

الفصل الرابع

نقل المسؤولية

يوجد رهان أخد ، وليس هو الأقل أهمية في لعبة المثلث الدرامية. فحتى الآن ذكرت التشابه مع لعبة الكراسي والموسيقا التي يمكن فيها أن نُسلب مكاننا الذي نستغله، ويسبب ذلك لنا شعوراً كبيراً بالحرمان. أما الآن فسوف أحدثكم عن كرة القدم والركبي؛ لأنه في لعبة المثلث توجد كرة نمرها من زاوية لأخرى. هذه الكرة هي كلمة «المسؤولية» ومحتواها.

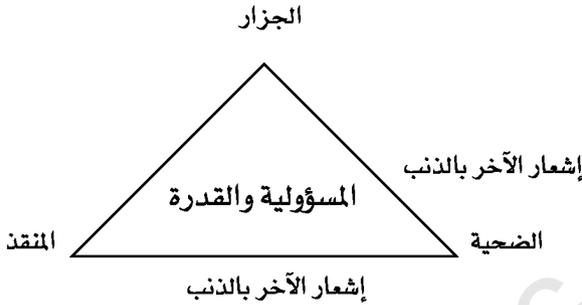
آلية تحميل الذنب للآخرين:

الضحية هي بوجه من الوجوه حارس مرمى، والكرة «المسؤولية» يجب ألا تمر أبداً في زاويتها. وإن الضحية بريئة وساذجة، فهي لا تتحمل أي مسؤولية فيما يحصل لها، ولذلك فإننا بمجرد أن نشير إلى أنها قد يكون لها دور في المتاعب التي تحدث لها، فإنها سوف تعلن سخطها بقوة، وهذا يعني أنها ستمنع مرور الكرة، وتصدها إلى أبعد مكان ممكن، فكيف يمكن لك اتهامها بوحشية، وهي تقوم بما في وسعها، وكل الخطأ يقع على الجزار الذي يقذفها، أو المنقذ الذي سببت مساعدته غير الملائمة زيادة متاعبها. وأنا أدعوكم لملاحظة مهارة

الضحايا في رفض أي مسؤولية شخصية لهم في المتاعب التي تصيبهم. ويتطلب ذلك أحياناً فتناً كبيراً عندما يثبتونك أرضاً بمشاركتك الرأي باحتقارهم لأنفسهم. فأنت ستشعر بسرعة كبيرة كم أنت متوحش؛ لأنك أهنت هذا الشخص الضعيف بتذكيره إلى أي درجة هو عديم الجدوى وغبي وعاجز... ولكن إذا كانت ضحيتك محترفة حقيقية للعبة المثث، ففكرة أن تتحمل هي أي قدر من المسؤولية عن تعاستها لن تخطر أبداً ببالك.

ماذا يحدث للكرة «المسؤولية» عندما تصدها الضحية بمهارة، ثم تعيد إرسالها؟ طبعاً إنها تستقر في أيدي الجزار أو المنقذ. وهكذا تُحوّل المحاولة بقوة سحرية «المسؤولية» إلى «إشعار الآخر بالذنب»: الشعور بالذنب لكون أداء المنقذ سيئاً لدرجة أنه جعل الضحية تفرق في ورطتها أكثر بدلاً من إنقاذها، أو الشعور بالذنب لكون الجزار شرساً إلى حد كبير مع شخص بهذه النعومة. وهذا يُظهر الفائدة التي لا يُستهان بها وتجنّبها الضحية من كونها في هذا الموقع، فهي «مُجرّدة للسلاح»، وهذا يعني أنها تستطيع فعلاً تجريد الخصم من سلاحه (انظر الشكل 1-1).

نحن نعرف أصلاً أنه ولأسباب ذات علاقة بالوجود أن الألعاب النفسية هدفها هو اتهام الآخر وإشعاره بالذنب أكثر من الوصول لحلّ فاعلة، وهنا يبدو أن الهدف هو تحويل المسؤولية ببراءة. وهذا هو التعبير المشهور للوزيرة جورجينا دوفوا «مسؤول، ولكن ليس مُداناً» ربما معكوساً. في ألعاب المثث نحن «مُدانون» ولكن لسنا مسؤولين أبداً.



