

Heinz Kohut's Ideas of Self

Charles Strozier, Konstantine Pinteris, Kathleen Kelley, Deborah Mart and David Strug.

(Psychoanal. Rev.(2021), (108)(2):197-213

ایده‌های هاینز کوهات از «خود»

مترجم- دکتر آرش رمضانی: پزشک متخصص و استادیار روان‌شناسی بالینی دانشگاه-

موسس و هیات علمی انستیتو روان‌شناسی «خود» ایران

www.ispsycho.com

نویسندگان ایده‌های هاینز کوهات از خود، از جمله اشکال هسته‌ای و مجازی آن را در دوره بحرانی از اواخر دهه ۱۹۶۰ تا حدود ۱۹۷۵ بررسی می‌کنند. استدلال می‌شود که فرایند خلاق کوهات به طور کامل مورد توجه قرار نگرفته است. نویسندگان خط پایه ایده‌های کوهات در مورد خود را در اولین کتابش، «تحلیل خود» در سال ۱۹۷۱ تعیین کردند. سپس ایده‌های او در چند سال بعد به طور قابل توجهی تکامل یافت، زیرا او به تعریف «خود» به عنوان مرکز تجربه روان‌شناختی رسید و سپس آنچه را که «خود» هسته‌ای و «خود» مجازی نامید را به عنوان بسط‌های مفهومی که کوهات در بررسی مجدد از آنچه که منظورش از خود بود برداشته می‌کنند. ایده‌های اصلی «خود» در مورد سیستم «خود» - «خود» در نظر گرفت. نویسندگان، توالی خاص مراحل مفهومی را که کوهات در بررسی مجدد منظورش از «خود» طی کرد، پیگیری می‌کنند. تفکر کوهات در این زمینه همیشه به ترتیب زمانی پیش نمی‌رفت. کار پیشگامانه او در اوایل دهه ۱۹۷۰ در مورد چندپارگی، انسجام و پیوستگی خود، و ماهیت تغییرپذیر خود هسته‌ای و خود مجازی، نشان دهنده پیشرفتی اساسی در درک این مفاهیم روانکاوی است.

این مقاله حاصل دو سال تحقیق، کاوش نظری و نگارش نویسندگان آن است. با این حال، در شکل فعلی خود، نمایانگر کار نهایی جارلز بی استروزیور، کنستانتین پینتریس، کاتلین کلی و دبورا مارت است. همانطور که کارمان را کامل می‌کردیم، یکی از چهره‌های اصلی و کلیدی گروه نویسندگی ما - دیوید استراگ - در ماه‌های آخر حضور نداشت. او در اواسط مارس ۲۰۲۰ مبتلا به کووید-۱۹ شد و در ۴ روتن درگذشت. با این حال، ما مجموعاً توافق کردیم که نام او را به عنوان یکی از نویسندگان این مقاله حفظ کنیم، زیرا او در روند پیشرفت ما بسیار نقش داشت. غیبت او توسط این گروه بسیار احساس می‌شود و ما مجموعاً دیوید استراگ را در ذهن و قلب خود نگه می‌داریم.

تعریف اولیه هاینز کوهات از خود در کتاب «تحلیل خود» (۱۹۷۱، صفحات xiii-xv) چیزی را توصیف کرد که می‌توان آن را انواع تجربیات «حالت خود» نامید. او مصمم بود این تنوع را به تصویر بکشد.

همان جمله اول کتابش، خودشیفتگی را به عنوان «نیروی فکری خود» تعریف می‌کند که به ایده جدایی خود از ایگو منجر می‌شود، فرمول‌هایی که او به هاینز هارتمن نسبت می‌دهد، اما کوهات به سرعت از نظر اما کوهات خیلی سریع از نظر مفهومی فراتر از هارتمن و فراروانشناسی ایگو می‌رود و اظهار می‌کند که مهمترین تجربیات نارسیسیستیک از ابژه‌ها این است که آنها «در خدمت خود و حفظ سرمایه‌گذاری غریزی آن استفاده می‌شوند». او این تجربیات را «خودابژه» نامید. ما ناگهان در دنیای نظری جدیدی از رابطه بین فردی و دیگری قرار داریم. همانطور که دیوید ترمن روانکاو (۲۰۱۱، ص ۲۰۰) با زیرکی اشاره کرد، بحث کوهات از خود و رابطه تعیین کننده آن با خودابژه، مفهوم «خود» را تغییر داد. «خود» دیگر یک ساختار مجزا در یک روان سه جانبه نبود. بلکه سیستمی باست که در یک رابطه تعریف می‌شود. حتی همانطور که در آن زمان در تئوری سائق بیان شده بود، ایده‌های «خود» از تمام مطالبی که قبلاً در روانکاو نوشته یا مفهوم سازی شده بود، متفاوت بود، اگرچه پیش‌سازهای مهمی وجود داشت.

کوهات (۱۹۷۱) در ادامه تحلیل «خود» را از «انتزاعات سطح بالایید، ایگو و سوپرایگو که «تجربه-دور» و بخشی از ساختار روانی هستند متمایز کند، سازه‌هایی که در تئوری سائق بسیار محبوب هستند. از سوی دیگر، «خود» یک انتزاع «سطح پایین» است، که منظور کوهات از آن «تجربه نزدیک» است، نه یک ساختار، بلکه «محتوای دستگاه ذهنی» به این ترتیب، «خود» «با انرژی غریزی درگیر» است، اما مهم‌تر از آن، «تداوم در زمان» دارد، یعنی «پایدار» است. «خود» همچنین یک مکان روانی دارد، یا بهتر بگوییم، «بازنمایی‌های خود» متنوع - و اغلب متناقضی دارد. خود همچنین دارای کوهات معتقد بود که تجربیات خود در اید، ایگو و سوپرایگو، و همچنین در سطوح آگاهانه و ناخودآگاه درون این ساختارها وجود دارند. آنها می‌توانند همزمان، مثلاً به صورت خودبزرگ‌بینی و حقارت، بیان شوند. بنابراین، «خود»، مانند بازنمایی ابژه، محتوایی از ذهن است اما یکی از اجزای آن نیست، یعنی «یکی از عوامل ذهن نیست». کوهات چند سال بعد (در مقاله‌ای که در سال ۱۹۷۴ نوشته و در سال ۱۹۸۵ منتشر شد، صفحه ۳۳) به تفصیل توضیح داد که در تأمل در مورد خود، باید پیچیدگی «گیج‌کننده» پدیده‌های مرتبط را پذیرفت. او خاطرنشان می‌کند: «به جای خود واحد تجربه آگاهانه»، انواع «پدیده‌های نامتجانس و ناهماهنگ» در تجربه روانشناختی وجود دارد (صفحه ۳۵). ما خودهای مختلف را به عنوان مطلق و به عنوان مرکز شخصیت تجربه می‌کنیم، هر کدام «برای برتری می‌جنگند، یکی دیگری را مسدود می‌کند، با یکدیگر سازش می‌کند و همزمان با یکدیگر متناقض عمل می‌کند» (صفحه ۳۵). پیروزی یک خود بر همه دیگران «ناهماهنگ» است زیرا ما برای دستیابی به «ترکیب به هر قیمتی» تلاش می‌کنیم (صفحه ۳۵).

