

## عملية التفرد

يعتبر مصطلح التفرد هو مصطلح ناتج عن عالم نفس شهير هو كارل جوستاف جانج لوضع العملية في أن يصبح على دراية بنفسه وعن إعداد شخص ما وبطريقة اكتشاف حقيقة احد ما والذات الداخلية . وعلى الرغم من أن الهيكل أساسي وبسيط وتتطلب المحتويات إدراك أكثر عمقا .

طالما أن الإنسان ما زال باقيا ، فان هناك دائما أفراد تسال نفسها هذا السؤال الأكثر إثارة : " من أكون " . ولا توجد إجابة بسيطة على ذلك ولكن عملية التفرد الخاصة بجانج تقدم لنا بعض الإرشادات الواضحة . أولا تحتاج إلى إدراك مصطلحين يتم استخدامهما بشكل عام في علم النفس .

الأنا . نحن على دراية بالأنا ، إما لا ؟ ما هي الأنا ؟ متى نقول " أنا " ، إلى ماذا نشير بذلك ؟ تعتبر الأنا هي قلب الوعي ولكن ليست هي طبيعتك كما يعتقد الكثير من الناس . أنها ثمة خاصة تسمح لك بتمييز نفسك عن الآخرين . وهي تركيبة تعمل على ترتيب السمات النفسية لك ، لذا فانك تستطيع أن تعطي نفسك معناها بالإضافة إلى تصرفاتك . وهي تعطيك إحساس بالتفرد ولكن للعلم فان لدينا هذا الأمر بشكل مشترك .

وماذا كان لدينا أيضا بشكل مشترك هو الوعي واللاوعي . بالنسبة للوعي ، فإننا قادرون على اكتساب خبرة في الحياة بشكل يومي . ويعتبر اللاوعي جزء من أنفسنا وهذا النوع يظل في الخلفية ولكن ليس ناشطا على أي حال . ويتكون اللاوعي من جوانب خفية من أنفسنا والتي تستمر في العمل على الوعي وكذلك في حياتنا اليومية على الرغم من أننا لسنا على وعي تام بها . ويحاول اللاوعي أن يأخذ الفرد إلى التوازن . في الحياة ، فإننا لسنا قادرين على القيام أو كما نريد أن نكون . لذا فان اللاوعي يؤثر على سلوكنا وتصرفاتنا بطريقة تعمل على التعويض . ويمكن أن تكون تلك الاتجاهات الخاصة باللاوعي اقوي من الوعي الخاص بنا ويمكن أيضا أن تمضي ضد رغباتنا . لذا فإننا نخبر بالأشياء في لحظة الغضب والذي من الممكن أن ندم على ذلك لاحقا .

وقد قسم جانج اللاوعي إلى قسمين : اللاوعي الشخصي واللاوعي الجماعي . اللاوعي الشخصي ينتمي إلى الذات فقط . وهو مجموعة من المدركات الحسية دون الوعي والذكريات

المكبوتة أو المنسية بالإضافة إلى الرغبات والطموحات بالنسبة لفرد . ويمكن استدعاء ذكريات اللاوعي الشخصي على الرغم من كونها لا يمكن التحكم بها كلية من حيث الرغبة . أحيانا يمكن أن يجلبهم تجمع عرضي إلى الضوء . أحيانا ، يمكن أن تظهر في الأحلام والخيالات . ويمكن أن يكشف ذلك أيضا التنويم المغناطيسي .

هناك مصطلح هام هو الذات . تكون الذات دائما متداخلة مع الأنا . حيث أن الأنا هي تركيب مؤقت فقط يمنحنا هوية في تلك الحياة ، إما الذات فهي من أمر أعلى من الأنا . والذات هي ما في جوهرنا . بالنسبة بالمصطلحات النفسية ، فإنها ترادف الوعي واللاوعي والأنا . وتعتبر الذات هي البداية المركزي في اللاوعي الجماعي مثلا الشمس في منتصف النظام الشمسي . والذات هي بداية الأمر والتنظيم والوحدة . حيث تعمل على توحيد الشخصية . وتعتبر الذات هي هدفنا في الحياة لأنها هي أكثر المصطلحات اكتمالا لأعلى وحدة والتي نستدعيها بشكل فردي .

## اللاوعي الجماعي

يعتبر مصطلح التفرد هو مصطلح ناتج عن عالم نفس شهير هو كارل جوستاف جانج لوضع العملية في أن يصبح على دراية بنفسه وعن إعداد شخص ما وبطريقة اكتشاف حقيقة احد ما والذات الداخلية . وعلى الرغم من أن الهيكل أساسي وبسيط وتتطلب المحتويات إدراك أكثر عمقا .

