الشخصية النرجسية

"رؤية تحليلية في ضوء النظرية المعرفية"

أ.د. محمد أحمد إبراهيم سعفان

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة الزقازيق

الملخص:

الشخصية النرجسية لديها صورة مفرطة ومشوهة لذاتها ، وهي تسعى للتمركز حول ذاتها من أجل حماية نفسها من الضعف والنقص وزيادة إحساسها بالتميز والقوة ، وعندما تقيم علاقة مع الآخرين يكون هدفها استغلالهم واحتقارهم ؛ لتظل هي الأقوي والأجمل والأفضل ٠الشخصية النرجسية في كل الأحوال لها قوانين خاصة بها واستثناءات تخدم صورتها عن ذاتها ، ومن يعترض على ذلك يسبب الجرح النرجسي لها ويحولها الى شخصية عدوانية ؛ في ضوء ما سبق فإن الشخصية النرجسية تمثل قصة حياة مضطربة من الميلاد حتى الممات ٠

الكلمات المفتاحية للبحث :

Cognitive معرفي او معرفية	Narcissism النرجسية
Narcissistic نرجسي	Personality الشخصية
Theory النظرية	

مقدمة :

يعد اضطراب الشخصية النرجسية نموذج شامل وواسع من الرؤية المشوهة للذات وللآخرين. فبالرغم أنه يعد من الطبيعي والصحي اكتساب اتجاه إيجابي نحو الذات إلا أن الأشخاص النرجسين يبدون رؤية مبالغ فيها نحو الذات ككونهم متميزين ومنفردين، وبجانب الثقة الزائدة يبالغ النرجسي في انشغال الذات، فالنرجسي مفعم بالنشاط وذات طبيعة تنافسية نحو الذات. وحينما يفشل الآخرون في إقرار تلك المنزلة الرفيعة للشخص النرجسي فإنه يميل إلى اعتبار ذلك جفاء في المعاملة من قبل الآخرين ويصبح غاضباً وفي حالة دفاع عن ذاته مع شعوره بالأسى والاكتئاب.

يتباهى النرجسيون بمكانتهم الاجتماعية رغم قصورهم في الالتزام بالمبادئ الاجتماعية والاخلاقية ، فكون النرجسي يتمتع بالتمركز حول الذات وكذلك عدم المشاركة الوجدانية للآخرين ؛ فإن ذلك يمكنه من تحويل علاقاته الودية في اتجاه انشغاله الذاتي (الانهماك الذاتي) بطريقة تدعو إلى غضب الآخرين منه ، فقد يتحول سلوكه الرقيق إلى غطرسة وتحجر القلب وتبلد الشعور. فالنرجسي يفتقر إلى الشعور باحتياجات ومشاعر الآخرين سواء كان ذلك في الأمور البسيطة أو الكبيرة ، فالمهم له إشباع حاجاته حتى ولوكانت على حساب الآخرين ، وقد يحسد النرجسي نجاحات الآخرين ويحكم عليهم ويشكك فيهم من قبيل الغيرة، فيعتبرهم منافسين متجاوزين لحقوق الآخرين، ويمتلك النرجسي البراعة في تحريف الاتهامات حيث يلقى باللوم والأخطاء على الآخرين.

يلجأ النرجسي إلى أن يصبح بغيضاً ويتخذ موقفاً دفاعياً عند مواجهة أي قيود أو نقد من الآخرين وقد يرى الآخرون قساة، متبلدوا المشاعر، غير جديرين بالثقة ، وخاصة في الحالات التي يحتاج فيها إلى الدعم العاطفي منهم، فالأشخاص النرجسيون لديهم القدرة على الحفاظ على زمرة من المعجبين ولكن غالباً من أجل تحقيق مصالحهم الخاصة والحصول على الاعجاب والمديح منهم ، ورغم ما يحققه النرجسيون من مكاسب بواسطة علاقتهم مع الآخرين إلا أنهم يفتقرون إلى المودة وكثيراً ما يتخلصون من العلاقات طويلة الأمد .

النرجسيون قد يكون لديهم تاريخ طويل من نبذ الآخرين لهم ، ويرجع ذلك إلى عدم رغبة النرجسي في مصادقة من يجعله في صورة تبدو سيئة أو من يجعله يفشل في الارتقاء بوضعه.