ایده‌های جدید کوهات از «خود» در اوایل تا اواسط دهه ۱۹۷۰

لازم است تعدادی از مسائل مفهومی راکه کوهات در پی انتشار تحلیل خود در سال ۱۹۷۱ با آنها دست و پنجه نرم می‌کرد، در نظر گرفت تا درک کرد که چگونه ایده‌های او درباره خود در اوایل تا اواسط دهه ۱۹۷۰ تکامل یافت. برای یک چیز، او با توسعه ایده‌هایی در مورد خشم و پرخاشگری در رابطه با خود دست و پنجه نرم می‌کرد. کوهات در ابتدا برنامه ریزی کرده بود که افکار خود را در مورد خشم خودشیفتگی به عنوان فصل پایانی تجزیه و تحلیل خود بگنجاند (استروزی، ۲۰۰۱). او مدتی بود که روی نظریه خشم خود کار می‌کرد،

اما در بهار ۱۹۷۱ درست پس از انتشار کتاب «تحلیل» برایش تشخیص سرطان داده شد که باعث شد در اواخر همان سال مقاله ای در مورد خشم بنویسد (کوهات، ۱۹۷۲). او خشم خود را از خدایان به درک نظری مهمی در مورد خود و چندپارگی تبدیل کرد.

در خشم (کوهات، ۱۹۷۲) بی توجهی کامل به محدودیت های معقول و آرزوی بی حد و حصر برای جبران آسیب و گرفتن انتقام وجود دارد (ص ۳۸۰). همه ما به توهین و آزار با خجالت و حتی خشم واکنش نشان می دهیم که بخش مهمی از مکالمه فرهنگی است و اغلب تحسین برانگیز است (گی، ۲۰۱۶). اما خشم موضوع دیگری است، زیرا شدیدترین تجربه های شرم و خشن ترین شکل های خشم خودشیفتگی در افرادی به وجود می آید که احساس کنترل مطلق بر محیط گذشته برایشان ضروری است. برای چنین افرادی، حفظ عزت نفس - و در واقع عزت نفس خود - به در دسترس بودن بی قید و شرط کارکردهای تأیید-آینه وارگی یک خودابژه تحسین کننده، یا به فرصت همیشگی برای ادغام با یک خودابژه ایده آل شده بستگی دارد.

انچه در پاسخ خشم اشکارتر است، «عدم همدلی کامل نسبت به مجرم»، «ارزوی غیرقابل تغییر برای محو کردن جرم» و «خشم نابخشودنی» است این زمانی ایجاد می شود که فرد کنترل خود را بر روی کسانی که با دیگران آینه وارگی یا ایده آل سازی می کنند، از دست می دهد؛ کسانی که حس شکننده ای از انسجام خود را حفظ می کنند. کاملاً ممکن است که کوهات در مورد «فقدان کامل همدلی» برای دیگری، «میل غیرقابل اصلاح» برای از بین بردن توهین، و «پرخاشگری نابخشودنی» که در خشم دیده می شود، اغراق کرده باشد. او حالت افراطی را توصیف می کند که ممکن است برای اهداف اکتشافی مفید باشد، اما روش های ظریف تر عملکرد خشم در موارد محدودتر، از بین بردن همدلی و برانگیختن خشم سرکوب شده را نادیده می گیرد.

کوهات در مقاله خشم خود (۱۹۷۲) کاملاً شفاف توضیح می دهد که ترومای اولیه رشد منجر به خودی می شود که در برابر آسیب های خودشیفتگی آسیب پذیر است. با این حال، تمرکز او بر توانی رویدادهای روانی است، از یک آسیب خودشیفتگی گرفته تا یک واکنش خشم، که او استدلال می کند که نتیجه یا محصول فرعی یک خود چندپاره است.

چنین چندپارگی زمانی حاصل می شود که یک خود شکننده و خودشیفته وار با ریسمانی به هم پیوسته باشد. انسجام و پیوستگی آن شکننده است. فروپاشی خود که با تجربه شرم و تحقیر پس از یک آسیب خودشیفتگی همراه است، هم سریع و هم ویرانگر است. چنین تکه تکه شدن آن

چنین چندپارگی، آن پیوندهای تجربه ای را که به «خود» امکان بقا می دهند، از هم می گسلد. کوهات استدلال می کند که در چندپارگی، ما به سوی نیستی، یعنی نهایت وحشت، پرتاب می شویم. سقوط تهدیدآمیز به نیستی، سنگ بنای کوهات است و او معتقد بود که باید به هر قیمتی از نظر روانی جلوی آن گرفته شود. آشوبی که چنین چندپارگی ای ایجاد می کند، در پی خود خشم ایجاد می کند. انتقام، معنای وجود را اشغال می کند.

هدف زندگی، اصلاح خطا و مجازات، شرمسار کردن و تحقیر کسانی است که به ما آسیب رسانده اند. خشم در این معنا، هم به عنوان بیان آسیبی که متحمل شده ایم و هم به عنوان راهی برای جلوگیری از تکه تکه شدن کامل به نیستی عمل می کند. بنابراین، خشم، اگرچه التیام بخش نیست، اما جبران کننده است. با تمرکز

خود بر انتقام و خشونت، مانع از سقوط می‌شود. خود غرق در خشم، در ابتدا انسجام خود را از دست می‌دهد، که وجودش را تهدید می‌کند، اما سپس، البته در سطحی قدیمی‌تر، دوباره سازماندهی می‌شود و اکنون بر انتقام از کسانی که جرأت کرده‌اند آسیبی خودشیفته‌وار وارد کنند، متمرکز است.