الشكل (1-1)

تحويل المسؤولية

إن إلقاء المسؤولية على الآخرين يعني تحميلهم الآخرين مسؤولية ما نحن فيه. إن تجريم الآخر يعود إلى قبول هذا الآخر أن يتحمل مسؤولية شقاء من يقوم بتجريمه. أما الغائب الكبير في هذا التحويل للمسؤوليات فهو القدرة على الفعل التي يجب أن تكون مرافقة له. فمن حيث المبدأ نحن لا نتحمل مسؤولية إلا ما كان لنا تأثير مباشر فيه. فإذا أحسست بأنك مسؤول عن أمن شخص ما، فكيف يمكنك حمايته إذا كان في الطرف الآخر من المدينة؟ ولكن الارتباط بين المسؤولية والقدرة على التصرف ليس واضحاً بجلاء في مجتمعنا. فالأدوار والوظائف غير محددة التعريف تماماً وغير مفهومة بوضوح. وهذا مثلاً ما يجعل مهمة القبعات الزرق (جنود الأمم المتحدة) دقيقة جداً: إلى أي مدى يمكن أن تصل مسؤوليتهم؟ ما هي سلطتهم الحقيقية؟ القليل من الناس في هذا العالم يستطيعون تحديد ذلك. الأمر كذلك في المثال التقليدي لحالة الاستياء في الشركات. فأنا أستقبل كثيراً في استشاراتي مسؤولين

يشعرون بالذنب؛ لعدم قدرتهم على القيام بمهماتهم كما يجب. فهم يكتشفون وبسرعة أن إدارة الشركة أعطتهم مسؤوليات، وحرمتهم من القدرة على الفعل. وهكذا، فنحن نفرض عليهم ساعات دوام رسمية، ولكنهم مسؤولون عن حسن سير عمل الفريق الصباحي الذي بدأ عمله قبل ثلاث ساعات.

مغرور بكل بساطة:

عندما أطرح السؤال الآتي في الدورات التدريبية أو في أثناء الاستشارات: «هل تعتقد أنك تملك القدرة على إسعاد الذين تحبهم؟» وتكون الإجابة عادة بنعم حماسية. وعندها أطرح السؤال الثاني: «ولكن ماذا تفعل لإسعاد الذين لا يرغبون بأن يكونوا سعداء؟» وهنا يظهر التردد: «بالطبع يجب أن يكونوا موافقين على ذلك!» «حسناً! ففي هذه الحالة من المسؤول فعلاً عن الشعور بالسعادة؟» وهنا تصبح الأمور جلية واضحة: نحن لا نملك القدرة على إسعاد من لا يريد أن يكون سعيداً. وهذا في المقابل يعني أنه لا يوجد شخص بإمكانه إسعادنا إذا كنا نرفض ذلك.

ويبدو أن المضي في هذا التفكير بعيداً يوضح الأمر أكثر: إذا لم يكن بإمكاننا إسعاد الذين لا يرغبون بأن يكونوا كذلك، فأنا كذلك لا أملك القدرة على جعل الآخرين بؤساء إذا لم يكونوا يرغبون في ذلك. وعلى العكس، فكما أنه لا أحد يستطيع إسعادي إذا لم أرِدْ هذا، فكذلك لا أحد يستطيع أن يجعلني بائساً عندما لا أريد ذلك.

كما أنه ليست لدينا سلطة أكبر على صحة الناس الجسدية. وهكذا فعلى كل شخص أن يهتم بصحته بنفسه على هذا الصعيد. فأنت لا تستطيع أن تقوم بإجراء مباشر على قرينك الذي يدخن، أو يشرب الكحول أو يأكل كثيراً. ولا تملك سوى إزعاجه ومن ثم تحريض تمرده. والعجيب أنك لا شك أتحت لك الفرصة لملاحظة ما يلي: عندما نتوقف عن الاهتمام بما لا يهمنا تبدأ الأمور تتحسن!

