Journal of
Studies on Arabic Language and Literature

https://lasem.semnan.ac.ir/ Vol. 16, No 41, 2025 ISSN (Online): 2538-3280 ISSN (Print): 2008-9023

Study of the main character's anxiety and distress levels in the novel "The Frightened Ones" using Zung's Anxiety Questionnaire (S.A.S)

Ali Asghar Habibi *, Hassan Mirkamali **

Scientific- Research Article PP: 227-265 DOI: 10.22075/lasem.2025.37584.1482

How to Cite: Habibi, A. A., Mirkamali, H. Study of the main character's anxiety and distress levels in the novel "The Frightened Ones" using Zung's Anxiety Questionnaire (S.A.S). *Studies on Arabic Language and Literature*, 2025; (41): 227-265. doi: 10.22075/lasem.2025.37584.1482

Abstract:

With the advancement of human societies and the emergence of adverse individual and social events, fear and anxiety have become widespread phenomena in human life. The aim of this study is to analyze the psychological condition of the characters in *The Frightened Ones* by Dima Wannous, based on the Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS), and to examine the impact of social and cultural crises on the psychological structure of individuals in crisis-stricken societies. This study adopts a mixed-method (quantitative–qualitative) approach and employs interpretive analysis to investigate indicators of anxiety and fear in the character of "Salma," the novel's main protagonist. Qualitative data were extracted from content analysis of the narrative, while quantitative data were collected by scoring the items of the Zung questionnaire, which includes 20 items on a four-point Likert scale assessing emotional and physical symptoms of

*- Associate Professor, Department of Arabic Language and Literature, University of Zabol, Zabol, Iran. (Corresponding Author) E-mail: ali_habibi@uoz.ac.ir
**- M.A. in Arabic Language and Literature, University of Zabol, Zabol, Iran.

Receive Date: 2025/05/03 **Revise Date:** 2025/08/02 **Accept Date:** 2025/08/26.

©2025 **The Author(s):** This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and sources are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

anxiety. The findings reveal that the character under study suffers from severe anxiety (score of 64), with symptoms such as sleep disturbances, heart palpitations, chronic anxiety, and psychosomatic manifestations being clearly evident. The analysis shows that literary narrative, especially in the context of political crises and civil wars, can reflect psychological disorders resulting from violence, displacement, and loss. Therefore, the use of psychometric tools in literary analysis not only enables a deeper understanding of characters' mental states but also provides a framework to interpret the psychological consequences of crisis structures in human societies.

Keywords: Zung's Anxiety Questionnaire, alkhayifun, Literary Psychoanalysis, Dima Wannous.

Extended summary

1. Introduction

In recent decades, the interdisciplinary dialogue between psychology and literature has gained increasing scholarly attention. This approach, relying on psychological theories and tools, enables the unveiling of the hidden layers of individual and collective psyches within literary narratives. Particularly in societies afflicted by war, political oppression, forced migration, and identity crises, literature emerges as a vivid platform for representing psychological suffering. Anxiety — as a chronic response to insecurity, threat, and instability — is a pivotal concept for psychoanalytic literary analysis. Studying manifestations of anxiety in literary characters deepens the understanding of lived experiences and the psychological structures embedded in narratives. The Syrian novel *The Frightened Ones* by Dima Wannous exemplifies post-trauma literature, portraying the contemporary Syrian human experience through layered narration and deep internal character exploration. Given the historical and political backdrop of Syria's ongoing crisis since 2011, this novel presents an ideal subject for investigating the psychological dimensions of fear and anxiety. Using Zung’s Self-Rating Anxiety Scale (SAS), this study aims to clinically analyze the anxiety levels of the novel’s protagonist, Salma, and thereby

contribute to expanding interdisciplinary methods that merge literary criticism with psychometric evaluation.

2. Materials & Methods

This research employed a mixed-methods approach, integrating qualitative content analysis with quantitative psychometric evaluation. Qualitative data were extracted through interpretive analysis of the novel's narrative structure, focusing on Salma's emotional and psychological expressions. Simultaneously, the Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS), a validated psychological tool consisting of 20 items rated on a 4-point Likert scale, was applied to assess Salma's symptoms of anxiety. Particular attention was given to both emotional and somatic indicators, as the SAS equally measures psychological and physical manifestations of anxiety. Literary evidence corresponding to each questionnaire item was systematically collected from the text to simulate responses based on narrative events. Scoring was conducted according to SAS guidelines, considering reversed scoring for positive items and standard scoring for negative items. The final anxiety level was calculated using the standard SAS formula. In addition, theoretical frameworks from clinical psychology, psychoanalysis, and trauma theory informed the interpretation of findings, aiming to bridge the clinical understanding of anxiety with its literary representation.

3. Research Findings

The analysis revealed that Salma suffers from **severe anxiety**, with a SAS score of 64. Salma exhibits numerous symptoms such as persistent fear without an apparent cause, chronic insomnia, frequent nightmares, heart palpitations, dizziness, psychosomatic pain, and gastrointestinal disturbances. Through content analysis, it became clear that these symptoms are deeply rooted in traumatic personal and collective experiences, including the death of her father, societal collapse, civil unrest, and internalized fears of violence and displacement. The narrative consistently portrays Salma's psychological fragmentation, emotional instability, and intense somatization of mental distress. The findings show that fear and anxiety are not mere background emotions but are central to the plot's structure and character development. The novel vividly captures the blurred boundaries between reality and hallucination, memory and imagination, self and other — all phenomena commonly associated with high anxiety and post-traumatic stress. Literary devices such as stream of consciousness, fragmented narration, and symbolic imagery enhance the portrayal of Salma's

psychological turmoil. Overall, Salma's character embodies a collective Syrian consciousness traumatized by war and displacement, representing not just individual pathology but also broader societal wounds.

4. Discussion of Results & Conclusion

The findings suggest that *The Frightened Ones* offers a powerful literary depiction of anxiety rooted in political violence and social disintegration. By applying a clinical psychometric tool to a fictional character, this study demonstrated that literary narratives could serve as diagnostic spaces for psychological disorders, especially in post-conflict contexts. Salma's character shows that anxiety, when chronic and untreated, leads to psychosomatic symptoms, disordered thinking, memory disruptions, and identity confusion — all of which are reflected in her relationships and narrative voice. The novel's portrayal of anxiety aligns with clinical models of generalized anxiety disorder (GAD) and trauma-related conditions. Furthermore, the study underscores the effectiveness of combining literary analysis with psychological scales to explore fictional representations of mental health. By doing so, it opens new avenues for interdisciplinary research at the intersection of literature and psychology. Literature, thus, becomes not only a mirror of individual psychological suffering but also a medium for examining the broader socio-political pathologies affecting human societies. Future research can build upon this approach by applying additional psychometric instruments or expanding the scope to include comparative studies across different cultural contexts and literary traditions.

5. The Sources and References

A: Books

1. Ahmed Okasha and Tarek Okasha (2018) - **Contemporary Psychiatry**, Cairo, Anglo-Egyptian Library, [In Arabic].
2. Karami, A. (1382). **An Introduction to Test Construction and Psychological Tests**. 1st ed. Tehran: Ravan Sanji, [In Persian]
3. Venus, Dima. (2017). Al-Khaifun, Beirut: Dar al-Adaab, [In Arabic].

B: University Theses

4. Azardast, M. (2014). **The Effect of Neurofeedback on the Anxiety Disorders of Employees of Karoun Oil and Gas Production Company** (Master's thesis, Shahid Chamran University of Ahvaz,

Faculty of Educational Sciences and Psychology, Department of Clinical Psychology) , [In Persian].

5. Ibrahim Abd al-Sattar & Askar Abdullah (1999). **Clinical Psychology in the Field of Psychiatry**. Anglo-Egyptian Library, Cairo, [In Arabic].
6. Al-Miladi, Abdul-Munim (2004). **Mental Illnesses and Disorders**. Shabab Al-Jamiea Foundation, Alexandria, Egypt, [In Arabic].
7. Boussiqa, M., Jabara, I., & Yazid, M. (2024). **Psychoanalytic Analysis of Kafka's "The Metamorphosis"** (Bachelor's thesis). University of Djelfa, Algeria, [In Arabic].
8. Radwan Zaza (1997). **Introduction to Literary Criticism Methodologies**. National Council for Culture, Arts and Letters, Kuwait, [In Arabic].
9. Abdel-Moati, Hassan (2003). **Psychosomatic Disorders**. Dar Al-Sharq Library, Cairo, [In Arabic].

C: Magazines

10. Abu Shahab, Rami. (2024). "The Novel *The Fearful* by Dima Wannous: Trauma Literature between Discursive Representation and Systemic Narrative". **Dirasat: Human and Social Sciences**, 51(3, Supplement 1), 451–462. https://doi.org/10.35516/hum.v51i3.1237 , [In Arabic].
11. Farsi, B., Zarei, S., & Shahrokhi, F. (2023). Stream of Consciousness in *The Fearful* Novel by Dima Wannous. **Lisan Mobin Quarterly** *(Research on Arabic Language and Literature)*, 14(51), 67–88. https://doi.org/10.30479/lm.2021.13433.3044 , [In Persian]
12. Shawashrah, Omar Mustafa & Al-Daqs, Wami Kamel. (2014). Personality Types and Their Relationship to Psychosomatic Disorders among a Sample of the Saudi Community. **Al-Quds Open University** *Journal for Research and Studies*, Issue (34), Volume (2), 101-140. , [In Arabic].
13. Abbas, Ibrahim Metwally. (2000). Psychological Stress and Its Relation to Gender, Experience Duration and Some Personality Variables among Primary School Teachers. **The Egyptian Journal of Psychological Studies**, Anglo-Egyptian Bookshop, Volume 10, Issue 26, Cairo, [In Arabic].
14. Talaei, Ali, Toofani, Hamid, Hojjat, Seyed Kaveh, and Jami Al-Ahmadi, Zohreh. (1383). Studying the effect of familiarizing the patient with

the staff and the operating room environment the day before tubectomy surgery on preoperative anxiety. **Principles of Mental Health**, 6(22-21), 57-61, [In Persian].

15.World Health Organization (WHO). (2022). *The ICD-11* **Classification of Mental and Behavioural Disorders**. World Health Organization. https://icd.who.int/browse11/l .

