأثير كوهوت حدود التحليل النفسي التقليدي، فامتد إلى العلاج النفسي العلائقي، وعلاج اضطرابات الشخصية، ولا سيما اضطرابات الشخصية النرجسية، كما أثر في نظريات الارتباط والتعلق، والعلاج المرتكز على التعاطف، وعدد من الاتجاهات الحديثة التي تؤكد أهمية العلاقة الإنسانية بتحقيق التغيير النفسي.

وبرغم ما لقيته نظريته من قبول واسع، فقد تعرضت أيضًا للنقد. فقد رأى بعض الباحثين أنَّه مَنَحَ التَّعاطُفَ مكانةً أكبر من اللازم، وقَلَّلَ من أهمية الصراع النفسي والدوافع الغريزية، كما أن بعض مفاهيمه، مثل الذات وكائنات الذات، يصعب إخضاعها للاختبار التجريبي المباشر. ومع ذلك، ظل تأثيره واضحًا في الفكر النفسي المعاصر، وأصبحت مفاهيمه جزءًا من اللغة السريرية الحديثة، ولا تزال تُستخدم على نطاق واسع في فهم النمو النفسي، واضطرابات الشخصية، والعلاقة العلاجية.

الذات وكائنات الذات Self and Selfobjects

يرى كوهوت أن الطفل لا يولد بقدرة مكتملة على تنظيم ذاته أو تهدئة انفعالاته أو المحافظة على تقدير إيجابي لنفسه. ولذلك يحتاج إلى أشخاص في بيئته يؤدون وظائف نفسية تساعده على بناء ذاته. فقد أطلق كوهوت على هؤلاء الأشخاص اسم: كائنات الذات Selfobjects والمقصود بهذا المصطلح ليس أن هؤلاء الأشخاص مجرد "أشياء"، بل إنَّهم يُخْتَبَرُونَ فِي خِبْرَةِ الطِّفْلِ كَكَوْنِهِمْ جُزْءًا مِنْ ذَاتِهِ وَوُظَائِفِهَا النَّفْسِيَّةِ. فالطفل في البداية لا يميز بصورة كاملة بين ذاته والآخر، ولذلك يعتمد على الآخر لكي يؤدي وظائف لا يستطيع هو القيام بها بنفسه.

فالأم أو الأب أو الشخصيات المهمة لا توفر فقط الرعاية الجسمية، وإنما توفر أيضًا: الإحساس بالقيمة والشعور بالأمان وتنظيم الانفعالات والإحساس بالانتماء ودعم الطموحات والمثُل العُلَيَا. ومن خلال هذه العلاقات، تتطور الذات تدريجيًا من الاعتماد الخارجي الكامل إلى امتلاك قدرات داخلية أكثر استقرارًا.

أنواع كائنات الذات Types of Selfobjects الثلاثة بحسب كوهوت:

1. كائن الذات المرآوي Mirroring Selfobject
2. كائن الذات المثالي Idealizing Selfobject
3. كائن الذات التوأمي Twinship Selfobject

إن نمو الذات السليمة يعتمد على ثلاثة أنماط أساسية من العلاقات مع كائنات الذات وهي ليست مراحل منفصلة بالضرورة، وإنما وظائف نفسية يحتاج إليها الإنسان بدرجات مختلفة طوال حياته. وتتمثل هذه الوظائف في: الانعكاس Mirroring، والمثالية Idealization، والتوأمة أو الأنا البديلة Twinship / Alter Ego.

