

## السيكولوجيا التحليلية لكارل غوستاف يونغ

### من هو يونغ Yung؟

يونغ هو عالم نفس سويسري ومن مؤسسي علم النفس التحليلي من مواليد 1875، من أهم مؤلفاته: "نظرية التحليل النفسي والسيكولوجية اللاشعورية" و"العلاقة بين الانا واللاشعور" و"علم النفس والدين". كما كانت إضافته الحقيقية بنظريته تتمثل في تقديمه ووصفه للانبساط والانطواء بشكل اعتمدت عليه الدراسات الحديثة في الشخصية.

### مكونات الشخصية لدى يونغ:

تناول يونغ عدة مصطلحات تخص الشخصية من بينها:

✚ **الإننا:** هي مركز النفس المسؤولة بشكل اساسي عن كل افعال النفس، وهي التي تعمل كحارس للوعي، حيث تتحكم الانا بما يحاول الدخول الى الوعي من تجارب او احداث خارجية فإما تسمح له بالدخول ليصبح جزءا من الوعي او تمنعه من الدخول عبر الالهمل او الكبت ليصبح جزءا من اللاوعي الشخصي.

✚ **اللاشعور الجمعي:** هو ما يساعد الشخص للوصول للتفرد، هو التاريخ البشري كله في باطننا كرموز وصور الجماعة، هو ما ورثه الاجداد فينا، هو معرفة فطرية غير محددة مستمدة من التاريخ البشر ككل الذي يوجه السلوك الواعي بشكل اخر.

✚ **اللاشعور الشخصي:** يتكون منذ الميلاد من الخبرات التي يكتسبها الفرد في حياته وهذه الخبرات كانت في البداية شعورية ثم فقدت طابعها الشعوري وصارت لا شعورية بسبب عوامل الكبت والنسيان.

✚ **البارسونا أو القناع:** تعد البارسونا persona كقناع شخصي ظاهر للأخرين، وهو الشخصية الظاهرية، أي ما يظهر أمام الناس.

○ بمعنى أن يكون هنا له صفات معينة وتصرفات وأخلاق أمام الناس تنطبق مع مقتضيات واقع المعيشي، وتخالف حقيقته التي يعرفها هو عن نفسه.

✚ **الأنيميا والأنيموس:** يعود حسب يونج الى الانماط الأولية، فيطلق على النمط الاولي الانثوي لدى الرجل اسم "الأنيميا" وهو الجزء الانثوي للرجل اما النمط الذكري لدى المراه فله اسم "الانيموس" وهو القطب الذكوري عند المرأة. فالذكورة والانوثة الموجودة في كل فرد مستمدة من الوالدين معا (المنطق + الحب) الظاهر له علاقة بالطفولة وله استقلاله خاصة.

✚ **الظل:** هو الجانب المظلم للنفس فهو يمثل الهمجية والفوضى والمجهول ويتكون من المواد المكبوتة في اللاشعور الشخصي، فالظل يعارض جمود الأنا وهو ما ننكره في أنفسنا وأكثر شيء نريد أن نتجنبه.

✚ **الذات:** هي نمط شخصي يمثل اتحاد الوعي مع اللاوعي عند الفرد، فذات تحتضن الانا والظل والأنيميا واللاوعي وكل ما يمكن ان نصبح عليه وهو رمز للكائن المتساوي بداخلنا اي ما نحن عليه.

✚ **الاتجاهات:** قسم يونج الطاقة النفسية إلى اتجاهين أساسيين هما الاتجاه الانبساطي (موضوعي) والاتجاه الانطوائي (ذاتي)

يمكننا القول هنا ان النموذج الحقيقي السوي الخالي من الاضطرابات النفسية هو مصالحة كل ما سبق وهو ما يدفعنا الى تحقيق الذات = اي تولد عمليه الفرد.