16-zung WW. A self-rating depression scale. **Archives of General Psychiatry**.1965:12: 63-70.

17. Doufesh H., Faisal T., Lim K-S and Ibrahim F. EEG spectral analysis on Muslim prayers. 2012;37:11-18.

18.Tully, P.J, Harrison, N.J, Cheung, P. Anxiety and Cardiovascular Disease Risk: a Review. Curr Cardiol Rep 18, 120 (2016).

19.Meuret AE, Ritz T, Wilhelm FH, Roth WT, Rosenfield D. Hypoventilation Therapy alleviates panic by repeated induction of dyspnea. Journal Biological psychiatry: cognitive neuroscience and neuroimaging. 2018; 3(6): 539-546.

20.Kong., He Y, Auerbach RP, McWhinnie C. Xiao J. Rumination and depression in chinese university students: The mediating role of over general autobiographical memory. Personality and Individual Differences. 2015; 77(1): 221-224.

21.Hald-Poschardt D, Sterzer P, Schlagenhauf F, Pehrs C, Wittmann A, Stoy M, & et al. Reward and loss anticipation in panic disorder: An fMRI study. Gournal of Psychiatry Research: Neuroimaging. 2018; 271: 111-117.

22.Khalsa SS, Feinstein JS, Li W, Feusner JD, Adolphs R, Hurlemam R. Panic anxiety in human with bilateral amygdale lesions: pharmacological induction via cardiorespiratory interoceptive pathways. Journal Neuroscience. 2016; 36: 3559- 3566.

دراسات في اللغة العربية وآدابها
(مجلة دوليّة محكّمة)

مجلة دراسات في اللّغة العربيّة وآدابها، نصف سنويّة دوليّة محكّمة

السنة الخامسة عشرة، العدد الحادي والأربعون، ربيع وصيف ١٤٠٤هـ ش/٢٠٢٥م

دراسة مستوى القلق والاضطراب للشخصيّة الرئيسة في رواية الخائفون بالاعتماد على استبيان القلق لزونغ(S.A.S)

علي أصغر حبيبي* ؛ حسن ميركمالي**

مقالة علميّة محكّمة

صص ٢٦٥- ٢٢٧

DOI: 10.22075/lasem.2025.37584.1482

الملخّص:

مع تطوّر المجتمعات البشريّة وظهور الأحداث الفردية والاجتماعيّة المؤلمة، ساد الخوف والقلق من الظواهر المنتشرة في حياة الإنسان. يهدف هذا البحث، بالاعتماد على استبيان القلق لزونغ (SAS) إلى تحليل الحالة النفسيّة للشخصيّة الرئيسة في رواية الخائفون للكاتبة ديمة ونوس. أُجريت هذه الدراسة بمنهجية كمّية-نوعية، حيث تم تحليل مؤشّرات القلق والخوف لدى شخصيّة "سلمى" ؛ بطلة الرواية. استخرجت البيانات النوعية من تحليل محتوى السرد في الرواية، بالتالي، تمّ جمع البيانات الكمية من خلال تقويم بنود استبيان زونغ، الذي يتألف من ٢٠ مقياساً ويعتمد مقياس ليكرت الرباعي لتقويم الأعراض العاطفيّة والجسديّة للقلق. تشير النتائج إلى أن الشخصيّة المدروسة تعاني من قلق شديد (درجة ٦٤)، وتظهر عليها أعراض مثل اضطرابات النوم، وخفقان القلب، والقلق المزمن، والأعراض النفسجسمية بشكل واضح. يكشف تحليل النتائج أن السرد الأدبيّ، وخاصة في سياق الأزمات السياسية والحروب الأهلية، يمكن أن يعكس الاضطرابات النفسيّة الناجمة عن العنف، والهجرة، والفقدان، وأنّ توظيف أدوات القياس النفسيّ في التحليل الأدبيّ لا يوفّر فهماً أعمق للحالة الذهنيّة للشخصيات فحسب، بل يمهّد أيضاً لفهم الآثار النفسيّة الناتجة عن البُنى المأزومة في المجتمعات البشريّة.

كلمات مفتاحيّة: استبيان زونغ للقلق، رواية الخائفون، التحليل النفسيّ الأدبيّ، ديمة ونوس.

* - أستاذ مشارك في قسم اللغة العربيّة وآدابها بجامعة زابل، زابل، إيران. (الكاتب المسؤول). الإيميل:ali_habibi@uoz.ac.ir

** - ماجستير في قسم اللغة العربيّة وآدابها بجامعة زابل، زابل، إيران.

تاريخ الوصول: ١٤٠٤/٠٢/١٣ هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٥/٠٣م- تاريخ القبول: ١٤٠٤/٠٦/٠٤هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٨/٢٦م.

١. المقدّمة

في العقود الأخيرة، حظيت التفاعلات بين علم النفس والأدب باهتمام متزايد بوصفها أحد الاتجاهات البارزة في الدراسات البينيّة في مجال الأدب. ويُتيح هذا الاتجاه، من خلال الاستناد إلى المفاهيم والنظريات والأدوات التحليلية النفسيّة، إمكانية الكشف عن الطبقات الخفية للنفس الفردية والجماعية في النصوص الأدبيّة. وتتجلّى أهمية هذا المنهج بصورة خاصّة في المجتمعات التي شهدت تجارب قاسية كالحرب، والقمع السياسي، والهجرة القسريّة، وأزمات الهوية، حيث يُعدّ الأدب ساحة فاعلة لتجسيد المعاناة النفسيّة وتمثيلها. وفي هذا السياق، يُعدّ مفهوم القلق - بوصفه استجابة مستمرة لحالات مزمنة من انعدام الأمن والتهديد وعدم الاستقرار البنيوي - أحد العناصر المحورية في التحليل النفسيّ للشخصيات الأدبيّة. فدراسة هذا المفهوم في النصوص الأدبيّة تُسهم في تعميق فهم التجارب المعيشة والاضطرابات النفسيّة الكامنة في بنية السرد، وتؤدي دوراً حاسماً في توضيح العلاقة العضوية بين النفس البشريّة والبُنى الثقافيّة والاجتماعيّة المحيطة بها.

يعدّ القلق من أكثر المشكلات النفسيّة انتشاراً، حيث يعاني الشخص من شعور غير مبرر بالخوف والقلق دون وجود خطر واضح أو مباشر. وغالباً ما ترافق هذه الحالة أعراض جسديّة مثل تسارع ضربات القلب، والتعرّق، وانقباض العضلات، مما يؤثر سلباً على قدرة الفرد في أداء مهامه اليومية بشكل طبيعي.

واستبيان القلق لزونغ (S.A.S) هو أداة تم تصميمها لقياس شدّة القلق لدى الأفراد، ويتكوّن من ٢٠ مقياساً يركز بشكل خاص على الأعراض الجسديّة والعاطفيّة للقلق. ويُعتبر هذا الاستبيان واحداً من الأدوات الموثوق بها في هذا المجال نظراً لتوافقه الدقيق مع أكثر اضطرابات القلق شيوعاً. تُستخدم خمسة مقاييس أولية لقياس الأعراض العاطفيّة للقلق في هذا الاستبيان، بينما تركز الخمسة عشر مقياساً المتبقية على تحديد الأعراض الجسديّة للقلق. يُعدّ استبيان زونغ أداة فعّالة لتحديد شدة القلق وتعيين الاضطرابات المرتبطة به، خاصة في البيئة السريرية والبحثية، نظراً لتغطية شاملة للأعراض العاطفيّة والجسديّة. ويساعد هذا الاستبيان الباحثين والمتخصصين في علم النفس على دراسة جوانب القلق المختلفة بشكل أكثر دقّة وعلميّة، ويتيح لهم تقويمها على مستوى الفرد أو

الجماعة.

وقد أصبح الأدب السوري المعاصر، ولا سيّما في أعقاب الأزمات السياسية والعسكرية التي شهدتها سوريا منذ عام ٢٠١١، حقلاً إبداعياً خصباً لدراسة الحالات النفسيّة بمستوييها الفردي والجماعي، ما يعكس التفاعلات العميقة بين الذات والواقع الاجتماعيّ في سياق الأزمات. وفي هذا السياق، تُعدّ رواية الخائفون للكاتبة ديمة ونوس مثالاً بارزاً على أدب ما بعد العنف؛ حيث تستخدم الرواية السرد المتعدد الطبقات، وتقنيات السرد المتعدد الأصوات، والتركيز على العوالم الداخلية للشخصيات، لتقديم تمثيل عميق وملموس لقلق الإنسان السوري المعاصر.

١. ١. تشتمل أسئلة البحث على ثلاثة أسئلة

١. ما هي الأنواع المختلفة للقلق في رواية الخائفون؟

٢. كيف يمكن لمقياس اضطراب زونغ أن يساعد في فهم أفضل لخصائص القلق والخوف في الشخصيّة الرئيسة لرواية "الخائفون"؟

٣.كيف يمكن لمقياس اضطراب زونغ في الشخصيّة الرئيسة لرواية "الخائفون" أن يقدم رؤى جديدة حول تأثيرات الحرب على صحة الأفراد النفسيّة؟

٢. ١. خلفيّة البحث

من خلال مراجعة الدراسات السابقة المتعلقة باستخدام استبيان زونغ للقلق في مجال علم النفس، يُلاحظ أن أغلب هذه الدراسات ركزت على تقويم مستوى القلق لدى فئات محددة أو أفراد معينين، مثل المرضى، والطلاب، أو الأشخاص الذين يعيشون في ظروف حياتية حرجة. وقد أُجريت هذه الدراسات في الغالب ضمن المجالات العلاجية أو التعليمية، وكان هدفها الأساسي تحليل أبعاد القلق والعوامل المؤثرة فيه ضمن سياقات واقعية ومعيشية.