1. كائن الذات المرآوي Mirroring Selfobject

تتمثل الوظيفة الأساسية لكائن الذات المرآوي في الاستجابة لحاجة الطفل إلى أن يرى ذاته منعكسة في عيون الآخرين، وأن يشعر بأنه ذو قيمة ومحبوب ومقبول. فعندما يستجيب الوالدان لإنجازات الطفل ومشاعره ووجوده باستجابات تعاطفية دافئة، يتكون لديه إحساس أولي بالحيوية والقيمة والقدرة. لا يقصد كوهوت بالمرآة مجرد مدح الطفل أو إعطائه تعزيزًا خارجيًا، وإنما يقصد استجابة عاطفية عميقة تعكس فهمًا حقيقيًا لتجربته النفسية الداخلية. فالطفل يحتاج إلى شخص يراه ويعترف بوجوده النفسي، وليس فقط بسلوكه الظاهر. ومن خلال هذه الخبرات يتطور ما يسميه كوهوت: قُطْبُ الطُّمُوحَاتِ Pole of Ambitions. حيث تتكون لدى الطفل مشاعر الكفاءة، والرغبة في الإنجاز، والثقة بالقدرة على التأثير في العالم. أما عندما تفشل البيئة المبكرة في تقديم هذا الانعكاس التعاطفي بصورة كافية، فقد ينشأ قصور في نمو الذات، يظهر لاحقًا في صورة حاجة شديدة إلى الحصول على الإعجاب والتأكيد من الآخرين، أو حساسية مفرطة تجاه النقد والرفض.

2. كائن الذات المثالي Idealizing Selfobject

إلى جانب الحاجة إلى أن يكون الطفل مرئيًا ومؤكدًا من الآخرين، يحتاج أيضًا إلى شخص يراه قويًا، حكيمًا، هادئًا، وجديرًا بالثقة. هذه الحاجة هي ما يسميه كوهوت: الحاجة إلى المثالية

Need for Idealization

فالطفل في مراحل النمو الأولى، لا يمتلك القدرة الكاملة على تهدئة مخاوفه وتنظيم انفعالاته، ولذلك يحتاج إلى الارتباط النفسي بشخص يختبره بوصفه مصدرًا للقوة والأمان. غالبًا ما تؤدي هذه الوظيفة من خلال أحد الوالدين، وخاصة الأب في كثير من الصياغات التقليدية للنظرية، حيث يختبر الطفل هذا الشخص كائنًا أو إنسانًا قويًا وقادرًا على الحماية. ومن خلال هذا الارتباط، يتدرج من كائن خارجي يستند إليه وينعم بالشعور بالحماية والأمن، ولاحقًا لا يبقى الطفل معتمدًا على هذه القوة الخارجية إلى الأبد، بل تحدث عملية نفسية تدريجية تسمى: الاستدخال التحويلي Transmuting Internalization حيث يستوعب الطفل تدريجيًا الصفات والوظائف التي كان يعتمد عليها في الآخر، فتصبح جزءًا من بنيته النفسية الداخلية، مثل القدرة على تهدئة الذات، والثقة، وتكوين القيم والمثل العليا. ومن خلال هذه العملية يتكون: قطب المثل العليا Pole of Ideals. وهو الجانب من الذات المرتبط بالقيم، والمبادئ، والأهداف، والمعايير الداخلية التي توجه حياة الفرد. أما عندما يحدث إخفاق شديد ومبكر في العلاقة مع كائن الذات المثالي، فقد يعاني الفرد من صعوبات في تنظيم الانفعالات، وضعف الإحساس بالأمان الداخلي، وحاجة مستمرة إلى البحث عن أشخاص مثاليين يعتمد عليهم للحفاظ على توازنه النفسي.

3. كائن الذات التوأمي أو الأنا البديلة Twinship / Alter Ego Selfobject

أما الحاجة الثالثة الأساسية، فهي حاجة الإنسان إلى الشعور بأنه يشبه الآخرين، وأنه جزء من الجماعة الإنسانية. وتُعرف هذه الحاجة باسم: حاجة التوامة Need for Twinship. فالطفل يحتاج إلى تجارب مع وجود شخص يُشبهه، يفهمه، ويُشاركه الخبرات الإنسانية الأساسية. وهذه الحاجة تمنح الفرد شعورًا بالانتماء وعدم العزلة. وقد أطلق كوهوت على هذه الوظيفة أيضًا الأنا البديلة Alter Ego Function. لأن الفرد يبحث عن شخص يشعر معه، بوجود تشابه نفسي عميق، وكأنه يرى جانبًا من ذاته في الآخر. وتسهم هذه الوظيفة في تكوين ما يسميه كوهوت: منطقتي المواهب والقدرات Area of Talents and Skills، حيث يشعر الفرد بأنه قادر على المشاركة والتواصل والمساهمة في العالم من حوله.

