



## السعادة الافتراضية الرقمية بين التضخم والتشظي

### Virtual Digital Happiness Between Inflation and Fragmentation

مراد واحك \*

جامعة خميس مليانة (الجزائر)

البريد الإلكتروني: m.ouahek@hotmail.com

تاريخ النشر  
2025/06/01

تاريخ القبول  
2025/04/01

تاريخ الإيداع  
2024/12/01

**الملخص:** يهدف هذا البحث الى التعرف على طبيعة السعادة الافتراضية التي ظهرت في عصر الرقمنة وازهار الفرق بين السعادة الحقيقية والسعادة الخيالية الوهمية ومن أجل ذلك استخدمنا المنهج التحليلي والمنهج المقارن وقد تم التوصل الى النتائج التالية: أنّ عجز الإنسان في تحقيق أهدافه في الواقع الفعلي يجعله يؤسس لذات افتراضية على مواقع التواصل الاجتماعي ليحصل من خلالها على سعادة افتراضية ولكن هذه السعادة الافتراضية تقوم على التضخم وتقوم في أساسها على تزييف الواقع، كما أنّ هذه السعادة لا تقوم إلا بتفاعلات الغير. وفي ضوء هذه النتائج تقترح الدراسة أن يتم التركيز في التعليم والملتقيات والبحوث على ضرورة وجود اخلاقيات لاستخدام الذكاء الاصطناعي وعالم الشبكة حيث تصبح هذه التقنية في خدمة الانسان وليس سببا في زيادة الوهم والاغتراب عن الواقع.

**الكلمات المفتاحية:** السعادة ؛ الافتراضية ؛ الذات ؛ الواقع ؛ الرقمنة

**Abstract:** This research aims to identify the nature of virtual happiness that has emerged in the digital age and to show the difference between real happiness and imaginary, illusory happiness. For this purpose, we used the analytical and comparative approach, and reached the following results: The inability of a person to achieve his goals in reality makes him create a virtual self on social networking sites to obtain virtual happiness, but this virtual happiness is based on inflation and depends primarily on falsifying reality, and this happiness only occurs through the interactions of others. In light of these results, the study suggests that education, forums and research focus on the necessity of having ethics for using artificial intelligence and the Internet, as this technology becomes in the service of man and not a reason for increasing illusion and alienation from reality.

**Keywords:** happiness; virtual; self; reality; digitalization.

\* المؤلف المرسل

## مقدمة:

لم يكن انسان ما قبل الانترنت يسعى إلى إعادة التوازن لصحته النفسية خارج حدود البيت، أو على أكثر تقدير خارج محيطي الاجتماعي الملموس. كانت علاقاته الاجتماعية وعلاقاته بالآخرين هي التي تؤسس لسعادته النفسية. إنسان ما قبل الانترنت بحث عن سعادته في البعد الديني، في الفلكور والطقوس الاجتماعية وفي الأعياد الدينية. كانت الروابط الاجتماعية الملموسة هي التي تمنح للإنسان سعادته. لكن بعد الانفجار المعلوماتي، وظهر ما يسمى بالعالم الافتراضي: فايس بوك، تويتر، يوتوب، تيك توك... تشظى الانسان إلى ذاتين: ذات حقيقية ملموسة وذات افتراضية. الذات الحقيقية هي التي نجدها كجسد حاضر في البيت والعمل وفي ثور العبادة، في مقابل ذات افتراضية رقمية لهذا الشخص، موجودة عبر حساباته، عبر منصات التواصل الاجتماعي .

هكذا ظهرت إلى الوجود ذات افتراضية رقمية لها وسائلها في التعبير والمشاركة والتفاعل ضمن مجتمع افتراضي رقمي. ولما كان عالم الافتراض هو عالم خيالي، فهو يتسم بالحرية في تغيير الأدوار، وتقمُّص الشخصيات، والتشكُّل النفسي، والظهور بهذا الشكل أو ذاك، وذلك من أجل الحصول على التفاعل من طرف الأشخاص الافتراضيين، لأنَّه بدون مشاركة افتراضية ما، تموت الذات الافتراضية، ولو كان ذلك برأي أو تدوينة أو فيديو. فمن خلال ذلك التفاعل الذي تحصل عليه الذات افتراضيا تجلب الانتباه والمشاهدات والتفاعلات، فيشعر الشخص بسعادة كبيرة ولكنها مع شرط: سعادة تُحصِّلها ذات افتراضية مُنمَّقة صنعها الشخص على مستوى وسائل التواصل الاجتماعي.

لكن بالعودة إلى الواقع نجد نفس الشخص لا يشعر بسعادة حقيقية عميقة، لأنه يعلم أنَّ تلك السعادة تعود الى ذاته الافتراضية وليست إلى شخصه الحقيقي. ففي العصر الرقمي أصبح البحث عن السعادة والرفاه النفسي يتوجه نحو العالم الافتراضي، وهذا ما يجعل من الضروري تشكيل ذات رقمية افتراضية لتحقيق هذا الهدف. **والسؤال المطروح: هل السعادة**

الافتراضية ممكنة أم مجرد وهم؟ ما الذي يميز السعادة الحقيقية عن السعادة المزيفة؟ كيف تنشط الذات في العصر الرقمي؟

فرضيتنا الأساسية: أنَّ السعادة الافتراضية أو الصحة النفسية التي يشعر بها الفرد في عالمه الرقمي مجرد وهم ونزوة وليست حقيقية لأنها معرضة للإنهيار بمجرد نزول عدد المشاهدات والتفاعلات، أي عندما لا تصبح فيه تلك الذات محلاً للتفاعل، أو عندما تتلقى تعليقات سلبية من طرف الآخرين. الفرضية الثانية: أنَّ البديل الافتراضي للرفاه النفسي هو نفسه يتميز بالتنشيط والانحلال وعدم الثبات وتبدل الأقنعة والأدوار ولن يكون بالتالي مصدراً للصحة النفسية دون وجود ثقافة واعية تتحكم في كيفية استخدامه.

هدفنا في هذا البحث هو الدعوة لإعادة توجيه الذات لعيش الواقع واستعادة العلاقات الاجتماعية الفعلية التي أصبحت في العالم الافتراضي مجرد علاقات سطحية فارغة من البعد الإنساني الحقيقي ولأجل تحليل موضوعنا استخدمنا المنهج التحليلي والمنهج المقارن.

### 1. مصدر السعادة النفسية قبل ظهور الانترنت:

من أجل تحليل أعمق لموضوعنا لابد من اطلالة سريعة على بعض تصورات مفهوم السعادة عند انسان ما قبل ظهور الانترنت دون الوقوف على تاريخ المفهوم وتشعباته الدينية والفلسفية.