با این حال، مشکل مفهومی که کوهات با نظریه جدید چندپارگی خود با آن مواجه شد، چگونگی ارتباط آن با ایده تجربیات متعدد خود به عنوان محتویات عوامل ذهن بود. اگر چندپارگی تا این حد اساسی است، ماهیت خودی که در حال فروپاشی است چیست؟ چگونه ممکن است انبوهی از تجربیات خود در ذهن وجود داشته باشند و همزمان چندپاره شوند؟

تقریباً تا سال ۱۹۷۵، کوهات سرسختانه به مفهوم خود از «خود» در اولین کتابش پایبند بود و در برابر «نظریه زیبا و ساده ذهن» که «خود» را در «مرکز وجود ما که همه ابتکارات از آن سرچشمه می‌گیرد و جایی که همه تجربیات به آن ختم می‌شوند» قرار می‌دهد، مقاومت می‌کرد (کوهات، ۱۹۷۸، ۶۶۰-۶۵۹). او برای خودش استدلال‌های خوبی آورد، و مطمئناً استدلال‌هایی که تا حد امکان مؤثر بودند، که چرا باید به نظریه‌ی کثرت تجربیات خود پایبند بماند.

سپس ناگهان نظرش تغییر کرد (۱۳۷۵، ص ۷۵-۷۷؛ این مقاله در سال ۱۹۷۳ ارائه شد). اکنون خود به مرکز وجود ما تبدیل شد که همه ابتکارات از آن سرچشمه می‌گیرد. این فرمول جدید البته با تفکر در فلسفه در دو هزار سال گذشته و به ویژه در غرب از زمان کانت سازگارتر بود. با این حال، به شیوه‌ای که برای کوهات - که می‌توانست همزمان ایده‌های متناقضی داشته باشد - معمول بود، او هم تعریف گسترده‌تر از انبوهی از تجربیات خود را با ایده‌های جدیدش در مورد خود، مطابق آنچه که او به عنوان اصل مکمل بودن می‌دانست، حفظ کرد (کوهات، ۱۹۷۷). او در آستانه سردرگمی نظری قرار داشت، اما در عین حال تلاش کرد به یافته‌های بالینی خود در مورد پیچیدگی‌های هر نظریه از خود وفادار بماند. با این حال، شکی نیست که او شروع به صحبت کردن، و به طور فزاینده‌ای نوشتن، درباره «خود» به عنوان مرکز وجود ما کرد که همه ابتکارات در زمینه من-تو رابطه با خود ابژه‌ها از آن سرچشمه می‌گیرد. کوهات در آخرین کتابش که در سال‌های ۱۹۸۰-۱۹۸۱ نوشته شد (اگرچه توسط آرنولد گلدبرگ و پل استپانسکی به پایان رسید و در سال ۱۹۸۴ منتشر شد)، هر مفهوم مکملی را در تعریف «خود» کنار گذاشته بود.

خود هسته‌ای

در اوایل تا اواسط دهه ۱۹۷۰، زمانی که کوهات شروع به تفکر در مورد تعریف واحدی از خود کرد، او همچنین ایده خود هسته‌ای را فرموله کرد، این ایده جدید در مرکز تفکر او قرار گرفت. همانطور که فرانک سامرز (۲۰۱۱، ص ۲۰۹) توصیف می‌کند، ایده کوهات از خود هسته‌ای در هسته روان‌شناسی «خود» او قرار دارد و نظریه او بدون آن بی‌اثر خواهد بود. سامرز استدلال می‌کند که انتشار «برنامه هسته‌ای خود» مهمترین وظیفه تحلیلی است.

زمینه شکل‌بندی اولیه کوهات از خود هسته‌ای به طور خاص بالینی نبود، بلکه تاریخی بود و کاوشی در معنای مقاومت‌کنندگان فروتن در برابر نازیسم بود. با توجه به تجربه شخصی او از فرار از وین (زمانی که آلمانی‌ها به طور ناگهانی اتریش را در ۱۲ مارس ۱۹۳۸ ضمیمه کردند)، ناگفته نماند که تقریباً در تابستان ۱۹۳۸ به

اردوگاه کار اجباری فرستاده شد (ر.ک. استروزی ۲۰۰۱). تحقیقات او معنای شخصی شدیدی برای کوهات داشت. پیش‌نویس مقاله او که بین سال‌های ۱۹۷۳ و ۱۹۷۵ نوشته شده بود، تقریباً ۱۰۰ صفحه با خط سه فاصله داشت. پس از تکمیل این پیش‌نویس که حاوی نظرات حاشیه‌ای قابل توجهی بود، به دلایل نامشخصی تصمیم گرفت آن را منتشر نکند و کنار گذاشت. با این حال، در اواخر سال ۱۹۷۹ از چارلز استروزی خواست تا مقاله را ویرایش کند و آن را برای انتشار آماده کند. کوهات، با این حال، قبل از تکمیل آن کار درگذشت. استروزی به طور قابل توجهی مقاله بسیار خشن را اصلاح کرد، آن را بیش از نصف کوتاه کرد و عنوان «در مورد شجاعت» را به آن داد. آن نسخه از مقاله در سال ۱۹۸۵ همراه با مقالات دیگر و برخی مصاحبه‌هایی که استروزی با کوهات درست قبل از مرگش انجام داد، در کتابی با عنوان «روانشناسی خود و انسانیت» منتشر شد.