البنية القطبية الثلاثية للذات The Tripolar Structure of the Self

في تطور لاحق لنظريته، لم يعد كوهوت ينظر إلى الذات بوصفها ذات قطبين فقط، كما ظهر في كتابه الأول، بل تحدث عن ثلاثة أقطاب أساسية تشكل البنية النفسية للذات:

1. قُطْبُ الطُّمُوحَاتِ Pole of Ambitions

ويتطور من خلال وظيفة كائن الذات المرآوي، ويرتبط بالرغبة في الإنجاز والشعور بالكفاءة والحيوية.

2. قُطْبُ الْمُثُلِ الْعُلْيَا Pole of Ideals

ويتطور من خلال كائن الذات المثالي، ويرتبط بالقيم والمبادئ والقدرة على إيجاد المعنى والاتجاه في الحياة.

3. قُطْبُ الْمَوَاهِبِ وَالْقُدْرَاتِ Pole of Talents and Skills

ويتطور من خلال خبرة التوأمة أو الأنا البديلة، ويرتبط بقدرة الفرد على استخدام مواهبه والتفاعل مع الآخرين والشعور بالانتماء.

وعندما تنمو هذه الأقطاب بصورة متوازنة، تتكون ذات متماسكة وقادرة على مواجهة الإحباطات والنمو المستمر. أما عندما يحدث قصور في أحد هذه المجالات أو أكثر، فقد تظهر اضطرابات في تنظيم الذات، وخاصة الاضطرابات النرجسية.

الاستدخال التحويلي Transmuting Internalization والإحباط الأمثل Optimal Frustration

يُعد مفهوم الاستدخال التحويلي من أكثر المفاهيم أهمية في نظرية كوهوت، لأنه يشرح الطريقة التي تنتقل بها الوظائف النفسية من البيئة الخارجية إلى داخل بنية الذات. فالطفل في المراحل الأولى من حياته لا يمتلك بصورة مستقلة القدرة على تنظيم انفعالاته، أو تهدئة قلقه، أو المحافظة على شعوره بالقيمة والاستمرارية. ولذلك يعتمد على كائنات الذات، لكي تقوم بهذه الوظائف نيابة عنه. فالأم التي تستجيب لتعبير الطفل وانفعالاته، تساعد على تنظيم حالته النفسية، والشخص الذي يمنحه الأمان يساعد على بناء الثقة، والشخص الذي يعكس له قيمته، يساعد على تطوير تقدير الذات. لكن النمو النفسي السليم لا يعني استمرار هذا الاعتماد الخارجي بصورة ثابتة، بل يبدأ تحول تدريجي يتم من خلاله استيعاب هذه الوظائف وتحويلها إلى قدرات داخلية. فالطفل الذي تلقى احتواءً مناسباً يصبح قادرًا تدريجيًا على تهدئة نفسه، وتقويم ذاته، وتنظيم انفعالاته، والاعتماد على موارده الداخلية. وهذا هو معنى الاستدخال

التحويلي؛ أي أن الوظائف التي كانت في البداية موجودة في العلاقة مع كائن الذات تصبح جزءًا من البنية النفسية الداخلية للفرد. ومن المهم التأكيد أن كوهوت لا يرى أن النضج يعني الاستقلال الكامل عن الآخرين، بل يعني امتلاك قدرة أكبر على استخدام العلاقات بطريقة صحية. فالإنسان الناضج لا يتوقف عن الحاجة إلى الآخرين، لكنه يصبح قادرًا على اختيار علاقات أكثر نضجًا، والاستفادة منها دون أن يفقد تماسك ذاته.

