

الضحية

٥

obeikandi.com

الضحية

في اعتقادي أن ذهنية «الضحية» مسؤولة عن نسبة كبيرة من إخفاقات الأفراد والمجتمعات، بل حتى الأمم في الوصول إلى أهدافها، عقلية الضحية هي برجة ذهنية توجه عقل صاحبها إلى البحث عن معوقات لعدم إنجاز عمل ما أو مبررات، عندما يحصل إخفاق.

عندما يتطلب الموقف قيام أحد الأشخاص بعمل مهم ينقسم الناس إلى قسمين رئيسين (مع خليط من كلا القسمين):

الأول: يوجه قدراته وملكاته لإنجاز العمل المطلوب وتدبير الإمكانيات اللازمة لذلك، وليس في ذهنه شيء آخر غير تنفيذ العمل. ومن ثم، فإن لدينا شخصاً يبحث عن النجاح.

الثاني: يوجه قدراته وملكاته لإيجاد مبررات تعترض التنفيذ، وتخلي مسؤوليته أمام نفسه بالدرجة الأولى، ثم أمام الناس. وهناك تكون إزاء شخص يفتش عن الفشل.

وعند حصول مشكلة أو مصيبة ينقسم الناس أيضاً إلى القسمين أنفسهم:

الأول: يتصرف، وكأنه مسيطر على الموقف ومسؤول عن إدارة مصلحته وشؤون حياته، ولا يهمه إخفاقات الآخرين أو تقصيرهم في القيام بواجباتهم أو خطئهم في حقه أو قسوة الظروف، وبدع حلولاً ومواقف تحقق الحد الأعلى الممكن لمصالحه بحسب ما يتوافر له من موارد. أي إنه يحمل نفسه قدراً كبيراً من المسؤولية.

الثاني: يتجه إلى لوم الآخرين أو الظروف، ويشعر بأنه ضحية لأخطاء لم يتسبب فيها أو لعوامل لا قدرة له على تغييرها، وتبدأ ذهنيته بإنتاج مبررات تحقق له راحة نفسية دون القيام بأي عمل.

عندما تتاح للإنسان فرصة الاحتكاك بعدد كبير من الناس على مدى زمن طويل وفي مواقع متعددة سيبدأ بالتعرف إلى هذين النمطين بكل سهولة ومن خلال لقاء قصير تستطيع أن تصنف الشخص الذي أمامك، فإما أنه يعمل وفق عقلية السيطرة أو أنه أسير لعقلية الضحية.

أمضيت أكثر من ثلاثين عاماً في قطاع البلديات وفي خمس مواقع مختلفة، وفي أكثر من منطقة جغرافية، وفرض علي هذا العمل خلطة كبيرة مع عدد هائل من الناس على مختلف مستوياتهم وتأهيلهم العلمي وبيئاتهم التي نشؤوا فيها، وأكاد أجزم أن عقلية الضحية أحد أهم الأمراض المهيمنة على ذهنية الفرد والعقل الجمعي في بيئتنا. عندما يتعذر قبول طالب في إحدى الجامعات، تتشكل ذهنية والده على النحو الآتي:

القبول يحتاج إلى واسطة، ونحن لا نعرف أحداً في هذه الجامعة.

اختبارات القبول ليس لها علاقة بقدرات الطلاب.

يوم اختبار القبول كان ابني مرهقاً نتيجة السفر والسهرة.

وهكذا تتفتق ذهنية الضحية عن عدد غير محدود من الأسباب دون أن تجرؤ على ملامسة سبب واحد، وهو أن قدرات الابن لا تؤهله حقاً لدخول الجامعة.

أما عقلية السيطرة فتواجه الحدث على النحو الآتي:

شيء جيد أن يكون هناك اختبار للقبول؛ حتى لا يضيع الطالب وقتاً في جامعة لا تؤهله قدراته للتخرج فيها.

هناك تخصصات في جامعات أخرى تناسب ابني، ومن المهم دراسة الأمر معه للتوجه إلى أحد هذه الأقسام فوراً.

قدرات ابني لا تؤهله لدخول هذه الجامعة.

إن مهارة التمييز بين الشخصية من النوع الأول والنوع الثاني حاسمة لأي قائد، وفي مجتمعاتنا العربية ونتيجة لظروف يصعب شرحها في هذا السياق تكاد عقلية الضحية تستأثر بغالبية الناس.

من خلال ملاحظات شخصية لعدد كبير من القيادات الناجحة في القطاع العام والخاص أكاد أجزم أن أحد أهم القواسم المشتركة بينهم هو إحساسهم التلقائي (من اللاواعي) بمسؤوليتهم عما حدث لهم، وقدرتهم على إحداث تغيير.

وهنا يأتي دور القائد الكفء لاكتشاف عقليات السيطرة النادرة ليرمي بها في المواجهات التنفيذية التي لا تستفيد من العقليات التحليلية التبريرية.

كيف تنشأ عقلية الضحية؟

يعتقد كثير من علماء النفس أن المسألة تبدأ من وقت الطفولة المبكرة، حيث يبدأ المولود بالبكاء ليستجاب لطلباته، ويكبر قليلاً، فيجرب هذه المسألة، فإن وجد والديه سريعَي الاستجابة، ويحققان رغباته نشأ على تقمص دور الضحية؛ لينال ما يريد.

كيف تعرف إذا ما كنت تفكر بعقلية الضحية أم لا؟

إذا كنت ممن ينظر إلى العالم بعين التهكم، ويواجه المشكلات والقضايا بطريقة عدائية، ويختار النظر إلى الجانب السلبي من أي موقف، وينقد الآخرين، ويبخس جهودهم، ويشكو باستمرار دون إعطاء حلول، ويلقي باللوم على الآخرين، عندما تظهر مشكلات، فهناك احتمال كبير أن تكون ضحية لعقلية الضحية والحل يكمن في أن تعرف هذه المشكلة، وتشرع تعالجها، هناك كثير من الكتب والبرامج التي تساعدك على ذلك.

المقابل لعقلية الضحية هو عقلية السيطرة، وهذه بعض القواعد المهمة التي وضعها الدكتور (جاري غابل) في كتابه (السيطرة الشخصية):

قاعدة السيطرة (١):

إذا كنت تقبل فكرة أنك أنت الذي تصنع واقعك الخاص فبمقدورك أن تغير هذا الواقع.

قاعدة السيطرة (٢):

ابتكر رؤية للواقع أكثر مرونة من خلال عدم استبعاد المعلومات التي لا تريد أن تراها.

قاعدة السيطرة (٣):

التحول إلى التفكير القائم على أساس السيطرة الشخصية يتطلب منك التخلص من شعور الغضب تجاه الآخرين.

قاعدة السيطرة (٤):

سيستمر العالم من حولك في التغير شئت أم أبيت، تستطيع أن تحارب هذا التغير، أو تجعله مطيتك، وتستمتع به.

فكلما استبدلت بفكرة سلبية بديلاً إيجابياً سوف تشعر بأثر إيجابي في مستقبلك. أسوأ ما في عقلية الضحية هو الغم المستمر نتيجة الشعور بما يمكن أن نسميه الغبن، وهو شعور ملازم لكل الضحايا، سواء في علاقاتهم الإنسانية أو تعاملاتهم التجارية، إن خسارة الفرد والمجتمع، ومن ثم الوطن أو الأمة من سيادة التفكير بطريقة الضحية فادحة جداً.

إذا كنت غير ناجح في حياتك العملية فأنت ضحية للفساد الإداري.