

الرجسية الرقمية بين التأصيل والتنظير

خالد النجار(*)

الملخص:

في الزمن الرقمي، استطاعت الذات أن تصنع لنفسها مرايا لا تُحصى: مرايا الهواتف، الكاميرات، الحسابات، الروتين اليومي، والفيديوهات والرسائل والبوستات والريلز والمحادثات الافتراضية التي تُبقي "الأنا" في حالة عرض دائم. وهكذا، تتبثق الرجسية الرقمية بوصفها شكلاً من أشكال التعبير عن الذات، لكنها تتأرجح على متصل دقيق بين السواء النفسي والاضطراب المرضي، فمن جهة، يمكن اعتبار الرجسية الرقمية ممارسةً طبيعية، بل تكييفية مطلوبة مع عالم يتطلب حضوراً رقمياً فعالاً، حيث يُصبح التعبير عن الذات، والبحث عن التقدير، والتفاعل مع الجمهور، نوعاً من تحقيق الذات (self-actualization)، قد تتحول هذه الممارسات المعبرة عن الرجسية الرقمية إلى اضطراب وجودي حين تتوحد الذات كلياً مع تمثيلها الرقمي، وتستمد قيمتها من الإعجابات، والمتابعات، والصور والمشاركات. وهنا تفقد الذات هويتها الوجودية السوية، وتتحول إلى أداء دائم أمام جمهور غير مرئي، والرغبة في السيطرة والاستحواذ على المعجبين والمشاهدين، الامر الذي يؤدي إلى هاوية الإدمان على التقدير المستمد من دعم الآخر الافتراضي وبشكل رقمي، وهنا تبدو الرجسية الرقمية مثل بندول يتأرجح بين الرغبة في التعبير السوي عن حب الظهور والاستعراض وبين اضطراب التمرکز حول الذات القائم الاستحواذ المرضي على الدعم النرجسي عبر أساليب وتطبيقات رقمية

(*) ستاذ علم النفس، كلية التربية للطفولة المبكرة، جامعة القاهرة ايميل/ khaludaa@gmail.com

مقدمة:

في البدء، ومنذ تلك الانحناء الأسطورية التي انحنى فيها نرجس لكي يرى ظلّه المنعكس، ولد في النفس البشرية صراع بين الحب والهوى، بين الإدراك والافتتان، بين الذات ككائن حيّ والذات ككائن رمزي متخيل، فالترجسية في التحليل النفسي تسير كخيوط خفيّة يشق النسيج المعقد للهوية الإنسانية، لا بوصفها مجرد عشق للذات، بل كدراما وجودية، تتقاطع فيها رغبات الطفولة الأولى مع أصداء الوجود الاجتماعي، وتنعكس فيها البنية الهشة للأنا على سطح مرآة الآخر أو تضخمها، فالترجسية ليست مرضاً أو اضطراباً عارضاً كما يصورها بعضهم، بل لحظة بنائية في التكوين النفسي، وجسراً يعبره الفرد في رحلته من الطفولة إلى النضج، ومن التمرکز حول الذات إلى التمرکز والانفتاح على الآخر.

ويرى فرويد، أن الترجسية هي طور من أطوار النمو، لكنها قد تعود كالشبح، عندما تُخدش صورة الذات أو تُهدد، فتصبح قوقعة انغلاق بدلاً من أن تكون مرحلة عبور. أما في تأملات جاك لاكان، فهي لعبة مرايا تُولد فيها الهوية من خلال انعكاس الآخر، حيث يصبح "الأنا" وليد الصورة، لا الجوهر. وفي نظر مدارس ما بعد التحليل النفسي، تتبدى الترجسية كأحد أبرز وجوه الاغتراب المعاصر، حين تتحول الذات إلى مشروع استعراضي للعرض الدائم، ويصبح الوجود مشروطاً بالاعتراف.

الترجسية إذًا، ليست فقط ذلك التضخم الخفي في عشق الذات، بل هي جرح غير مندمل، قلق دائم حول القيمة، وتوق برغبة عميقة للاكتمال عبر نظرة الآخر. إنها أحد وجوه العزلة المضيئة، وأحد أقنعة العطش للتواصل الحقيقي، فالنرجسي ليس مجرد تشخيص اضطراب فحسب، بل هو مرآة تعكس حالة وجودية تعبّر عن رغبة الإنسان وتطلعه المضني إلى صورة تليق به... أو ترضيه.

أولاً: التأصيل النظري لمفهوم النرجسية:

ظهر مفهوم النرجسية في التحليل النفسي الكلاسيكي على يد سيجموند فرويد (Freud) حيث يُعتبر أول من أدخل مفهوم النرجسية^(١) إلى التحليل النفسي بشكل ممنهج في مقالته الشهيرة "مقدمة في النرجسية. (1914)" والتي يمكن إيجازها على النحو التالي:

- النرجسية الأولية^(٢): يرى فرويد أن الطفل يمر بمرحلة نرجسية طبيعية حيث توجه كل الطاقة الليبيدية (الغرائزية) نحو الذات. إنها مرحلة ما قبل التوجه إلى الموضوعات الخارجية (الأشخاص).
- النرجسية الثانوية^(٣): تظهر لاحقاً عندما يُسحب الليبيدو من الموضوعات الخارجية ويُعاد توجيهه نحو الذات، وغالباً ما ترتبط هذه المرحلة بالاضطرابات النفسية مثل الفصام والاكتئاب.
- الدور الدفاعي: يصف فرويد النرجسية أيضاً كآلية دفاعية تلجأ إليها الذات لحماية الأنا من الانهيار، خاصة في مواجهة الجرح النرجسي.
- وسّع تلامذة فرويد مثل كارل يونغ وأوتو رانك الفهم الرمزي للنرجسية، وربطوها بالخيال والأسطورة، في حين حافظ آخرون مثل آنا فرويد على الطابع الديناميكي المرضي للمفهوم.

ثانياً: تطور مفهوم النرجسية في التحليل النفسي المعاصر

قدم فرويد شرارة الفكرة الأولى لمفهوم النرجسية والتي لم تتطفي من بعده، بل وجدت من حاول وسعى لتطوير المفهوم على النحو الذي يحمل بعضه جانباً من الاتفاق مع الطرح الفرويدي، كما حمل كذلك جوانب عديدة من الاختلاف عن الطرح الكلاسيكي الفرويدي والذي يمكن إيجازه على النحو التلغرافي المقتضب كالتالي:

1 -Narcissism

2 -Primary Narcissism

3 -Secondary Narcissism

- هاينز كوهوت (Heinz Kohut) رائد مدرسة علم نفس الذات^(١)، حيث أحدث كوهوت ثورة في فهم الترجسية، منتقداً النموذج الفرويدي القائم على الصراع بين الهو والأنا والأنا الأعلى، ويرى كوهوت أن الترجسية ليست انحرافاً، بل حاجة نفسية أساسية لنمو الأنا ويشير إلى ما اسماء "الذات الترجسية السوية"، كما قدم مفهوم المرآة الترجسية (Mirroring) حيث أكد على أهمية استجابة الوالدين لبناء وتكوين مرآة الطفل المتصورة، حيث إن الفشل في هذه الاستجابة يؤدي إلى "اضطراب في بنية الذات"، بينما أشار إلى أن الترجسية المرضية ليست حياً مفرطاً للذات، بل عجزاً في بناء بنية نفسية متماسكة وسوية.

- أوتو كيرنبرج (Otto Kernberg) الذي قدم طرحاً للترجسية المرضية واضطرابات الشخصية حيث ميز بين: الترجسية السوية التي ترافق التطور السوي للذات، والترجسية المرضية المرتبطة باضطراب الشخصية الترجسية، كما ركز على ديناميات التقدير الذاتي، الجرح النرجسي، العلاقة بالآخرين كمرآة للأنا، والخلط بين الذات المثالية والذات الواقعية.

- جاك لاكان (Jacques Lacan) الذي قدم مفهوم الترجسية من خلال الصورة المرآوية، تلك اللحظة التي يرى فيها الطفل صورته في المرآة لأول مرة يظنها تمثيلاً لذاته الكاملة، هذه الصورة تُشكّل وهماً نرجسياً بالتماسك، رغم التناقض الداخلي الذي يعيشه الطفل، فالترجسية عند لاكان ليست فقط تعلقاً بالذات، بل تماهي مع صورة متخيلة للذات تتوسطها نظرة الآخر.

