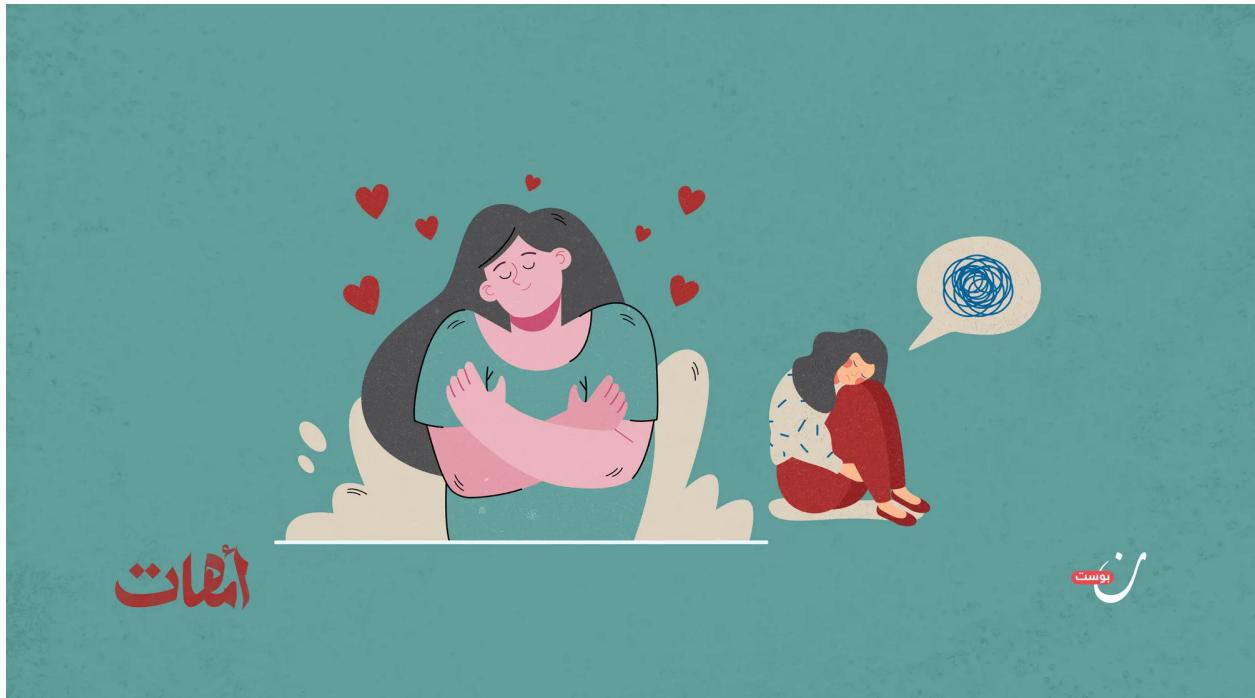


الأم النرجسية: حب مفرط للذات يحرم الأطفال احتياجاتهم

كتبه مني حجازي | 8 نوفمبر, 2021



نون بوست · الأُم النرجسية: حب مفرط للذات يحرم الأطفال احتياجاتهم · NoonPodcast

يحتاج الأطفال الرضع والصغار، وحق من هم في مراحل عمرية متقدمة، أن يدركون جيداً أن لهم اعتباراً حقيقياً في هذه الحياة لينظر إليهم، وفوق ذلك أنهم رائعين وجديرين بالحب في عيون والديهم؛ يحتاجون أيضاً أن يتعرّضوا ويخطئوا في مسيرة حياتهم، وفي بعض الأحيان أن يقعوا ويرّكب بهم ثانية بابتسامة أبيهم أو أمّهم العزيزة.

ومن خلال هذا القبول الوالدي، يتعلم الأطفال أن كينونتهم وذاتهما الجوهرية تستحقان الحب؛ تلك النظرة الذاتية الإيجابية هي النقىض لا يعرفه الشخص النرجسي عن حب الذات، فهو عاشق لذاته تحديداً لأنه لا يستطيع أن يحب نفسه. إن علاقة من هذا النوع بين الأم وأبنائها قد تتسبّب في حدوث ضرر يؤثر على حياة الطفل بشكل كبير خلال مراحل نشأته.

هنا نطرح سؤال: كيف تؤثّر نرجسية الأم على بناء شخصية أطفالها؟

إجابةً على ذلك، توضّح الدكتورة في علم نفس الطفل ومؤسسة المشروع القومي للتربية من أجل التعليم في مصر، أسماء الفقي، أن تأثير الأم النرجسية على الأبناء يختلف باختلاف حدة نرجسية الأم، فقد تعاني المرأة من بعض الأعراض، بينما تعاني أخرى من جميعها، وفي كلتا الحالتين ذلك

وتضيف الفقي خلال حديثها لـ”نون بوست”: “الأم النرجسية لا ترى إلا نفسها وهي دائمًا تسعى إلى الكمال، وتعتبر أبناءها جزءاً من صورتها العامة أمام الناس، وبالتالي قد تهُمّش أطفالها واحتياجاتهم ورغباتهم لقاء الحصول على صورة ترضيها أمام الآخرين على حساب أطفالها، فيعتاد الأبناء على أن يكونوا هم الساعين للحصول على القبول من الآخرين، مع العلم أنه من المفترض أن يقدم لهم في حياة طبيعية للغاية.”.