طلائي وزملاؤه (١٣٨٣ش) في مقالة بعنوان "دراسة تأثير تعريف المريض بالموظفين والبيئة في غرفة العمليات يوماً قبل جراحة التوبيكتومي على القلق قبل الجراحة"، قاموا بدراسة تأثير التعريف بما قبل الجراحة على قلق المرضى. في هذا البحث، تمّ اختيار ٥٢ شخصاً من متقدمي عملية

التوبيكتومي بشكل عشوائي وتقسيمهم إلى مجموعتين، كل مجموعة تضم ٢٦ شخصاً. تمّ تعريف المجموعة الأولى بالبيئة وبالموظفين في غرفة العمليات يوماً قبل الجراحة، بينما لم يتمّ تعريف المجموعة الثانية. نصف ساعة قبل الجراحة، تمّ تقويم قلق كلتا المجموعتين بواسطة نفساني باستخدام اختبار قلق هاميلتون واختبار تقويم الذات للقلق زونغ. أظهرت النتائج أنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائيّة في مستوى القلق بين المجموعتين. لذلك، لا يوصي الباحثون بهذا الزيارة والتعريف يوماً قبل الجراحة.

فارسي وزملاؤه (١٤٠٢ش) في مقال بعنوان "تيار الوعي في رواية الخائفون لديما ونوس " باستخدام المنهج الوصفيّ-التحليليّ قاموا بدراسة الأساليب السرديّة الحديثة في هذه الرواية. وتشير نتائج الدراسة إلى أن الكاتبة، من خلال توظيفها لتقنيات مثل المونولوج الداخلي، والترابط الحر للأفكار، واللغة الشعريّة، استطاعت أن تُجسّد الذهنيّة المشوشة والقلق النفسيّ الذي تعاني منه الشخصيات، وذلك ضمن إطار الخوف الاجتماعيّ وتفكّك الهوية.

في دراسة أجراها رامي أبو شهاب (٢٠٢٤م)، تمّت مقاربة رواية الخائفون للكاتبة ديمة ونوس ضمن إطار نظريّة أدب الصدمة. واستند الباحث إلى أطروحات كاثي كاروث والنظريات ما بعد البنيوية لتحليل أثر الصدمات النفسيّة والتاريخية في البنية السرديّة وتشكيل الشخصيات. وتُعدّ هذه الدراسة من أوائل البحوث المنهجية التي تناولت تمثلات التروما في السرد العربيّ المعاصر. كما تناولت الدراسة دور الذاكرة والزمن والمكان في تشكيل الخطاب السرديّ التروماتيكي.

ومع ذلك، فإن تطبيق هذا الاستبيان على النصوص الأدبيّة بوصفه أداة لتحليل الشخصيات القصصية من منظور نفسي لا يزال مجالاً نادر التناول في البحوث العلميّة. وبناءً على ذلك، يسعى هذا البحث، من خلال مقاربة مبتكرة، إلى تطبيق استبيان زونغ للقلق على شخصيات الرواية الرئيسة، بهدف تقديم قراءة سريرية لحالات القلق داخل العمل الأدبيّ، وبالتالي الإسهام في تطوير المنهجية النقدية النفسيّة وتوسيع آفاقها التطبيقية. الاختلاف الأساسي بين البحث الحالي وغيره من الدراسات المماثلة يكمن في أن هذا البحث يتناول بطريقة مبتكرة وجديدة دراسة الاستبيانات النفسيّة في مجتمع إحصائي أدبي، وبالأخص الرواية. وعلى عكس البحوث التي أجراها طلايي وزملاؤه (١٣٨٣ش) الذين درسوا الاستبيانات في مجتمع إحصائي بشري، أو فارسي وزملاؤه (١٤٠٢) الذين بحثوا في نفس الرواية عن تحليل تدفّق الوعي للكاتبة وتقنيات مثل المونولوج

الداخلي لتصوير الذهنيّة المضطربة والمقلقة للشخصيات، فإن هذا البحث يتبنى منهجاً مختلفاً. كما أنه، مقارنةً بدراسة رامي أبو شهاب (٢٠٢٤م) التي استخدمت نظريّة مختلفة لدراسة تأثيرات التروما النفسيّة والتاريخية وأعطت اهتماماً لدور الذاكرة، الزمن والمكان في تشكيل الخطاب السرديّ التروماتيكي، فإن هذا البحث يركز بشكل خاص على تحليل استبيانات زونغ في النص الأدبيّ. هذا النهج المبتكر يمكننا من الحصول على فهم أعمق لكيفية انعكاس الحالات النفسيّة في الهياكل الأدبيّة. في عالم القصص الخيالية، يمكن تصوير القلق من خلال وصف الأعراض الجسديّة مثل دقات القلب السريعة والتعرق، بالإضافة إلى الأفكار الداخلية المقلقة للشخصيات في المواقف الخطيرة للقصة.

٢.الأسس النظريّة (القلق والاضطراب في الشخصيّة)

يعرف التصنيف الدولي الحادي عشر –١١ ICD–القلق المعمم بأنه «قلق مفرط يدور حول الأحداث اليومية المختلفة، وفي أغلب الأحيان الأحداث المتعلقة بالأسرة والصحة والأمور الماليّة والمدرسة أو العمل، إلى جانب عدة أعراض كالتوتر العضلي والشعور بعدم الراحة وصعوبة التركيز واضطرابات النوم[١]».

وعرف أحمد عكاشة وطارق عكاشة (٢٠١٨، ١٧٨) القلق المعمم بأنه «شعور عام غامض غير سار بالتوجس، والخوف، والتحفّز، والتوتّر، مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية خاصةً زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإراديّ، ويأتي في نوبات متكررة، مثل: الشعور بالفراغ في فم المعدة، أو السحبة في الصدر، أو ضيق في التنفس، أو الشعور بنبضات القلب، أو الصداع، أو كثرة الحركة»[٢].

١. ٢. مقياس القلق لزونغ (SAS)

قام زونغ (Zung) في عام ١٩٧١ بتطوير مقياس التقويم الذاتي للقلق (SAS) الذي يُعرف أحياناً باسم استبيان زونغ للقلق. وقد صُمّم هذا المقياس لقياس مستوى القلق لدى الأفراد، ويتكوّن

[1] . **World Health Organization**,2022.

[٢] أحمد عكاشة وطارق عكاشة، «**الطب النفسيّ المعاصر**»، ص ١٧٨.

من ٢٠ بنداً بأربعة خيارات للإجابة، وهي: "أبداً"، "أحياناً"، "غالباً"، و"دائماً تقريباً". تُقوِّم البنود الخمسة الأولى الخصائص النفسيّة، بينما تقيس البنود الخمسة عشر المتبقية الخصائص الجسديّة. ويُعدّ هذا المقياس من الأدوات الموثوقة في تقويم القلق، ويُستخدم على نطاق واسع في البحوث النفسيّة والسريرية. وتُعرض فيما يلي:

١. القلق والانشغال.
٢. الخوف دون سبب واضح.
٣. الذعر المبكر والمفاجئ.
٤. عدم التوازن النفسيّ.
٥. عدم الشعور بالخوف أو القلق نتيجة التهيؤ لحدوث أمر سيء.
٦. ضعف وشعور بالخدر في الساقين والذراعين.
٧. ألم في الرقبة والرأس.
٨. الإغماء.
٩. عدم ضيق التنفس.
١٠. وخز في أصابع اليدين والقدمين.
١١. ألم وارتجاع في المعدة.
١٢. التعب والخمول.
١٣. الشعور بالراحة والاسترخاء التام.
١٤. خفقان القلب.
١٥. الدوخة وما يصاحبها من ضغط نفسي.
١٦. كثرة التبول.
١٧. حرارة وتصلب في عضلات اليدين والقدمين.
١٨. احمرار وحرارة في الوجه.
١٩. نوم هادئ ومريح.

٢٠. رؤية الكوابيس[١]

تتمثل ميزة هذا الاستبيان وتفوقه على غيره من الاستبيانات في كونه يتضمّن أسئلة (٥، ٩، ١٣، ١٩) تُظهر الجوانب السلبية للقلق، مما يُخرج الإجابات المفحوصة من النمطية والرتابة، ويُعتبر من نقاط القوّة في هذا المقياس أنه يقيس الجوانب النفسيّة والجسديّة معاً، وهو ما يُعد ميزة فريدة، إذ يتمّ تقويم الجانبين النفسيّ والبدني في آنٍ واحد.

ومن النقاط الإيجابية الأخرى في هذا الاستبيان أنه لا يكتفي بإجابات ثنائية مثل "نعم" أو "لا" كما في العديد من المقاييس المشابهة، بل يستخدم مقياس ليكرت رباعي يتضمّن: "أبداً"، "نادراً"، "أحياناً"، و"غالباً"، مما يمنح تنوّعاً أكبر ودقة أعلى في التقويم.

كما يتميّز المقياس أيضاً بقدرته على تحويل التدرجات النوعية إلى تدرجات كمية، أي تحويل المقياس الترتيبي إلى مقياس فئوي، مما يجعله قابلاً للتحليل باستخدام الاختبارات الإحصائية البارامتريّة، ويتيح استخدام أدوات تحليلية أكثر تطوّراً ودقة لاستخلاص النتائج من المجتمع الإحصائي.

وفي المجتمع الإحصائي البشري، يُطلب من المستجيب أن يُجيب على البنود العشرين وفقاً لحالته النفسيّة والبدنية خلال الأسبوع الماضي. أما في المجتمع الإحصائي الأدبيّ، فيتمّ الأخذ بعين الاعتبار الرواية بأكملها، وتُستخلص الإجابات اعتماداً على الشواهد النصيّة الواردة في الرواية. وقد صُمّم هذا الاستبيان بطريقة تُمكّن من منح الأفراد ذوي القلق والخوف الأقل درجات أدنى، بينما يحصل الأفراد الذين يعانون من مستويات أعلى من القلق والخوف على درجات أعلى.[٢]

٢. ٢. درجة التقويم في اختبار قلق زونغ (SAS)

الدرجة القصوى في هذا الاستبيان هي ٨٠ نقطة، ودرجة كل فرد تُحسب من خلال مجموع النقاط التي حصل عليها في جميع البنود العشرين.

لحساب مستوى القلق لدى الفرد، يتمّ استخدام المعادلة التالية:

درجة القلق = (الدرجة الخام ÷ ٨٠) × ١٠٠

---

[1]. Zung WW, «**A self-rating depression scale**», pp. 63-70.

[٢]. ابوالفضل كرمي، «**آشنايى با آزمون سازى و آزمون‌هاى روانى**»، صص٤-٣.