طالما أن الإنسان ما زال باقيا ، فان هناك دائما أفراد تسال نفسها هذا السؤال الأكثر إثارة : " من أكون " . ولا توجد إجابة بسيطة على ذلك ولكن عملية التفرد الخاصة بجانج تقدم لنا بعض الإرشادات الواضحة . أولا تحتاج إلى إدراك مصطلحين يتم استخدامهما بشكل عام في علم النفس .

الأنا . نحن على دراية بالأنا ، إما لا ؟ ما هي الأنا ؟ متى نقول " أنا " ، إلى ماذا نشير بذلك ؟ تعتبر الأنا هي قلب الوعي ولكن ليست هي طبيعتك كما يعتقد الكثير من الناس . أنها ثمة خاصة تسمح لك بتمييز نفسك عن الآخرين . وهي تركيبة تعمل على ترتيب السمات النفسية لك ، لذا فانك تستطيع أن تعطي نفسك معناها بالإضافة إلى تصرفاتك . وهي تعطيك إحساس بالتفرد ولكن للعلم فان لدينا هذا الأمر بشكل مشترك .

وماذا كان لدينا أيضا بشكل مشترك هو الوعي واللاوعي . بالنسبة للوعي ، فإننا قادرون على اكتساب خبرة في الحياة بشكل يومي . ويعتبر اللاوعي جزء من أنفسنا وهذا النوع يظل في الخلفية ولكن ليس ناشطا على أي حال . ويتكون اللاوعي من جوانب خفية من أنفسنا والتي تستمر في العمل على الوعي وكذلك في حياتنا اليومية على الرغم من أننا لسنا على وعي تام بها . ويحاول اللاوعي أن يأخذ الفرد إلى التوازن . في الحياة ، فإننا لسنا قادرين على القيام أو كما نريد أن نكون . لذا فإن اللاوعي يؤثر على سلوكنا وتصرفاتنا بطريقة تعمل على التعويض . ويمكن أن تكون تلك الاتجاهات الخاصة باللاوعي أقوى من الوعي الخاص بنا ويمكن أيضا أن تمضي ضد رغباتنا . لذا فإننا نخبر بالاشياء في لحظة الغضب والذي من الممكن أن ندم على ذلك لاحقا .

وقد قسم جانج اللاوعي إلى قسمين : اللاوعي الشخصي واللاوعي الجماعي . اللاوعي الشخصي ينتمي إلى الذات فقط . وهو مجموعة من المدركات الحسية دون الوعي والذكريات المكبوتة أو المنسية بالإضافة إلى الرغبات والطموحات بالنسبة لفرد . ويمكن استدعاء ذكريات اللاوعي الشخصي على الرغم من كونها لا يمكن التحكم بها كلية من حيث الرغبة . أحيانا يمكن أن يجلبهم تجمع عرضي إلى الضوء . أحيانا ، يمكن أن تظهر في الأحلام والخيالات . ويمكن أن يكشف ذلك أيضا التنويم المغناطيسي .

هناك مصطلح هام هو الذات . تكون الذات دائما متداخلة مع الأنا . حيث أن الأنا هي تركيب مؤقت فقط يمنحنا هوية في تلك الحياة ، إما الذات فهي من أمر أعلى من الأنا . والذات هي ما في جوهرنا . بالنسبة بالمصطلحات النفسية ، فإنها ترادف الوعي واللاوعي والانا . وتعتبر الذات هي البداية المركزي في اللاوعي الجماعي مثلا الشمس في منتصف النظام الشمسي . والذات هي بداية الأمر والتنظيم والوحدة . حيث تعمل على توحيد الشخصية . وتعتبر الذات هي هدفنا في الحياة لأنها هي أكثر المصطلحات اكتمالا لأعلى وحدة والتي نستدعيها بشكل فردي .

### التفرد

يعني التفرد أن يصبح الفرد شخص ، فرد وتتكامل بشكل تام مع الشخصية . وهي عملية من تحقيق الذات خلالها يتكامل الفرد مع تلك المكونات النفسية التي لها القدرة على تصبح وعي . وهي بحث عن التمامية . وهي خبرة يمكن صياغتها على أنها اكتشاف للطبيعة المقدمة داخلنا أو اكتشاف اكتمال الذات . وهذا لا يحدث دائما بدون الم ولكن من الضروري قبول العديد من

الأشياء التي عادة نخجل منها . وبمجرد قبول محتويات اللاوعي وقد بلغ الهدف الخاص بعملية التفرد ، فإنه يدرك علاقاته مع كل شيء مع الحياة ومع الكون بالكامل .