قد ارتبط تحقيق السعادة في الفلسفة اليونانية بالعقل والأخلاق والفضيلة، تصور سقراط مثلاً أنَّ تحقيق المعرفة والحكمة ضروري للوصول إلى السعادة، وربط أفلاطون السعادة بمدى قدرة المرء على التمسك بالمبادئ الحياتية والتطابق مع المثل العليا، أما أرسطو فيرى أنَّ تحقيق السعادة يكون من خلال التفكير العقلاني الذي هو خاصية إنسانية تسمح للفرد أن يصل إلى مصلحته المتوافقة مع العقل، وقد اعتبر الكندي " أنَّ السعادة في طهارة النفس، والنفس جوهر بسيط شريف؛ لأنها نفحة من الباري جل شأنه، ونور من نوره، هي منه كالضياء من الشمس، مستقلة عن الجسم. وهي أشرف وأعلى ما في الإنسان" (زيد، دون

تاريخ). في الفلسفة الحديثة "اعتبر لوك أن أعلى درجات الكمال تكمن في سعي الإنسان المتواصل لتحقيق السعادة بعيداً عن الرغبات، التي تحقق سعادة مؤقتة، وبؤساً طويل المدى" (الطلافيح، 2022)

أما تعريف السعادة في الدين الإسلامي، فهي "شعور داخلي يحسه الإنسان بين جوانبه يتمثل في سكينة النفس، وطمأنينة القلب، وانسراح الصدر، وراحة الضمير والبال نتيجة لاستقامة السلوك الظاهر والباطن المدفوع بقوة الإيمان" (اللويحق، 2015) ودليل ذلك من القرآن في كثير من الآيات منها: ﴿مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ نَّكَرٍ أَوْ أَثْنَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَهُ حَيَاةً طَيِّبَةً﴾ [النحل: 97]. ﴿فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَصِلْ وَلَا يَشْقَىٰ \* وَمَنْ أَعْوَصَ عَن نَّكَرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا﴾ [طه: 123، 124].

وهكذا نجد أن السعادة تتحدد شروطها النظرية في الأديان والفلسفات ب :

- ارتباط موضوعها بما هو خالد: مثل الايمان بالله والتخلُّق بالأخلاق التي يدعو إليها الدين، فالله هو الموجود الخالد والمعرفة به واتباع أوامره هو الذي يحقق للإنسان الفاني الطمأنينة. إن قيمة الموضوع الذي يتجه إليه الباحث عن السعادة تحدد سعادته أو تعاسته، فمن جعل سعادته في شيء متغير وفاني كانت سعادته أو تعاسته فانية، ومن جعل همّه الحصول على سعادة من موجود خالد وأزلي كانت سعادته أدوم وأبقى. (الجوزية، 1432) وترى الفلسفات الشرقية والصوفية أن طلب الحكمة والمعرفة الحقة شرط لاجتناب الألم لأنها سبب لمعرفة مسار النجاة والخلاص من مصائب الدنيا والشور (مرزوقي، 2001)

- الدوام والاستمرارية: السعادة لا تكون سعادة حقيقية إلا إذا كانت تتميز بالدوام والاستمرارية، فتحقيق الرغبات الشهوانية ليست سعادة حقيقية لأنها لا تدوم، فالشعور المستمر والدائم بالطمأنينة والبهجة في داخل النفس ميزة السعادة الحقيقية، فالملذات الجسدية مؤقتة تزول بمجرد اشباعها بينما السعادة العقلية والنفسية التي تحققها النفس الخيرة الملتزمة بالفضائل والحكمة هي دائمة ومستمرة.

- ارتباطها بالقلب والعقل: السعادة الحقيقية هي التي تكون بداخل القلب حيث يشعر صاحبها بالأمان والطمأنينة واليقين وليست مرتبطة بإشباع رغبات الجسد .
- ارتباطها بالفضيلة والأخلاق والتأمل: أغلب الأديان تشير أن السعادة موجودة في داخل الذات وذلك من خلال تحقيق الفضائل العليا التي تليق بالكائن الإنساني مثل التأمل وطلب المعرفة وممارسة الفضيلة والابتعاد عما هو مادي شهواني.

## 2.تحصيل السعادة في مجتمع ما قبل الشبكة العنكبوتية:

كان الفرد قبل ظهور التقنية وامتداداتها على مستوى وسائل التواصل الاجتماعي، يمضي أغلب أوقاته في الواقع الفعلي الذي يعيشه، في حقل قريته، أو في مصنع مدينته. وعند انتهائه من عمله قد يتواجد في البيت أو خارجه في الشارع، أو في الحديقة. وسواء كان هذا الفرد رجلاً أو امرأة، عاملاً أو عاطلاً، فهذا الفرد يعيش حياته في المحيط الذي يتواجد فيه بطريقة مباشرة، ملموسة، العلاقات الإنسانية فيه مباشرة. كان الزمان الذي يحياه الفرد يُحسب بالدقائق أو بالساعات أو بالأيام. الشعور بالزمان كان يبدو للنفس طويلاً أو يأخذ امتداداً أكثر من مدته وذلك لأن الزمن النفسي " يدرك من خلال الاستمرار الزمني للحادثات كما تُحس داخلياً، إلا أن الاستمرار الزمني كما يُقاس بالحادثات الخارجية يبدو أطول أو أقصر وفق الحالة العقلية للشخص" (شرقي، 2014) وطبيعي جداً أن الإنسان الذي سوف يتسلق الجبل في يوم بارد قارس من أجل أن يجمع حزمة من الحطب من أجل احتياجاته المنزلية كالطهي والتدفئة، سوف يشعر في نفسه باستطالة الزمن وامتداده في مقابل شخص يقضي نفس المدة في منزله أمام التلفاز. طبيعة الحياة وخلوها من الوسائل التقنية والتكنولوجية فرضت على الأشخاص الرجال منهم والنساء والأطفال أن يملؤوا زمانهم الطويل بنسج علاقات اجتماعية مختلفة.

العلاقات الاجتماعية المتعددة والمختلفة هي التي كانت تستوعب الزمان الرتيب، وهي التي كانت تُخَفِّف من شدة وطأته على نفسية الفرد من خلال شعوره الذي يُخِيل إليه

باستطالته وامتداده، لهذا مثلت العلاقات الإنسانية سواء تلك العلاقات في داخل الاسرة أو في داخل المجتمع أساس تحصيل السعادة والشعور بالأمان. لم يكن من السهل على الفرد أن يعيش خارج هذه العلاقات دون أن يشعر بالدونية أو بالنقص أو بالكآبة ذلك أن المجتمع والاسرة هما اللذان يمنحان للفرد القيم والمشاعر التي تمكنه من العيش بسلام مع نفسه والآخرين.

مثلت الاحتفالات الدينية والشعائر المقدسة كالأعياد الدينية والاستعداد لشهر رمضان والاحتفال بالمولد النبوي وانتظار عودة الحجاج من البقاع المقدسة مصدرا لسعادة للناس من خلال الاحتفاء الجماعي بها. كان الاحتفاء الجماعي بها والتشوق لممارستها مصدرا للسعادة، إذ كان الفرد ينغمس فيها، شاعرا بأهميتها الدينية والاجتماعية. كانت السعادة تحمل بعدا جماعيا تغمر الافراد الذين يتجهزون لها من خلال أوجه التكافل والتعاون الاجتماعيين ونلاحظ أنه "من بين العادات التي تلاشت في غالبية المناطق الجزائرية، اشتراك الجيران في شراء ذبيحة واحدة وتقسيم لحمها في ما بينهم عشية شهر رمضان. وكانت العائلات، وخصوصاً في الأرياف، تتشارك ثمن الذبيحة وتقسّم لحمها، بما يسمح لكل عائلة بتوفير حاجتها من اللحم لكامل شهر رمضان... وإن كانت هذه عادة تكافلية وتضامنية من أجل الفقراء. ويعتقد أن تطور النسيج الاجتماعي وتغير ديمغرافية الأحياء السكنية نسبياً خصوصاً مع الأجيال الجديدة، لم يعد يتيح القيام بهذه العادة" (زماموش، 2024)