مقاله کوهات (۱۹۸۵) به بررسی این موضوع می‌پردازد که چگونه مردم عادی در مواجهه با ناملایمات عمیق شجاعت پیدا می‌کنند. آنها قادر به انجام این کار با استفاده از قطب نما یا نیروی محرکه درونی هستند که ریشه در آنچه کوهات خود هسته‌ای می‌نامد، دارد. کوهات خود هسته‌ای را از یک سو مبنای تجربه واحد و یکپارچه‌ای توصیف می‌کند، «آن پیوستگی در زمان، آن پیکربندی منسجم در عمق، که ما آن را به عنوان ادراکات، افکار و اعمال «من» تجربه می‌کنیم» (ص، ۹)، و از سوی دیگر، به عنوان موجودی، تغییرپذیر، و قادر به تحمل تغییرات در طول زندگی است. هر شخص حاوی خودهای زیادی است، اما خود هسته‌ای «مرکزترین خود در روان است، یکی که توسط فرد، اصلی تجربه می‌شود و در برابر تغییر مقاوم‌ترین است» (ص ۱۰). هر یک از خودهای متضاد مختلف درون شخصیت باید «با مقدار کافی سرمایه‌گذاری خودشیفتگی آغشته شود» (ص. ۱۱) تا به عنوان نوعی مرکزیت برای خود احساس شود، بدون آن احساس عمیقی از چندپارگی را تجربه خواهیم کرد. کوهات مشاهده کرد که اکثر بزرگسالان، خود هسته‌ای یا عمیق خود را به نفع مشارکت در سیستم‌های اجتماعی تعریف‌شده و مورد توافق، سرکوب می‌کنند و به دیگران «تصور مصنوعی» سطحی می‌دهند.

به گفته کوهات (۱۹۸۵)، این خود هسته‌ای «انتزاعی است که از تجربه بالینی روانکاوی به دست می‌آید» و «محتوای بالقوه قابل مشاهده ذهن» است (ص ۱۰). نمی‌توان آن را از منظری عینی تعریف یا چارچوب بندی کرد، بلکه بر اساس نشانه‌ها و ویژگی‌های قابل مشاهده به آن نزدیک شده و احساس می‌شود. اینها شامل استواری، شادی آرام، حس خوب شوخ‌طبعی، همدلی ظریف و "حس عمیق آرامش درونی" است. خود هسته‌ای نیز منبع خرد و شجاعت است.

برای نشان دادن اینکه چگونه خود هسته‌ای می‌تواند مولد اقدامات بزرگ شجاعت باشد، کوهات به مطالعه سه مقاومت قهرمان نازی روی می‌آورد: فرانتس یاگروشتاتر و خواهر و برادر هانس و سوفی شول. او توضیح می‌دهد که چگونه در مواجهه با ناملایمات وحشتناک، مقاومت‌کنندگان نازی توانستند از اصول راهنمای خودساخته استفاده کنند که منجر به اعمال فداکارانه آنها شد. آنها در مواجهه با بحران و حتی به قیمت مرگ، "قهرمانی" در همسویی با خود هسته‌ای خود را انجام دادند. هر یک از مخالفان نازی آگاهانه دست به فعالیت‌هایی زدند که منجر به اعدام آنها شد.

فرانتس یاگروشتاتر در سال ۱۹۳۸ خوابی دید که در آن قطاری به او نشان داده می شود در حالی که صدایی درونی به او می گوید که بزرگسالان و کودکان را به جهنم می برد. این رویا نمایانگر محیط او بود، که در آن هرکسی که می شناخت در حال پریدن به سمت نازی ها بودند، و همچنین «کشف مجدد» او (بر خلاف کشف، زیرا همیشه آنجا بود) خود هسته ای اش. پس از بیدار شدن، فهمید که نمی تواند با تسلیم شدن در برابر فشارهای شدید نازی ها به خود خیانت کند. او تنها فردی در روستای خود بود که علیه آنشلوس رای داد. رویا تقریباً مانند یک نقطه نورانی یا عمل هدایتی است که عمیق ترین بخش شخصیت او را لمس کرده و نمایان می کند. یاگروشتاتر از رویا بیدار می شود، به یک معنا متحول شده است، بدون هیچ شکی که برنامه خود هسته ای را دنبال خواهد کرد و از آنچه که معتقد است خوب، درست و انسانی است، حتی به قیمت جانش ایستادگی خواهد کرد. وی سپس در نامه هایی به همسرش در حالی که منتظر اعدام است در مورد وضعیت خود با شوخ طبعی رفتار می کند.

هانس و سوفی شول اندکی پس از اینکه در حال پخش اعلامیه های ضد نازی برای جنبش رز سفید بودند، دستگیر و اعدام شدند. هانس ماه ها و سال های قبل از مرگش آشکارا جان خود را برای قربانیان نازی به خطر انداخت، به روش هایی که نشان از همدلی عمیق او با رنج آنها داشت. سوفی شول، به خودی خود، مظهر آرامش و صلح درونی بود؛ در روز اعدامش توصیف می شود که می درخشید، تصویری از سلامتی است، و بدون هیچ نشانه ای از ترس به سمت مرگ خود می رود. کیفیت آرامش درونی با رؤیای نهایی سوفی شول روشن می شود، در آن رؤیا او لباسی سفید پوشیده، در حال بالا رفتن از کوهی است، و کودکی کوچک را در آغوش دارد. هنگامی که شکافی در مقابل او بازمی شود، او قادر است کودک را نجات دهد اما خودش به داخل (شکاف) می افتد. او روز قبل از اعدامش تفسیری از رؤیا ارائه می دهد، کودک که نماینده آرمان های رز سفید است، به زندگی ادامه خواهد داد، خود هسته ای او با بقیه شخصیتش هماهنگ بود (کوهات، ۱۹۸۵، صفحه ۱۹) و بنابراین «تسخیرناپذیر» شد، که منجر به حس عمیق آرامش درونی او، حتی در مواجهه با مرگ، شد. از نظر کوهات که با زبان جنسیت زده ای صحبت می کند که در آن زمان رایج بود) خود هسته ای توسط مرد تراژیک تجسم می یابد، در مقابل مرد گناهکار فروید، که بخش های کم عمق تر شخصیت را بیان می کند. کوهات در کتاب «احیای خود» در سال ۱۹۷۷ به این تمایز بازمی گردد. «خود» فروید در انسان گناهکار، حول عشق و کار، و همچنین رنج، ساخته شده است که ریشه در سائق های برنامه ریزی شده ژنتیکی به سمت پر خاشگری و در نهایت ترس از مرگ دارد. همانطور که کوهات (۱۹۷۷) استدلال می کند، از نظر فروید، انسان گناهکار باید «در برابر پیروزی اجتنابناپذیر نیروهای مخرب زندگی سر تعظیم فرود آورد» (صفحات ۲۲۴-۲۲۵). از سوی دیگر، چهره های تراژیکی مانند ادیپ، عیسی و هملت، و همچنین شول ها و فرانتس یاگروشتتر، همگی مظهر پیروزی خود هسته ای هستند و مرگ آنها اوج نهایی الگو یا سرنوشت این خود بود.