وتعتبر التفرد هي عملية طبيعية مترابطة في الإنسان . ولا يمكن محاكاتها من خلال شيء خارجي ولكنها تنمو من الداخل . مثلها مثل الجسم حيث يمكن أن تنتشوه أو تمرض بسبب نقص التغذية أو الحركة ، ويمكن أن تضرر الشخصية بسبب نقص الخبرة أو التعليم. ويؤكد جانج بان عالمنا الحديث لا يعطي الفرصة الكافية لاكتساب طبيعة الظل . عندما يعبر طفل عن غرائزه الحيوانية ، فإنه عادة ما يتم عقابه من جانب الآباء . ولا يؤدي العقاب إلى تمييز الظل ( وهي الاتجاهات المكبوتة ويتم التحدث عنها لاحقاً ) والتي تعد مستحيلة ولكنها تؤدي إلى كبت هذا الأمر . ويتم إعادة معاملة الظل على أنه حالة لاوعي وأولية وغير متبينة . بعد ذلك عند ينكسر الظل من خلال حاجز الكبت ويحدث ذلك مرة واحدة في برهة حيث يشكل نفسه إلى شرير وهي طريقة مرضية .

## السمو

تعتبر الخطوة الأولى للتكامل هي التفرد في كل جوانب الشخصية والتي تسمى عملية التفرد .

هناك مرحلة ثانية اسمها جانج خاصية السمو . هذا الخاصية لها صفة في توحيد الاتجاهات المتقابلة للشخصية . وهدف السمو هو تحقيق كل جوانب الشخصية حيث أنها تخفي في الأصل في مركز الفرد وتطور الوحدة المحتملة . ويعني السمو تحقيق الوحدة مع طبيعة الذات .

## عملية التفرد

تبدأ عملية التفرد بان يصبح وعي الشخص وهو القناع الذي نرتديه في كل يوم من حياتنا . بعد ذلك فإننا على وعي بالظل والخصائص المكبوتة لانا. بعدها نصبح على وعي بالطبيعة الحيوانية والمرأة الداخلية في كل رجل أو حيوان والرجل الداخلي في كل امرأة . وبعد ذلك صورة الرجل المسن الحكيم أو الأم المسنة الحكيمة تظهر بعد معرفة ما يحدث مع الذات .

تلك الأطوار ليست مزمنة بالضرورة بالترتيب أو بالانفصال عن بعضهم البعض . حيث أن يتخطى كل منهم الآخر أو السير بالتوازي .

## الشخصية

تعتبر الشخصية هي نظام معقد لربط الوعي الفردي مع المجتمع . ويمكن للفرد أن يسميه القناع الذي يعطي انطباع على الأفراد الآخرين ولكنه أيضا يخفي الطبيعة السليمة للفرد . وينتج جزئيا عن طلبات المجتمع والتي يتعين على الفرد لعب هذا الدور المحدد له . وفي مهنتك ، فانك تحتاج إلى إلى الوفاء بالطلبات الخاصة بالمهنة وحسب الإمكان . وإما عن طلبات المجتمع فإنها نوع من قياس التصنيف بالمجتمع . ومن صانع الأحذية فانه يتوقع أن يقوم بتصليح الحذاء لأفضل قدرات لديه عن الشاعر على سبيل المثال . وهو في الأساس لا يرغب في أي يكون شاعر لان المجتمع يمكن أن يعتقد أنه غير موثوق فيه كونه صانع أحذية . وفي الدائرة الأكاديمية ، يمكن لشخص مشابه أن يعتبر محب للفنون وفي السياسة فانه يعتبر غير موثوق فيه وفي المجال الديني سيكون مفكر حر . وبمجرد أن ينحرف الشخص عن دوره ، فانه يصبح شخص مشتبته فيه على الرغم من حقيقة انه ما زال عامل ممتاز في مهنته . لذا ، إذا أراد فرد في القيام بذلك في المجتمع ، حيث يمكن لفرد أن يكرس نفسه لشيء واحد فقط . بالطبع يمكن لأناس قليلة من القيام بذلك بالإضافة إلى وجود من له أكثر من اهتمام . وللتوافق مع رغبات المجتمع ، فإننا نصنع قناع ، شخصية ، وما يكون خلف هذا القناع نسميه خصوصية .

هذا الانقسام في سلوكنا ليس بدون عواقب . إذا تجاهلنا تطوير الشخصية ، فان الأفراد يمكن أن يجدونا مهانين أو يمكن أن يجعل حياتنا صعبة لأنهم يتوقعوننا أن نتصرف بطريقة حسب احتياجات المجتمع . وعلى الجانب الآخر ، هناك خطر من التحديد كثيرا مع الدور الذي يحاول الفرد الوفاء به .