

طارق الحبيب: النرجسية ليست غرورًا بل بحثٌ عميق عن القبول والتقدير

26 مايو، 2026



أكد استشاري الطب النفسي طارق الحبيب أن الشخصية النرجسية لا يمكن اختزالها في صورة الغرور أو الثقة المبالغ فيها، بل هي نمط نفسي معقد يرتبط بحاجة عميقة إلى التقدير والقبول. وأوضح أن كثيرًا من الأشخاص الذين يظهرون بمظهر القوة والاعتداد بالنفس قد يخفون في داخلهم شعورًا بعدم الأمان، إلى جانب اعتمادهم المستمر على الإعجاب الخارجي لتعزيز تقدير الذات.

وبيّن أن التعامل مع اضطراب الشخصية النرجسية يتطلب تدخلًا علاجيًا متكاملًا، يعتمد في الأساس على العلاج النفسي الذي يهدف إلى تحسين الوعي بالذات وتطوير مهارات التواصل والتعاطف مع الآخرين، إضافة إلى إمكانية استخدام العلاج الجماعي لتعزيز التفاعل الاجتماعي. وأشار إلى أن بعض الحالات قد تستدعي تدخلًا دوائيًا مثل مضادات الاكتئاب أو مثبتات المزاج، خصوصًا عند وجود أعراض مصاحبة كالإكتئاب أو تقلب المزاج.

وفيما يتعلق بأسباب هذا الاضطراب، أوضح أن نشأته غالبًا ما تكون نتيجة تداخل عوامل وراثية وبيئية، حيث تلعب الجينات دورًا في تشكيل السمات الشخصية، بينما تسهم أساليب التربية المبكرة-سواء من خلال النقد القاسي أو الإفراط في الإطراء-في ترسيخ نمط غير مستقر من تقدير الذات يعتمد على التقدير الخارجي.