٢.٣ طريقة التقويم

إذا كان البند من العبارات الإيجابية (وعددها ١٦ بنداً)، تُعطى الدرجات على النحو التالي:

لا أو القليل من الوقت=١ جزء صغير من الوقت=٢ الكثير من الوقت= ٣ معظم أو كل وقت=٤

أما إذا كان البند من العبارات السلبية (وعددها ٤ بنود وهي: ٥، ٩، ١٣، ١٩)، فتُعكس الدرجات على النحو التالي:

لا أو القليل من الوقت=٤ جزء صغير من الوقت=٣ الكثير من الوقت= ٢ معظم أو كل وقت=١

وبذلك يمكن التمييز بين الأفراد ذوي مستويات القلق المنخفضة والعالية بناءً على الدرجات المحصّلة، حيث تشير الدرجات الأعلى إلى وجود قلق أشدّ[١]

تُشيرُ النتائج المستخلصة من دراسات متعددة إلى أنَّ القلق يظهر بدرجات مختلفة في معظم الاضطرابات النفسيّة. وبما أنَّ العديد من المرضى قد يعانون في الوقت نفسه من أكثر من اضطراب نفسي، فإنَّ وجود القلق كمكوِّن مرافق (كومورربيدي) يُعدّ أمرا شائعا، لا سيّما لدى المرضى النفسيّين الجسديين (السوماتو-نفسيين). فعلى سبيل المثال، يمكن أن يُشير ظهور أعراض مثل الألم الخفيف في أسفل الظهر، أو الاضطرابات القلبية الوعائية، أو الصداع النصفي، بالتزامن مع القلق، إلى وجود اضطراب قلقيٍّ كامن يتطلّب التشخيص والمعالجة جنبا إلى جنب مع المرض الجسدي الأساسي[٢].

يُفسَّر مقياس القلق لـ "زونغ (S.A.S) "على النحو التالي:

الدرجة من ٢٥ إلى ٤٤	ضمن المعدل الطبيعي
الدرجة من ٤٥ إلى ٥٩:	تشير إلى وجود قلق خفيف إلى متوسط
الدرجة من ٦٠ إلى ٧٤	تدلّ على قلق شديد ويتطلب الانتباه
الدرجة ٧٥ فأعلى	تشير إلى قلق شديد جداً

مقياس ليكرت الرباعي(4-point Likert scale)

[١]. آذر دوست، «**تأثير نوروفيدبک بر اختلال اضطرابی کارکنان شرکت بهره‌برداری نفت و گاز کارون**» (پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد)، صص٨٩-٨٨.

[٢]. ابوالفضل کرمی، «**آشنایی با آزمون‌سازی و آزمون‌های روانی**»، ص ٥.

لا أو القليل من الوقت	جزء صغير من الوقت	الكثير من الوقت	معظم أو كل وقت

تشير الدراسات إلى أن الضغوط النفسيّة التي يتعرض لها الأفراد قد تؤثر بشكل كبير على سلوكهم، لا سيّما في الجوانب الانفعالية والشخصيّة، كما أنها تُعدّ من العوامل المؤدية إلى الإصابة بالعديد من الاضطرابات النفسجسديّة [١].

٤. ٢. التعريف السيكولوجي للقلق

القلق يعتبر من الاضطرابات الانفعالية التي تدخل في دائرة العصاب، وهو جزء من الحياة البشريّة أو هو أحد لوازم الوجود. إذ إن القلق بمثابة الحرص على الحياة وهو الرغبة في الحياة، إذ تزيد آليات العمل النفسيّة حين ينتابها شعور بالخطر أو التهديد، وهو على النقيض من الاكتئاب إذ تتزايد آليات العمل التي تهدّد حياة الفرد النفسيّة والاجتماعيّة.[٢]

مصطلح "السيكوسوماتية (Psychosomatique) "مشتق من كلمتين يونانيتين "Psych" :والتي تعني الروح أو العقل، وتشير إلى العوامل النفسيّة التي تُعدّ منشأً أو محفزاً لتطور الاضطرابات الجسديّة، و "Soma"التي تعني الجسد، أي المجال العضوي الذي تظهر فيه التفاعلات والانفعالات النفسيّة وتترك آثارها عليه. ويفيد هذا الربط بين النفس والجسد بأن الإنسان وحدة متكاملة، تتداخل فيها الوظائف الفسيولوجية والنفسيّة بصورة مستمرة، وتعتمد كل منهما على الأخرى بشكل متبادل.[٣] فالاضطرابات السيكوسوماتية هي الاضطرابات التي تصيب أحد أجهزة الجسم نتيجة لضغوط نفسيّة متراكمة تترك تلفا وآثارا فسيولوجية كخلل في أعضاء الجسم ويمكن للطبيب كشفه باستخدام وسائله التشخيصية[٤]. فالأمراض السيكوسوماتية: أعراض جسمية تنشأ عن

---

[١]. إبراهيم متولى عباس، «**الضغوط النفسية وعالقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض متغيرات الشخصية لدى معلم المرحلة الابتدائية**»، ص ١١١.

[٢]. إبراهيم عبد الستار وعسكر عبد الله، «**علم النفس الإكلينيكي في ميدان الطب النفسي**»، صص ٥٤-٥٥.

[٣]. عمر مصطفى الشواشرة وومى كامل الدقس، «**أنماط الشخصية وعالقتها بالاضطرابات السيكوسوماتية المنتشرة لدى عينة من المجتمع السعودي**»، ص١٠٧.

[٤]. الميلادى عبد المنعم، «**الأمراض والاضطرابات النفسيّة**»، ص٤٤.

عوامل انفعالية، وتتضمن جهازا عضويا واحد من الأجهزة التي تكون تحت تحكم الجهاز العصبي المستقل أو اللاإرادي[١].

كما أن لعلم النفس علاقة مع الأدب والنقد والعلاقة بينهما علاقة حتمية ذلك لأن التجربة الشعورية تعبير عن أصالة العنصر النفسيّ في محلة تأثر الفنان المبدع بل عن الصورة نفسها نتيجة انفعال نفسي يحدّد كثيرا من معالمها وأقسامها وأكثر من ذلك فالعمل الفني يؤثر نفسيا في القارىء.[٢]

فالتحليل النفسيّ منذ بداياته الأولى علاقته ارتباطيه موجبة مع الأدب ونجد هذه الإشارة في أعمال فرويد الأولى، حيث يبيّن "أن الممارسة التحليلية الأولى هي في جوهرها اختبار مبكر للكلام والخطاب" [٣].

٥. ٢. نبذة عن رواية الخائفون وكاتبتها

ديمة ونوس، كاتبة الروايات والقصص القصيرة السورية، هي من الكتاب الذين يُعرفون في مجال الأدب السوري المعاصر. هي ابنة سعد الله ونوس، الكاتب المسرحي المعروف في سوريا، وتأثّرت أعمالها بحياتها الشخصيّة والعائلية. رواية «الخائفون» من أهمّ أعمالها، حيث يمكن ملاحظة تأثير حياة وتجارب الكاتبة الشخصيّة بوضوح فيها. في هذه الرواية، تموت شخصيّة والد سلمى، التي تشبه والد الكاتبة الحقيقي، إثر إصابته بالسرطان. هذا الحدث يشبه كثيراً حياة ديمة ونوس الشخصيّة، مما يبرز التأثير المباشر لتجارب الكاتبة الفردية على أعمالها الأدبيّة.

رواية «الخائفون» لديمة ونوس، باستخدام عنوان مختصر ومتعدد الطبقات، تستعرض تجارب الخوف والقلق في المجتمعات المختلفة. كلمة «الخائفون» تمثل الوعي الجماعي بالخوف، الذي لا يقتصر على كونه فرديا بل ثقافيّا واجتماعيّا. في هذا العمل، يعمل الخوف كقوة مسيطرة في هيكل السرد، مما يؤدي إلى التمزق والانقسام في الزمن والشخصيات. الكاتب يستخدم هذه الطريقة

---

[١] عبدالمعطى حسن، «**الأمراض السيكوسوماتيّة**»، ص٣١.

[٢] بوصيع والآخرون، «**التحليل النفسيّ لرواية الانمساخ لفرانز كافكا**»، ص٥.

[٣]. رضوان ظاظا، «**مدخل إلى مناهج النقد الأدبيّ**»، ص٤٩.

لتصوير الوعي بالخوف والقلق في سياق ثقافيّ واجتماعيّ خاص[١].

رواية «الخائفون» تحكي قصة «نسيم» و «سلمي» الذين يُجبران على زيارة عيادة الدكتور «كميل» بسبب مخاوفهما الداخلية واضطراباتهما النفسيّة. من هذه النقطة، تبدأ فصول الرواية الفوضوية والمضطربة التي تتحرك بين مذكرات «نسيم» والحياة الحقيقية لـ«سلمي». مذكّرات «نسيم» تحتوي على أحداث تتشابه كثيراً مع حياة «سلمى». يعاني أبطال الرواية من مخاوف داخلية ناتجة عن الوضع الفوضوي والأزمات التي تعيشها سوريا، مما يسبب تشوش حياتهم وخلطها.

في هذا السياق، أثناء قراءة مذكّرات «نسيم»، يتذكر «سلمى» ذكرياته الماضية. التنقل بين الأوقات الواقعية والذهنيّة يجعله يتذكر تجاربه السابقة. بما أن «نسيم» لم يكشف عن اسمه بطل الرواية، ويشبهه في العديد من الجوانب، تعتقد «سلمى» أن «نسيم» قد سرق ذكرياتها. ومع ذلك، في نهاية الرواية، يكتشف أن شخصيات «نسيم» و«سلمى» هي بالكامل من صنع عقله والشخصيات الخيالية.

٣. مناقشة البحث (مستوى القلق والاضطراب للشخصيّة الرئيسة فى رواية الخائفون)

تتناول هذه الدراسة أبعاد الخوف والقلق لدى الشخصيّة الرئيسة في رواية الخائفون، مستندةً إلى استبيان زونغ لقياس درجة القلق والخوف لدى شخصيّة "سلمى". وفي هذا السياق، تمّ استخراج مؤشّرات الاستبيان ومقارنتها مع شواهد نصية منتقاة من الرواية، لتقديم تحليل دقيق لمظاهر الخوف والقلق. وقد تمّ بناء التحليل على أساس التصنيف النفسيّ والجسدي لمؤشرات القياس، مع الحرص على توظيف المعطيات السرديّة والإكلينيكية لتقديم صورة علميّة دقيقة عن الحالة النفسيّة لهذه الشخصيّة.