كانت طبيعة العلاقات الاجتماعية هي التي تحدد الهدوء والتوازن النفسي، حيث يأخذ الفرد من المجتمع قيمه الأخلاقية والسلوكية وأيضا شبكة الاحاسيس والمشاعر التي يتلقاها من القصص والاشعار مثل "الألغاز التي كتبت بالعامية، وهي موجهة للعامّة والخاصة معا، ونظرا لتمييز الألغاز بالذبوع والانتشار، والسلطة التي تكسبها في اللغة اليومية، فإنها صارت تملك صورة الحكمة التي تفرض خضوع المتلقي والقيادة لمقاصدها. فهي نتيجة لتجارب إنسانية فردية أو جماعية تسعى إلى هدف واحد وهو تنمية الذكاء" (العرباوي، 2012)

حتى في داخل الاسرة الكبيرة، يعتبر الجد والجدة في المخيلة الاجتماعية مصدر للحكايات الأسطورية التي كانت تمنح للأطفال مشاعر الابتهاج والنشوة وانتظار النهايات المشوقة لتلك الحكايات قبل أن يحل محلها في الحاضر المسلسلات الاجنبية حيث "يكمن سر سحر هذه القصص في كونها تروى خلال ليالي الشتاء القارسة والطويلة التي يملؤها عواء كلاب ابن آوى الجائعة وزفير الرياح في الوقت الذي يجتمع فيه أفراد العائلة حول دفاء "الكانون" التقليدي الذي تتطاير منه شرارات الحطب المحترقة وتتوسطهم الراوية التي يظل الأطفال يلحون عليها حتى تقبل بسرد إحدى قصصها العديدة" (الموعد، 2023).

في الحقيقة كانت هذه الحكايات بالرغم من بعدها الخيالي والخرافي تساهم في بناء شخصية الأطفال وتجيب عن كثير من الأسئلة التي يطرحها الأطفال " بشكل فطري عن طبيعة ذواتنا، وعن العالم الذي ولدنا فيه ونعيش في ظله. كانت رؤيتنا تبنى في هذه اللحظة، عن طريق المعلمة الأولى هي الجدة التي كانت متفرغة طيلة يومها لتوزع علينا حنانها، في ظل انشغال الأم والأب بمهام أخرى تتعلق بعيشنا." (ناصر، 2020)

والخلاصة، كان الترابط الاجتماعي والعلاقات الفعلية الملموسة هي التي تؤسس لعلاقات اجتماعية حقيقية مبنية على التأزر والتعاون حيث يشترك الافراد فعليا في الحزن والفرح من خلال المشاركة الوجدانية والفعلية في الافراح والاحزان التي تصيب أعضاء المجتمع. بالموازاة مع ذلك يعتبر السعيد حقا هو من يحقق طموحاته على صعيد الواقع كالحصول على شهادة جامعية أو على منصب مرموق أو تكوين ثروة بجهد خاص أو افتكاك مكانة اجتماعية بالعمل والاجتهاد، هكذا يرتبط معنى السعادة بشعور بالرضى على الذات من خلال منجزاتها الفعلية، فكلما حقق الفرد طموحاته على الصعيد الفردي الواقعي كلما شعر في نفسه بالرضى وبالتالي بالسعادة، وكأن السعادة تأتي نتيجة لأهمية الذات في المجتمع وما تقدمه من إنجازات حقيقية.

يمكن تلخيص مصادر السعادة قبل ظهور الانترنت في المجتمع بالملاح التالية:

-ارتباط السعادة بالجماعة: من خلال شعور الفرد بأنه ضمن جماعة تهتم به، وتشاركه أفراحه وأحزانه على نحو فعلي تقدم له يد العون، كما ساهمت الطقوس الدينية والاحتفالات الجمعية بتحقيق الشعور بالابتهاج لدى الافراد.

-ارتباط السعادة ببساطة الوسائل: فإذا تأملنا " حالة الإنسانية قبل ظهور المحمول لقد كانت عندنا ساعة يدوية لمعرفة الوقت، وكان لدينا قلم لكي نكتب، عوض أن نرسل الرسائل القصيرة، كنا نتحدث مع بعضنا بعضا عوض أن نتبادل رسائل نصية، كنا نحفظ عن ظهر قلب أرقام أصدقائنا، ولكي نطمئن عليهم كنت نزرهم في منازلهم بلحمهم وعظمهم عوض أن نتصفح حسابهم في الفاييس بوك" (غودار، 2019، صفحة 35)

العلاقات الإنسانية التي تجسدت واقعا قبل ظهور الانترنت كانت تحمل معنى عميق للمرء، فالزيارات المتبادلة بين الأسر والعوائل أسست لروابط اجتماعية متينة قبل أن تدخل عليها وسائل التواصل الحديثة التي قطعت الكثير هذه الروابط الفعلية واستبدلتها بتواصل افتراضي ورؤيا عبر الكاميرا، وأصبح الجسد غائبا واستبدل بالصورة أو الفيديو وبالرموز التعبيرية.

- ارتباط السعادة بتحقيق الذات على مستوى الواقع: فكلما حقق الفرد طموحاته على مستوى الواقع الفعلي كلما شعر بالرضى على الذات، وبالتالي الشعور بالسعادة.

### 3. الذات الافتراضية وطبيعتها :

#### 1.3 حياة ما بعد الحداثة:

يعيش العالم اليوم ما يسمى: الحياة في زمن العولمة، ويسمى البعض الآخر بالحياة السائلة. في الحياة السائلة ليس هناك ثابت وحيد غير تغير الأشياء والسلع والأفكار، بعبارة أخرى: إذا أراد الانسان أن يواكب الحياة عليه أن يسارع ليلحق باكتشاف وتذوق وتجريب كل ما يُنتج في كل يوم يتعلّق الامر بتحويل الانسان إلى كائن مستهلك لكل ما يُطرح في الأسواق. وقد لعبت الشركات الاقتصادية الكبرى في دراسة الرغبة الإنسانية في كل أبعادها من أجل إثارتها، وإنتاجها وبالتالي ممارسة لعبة انتاج وتسويق ما تريده الرغبة. هكذا تم

انتاج انسان متلهف للتسوق، إنسان همه الوحيد: الاطلاع على الإعلانات، وعلى آخر ما تم انتاجه في هذه الشركة التجارية أو تلك، واستهلاك وتجريب ذاك المنتج أو ذاك، ومتابعة آخر أخبار الموضة للمشاهير والفنانين، ثم إن الامر لا يتوقف على استهلاك السلع المادية والخدمات بل أيضا: باستهلاك الأفكار الجذابة كالإرشادات والنصائح التي يقدمها المشاهير لعامة الناس وفق عناوين جذابة: عناوين مثل: لا تقلق وابدأ اليوم، حافظ على صحتك ورشافتك، اجذب جميع اهدافك، فن الاغواء وقواعد السطوة، وأخرى من العناوين التي تتطابق أو تقترب من هذه العبارات (باومان، 2016، صفحة 118). وكأن الامر يتعلق بإنتاج فكر نسبي مؤقت يحل محل الايمان، وقواعد ارشادية مكان القواعد الايمانية.

