



عقدة الاستعلاء: حين يحاول الانسان تعويض الشعور بالدونية

عزيز ملا هذال 20-02-2023 -

كثيرة هي الامراض والعقد النفسية التي تصيب الانسان وتفقدته توازنه النفسي، ومن هذه العقد هي عقدت الاستعلاء التي اصبحت تنتشر كالنار في الهشيم بالمجتمع العراقي، وهذه العقدة في مجتمعنا ربما وليدة ثقافة التفضيل والتمييز غير الصائب والميينة على اسس واهية وغير منطقية لكن ثقافة المجتمع هي من تدفع بتكوينها وتحت ظروف ومسببات عديدة.

عقدة الاستعلاء هي ابنة عقدة الدونية او عقدة الشعور بالنقص، فالإنسان الذي اشتوى بنار عقدة الدونية يحاول عبر عقدة الاستعلاء ان يداوي جراحه، فيحاول إخفاءه اثر الاولى بالتكبر على الآخرين فما هي هذه العقدة؟ وماذا تخفي من مشاعر وافكار؟ وما هي مجالات انتشارها، وماهي ملامحها؟ وكيف يمكن ان تعالج؟

تعرف عقدة الاستعلاء بأنها إحدى الطرق التي يستخدمها الشخص الذي يشعر بمركب الدونية للإفلات من الصعوبات التي يواجهها، فيدعي أنه أكبر من ذلك وهو في الحقيقة ليس كذلك، وهذا النجاح الكاذب يعوض حالة الدونية التي لا يمكنه تحملها.

ربما لا نجافي الحقيقة ان قلنا ان جذوة هذه العقدة مشتعلة في داخل معظم البشر الا ان خبرات الفرد البيئية هي من تجعلها تتوقد اكثر او تنطفئ، فعقدة الاستعلاء موجودة في نفوس كبار الشخصيات واصحاب الشهادات بأنواعها كما المهن بأنواعها واصحاب المناصب العليا هم الآخرين ليسوا براء منها، وهذه ليس اتهامات نسوقها اليهم بقدر ما هو استقراء للشخصيات الانسانية نتيجة المعاشة مع شخصيات متنوعة ومتعددة المشارب والاجناس والصفات.

أهم الأعراض التي تدل على هذه العقدة هي تقييم الانسان لنفسه تقييمات عالية للقيمة الذاتية ووجود آراء عالية عن النفس، يركز الانسان على المظهر بدرجة كبيرة ما يدل على الغرور، يظهر الانسان المصاب عدم رغبته بالاستماع للآخرين لكونه يعتقد انه افضل منهم.

تصطبغ اكثر سلوكياته الفرد بصبغة السعي لتعويض النواقص في حياته ففي حال الشعور بالنقص في جانب معين يتم التعويض بطريقة مبالغ فيها وبشكل غير ضروري مثل شراء الملابس الفاخرة والمبالغة في دخول المطاعم وما الى ذلك من السلوكيات المشوهة، ويكون الفرد ايضاً ذو مزاج بشكل سلبي بسبب تناقض الشخصية ما بين التفوق والشعور بالنقص.



كما ان الانسان المصاب بعقد الاستعلاء عادة ما يكون انانيا وهو ما يجعل علاقاته مع الاخرين قصيرة الامد ومصالحية، يجري المقارنات بطريقة كبيرة مع الآخرين واغلب هذه المقارنات غير منطقية ولا واقعية، والميل للمسك بزمام الامور من حوله ولو بطريقة غير قانونية مما يجعله يصدر قرارات شخصية عشوائية، واخيراً يكون لديه شعور عالي بالاستحقاق، فكل ما يحدث من حولهم هو أمر واجب بالنسبة لهم فلا يظهرون الامتنان.

الحل هو ان يتدرب الانسان على حل المشكلات التي تواجهه مستخدماً طرقاً مفيدة وغير مشوهة، ووضع تحقيق ذاته كهدف يسعى اليه وليس الاستعلاء هو الهدف على حساب القيم والاخلاق، فالمحاولات غير المجدية التي يقوم بها الانسان من اجل اثبات الافضية من دون الاعتماد على فضائله الشخصية ستدمره وتجعله اسير هذا الهدف الذي ترسمه لك الاحلام والخيالات غير السليمة، ثم لابد للانسان ان يعتبر ان النقص الذي واجهه في حياته هو من اسهم بصورة او بأخرى في صناعته وهو من كون منه انسان ناجحاً، فلا داعي لهذه الشراة والابتذال في طلب التمييز الذي قد يأتي وقد لا يأتي فأن اتى فلن يزيد من انسانيتك شيء وان غاب فلا قيمة له ان كان قد اتى بما لا يرضي الانسان ولا ضميره ولا الذي من حلوه.