درجة اضطراب شخصيّة سلمى في رواية "الخائفون" بناءً على استبيان زونغ = ٦٤.

في تقويم ومنح الدرجات للأمثلة الشاهدة، يتمّ أخذ ثلاثة عوامل رئيسة في الاعتبار: أولاً، عدد الأمثلة الشاهدة؛ ثانياً، جودة الأمثلة الشاهدة؛ وثالثاً، توافقها مع سير القصة الرئيس. في هذا السياق، يعتبر العامل الثالث هو الأكثر أهمية .

---

[١]. رامي أبو شهاب، «**رواية «الخائفون» لديمة ونوس: أدب الصدمة بين التمثل الخطابي وسردية النسق**»، ص ٤٥٥.

ملحوظة: نظراً لضيق المقال، تم تضمين شاهد مثال واحد في مراجعة الأمثلة. وللمزيد من المعلومات، تراجع أرقام الصفحات الخاصة بالأمثلة الواردة في الجدول الإحصائي.

جدول١: استبيان زونغ في رواية الخائفون

المكون	صفحات الشواهد	التقويم
١.الشعور بالتوتر والقلق أكثر من المعتاد	١٤٥-٧٨-٦٣-٥٠	٤ معظم أو كل وقت
٢. الشعور بالخوف دون سبب	١١٩-١١٦-٤٣-١٦	٤ معظم أو كل وقت
٣.الانزعاج أو الخوف بسهولة	١٤٠-٨٢-٧٩-١٣	٤ معظم أو كل وقت
٤. الشعور بأنّ كل جزء من كياني ينفصل عن الآخر	١٥٦-٤٧-٤٥	٣ الكثير من الوقت
٥. الشعور بالاطمئنان التام وراحة البال	٦٦-١٨-١٥	٤ لا أو القليل من الوقت
٦.ارتعاش اليدين والقدمين	١٥٩-١٥١-١٤٧	٣ الكثير من الوقت
٧.المعاناة من الصداع وآلام الرأس والرقبة وآلام الظهر	٢٠-١٤	٢ جزء صغير من الوقت
٨. إغماء أو حالة مشابهة لها	١٠٠-٧١	٢ جزء صغير من الوقت
٩. الشعور بسهولة التنفس وعدم مواجهة أيّ مشكلة في ذلك	-١٦٦-١٦٢-٨٥-٩	٤ لا أو القليل من الوقت
١٠. الشعور بالخدر أو التنمّل أو الحرقة في أصابع اليدين والقدمين	١٤٥-١٣٦-١١٠-٨٨-١٩	٤ معظم أو كل وقت
١١. المعاناة من عسر الهضم وألم في المعدة	-٩٠-٥٤-٢٨/٢٧ ١٣٣/١٣٢	٤ معظم أو كل وقت

١٢. الشعور بالضعف والتعب بسرعة	٤٦-٥١-٥٤-٧٥-٧٩-	٤ معظم أو كل وقت
١٣. الشعور بالهدوء ويمكنني الاسترخاء بسهولة	٣٧-٤٢	٤ لا أو القليل من الوقت
١٤. الشعور بأنّ قلبي ينبض بسرعة	١٧-٥٤-٥٨-١٦٥	٣ الكثير من الوقت
١٥. المعاناة من ضغوط الدوار	١٧-١٠٩	٢ جزء صغير من الوقت
١٦. الحاجة الي التبول في كثير من الأحيان	-	١ لا أو القليل من الوقت
١٧. عضلات يديّ وقدميّ عادةً مشدودة وساخنة	١٠/٩-١٨	٢ جزء صغير من الوقت
١٨. إحساس الحرارة والدفء فى الوجه	١٢٧-١٢٩	٢ جزء صغير من الوقت
١٩. السهولة فى الغفو والتتمتع بنوم جيد ليلا	١١٠-١١١-١٤٢	٤ لا أو القليل من الوقت
٢٠.العرضة للكوابيس	٢٣-٢٤-٩٥	٤ معظم أو كل وقت

١. ٣. أ- المؤشّرات النفسيّة للقلق (الأسئلة من ١ إلى ٥)

١. الشعور بالتوتر والقلق أكثر من المعتاد

أبرز خاصية للشخصيّة الرئيسة في الرواية وبشكل عام على الغلاف السائد للعمل هي الخوف والقلق الشامل الذي ينعكس بوضوح في عنوان الرواية. طوال الرواية، تعيش الشخصيّة المحورية تجربة مستمرة من الخوف والقلق تجاه جميع جوانب حياتها. هذا الخوف والقلق ممزوج بروح وجسم الشخصيّة وكذلك مع الهيكل العام للرواية بحيث يشكل نوعاً من الهوية الموحدة. هذه الخاصية ليست مرئية فقط في سلوكيات وقرارات الشخصيّة الرئيسة، بل أيضاً في نسيج وبنية السرد

الروائي بشكل جيد.

«أضجر، فأنزل من السَّيَّارة، وأتمشَّى على الثلج بين السيّارات الكثيرة المنتظرة وراءنا وأمامنا. أعطش ولا أعثر على الماء الكثير الذي أحضرته وارتشفته من التوتر. ثمّ يصيبني الهلع من أن نموت محشورين في هذا المكان الضيّق، أو أن يطمرنا الثلج مع السيّارات الأخرى ونموت ميتة جماعيّة كما يموت السوريّون.[١]».

تصاب سلمى بنوبة من القلق والذعر الشديدين عندما تُحتجز أثناء السفر وسط الثلوج، فيغمرها الخوف والاضطراب بشكل يفوق المعتاد، وتحاول التخفيف من توترها بالمشي وشرب الماء، لكن الشعور بالقلق يتغلب على أي محاولة للطمأنينة، حتى يخالجها إحساس بأنها ستُدفن في هذا المكان وتفنى كما حصل مع السوريين، في إشارة غير مباشرة إلى الحرب السورية وما تحمله من دلالات على الفوضى السياسية في البلاد. وهذا الحدث يكشف كيف أن أهوال الحرب والقتل أثرت على سلمى، حتى أصبحت أيّ مشكلة بسيطة تثير لديها حالة من الذعر الشديد، وتُشعرها باقتراب الموت.

٢. الشعور با لخوف دون سبب

«تحت وقع هذه العبارة، كنت أعيش بالضبط. ليس للخوف صورة واحدة أو معنى واحد، إلّا أنّ ذلك يشرح الخوف من الخوف يتشارك أصحابه الطريق ذاته. طلبت منه أن لي أكثر معنى خوفه من الخوف، وقلت إنّ الكاتب هو الأقدر على الشرح ربّما. هل يعقل أن تتعطّل قدرتك على التخيّل؟[٢].».

تعتبر الكاتبة أن حياة سلمى، التي تمثلها في الواقع، تتجلّى من خلال الخوف، إذ لا يتخذ الخوف في حياتها شكلاً ثابتاً. وفي حوارات سلمى مع نسيم، يُعرّف الخوف بأنه "الخوف من الخوف"، وهو شعور نابع من الظروف المضطربة للعصر، ومن الصعوبات التي تمر بها البطلة، كوفاة والدها، والثورة، والفوضى في المجتمع، ما أدّى إلى تجذّر هذا الخوف داخلها. فهي لا تخاف فقط من الأشياء، بل تخاف أيضاً من الخوف نفسه، مما يجعل حالتها النفسيّة غير مستقرة. وتنعكس

---

[١]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص٦٣.

[٢]. المصدر نفسه، ص١٦.

هذه الاضطرابات النفسيّة بوضوح على امتداد النص، حيث تبدو سلمى خائفة من كل شيء، حتى من دون وجود سبب واضح لذلك.

اختلال الهلع ينشأ من نوبات متكرّرة ومفاجئة من الخوف والقلق تصل إلى ذروتها خلال دقائق[1]. هذا الاضطراب هو اضطراب فريد بين اضطرابات القلق حيث تكون أعراضه وعلاماته في المرحلة الأولى من الطبيعة الفيزيائية[2]. يعاني هؤلاء المرضى من حساسية شديدة تجاه الأحداث والحوادث غير المتوقعة[3]. تُقسم أعراض اختلال الهلع تقريباً إلى واحدة من ثلاثة أنظمة، تشمل النظام العصبي اللاإرادي (نبض القلب، التعرق)، والنظام التنفسي (ضيق في التنفس، ضيق في الصدر)، والنظام الإدراكي (الشخصنة، الخوف من فقدان السيطرة، الخوف من الموت[4]) .

٣. الانزعاج أو الخوف بسهولة

«فأنا تزيد الأسئلة من ارتباكي في لحظات الفزع المفاجئ تلك. تزيد من هلعي فكرة أنّني مطالبة بالتبرير والشرح والإجابة عن أسئلة تبدو لي عبثية[5].»

يشير الشاهد إلى اللحظات الأولى لتشكّل وهم "نسيم" في ذهن "سلمى"، حيث تشعر عند رؤيته بنوع من الارتباك. وكما تمّ شرحه في المقياس السابق، فإن هذا الارتباك يترافق مع شعور مفاجئ بالخوف، يؤدّي إلى طرح أسئلة داخلية في ذهنها. يوضح هذا المقطع من النص بشكل جليّ أن

---

[1] Meuret AE, Ritz T, Wilhelm FH, Roth WT, Rosenfield D ,« **Hypoventilation Therapy alleviates panic by repeated induction of dyspnea»**,*pp.539-546*

[2] Kong, He Y, Auerbach RP, McWhinnie C, Xiao J, «**Rumination and depression in chinese university students: The mediating role of over general autobiographical memory»**, pp. 221-224

[3] Hald-Poschardt D, Sterzer P, Schlagenhauf F, Pehrs C, Wittmann A, Stoy M, et al, «**Reward and loss anticipation in panic disorder: An fMRI study»**, pp. 111-117

[4] Khalsa SS, Feinstein JS, Li W, Feusner JD, Adolphs R, Hurlemam R, **Panic anxiety in human with bilateral amygdale lesions: pharmacological induction via cardiorespiratory interoceptive pathways**, pp. 3559-3566

[5]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص١٣.