ثالثاً: الأبعاد الدينامية للترجسية:

وتتمثل في:

- هوية الذات الترجسية المرتبطة عضوياً بتقدير الذات، وهي جزء من آليات الحفاظ على الشعور بالقيمة، حيث إن تهديدها يجعلها تنشط دفاعات نرجسية

- مثل الإنكار، الإسقاط، أو التوحد مع المعايير المثالية.
- العلاقة بالآخر، حيث إن الذات النرجسية لا ترى الآخر ككائن مستقل، بل كـ "مرأة" أو "مُعجب" أو "مُهدّد للذات"، فالعلاقات عند الشخص النرجسي تنسم إما بالتوحد مع الصورة المثالية للذات أو بالتقليل والازدراء من الآخرين.
- الصراع بين الذات المثالية والواقعية: حيث نجد أن في النرجسية المرضية، تكون الهوية بين "من أنا" و"من أود أن أكون" مؤلمة ومضطربة، مما يؤدي إلى السلوك التعويضي أو الانسحابي.
- الدفاعات النرجسية: تشمل: الإنكار، الإسقاط، المثالية المفرطة، الانتشطار^(١)، وكلها تهدف إلى حماية الذات من الإحساس بالضعف أو الفشل.

وإجمالاً لهذه العرض الموجز، فإن النرجسية ليست ظاهرة سطحية عابرة في التحليل النفسي، بل بنية نفسية عميقة، تُشكل الأساس في فهم وتطور الذات وعلاقاتها بالآخرين، حيث نراها انتقالاً من مفهوم النرجسية كمرحلة أو اضطراب، إلى كونها محوراً بنيوياً في تشكيل الهوية الإنسانية، تتقاطع فيها الرغبة مع الحاجة مع الصورة، ومع الاعتراف بالوجود والتقدير.

مفهوم النرجسية الرقمية^(٢):

في البدء، كانت الذات تنمو على مهل، تتشكل من صمت الطفولة، والنظرة في المرأة، وبنية التفاعلات مع الآخر. حتى جاءت الشاشة.. لا بوصفها أداة، بل كمرآة جديدة، لا تتكسر، ولا تصدق، بل تُعيد تشكيل الواقع ليس وفقاً لصورة الذات ورغباتها، بل وفق إشباع رغبات الآخر الافتراضي، لقد أحدثت الثورة التكنولوجية الرقمية زلزالاً في جوهر الذات النرجسية، تلك الذات التي كانت تسكن الجسد والصوت، وتبحث عن اعترافٍ وجهاً لوجه، فإذا بها الآن تُبعث من رمادها كصورة مصقولة، مُفلترة، ومُعرضة على جمهور لا يُرى، ولا

1 -splitting

2 -Digital Narcissism

يُسأل، ولا يُشفق.

فلم تعد الترجسية مرآة ماء تُغوي نرجس بالسقوط في ذاته، بل أصبحت مكوناً تكنولوجياً يُنتج "الأنا" من جديد: أنا متعددة، مُنقاة، قابلة للتعديل، تنفس من خلال الإعجابات، وتتغذى على التفاعل، وتتهار بصمت إن لم يُصفق أحد، ففي حضرة التكنولوجيا الرقمية، تحوّلت الترجسية من سمة نفسية إلى نظام حياة، من اضطراب إلى نمط تواصل، ومن جرح ذاتي إلى روتين يومي في استعراض للذات، ولم تعد المكبوتات بحاجة إلى الاختفاء بقدر حاجاتها إلى الإعلان والتعبير من خلال جميع المنصات والتطبيقات، لتصل إلى ملايين البشر في لحظات معدودة، وصرنا نُطارِد ونتعقب انعكاسات رغباتنا المعلنة، وأصبحنا نُحب صورنا أكثر من أنفسنا، ونخاف من الغياب والوحدة الرقمية أكثر من الوحدة الواقعية.

وبانت صيغة الوجود النرجسي في العالم الرقمي على نحو مؤداه: هل ما زالت الترجسية مرضاً كما وصفها التحليل النفسي؟ أم أنها أصبحت أداة بقاء وصيغة للوجود في العالم؟ وهل التكنولوجيا الرقمية قد حرّرت الذات؟ أم زادت التصادقاً بصورتها؟ وهل ما نعيشه الآن هو عصر "الذات الرقمية"، حيث يُعاد تشكيل الوجود، ليس من خلال التواصل المباشر، بل من خلال التفاعل الرقمي عبر الشاشات؟

هذه المقدمة ليست رثاءً للذات التقليدية، ولا مديحاً للذات الرقمية، بل تأمل في مصير الوجود النفسي والفلسفي للإنسان، حين تُعيد التكنولوجيا إلى ذاته، لا لكي يعرفها، بل ليُعيد تشكيلها وفق رغبات المشاهدين وثقافة أدوات العرض وقلق التقدير ومخاوف الوحدة الرقمية.

تعريفات الترجسية الرقمية:

من خلال استعراض التراث النفسي لمفهوم الترجسية الرقمية والذي كشف عن وجود عدد قليل جداً من التعريفات للترجسية الرقمية، يمكن عرضها على النحو التالي:

- قدم (2008) Buffardi & Campbell تعريفاً للنرجسية الرقمية وهي "استخدام الوسائط الاجتماعية كوسيلة لعرض الذات بشكل متضخم، مدفوعة بالحاجة إلى الإعجاب والتقدير، ويظهر ذلك من خلال التركيز على المحتوى الذاتي مثل الصور الشخصية والتحديثات التي تبرز التفوق أو الجاذبية".
- وهناك أيضاً تعريف (2009) Twenge & Campbell حيث عرف النرجسية الرقمية بأنها "تمثل امتداداً للنرجسية الشخصية إلى الفضاء الرقمي، حيث تُبنى الهوية الرقمية حول محوريات الذات، وتُغذى بالاهتمام والإعجاب الإلكتروني، وهو ما يخلق وهماً بالتفوق والأهمية الذاتية المستمرة".
- كذلك نجد تعريف (2012) Rosen الذي أشار إلى أن "النرجسية الرقمية هي أحد أوجه التفاعل المرضي مع التكنولوجيا، حيث تُستخدم المنصات الرقمية بشكل مفرط لبناء وتجميل صورة الذات، مما يؤدي إلى اضطرابات في التقدير الذاتي، والحاجة المستمرة للتحقق من ردود الفعل الرقمية".
- وأيضاً نجد تعريف (2016) Halpern, Valenzuela, & Katz أن النرجسية الرقمية هي "الميل لعرض الذات بشكل متكرر على وسائل التواصل الاجتماعي، من خلال محتوى موجه لجذب الانتباه والإعجاب، بهدف تعزيز احترام الذات والتحكم في الانطباع لدى الآخرين".
- وقدم كل من (2021) Choi & Park تعريفاً للسلوك النرجسي الرقمي بأنها هي سلوك متمركز حول الذات يتجلى عبر منصات التواصل من خلال الصور الشخصية (selfies)، وتهدف إلى إشباع الحاجة للاعتراف، وإدارة الانطباعات حول الذات، وتحقيق التفوق الرمزي على الآخرين.
- بينما نجد كل من (2022) Casale & Fioravanti يعرفان النرجسية الرقمية بأنها "تُعد عاملاً نفسياً وسيطاً يسهم في تطور الإدمان على وسائل التواصل الاجتماعي، إذ يحفز الأفراد على المشاركة المفرطة بهدف تلقي الإعجاب، مما يؤدي إلى اعتماد نفسي وسلوكي على التفاعل الرقمي".

- كما قدم Akdeniz, Budak & Ahçı (2022) الانجسية الرقمية هي سلوك نفسي يتمثل في السعي المتكرر لجذب الانتباه على وسائل التواصل الاجتماعي، عبر التحديثات والصور، رغبة في تقدير الأنا والتفوق الاجتماعي الرقمي.
- بينما عرفها Maftai & Partisan (2023) الانجسية الرقمية هي درجة الميل إلى الاعتماد على وسائل التواصل الاجتماعي لتأكيد الذات، مما يؤدي إلى إدمان رقمي وقلق وتوتر مزمن^(١).
- بينما عرفها Tan & Yavuzcan (2024) هي سلوك نرجسي يتغذى عبر المنصات الرقمية التي تعمل كالمرآة النفسية، وتستخدمها الذات كمصدر، وهدف، وقوة دافعة لتعزيز الهوية.
- وأخيراً عرفها Thomas 2025 الانجسية الرقمية بأنها هي نمط من التمرکز حول الذات يتجلى في السعي المستمر إلى لفت الانتباه والإعجاب والتحقق الذاتي من خلال المنصات الرقمية، ويُعبّر عنها بالإفراط في الترويج للذات، والتعلق بالمظاهر، وقياس القيمة الشخصية بعدد المتابعين أو الإعجابات أو التعليقات.

تعقيب على التعريفات السابقة للانجسية الرقمية:

- تتفق معظم التعريفات التي ظهرت منذ ٢٠٠٨ حتى ٢٠٢٥ على أن الانجسية الرقمية تمثل امتداداً للانجسية الكلاسيكية اعتماداً على بيئة التواصل الرقمي، لكنها ليست مجرد استنساخ، بل تحول نوعي في شكل الوجود النفسي والاجتماعي للفرد، ويمكن إيجاز التعقيب على النحو التالي:
- التحول من الذات الفردية إلى الذات الاستعراضية: حيث ركزت التعريفات عند Buffardi & Campbell (2008) و Twenge & Campbell (2009)، على الانجسية الرقمية باعتبارها نوع من الاستخدام الاستعراضي للذات عبر

وسائل التواصل الاجتماعي، والتعبير عن الأنا من خلال الصور والمنشورات والاهتمام الزائد بالمتابعة.