وتتابع الفقي واصفةً حال الأم بالقابل، لأنها ترغب في أن يكون لديها أفضل الأبناء فلا تتحمل الخطأ وتقلل من إنجازات أبنائها وتنتقد它们 بشدة، فينشأون على قلة الثقة بالنفس، حيث إنها لا تتحمل أن يخطئ أبناؤها لأنها ترى نفسها ملكةً بين الآخرين.

وتشير الفقي أن رد فعل الأم عادةً ما يتسم بالعنف والعداء، ويعتقد الطفل أنه سيحظى برضاهما إذا ما نفذ تعليماتها وانصاع لأوامرهما، كونها كثيراً ما تلجأ إلى التوبيخ، فيعتقد الطفل بعقله الطفولي أنه بالتأكيد قد ارتكب خطأً جعله يستحق هذه العاملة.

الطفل ليس طرفاً

في السياق ذاته، تبيّن المعالجة النفسية والأكاديمية ديالا عيناتي من لبنان، أن الطفل الذي يعني مع أمّ نرجسية يفتقد إلى أهم ما يمكن أن يحصل عليه من أمه، وهو الدعم والمساندة والشعور بالحب، الحب غير المشروط الذي يطلب كل طفل.

وتضيف لـ”نون بوست”: “سيتضح ذلك مع الوقت وفي كل سلوك تقرّباً، مثلًا في تلك الأوقات التي تحكي لها عن مشكلة ما تخصّك، موقف ما أو سأت التصرّف خلاله، وبينما تؤذ منها أن تدعمك وتقديم لك بعض النصائح، ستتجد أنها قد حولت حديثكم معاً ناحية إنجازاتها الخاصة في موقف شبيه تعرضت له قديماً ثم تصرّفت صائباً تاماً في ذلك الوقت، على عكسك، مهملاً وجودك في هذا الحديث من الأساس، وكأنك لست طرفاً فيه.”.

كيف تؤثّر النرجسية على مستقبل الأبناء؟

تتبع ديالا عيناتي: ”تسبّب النرجسية في عدة كوارث، أهمها أن يفقد الأبناء ثقتهم في ذواتهم، لقد تربوا منذ الطفولة وكأنهم مربوطون كالثيران في ساقية، سبّبوا كل الجهد لكنهم لا يلفتون انتباه أمّهم كفاية، ولأنها الأم، جوهر العاطفة في المنزل، فإنهم يشعرون أن الخطأ فيهم، وأنهم لا يبذلون جهداً كافياً للفت انتباهها، وتستمر المأساة.”.

ومن وجهاً نظر عيناتي، فإن أبناء النرجسيات يخرجون إلى العالم من دون قدرة على تنظيم حياتهم وعواطفهم، لقد اعتادوا على درجات مرتفعة من التحكم في حياتهم، وللأسف قد يقعون في أسر علاقات سامة، كالصداقة والزواج في المستقبل، تضعهم تحت تحكم شخصيات نرجسية أيضاً، وتستمر كردة الثلج في التضخم.

تجارب مع أمّ نرجسية

“لقد دمرتنا أمي، أنا وأخي، نفسياً واجتماعياً، مجرد بدأنا نذهب إلى الجامعة، ما كان يستثير غيرتها وغيظها”， هذا ما أخبرتني به صفاء عندما سألتها عن علاقتها بوالدتها، مضيفةً: “حق صارت أمي انفعالية أكثر مما كانت في السابق، وازدادت الإهانات اللفظية والعنف الجسدي، لأنها لم تكمل دراستها الجامعية بسبب الفقر، والغريب أنها كانت تشجع أخي الذكرين على الدراسة وتفضلهما علينا”.

ولم تنس الشابة العشرينية كيف كانت والدتها تعنّفهم بالضرب دون تهمة، وتطلب منهم الاعتذار دون ذنب: “كثيراً ما توبيخني أمّا ضيوفها وتستهزئ بي، وتقلل من ثققي حينما تردد أني لست جميلة مثلها، لقد تفوقنا دراسياً وأنهينا دراسات جامعية وحصلت كل واحدة منا على عمل جيد، لكننا نفشل دائمًا في العلاقات الاجتماعية والعاطفية، ولا أعتقد أن أي واحدة منا متوازنة نفسياً”.