إنه حقاً انقلاب على كل ما علمناه! فعندما كانت أمي تقول لي: إنني كنت أسبب لها المرض بحماقتي، كان هذا غير صحيح! عندما اعتقدت أنني أخبب آمال والدي برسوبي في ذاك الامتحان، كان هذا خياره في أن يحس بإخفاقي على هذا الشكل؟

وهنا نلاحظ أثر التربية. فبعض الآباء يعلمون أبناءهم التهرب من مسؤولياتهم، فالطفل الصغير المحبوب المدلل لا يخطئ أبداً مع أمه (أو أبيه). وفي المقابل يُحمل آباء آخرون أبناءهم مسؤوليات لا يمكن تصورها. وأنا أجد الألعاب التي تقوم على «دونك» أو «بسببك» بشعة عندما تشعر الأطفال بالذنب لمجرد وجودهم. هذه الألعاب التي تمارسها الأمهات خاصة (وهنا نحاول أن ننصف الآباء)، والتي تقوم على قاعدة من الشكاوى المشعرة بالذنب شبه المستمرة، يمكنها أن تدمر الطفولة. فعندما تسمع الأم تظن أن هذا الطفل هو سبب كل شقائها؛ فقد كانت مجبرة على الزواج من الأب، أو أنها لم تستطع أن تُطلقه... وكان عليها أن توقف دراستها، أو أن تغير عملها، أو أن تتوقف

عن العمل... أما الحمل فقد شوّه منظرها وأصاب جسمها بالخراب وجعلها تبدو مريضة، وأزال الكلس من عظامها...

إذا خاطبتك أمك هذا الخطاب، فيجب أن تضعي الأمور في نصابها: إن الأبوين هما المسؤولان عن إنجاب أولادهما! فأنت لم تطلبي أن تأتي إلى الدنيا. ولا يمكن للطفل أن يكون مسؤولاً عن شقاء إنسان بالغ.

بالمقابل، البالغون هم مسؤولون مسؤولية كاملة عما يجعلون أطفالهم يعيشون؛ لأنهم يملكون السلطة. ليس للأطفال الخيار في أن يكونوا أشقياء أم لا، مع ما نقول لهم وما نجعلهم يعيشون، وليست لديهم أي قدرة على استيعاب الأمور أو حماية أنفسهم.

ولنلخص القول بالأدلة، التي يبدو أنها ليست واضحة تماماً، وخارج نطاق العلاج، يبدو من المستحيل أن تشعر شخصاً بطعم الحياة إن لم يكن يتذوقه في أعماقه. كما أنه يستحيل أن تمنع إنساناً من الانتحار عندما تكون لديه رغبة صادقة في الموت. استطعنا بالتأكيد في بعض الأحوال إثبات العلاقة بين السبب والنتيجة، فمثلاً توجد علاقة بين مدة زمنية من العذاب النفسي والانتحار. ولكن حتى يستطيع العذاب النفسي أن يكون مدمراً إلى هذا الحد، فيجب أن يرافقه استعداد للشقاء، وسماح للآخرين بإساءة التصرف مع صاحب العلاقة. فالتناس المتحابون الذين يحترمون أنفسهم بيتعدون بعفوية عن هذه الظروف المدمرة قبل أن تبدأ بالإساءة إليهم. كل ما تقدم يعني أن لا أحد يحمل على عاتقه مسؤولية رغبة أحدهم في الحياة أو الموت. وبإمكانك أن تقول هذا بحزم وهدوء لقريبك الذي يستغلك عبر التهديد بالانتحار.

وبشكل موازٍ للراحة التي يمكن أن تمنحها معرفة هذه الثوابت، فإن الناس الذين يكتشفونها تتابهم أحياناً خيبة أمل، وربما شعور حقيقي عام بعدم الراحة. وقد كلمتكم سابقاً عن وهم القوة الذي تمنحه أدوار المنقذ أو الجلاد.