- النرجسية الرقمية كشفت عن التعبير عن الذات كمشروع دائم للعرض، حيث يتحول الفضاء الرقمي إلى منصة لمسرحة الأنا.
- أن النرجسية الرقمية لا تعكس فقط الرغبة في الإعجاب، بل اعتماداً نفسياً على التفاعل الرقمي بوصفه مصدراً لتعزيز قيمة الذات، مما يجعل غياب هذا التفاعل مدمراً للشعور بالهوية.
- النرجسية الرقمية تُقرأ بوصفها ظاهرة ثقافية عالمية، حيث لا يكون الفرد مجرد ضحية، بل شريكاً نشطاً في صناعة هوية متخيلة تتغذى على أدوات التسويق الرقمي للذات، مثل التفاعل، الشهرة، ومقاييس الشعبية (الترند - الروتين اليومي).
- هذه النظرة تنقل النرجسية الرقمية من المفهوم المرضي الفردي إلى اعتبارها سياقاً اجتماعياً مشحوناً بثقافة الأداء والظهور والتسويق للذات، والتي تستمد إشباعاتها من الآخرين عبر الشاشات والتطبيقات الرقمية.
- النرجسية الرقمية ليست انحرافاً في شخصية الفرد فحسب، بل علامة على تحول جذري في فهم الذات في عصر الشبكات، حيث أصبح الإعجاب الرقمي شكلاً من أشكال "الأكسجين النفسي"، بينما باتت الهوية الرقمية تُبنى وتُقاس وفق معايير التسويق البصري.
- أن النرجسية الرقمية ليست ظاهرة أحادية، بل تتقاطع فيها الأبعاد النفسية (التقدير الذاتي)، والاجتماعية (القبول)، والثقافية (الهوية)، والتكنولوجية (لغة المنصات)، فكلما ازداد عرض الذات، ازداد اغترابها، وكلما ارتفعت الحاجة للاعتراف الرقمي، تضاعل الشعور بالوجود الفعلي.

البنية الدينامية لمفهوم النرجسية الرقمية:

شكل جديد تحولت فيه مفهوم النرجسية المستمدة من النظر في المرأة

إلى الترجسية المستمدة من النظر في الشاشات الرقمية بمختلف أنواعها وأشكالها وأحجامها، وارتفعت فيه صورة الذات إلى مصاف الأوثان الرقمية، من خلال شكل جديد من أشكال التمرکز حول الذات الرقمية، فتحول معها صيغة التعبير عن الوجود النرجسي من خلال صيغة مؤداها:

- أنا لا أراك، بل أراك تَراني.
 - أنا لا أتحدث إليك، بل أحدث نفسي عبرك.
 - يتوهج وجودي في انعكاسي في عيون الآخرين.
- هكذا تتسلل الترجسية الرقمية، فهي ليست غروراً، بل حالة وجودية هجينة، تصبح فيها الذات أسيرة لفيض الضوء المنبعث من الشاشة، وتتحول الهوية إلى فقاعة مُضيئة من الإعجابات والمشاهدات والقلوب الحمراء، حيث أصبح الفرد في هذا العالم السيبراني، لا يكتفي بأن يكون حاضراً، بل يريد أن يُشاهد حضوره، يرتب مشاعره لتبدو "قابلة للنشر"، ويصف آلامه بصياغة إخراجية تُثير التعاطف، لا لمواساة داخلية، بل لتكريس وهم حضوره أمام جمهور مجهول.
- هنا، في هذا المشهد، تتجلى الترجسية في أكثر أشكالها حداثةً، نرجسية لا تنتظر إلى وجهها في الماء، كما فعل نرسييس القديم، بل تنتظر إلى ذاتها في "الستوري" و"السيلفي" والترندات والريلز و"الفيديوهات المُنتجة" بدقة رقمية مذهلة ومفلترة.

فالترجسية الرقمية المعاصرة لا تسكن في القلب، بل في الخوارزميات ولا تتغذى على الحب، بل على رد الفعل اللحظي ولا تبحث عن عمق العلاقة، بل عن اتساع الجمهور؛ إنها مسرح كبير تؤدي عليه مشاعر مصطنعة، وأدوار ذاتية مُهندسة بدقة ذكاء اصطناعي يُتقن كتابة الذات أكثر مما تتقن هي فهم نفسها، وهكذا، تتحول الهوية إلى عرض مسرحي متكرر، والبشر إلى ممثلين في دراما نرجسية جماعية، تتسجها تقنيات رقمية تتقن هندسة الإعجاب وفنون العرض الاستعراضية للذات.

مظاهر النرجسية الرقمية:

تعددت مظاهر النرجسية الرقمية كما ورد في التراث السيكلوجي الحديث الذي يركز على قضايا العصر الرقمي وانعكاساته المختلفة على معايير ومفاهيم السواء والاضطراب والتي يمكن إيجازها على النحو التالي:

- ١- **التمركز حول الذات الرقمية^(١)**: وذلك من خلال الإفراط في الحديث عن الذات، الإنجازات الشخصية، والاستخدام المفرط للصور الذاتية (السيلفي) لإثارة الإعجاب وكسب القبول (Buffardi, & Campbell, 2008)
- ٢- **البحث عن التقدير الإلكتروني^(٢)**: وذلك من خلال الانشغال بالمكافآت الاجتماعية مثل عدد الإعجابات والتعليقات والمتابعين، والإحساس بالإنجاز أو الإحباط تبعاً لردود الفعل الرقمية (Casale, & Fioravanti, 2018)
- ٣- **إدارة الذات الرقمية^(٣)**: وذلك من خلال اختيار الزوايا والكلمات والفلاتر لتقديم صورة مثالية أو متفوقة عن الذات، واستخدام تقنيات السرد الرقمي لخلق هالة من التميز أو التفوق الأخلاقي أو الجمالي (Fox, & Rooney, 2015)
- ٤- **الحساسية المفرطة للنقد الرقمي^(٤)** وتتمثل في المبالغة في تفسير النقد الرقمي كتهديد للذات، والدخول في جدالات رقمية لحماية الصورة الذاتية (Turel, O., & Serenko, A. (2012).
- ٥- **الشعور بالاستحقاق الرقمي^(٥)** وتتمثل في التوقع المبالغ فيه لردود الأفعال الإيجابية والدعم غير المشروط من المتابعين، وأيضاً الاعتقاد أن الظهور الرقمي يعني الأفضلية الواقعية (Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018)

1-Digital Self-centeredness -

2 -Online Validation Seeking

3 -Digital Self Management

4 -Hyper-sensitivity to Online Criticism

5 -Digital Entitlement

- ٦- **ضعف التعاطف الوجداني الرقمي^(١)** وذلك من خلال ضعف القدرة على إدراك أو الاهتمام بمشاعر الآخرين في التفاعل الرقمي، واستخدام المنصات للعرض الذاتي دون اهتمام بالآخرين.
- ٧- **مظاهر الترجسية الرقمية الباحثة عن التردد والساعية نحو مكاسب مادية** تُجسد أحد أكثر أوجه الترجسية الرقمية حدةً وتأثيراً، حيث تتقاطع فيها الرغبة في إثبات الذات، وتعظيم الأنا، مع الاقتصاد الرقمي القائم على الجذب والإثارة.
- ٨- **الهوس بالمظهر والتسويق الذاتي^(٢)** حيث يقوم الشخص بتصوير نفسه طول الوقت وبشكل هوسي دائم ويعرض في اليوم الواحد على صفحاته الشخصية في وسائل التواصل الاجتماعي آلاف من الصور والفيديوهات، بل أن الشخص النرجسي رقمياً يميل إلى تحويل ذاته إلى "علامة تجارية" تستحق المتابعة والدعم، عبر المحتوى الذي يُظهره في أفضل صورة، حتى وإن كانت هذه الصورة مصطنعة أو مضللة، كما يُنظر إلى المتابعين كجمهور وظيفي يدعم مكانته الرقمية وليس كشركاء في علاقة اجتماعية متبادلة.
- ٩- **التركيز على الترددات لتحقيق الانتشار^(٣)** حيث يسعى النرجسي الرقمي جاهداً للظهور في قلب كل تردد، ولو عبر إثارة الجدل أو الدخول في سجالات مستفزة، مدفوعاً بالرغبة في زيادة التفاعل والمشاهدات.
- ١٠- **السعي نحو الربح بأي وسيلة^(٤)** حيث يتجلى ذلك في إنتاج محتوى هدفه الأساسي ليس التعبير، بل الربح، حتى وإن كان يتضمن انتهاكاً للخصوصية، واستغلالاً للآخرين، أو استعراضاً مفرطاً لأحداث شخصية يومية (الروتين اليومي) حتى لو تضمن محتوى مخرلاً يتعارض مع عادات

1 -Lack of Digital Empathy

2 -Self-branding

3 -Trend-chasing behavior

4 -ommodified narcissism

وتقاليد المجتمع، حيث أصبحت مرجعية تقدير السلوك وفقاً للغة وقوانين المنصات الرقمية ووسائل تحقيق الأهداف الربحية وليست قيم وأخلاق المجتمع.