في بعض الأحيان وكنتيجة لتراكم توقعات غير منطقية حول الإحساس بالعظمة يتفجر لدى النرجسيين الشعور بالاكتئاب بسبب الفرص الضائعة والإحساس الزائف بالاستحقاق ، وغالباً ما يلجأ النرجسيون المصابون بالاكتئاب إلى الملاذ الا وهو قوتهم ومنزلتهم الاجتماعية وقد يلجأ إلى التركيز في شكواهم على الظروف وهؤلاء الذين أساءوا معاملاتهم أو تسببوا في شعورهم بخيبة الأمل ، فالإحساس بالعظمة والإجلال قد يكون دليلاً على الاستياء المرير من عدم النجاحات

البسيطة أو فقد القدرة على الحفاظ على التفرد الذي كان يتمتع به النرجسي في مرحلة سابقة في حياته.

لمحة تاريخية:

تستمد النرجسية أصولها من الأسطورة اليونانية عن شاب يُدعى نرجس وقع في غرام صورته التي رآها منعكسة على المياه وفي ظل انغماسه في الإعجاب بصورته المنعكسة غرق وصار زهرة تدعى زهرة النرجس. وكانت أول إشارة إلى تلك الأسطورة في الأدب السيكولوجي في تقرير لحالة مرضية قام به Havelock Ellis عام ١٨٩٨ .

وقام فرويد بدمج هذا المفهوم في أوائل مقالاته النظرية المتعلقة بالنمو النفسي الجنسي ، وقد وصف النرجسية بكونها مرحلة طبيعية من مراحل النمو النفسي التي تتبع مرحلة الاستمناء (التهيج الذاتي) والتي تنضج في آخر الأمر إلى حب جنسي ، ويعتقد أن الصراعات البارزة في مرحلة تطور هذا الحب تتسبب في الثبات عند تلك المرحلة .

أما من منظور العلاقات البينشخصية والتي تطورت على يد ألفرد أدلر فإنه يرى أن الدافع الرئيسي في نمو الشخصية هو الكفاح من أجل التغلب على الإحساس بالدونية التي تنبع من المقارنة بالآخرين وأطلق على تلك العملية مسمى التعويض . والشخصية النرجسية طبقاً لذلك النموذج هي نتاج أفعال تعويضية لشخص يرى ذاته على أنه لا يُشكل أهمية ويشعر بالدونية مقارنة بالآخرين.

أما عن نظرية التعلم الاجتماعي للنرجسية التي تطورت على يد "ميلون" فقد ركزت على التقدير المبالغ فيه من قبل الوالدين. وطبقاً لما صرح به ميلون، حينما يُفخم الأبوان من شعور الطفل بالاستحقاق الذاتي (التقدير الذاتي) والأهلية فإن صورة الذات تُعزز بصورة تناقض ما هو موجود في الواقع ، وينتج عن تلك الصورة الذاتية المبالغ فيها الغضب حينما تحدث لهذه الشخصية إحباط .

الجانب البحثي والتجريبي:

النرجسيون يُنظر إليهم من الناحية الإكلينيكية من منظور ضعف التقدير الذاتي (فساد التقدير الذاتي) وفي ذات الوقت فإنهم أكثر مقاومة لتهديدات التقدير الذاتي ، ويتعامل الشخص النرجسي مع حالة عدم الانسجام التي يشعر بها من خلال العداء (السلوك العدواني) وهذا تصرف سلوكي مركب يتناقض مع هؤلاء الذين يبخسون قدر انفسهم ، فالنزعة الخادعة الإيجابية عن الذات ترتبط بالسلوكيات العدوانية والعيوب في العلاقات البينشخصية .

ولقد تم ملاحظة أن هناك ارتباطاً بين النرجسية والعدوان في كثيرٍ من الدراسات العملية. فالنرجسية ترتبط بالسيطرة (الهيمنة) والعدوان وكذلك بالعظمة وعدم الاكتراث والاستخفاف بالآخرين. فاستعداد النرجسي للتصرف بشكل عدواني مع الآخرين يتم عن طريق تهديدات خاصة للأنا مثل التقييم السيئ من الآخرين له .