پیروی از برنامه ی خود هسته ای در برابر فشارهای خارجی قدرتمند، شجاعت می طلبد. فرد گناهکار عشق و کار، فردی اخلاقی است که توسط سائق ها و تحت اقتدار سوپرایگو به پیش رانده می شود. فرد واقعاً شجاع اما اغلب تراژیک، مسیر عمیق ترین «خود» را دنبال می کند و اصول راهنما، قطب نما و انتخاب هایش خود ساخته هستند. کشف مجدد، بازسازی یا بازآفرینی خود هسته ای، وظیفه نهایی ماست و همچنان هدف خودکاوی

است. پاداش آن نوعی آزادی شخصی از «ترس و گناه، کفاره و اصلاح» است. مرگ «بخش جدایی‌ناپذیری از منحنی زندگی خود» می‌شود (کوهات، ۱۹۸۵، صفحات ۴۹-۵۰). شادی آرام، مرحله‌نهایی این وظیفه است، «تعادل در نقطه‌ای که ساختار خودشیفتگی مرکزی به پیروزی کامل خود دست می‌یابد و شادی آرامی کل شخصیت را فرا می‌گیرد». این نشان‌دهنده «تعالی‌نهایی یک خود استوار و تأییدکننده زندگی» است (کوهات، ۱۹۸۵، صفحه ۲۷). سوء تفاهم زیادی از ایده کوهات درباره خود هسته‌ای وجود داشته است. برای مثال، رابرت استولورو و جورج اتوود (۲۰۱۶، ص ۱۸۶)، استدلال می‌کنند که هر تصویری از خودبودن، و مطمئناً تصور از خود هسته‌ای، توهم‌آمیزی است، زیرا خود را به جای ناپیوسته، نامطمئن و چندپاره، پایدار و واحد می‌سازد. استولورو و اتوود (۱۹۹۲) میدان میان‌ذهنیتی را «نقش سازنده ارتباط در ایجاد همه تجربه» (ص. ۱۲) می‌دانند، و تجربه خودبودن را در بافتار نهفته می‌دانند (استولورو و اتوود، ۲۰۱۶؛ ر.ک. هاگمن، پل، و زیمرمن، ۲۰۱۹). تروپ و تروپ (۲۰۱۸) همچنین پیشنهاد می‌کنند که مفهوم "خود هسته‌ای" سفت و سخت و به اندازه کافی سیال نیست.

با این حال، برای کوهات، مفهوم خود هسته‌ای یک مفهوم پایدار یا واحد نیست که سفت و سخت و به اندازه کافی سیال باشد، زیرا «خود» مفهوم کوهات از خود هسته‌ای (به جای خود تنها) است و این «خود» از خودبازه جدایی‌ناپذیر است. مفاهیم کوهات از «خود» و خود هسته‌ای با دیگرانی که ما از کارکردهای آنها برای حفظ انسجام خود در یک سیستم دائماً در حال تکامل که در بافتار قرار دارد، استفاده می‌کنیم، به هم پیوسته‌اند. کوهات در میان متفکران روانکاو منحصر به فرد بود، زیرا مفهومی عمیقاً بافتاری از «خود» را توصیف کرد. از زمانی که او نوشت، ایده‌های او از خود مجدداً در قالب زبانی متفاوت بیان شد، اما از نظر مفهومی در هیچ معنای اساسی تغییری ایجاد نکرد.

علاوه بر این، می‌توانیم با در نظر گرفتن آنچه که در تجربه واقعی و معتبر است، درک معنای کوهات از خود و ایده اش در مورد خود هسته‌ای را عمیق‌تر کنیم. تعریف گسترده‌تر از معنای کوهات از خود هسته‌ای این است که حقیقت و اصالت به طرق مختلف از طریق درک درون‌نگر و درک همدلانه خودبازه ظهور می‌کنند. از یک نظر، هدف روانکاوی شناسایی آن حقیقت اصلی است که کوهات از طریق وظیفه طولانی و دشوار تحقیق در تجربه، آن را خود هسته‌ای می‌نامید. این فرآیندی است که شامل شکست، عقب‌نشینی و پیشرفت دردناک می‌شود، که همیشه آزمایشی و در بافتار است. اما برخی از نشانه‌های روانشناختی وجود دارند که به مفهوم حقیقت اصلی منجر می‌شوند که تخیل کوهات را قبل و بعد از شروع صحبت و نوشتن در مورد آنچه که او در مقاله شجاعت خود آن را خود هسته‌ای می‌نامید، به خود مشغول کرده بود.

آنچه که ما در گذشته به عنوان اولین مقاله روان‌شناسی خود کوهات در سال ۱۹۶۶، «اشکال و دگرگونی‌های خودشیفتگی» مشخص می‌کنیم، این است که او هر چند به طور آزمایشی، این ایده کلیدی را معرفی می‌کند که جاه‌طلبی‌ها و آرمان‌ها در تجربه انسانی خارج از مدل ساختاری رسمی اید، ایگو، سوپرایگو وجود دارند. آرمان‌ها و جاه‌طلبی جنبه‌هایی از «خود» هستند که در این مرحله او آن‌ها را به عنوان بعد از خودشیفتگی در نظر می‌گیرد، اگرچه این ایده او را به مفهوم بسیار جالب‌تری سوق می‌دهد که خود خودشیفتگی می‌تواند دگرگون شود. به عبارت دیگر، خود تغییر پذیر و قابل تغییر است. انرژی‌های خودشیفتگی، همانطور که او می‌گوید، می‌توانند

به «پیکربندی‌های روان‌شناختی بسیار متمایزتر و جدیدتر» تبدیل شوند، از جمله خلاقیت، همدلی، ظرفیت تأمل در ناپایداری خود، شوخ طبعی و در نهایت خرد.