### العلاج النفسي التحليلي حسب يونج:

✚ **الماندالا:** استخدم يونج الماندالا كأول مرة في العلاج التحليلي، حين وجد ان لها تأثير مهدئ على المرض وفي نفس الوقت تسهيل الاندماج النفسي، كان يونج اول شخص يجري فكره انشاء ماندالا من المجتمع العربي، ووصفها بانها محيط او دائرة سحريه بالنسبة له كانت مواساه للذات ومركزا لشخصيتنا قال يونج لقد رسمت كل صباح في دفتر الملاحظات رسم دائري صغير والذي يبدو انه يتوافق مع وضعي الداخلي في ذلك الوقت تدريجيا اكتشفت ما هي الماندالا، انها الذات انها الشمولية شخصية متناسقة ان صارت الامور على ما يرام في النهاية اعتقد يونج ان الماندالا كانت تعبير عن الذات في شكله النهائي، ولقد اعطته هذه النتيجة شعورا بالسلام الداخلي، ومن هنا

اكتشف انها "الاساس لجميع المسارات انها الطريق الى المركز الى تقرد". اعطى يونغ الانتباه الى الرموز اللاوعية ومظهرها العفوي في الماندالا دليل على حدوث التقرد.

ويعتقد يونغ ان هذه الرموز ايضا تظهر في احلامنا وفي اعمالنا الفنية وخيالنا، إنها معقدة وبشكل متماثل، وتكرار انماط الماندالا يساعد في الدخول في حالة شبيهة بالتأمل، كما يمكن ان تؤدي لاكتشاف الذات وهذا يساعد على ازالة سلبية الأفكار، والعواطف، واستخدمت الماندالا مع العميل في العيادات النفسية، وكذلك مع المراهقين الذين يستعملون الماندالا خلال حصص العلاج النفسي، فقد وجدوا انهم يتطورون وتصبح الماندالا المرآة التي يتعلمون النظر فيها الى أنفسهم واكتشاف داخلهم، في هذا الموقف دور معالج هو الاستبطان قدر الامكان وتدرجيا يمكننا تركيز انتباههم على ما في حياتهم ومن حولهم، وسوف يفضلون ظهور العواطف التي يشعرون بها كما سينتبهون تدرجيا للصلة الموجودة بينهم وبين العالم. وهنا يمكن القول ان للماندالا فاعلية في التدخلات العلاجية للمساعدة للحد من الاضطرابات النفسية وتحسين نوعية الحياة.

✚ **تفسير الأحلام:** هو طريقة يستخدمها يونغ في العلاج، يستند على تحليل الاحلام حتى يصل الى وعي المريض، فقد كان يونغ يؤمن ان الاحلام لا تكشف عن الحقائق النفسية فقط، بل تقدم احيانا تنبؤات صادقة، فالأحلام عند يونغ تساهم في صنع العالم الخارجي، كما تستكشف المستقبل البعيد، وتسوق الانسان سوفا نحو تحقيقها.

✚ **التداعي الحر:** لا يعتمد يونغ على طريقه التداعي الحر الذي اتى بها فرويد حيث يوم يعتمد على ما يسميه بالتوسع والاسهاب، فالمحلل هنا يشارك المريض في التداعي الحر، أي يكون عكس فرويد فالمحلل يقدم وجهه نظره، ويقول يونغ في هذا الصدد ان التوسع والاسهاب هو عملية تداعي محددة ومنضبطة وموجهة تدور حول نواه الحلم، وبالتالي تساعد المحلل على فهم الحلم.

○ وطريقته تختلف على طريقه فريد اذ ان المحلل يتصرف على اساس المساواة مع المريض الظاهريا ويتخلى على السيطرة لصالح الوعي الذي يحكم ويقود الحوار بين المعالج والمتعالج وحسب التحليل النفسي لا يتجه نحو الجنسية النفسية انما يعمل على تحديد المشاكل وتطور الشخصية وتدعيم امكانيه وقدره الفرد على التطور في المستقبل.

✚ يمتد العلاج عند كارل يونغ الى 6 اسابيع بمعدل جلستين في الاسبوع. ويجلس فيها المعالج وجها لوجه مع العميل ويواجه الاشكال او السلوك العصابي كأمر واقعي على مستوى الشعور، كما ان المعالج يتخذ موقف نشط.

وبهذا فان يونغ من المساهمين ايضا بتغيير الإطار العلاجي الفريدي وتعزيز المقابلات وجها لوجه لصالح تخفيض المقاومة الى حد ما.