١١- **الاعتماد على المقاييس الرقمية لتعزيز قيمة الذات**^(١) حيث يعتبر عدد الإعجابات، المشاركات، أو المتابعين، معياراً لتقدير الذات، ما يولد قلقاً مزمناً حول الأداء الرقمي.

١٢- **استغلال القضايا العامة لتضخيم الذات**^(٢) حيث المشاركة في قضايا اجتماعية أو إنسانية بهدف الترويج للذات لا بدافع القناعة، فيُصبح "النضال" شكلاً من أشكال تسويق الذات (Meier, & Schäfer. 2018)

وإجمالاً لهذه الطرح فإن هذه المظاهر لا تُعبر بالضرورة عن اضطراب نرجسي مَرَضِي، لكنها قد تتدرج ضمن نرجسية نمائية رقمية تُغذيها المنصات وتُشجع على أنماط من الأداء الذاتي المدفوع بالمكاسب. وهي مظاهر تقع على متصل بين السواء الاجتماعي والاضطراب السلوكي، وفقاً لسياق الشخصية والدوافع والنتائج المترتبة على هذا السلوك.

العلاقة بين الاقتصاد الرقمي والنرجسية الرقمية:

يمارس الاقتصاد الرقمي تأثيراً كبيراً في السلوك الرقمي، حيث إنه قد يعيد تشكيل معايير "السواء" في السياقات الرقمية، ويمكن تعريف الاقتصاد الرقمي^(٣) بأنه هو النظام الاقتصادي القائم على التقنيات الرقمية، وخاصة الإنترنت، ويشمل التجارة الإلكترونية، والعمل الرقمي، والإعلانات عبر المنصات، وتداول البيانات باعتبارها سلعة، وفيما يلي عرض تحليلي لتأثير الاقتصاد الرقمي على مفاهيم السواء والاضطراب والصحة النفسية:

١- **الاستعراض بدلاً من التعبير التلقائي:** حيث نجد منصات التواصل التي

1 -Quantified self-worth

2 -Performative activism

3 -Digital Economy

تكافئ المحتوى الرائج والترندات تعيد تشكيل السلوك الرقمي، بحيث يصبح موجهاً نحو القبول الجماهيري لا نحو التعبير الذاتي الصادق، مما يؤدي إلى سلوكيات قد تُعد سويّة شكلياً، لكنها مشوهة نفسياً (Tufekci, 2018).

٢- **التحول إلى منشئ بيانات^(١)** باعتبار أن الاقتصاد الرقمي لا يرى الفرد مستخدماً فقط، بل منتجاً للبيانات وهذا يدفع بعضهم إلى تصنيع هوياتهم الرقمية لتكون أكثر قابلية للقياس والتسويق، مما يؤثر في تماسك الذات (Zuboff, 2019)

٣- **تلاشي الحدود بين المهنية والذاتية:** ففي ظل المنصات التي تربط بين الإنتاج المادي (مثل الإعلانات أو الشراكات) والظهور الشخصي، يضطر الأفراد إلى رقمنة مشاعرهم وعلاقاتهم، مما يؤدي إلى إعادة تعريف السلوك السوي وفق متطلبات السوق الرقمي لا وفق معايير الصحة النفسية (Marwick, 2013)

٤- **تغيير مبدأ التقدير الذاتي:** حيث يتحول مبدأ تقييم وتقدير الذات من القيمة الجوهرية إلى عدد المتابعين أو حجم التفاعل، مما قد يؤدي إلى تشوهات في التقدير الذاتي حتى لدى الأسوياء نفسياً.

٥- **ظهور "الترجسية الاقتصادية الرقمية":** أي نرجسية قائمة على تحويل الظهور الرقمي إلى رأسمال (capital) حيث يُقاس الفرد بعدد النقرات والمشاهدات، لا بما يمثله فعلياً، مما يؤدي إلى إنتاج أشكال وظيفية من السلوك المنحرف المقبول اجتماعياً.

٦- **تعزيز الذات عبر الاقتصاد القائم على الانتباه^(٢)** حيث تعتمد منصات الاقتصاد الرقمي (مثل يوتيوب، إنستغرام، تيك توك) على جذب الانتباه كمصدر أساسي للقيمة الاقتصادية. هذا يدفع الأفراد إلى تضخيم صورتهم الذاتية وعرضها بشكل مثالي ومستمر لتحقيق عدد أكبر من التفاعلات، مما يعزز أنماط النرجسية الرقمية، ووفقاً لـ (Marwick & Boyd (2021)، فإن

1 -Datafied Self

2 -Attention Economy

المنصات الرقمية تشجع المستخدمين على بناء "ماركة شخصية" للذات Brand تتماشى مع معايير الجاذبية الرقمية.

٧- منطق "المؤثر" ^(١) "نموذج نرجسي للنجاح: حيث يقوم الاقتصاد الرقمي على تحويل الظهور الذاتي والشخصي إلى سلعة" ^(٢)، وهو ما يجعل السلوك النرجسي أداة فعالة للنجاح المهني والمادي، خصوصاً بين المؤثرين الرقميين، كما يوضح (Abidin 2018)، فإن كثيراً من المؤثرين يضخمون خصائص نرجسية معينة (الجاذبية، النجاح، المثالية) كجزء من استراتيجية جذب الجمهور والمعلنين.

٨- المنصات كوسيط يعيد تشكيل المعايير النفسية للنجاح والقيمة الذاتية: ففي الاقتصاد الرقمي، تتحول مؤشرات النجاح (الإعجابات، المتابعون، المشاركات) إلى أدوات لقياس الذات ومصادر للدخل المادي، مما يعزز الاعتماد الخارجي في التقدير الذاتي ^(٣) وفقاً لـ (Andreassen et al. 2017)، فإن الإفراط في استخدام وسائل التواصل يرتبط بشكل إيجابي بمستويات مرتفعة من السمات النرجسية. Andreassen, Pallesen, & Griffiths, (2017)

٩- تشجيع ثقافة المكسب السريع القائم على المظهر الخارجي: حيث إن الاقتصاد الرقمي، بتسارعه وإحاحه على الإنتاج والاستهلاك الفوري، يغذي قيماً تتماشى مع الشخصية النرجسية مثل: حب السيطرة، السعي الدائم للاعتراف، التنافسية، وتضخيم الذات.

وخلاصة القول إن الاقتصاد الرقمي لا يخلق النرجسية الرقمية ولا يصنعها، لكنه يوفر بنية تحتية نفسية وثقافية تعززها، وتكافئها، وتطبعها اجتماعياً. إنه يشرع سلوكيات نرجسية معينة ويحولها من خصائص مرضية محتملة إلى أدوات

1 -Influencer

2 -commodification of self-presentation

3 -a hallmark of narcissism

للنجاح الرقمي، مما يؤدي إلى تآكل الحدود بين السواء والاضطراب في الفضاء الرقمي.

الترجسية الرقمية بين السواء والاضطراب:

في الزمن الرقمي، استطاعت الذات أن تصنع لنفسها مرايا لا تُحصى: مرايا الهواتف، الكاميرات، الحسابات، الروتين اليومي، والفيديوهات والرسائل والبوستات والريلز والمحادثات الافتراضية التي تُبقي "الأنا" في حالة عرض دائم. وهكذا، تتبثق الترجسية الرقمية بوصفها شكلاً من أشكال التعبير عن الذات، لكنها تتأرجح على متصل دقيق بين السواء النفسي والاضطراب المرضي، فمن جهة، يمكن اعتبار الترجسية الرقمية ممارسةً طبيعية، بل تكيفية مطلوبة مع عالم يتطلب حضوراً رقمياً فعالاً، حيث يُصبح التعبير عن الذات، والبحث عن التقدير، والتفاعل مع الجمهور، نوعاً من تحقيق الذات⁽¹⁾. وفي هذا السياق، لا تعدو الترجسية الرقمية كونها استجابة نفسية وجودية لواقع يتطلب الظهور كي لا تُتسى، والتعبير كي لا تُمحي الذات في زحام البيانات.