بالرغم أن التقييم الذاتي والنرجسية على صلة وثيقة ببعضهما البعض إلا انهما لا يحملان نفس المعنى. فليس بالضرورة أن يكون الأفراد الذين يتمتعون بالتقدير الذاتي العالي نرجسيين ولكنهم على ثقة بكفائتهم الشخصية ويعتمد تقديرهم على التقييم الواقعي للذات والمواهب والانجازات القائمة كما أن علاقاتهم تتماشى في ضوء سياق قواعد السلوك الاجتماعية. أما بالنسبة للنرجسيين فإن التقدير الذاتي يُقام على النجاح البارز من وجهة نظرهم وأي تجربة تحاول أن تتحدى ذلك النجاح تصبح مهددة للتقدير الذاتي. النرجسيون يؤكدون دائما على الصورة القوية الخالية من الأخطاء تماماً ،

طبقاً للمعادلة المعرفية : يعتقد النرجسي بأن النجاح الذي حققه زائف أوتم تحقيقه على حساب الاخرين وقد سبب أضراراً لهم ، فالمنافسه لدى النرجسي منافسة هدامة يسعى من خلالها إلى هدم الآخر ليظل هو الأقوى والأفضل والمتميز، وبدون النجاح والتميز يُصبح النرجسي - من وجهة نظره - عديم الأهمية وغير جدير بالتقدير .

سمات أساسية للشخصية النرجسية :

١- لديه إحساس مبالغ فيه بالتفخيم أو الأهمية الذاتية

على سبيل المثال: أنه يبالغ في انجازاته ومواهبه ويتوقع الاعتراف به على أنه فائق دون وجود إنجازات حقيقية تؤكد ذلك.

٢- ينشغل بالتخيلات حول نجاح غير محدود أو قوة أو تفوق أو جمال أو حب مثالي.

٣- يعتقد أنه متميز ومتفرد وينبغي أن يرافق من له خصوصية أو مكانة مرتفعة.

٤- يتطلب إعجاباً زائداً ومبالغاً فيه من قبل الآخرين ومع ذلك لا يشاركهم وجدانياً.

٥- لديه إحساس بالأهلية ؛ أي توقعاته غير منطقية لمعاملة طيبة خاصة أوالموافقة التلقائية لتوقعاته.

٦- مستغل في علاقاته البينشخصية ؛ أي يستفيد من الآخرين لتحقيق غاياته الخاصة.

٧- تنقصه المشاركة للآخرين وغير راغب في إدراك المشاعر وحاجات الآخرين والتوحد معهم.

٨- يحسد الآخرين غالباً أو يعتقد أن الآخرين يحسدونه.

٩- يُبدى سلوكيات أو اتجاهات متعجرفة ومتغطرسة.

صياغة مفهوم النرجسية :

إن معادلة تحقيق التفرد والتميز للهروب من الشعور بالدونية يمكن أن تنمى من خلال العديد من الطرق. فالاتجاهات النرجسية تختزن في داخل عنصر الوراثة ثم تُشكل من خلال الأبوين اللذين يبالغون في تعويض مشاعر الدونية وعدم الأهمية. فبدلاً من تعليم الأولاد تقبل تلك المشاعر ومحاولة السيطرة عليها بشكل طبيعي وإزالتها تصبح تلك المشاعر وكأنها تهديدات يجب الانتصار عليها وذلك عن طريق اكتساب تأييد خارجي أولاً.

في بعض الحالات يفقد الشخص النرجسي القدرة على المواجهة مما يؤصل لديه الإحساس العميق بالدونية وعدم الأهمية ، وتتفاقم محاولات الانتصار على الإحساس بالدونية والحفاظ على الصورة الإيجابية لتقدير الذات من خلال استراتيجيات تنمية الإحساس بالعظمة والإجلال.

تُعزز التجارب الواسعة النطاق الخبرات للتنمية النفسية. فالوجود الفعلي لبعض المواهب والسمات التي لها قيمتها يُدعم الخيال المرتبط بالإحساس بالعظمة والانشغال بالتميز . كما أن السعي للحصول علي مكانة اجتماعية تُثير الاستجابات الاجتماعية التي تعزز الإحساس بالتميز. فالانضمام إلى المؤسسات الاجتماعية التي تناصر الاعتقادات والتي تناصر التمييز يعزز الشعور بالقوة لدى النرجسي .