دور الإحباط الأمثل Optimal Frustration في النمو

لا يحتاج نمو الذات فقط إلى الإشباع الكامل للحاجات النفسية، بل يحتاج أيضًا إلى خبرات إحباط محدودة ومناسبة، تساعد الطفل على الانتقال من الاعتماد الكامل إلى الاستقلال النسبي. فعندما تستجيب الأم أو الأب لاحتياجات الطفل بصورة جيدة، ولكن ليس بصورة مثالية أو كاملة دائمًا، فذلك يساعد الطفل تدريجيًا أن يرى حدود الواقع. فمن خلال هذه الخيبات الصغيرة والتي يمكن تحملها، يتعلم الطفل أن الآخر ليس كامل القدرة، وأنه يستطيع تطوير قدراته الخاصة للتعامل مع الواقع. وهنا يحدث تحول مهم: فالطفل لا يفقد الشخص المثالي أو العاكس، وإنما يستوعب الوظيفة التي كان يؤديها هذا الشخص. أما إذا كانت الخيبات شديدة وحادة أو مبكرة أو متكررة، فإنها لا تؤدي إلى النمو، بل قد تسبب جرحًا في الذات وتعوق عملية الاستدخال التحويلي. أي أن الإحباط بقدر يستطيع أن يتحملة الطفل ويدفعه باتجاه التطور والاستقلال ومعرفة الواقع الحقيقي.

وعليه يميز كوهوت بين:

- الإحباط الأمثل Optimal Frustration الذي يؤدي إلى النمو وبناء الذات والبنية النفسية.
- الإحباط الصادم Traumatic Frustration الذي يؤدي إلى ضعف الذات واضطراب تماسكها.

الذات المتماسكة والذات المتضررة Cohesive Self and Fragmented Self

إن الهدف الأساسي للنمو النفسي يتمثل في تكوين ذات متماسكة؛ أي ذات يشعر الفرد بأنها كيانٌ مستمر ومتصل عبر الزمن، وأنها تعبّر عن هويته وتنتمي إليه، بما يمكنه من الحفاظ على شعوره بالاستمرارية والاتساق الداخلي، وتنظيم مشاعره وأفكاره ودوافعه وأهدافه بصورة أكثر استقرارًا. أما عندما تفشل العلاقات المبكرة مع كائنات الذات، فقد تتكون ذات ضعيفة أو معرضة للتفكك Vulnerable or Fragmented Self. وهذا لا يعني أن الشخص فقد ذاته بالكامل، بل يعني أن هناك ضعفًا في تماسك الذات واستقرارها، وأن قدرتها على المحافظة على توازنها الداخلي تصبح محدودة عند مواجهة الضغوط والإحباطات. وقد يظهر هذا الضعف في صور مختلفة، مثل:

- الشعور بالفراغ الداخلي inner emptiness
- ضعف تقدير الذات low self-esteem
- الاعتماد الشديد على تأكيد الآخرين excessive reliance on external validation
- الحساسية المفرطة للنقد أو الرفض أو heightened sensitivity to criticism or rejection
- صعوبة تنظيم الانفعالات difficulty regulating emotions
- الخوف من فقدان التماسك الداخلي fear of losing inner cohesion

إن هذه الأعراض ليست مجرد دفاعات أو صراعات، بل هي إشارات إلى أن الذات ما زالت تبحث عن علاقات تؤدي وظائف نمو لم تكتمل بعد بمراحل مبكرة.

الرجسية عند كوهوت Kohut's Concept of Narcissism

يُعدّ مفهوم الرجسية من أهم المواضيع التي أعاد كوهوت النظر فيها، وأسهم من خلاله في الانتقال التدريجي من التصور التقليدي للرجسية بوصفها أساسًا للصراع بين حب الذات وحب الكائن، إلى تصور يركز على نمو الذات وتماسكها وتنظيمها. وقد أصبح هذا التحول أحد الأسس

التي قامت عليها نظرية علم نفس الذات. تاريخيا وكما هو معلوم بدأ الاهتمام التحليلي النفسي بالنرجسية مع فرويد، ولا سيما في مقاله (1914) *On Narcissism: An Introduction* أن النرجسية ليست مرضية في أصلها، بل تمثل جانبًا طبيعيًا من الحياة النفسية، وخاصة في المراحل المبكرة من نمو الطفل. فالطفل يستثمر جزءًا من طاقته الليبيدية بذاته قبل أن يتطور بصورة أكثر نضجًا ويستثمر كذلك في الآخرين. وفي تطور لاحق أسهم بول فيدرن Paul Federn في التمييز بين النرجسية الصحية والنرجسية المرضية، مؤكدًا أن الاستثمار النفسي في الذات يمكن أن يكون جزءًا طبيعيًا وضروريًا من الحياة النفسية. فهناك نرجسية صحية. ثم، في النصف الثاني من القرن العشرين، تطورت النظرة إلى النرجسية بصورة أكثر وضوحًا من خلال أعمال كوهوت وأوتو كيرنبرغ Otto Kernberg، حتى وإن كان كل منهما قد تناولها من منظور نظري مختلف. فقد ركز كوهوت على نمو الذات وتماسكها والحاجات النرجسية الطبيعية، في حين ركز كيرنبرغ بصورة أكبر على البنية الداخلية للشخصية، والانقسام، والعدوان، وإضفاء المثالية، وخفض قيمة الآخرين.