بينما من جانب آخر، قد تتحول هذه الممارسات المعبرة عن الترجسية الرقمية إلى اضطراب وجودي حين تتوحد الذات كلياً مع تمثيلها الرقمي، وتستمد قيمتها من الإعجابات، والمتابعات، والصور والمشاركات. وهنا تفقد الذات هويتها الوجودية السوية، وتتحول إلى أداء دائم أمام جمهور غير مرئي، والرغبة في السيطرة والاستحواذ على المعجبين والمشاهدين، الأمر الذي يؤدي إلى هاوية الإدمان على التقدير المستمد من دعم الآخر الافتراضي وبشكل رقمي، وهنا تبدو الترجسية الرقمية مثل بندول يتأرجح بين الرغبة في التعبير السوي عن حب الظهور والاستعراض، وبين اضطراب التمرکز حول الذات القائم بالاستحواذ المرضي على الدعم النرجسي عبر أساليب وتطبيقات رقمية، وهو الأمر الذي يدفعنا إلى تصور تصنيف للسّمات الشخصية الترجسية الرقمية وذلك على النحو التالي:

1 -self-actualization

أولاً: سمات الشخصية النرجسية الرقمية السويّة (التكيفية)

تُعد هذه السمات امتداداً طبيعياً لاحتياجات الفرد المعاصر في التعبير عن الذات والتفاعل مع المحيط الرقمي. وهي لا تُشكل اضطراباً نفسياً، بل قد تعكس نضجاً رقمياً اجتماعياً ضمن حدود التوازن السوي، وهذه السمات يمكن إيجازها على النحو التالي:

١- الوعي بالصورة الرقمية: حيث يدرك الفرد أن صورته على وسائل

التواصل مجرد تمثيل رقمي أو افتراضي، وليس بديلاً عن الذات الواقعية.

٢- تقدير الذات المرن: حيث يتلقى المديح والإعجاب كتعزيز إيجابي، دون

أن يُبنى إحساسه بقيمته بالكامل على عدد الإعجابات أو المتابعين.

٣- الاتصال الاجتماعي الوظيفي: حيث يستخدم وسائل التواصل لتعزيز

العلاقات الإنسانية والمهنية، وليس لاستعراض الذات فقط.

٤- الأداء الرقمي المتزن: حيث ينخرط في إنتاج محتوى رقمي بهدف

التواصل أو الإلهام أو التثقيف، لا بقصد إثارة الإعجاب فقط.

٥- الانفصال السوي عن المنصات: حيث يستطيع التوقف عن التواجد

الرقمي دون قلق مفرط، ويمارس "انفصلاً رقمياً" بوعي.

وتُعد هذه السمات مؤشراً على الانخراط الإيجابي مع الذات والبيئة الرقمية،

دون التوحد المرضي معها (Gentile, Twenge, Freeman, & Campbell. 2012)

ثانياً: سمات الشخصية النرجسية الرقمية المضطربة

تشكل هذه السمات امتداداً أو تجسيدا للنرجسية المرضية الكلاسيكية، كما

وردت في الدليل الإحصائي التشخيصي للأمراض والاضطرابات النفسية والعقلية

(DSM-5) من حيث ارتباطها باضطرابات الشخصية، والتي يمكن إيجازها على

النحو التالي:

١- تمركز مفرط حول "الذات الرقمية": حيث يقتصر وينحصر إدراك الفرد

لهويته ولوجوده فقط، من خلال الصور والمنشورات والفيديوهات، ويشعر

- بالفراغ أو الفقد عند غياب التفاعل.
- ٢- الحساسية المفرطة للنقد الرقمي: حيث إن أي تعليق سلبي يهدد تقديره لذاته بشكل كبير، مما يولد ردوداً دفاعية أو هجومية مفرطة.
- ٣- السلوك الاستعراضي القهري^(١): حيث يقوم باستمرار بنشر صوراً أو مقاطع فيديو لتعزيز الصورة "مثالية" و"النجاح"، ويعتمد كلياً على نظرة الآخرين.
- ٤- تضخيم الإنجازات الرقمية: حيث يبالغ في عرض إنجازاته الرقمية أو الحياتية لأجل الانبهار لا المشاركة.
- ٥- استغلال العلاقات الرقمية: حيث يستخدم الآخرين كـ "جمهور" أو أدوات دعم للذات، دون اهتمام حقيقي بالتفاعل الإنساني المتبادل.
- ٦- فقدان الحدود بين الذات الرقمية والحقيقية: حيث يختلط الأداء الرقمي بالهوية الواقعية، ويفقد القدرة على التمييز بين الواقع المادي والواقع الافتراضي (Casale, & Fioravanti, G.2018) فعندما تتفاقم المظاهر الرقمية للذات إلى درجة إدمان الإعجاب، وإنشاء "ذات إلكترونية مثالية" منفصلة عن الواقع، تظهر علامات الاضطراب. هنا يصبح الفرد معتمداً على التفاعل الرقمي لتثبيت قيمة الذات، وقد يعاني أعراض الاكتئاب أو القلق عند غياب التعزيز الرقمي. (Casale & Fioravanti, 2018)

1 -Compulsive exhibitionism

مقارنة بين النرجسية التقليدية والنرجسية الرقمية:

المحور	النرجسية التقليدية	النرجسية الرقمية
المنشأ النفسي	نشأت من الطفولة - تعويض عن نقص داخلي في التقدير أو العلاقات الأولية (كوهوت، كيرنبرج)	تتمو داخل بيئة رقمية محفزة للعرض والاهتمام، وتغذيها منصات التواصل
وسيلة التعبير	السلوك اليومي، اللغة، التفاخر، الاحتكار، الاستعراض الشخصي في الحياة الواقعية	الصور، الفيديوهات، الإعجابات، المتابعين، السutori، الفلاتر، المنشورات
المرآة النفسية	الآخر القريب (العائلة، الزملاء، المجتمع الضيق)	الجمهور الرقمي، الغرياء، المتابعين، الخوارزميات
آلية التقدير الذاتي	مستقلة نسبياً، تعتمد على الإنجاز أو العلاقات الفعلية	معتمدة على ردود الفعل الرقمية: الإعجاب، التعليق، المشاركة
الزمن النفسي	متراكم عبر مراحل النمو والشخصية	لحظي، سريع الزوال، مرتبط بزمن الشاشة والإشعارات
الاستجابة للنقد	دفاعية، قد تكون عقلانية أو انفعالية	انفعالية سريعة، انسحاب أو هجوم، وقد تصل إلى "غضب رقمي"
المجال العام	العائلة، العمل، المجتمع الواقعي	المنصات الرقمية، الحسابات الشخصية، الفضاء السيبراني
الهوية	ذات متماسكة أو مشوشة حسب الطفولة والعلاقات	ذات "مُسرحة"، تُمثل وتُعاد هندستها عبر التطبيقات
التفاعل مع الآخر	الآخر مطلوب لكنه مهدد لهيمنة الأنا	الآخر هو أداة لإشباع الأنا (متابع، معجب، صانع محتوى ثانوي)
العلاج أو التقويم	يحتاج إلى تحليل نفسي طويل المدى	يتطلب وعياً رقمياً، تربية نقدية، وضبط للهوية الرقمية

ثالثاً: التشخيص الفارق بين السواء والاضطراب للترجسية الرقمية:

المعيار	السلوك السوي	السلوك المضطرب
دافع الاستخدام	إبراز الهوية أو الإنجاز	تعويض النقص/التضخم المرضي للذات
درجة الارتباط بالواقع	عالية	منخفضة جداً أو معدومة
التفاعل الاجتماعي الواقعي	متوازن	انسحاب من العلاقات الواقعية
الاستجابة للنقد أو التجاهل	متقبلة	عدوانية أو انهيارية

يتبين من خلال الجدول السابق أنه يمكن النظر إلى الترجسية الرقمية كامتداد رقمي للترجسية التقليدية، ولكنها تتميز عن الأخيرة بوسائل التعبير والانتشار، إذ تعتمد على الوسائط الرقمية كمنصات للتضخيم الذاتي والتلاعب بالصورة، وليس فقط على السلوكيات الواقعية.