کوهات (۱۹۶۶) هر یک از این «پیکربندی‌ها» را با عبارات واضح و دقیق توصیف می‌کند. همدلی، چسب زیربنایی که همه آنها را به هم پیوند می‌دهد، «یک مؤلفه اساسی مشاهده روان‌شناختی است» که مبتنی بر این واقعیت است که در «اولین سازمان ذهنی ما، احساسات، اعمال و رفتار مادر در خود ما گنجانده شده است» (ص ۲۶۲). او خاطرنشان می‌کند که این ارتباط عمیق همدلانه با مراقبان اولیه می‌تواند در رشد کمرنگ شود.

او خاطرنشان می‌کند که این ارتباط عمیق همدلانه با مراقبان اولیه می‌تواند در طول رشد از بین برود. او می‌نویسد: «اشکال غیر همدلانه شناخت... که با آبرزه که اساساً با خود متفاوت هستند، هماهنگ هستند، به طور فزاینده‌ای بر شیوه همدلانه اولیه درک واقعیت غلبه می‌کنند و تمایل دارند مانع عملکرد آزاد آن شوند» (صفحات ۲۶۱-۲۶۲). ایده‌های کوهات در مورد همدلی از نوشته‌های اولیه‌اش در اواخر دهه ۱۹۵۰ تکامل یافت، مانند «شکل‌ها و دگرگونی‌ها»، جایی که به‌عنوان پیکربندی از خودشیفتگی توصیف می‌شود، تا اوایل دهه ۱۹۷۰، مانند «در مورد شجاعت»، جایی که او استدلال می‌کند که همدلی اساس روان‌شناسی خود است. در اوایل دهه ۱۹۷۰ و تا پایان عمر، روانشناسی خود کوهات برای همه مقاصد به روانشناسی همدلی تبدیل شد.

او (۱۹۶۶) در ادامه در مورد عنصر خلاقیت می‌گوید:

افراد خلاق اهداف بسیاری را دنبال می‌کند و کل شخصیت و در نتیجه طیف وسیعی از ساختارها و انگیزه‌های روانشناختی را در بر می‌گیرد. افراد خلاق ممکن است تشنه شهرت باشند و آسیب‌پذیر، حتی عقب‌مانده و کودک‌صفت باشند، اما با محیط اطراف خود در ارتباط هستند. آنها مانع «من-تو» را می‌شکنند، که به کار آنها بینش واقعی می‌بخشد. (صفحه ۲۶۴).

پذیرش گذرا بودن یا مرگ، شکل دیگری از خودشیفتگی دگرگون‌شده است و در واقع می‌تواند «بزرگترین دستاورد روانشناختی ما» باشد، علیرغم این واقعیت که اغلب می‌توان نشان داد که پذیرش آشکار گذرا بودن ممکن است با انکارهای پنهان همراه باشد (کوهات، ۱۹۶۶، صفحه ۲۶۸). درک این موضوع با وضوح دردناک که ما می‌میریم، گامی بزرگ در رسیدن به آن حقیقت اصیل تجربه است. ممکن است از پذیرش گذرا بودن خود تا شوخ طبعی به عنوان یکی دیگر از دگرگونی‌های خودشیفتگی، فاصله زیادی به نظر برسد، اما کوهات می‌گوید، این دو وجه اشتراک زیادی دارند. هر دو به پذیرش پایان ما مربوط می‌شوند، نه با شوخ طبعی بیش از حد که می‌تواند برای اجتناب از واقعیت مفید باشد، بلکه به عنوان یک «موضع برتر» آرام که به فرد اجازه می‌دهد تا به صورت فلسفی به پایان خود فکر کند.

در نهایت، کوهات (۱۹۶۶) از خرد به عنوان آخرین نمونه از خودشیفتگی دگرگون‌شده بحث می‌کند. به یک معنا، خرد، والاترین دستاورد «خود» است. این امر با «پذیرش محدودیت‌های قدرت‌های جسمی، فکری و عاطفی» فرد مشخص می‌شود (صفحه ۲۷۰). خرد، مطمئناً، از دستیابی به اشکال بالاتر شناخت و کنار گذاشتن خواسته‌های خودشیفته‌گرایانه‌تر که می‌توانند تجربه را تضعیف کنند، بهره می‌برد. خرد، داشتن آرمان‌ها، ظرفیت شوخ طبعی و پذیرش گذرا بودن ما را در بر می‌گیرد، اما از این اشکال دیگر خودشیفتگی دگرگون‌شده نیز فراتر می‌رود. آن‌ها باید وجود داشته باشند اما خودشان خرد را تشکیل نمی‌دهند، که می‌توان آن را به عنوان «نگرش پایدار شخصیت

نسبت به زندگی و جهان، نگرشی که از طریق ادغام عملکرد شناختی با شوخ‌طبعی، پذیرش گذرا بودن و یک سیستم ارزشی کاملاً متمرکز» تعریف کرد (صفحه ۲۶۷).

پس از سال ۱۹۶۶، کوهات دیگر از خودشیفتگی دگرگون شده صحبت نمی‌کند و از این ویژگی‌ها، مانند مقاله شجاعت، به عنوان تصویری از خود استفاده می‌کند.

کوهات (۱۹۷۹) همچنین در مورد خودزندگی نامه خود، "دو تحلیل آقای Z"، آن احساس حقیقت اصیل در تجربه خود را که او آن را "هسته‌ای" در زمینه‌های دیگر نامید، با جزئیات توصیف کرد. مورد بسیار شخصی آقای Z که حدود ۱۴ سال پس از «اشکال و دگرگونی‌های خودشیفتگی» و در عرض ۲ سال از مرگ خود کوهات نوشته شده است، تفاوت شدید بین فرمول «تجربه دور» و فرمول بسیار سازگارتر با تجربه واقعی خود را نشان می‌دهد.

راه‌های زیادی برای بحث در مورد این جنبه از این «مورد» غنی و بصیرت‌بخش وجود دارد، اما هیچ چیز بهتر از تضاد در نحوه‌ی درک رویاهای آقای Z در پایان هر تحلیل، آن را نشان نمی‌دهد.