تذكروا تلك الفتاة مع جزار القلوب. فقد كانت مُحقة في وصفه بالمفرور! فنحن بكل بساطة مفرورون عندما نثير مشاعر الشعور بالمسؤولية لدى الآخرين، ومع أن إلقاء اللوم على الآخرين مؤلم وغير مُريح، فإنه يحميننا من الشعور بالعجز. فنحن نفضل أحياناً الاعتقاد بأننا لم نتعلم بعد كيف نعتمد الحل المناسب، ولو شعرنا بالعجز، فذلك أفضل من القبول بأنه لا يوجد حل بين أيدينا، فنصبح في مواجهة مباشرة مع عجزنا.

ولذلك، فإن الشعور بالذنب لدى الوالدين هو عبثي على العموم. فالوالدان لديهما السلطة ويتحملان مسؤولية التصرف. فإذا لم يكن حقيقة بإمكانهم فعل شيء، فذلك لأنهم وصلوا إلى حدود قدرتهم على التصرف. وهنا عليهم أن يتعلموا التخلي عن الصورة التي بنوها لأنفسهم بأنهم مصدر القوة المطلقة للطفل.

إن تريقاق الشعور بالذنب هو التقاسم المنصف والموضوعي للمسؤوليات، فمن أجل التوقف عن اللعب أقطع الكرة بدلاً من إرسالها من جديد؛ ما هو نصيبي من المسؤولية؟ وما هو نصيب الآخر؟ ماذا بإمكانني أن أفعل؟ ما هي الأشياء التي لا سلطة لي عليها؟ عندما تكون

متمكناً من نصيبك في المسؤولية، ومن قدرتك على التصرف، عليك بالعمل. وعندما تخص المشكلة الآخر، وتكون عاجزاً موضوعياً عن الفعل، فعليك بالتخلي عن الإمساك بزمام الأمور! فمن المريح جداً أن يركز الإنسان جهده.

عندما نتبنى مبدأ نقل المسؤولية، فإننا نبقى مُعجبين بذهول بقدره بعضهم على عكس الأشياء وخطاها، وهذه الطريقة ساعدت امرأة على التخلص من تسلط زوجها الذي كان لاعباً متحمساً للعبة المثلث، ومُتلاعباً كبيراً. لقد بلغت هيمنته عليها حدّاً كبيراً، فعندما كان يريد «عقابها»، كان يرفض أن تقدم له القهوة، وكانت تبكي لرفضه تناول القهوة من يدها. انعكاس غير معقول للأدوار، أليس كذلك؟ لحسن الحظ لقد أصبحت تضحك من هذا الموضوع عند تذكره بعد عدة أشهر!

أن تؤدي دور الوسيط:

في اللعبة المعقدة لتحميل الآخر المسؤولية، يجب بعضهم أن يؤدي دور الوسيط؛ ليتمكنوا من توصيل الرسائل التي يرغبون في إيصالها.

«إن أخاك يعتقد أنه من غير الطبيعي ألا يمارس ابنك لعبة كرة القدم في عمره»، «كوني أكثر لطفاً مع صوفيا، فطريقة تعاملك معها جعلتها تعاني حقاً»، بينما يجب آخرون نقل الكلام: «يجب أن تكون حذراً في تعاملك مع بنوا، فهو يقول في غيابك...» إن الذين يقبلون أن يؤدي دور الوسيط هم نادراً ما يكونون وسطاء فعلاً، فهم أحياناً يؤديون دور الحكم، ولكنهم غالباً يزيدون سوء التفاهم و النزاع، وهؤلاء

الذين يقبلون وضعية الوسيط يتمتعون بسلطة خفية وممتعة في تحويل الذين يلجؤون إليهم إلى دُمى متحركة؛ حتى يكتشفوا أنهم ذاتهم قد تم استغلالهم من قبل الأطراف المعنية بالموضوع. إن وظيفة المرسال هذه هي نبع لا ينضب لتغيير الأدوار والمقالب. بلجوئك إلى وسيط يمكنك التأكد من أن كل ما ستقوله سوف يتم بتره والمبالغة فيه وتشويهه، وسوف ينعكس عليك سلباً بعد حين.