لقد اهتم كوهوت اهتماما كبيرا بهذا الموضوع، حيث عمل على إعادة صياغة عميقة للنرجسية، فلم يعد ينظر إليها باعتبارها مجرد استثمار مفرط في الذات أو ابتعاد عن الآخرين، بل باعتبارها مسارًا نمائيًا أساسيًا يمكن أن يتحول من أشكال طفولية إلى أشكال ناضجة من النرجسية. أي أن الطفل يحتاج إلى أن يشعر بأنه محبوب، ومرئي، ومهم، وقادر، وأن تكون له قيمة في نظر الأشخاص المهمين في حياته.

هذه الخبرات المبكرة، ولا سيما خبرات الانعكاس والمثالية، تساعد الطفل على بناء شعور متماسك بقيمته وبقدرته. ومن خلال العلاقة مع كائنات-الذات، يتلقى الطفل وظائف نفسية لا يستطيع في البداية أن يؤديها بصورة مستقلة. وبذلك تتحول النرجسية الطفولية تدريجيًا إلى أشكال أكثر نضجًا، مثل الثقة بالنفس، والطموح، والإبداع، والقدرة على الإنجاز، والشعور الواقعي بالقيمة الذاتية. ومن هنا، فإن هدف النمو النفسي عند كوهوت ليس التخلص من النرجسية، وإنما تنظيمها ونضجها ودمجها في ذات متماسكة.

يمكن تلخيص المسار النمائي على النحو الآتي: النرجسية الطفولية ← الإشباع المناسب للحاجات النرجسية ← الاستدخال التحويلي ← تماسك الذات ← النرجسية الناضجة. وهذا

يعني أيضا، أن حاجة الطفل إلى الإعجاب والتأكيد لا تختفي في الشخصية السوية، وإنما تتحول إلى قدرات أكثر نضجًا.

فالحاجة الطفولية إلى أن يكون الطفل «مميزًا» يمكن أن تتحول إلى طموح، والحاجة إلى الإعجاب يمكن أن تتحول إلى اعتزاز واقعي بالإنجاز، والحاجة إلى المثالية يمكن أن تتحول إلى قيم ومبادئ وأهداف عليا، والاعتماد المبكر على الكائنات-الذات يمكن أن يتحول إلى قدرة داخلية على تنظيم تقدير الذات. ولهذا فإن النرجسية الناضجة ليست حبًا مفرطًا للذات، وإنما قدرة الشخص على الاعتزاز بذاته دون الحاجة إلى إنكار قيمة الآخرين.

النَّرجِسيَّةُ الصَّحِيَّةُ Healthy Narcissism

النرجسية الصحية هي الشَّكْلُ النَّاضِجُ وَالْمُنْتَظَمُ للاستثمار النفسي في الذات. وهي تظهر في صورة شعور مستقر نسبيًا بالقيمة الذاتية، وثقة واقعية بالقدرات، وطموح، وإبداع، وقدرة على الاستمتاع بالنجاح والتقدير، مع القدرة على تحمُّل الفشل والإحباط والنقد، دون انهيار أساسي في الشعور بالذات. ولا تعني النرجسية الصحية أن الإنسان يرى نفسه أفضل من الآخرين، بل تعني أنه يستطيع أن يعرف قيمته دون أن يحتاج إلى التقليل من قيمة الآخرين. ويمكن فهمها ووصفها كنتيجة لنمو ناجح نسبيًا للذات، ولتحول الحاجات النرجسية المبكرة إلى وظائف نفسية أكثر نضجًا.

