

الإسقاط والكبت

من الأمراض النفسية الشائعة لدى الأطفال

شهاب الدين الحسيني

الإسقاط

الإسقاط هو إصاق التهم بالآخرين، حيث ينسب الشخص أخطاءه أو رغباته إلى الآخرين، وينسب إليهم ما لم يفعلوه أو يشيع ما يفعلوه لكي يتساوى مع غيره في الإحباط والفشل وفي الممارسات الخاطئة، وكثيراً ما يكون مصدر الإسقاط هو الشعور بالإثم، أو خوف الملامة من والديه أو من المجتمع.

والشخص بالإسقاط يخفف من شعوره بالإثم مؤقتاً عن طريق تصويره أن الآخرين آثمون مثله، ومثل ذلك أن الطفل الذي يغش في الامتحان يدعي أن جميع الطلاب يغشون، أو أنهم سيغشون إن سنحت لهم الظروف.

وإذا لم يستطع إصاق التهم بالآخرين فإنه يلتجئ إلى إشاعة عيوبهم وأخطائهم لكي يخفف عن ملامته أو شعوره بالإثم.

قال الإمام علي (ع): "ذوو العيوب يحبون إشاعة معائب الناس ليتسع لهم العذر في معائبهم".

وقال (ع): "شرّ الناس من كان مستتباً لعيوب الناس عمياً لمعائبه".
وظاهرة الإسقاط ظاهرة سلبية على الطفل وعلى المجتمع، وهي أشبه بالمسكن المؤقت الذي يسكت الألم ولكنه لا يعالج المرض، فيبقى المرض ويعود الألم، ولذا فمن الضروري معالجة هذه الظاهرة عند الأطفال، والانفتاح معهم لمعالجة مشاكلهم ومعاناتهم، بعد الاعتراف بها، وتمرينهم على الصبر عند عدم تحقق الرغبات، ودفعهم إلى النجاح بعد الفشل، والتخفيف من العقوبات في حال الخطأ أو ارتكاب الذنب، لأن استفحال هذه الظاهرة قد يؤدي إلى الاضطرابات العقلية، وإلى الوسوسة حينما تتراكم الأخطاء والإخفاقات، وتكرر العقوبات البدنية والنفسية، فتصل بالإنسان حين تقدمه بالعمر إلى إصاق تهم التآمر عليه من قبل أقرب المقربين إليه، ويفقد الثقة بالناس أجمع.

الكبت والقمع

يحاول بعض الأطفال كبت مشاعر الفشل والهزيمة والإخفاق وقمعها، أو مشاعر الإثم والذنب، من أجل أن لا تحدث الصراع النفسي لديهم، والكبت والقمع أسلوبان يلجأ إليهما الطفل للتخلص من تأثيرات تلك المشاعر وما يتصل بها من أفكار وتصورات، أو التخلص من الرغبات غير المتحققة أو مستحيلة التحقق في الواقع، من أجل أن لا تولد ضغطاً على صاحبها.

والفرق بين الكبت والقمع، هو أن الكبت نسيان لاشعوري لذكريات الإخفاق في العمل أو عدم نيل رضى المجتمع، أما القمع فهو الاحتفاظ بصورة سرية بالمشاعر والأفكار المؤلمة، فهو يشعر بما يؤلمه ولكنه يسكت عنه ويخفيه دون ذكر له. فالطفل الذي يهمله الوالدان ويهتمان بأخيه أو أخته، تنشأ في نفسه كراهية لوالديه ولأخيه، ولكنه يكبت هذه الكراهية وينساها ويقمع مشاعره في التعبير عن عدم رضاه عن هذا الإهمال.

والكبت والقمع قد يعالج بعض المشاعر الناجمة عن الفشل والإخفاق والحرمان، ولا يولد صراعاً نفسياً، ولكنه علاج وقتي، وله تأثيرات سلبية على الإنسان، حيث يسبب له التعقيد النفسي عند الكبر، بحيث لا يستطيع التوصل إلى أسبابه جراء الكبت المخزون في اللاشعور.

ومن أعراضه (المسير أثناء النوم وفقدان الذاكرة.. والخدر الحسي). فعلى الوالدين كسب ثقة الأطفال الأمر الذي يدفعهم إلى المصارحة بمشكلاتهم، والمصارحة تخفف من حدة الصراع الداخلي المؤقت والدائم، أو المكبوت في اللاشعور، ومن خلال المصارحة يتم التصريح بجميع الخبرات غير السعيدة التي كبتها أو قمعها الطفل، ومن خلال ذلك يمكن وضع خطة للعلاج أو الوقاية المستقبلية لتحسين الطفل من الصراع النفسي، ويمكن في بعض الأحيان تحويل الكبت إلى فضيلة، وخصوصاً في المواقف التي تتطلب ذلك، ككبت الطفل مشاعره احتراماً للضيوف أو الجيران، فيصبح الكبت فضيلة أقرب إلى فضيلة كظم الغيظ الممدوحة إسلامياً وتربوياً.

ويمكن للطفل أن يفرغ شحناته المكبوتة عن طريق اللعب أو التمثيل المقصود وغير المقصود.

وهناك طرق أخرى لعلاج الصراع النفسي، إلا أنها تبقى سراباً لا يعالج المعاناة من الأساس، ومن هذه الطرق الإزاحة، بأن يقوم الطفل بتحطيم لعبته أو ضرب الجدار بيده أو رأسه، أو تحطيم زجاجة، أو تفريغ الشحنات العدوانية بضرب بعض الأطفال أثناء اللعب أو أثناء الشجار، ولكنها لا تعالج مشكلة الصراع النفسي من الجذور، ولا علاج جذري لهذا الصراع النفسي إلا بتعميق العلاقة بين الطفل والوالدين، وإحاطته بالحب والتقدير والرعاية، وتشجيعه على التغلب على المعاناة والآلام، وتحويل نقاط الضعف إلى قوة.