إن منطق السوق الاقتصادي يريد انسان مُفرغ من القيم الصلبة، ومن القيم الايمانية حتى يتم التحكم فيه، ويتم بذلك إثارة رغبته لتدوير السلع والمنتجات وهكذا فإننا نعرف منعرجا في تاريخ الإنسانية " فإذا كان التاريخ قد آمن بالقيم في يوم من الأيام ايمانا مطلقا فأغلب الظن أن هذا ليس هو الحال في أيامنا هذه" (باومان، 2016، صفحة 112)، لهذا فإن فكر الحداثة المائعة لا يهتم بالأفكار الصلبة، ولا باليقينيات المستمدة من الإيمان بقدر ما يهتم بالأفكار التي يتم التهامها بسرعة ثم تُطرح بنفس السرعة، وهو نفس منطق تدوير السلع الصلبة. لقد كانت الرأسمالية في بداياتها تهتم بإدامة صلاحية المنتج والسلعة لتكتسب سمعة، أما اليوم فتم التخلي عن هذه السياسة، نحو انتاج سريع واستهلاك سريع، ولا يهتم بطول عمر المنتج، وذلك من أجل تدوير السلع والخدمات، كذلك الامر بالنسبة للأفكار: فهناك أفكار يجب أن تطرح للسوق الاستهلاكية توازر الروح الاستهلاكية للسلع المادية، وهذه الأفكار لا تملك طول البقاء بقدر ما هي مُعدة مسبقا للاستهلاك الفوري. لهذا يعيش الانسان المعاصر قلقا، فهو من جهة لا يضمن مستقبله المعيشي ومن جهة ثانية لم يحقق سعادته جراء إشباعه المتواصل للرغبات. هكذا هي الحياة في زمن العولمة ف" في سالف الازمان ، كان الزمان يتحرك بسرعة ابطأ بكثير من السرعة المطلوبة، فكان يقاوم زيادة

السرعة، وكان الناس يحاولون سد الفجوة الرهيبة بين فقر تمثله حياة فانية قصيرة وثراء لانهائي يمثل الكون الابدي من خلال الآمال الموعودة بيوم القيامة أو البعث، أما في عالمنا الذي لا يعرف حدودا للتسارع ، فقد صارت تلك الآمال منبوذة ، فإذا استطاع المرء أن يتحرك بسرعة كافية وأن يجري دون توقف ينظر خلاله الى الخلف ويحسب المكاسب والخسائر ، فبوسعة أن يفوز في زمن الحياة الفانية بحيوات عديدة وجديدة، ربما بعدد الحيات التي يمكن ان تهبها الأبدية " (باومان، 2016، صفحة 29)

العلاقات الاجتماعية في الحياة السائلة تحولت إلى علاقات افتراضية على مستوى الشبكة وتراجعت العلاقات الاجتماعية الفعلية، ففي عالم الشبكة بإمكان الذات أن تظهر ما تريد اظهاره ووفق ما يشتهيها الآخرون، ليس هناك جهد للحوار وللتفاعل كما هو للعلاقات الفعلية حيث "يأخذ تكوين وقطع العلاقات الشبكية ضغطة زر، لتسود أنماط علاقات خفيفة العبء والكلفة، وحوارات تأخذ شكل تفاعل مكتوب، بخلاف العلاقات الحقيقية التي تتطلب قدراً من المواجهة والتفاعل، مما يخلق وهم التواصل الإنساني، إذ ليس إلا أصداء صوت وصورة خيال". (باومان، 2019)

### 2.3 في مفهوم الذات الافتراضية:

لقد قلنا أن الرأسمالية الجديدة عملت على إنتاج ذات مستهلكة للسلع والخدمات، ذات لا تهتم إلا بنفسها، مدار تفكيرها يقو في كيفية استهلاك ما يُنتج في الأسواق، بسبب أن السياسات والاستراتيجيات ابتعدت عن كل فكرة أو رأي أو عقيدة تهتم بإصلاح الأفراد في أخلاقهم وسلوكياتهم لتعلمهم ثقافة الاستهلاك العقلاني للسلع، بل عملت على نشر ثقافة الاستهلاك وتدوير السلع، ولأجل الاستهلاك الفعل وتحقيق الربح عملت الرأسمالية الجديدة وفلسفتها على إنتاج ذات أو هوية تقوم على مفاهيم التغير والتبدل وعدم الثبات وسوف يكون الفضاء المناسب لصناعة هذه الذات على نحو مثالي هو الفضاء السيبراني والشبكي، فقد

ظهرت لدينا مع ظهور مواقع التواصل الاجتماعي ذاتا جديدة لم تكن موجودة من قبل، ذات رقمية أو سيبرانية. فما هي هذه الذات الافتراضية؟

"يمكن تعريف الهوية الرقمية بوصفها مجموعة أثار... كتابات، مضامين سمعية أو فيديو، رسائل على المنتديات، معرفات روابط الخ... ما نتركه خلفنا بوعي أو بغير وعي، على مدار إبحارنا على النت " (نابتي، 2017)

"وحسب موسوعة الويب webopedia تعرف الهوية الافتراضية Virtual identity بأنها الشخصية التي يتم إنشاؤها من طرف المستخدم الانسان الذي يعمل كصلة وصل بين الشخص الطبيعي والشخص الظاهري للمستخدمين، وحسب هذا التعريف فإن الهوية الافتراضية هي السمات والمواصفات التي يقدمها الفرد الطبيعي للآخرين عبر الانترنت، فتكون عملية الاتصال تتم بين ثلاثة أطراف وليس طرفين وهي: الشخص العادي والهوية الافتراضية والأشخاص الآخرين" (مسعودة، 2011)

وهذا يعني أن الذات الافتراضية تقوم على التفاعل الرقمي من " دون الحاجة إلى حضور عناصر الجسد والزمان والمكان، فهي مجموع الصفات والدلالات والرموز التي يوظفها الإنسان للتعريف بنفسه في الفضاء الافتراضي. وقد لا يتوافق مضمونها مع هويته الحقيقية في الواقع الاجتماعي" (راشدي، 2024)

وبعبارة أخرى بسيطة: الشخصية الافتراضية هي التي تتجسد في مواقع التواصل الاجتماعي وتظهر من خلال بياناتها ومنشوراتها ولها أدوات في التحكم في هويتها من خلال ميزات موجودة في التطبيقات والبرمجيات: كالقدرة على الإضافة والحذف، التعديل والتغيير، النشر والكتابة، التسجيل والتصوير. تُشكّل الصفحة الرئيسية للموقع الافتراضي: فايس بوك، تويتر، يوتيوب، تيك توك... الواجهة للشخصية الافتراضية، أما صفحة تعديل بيانات المستخدم فهي الشخصية المخفية لأنها بيد صاحبها يتحكم في منشوراته كما يشاء ولا تظهر للآخرين.