شخصيّة "سلمى" قد وصلت إلى مستوى من القلق والهلع نتيجة المشاكل العائلية المتعددة، وعلى وجه الخصوص فقدان والدها الذي يُعدّ العامل الأبرز، إضافة إلى الظروف الحرجة التي كانت تمرّ بها البلاد في تلك الفترة. لذلك، فإنّ أيّ عامل خارجي كان يمكن أن يكون مصدراً للخوف والاضطراب النفسيّ لديها.

٤. الشعور بانفصال جزء من الكيان عن الآخر

«ورغبة بالبكاء تمور وراء صدري. ليست مجرّد رغبة بالبكاء والنَّشيج وذرف الدّموع، بل أبعد من ذلك. إنّها رغبة في اقتلاع ذاكرتي كلّها، ذاكرتي توجعني ولا تهدأ. فجأة، تفور الذكريات وترتطم بعضها ببعض، تبرطع في رأسي وتغلي، وأنا أتحوّل إلى روح تتعذّب في جسد مقفول.[١] »

تعتقد سلمى أن ما يسبب اضطرابها الذهنيّ والنفسيّ هو ذكرياتها المؤلمة من الماضي، لدرجة أنها تتمنّى لو كانت قادرة على محو ذاكرتها بالكامل. وتشمل هذه الذكريات تجارب عائلية مؤلمة، وعلى رأسها فقدان والدها، بالإضافة إلى صعوبة تقبّل هذه الخسارة الكبرى، وما خلّفته الحرب والأزمات السياسية في البلاد من آثار مدمّرة على استقرارها النفسيّ. كل ذلك نزع منها سكينتها ومزّق كيانها الداخلي. ومع ذلك، تظهر علامات تحسن نسبي في حالتها النفسيّة لاحقاً في السرد، خاصة عندما تردّد سلمى، بعد خروجها من عيادة طبيبها النفسيّ، كميل: «هذه المرة، لن يتمزّق جسدي جزءاً جزءاً»، وهو ما يعكس الأثر الإيجابي للجلسات العلاجية. بعد هذه المرحلة، تقبل سلمى لأول مرة حقيقة فقدان والدها، وتدرك أن نسيم ليس كائناً حقيقياً، بل تجسيداً لمخاوفها واضطراباتها النفسيّة.

٥. الشعور بالاطمئنان التام وراحة البال

«مرَّة، رويت لكميل كيف أنَّني في صغري كنت أتخيَل والَديّ وأختي الوحيد يتعرَّصون للاهانة أو الضرب أو التعذيب. أتخيّلهم يغرقون.[٢]»

كما أُشير في قسم الإطار النظري، فإن من الميزات التي تميّز هذا الاستبيان عن غيره من الأدوات

---

[١] . ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص٤٥.

[٢] . المصدر نفسه، ص٥٦.

المشابهة وتضعه في مرتبة أعلى، هو وجود بعض البنود ذات الحمولة الدلالية السلبية. والبند قيد المناقشة يندرج ضمن هذه الفئة. وبالنظر إلى عنوان الرواية ومسار أحداثها العام، يمكن ملاحظة أن الأجواء السائدة في العمل مشبعة بالحزن، والأسى، والخوف، والأحداث السلبية، مثل الحرب، ووفاة والد سلمى، واختفاء شقيقها أثناء الاحتجاجات والتحولات الثورية. واستناداً إلى الشاهد المُقدَّم، وفي ضوء محتوى الرواية عموماً، يمكن رفض هذا البند بشكل تام. فمن منظور شخصيّة سلمى، قد يكون كلّ لحظة في الحياة مناسبة لحدوث مأساة أو حادثة حزينة، وهذه النظرة تعكس بوضوح الحالة النفسيّة والعاطفيّة التي تسود الرواية.

يُظهر هذا المثال، أيضاً، أن سلمى في جلسة استشارتها مع كميل، عالم النفس الخاص بها، قد ذكرت أنها منذ طفولتها كانت تتخيّل أن عائلتها وأخوها الوحيد يتعرضون للإهانة والضرب. هذا المثال يوضح جيداً أنه على النقيض ممّا تدعيه، كانت سلمى دائماً مشغولة بأفكار وتخيلات ترى فيها احتمال حدوث أحداث سيئّة في أيّ لحظة ممكن.

٣. ٣. ب-المؤشّرات الجسديّة للقلق (الأسئلة من ٦ إلى ٢٠)

٦. ارتعاش اليدين والقدمين

«عبارتها تلك صفعتني. وشعرت بارتخاء في ركبتيّ. ورحت أسمعها تردّد العبارة بلا توقّف. وخفت.[١]»

بعد أن تكتشف سلمى أن شخصيّة "نسيم" في الرواية، التي كانت تعتبرها بطلة القصة، تحمل نفس اسمها، وأن هذه الشخصيّة - التي هي من صنع خيالها - قد "سرقت" بطريقة رمزيّة سرد حياتها، تعبّر في حوار مع ليلى، سكرتيرة عيادة معالجها النفسيّ (كميل)، عن أن هذا الحدث والعبارة التي سمعتها في هذا السياق، كانا بمثابة صفعة مفاجئة على وجهها، سببت لها الرعب، والشعور بالإذلال، واهتزازاً في ساقيها. هذا الوصف يُظهر بوضوح أن سلمى، نتيجة للتجارب المؤلمة في ماضيها والأحداث الصعبة التي مرّت بها - كالفقدان الأسري والضغوط الاجتماعيّة - قد وصلت إلى درجة من القلق والخوف المزمنين أدّت إلى توليد أوهام في ذهنها. وفي هذا السياق، فإن ردود فعلها الجسديّة - مثل ارتعاش قدميها وشعورها بالوهن - يمكن اعتبارها تجسيداً ملموساً للاضطرابات

[١]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص١٥١.

النفسيّة التي تعاني منها. وهكذا، لم تبقَ هذه الاضطرابات في الجانب الذهنيّ فقط، بل تركت آثاراً محسوسة على جسدها أيضاً.

٧. المعاناة من الصداع وآلام الرأس والرقبة وآلام الظهر

«نبضات قلبي بدأت بركضها اللّعين. دعساتها تتدفّق إلى صدري وشراييني وعنقي. فتحت الجزدان بسرعة، ورحت أبحث ملهوجة عن علبة الكزانكس. قسمت نصف حبّة ووضعتها تحت لساني كما أوصاني كميل في حالات الفزع الشّديد.[١]»

في اللقاء الخيالي بين سلمى ونسيم، عندما جلست سلمى أمام نسيم وبدأت تتناول القهوة، أصيبت بأعراض فيزيولوجية نتيجة للقلق والخوف الشديدين الناتجين عن وجودها في ذلك الموقف، مثل زيادة معدل ضربات القلب، زيادة تدفّق الدم، ألم في منطقة الصدر، والرأس والعنق. فوراً، لجأت سلمى إلى الأدوية التي وصفها لها طبيبها للتحكم في القلق وارتفاع ضغط الدم واستخدمتها. هذا المثال يوضح أن شخصيّة سلمى، حتى في المواقف غير الواقعية والخيالية، تعاني من الألم في مناطق الصدر، والعنق والرأس عند مواجهة الخوف والقلق، وهو ما يكون، غالباً، نتيجة لارتفاع ضغط الدم، إلى درجة جعلت طبيبها مضطراً لوصف الأدوية لها. هذه التفاعلات النفسيّة والجسديّة لسلمى واضحة طوال الرواية وتشير إلى التأثير العميق للقلق على صحّتها الجسديّة والنفسيّة.

يتميز القلق بأعراض متنوعة ظاهرة وخفية، ويشمل طيفاً واسعاً من الأعراض القلبية التنفسيّة التي تدلّ على تنبيه عالٍ للتشريح وتشمل نبض القلب، الدوار، الخدر، وعدم الراحة البطنية. من بين الأعراض الأخرى يمكن ذكر الأعراض البيئية مثل الخوف، القلق، صناعة الكوارث، تكرار الأفكار، قمع الأفكار، وتجنّب الأماكن أو المواقف، السلوكيات البحث عن الأمان، والقهر[٢].

٨. إغماء أو حالة مشابهة له

---

[١]. المصدر السابق، ص١٣.

[2]. Tully PJ, Harrison NJ, Cheung P, «**Anxiety and Cardiovascular Disease Risk: a Review**», p. 120

«أمّي زوّدت المدرسة بتقرير طبّي كتبه طبيب أعصاب، يقول فيه إنّني غير قادرة على الالتحاق بصفوف المدرسة، بسبب حالة انهيار عصبيّ تعرّضني لحالات إغماء مفاجئة أو شلل في الأطراف.[١]»

في الكتابات المتعلقة بشخصيّة نسيم، يُشار إليها كتجسيد ذهني لشخصيّة سلمى؛ حيث إن جميع كتابات نسيم تُعدّ في الواقع انعكاساً لذكريات سلمى الحقيقية، لا مجرد تخيلات مستقلة. ووفقاً لهذا التحليل، فإن نسيم ليس شخصيّة منفصلة، بل هو تمثيل نفسي-ذهني لسلمى في مواجهتها لذكرياتها المؤلمة في الماضي. تُعدّ وفاة والد سلمى نقطة التحول الكبرى في حياتها وبداية مشكلاتها النفسيّة والجسديّة، وذلك نتيجة الارتباط العاطفيّ العميق بينها وبينه، مما خلّف آثاراً نفسيّة مدمّرة.

وبعد هذا الفقدان، تدهورت حالتها النفسيّة إلى درجة اضطرّت والدتها إلى تقديم تقرير طبي للمدرسة. وفيما بعد، أصيبت سلمى بنوبة مفاجئة شبيهة بالغيبوبة والتشنّج، أدّت إلى شلل في أطراف جسدها. وتُعتبر هذه الأعراض الجسديّة والنفسيّة نتيجة مباشرة لاضطراب نفسي حاد ناتج عن عدم تقبّلها لحقيقة وفاة والدها؛ وهو السبب الرئيس الذي يُمكن اعتباره منشأ جميع أزماتها النفسيّة-الجسديّة لاحقاً.