السمات الشخصية للأشخاص ذوي الترجسية الرقمية:

الأشخاص ذوو الترجسية الرقمية يمتلكون مجموعة من السمات الشخصية التي تتبلور وتُعزز من خلال الفضاء الرقمي، خصوصاً وسائل التواصل الاجتماعي، وهذه السمات تجمع بين ما هو مألوف في اضطراب الشخصية الترجسية التقليدية، وما هو خاص بالبيئة السيبرانية التي تُغذي صورة الذات المتضخمة، وتُكرس اعتمادها على التفاعل الخارجي، ويمكن إيجازها على النحو التالي:

- التمرکز حول الذات الرقمية^(١): حيث يعتبرون أنفسهم مركز اهتمام الآخرين على المنصات، وأن لديهم اعتقاداً داخلياً بأن منشوراتهم وأفكارهم وصورهم تستحق الانتباه أكثر من غيرهم.
- هوس بالصورة والمظهر الرقمي^(٢): حيث الانشغال المفرط بكيفية ظهورهم

1 -Digital Self-Centricity

2 -Image Obsession

- على الإنترنت، واستخدام مفرط للفلاتر، التعديل، الزوايا الإخراجية، وتحسين الصوت والصورة، ويخلطون بين صورتهم الرقمية وقيمتهم الشخصية.
- **الاعتماد على الإعجاب الرقمي كمرآة للذات^(١)**: حيث ينحصر تقديرهم لذاتهم يرتفع وينخفض وفق عدد الإعجابات والتعليقات، ويتأثر مزاجهم اليومي بتفاعل الآخرين مع منشوراتهم.
- **الإحساس المبالغ فيه بالأهمية^(٢)**: حيث يكون لديهم اعتقاد بأن لديهم تأثيراً رقمياً فريداً، ويتعاملون مع المحتوى الخاص بهم كمرجعية أو مصدر "إلهام" للآخرين.
- **انعدام التعاطف الرقمي^(٣)**: حيث يميلون إلى تجاهل مشاعر أو تجارب الآخرين على المنصات، ويركزون على تعزيز صورتهم، حتى في المواقف التي تتطلب التعاطف أو الاحترام.
- **أداء ذاتي تمثيلي مستمر^(٤)**: حيث ينخرطون في "تمثيل مستمر" لشخصياتهم عبر المنصات بصورة مثالية أو متضخمة، ويغيرون أسلوبهم أو مواقفهم لتناسب الذوق الجماهيرية.
- **الحساسية المفرطة للنقد أو التجاهل^(٥)**: حيث يتألمون بشكل مفرط من قلة التفاعل أو التعليقات السلبية، وقد يدخلون في حالات مزاجية حادة أو يتخذون مواقف عدوانية تجاه النقد الرقمي.
- **النمط التكراري القهري للنشر^(٦)**: حيث إن لديهم دافعاً قوياً للنشر المستمر والمتكرر بهدف الحفاظ على الحضور الرقمي، والخوف من "النسيان الرقمي" أو فقدان الظهور الذي يدفعهم دائماً للمبالغة في المشاركة.

1 -Validation Addiction

2 -Grandiosity

3 -Lack of Digital Empathy

4 -Performative Identity

5 -Hyper-reactivity to Rejection

6 -Compulsive Posting

الذكاء الاصطناعي كمعزز للترجسية الرقمية:

في عصر التحول الرقمي المتسارع، لم تعد شبكات التواصل الاجتماعي مجرد وسائط للتفاعل، بل أصبحت مسارح لعرض الذات وتضخيم الأنا، وقد أدى الذكاء الاصطناعي (AI) دوراً محورياً في هذا التحول، إذ أعاد تشكيل الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد مع صورهم الذاتية ومع الآخرين. وباتت تقنيات الذكاء الاصطناعي تقدم للفرد تغذية راجعة لحظية، تحفز غروره، وتمنحه اعترافاً رمزياً دائماً، مما أسهم في تصعيد مظاهر الترجسية الرقمية إلى مستويات غير مسبوقة، ويمكن صياغة الدور الذي يلعبه الذكاء الاصطناعي كمعزز للترجسية الرقمية على النحو التالي:

- **الخوارزميات وتضخيم التقدير الذاتي:** حيث تقوم خوارزميات AI بتحليل تفضيلات المستخدم وتعرض له محتوى متوافقاً مع ذوقه، وهذا ينتج ما يسمى "الفقاعة الافتراضية" (Pariser, 2011) " تجعل الفرد يعتقد أن العالم يتفق معه، حيث إن الخوارزميات تغذي وهم التفرد والسيطرة، مما يدعم بنية نرجسية خفية.
- **تطبيقات التجميل والفلتر الذكية:** حيث تقوم أدوات AI بتحليل الوجه وإعادة تشكيله وفقاً لنماذج "جمالية معيارية"، وهذا يعزز التوحد مع الذات المثالية، بل وقد يتجاوزها باعتبارها حالة افتراضية، لذلك فإن استخدام الفلاتر يرتبط بسمات نرجسية عالية وتضخم في قيمة الذات الرقمية.
- **إشعارات التفاعل المصممة على مفاهيم سلوكية:** حيث يستخدم AI تقنيات من علم النفس السلوكي لتوقيت الإشعارات والإعجابات بطريقة تعزز الاعتماد العاطفي على المنصة، وهذه العملية تشبه "نظام المكافأة" كنوع من التعزيز والتغذية الراجعة في الدماغ، وهو ما يؤدي إلى الاقتران الشرطي بين الإدمان على وسائل التواصل والسلوكيات النرجسية المتكررة. Andreassen et al. (2017)
- **التحليلات الذاتية الرقمية:** حيث تمنح تطبيقات الذكاء الاصطناعي المستخدم،

بيانات عن أدائه (نسبة المشاهدات، معدل التفاعل) وهو ما يسهم في تشكيل ما يسمى "المرآة الرقمية الجديدة للأنثى"، حيث يتيح للفرد أن يقيس "قيمتها الذاتية" من خلال البيانات، وهو ما يعزز الاعتماد النرجسي على الصورة الرقمية.

- **المساعدات الذكية والشعور بالاحتواء الاصطناعي:** حيث توفر تطبيقات الذكاء الاصطناعي ما يشبه "المرآة العاطفية المثالية"، وتمنح شعوراً بالاهتمام دون نقد أو صراع، وهو ما يشبه ما وصفه (Kohut (1971 بـ "Self object" -الآخر الذي يمدّ الذات بالنظام العاطفي المثالي.

فالذكاء الاصطناعي بهذا المعنى لا يعمل فقط كأداة تقنية، بل يشكل بيئة نفسية جديدة تعيد تشكيل العلاقة بين الذات والعالم الرقمي، وتصبح النرجسية الرقمية نتاجاً ثقافياً وتكنولوجياً مشتركاً، يغذيه النظام الخوارزمي، ويكرسه المستخدم في سلوكه اليومي.

مفهوم النرجسية الرقمية النمائية لدى الأطفال والمراهقين:

تعتبر النرجسية الرقمية النمائية هي نمط من التكوين النرجسي يتشكل تدريجياً في سياق النمو النفسي والاجتماعي للطفل أو المراهق، نتيجة التعرض المبكر والمكثف لتكنولوجيا الاتصال الرقمي، خاصة وسائل التواصل الاجتماعي، حيث يُعاد تشكيل إدراك الذات وقيمتها من خلال أنماط التفاعل الافتراضي، بما يعزز الميل إلى التمرکز حول الذات الرقمية والسعي المستمر لتلقي الانتباه والتقدير من الآخرين عبر الفضاء الرقمي.

ويمكن تعريف النرجسية الرقمية النمائية بأنها "هي ميل تطوري يظهر لدى الأطفال والمراهقين نتيجة التفاعل المبكر مع الوسائط الرقمية، يتمثل في مركزية الذات الرقمية، والتعلق بالمظاهر الإلكترونية للقبول والنجاح (كالإعجابات والمتابعين)، على حساب تنمية مهارات التعاطف، والتواصل المباشر، وتقدير الذات الواقعية".

فالنرجسية الرقمية النمائية، باعتبارها نمطاً ناشئاً من أنماط الشخصية في

الطفولة، تتجلى حين يبدأ الطفل في بناء صورة رقمية للذات عبر التفاعلات على الوسائط الاجتماعية والتقنية، خصوصاً حين تتداخل هذه الصورة مع مراحل تشكّل "الأنا"، ورغم أن هذا النمط يرتبط بمخاطر وجدانية وسلوكية، فإنه ليس سلبياً بالكامل في مراحله المبكرة، حيث تظهر أيضاً سمات إيجابية ذات طابع نمائي إذا وُجهت بشكل سوي ويمكن التعبير عنها على النحو التالي:

أولاً: السمات الشخصية الإيجابية للترجسية الرقمية النمائية لأطفال والمراهقين:

- **الوعي المبكر بالذات:** الطفل يدرك ذاته كفاعل رقمي، وقد يُظهر قدرة على تقديم الذات والتعبير عنها.
- **الثقة العالية بالنفس:** يعبر عن آرائه وأعماله دون خجل، ويُظهر قدرة على المبادرة الرقمية.
- **القدرة على التأثير الاجتماعي:** يسعى للتمييز والتأثير في الآخرين، وهو ما يعكس استعداداً قيادياً إذا تم توجيهه.
- **التحفيز الداخلي للإنجاز:** يستخدم المنصات الرقمية كمحفز للإبداع والتحدي، لا سيما في مجالات مثل التصوير أو المحتوى.
- **الحضور الرقمي الإيجابي:** يمتلك مهارات في تنظيم الصور والتعليقات والتفاعل مع المتابعين بطريقة نشطة.
- **الذكاء التواصلي التقني:** يستخدم التطبيقات بمهارة ويُظهر فهماً لتقنيات العرض والإقناع والتمثيل الرمزي، وهذه السمات تكون إيجابية إذا ارتبطت بالتواضع، والتعاطف، والتقدير الواقعي للذات.