الجرح النرجسي

من العوامل التي تهدد صورة النرجسي لذاته الشعور بأنه يبدو سيئاً أو فقد مكانته المتميزة أو أسلحة المواجهة ، ولقد أطلقنا على تلك التهديدات الجرح النرجسي وحين مواجهة الشخص النرجسي بتلك الإهانة يُجن جنونه ويأخذ الجانب الدفاعي عن ذاته وقد يتصرف بشكل عدواني دون إعطاء أي اعتبار للآخرين.

لاحظ سلوكيات النرجسي الذي تعرض إلى إهانة أوعلاقة عاطفية فاشلة أو زواج فاشل تجد انه يوجه اسلحته للقضاء على من سبب له الجرح النرجسي فنجده يشهر به ويلصق به الإشاعات ويظهر ضعفه ويضع أمامه العراقيل ليمنع تقدمه ، وإذا زاد جرح النرجسي قد يقتل من سبب له الجرح.

نموذج حالة

هذه حالة فتاه نرجسية تعاني من مشكلات في العمل وتوتر في العلاقات الشخصية ، فقد نشأت على الاعتقاد بأن كونها بنت جميلة فهذا يعني انها تستحق ان تدلل من قبل الآخرين ، وانها متميزة مقارنة بتلك الأناس الذين اقل منها جمالاً، والمعلومات التي تتعلق بطفولتها تشير إلى :

١- إغفال الوالدين عن تربيتها جيداً والاهتمام فقط بتلبية احتياجاتها المادية.

٢- الاهتمام والتركيز على التنافس فيما بين الأولاد في الأسرة.

٣- الشعور بالدونية فيما يختص بالجانب العقلي مقارنة بأخوتها.

٤- نظرات الإعجاب الخاصة لها التي جعلتها تشعر بالتميز والأهمية.

الاعتقاد الجوهري Core beliefs:

أنا أشعر بالدونية ولكي أعوض تلك الشعور لابد وأن أكون متميزة.

الإدعاءات Assumptions:

- كوني جميلة يعني ذلك تميزي وتفردي.
- أنا أستحق معاملة خاصة.
- أنا في حاجة إلى من يعجب بي (يبدي إعجابه بي).

الخطط الدفاعية Coping strategies:

الإلحاح في طلب جذب انتباه الآخرين ورضاهم والشكوى أو الهجوم على الآخرين حينما يتحدونها أو يحبطونها.

إدعاءات مشروطة

أ) دليل التميز: يعتقد النرجسي "يجب أن أنجح لأثبت تفردي". يعتقد النرجسي أيضاً أنه بدون النجاح فذلك يعني أنه ليس جدير بالاهتمام.

ب) العلاقات الشخصية كأدوات: يرى النرجسي الآخرين كأدوات أو أشياء يتمكن من خلالها من تحقيق التميز ويبذل مريض النرجسية مجهوداً عقلياً ضخماً في مقارنة نفسه بالآخرين والحكم على مكانة الآخرين .

جـ) القوة والأهلية

يستخدم النرجسي كلاً من القوة والأهلية كدلائل على التميز، ويعتقد انه كلما كان قوياً كلما اصبح في ثقة وشعر بالتحرر من الشكوك، وكوسيلة للسيطرة على الآخرين فإن النرجسي قد يعدل الحدود ويتخذ آراء أحادية

الجانب ويسيطر على الآخرين ويحدد استثناءات للقواعد التي تطبق على الآخرين ، وان فقد القوة يمثل أزمة لهذا المريض ؛ الأمر الذي يُثير فيه العداء والمقاومة والاكتئاب بعض الشيء.

إن الشخص النرجسي قد يكون صارم وعنيد وقاسي في التواصل مع الآخرين لأنه يعتقد أن الشخص المتميز ، لابد وأن يكون له حكم متميزاً أيضا ، فآراء وأحكام الآخرين تُصادر دون إعارة الاهتمام إلى معرفة هذا الشخص وخبرته الذي نصادر حكمه.

وحينما يحتاج النرجسي إلى بعض المعلومات فإنها بالضروري تخدم الإدعاءات بتفرده ، فهو يرى أن الأشخاص المتفردين يُدركون ما هو صحيح حتى وإن كان للموضوع محل النقاش بعيد المجال عن معرفتهم ، فالنرجسي يُفضل الإمساك بزمام الأمور وإملاء الأوامر، فهو يرى أنه يعلم ما يصلح لهؤلاء الناس ولكنه لا يفضل قبول آراء الآخرين ، وهو يشعر بالارتباك والغضب حينما لا يتبع الآخرون توجيهاته ، فإذا تم تحديه أو محاولة رفض نصائحه فقد يفسد ذلك شعوره بالتقدير الشخصي والاستحقاق.