٩. الشعور بسهولة التنفس وعدم مواجهة أيّ مشكلة في ذلك

«أنا التي كنت أخاف من الاختناق، أُصاب بالهلع من فكرة أنّ الهواء سينفد ولن يتسنّى لي أخذ المزيد منه، منه، وسأموت اختناقا.[٢]»

يُشبه هذا المقياس، كما في المقياس رقم ٥، الأبعاد السلبية للقلق والخوف. وبالاستناد إلى الشواهد النصّية والتحليل العام للسرد، يمكن رؤيته بوضوح في التجربة المعيشة لشخصيّة سلمى في رواية «الخائفون». كانت سلمى، نتيجة القلق والخوف المزمنين الملازمين لها، تشعر باستمرار بأنها على وشك الاختناق، وكأن الأوكسجين ينفد من حولها. وقد ورد في هذا المقياس بشكل صريح أنها كانت تتمنّى لو استطاعت تخزين كميّة أكبر من الأوكسجين، لأنّها كانت ترى في

[١]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص١٠٠.

[٢]. المصدر السابق، ص٩.

الاختناق سبباً حتمياً لموتها.

ويُعدّ هذا الخوف من نقص الأوكسجين، كرمز للاختناق النفسيّ، من أكثر المضامين تكراراً في استبيان شخصيّة سلمى. إنّ قلقها الوجودي وخوفها المستمر الناتجان عن حالتها النفسيّة غير المستقرة يجعلان من هذا الخوف الرمزي (الاختناق) أحد العناصر المحورية في سرديّة شخصيتها.

١٠. الشعور بالخدر أو التنمّل أو الحرقة في أصابع اليدين والقدمين

«أناملي. أخذت نَفَساً عميقاً. بحثت عن جزداني بهياج مبالغ به. ابتلعت نصف حبّة كزانكس مع ماء بارد أخذته من البرّاد.[١]»

«وأنا أصبت بدوار ونوبة هلع اكتسحت جسدي. ضاق نفسي، وعرق غزير راح يقطر من كّل جسدي. واحساس بالوخز كسا رقبتي وصدري وأصابعي وبطني[٢]»

في أحد المشاهد الذهنيّة في السرد، حين تدخل سلمى، في خيالها، إلى منزل نسيم ــ الذي تحوّل في سياق الرواية إلى حبيبٍ لها ــ وتواجه صور نساءٍ مجهولات، تُثار فيها استجابة عاطفيّة وجسديّة. هذا اللقاء الذهنيّ يُثير في نفسها مشاعر التملّك والغيرة، ويؤدّي إلى ظهور أعراض جسديّة مثل ألم في المعدة وحرقة في أصابع يديها. ورغم أن هذه المشاهد لا وجود لها في الواقع الخارجي، بل هي من صنع عقلها وتوهّماتها، فإن الأعراض الجسديّة الناتجة عنها حقيقية بالكامل، ولها جذور في التوترات النفسيّة العميقة والمشكلات العاطفيّة غير المحلولة من ماضيها.

تعكس إعادة تمثيل مثل هذه المشاهد أن جسد سلمى يعمل كذاكرة لاواعية، يُعيد إنتاج الجروح القديمة والذكريات المؤلمة على شكل آلام جسديّة لحظةَ التجربة النفسيّة. وتُعرف هذه الظاهرة في الطب النفسيّ بمصطلح «التجلي النفسجسدي»، وقد تكررت مراراً في شخصيّة سلمى. فعلى سبيل المثال، في أحد أجزاء الرواية، حين تحاول سلمى إجراء مكالمة هاتفية مع الشخصيّة الرئيسة في القصة، نسيم (الذي هو في الواقع صورة ذهنية من ذاتها)، تشعر مجدداً بنفس الحرقة في أصابعها.

في المثال الثاني، تلاحظ ظاهرة نفسيّة جسديّة (psychosomatic phenomenon) بعد تفاعل تخيلي هاتفي مع شخصيّة رواية نسيم، والتي كلاهما، أي نسيم والرواية، هما من إنتاج عقل

---

[١]. المصدر السابق، ص٨٨.

[٢]. المصدر نفسه، صص١٤٧-١٤٨.

سلمى. وعلى الرغم من أنّ الأحداث كانت خيالية، إلّا أنّ الأعراض الجسديّة الحقيقية ظهرت لدى سلمى، بما في ذلك الألم والحرقة في الأصابع والتعرق الشديد. أدّت هذه الردود الفسيولوجية الناتجة عن التجارب الخيالية إلى إصابات جسديّة ونفسيّة ملحوظة لسلمى. تشير هذه الدراسة إلى التأثير العميق للتخيلات على الصحة الجسديّة والنفسيّة للأفراد.

تم إثبات أنّ الهدوء يعمل كعامل فعّال في تقليل ضغط الدم لدى المرضى المصابين بارتفاع ضغط الدم[1]. أظهرت الأبحاث أنّ الهدوء يمكن أن يساعد في تقليل اضطرابات القلب، تخفيف الألم وإزالة العواطف الضارة. ومع ذلك، في حالة شخصيّة سلمى، لم يتمّ ملاحظة هذه الآثار الإيجابية. بالعكس، أدّى ارتفاع القلق وضغط الدم لدى سلمى إلى ظهور الألم والمشاكل الفسيولوجية.

١١. المعاناة من عسر الهضم وألم في المعدة

«الجوع يشعرني بالأمان. الجوع يشعرني بالأمان، فراغ معدتي يشي بفراغ رأسي وذاكرتي وروحي. أحبّ ذلك الفراغ. أروح أبرطع فيه كغيمة صغيرة وحيدة في سماء شاسعة. الجوع يشعرني بالخفّة، يحرّرني من أيّ التزام، مرهق حتّى التزام الهضم. عمليّة الهضم تحتاج إلى جهد لم أعد أحتمله. القلب يضطرّ للخفقان أكثر من المعتاد والمصارين تنقبض وتنفرج، والبطن يصدر أصواتا.[2]»

الشاهد المذكور في النص يُظهر بوضوح أنّ شخصيّة سلمى في رواية الخائفون تُعاني بشكل مزمن من مشكلات في الجهاز الهضمي، لا سيّما آلام المعدة وعسر الهضم؛ حيث لا تُعدّ شعورَ الجوع إشارةً إلى حاجةٍ جسديّة، بل تعتبره تجربةً من "الخفة" والتحرر. ترى سلمى عمليةَ الهضم كأمرٍ مرهق للغاية ومصحوب بالتوتر، وتهرب منها قدر المستطاع. فهذه العملية، من وجهة نظرها، ترافقها أعراض مثل تسارع نبضات القلب، وانقباض وانبساط في المعدة والأمعاء، وأصوات مزعجة تصدر عن البطن؛ وهي كلّها مؤشرات تدلّ على اضطرابات جسديّة ناتجة عن ضغوط نفسيّة.

---

[1] Doufesh H, Faisal T, Lim K-S, Ibrahim F, «**EEG spectral analysis on Muslim prayers**», p. 11-18

[2]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص ٥٤.

تحليل هذه الحالة يُبين أنّ الألم والمعاناة النفسيّة المتراكمة في حياة سلمى، لا سيّما بعد التجارب العاطفيّة والنفسيّة القاسية التي مرّت بها، أدّت إلى ظهور أعراض نفسجسديّة (Psychosomatic). ومن بين أكثر الاضطرابات التي تنتج عن التوتر العصبي والقلق المزمن شيوعاً، تلك المتعلقة بالجهاز الهضمي ومشاكل الهضم. أمّا في حالة سلمى، فقد تفاقم الوضع لدرجة أنها باتت تمتنع حتى عن تناول الطعام اليومي؛ لأنّها لا تريد أن تواجه من جديد الآلام الجسديّة الناتجة عن عملية الهضم، أو الذكريات المؤلمة التي ترتبط بها.

إنّ الضغوط النفسيّة التي يتعرض لها الأفراد قد تؤثر على السلوك في الكثير من النواحي الانفعالية والشخصيّة، كما أنّها قد تسبب الكثير من الاضطرابات السيكوسوماتية الجسديّة[١].

١٢. الشعور بالضعف والتعب بسرعة

«أصعد الدرج الطويل إلى الطابق الثالث. ألتقط أنفاسي وراء الباب الخشبي، وألملم لهاثاً تتعدّد أسبابه بين تعب وقلق.[٢]»

استناداً إلى تحليل المؤشّر السابق، فإن شخصيّة سلمى في رواية الخائفون تعاني من ضعف جسدي شديد نتيجة للاضطرابات الهضمية والمشكلات المزمنة التي نشأت عن التجارب المؤلمة والصدمات النفسيّة التي مرّت بها في الماضي. هذا الضعف الجسدي، المتجذّر في الضغوط النفسيّة المستمرة والطويلة الأمد، يظهر بشكل ملموس في سلوكياتها وردود أفعالها الجسديّة. ووفقاً للشاهد المذكور في النص، فإنّ سلمى نفسها تُرجع سبب اللهاث المتكرّر لديها إلى عاملين اثنين: الإرهاق الناتج عن الضعف الجسدي، والقلق المستمر الذي يرافقها في جميع مواقف الحياة.

١٣. الشعور بالهدوء وإمكان الاسترخاء بسهولة

«أصيح: «صباح الخير يا جدّي». فهو ضعيف السّمع. يهزّ برأسه ويقول مبتسماً: «أهلاً أهلا ..». أذهب إلى المطبخ الصغير والبارد. جدّتي تعانقني وتحضّر لي الفطور، وهو أطيب فطور تذوّقته في

---

[١] عباس إبراهيم متولي، «**الضغوط النفسيّة وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض متغيرات الشخصية لدى معلم المرحلة الإبتدائية**»، ص١١١.

[٢]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص٤٦.

حياتي (بيض مخفوق ومقلي بزيت الزيتون لبنة بلديّة زبدة مخضوضة من صنعها زيتون زيت وزعتر صحن حمّص، خبز طازج من مخبز جارتنا (ليلى).[١]»

هذا المؤشر، كما هو الحال مع المؤشرين رقم ٥ و٩، يركّز على الأبعاد السلبية للقلق ويهدف إلى قياس شعور الراحة والطمأنينة في الحياة. وبالنظر إلى البنية النفسيّة العامة في رواية الخائفون، خصوصاً فيما يتعلّق بشخصيّة سلمى، يمكن القول إنّ هذا المؤشر لا ينطبق بشكل دقيق على حالتها. فسلمى، على امتداد الرواية، شخصيّة تعاني من القلق، ومخاوف عميقة، وشعور دائم بعدم الأمان، ونادراً ما تختبر حالة من الراحة أو السكينة، حتى ولو للحظات عابرة.