به عنوان مثال، در پایان تحلیل فرویدی خود - که در دهه ۱۹۴۰ با روث آیسلر در شیکاگو بود - کوهات رویای بازگشت پدرش را پس از غیبت طولانی در زمانی که Z/کوهات ۵ ساله بود، در سر داشت. او (۱۹۷۹) نوشت:

او در خانه ای بود، در سمت داخلی دری که شکافی باز بود. پدر بیرون بود با بسته‌های هدیه بسته بندس شده که میخواست وارد شود بیمار به شدت ترسیده بود و سعی کرد در را ببندد تا پدر را بیرون نگذارد. (ص ۲۲) او در این تحلیل اول احساس کرد، رویایی که می‌خواست پدر را بیرون نگه دارد تا پیروزی ادیپی خود را با مادرش تثبیت کند، گرچه با اضطراب اختگی و «نگرش تسلیم و منفعلانه دفاعی نسبت به پدر» (ص ۲۲) بود.

او در این تحلیل اول احساس کرد که این رویا بر تمایل به دور نگه داشتن پدر برای تثبیت پیروزی ادیپی خود با مادرش متمرکز است، اگرچه با اضطراب اختگی و «نگرش همجنس‌گرایانه منفعل و مطیع با حالت تدافعی نسبت به پدر» (صفحه ۲۲) آمیخته شده بود. کوهات (۱۹۷۹) در تحلیل دوم روان‌شناسی خود، به تعبیری کاملاً متفاوت از رویا رسید:

معنای جدید رویا که توسط بیمار از طریق تداعی‌هایش توضیح داده شد، تا پیامش را در کلام بیان کنم، تصویری از انگیزه پرخاشگرانه کودک علیه مرد بالغ همراه با ترس از اختگی نبود، بلکه وضعیت روحی پسری بود که مدت زیادی بدون پدر بوده است. پسری که از مواد روانشناختی محروم بود که از طریق مشاهدات بی‌شمار دارایی‌ها و عیب‌های پدر، کم‌کم هسته‌ی اصلی یک خود مردانه مستقل را می‌ساخت. هنگامی که پدر به طور ناگهانی برای گرفتن موقعیت خود در خانواده بازگشت، بیمار در واقع در معرض وضعیت ترسناکی قرار گرفت. خطری که او در معرض آن قرار داشت، برای بدن او نبود، بلکه متوجه ذهن او بود. (ص ۲۳)

چیزی که رویا به کوهات نشان داد این بود که او می‌خواست پدر را به داخل راه دهد نه اینکه او را بیرون نگه دارد.

در دومین تحلیل خود، کوهات همچنین در مورد احساسات واقعی تر خود نسبت به مادرش و کناره‌گیری سرد او، هنگامی که به سمت خودمختاری حرکت کرد، وضوح بیشتری به دست آورد (که رویاهایی را که او [۱۹۷۹] به عنوان «مناظر متروک، شهرهای سوخته و از همه عمیق تر ناراحت کننده تر، انبوهی از اجساد انسانی که روی هم انباشته شده بودند، مانند تصاویر اردوگاه‌های کار اجباری که در تلویزیون دیده بود» توصیف کرد [صفحه ۱۸]). اما جالب‌ترین رویای او دیدن مادر برهنه‌اش از پشت و احساس تقریباً ترس وجودی بود. کوهات هرگونه ایده‌ای مبنی بر اینکه مسئله‌ی مربوطه از ندیدن اندام تناسلی مادرش ناشی شده است را سطحی می‌داند - و این تفسیر او در اولین تحلیلش بوده است - چیزی که او بعداً متوجه شد این بود که ترس او ناشی از ناتوانی‌اش در دیدن آلت تناسلی گمشده‌ی مادرش نبود، بلکه ناشی از این بود که مادرش پشتش به او بود و او نمی‌توانست چهره‌ی غایب او را ببیند.

در یادداشت شخصی دیگری، در گفتگو با استروزیور در سال ۱۹۷۹، کوهات (۱۹۸۵) حقیقت واقعی تجربه خود را از نظر تداوم خود نشان داد:

من یک پیرمرد هستم. موهای من خاکستری است. عضلاتم ضعیف شده با این حال می‌دانم که همان فردی هستم که در ۱۸، ۲۲، و ۶ سالگی، زمانی که می‌دویدم و می‌پریدم، بودم. هنوز در من و بخشی از من است. هیچ ناپوستگی وجود ندارد. من کاملاً تغییر کرده‌ام و با این حال اعتقاد من به این که در همان حالت باقی مانده‌ام مطلق است. من هرگز احساس نمی‌کنم که خودم را به این شکل خرد کرده‌ام، اما در غیر این صورت ممکن است خود من به خطر بیفتد. این حس تداوم در امتداد محور زمانی از پسر کوچک در کوه‌های آلپ اتریش تا وین تا محقق معروف خود در سن ۶۸ سالگی وجود دارد، در مکانی که در آن دوران جوانی نامش را به سختی می‌دانستم. سوالی ندارم منم همینطورم احساس تداوم کامل وجود دارد. (ص ۲۳۶)

خود مجازی

تأمل در تجربه خود هسته‌ای نیز کوهات را در اوایل تا اواسط دهه ۱۹۷۰ به بررسی مسائل مربوط به آغاز رشد خود سوق داد. آیا ما با یک خود هسته‌ای به دنیا آمده ایم؟ و حتی مهمتر از آن، مفهوم خود هسته‌ای چگونه با تجربه اولیه خودابژه مرتبط است؟ تأملات کوهات (۱۹۹۶) در مورد این سؤالات مرتبط، او را به فکر کردن ایده یک خود مجازی سوق داد. بینش او به طرز شگفت‌انگیزی اصلی، ساده و ظریف است. ایده کوهات این است که واقعیت روانشناختی یک نوزاد به گونه‌ای واقعی در ذهن مادر وجود دارد. کوهات می‌گوید: «از همان ابتدا» (در تأملی نوشته شده در ۲۸ مارس ۱۹۷۵)، "والدین با کودک به گونه‌ای ارتباط برقرار می‌کنند که گویی او یک مرکز مستقل ابتکار است، قبلاً یک فرد خاص" (ص. ۲۹۷).