ثانياً: السمات الشخصية السلبية للترجسية الرقمية النمائية للأطفال والمراهقين:

- **التمركز حول الذات الرقمية:** يقيّم نفسه بناءً على الإعجابات والتفاعل، ويعتمد على الآخر في تأكيد قيمته.
- **الحاجة المستمرة للإعجاب والتقدير:** يسعى باستمرار للظهور وإثارة الإعجاب، وقد يتأثر بشدة عند الإهمال الرقمي.

- **ضعف تقبل النقد:** يُظهر سلوكاً دفاعياً عند عدم التقدير أو التعليق السلبي، مما يعيق النمو الانفعالي.
 - **السعي للتفوق الرمزي على الآخرين:** يتحدث عن نفسه باستعلاء، ويُقارن نفسه بزملائه على أساس الشعبية الرقمية.
 - **قصور في التعاطف الرقمي:** يُقل من نجاح الآخرين، ويحتكر التقدير، ولا يُظهر اهتماماً حقيقياً بمشاعر الغير.
 - **القلق الرقمي المفرط:** يتابع ردود الأفعال، والانطباعات الرقمية بشكل قهري، ويُصاب بالإحباط عند غيابها.
 - **تقدير ذات هش وضعيف الجذور:** رغم مظاهر الثقة، فإن تقديره لذاته يعتمد على ردود الفعل الظرفية من المنصات.
- فالنرجسية الرقمية النمائية ليست اضطراباً في جوهرها، بل هي نمط ناشئ يتشكل في ظل ثقافة العرض والتفاعل اللحظي، وما يُحدد مآلها هو:
- طبيعة البيئة التربوية (داعمة أم مضخمة للذات)
 - نوعية العلاقات (واقعية أم افتراضية)
 - مدى تعليم الطفل مهارات التعاطف، التواضع، والتقدير الواقعي للذات
- وإجمالاً للعرض السابق، تُعد النرجسية النمائية الرقمية أحد أنماط التكوين النفسي المعاصر الذي ينشأ في سياقات العرض الرقمي والتفاعل الاجتماعي الافتراضي، خاصة لدى الأطفال الذين يمتلكون مواهب ظاهرة أو مهارات تكنولوجية في بيئة تتغذى على التقدير اللحظي. ويكشف التحليل السيكولوجي لهذا النمط عن مزيج من السمات الشخصية الإيجابية والسلبية، التي تعكس في آنٍ واحدٍ قدرة على الحضور والتعبير، إلى جانب هشاشة في البناء الوجداني وتقدير الذات، فعلى المستوى الإيجابي، تظهر لدى الطفل النرجسي رقمياً سمات مثل الثقة بالنفس، والقدرة على التأثير، والوعي بالذات الرقمية، والتمكن من أدوات التفاعل التقني، وهي سمات تُعد واعدة من الناحية النمائية إذا اقتصرت بالاعتزان العاطفي والتعاطف الاجتماعي. أما على المستوى السلبي، فيمكن رصد سمات

مثل الحاجة المفرطة للإعجاب، وصعوبة تقبل النقد، وتقدير ذات هش يرتبط بعدد الإعجابات أو حجم التفاعل الرقمي، إلى جانب سلوكيات تعويضية مثل المقارنة الاجتماعية، أو الإقصاء الوجداني للآخر، وتشير دراسة (Brummelman et al., 2015)؛ (Twenge & Campbell, 2009) الى أن هذه السمات لا تنشأ من فراغ، بل هي نتاج تفاعل مع بيئة رقمية مضخمة للذات، وممارسات أسرية أو تعليمية تفتقر إلى التوازن بين التقدير الواقعي والتقويم الوجداني. ويؤكد هذا أن النرجسية الرقمية ليست اضطراباً بالضرورة، بل هي نمط تطوري يمكن احتواؤه أو انحرافه، تبعاً لسياق التربية والتقنية.

اضطراب النرجسية الرقمية⁽¹⁾:

اضطراب النرجسية الرقمية هو نمط نفسي وسلوكي مزمن يتمثل في اعتماد مفرط على أدوات التقنية والمنصات الرقمية لتغذية صورة مثالية عن الذات، مع رغبة قهرية في الظهور والحصول على التقدير، والتعلق المرضي بالمقاييس الرقمية للقبول (اللايكات، المتابعات، المشاركات)، مما يؤثر سلباً في الأداء الوظيفي، العلاقات الشخصية، وتقدير الذات الواقعي، ووفقاً لما أشار إليه (March & Steiger (2021)، فإن النرجسية الرقمية تتجاوز كونها سلوكاً عابراً لتأخذ شكل تنظيم نفسي هش يتطلب تدخلاً علاجياً عند اقترانها بأعراض مرضية. ويجب الإشارة إلى أن اضطراب النرجسية الرقمية ⁽²⁾ ليست مدرجة حالياً كتشخيص مستقل في الأدلة التشخيصية المعتمدة مثل: الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية DSM5 وكذلك التصنيف الدولي للأمراض الصادر عن منظمة الصحة العالمية والمعروف اختصاراً ICD11، وهذا العرض هو عرض تنبؤي مستقبلي للتصور المقترح لاضطراب النرجسية الرقمية والذي يمكن أن يتم إدراجه في المستقبل القريب ضمن الدليل التشخيصي والإحصائي DSM6 والذي يمكن أن يصدر قريباً.

1 -Digital Narcissism Disorder – DND

2 -Digital Narcissism Disorder

الأعراض الأساسية التشخيصية لاضطراب النرجسية الرقمية المرضية:

تشمل الأعراض الأكثر شيوعاً لاضطراب النرجسية الرقمية:

١. انشغال مفرط بالظهور على المنصات الرقمية، وتحديث مستمر للصور أو المحتوى لتحقيق التفاعل.
٢. تقدير ذاتي هش، يعتمد بشكل كبير على ردود الفعل الرقمية.
٣. حاجة مفرطة للإعجاب الرقمي (اللايكات، التعليقات، المشاركات)، بوصفها معادلاً للتقدير الشخصي.
٤. سلوك استعراض رقمي^(١)، يتسم بالمبالغة والتمثيل في عرض الإنجازات أو المظاهر.
٥. صعوبة تحمل التجاهل الرقمي، أو عدم التفاعل، مع ميل إلى الانفعال أو الاكتئاب إثر ذلك.
٦. انفصال تدريجي عن التفاعلات الوجدانية الواقعية، وضعف في مهارات التعاطف الحقيقية.
٧. استخدام مفرط للفلاتر والتحسينات الرقمية بهدف تقديم نسخة مثالية وهمية للذات.
٨. سعي مرضي نحو التريند والترفيه الرقمي، ولو على حساب القيم أو المصادقية الذاتية.

التشخيص الفارق بين اضطراب الشخصية النرجسية واضطراب النرجسية الرقمية:

يتضمن هذا العرض تصوراً مقترحاً مستقبلياً للتشخيص الفارق بين اضطراب الشخصية النرجسية المدرج ضمن الأدلة التشخيصية، وبين اضطراب النرجسية الرقمية المقترحة والحدود التشخيصية الفارقة بينهم والتي يمكن عرضها

1 -self-promotion

على النحو التالي:

المعيار	اضطراب الشخصية النرجسية (DSM-5)	اضطراب النرجسية الرقمية
المجال	سلوك دائم في كل السياقات (واقعية واجتماعية)	سياق رقمي افتراضي
الظهور	يظهر في العلاقات الواقعية والتفاعلات الشخصية	يظهر غالباً في التفاعل عبر وسائل التواصل
مصدر التقدير	إعجاب مباشر من الآخرين، شعور داخلي بالتفوق	مقاييس رقمية (لايكات - متابعون - تعليقات - الترنند)
الهوية الرقمية مقابل الواقعية	هوية نرجسية متكاملة تشمل جميع السياقات	ازدواج بين الذات الرقمية والذات الواقعية
الوظائف النفسية المعطلة	شعور عميق بالعظمة أو بالفراغ وفشل في التعاطف	الاعتماد على المنصات لتقدير الذات
الأدوات النفسية	استحقاق دائم، استغلال الآخرين، سلوك تعال	إدارة الذات الرقمية، الترويج للذات كسلعة تسويقية
المدة الزمنية	نمط مستقر ومزمن ضمن اضطرابات الشخصية	قد تكون نمطاً متغيراً مرتبطاً بتطورات تكنولوجية

وختاماً لهذا الطرح لمفهوم النرجسية الرقمية نؤكد أن النرجسية الرقمية لا ينبغي النظر إليها فقط كظاهرة نفسية طارئة في زمن الرقمنة، بل كعلامة تحول جذري في فهم الذات الإنسانية وعلاقاتها بالآخرين في الفضاء السيبراني. فهي تكشف عن تشكلات جديدة للهوية، وللمفاهيم المركزية للذات والآخر الافتراضي، تتجاوز الأطر التقليدية التي وضعتها السيكولوجيا الكلاسيكية. وفي هذا السياق، تصبح النرجسية الرقمية بوابة لإعادة التفكير في مفاهيم مثل "الذات"، و"الهوية"، و"الصورة الاجتماعية"، و"التقدير الذاتي"، في ظل حضور رقمي متضخم يعيد تشكيل الوعي والإدراك والانفعال، وإنّ ما تفترضه النرجسية الرقمية من تحولات

يدعونا لا إلى مقاومة التكنولوجيا فقط، بل إلى تجديد أدوات التحليل النفسي والاجتماعي، بما يتناسب مع عصر تتداخل فيه الحدود بين الواقعي والافتراضي، بين التعبير الرقمي والانفعال الإنساني، وبين الذات الحقيقية والذات المُمَسَّرَحة رقمياً. وعليه، فإن النرجسية الرقمية تمثل لا مجرد اضطراب ناشئ، بل فرصة نظرية لإعادة صياغة علم النفس ذاته، ليواكب واقعاً جديداً تتشكل فيه النفس البشرية عبر الشاشات والرموز والأنظمة التفاعلية.