وإذا كانت هذه الذات بهذه المواصفات: رقمية، وبغير جسد، ولا تتواجد في المكان فأين توجد؟ الجواب: تتواجد في العالم الافتراضي على نحو اتصالي، وتتجسد في شكل منشورات أو فيديوهات. وإذا أردنا تعريف العالم الافتراضي فهو "بيئة كمبيوترية عالية التفاعل، تحاكي عالما حقيقيا، يكون المستخدم فيها أكثر تفاعلية مع المحتوى، كما يشارك المستخدم في النشاطات المعروضة مشاركة فعالة من خلال التجول والتفاعل، وتقدم بيانات الواقع الافتراضي امتداد للخبرات الحياتية الواقعية. (المنعم، 2017)

من ميزات الذات الافتراضية القدرة على التشكل والتمظهر بحسب رغبة الفرد، إما بالتطابق والتماهي مع شخصية مشهورة باستعارة صورته، أقواله، أو الظهور بمظهر مثالي كاستعارة صور، حكم، أقوال... لا تعبر حقيقة عن الشخص المستخدم وهذا ما يجعل الشخصية الافتراضية قد تبتعد كثيرا عن الشخصية الواقعية ف"حجم النفاق في مواقع التواصل الاجتماعي لا حدود له فشخصية الإنسان عندما يكتب أو يعلق على أحد الموضوعات تختلف تماما عن شخصيته وهو يتعامل وجها لوجه لأنه على هذه المواقع يتمهل في انتقاء حالاته وعباراته وهذا له أثر كبير في ظهوره بشخصية مغايرة تماما لشخصيته الواقعية" (سياله، 2017)

فالتغير والتحول هو سمة أساسية من سمات الذات الافتراضية على مستوى مواقع التواصل الاجتماعي، فخصائص الموقع بما يمنحه من إمكانية تعديل الحساب والصفحة والمنشور، يجعل من شخصية افتراضية ما، نادرا ما تبقى على مبادئ ثابتة خلال فترة وجودها في العالم الافتراضي بل يمكن أن تتغير بالكلية إذ الكثير من المستخدمين يتجهون إلى حذف منشورات تعرضت إلى انتقادات، ومن المستخدمين من يتجه إلى حذف الصفحة نهائيا وهذا يعني أن المجتمع الافتراضي هو الذي يحدد قيم النجاح والتصدر، لأن لديه تقييماته الخاصة التي تتحكم في الصفحات أو في الذات الافتراضية من خلال خاصية التفاعل التي في المواقع: كالتعليقات والاعجابات، حيث تتحرك الشخصية الافتراضية

صعودا وهبوطا وفق منظور تقييم المجتمع الافتراضي، ولهذا فقد " يكون الانترنت مسرحا كبيرا للوهم: هناك صداقات حقيقية ولكن الكثير منها مزيف، تتعدد المعلومات ولكنها ليست مؤكدة، فهذه الشبكة لا تسهم في الاعلاء من شأن الروابط الإنسانية، إنها تمثل في مجملها يوطوبيا الفضاء السيبراني" (غودار، 2019، صفحة 44)

#### 4. طبيعة السعادة الافتراضية

طبيعة العالم الافتراضي تسمح للفرد لينتحم في هويته الافتراضية بالتغيير والاضافة والتعديل، إنه المكان أو الفضاء الذي باستطاعة المرء أن يتحكم فيه بنفسه من خلال البرمجيات الرقمية ومن خلال أدوات المستخدم. هكذا فبإمكان الفرد أن يصنع في الوقت ذاته: ذاتا افتراضية رقمية، وواقع افتراضي، وإذا كان الأمر بهذه الكيفية سوف يشعر المرء بانفصام في الشخصية بين: شخصية واقعية لها حقيقتها، وشخصية افتراضية لها حقيقتها أيضا، وقد يظهر لنا من خلال هذا التنشيطي انفصام في الشعور يصيب الفرد، إذ هو بين شخصية مُقدرة تقديرا كبيرا على مستوى الافتراض وشخصية ليس لها ثقة بنفسها على مستوى الواقع. ولما كان المرء يحتاج في الواقع الفعلي الذي يعيش فيه إلى العمل والمثابرة والجهد من أجل التغلب على صعوباته، والقيام بجهود جبارة من أجل صناعة ذاته وصقلها وتربيتها لمواجهة تحدياته، لكن بالعكس نستطيع في العالم الافتراضي من خلال أدوات التكنولوجيا أن نخلق ذاتنا الافتراضية كما نريدها بالاقتران فقط على النقر واللمس وهكذا يمكن الوصول إلى الذات من خلال "اللمس وليس من خلال الفكر" (غودار، 2019، صفحة 108)

نحن بين عالمين اثنين: عالم واقعي وعالم افتراضي، العالم الواقعي له قواعده الخاصة حيث يتطلب من الشخص أن يتكيف معه ويجهز عُنته النفسية والتكوينية والخبرة الحياتية مع استعداداته للتضحية من أجل أحلامه وطموحاته وما يلاقي في سبيلها من ألأم وعوائق وقد يحقق بعضا من أحلامه وقد يفشل في تحقيق أخرى، بينما نجد في العالم الافتراضي كل

شيء ممكن عن طريق النقر واللمس على الشاشة: كالإمكان السهل لاختيار الأصدقاء وشريك الحياة، الكتابة والتحدث بشكل جريء، إمكانية فتح جميع المواضيع ومناقشتها، الظهور بأي شخصية يريدها المستخدم. وقد نجد الشخص الذي لديه شخصيتين يعاني من التناقض الشعوري في داخله، بين أنه الذي يعيشها في الواقع والشخصية الافتراضية التي يُظهرها للآخرين. تناقض يظهر من خلال ادراكه لنفسه الحقيقية التي يطلع عليها من خلال حدسه المباشر والتي لها منجزات متواضعة على الصعيد الفعلي، وبين أنه الافتراضية التي تحقق نجاحا على الصعيد الرقمي.

إنَّ شعور الفرد أنه يحقق ذاته على مستوى مواقع التواصل الاجتماعي سواء في جانب كمية التعليقات والاعجابات الإيجابية التي تثيرها أقواله ومحتوياته أو على مستوى الريح المادي لبعض المؤثرين، فإنَّ هذا الأمر يجعله منشدا الى عوالم المواقع ويفقد ثقته في عالم الواقع، وهو بهذا سوف يجد في عالمه الافتراضي مصدر سعادته الحقيقية.

ومعنى هذا أن هناك سعادة وهمية يثيرها تضخم الذات في العالم الافتراضي، ذات تضخمها كمية التعليقات الهائلة لمحتوى معين أو لصورة شخصية، حيث تتجذب الذات الى كمية التعليقات الإيجابية التي تطري المحتوى والشخص حيث تنمو في صاحب المحتوى نرجسية وعبادة للذات. الأمر يتعلق بسعادة كيميائية اشتراطية تحدث لمستخدم مواقع التواصل الاجتماعي، إنه وهم السعادة ف" إذا حصلت صور الانستغرام أو رسائل الفاييس بوك على لايكات أو عبارات الاعجاب فهذا يلبي حاجة المرء للاعتداد بالنفس، لكن هذه مجرد بداية للمكافآت والمتع التي تأتي عن طريق شبكات التواصل الاجتماعي كما تقول عالمة النفس ايفا ريتفو (Eva Ritvo) في مقالها الفاييس بوك ودماعك، فإنَّ شبكات التواصل الاجتماعي تحفز اطلاق دفعات من الدوبامين وتقدم وصفة علاج فعالة للعزلة ، الأشياء الجديدة والمفاجآت التي تصادفها تؤثر أيضا في تدفق المواد الكيميائية التي تجعلك سعيدا" (ايكن، 2017، صفحة 57)