کوهات می‌گوید، نوزاد حتی یک «ذره خودآگاهی» هم ندارد، بلکه از قبل «انتظاری پیش‌بینی‌کننده در ذهن مادر خودابژه‌ی همدلانه درباره‌ی آنچه این کودک باید به عنوان یک خود مستقل احساس کند» (صفحه ۲۹۷) دارد. نوزاد اگر در محیط خودابژه‌ی مادر دیده شود، یک موجود روانی کامل است. خود نوزاد، آینده‌ای خیالی است، پتانسیلی که هنوز در چارچوب واقعیت مجازی‌اش شکوفا نشده است. دو سال بعد در کتاب «بازیابی خود»، کوهات

(۱۹۷۷) ایده خود را در مورد خود مجازی با استدلال برای هم افزایی بین خود هسته‌ای مادر و خود مجازی نوزاد، گسترش داد: «خود هسته‌ای... نه از طریق تشویق و تحسین آگاهانه و نه از طریق دلسردی و سرزنش آگاهانه، بلکه از طریق واکنش عمیق و ریشه‌دار خود-ابژه‌ها شکل می‌گیرد، که در نهایت، تابعی از خود هسته‌ای خود-ابژه‌ها است» (صفحات ۹۹-۱۰۱). نوزاد هیچ «آگاهی تأملی» ندارد، و با این حال از همان ابتدا «از طریق همدلی متقابل با محیطی که او را به عنوان موجودی که از قبل دارای یک خود است، تجربه می‌کند، در هم آمیخته است» (صفحه ۹۹). او در اوایل کتاب توضیح می‌دهد:

در لحظه‌ای که مادر برای اولین بار نوزاد خود را می‌بیند و همچنین با او در تماس است (از طریق کانال‌های لمسی، بویایی و حس عمقی هنگام تغذیه، حمل و حمام کردن او)، فرآیندی که «خود» فرد را شکل می‌دهد، آغاز مجازی خود را دارد - این فرآیند در سراسر دوران کودکی و به میزان کمتری در مراحل بعدی زندگی ادامه می‌یابد. (صفحه ۱۵).

به عبارت دیگر، خود هسته‌ای فرد به عنوان نوادگان یک خود مجازی پیشین و زودگذر وجود دارد. خود هسته‌ای کوهات یک مفهوم زنده و ذاتاً رابطه‌ای است. خود مجازی قبل از تولد، با تجربه واقعی مادر و نوزاد در رحم آغاز می‌شود. خود مجازی ارتباط نزدیکی با خود در حال تولد نوزاد دارد. نوزاد در حال تولد، آنچه را که در مادر یا مراقبش در خواب دیده است، به همراه تمام میراث فرهنگی تجسم‌یافته در رحم، ملاقات می‌کند. آنچه که بالفعل می‌شود، ظهور کودکی با پتانسیل در حال تولدش، در بستر رابطه‌اش با مادر است.

تجربه خود مجازی بین مراقب و کودک، در بهترین شرایط، می‌تواند از حضور در اصالت حمایت کند. همین موضوع برای بهبودی در ارتباط درمانی بین تحلیلگر و تحلیل شونده وجود دارد. یک تحلیلگر از همان ابتدا با خود مجازی تحلیل شونده درگیر می‌شود، حتی اگر ناهوشیار باشد. تحلیل‌گر به دنبال درمان برای خلق یک خود خیالی در آینده است، اما هیچ درک روشنی از خطوط یا شکل آن ندارد. تحلیلگر، به نوبه خود، با تصویری از پتانسیل آینده که در مواجهه ضمنی است، این انتظارات را برآورده می‌کند. به این ترتیب، روانکاو به شیوه‌ای پیش‌بینی‌کننده بر پارادایم خود مجازی تکیه می‌کند. زمینه همدلی باید فراهم شود. لذا ناامیدی وجود خواهد داشت. توضیح، آنچه اتفاق افتاده را معنادار می‌کند. ساختار چیزی است که نتیجه می‌دهد. گرایش تدریجی و ذاتی به سوی تمامیت و یکپارچگی توسط محیط هماهنگی همدلانه تقویت می‌شود. همانطور که در رشد، حقیقت و اصالت، تلاش‌های مجازی مشترکی هستند که ذاتی یک فرآیند روانکاو همدلانه هستند. این فرآیند در آغاز خود، از نظر شکل و عملکرد مجازی است.

نتیجه‌گیری

کوهات پس از سال ۱۹۷۵ به تأمل در جنبه‌های خود ادامه داد. مهم‌تر از همه، او تنش بین قطب‌های انتقال آینده‌وار و ایده آل ساز خودآبژه را در «بازایی خود» در سال ۱۹۷۷ نظریه‌پردازی کرد. در آخرین کتاب خود، «تحلیل چگونه درمان می‌کند؟» (که پس از مرگ در سال ۱۹۸۴ منتشر شد)، او استدلال می‌کند که ما باید ایده همزادپنداری را به عنوان یک انتقال همزمان خودآبژه، همراه با آینده‌وارگی و ایده آل سازی در نظر بگیریم. ما

در این مقاله تحلیل خود را برای پرداختن به این ایده ها که توسط جان رایکر در این مجموعه به آن پرداخته شده است، گسترش نداده ایم. به عبارت دیگر، مقاله ما و مقاله رایکر مکمل یکدیگر هستند. تمرکز ما بر روی فرمول‌بندی‌های اولیه و، به گفته‌ی ما، انتقادی کوهات در مقاله‌ی سال ۱۹۶۶ او با عنوان «اشکال و دگرگونی‌های خودشیفتگی»، اولین کتاب او در سال ۱۹۷۱ با عنوان «تحلیل خود» و سپس ایده‌های او در مورد خود هسته‌ای در پیش‌نویس مقاله‌اش با عنوان «درباره‌ی شجاعت» و ایده‌های آزمایشی اما جذاب او در مورد «خود مجازی» چند سال بعد است. ما احساس می‌کنیم که این دوره‌ی اولیه و خلاقانه در تفکر کوهات به طور کامل درک نشده است. در آن زمان بود که او ایده‌های اساسی در مورد «خود» را فرمول‌بندی کرد که تفکر در روانکاوی را به گونه‌ای متحول کرد که ابهام را به طور کامل پذیرفت و زمینه‌ی نظری را برای نظریه‌ای در مورد «خود» فراهم کرد که برای روانشناسی خود معاصر، بیناذهنیت و روانکاوی رابطه‌ای محوری بوده است.