قائمة المراجع

- " Maftai, A., & Pătrăușanu, A.-M. (2023). Digital reflections: Narcissism, stress, social media addiction, and nomophobia. *The Journal of Psychology*, 158(2), 147–160. [Taylor & Francis Online](#)
- Abidin, C. (2018). Internet Celebrity: Understanding Fame Online. Emerald Publishing.
- Akdeniz, S., Budak, H., & Ahçı, Z. G. (2022). Development of a Scale of Narcissism in Social Media and Investigation of Its Psychometric Characteristics. *International Education Studies*, 15(1), 200–209. [CCSE+1DergiPark+1](#)
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 64, 28–33. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2023). The interplay between social media use and narcissism: A comprehensive review of recent findings. *Journal of Behavioral Addictions*, 12(1), 45–58. <https://doi.org/10.1556/2006.2023.00123>
- Balcerowska, J. M., Sawicki, A., & Zajenkowski, M. (2025). A longitudinal study on the reciprocal relationship between narcissism and social networking site addiction. *Journal of Research in Personality*.
- Buffardi, L. E., & Campbell, W. K. (2008). Narcissism and social networking web sites. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34(10), 1303–1314. <https://doi.org/10.1177/0146167208320061>
- Casale, S., & Fioravanti, G. (2018). Why narcissists are at risk for developing Facebook addiction: The need to be admired and the need to belong. *Addictive Behaviors*, 76, 312–318. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.08.03>
- Casale, S., & Fioravanti, G. (2022). Why narcissists are at risk for developing Facebook addiction: The need to be admired and the role of social comparisons. *Addictive Behaviors Reports*, 15, 100400. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100400>

- Casale, S., Fioravanti, G., & Rugai, L. (2022). Grandiose and vulnerable narcissism and social media addiction: A moderated mediation model. *Addictive Behaviors Reports*, 15, 100430. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100430>
- Casale, S., Fioravanti, G., Rugai, L., & Sestito, L. (2022). Digital narcissism and psychological functioning: A review. *Computers in Human Behavior Reports*, 5, 100158. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100158>
- Choi, H., & Park, N. (2021). Narcissism and self-presentation on Instagram: A content analysis of selfies. *Personality and Individual Differences*, 168, 110412. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110412>
- Choi, J., & Lim, S. (2016). Effects of narcissism, self-esteem, and self-presentation on Instagram use. *Journal of Media Psychology*, 28(4), 174–183. <https://doi.org/10.1027/1864-1105/a000222>
- Chou, H. T. G., & Edge, N. (2012). “They are happier and having better lives than I am”: The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117–121. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0324>
- Fox, J., & Rooney, M. C. (2015). The Dark Triad and trait self-objectification as predictors of men's use and self-presentation behaviors on social networking sites. *Personality and Individual Differences*, 76, 161–165. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.017>
- Fox, J., & Rooney, M. C. (2023). Narcissistic exhibitionism online: Motives for influencer behavior in social media platforms. *Psychology of Popular Media*, 12(3), 214–226. <https://doi.org/10.1037/ppm0000401>
- Freud, S. (1914). On Narcissism: An Introduction. In J. Strachey (Ed.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 73–102). London: Hogarth Press.
- Gentile, B., Twenge, J. M., Freeman, E. C., & Campbell, W. K. (2012). *The effect of social networking websites on the development of narcissism in adolescents*. *Computers in Human Behavior*, 28(5), 1828-1833.
- Gentile, D. A., Bushman, B. J., & Gentile, J. R. (2012). The role of media in childhood narcissism. *Pediatrics*, 130(Supplement_2),

S167–S171. <https://doi.org/10.1542/peds.2012-1424E>

- Giancola, M., Perazzini, M., Bontempo, D., Perilli, E., & D'Amico, S. (2024). Narcissism and problematic social media use: a moderated mediation analysis of fear of missing out and trait mindfulness in youth. *International Journal of Human–Computer Interaction*.
- Gnambs, T., & Appel, M. (2023). Narcissism and digital self-promotion: Meta-analytic evidence on the associations between narcissistic traits and online behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 49(2), 143–159. <https://doi.org/10.1177/01461672221083106>
- Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Doubleday Anchor.
- Halpern, D., Valenzuela, S., & Katz, J. E. (2016). Selfie-ists or narcissists? A cross-lagged panel analysis of selfie taking and narcissism. *Personality and Individual Differences*, 97, 98–101. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.019>
- Halpern, D., Valenzuela, S., & Katz, J. E. (2016). We face, I tweet: How different social media influence political participation. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 20(2), 77–92.
- Kernberg, O. (1975). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. Jason Aronson.
- Khamis, S., Ang, L., & Welling, R. (2017). Self-branding, ‘micro-celebrity’ and the rise of Social Media Influencers. *Celebrity Studies*, 8(2), 191–208.
- Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2018). Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 158–170. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.15>
- Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2025). Digital narcissism as a developmental phenomenon: Exploring its emergence in adolescence and early adulthood. *Journal of Adolescent Research*, Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/0743558424123456>
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. New York: International Universities Press.
- Maftai, A., & Pătrăușanu, A.-M. (2023). *Digital reflections:*

Narcissism, stress, social media addiction, and nomophobia. The Journal of Psychology, 158(2), 147–160. [Taylor & Francis Online](#)

- March, E., & Marrone, N. (2022). Narcissism and problematic social media use: A longitudinal study on digital self-image construction. *Computers in Human Behavior, 135*, 107354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107354>
- March, E., & Steiger, S. (2021). Selfie-esteem: The relationship between narcissism and self-esteem in the context of social media. *Personality and Individual Differences, 181*, 111038.
- Marwick, A. (2013). *Status Update: Celebrity, Publicity, and Branding in the Social Media Age*. Yale University Press.
- Marwick, A. (2015). Instafame: Luxury selfies in the attention economy. *Public Culture, 27(1)*, 137–160.
- Meier, A., & Schäfer, S. (2018). The positive side of social comparison on social network sites: How envy can drive inspiration on Instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 21(7)*, 411–417.
- Pariser, E. (2011). *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*. Penguin Press.
- Rosen, L. D. (2012). *iDisorder: Understanding our obsession with technology and overcoming its hold on us*. Palgrave Macmillan.
- Sorokowski, P., et al. (2015). Selfie posting behaviors are associated with narcissism among men. *Personality and Individual Differences, 85*, 123–127.
- Spravtseva, K. (2025). Digital narcissism: Psychoanalytic mechanisms of personality manifestation in social media and their impact on psychological well-being. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology," 11(1)*, 104–112.
- Tan, H., & Yavuzcan, M. (2024). *Cultural Social Media Narcissism (CSMN). İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 16(1)*, 47–71. [DergiPark](#)
- Tufekci, Z. (2018). *Twitter and Tear Gas: The Power and Fragility of Networked Protest*. Yale University Press.
- Turel, O., & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems, 21(5)*, 512–528.

<https://doi.org/10.1057/ejis.2012.1>

- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2009). *The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement*. Free Press.
- Wagnild, B. (2023). Narcissism in the Digital Age: New Challenges for Clinical Practice. *Journal of Contemporary Psychology*, 58(2), 198-213.
- Wang, J. L., Jackson, L. A., Zhang, D. J., & Su, Z. Q. (2012). The relationships among the Big Five personality factors, self-esteem, narcissism, and sensation-seeking to Chinese university students' uses of social networking sites (SNSs). *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2313–2319.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.001>
- Wąsowicz-Kiryło, G. (2024). Digital narcissism and the cultural logic of self-exposure. *Media Psychology Review*, 18(1), 1–16.
https://journals.mediapsychology.org/digital_narcissism_2024
- Yang, C. C., & Holden, S. M. (2024). Digital narcissism and mental health: The role of validation and feedback-seeking in online environments. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 27(1), 13–21.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0027>
- Zuboff, S. (2019). *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*. PublicAffairs.

-