تصبح السعادة إذن مشروطة بتعليقات الآخرين وبالأعجابات التي يبديونها، وهي أيضا سعادة مشروطة بردة فعل الآخرين بما ينشره الشخص الافتراضي، حيث ترتبط السعادة بالدوبامين (Dopamine) المفرز من الدماغ من خلال تأثير تفاعلات الهويات الافتراضية الأخرى، وتتقص كمية الدوبامين كلما قلت تفاعلاتهم، وهذا ما يؤكد على حقيقة أن هذه السعادة وهمية في أساسها، لأنها لا تمتلك شرط البقاء والدوام والاستمرارية. لأنها متوقفة على الآخرين، ولا شك أن هذه السعادة الوهمية تفيد الشركات الكبرى ف"فكرة فيسبوك تتمحور حول إبقاء المستخدم على المنصة لأكثر وقت ممكن وتشجيعه لتقديم معلومات ومشاركة أكبر، عن طريق خدمات تحفز هرمون الدوبامين، مثل ميزة الإعجاب والمشاركة والتعليق على الصور التي تعطي الشعور بالارتياح مما يحث على الاستمرار بالمشاركة والبقاء أطول فترة ممكنة على المنصة وهو هدف الشركة الأساسي" (مواقع التواصل الاجتماعي وهندسة الإدمان، 2018).

ومن جهة أخرى ترتبط السعادة الافتراضية بشعور الفرد بقدرته اللانهائية في التحكم والقدرة الكبيرة على حرية التعليق والكتابة، والتجول الافتراضي والنشر اللامحدود وإمكانية الوصول لأي شيء. تلك الميزات التي تتيحها الشبكة العنكبوتية ومواقع التواصل الاجتماعي تأتي في مقابل الواقع الذي له أكرهاته وقواعده والزاماته، وإذا أخذنا أمر في غاية الأهمية وهو إمكانية استخدام الاسم المستعار فإن تأثير الإحساس بعدم وجود رقابة حين يكون المرء على الهواء، أو تصورنا أن ما نقوم به يبقى سرا لا يعرفه أحد. هذه الحالة تشكل المعادل في العصر الحديث للبطل الخارق الذي يلبس طاقية الاخفاء" (ايكن، 2017، صفحة 10) هذا الشعور بالقوة الذي يأتي من إمكانية "الخلق" الافتراضي بإيجاد أشياء من عدم، باستخدام الذكاء الاصطناعي لتصميم شخصيات متخيلة وبيئات ومدن افتراضية والعيش مع شخصيات تاريخية أو المشاركة في الألعاب من خلال تقنيات الميتافيرس (Metaverse) التي تتيحها العالم الشبكي للشخص، يقابلها انزواء واقعي لنفس الشخص في عالم الواقع، إما

بسبب نقص امكانياته التواصلية مع الغير الحقيقيين أو بسبب فقدانه للثقة في نفسه. فقد " أعطى الميتافيرس للكثيرين قدراً عظيماً من الثقة، حيث يتخفى وراء الهوية الافتراضية الجديدة التي صممها بنفسه لتعبر عن كامل مكونات الشخصية بأبعادها المظلمة في بعض الأحيان، بينما يتراجع مستوى ثقة الفرد في شخصيته وهويته الواقعية لدرجة أنها أصبحت الهوية الثانوية في كثير من الحالات" (المتقدمة، 2022).

هكذا يتم التأسيس للسعادة الافتراضية على مستوى مواقع التواصل الاجتماعي من أجل ربط المستخدمين بحساباتهم طوال الوقت وذلك لغايات تجارية تنافسية بين الشركات الكبرى حيث يتم تصميم المواقع على فكرة أنها مصدر للبهجة والمتعة وكونها مليئة بالمفاجآت، فهناك شيء جديد ينتظرنا هناك مثل: هدية، رسالة، عرض ما، ... كل هذا يثير لدى المستخدم تشوقاً من أجل العيش في هذا العالم الافتراضي في المقابل العالم الواقعي الذي يمتاز بالرتابة والملل ومن دون مفاجآت تذكر، "فالمعلومات الصغيرة عن طريق تغريدات سريعة، تقدير الآخرين السريع من حيث الإعجاب بما كتبت، التعليق على ما كتبت، الحصول على جائزة من خلال مشاركة الآخرين لما تكتبه. بعبارة أخرى، كلما احتاج الدماغ للوبامين سيجد نفسه لا إرادياً يتجه إلى فيسبوك، لكتابة منشور، والحصول على التقدير من الآخرين، ومن ثم زيادة إفراز الوبامين، والشعور بالسعادة والثقة. إن جرعة الوبامين التي يتم إفرازها في الدماغ أثناء استخدامنا لشبكات التواصل الاجتماعي تجعل الإقلاع عنها أصعب من الإقلاع عن التدخين، أو حتى عن المشروبات الكحولية." (عمروش، 2016)

وفي اتجاه آخر، تتجه أغلب المواقع الافتراضية إلى جعل الأموال مكسب للمؤثرين (جعفري، 2022) حيث نجد أن هناك ارتفاع متبادل بين المؤثر الذي يقوم بالتسويق والاعلان الاشهاري للمنتجات والشركة التي تقدم له مقابل مادي، ولكي يحصل المؤثر على عروض الشركات والمواقع لابد عليه من تحديث المحتوى والمضامين التي ينتجها حتى يكون مواكبا

لتطلعات المتابعين ولأجل هذا، فهو يسابق الزمن من أجل هذا التحديث ومن أجل تغيير ذاته نحو الأفضل ليس انطلاقاً من قناعاته الذاتية، بل من منطلق قناعات الآخرين، من هنا تكون ذاته رهينة لحكم الآخرين وتطلعاتهم إليه، لذلك نجد أن أكثرهم يعيش "رهافة شعورية حادة" جراء عدم قدرته على التوفيق بين جميع الآراء، ومن هذه الزاوية يجب النظر الى فعل السيلفي " أن الشخص الذي يلتقط الكثير من السيلفيات يفتقر الى الثقة في النفس ويحاول طمأنة نفسه من خلال الإحالة على نفسه في صورة جميلة .....وبالإضافة إلى ذلك فإنه وهو يعرضها على الآخر في الشبكات الاجتماعية من خلال الكثير من اللايكات LIKE التي يتلقاها، يشعر بالاطمئنان على الرأي الحسن الذي يبوره عن نفسه" (غودار، 2019، صفحة 80، 81)

هكذا تعمل الشركات التكنولوجية الكبرى في العالم على إنتاج مؤثرين أو هويات افتراضية أساسها الجوهر هو التبدل والتغير، فليس هناك هوية ثابتة ومستمرة في العالم الرقمي بل يجب أن تتجه الذات إلى التغير، والتغير يحتاج فيه دائماً إلى الاستهلاك الدوري للمنتجات والسلع، فليس هناك منتج أو ماركة خالدة تماماً كما أنه ليس هناك هوية ثابتة ومستمرة، ولما كانت الذات يجب أن تكون متغيرة ومتبدلة من حال إلى حال، ومن وقت لآخر فلا داعي للاحتفاظ بالمنتج أكثر من لحظة استعماله.