الاستثناءات لدى النرجسي

إدعاء شرطي آخر للقوة وهو اعتقاد النرجسي بالاستثناء (الحصانة) من القواعد العادية والقوانين الخاصة بالعلم والطبيعة ،النرجسي لا يقبل الاستثناءات المضللة يقول "يستحيل أن يحدث ذلك لي" هذا هو السلوك حين يفشل الاستثناء ،فالنرجسي يفترض كشرط من شروط القوة أنه لابد على الآخرين تلبية احتياجاته ولا يجب أن تتعارض احتياجات أي شخص آخر مع احتياجاته ، ولذلك يميل النرجسي إلى المواقف التي يشعر فيها بالرضا الذاتي. ومن أبسط الأمثلة على ذلك : يحتل أفضل كرسي وأكبر شريحة من اللحم واختيار أفضل غرفة للنوم أو احتلال تام للمحادثات مع مطالب شخصية بتزويد نصيبه في ميزانية الأسرة أو المطالبة بميراث باهظ (خيالي) . فالتأكيد على مطالبه ينقصه مراعاة شعور الآخرين أو وضع اعتبار لهم ، فإذا لم يشبع الآخرون احتياجات الشخص النرجسي

شاملة الحاجة إلى التميز أو التحرر من الشعور بعدم الملائمة فإن الآخرين يستحقون العقاب " ٠

وفي ضوء قاعدة الاستثناء يقول النرجسي : إذا أردت شيئاً لابد أن أحصل عليه" ، " ولابد أن أشعر بالرضا والسرور طوال الوقت"، "إذا لم أكن سعيداً فلابد ألا يشعر أحد بالسعادة" "لابد أن أشعر أنا على وجه الخصوص بأنني سعيد". ويصبح النرجسي غير متسامح وبذيء إذا ما تعرض للنقد الذي يعتبره ضعفاً ، فالنرجسي عادة ما يمتنع عن مناقشة المشكلات والاهتمامات التي قد تشوه صورة ذاته وتجعله ضعيفاً أمام الآخرين ، كما أن إبراز الاهتمام بمميزات الآخرين لا يكون مقبولاً لدى النرجسي حتى لا يُرى ضعفه.

صورة الذات لدى النرجسي

يعتقد النرجسي أن الصورة هي كل شيء لأنها تعكس الاستحقاق الذاتي ، فالفحص والحفاظ على صورته يُعد من أولى اهتماماته ٠ فالاعتقادات الذاتية تجعله يعتقد أن هناك من يُلاحظه ، كما أن المقارنة مع الآخرين من ذوى المكانة الرفيعة يُعد شهرة له، فقد أشار أحد النرجسيين بكل ثقة أن "الله يعجب بي" وعلى هذا فإن الفشل في أن يبدو في صورة جيدة أو يعجب به الآخرون تُسبب اضطراباً شديداً لديه فقد ينتج عن ذلك غضب التأمل المصاحب بالشك في الذات ومخاوف متعلقة بمعتقدات سلبية.

عندما يقدم النرجسي مساعدة للآخرين

يتجه الشخص النرجسي إلى خلق مجال من الفرص الشخصية وذلك من خلال مبالغته في وصف احتياجاته وضعف الآخرين ويبالغ أيضاً في قدراته وأخلاقياته فهو يرى "هم في حاجة لي" "وأنا أقدم لهم ذلك كخدمة" مما يُفسر التصرفات التي تشبع الذات وتتسم بالاستغلالية ، فعلى الرغم من حقيقة كون النرجسي يخدم الآخرين إلا أنه يبالغ في الحديث عما قام به من منافع للآخرين ، حتى في حالة عقابه للآخرين فإنه يرى في ذلك أنه "درس يحتاجون إليه وذلك لمصلحتهم ٠

ملاحظة :

في معالجة أخرى إن شاء الله سوف يعرض الباحث لطريقة علاج اضطراب الشخصية الترجسية في ضوء النظرية المعرفية.