النَّرجِسيَّةُ المَرَضِيَّةُ Pathological Narcissism

تظهر النرجسية المرضية عندما لا تنجح عملية النمو النرجسي بصورة كافية، فتبقى أجزاء من الذات غير متماسكة أو شديدة الهشاشة، ويصبح الفرد أكثر اعتمادًا على ردود أفعال الآخرين واستجاباتهم، للحفاظ على شعوره بقيمته. وقد تظهر هذه الهشاشة في صور متعددة: حاجة شديدة إلى الإعجاب والتأكيد، أو حساسية مفرطة تجاه النقد والرفض، أو انشغال بالتفوق والتميز، أو صعوبة في تحمل الفشل، أو اعتماد شديد على الآخرين في تنظيم تقدير الذات. وبهذا المعنى، لا تكمن المشكلة في أن الشخص "يقدر نفسه كثيرًا"، وإنما في أن استقرار الذات يصبح هشًا، ويحتاج باستمرار إلى تنظيم خارجي. لذلك فإن المَظْهَرَ المُتَصَحِّمَ لِلذَّاتِ، قد يخفي في بعض الحالات شعورًا عميقًا بِالضَّعْفِ أَوِ الْفَرَاغِ أَوْ عَدَمِ الْقِيَمَةِ. ويصبح الحفاظ على صورة الذات المُتَفَوِّقَةِ وسيلة دفاعية ضد تجربة داخلية مؤلمة.

الغضب النرجسي Narcissistic Rage

من أكثر المفاهيم ارتباطًا بفهم كوهوت للنرجسية المرضية مفهوم الغضب النرجسي. فعندما تكون الذات هشة أو غير متماسكة بما يكفي، قد لا يُختبر النقد أو الرفض أو الفشل بوصفه مجرد حدث مؤلم يمكن احتماله، بل قد يُختبر باعتباره تهديدًا مباشرًا لتماسك الذات وقيمتها. ولهذا يمكن أن تكون الاستجابة للانتقاد أو الإحباط شديدة وغير متناسبة مع الموقف. وقد تظهر في صورة غضب، أو انتقام، أو رغبة في السيطرة، أو محاولة لإذلال الشخص الذي تسبب في الجرح. ويختلف الغضب النرجسي عن الغضب العادي في أن ما يتعرض للتهديد ليس مجرد رغبة أو مصلحة محددة، بل سلامة صورة الذات والشعور بقيمتها. الغضب هو محاولة للدفاع عن الذات وحمايتها من الشعور بتجربة العجز أو الإهانة أو التَّفَكُّك. ولذلك قد يكون خلف الغضب الظاهر شعورٌ شديدٌ بالضعف أو الخزي أو العجز.

الفرق بين النرجسية الصحية والمرضية

النرجسية المرضية	النرجسية الصحية
شعور هش بالقيمة الذاتية	شعور حقيقي/واقعي بالقيمة الذاتية
اعتماد شديد على التأكيد الخارجي	ثقة نسبية ومستقرة بالنفس
انشغال بالتفوق وإثبات الذات	طموح وإبداع
حاجة مستمرة إلى الإعجاب	القدرة على الاستمتاع بالنجاح
حساسية شديدة تجاه الفشل والنقد	القدرة على تحمل الفشل والإحباط
رفع قيمة الذات على حساب الآخر	الاعتزاز بالذات مع احترام الآخر
اعتماد نرجسي على الآخرين لتنظيم الذات	القدرة على الاعتماد على الذات
علاقات قد تصبح وسيلة لتنظيم تقدير الذات	علاقات أكثر تبادلية
صورة ذاتية متضخمة أو شديدة الهشاشة	القدرة على رؤية/إدراك نقاط القوة والضعف في الذات
قابلية للغضب النرجسي عند الجرح	قدرة أكبر على تنظيم/إدارة الغضب

من المهم ألا نرى، أن كل سلوك من هذه السلوكيات يدل على اضطراب نرجسي. فالنرجسية ظاهرة متعددة المستويات، ويجب التمييز بين السمات النرجسية الطبيعية Normal Narcissistic Traits، والاضطراب في تنظيم الذات Disorder of Self-Regulation، والاضطراب النرجسي السريري Narcissistic Personality Disorder.