ففي عالم الاستهلاك ليس هناك يقين تام في عالم المنتجات والسلع، لأنها متبدلة ومتغيرة على العكس من ذلك قُتِمت العقيدة الدينية للإنسان مجموعة من اليقينيّات التي هي شرط أساسي للسعادة، كاليقين بمجيء حياة أخرى بعد الموت، التيقن أن ألام الدنيا ومصائبها سوف تزول عاجلاً أو آجلاً بمعونة الله، التيقن أن السعادة والطمأنينة تتأسس على ما هو روحي ونفسي، التيقن أن الالتزام بالإيمان والعمل به ونيل محبة الله هو السعادة الكبرى والتيقن أن السعادة تأتي من خلال انسجام معادلة الدنيا والدين والنفس والجسد، هذه اليقينيّات الموجودة في النصوص الدينية وهبت للإنسان طمأنينة على أن ما يصيبه أو ما يعترضه من

عوائق لا شيء أمام القدرة الجبارة لله، هكذا واجه الانسان الذي يمتلئ قلبه باليقين الديني مشكلات الحياة .

في المقابل عملت الرأسمالية الجديدة على تفتيت وتفكيك اليقين الديني، وذلك من خلال موجة فكر العلمنة الذي اشتغل على نقد المقدس والدين والتراث والأعراف، هكذا لم يبقى لإنسان عصر الرقمنة (The era of digitalization). أي يقين أو مقدس يثق فيه. ليس هناك يقين إلا يقين وحيد وهو أنه لا يوجد يقين. فبغياي اليقين والشكوكية التي حامت حوله، ارتمى الفرد في الاستهلاك، فلما كان كل شيء غير يقيني فليس هناك إلا طريق الانغماس في الاستهلاك للسلع والمنتجات، ولما كانت المنتجات تدور وتتبدل فلا بد من أن تتبدل الهوية نفسها، فلماذا يجب على الذات أن تبقى محافظة على مبادئها وأفكارها ما دام ليس هناك يقين واحد؟ فعلى الذات أن تتغير مع السوق والمنتجات والاعلانات. إن الانسان الذي ينتظر يقين حياة بعد الموت سوف يتمسك بمبادئه وبهويته، ولن يتجه بشراهة نحو الاستهلاك بل يكتفي فقط بما ينقصه من حاجيات، أما الانسان الذي يغيب عنه ذلك اليقين فسوف يتجه بشراهة نحو الاستهلاك لأنه يعتقد أن هذه الحياة هي يقينه الوحيد.

#### 1.4 طبيعة السعادة الافتراضية

**أولاً: سعادة مؤقتة:** من طبيعة السعادة الافتراضية وقتها القصير، وهو وقت قراءة التعليق الجميل أو الاطلاع على الاعجابات والتفاعلات، فشعور المستخدم بالرضى وبالرفاه النفسي سرعان ما يزول إذا كان هناك تعليق سلبي، فعيب السعادة الافتراضية أنها تحتاج دوماً إلى الاشباع وإلى التحديث المستمر من وقت إلى آخر تماماً مثل التطبيقات التي تحتاج إلى تحديث دوري.

**ثانياً: سعادة وهمية مضخمة:** جمهور وسائل التواصل الاجتماعي كثيراً ما يتجه إلى تضخيم قيمة بعض المحتويات بالتعليقات الإيجابية لدرجة أنها ترفع صانع ذلك المحتوى الى مرتبة تفوق المعقول، ولكن نفس الشخص سيصاب بالإحباط إذا ما هبطت التفاعلات

والتقديرات في محتوياته الأخرى، فمشاعره بين التضخم والتشطي، ذلك لأن سعادته متوقفة على تقديرات الآخرين.

**ثالثاً: سعادة متوقفة على الغير:** عندما لا يجد صانع المحتوى مواضيع جديدة ليعرضها على الآخرين، بعدما يكون قد استهلك جميع ما لديه من مواضيع، يتجه نحو مشاركة الآخرين لحياته الخاصة، تصبح الحياة الخاصة موضوعاً محبباً لديه لينشرها على الغير، فالبحت عن مشاعر الابتهاج والتميز تدفعه لكشف الهوية على مصراعيها، وخاصة مع تطبيقات الفيديوها، فتحقيق الذات عنده تكون برؤية الناس له وهو ييكي أو يضحك أو يأكل أو يرقص أو ينام، وكأنه يريد القول: أنت تراني عبر الكاميرا إذن أنا موجود. وهذا في الحقيقة هوس مرضي ريائي تشعر فيها الذات بعدم الرضي إلا بوجود رؤية الغير. وبعبارة مختصرة: المؤثر في وسائل التواصل الاجتماعي كائن لن يكون ولن يوجد إلا عبر الكاميرا وبرؤية الناس له، وبقينا إذا انقطعت الانترنت سيتبخر وينعدم المؤثر من الوجود كأن لم يكن.

سعادة المؤثر عبر التواصل الاجتماعي تتحكم فيها تعليقات أو أحكام سلبية من طرف الغير، أو تتأثر بتناقص عدد المشاهدات والتفاعلات، لهذا فالمؤثر يعمل جاهداً ليحتل الصدارة ولو كان ذلك على حساب الأخلاق والقيم والمروءة وهدفه في ذلك جلب الانتباه فسعادة المؤثر لا تقوم في نفسه، فلا يستطيع أن يصنع السعادة بنفسه بل هي محكومة من خارج ذاته، من موقف الذين يتابعونه ومن أعداد المشاهدات، إذ " لم يعد التفكير أولوية، إن الزمن هو زمن الاستعمال والتشيء، إنه زمن الاستهلاك الذي لا يشبع أبداً، ففي مقابل: أنا افكر أنا موجود الذي يؤكد وجود الذات والوعي بها والاختيار الح ، يجب عالمنا ب: أنا التلظ صوراً ذاتية إذن أنا موجود " (غودار، 2019، صفحة 83)

## 5. خاتمة:

لا شك أنّ عصرنا هو عصر الشبكة العنكبوتية ومواقع التواصل الاجتماعي، وأنّ دراستها بالتحليل والنقد لا يعني الوقوف في وجهها، ولا يعني أيضا عدم وجود منافع لها على حياة الناس في التواصل والتعليم والتنقيف، ولكن يتعلق الامر بالنظر الواعي والنقدي لهذه الوسائل، فهل تساهم هذه الأدوات في تنمية الانسان وزيادة قوته وسعادته أم تساهم في تغريبه وكونها سببا في ظهور امراض نفسية جديدة جراء الاستعمال الخاطئ لها؟ وإذا كانت السعادة هي مطلب إنساني في كل الأوقات والازمان، سعادة أساسها الشعور بالأمان والطمأنينة وتمتاز أيضا بالاستمرارية، فهل السعادة التي تقدمها وسائل التواصل الاجتماعي هي سعادة حقيقية أم مزيفة ووهمية ووقتيّة؟

لا شك أنّ ما يميز الناس عن بعضهم البعض هو انجازاتهم الواقعية، وسواء كان هذا الإنجاز تحصيل شهادة أو منصب أو ثروة أو سمعة، أو علاقات اجتماعية ناجحة، فإنّ هذه الأشياء الملموسة هي التي يسعى الناس لتحقيقها اعتقادا منهم أنها تشعرهم بالسعادة، يتعلق الامر برؤية منجزات الهوية على أرض الواقع، لكن في المقابل يلجأ الأشخاص الافتراضيون إلى تحقيق ذواتهم على مستوى العالم الافتراضي سواء بكثرة الأصدقاء أو بنشر المحتويات المختلفة باحثين عن مشاعر الفرح والسعادة. إنّ التشظي والانقسام على مستوى الذات يكون هنا: عندما لا تتوافق منجزات الذات على مستوى الافتراض مع مستوى الواقع، أي عندما يكون الشخص في الواقع شيء وفي عالم الافتراض شيئا آخر. نعم يمكن أن تكون السعادة ممكنة إذا ما كان هناك توافق وانسجام بين الهوية الواقعية والهوية الافتراضية، عندما تصبح الهوية الافتراضية مجرد مرآة للذات الواقعية، لكن لما يحدث، انشقاق وتشظي، وانقسام بين الذات ونفسها في عالم الواقع وعالم الافتراض يحدث ما يسمى بالانقسام في شخصية الفرد.