بينما تعزو الشابة الثلاثينية، آلاء أنور، وحدتها في الحياة وفقدتها للأصدقاء إلى إصرار والدتها على مراقبتها وتضييق معارفها بأسئلة، وتحديد من يصلح أن يكون صديقاً لها أم لا، محدثةً “نون بوست”: “لم يتوقف الأمر عند ذلك، بل تولّت اختيار شريك حياتي ورفضت آخر تميّته، ارتبطت بشابٍ يقرّبها وسافرت معه، أنجبت طفلين ولم نوفق بعدها فتطلقنا وبقيت هنا، فضلت أن أشقّ طريقي وحدي هروباً من لومها وقسواتها التي ازدادت بعد انفصالي”.

لا يتم الاعتراف علينا

نشر مؤخراً في دراسة لجامعة تمبل بولاية فيلادلفيا الأميركية، إحصائية شملت أكثر من 100 أمّ و200 ابنة، توصلت إلى أن 18% من هؤلاء الأمهات يشعرن بالغيرة من بناتهن.

في هذا الخصوص، تقول المختصة بعلم الاجتماع في الأردن، ميادة السيد: “إن علاقتنا مع أمّهاتنا وعائلاتنا هي جزء من صورتنا الاجتماعية، لذلك يحرض البعض منا على إظهار الإيجابيات فقط في هذه العلاقات، ولا يتم الاعتراف علينا بإشكاليتها وما قد تمرّ بها من عقبات وخلافات، حفاظاً على تلك الصورة”.

وتضيف: "الأم غير الناضجة عاطفياً والترجسية، تكون احتمالات انسياقها وراء الغيرة من بناتها أكثر من غيرها، خاصة إذا كانت علاقتها مع والدهن غير متوازنة وليس فيها مستوى مقبول من الأمان والاحتواء والثقة، حيث قد تظن أنهن قد أرزن اهتمامه وحبه عنها".

لافتاً إلى أسباب أخرى قد تجلب غيرة الأم، كإنجازات التي تحققها الفتاة في حين عجزت الأم عن تحقيق رغباتها أو ممتلكاتها المادية، والتحاقها الجامعية، أو لأنها أصبحت أجمل من أمها وبذلت تلتف أنظار الرجال إليها، كلها أسباب قد تخرج العلاقة بين الأم وابنته من سياقها الصحي.

وتسند المختصة الاجتماعية إلى بعض الدراسات النفسية، بالقول إن الغيرة الأمومية أمر طبيعي إذا كانت ضمن حدود معينة وتحت السيطرة، لكنها تخرج عن إطارها القبول عندما تشعر الأم أن ابنته تشغّل تهديداً لها.

كيف تكون البداية؟ هل من علاج؟

وفقاً لتقارير مختصة، يبدأ الاضطراب في مرحلة البلوغ المبكر وتظهر أعراضه في العمل وال العلاقات الاجتماعية، وأفاد التخصصون بأن المصابين باضطراب الشخصية الترجسية يسعون باستمرار للارتباط بأشخاص موهوبين، ما يعزّز احترامهم لذاتهم، وحق يضمنوا وجودهم داخل دائرة الإعجاب والاهتمام المفرطين، كما أنهم يجدون صعوبة في تحمل النقد أو الهرزيمة.

لم تجد الدراسات التي أنجزت عن اضطراب الشخصية الترجسية أي أسباب واضحة خلف الإصابة به، ويعتقد أن العوامل الوراثية والبيولوجية، وكذلك البيئة وتجارب الحياة المبكرة، تلعب دوراً في تطور هذه الحالة.

أما عن العلاج من اضطراب الشخصية الترجسية، فقد أوضح علماء النفس أن المصابين ولأنهم يتعاملون بعزم ودفع مستمر عن النفس، يصعب عليهم الاعتراف بالمشكلات ونقاط الضعف في شخصيتهم.

شفاء الجروح

وفقاً لدراسة أجريت في الولايات المتحدة، فإن 6% من الأميركيين نرجسيين، ومع ذلك هناك 5 دراسات أخرى على الأقل استخدمت معايير أكثر صرامة ولم تستطع العثور على حالة واحدة للترجسية، حق عند استخدام عينات كبيرة جداً.

إن الشفاء من الجراح الذي يتركها النرجسيون في الروح قد تكون معقدة وطويلة؛ نصحت دراسة نشرها موقع cbtpsychology.com بمحاولة استبعاد الأحساس السلبية التي قد يتسببون

فيها، كالإحساس بالذنب لتسبيبهم في الغيرة، أو لأنهم خيّبوا الظن، أو حتى لأنهم كانوا على خطأ، وأن يخضوا سقف توقعاتهم من الوالد الغيور أو الترجسي، ومحاولة رسم حدود للعلاقة معه ومنعه من تخفيضها (إن أمكن الأمر)، وعدمأخذ آرائه بعين الاعتبار حين يكون الأمر متعلقاً بتقدير الذات، وطبعاً اللجوء إلى الدعم النفسي إن طلب الأمر.

رابط المقال : <https://www.noonpost.com/42244>