العلاج النفسي عند كوهوت: التحويلات بوصفها فرصة للنمو

Kohut's Psychoanalytic Treatment

Transference as a Developmental Opportunity

يُعد تصور كوهوت للعملية العلاجية من أكثر الجوانب التي أحدثت تحولاً في الفكر التحليلي المعاصر. فقد أعاد النظر في معنى التحويل/النقل - Transference؛ إذ لم يعد يراه فقط بوصفه إعادة إنتاج لصراعات الماضي أو إسقاطات لا واعية على المعالج، كما كان يُفهم في التحليل النفسي الكلاسيكي، بل اعتبره أيضاً تعبيراً عن حاجات نمائية لم تُشبع في مراحل النمو المبكرة، وفرصة علاجية لإعادة بناء الذات. فالمريض، لا يأتي إلى العلاج فقط ليكشف عن رغبات مكبوتة أو صراعات داخلية، وإنما يأتي أيضاً حاملاً ذاتاً متضررة، تبحث عن علاقات تؤدي وظائف نفسية أساسية افتقدتها في الماضي. ولذلك فإن العلاقة العلاجية تصبح مجالاً يمكن أن تظهر فيه احتياجات كائن الذات Selfobject Needs من جديد، ولكن داخل إطار آمن يسمح بإعادة النمو.

التعاطف كأداة علاجية Empathy as a Therapeutic Tool

من أهم مساهمات كوهوت أنه أعاد تعريف مكانة التعاطف في العلاج النفسي. فالتعاطف عنده ليس مجرد موقف إنساني جميل، وليس مجرد لطف أو تعاطف عاطفي، بل هو طريقة لفهم العالم الداخلي للمريض. لقد اعتبر كوهوت التعاطف وسيلة للملاحظة النفسية Empathy as a Mode of Observation، أي أن المعالج يحاول الدخول إلى الإطار المرجعي للمريض وفهم كيف يعيش تجربته من الداخل. وهذا الفهم لا يعني أن المعالج يوافق على كل أفكار المريض أو سلوكياته، بل يعني أنه يحاول أولاً فهم المعنى النفسي الذي تحمله هذه الأفكار والسلوكيات

بالنسبة للمريض. فعندما يشعر المريض بأنه مفهوم ومقبول، تبدأ الذات التي كانت مجروحة أو غير مستقرة في اكتساب خبرة تصحيحية جديدة مختلفة عن الخبرات السابقة.

المعالج هو كائن ذاتٍ - The Therapist as a Selfobject

المعالج ليس شخصًا محايدًا يقف خارج التجربة العلاجية، بل إنه يؤدي وظيفة مهمة ككائن ذاتٍ مؤقتًا فقد يحتاج المريض، خلال مراحل معينة من العلاج، إلى استخدام العلاقة مع المعالج لاستعادة بعض الوظائف النفسية التي لم تتطور بصورة كافية خلال طفولته. غير أن الهدف ليس أن يصبح المريض معتمدًا على المعالج، وإنما أن تحدث عملية الاستدخال التحويلي Transmuting Internalization، التي تتحول من خلالها الوظائف التي كان المعالج يؤديها إلى قدراتٍ ووظائفٍ داخلية لدى المريض. وبذلك، لا يتمثل نجاح العلاج في إنهاء حاجة الفرد إلى الآخرين أو إلى العلاقات، وإنما في مساعدته على تطوير ذاتٍ أكثر تماسكًا واستقرارًا، وعلى إقامة علاقات أكثر نضجًا وتوازنًا، يستطيع فيها أن يستفيد من الآخرين دون أن يعتمد عليهم اعتمادًا مفرطًا في الحفاظ على تماسك ذاته وتنظيمها.

المراجع-References

1. Kohut H. (1959, 1981), Introspezione ed empatia. Bollati Boringhieri, 2003
2. Kohut H. (1971), Narcisismo e analisi del Sé. Bollati Boringhieri, 1976.
3. Kohut H. (1977), La guarigione del Sé. Bollati Boringhieri, 1980.
4. Kohut H. (1979), Le due analisi del signor z. Casa Editrice Astrolabio, 1989
5. Kohut H. (1978), La ricerca del Sé. Bollati Boringhieri, 1982.
6. Kohut H. (1984), La cura psicoanalitica. Bollati Boringhieri, 1986.