إنَّ عيب السعادة الافتراضية أنَّها تقوم على تفاعلات الغير بهم ومعهم، وعلى تقديرات الآخرين، بينما السعادة الواقعية هي التي تقوم على المنجز الواقعي والفعلي، وتقوم على تمتين العلاقات الاجتماعية الفعلية. كما أنَّ عيب الاستغراق في العالم الافتراضي أنَّه يُنسي الإنسان عالمه الواقعي الحقيقي، فما هو مهم هو التوجه للواقع ومحاولة معرفته وفهمه من أجل التغلب على صعوباته، لأنَّ الواقع هو الأصل وهو بيت وجود الذات، أما العالم الافتراضي فهو يأتي في المرتبة الثانية في درجة الأهمية، فالواقع من حيث الفهم، والسيطرة عليه أصعب بكثير من العالم الافتراضي، بل هذا الأخير هو جزء من الواقع في كليته، لكن الاستغراق في عالم الافتراض يُنسي التعامل العقلاني والمتروكي مع الواقع الفعلي.

إنَّ الخروج من تشظي الذات المعاصرة يكون من خلال استعادة عيش الواقع كأولوية كاستعادة العلاقات الاجتماعية الاسرية والعائلية في بعدها الأصيل، والبحث عن سعادة لا تقوم على تفاعلات الآخرين وبردة فعلهم بل تقوم على تأسيس شعور دائم ومستمر وباعث على الاطمئنان والأمان.

## 6. قائمة المراجع:

- الجوزية، ابن القيم. (1432) مفتاح دار السعادة ومنشور ولاية العلم والإرادة. دار الكتب العلمية.
- ايكن، ماري. (2017). التأثير السيبراني كيف يغير الانترنت سلوك البشر. ترجمة: مصطفى ناصر. الدار العربية للعلوم ناشرون. (2016)
- باومان، زيجمونت. (2016). الحداثة السائلة. ترجمة: حجاج أبو جبر. الشبكة العربية للأبحاث والنشر. (2000)
- باومان، زيجمونت. (2016) الحياة السائلة. ترجمة: حجاج أبو جبر. الشبكة العربية للأبحاث والنشر. (2005)
- غودار، إلزا. (2019). أنا أو سيلفي إذن أنا موجود تحولات الأنا في العصر الافتراضي. ترجمة: حجاج أبو جبر. المركز الثقافي للكتاب. (2016)
- مرزوقي، جمال. (2001). الفكر الشرقي القديم وبدايات التأمل الفلسفي. دار الافاق العربية.
- نابتي، علي. (2017). الهوية الرقمية واقع تكنولوجي وشكل جديد لحضور الفرد المعاصر. مجلة متون، 10 (2)، 556-532

- مسعود، بايوسف. (2011). الهوية الافتراضية: الخصائص والأبعاد. مجلة، العلوم الإنسانية والاجتماعية، 3 (5)، 465-487.
- العرباوي، عزيز. (2012). الألباز الشعبية كجنس من الثقافة الشعبية. مجلة، الثقافة الشعبية، (5)، 54 - 59.
- عبد لمنعم، شيماء أحمد. (2017). الواقع الافتراضي والاطفال ذوي صعوبات التعلم. المجلة العلمية لكلية رياض الاطفال، 3(4)، 602 - 634.
- جعفري، نبيلة. (2022). مؤثرو مواقع التواصل الاجتماعي الفاعلون الجدد في قيادة الرأي العام. مجلة رقمنة للدراسات الإعلامية والاتصالية، 2(1)، 22-54.
- راشدي، هاجر ومساعد، وردية. (2024). عرض الذات وإدارة الانطباع ضمن مسرح الحياة الافتراضية من خلال بناء الهوية الافتراضية. مجلة المعيار، 2(1)، 163-183.
- شرقي، منيرة. (2014). دلالات الزمن النفسي في رواية اللانز للطاهر وطار، مجلة، المدونة، 1 (1)، 120-137.
- الطلاف، ضحى. (2022، أغسطس، 24). مفهوم السعادة في الفلسفة. استرجعت بتاريخ سبتمبر 12، 2024 من <https://alfalsafah.com> علم الفلسفة
- اللويحق، عبد الرحمن بن معلا. (2015، نوفمبر، 29). مفهوم السعادة في الإسلام. استرجعت بتاريخ سبتمبر 12، 2024 <https://www.alukah.net>
- المستقبل للأبحاث والدراسات المتقدمة. (2022، نوفمبر، 5). كيف يغير الميتافيرس الهويات والأسواق في العالم؟ استرجعت بتاريخ سبتمبر 6، 2024 من المستقبل للأبحاث والدراسات المتقدمة/ <https://futureuae.com>
- يومية الموعد. (2016، جويلية، 30). حكايات الجدات.. رحلة في العالم الخيالي. استرجعت بتاريخ نوفمبر 6، 2024 من <https://elmaouid.dz> يومية الموعد
- باومان، زيجمونت، (دون تاريخ). كيف أوقعت بنا وسائل التواصل الاجتماعي، ترجمة: حورية عمر موسى. استرجعت بتاريخ نوفمبر 6، 2024 من موقع: الحكمة <https://hekmah.org>
- زاموش، فتيحة. (2024، أبريل، 06). رمضان الجزائر... عادات وطقوس ولّمة إلى تلاشي. استرجعت بتاريخ نوفمبر 6، 2024 من العربي الجديد <https://www.alaraby.co.uk>
- أبو، زيد منى. (دون تاريخ). نظرية السعادة ووسائل تحقيقها في الفلسفتين اليونانية والإسلامية. مجلة تفاهم. ملف رقمي الكتروني محمل من موقع <https://tafahom.mara.gov.om>
- سياله، روان. (2017، أبريل، 6). مثاليات السوشيال ميديا لا تمت للواقع بصلة. استرجعت بتاريخ نوفمبر 6، 2024 من موقع الجزيرة <https://www.aljazeera.net/>

عمروش، فادي. (2016، أكتوبر، 26). *الدوبامين وفيسبوك وما يطلبه الجمهور*. استرجعت بتاريخ أكتوبر 9، 2024 من موقع الشبكة اليمنية للعلوم والبيئة <https://yemenscience.net>

الجزيرة. (2018، ديسمبر، 07). *مواقع التواصل الاجتماعي وهندسة الإدمان*. استرجعت بتاريخ أكتوبر 9، 2024 من موقع: <https://www.aljazeera.net>

ناصر، الحبيب. (2020، نوفمبر، 19). *في مديح حكاية الجدة*. استرجعت بتاريخ أكتوبر 9، 2024 من موقع القدس العربي <https://www.alquds.co.uk>