التخلي عن المسؤولية:

إن الوسيلة الأخيرة للتهرب من المسؤوليات هي فن إنشاء علاقات واهية بين وقائع ومُسبباتها، وذلك بأن نعزو أسباب المشكلات إلى ظواهر خارجية لا يمكننا السيطرة عليها، وهذا يعني البحث عن أعذار «مقبولة» لتسوية تقصيرنا. «بسبب المطر لم أستطيع كبح جماح السيارة»، «لم أحصل على إجازة قيادة السيارة لأنني.....»، «الزحام الشديد جعلني أخرج عن طوري»، «لقد تأخرت بسبب الإصلاحات المُجرّاة على الطريق».

إن هذه الأمثلة التي تربط الحوادث بمسبباتها لا تبدو لك قابلة للنقاش إلى حد كبير؟ فربما تجد تفسير عدم القدرة على كبح السيارة في أثناء هطول المطر مقبولاً تماماً؟ وصحيح أن هذه التقنية لربط الحوادث بأسبابها هي تقنية حاذقة، وتستخدم يومياً. في المثال المذكور الذي منع فيه المطر من كبح السيارة يوجد خللان في التفكير: الأول هو التفاضل عن أن السائق يجب أن يكون مسيطراً على سيارته في كل

الظروف، وهذا أهم مبدأ للسماح بقيادة سيارة. الثاني هو أن المطر لو كان حقيقة يمنع من إيقاف السيارات، لحصلت حوادث سير مع كل من يقود سيارة في يوم ما طرلو الزحام هو كذلك مثير للأعصاب أليس كذلك؟ وعلى الرغم من ذلك فالمبدأ نفسه ينطبق على المثال الثاني: فأنت قد تكون نزقاً حتى إذا لم تُضطر للانتظار طويلاً في زحام السير، أليس كذلك؟ وقد حصل معك ألا تهتم بأمر الزحام إذا كنت عاشقاً (وجود حبيبة معك في السيارة) أو كان مزاجك صافياً. وفي هذه الحالة هل الزحام هو سبب أم عذر؟ بالمنطق نفسه من هو المسؤول عن الانطباع الذي يعطيه للفاحص عند اجتياز امتحان قيادة السيارة؟

عندما تستخدم آلية ربط النتيجة بالسبب بهدف الحصول على أعذار، يشعر بذلك الذين يتعاملون معك تماماً. وحتى لو أظهروا أنهم يصدقونك، فإنهم يعرفون ماذا يعتقدون بطريقة عيشك. فإذا قلت: «أنا متأخر بسبب الإصلاحات على الطريق»، فإن مُحاورك يعرف أن حساب الوقت اللازم للطريق يأخذ في الحسبان متاعب الطريق، وأنتك لست شخصاً يمكن الاعتماد عليه، سواء من ناحية الالتزام بالمواعيد، أو قدرتك على تحمل تبعه أعمالك. بالمقابل، وفي الحالة نفسها، يمكن أن يكون لكلامك وقع إيجابي إذا قلت بصدق: «اعذروني على التأخير، فقد أسأت تقدير الوقت اللازم للطريق. في المرة القادمة سأنتقل قبل ربع ساعة». إن ربط النتائج بأسبابها لا يفيد إلا إذا سمح بتقوية قدرة الشخص على العمل، وبتحسين أدائه في المرة المقبلة.

إن كلمة مسؤولية ليست كلمة نائية. تحلُّ بالشجاعة لِتَحْمُلُ تبعه أفعالك. فإنك بذلك تكسب احتراماً أكبر لنفسك وتقديراً. وقل لنفسك: «ابتداءً من اليوم. سأتحمل مسؤولية...» وعلم أطفالك أن يفعلوا الشيء نفسه.

