

## المحاضرة التاسعة: التيار الوجودي في الشخصية

### - مقدمة:

في مواجهة النظريات التي تفسر الشخصية من منظور حتمي (سواء بيولوجي أو بيئي أو لا شعوري)، ظهر التيار الوجودي في علم النفس كفلسفة ثم كمنهج علاجي، مؤكداً على حرية الإنسان، ومسؤوليته، وبحثه عن المعنى في عالم لا معنى له الضرورة. يرى الوجوديون أن القلق ليس مجرد عرض مرضي، بل هو جزء أصيل من الوجود الإنساني، وينبع من وعينا بحريتنا ومحدودية وجودنا.

في هذه المحاضرة، سنتناول أبرز مفاهيم هذا التيار، مع التركيز على إسهامات فيكتور فرانكل في إرادة المعنى ورولو ماي في القلق الوجودي.

### 1. المنطلقات الفلسفية للتيار الوجودي:

تأثر علم النفس الوجودي بالفلسفة الوجودية (خاصة أعمال كيركيغارد، نيتشه، هايدغر، وسارتر)، والتي تركز على الوجود الفردي، الحرية، والمسؤولية الشخصية. يرى الوجوديون أن الإنسان محكوم عليه بالحرية، أي أنه مسؤول عن اختياراته ونتائجها، ولا يمكنه إلقاء اللوم على الظروف أو الماضي (هريدي، 2011).

#### 1.1. الوجود قبل الجوهر (Existence Precedes Essence):

هذا المبدأ السارتر ي يعني أن الإنسان يولد دون طبيعة محددة مسبقاً، ويقوم بتعريف ذاته من خلال اختياراته وأفعاله، الشخصية ليست شيئاً نملكه، بل هي شيء نصنعه باستمرار (Feist et al, 2021).

#### 2.1. الحرية والمسؤولية:

مع الحرية تأتي المسؤولية الكاملة عن الذات، هذا الوعي بالحرية والمسؤولية يمكن أن يولد القلق الوجودي، وهو قلق صحي يدفع الفرد لمواجهة واقعه واتخاذ قرارات أصيلة (هريدي، 2011).

#### 2. فيكتور فرانكل (Viktor Frankl) وإدارة المعنى:

فيكتور فرانكل (Viktor Frankl) طبيب نفسي نمساوي، نجا من معسكرات الاعتقال النازية، وطور العلاج بالمعنى (Logotherapy)، الذي يرى أن الدافع الأساسي للإنسان هو البحث عن المعنى لحياته.

#### 1.2. إدارة المعنى (Will to Meaning):

يرى فرانكل أن الإنسان لا يسعى فقط للذة (فرويد) أو القوة (أدلر)، بل يسعى بالدرجة الأولى للمعنى، حتى في أقسى الظروف، يمكن للإنسان أن يجد معنى لوجوده، وهذا المعنى هو ما يمنحه القوة للمضي قدماً (Feist et al, 2021).

## 2.2. مصادر المعنى:

يمكن للإنسان أن يجد معنى لحياته من خلال ثلاثة طرق رئيسية:

- العمل (Work): من خلال إنجاز عمل ذي قيمة أو إبداع شيء فريد.
- التجربة (Experience): من خلال تقدير الجمال، الحب، والطبيعة.
- الموقف تجاه المعاناة (Attitude Toward Suffering): من خلال الطريقة التي يختار بها الفرد مواجهة المعاناة التي لا مفر منها (Frankl, 1963).

## 3.2. الفراغ الوجودي (Existential Vacuum):

يحدث عندما يفقد الفرد إحساسه بالمعنى في حياته، مما يؤدي إلى الملل، اللامبالاة، وأحياناً الاكتئاب والإدمان. العلاج بالمعنى يهدف إلى مساعدة الفرد على اكتشاف أو إعادة اكتشاف معنى حياته (Cloninger, 2013).

## 3. رول ماي (Rollo May) والقلق الوجودي:

رولو ماي كان أحد أبرز علماء النفس الوجوديين في أمريكا، حيث ركز على مفهوم القلق، الحرية، والقدر.

## 1.3. القلق الوجودي (Existential Anxiety):

هو قلق طبيعي وصحي ينبع من وعي الإنسان برشته، مسؤوليته، ومحدودية وجوده (الموت، العزلة، اللامعنى)، هذا القلق ليس مرضياً، بل هو دافع للنمو واتخاذ قرارات أصيلة.

## 2.3. القلق العصابي (Neurotic Anxiety):

هو قلق غير صحي ينبع من محاولة الفرد الهروب من القلق الوجودي، أو التخلي عن حرشته ومسؤولياته، يؤدي إلى الجمود، فقدان الذات، والاضطرابات النفسية (Feist et al, 2021).

## 3.3. القدرة والمصير (Destiny and Fate):

يرى ماي أن الإنسان ليس حرا بشكل مطلق، بل هناك جوانب من حياته يحددها القدر ( مثل الوراثة، الظروف الاجتماعية)، لكن الإنسان يظل حرا في كيفية استجابته لهذا القدر، وهذا ما يشكل مصيره (Cloninger,2013).

#### - الخاتمة:

لقد قدم التيار الوجودي منظورا عميقا للشخصية، مؤكدا على أن الإنسان ليس مجرد نتائج لغرائزه أو بيئته، بل هو كائن حر مسؤول يبحث عن المعنى في وجوده. ورغم أن هذا التيار قد يفتقر إلى المنهجية التجريبية الصارمة، إلا أن مفاهيمه حول الحرية، المسؤولية، المعنى، والقلق الوجودي، قد أثرت بشكل كبير في العلاج النفسي (خاصة العلاج الوجودي) وفي الفلسفة الإنسانية، وساعدت الأفراد على مواجهة تحديات الوجود بوعي وشجاعة.