الشاهد السرديّ الوارد في النص يشير إلى جزء من الرواية يحاول فيه كميل، الأخصائي النفسيّ، أن يدفع سلمى إلى تذكّر ذكريات إيجابية من طفولتها، وهي ذكريات ترتبط في الغالب بالرحلات الدورية إلى قرية والدها والإقامة بجانب جدتها. يمكن اعتبار هذه المرحلة من حياة سلمى الوحيدة التي اتسمت بشيء من الهدوء والإيجابية. ومع ذلك، وفي السياق العام للرواية ومن خلال تحليل شامل لشخصيتها، يتبيّن أن هذه الذكريات القليلة والمتفرقة غير كافية لجعل مؤشر الشعور بالراحة والرفاهيّة ذا مصداقية في حالتها.

وعليه، واستناداً إلى الأدلّة السرديّة والتحليل النفسيّ، يمكن القول إنّ هذا المؤشر يفتقر إلى الانطباق المعنوي على شخصيّة سلمى، إذ إنّها تعاني من قلق متجذّر وخوف مزمن يشكّلان جزءاً من كيانها، مما يحرمها من إمكانية اختبار الطمأنينة المستدامة.

١٤. الشعوربالخفقان الشديد للقلب

«قلبي كاد يخرج من وراء أضلاعي من عزم ضرباته. عندما يطرق قلبي في صدري، أشعر من عزم الطرق أنّه صعد إلى حلقي، وأكون على وشك الاختناق به.[٢]»

المثال المشار إليه يتعلّق بمشهد من رواية الخائفون تحاول فيه سلمى أن تتواصل مع شخصيّة البطلة في الرواية، أي "سلمى" في سرد نسيم - وهي في الحقيقة انعكاس خيالي لذاتها. يمكن تفسير هذه المحاولة، على مستوى رمزي، كمواجهة مع ذاتها القلقة والمجروحة، وهي مواجهة تثير فيها

[١]. المصدر السابق، ص٣٧.

[٢]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص١٦٥.

استجابة نفسجسمانية شديدة. فالخوف والقلق الناجمان عن هذه التجربة الذهنيّة يؤديان إلى خفقان شديد في القلب وشعور يشبه الاختناق.

كما تمّ التأكيد عليه في تحليل المؤشرات السابقة، فإنّ جزءاً كبيراً من مخاوف سلمى وقلقها يتشكل في البُعد الخياليّ والذهنيّ، غير أنّ تأثيراتهما تظهر بوضوح في جسدها. فالأعراض الجسديّة، مثل خفقان القلب، وحرقة في الأطراف، وشعور بالاختناق، تُعدّ انعكاساً مباشراً لصدماتها النفسيّة غير المعالجة، لا سيّما فقدان والدها والتعلّق العاطفيّ العميق به، وهي أمور تتكرّر في السرد مراراً.

لقد ترسّخت الأمراض النفسجسمانية في شخصيّة سلمى إلى درجة أصبحت فيها المعالجة الدوائية هي الحلّ الدائم والمألوف لديها للتخفيف من حدّتها. ويُعدّ اللجوء المتكرّر إلى تناول الأقراص مباشرة بعد ظهور أعراض القلق، وخاصّة خفقان القلب، من العناصر المتكررة في الرواية، مما يدلّ على شدّة معاناتها النفسجسمانية واستمراريتها.

١٥. المعاناة من ضغوط الدوار

«ثمّ زاغت عيناي وشعرت بدوار يحفّ برأسي وقشعريرة تتسرّب من عنقي إلى ركبتيّ، إذ وجدت نعوتي! كتب نسيم نعوتي في يوم من الأيام وطبعها.[١]»

في أحد مقاطع رواية الخائفون، تتخيّل سلمى أن نسيم - الشخصيّة الخيالية التي صنعتها في ذهنها - قد قام بطباعة إعلان نعيها، وينوي أن يُصوّرها في الرواية كشخصيّة ميتة. هذا التصوّر الذهنيّ يُقابل فوراً بردود فعل جسديّة عنيفة لدى سلمى، من بينها الدوار، والشعور بالبرودة في منطقة الرقبة والركبتين، وهي جميعها من الأعراض التي تشير إلى نوبة قلق حادّة وأزمة نفسجسمانية.

تُظهر هذه الاستجابات أنّ القلق والخوف قد تغلغلا بعمق في البنية النفسيّة لشخصيّة سلمى، لدرجة أنّ الأحداث الخيالية أصبحت مؤلمة ومثيرة للتوتّر بنفس قدر الأحداث الواقعية. في الواقع، لقد اختلّت الحدود بين الخيال والواقع في ذهن سلمى، وهي تعيش أحداثها الذهنيّة والداخلية كما لو كانت وقائع عينية. ويمكن تفسير هذه الظاهرة في إطار نظريات الاضطرابات الانشقاقية

[١]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص١٠٩.

(Dissociative Disorders) والذهان الخفيف (Mild Psychosis).

إنّ خلق شخصيّة نسيم وسردها يُعدّ في الحقيقة آلية دفاعية ذهنية تحاول من خلالها سلمى أن تُعيد تمثيل آلامها الداخلية. ومن خلال الإسقاط (projection) وابتكار شخصيّة خارجية، تسعى إلى مواجهة الجراح النفسيّة العميقة، وخاصة فقدان والدها الذي لا تُسمّيه بـ"الموت"، بل بـ"الذهاب". غير أنّ هذه الآلية الذهنيّة لا تُسهم في تهدئة حالتها النفسيّة، بل تؤدّي إلى تفاقم الأعراض النفسجسمانية وظهور الآلام الجسديّة، بحيث تصبح التجربة الذهنيّة والخيالية لديها قريبة جداً من واقع محسوس لا يقلّ قسوة.

١٦. تعجل البول وتسارعه أو المثانة العصبية

فيما يتعلّق بهذا المؤشر، لا يُقدّم الكاتب مثالاً مباشراً في النص حول شخصيّة سلمى. الحالة الوحيدة التي يُشار فيها إلى اضطرابات مثل كثرة التبول تتعلّق بوالد سلمى، وذلك بعد أن مرّ بتجربة الفرار من الحيّ ومن البلاد إثر الحروب والاضطرابات الاجتماعيّة. في هذا الجزء، تُشارك والدة سلمى هذا الأمر معها، ويُلمح الكاتب بشكل غير مباشر وفي مستوى خفي إلى هذه العلامة كأحد تجليّات الاضطرابات النفسجسمانية الناتجة عن القلق والخوف لدى والدها.

ومع ذلك، فإنّ شخصيّة سلمى - بصفتها الشخصيّة الرئيسة في الرواية - لا يُركّز الكاتب في حالتها على هذا النوع من الأعراض الجسديّة. بل يتمّ التركيز بوضوح على العلامات المرتبطة بالجهاز الهضمي واضطرابات المعدّة، باعتبارها الانعكاسات البدنية الأساسية للقلق والآلام النفسيّة التي تعانيها. على مدار الرواية، تتكرّر الإشارات إلى الشكاوى الجسديّة لدى سلمى في ما يخصّ المعدة، حرقة الأطراف، وخفقان القلب، في حين أنّ كثرة التبوّل أو مشكلات الجهاز البولي لا تجد لها مصداقاً في حالتها.

بناءً على ذلك، يمكن الاستنتاج أنّ هذا المؤشر لا ينطبق بشكل مباشر على تحليل شخصيّة سلمى في الخائفون، بل يمكن اعتباره إشارة عابرة وغير محورية تتعلق بشخصيّة ثانوية - وهي والد سلمى - الذي عانى من علامات القلق الحادّ أثناء تجربة الهروب والنفي. أمّا التركيز الأساسي للكاتب، فينصبّ على التجليات الأخرى للاضطرابات النفسجسمانية، ولا سيّما في الجهاز الهضميّ والقلب، في شخصيّة البطلة الرئيسة للرواية.

١٧. عضلات الايدى والقدمين المشدودة والساخنة

في هذا السياق، يُشار إلى أن الخطاب لا يتناول شخصيّة سلمى مباشرة في النص، بل يُذكر فقط حالة واحدة تتعلّق باللقاء العقلي الأوّل بين شخصيّة "سلمى" و "نسيم" – والتي تعتبر في الحقيقة تجلّياً خيالياً وانعكاساً نفسياً لسلمى نفسها، حيث يُعتبر من الصفات البارزة لنسيم من منظور سلمى وجود عظام بارزة وصلبة؛ صفة تجذب انتباه سلمى بشكل غير عادي وتجذبها نحو هذه الصلابة. النقطة الملحوظة هنا هي أنّ سلمى نفسها لا تعرف سبب هذا الجذب ولم تشر إليه أبداً في جلسات علاجها مع معالجها النفسيّ "كميل". يمكن اعتبار هذا الوصف رمزاً لرغبة سلمى الداخلية في الاستقرار والثبات؛ صفة تشعر سلمى بنقصها في نفسها وتعيد إنتاجها الآن في خيالها. بما أنّ "نسيم" لا وجود له في الواقع وهو مجرد خلق ذهني لشخصيّة سلمى، فإنّ هذا التجلّي الخاص للصلابة الجسديّة يمكن أن يُفسر كانعكاس لرغبة سلمى اللاواعية في اكتساب الثبات والأمان النفسيّ.

١٨. احساس الاشتعال والدفء في الوجه

«مفتوح أمامها ريثما تنتهي من وجبة الغداء. فتحت الباب لأجد نسيم واقفًا بصعوبة، يتنفّس بسرعة، والعرق يتصبّب من جبينه ومن مسامات جسمه كلّها فيترك أثراً داكنا تحت الإبطين وعند ثنيات البطن وعلى الظهر. قال لي إنّه يموت وأمّي ظلّت جالسة أمام صحنها بلا اكتراث يُذكر. مددته على كنبة الصالون، وأحضرت له كيساً مملوءاً بقطع الثلج، وضعته على جبينه، كما طلب منّي بالضبط».[١]

المشهد الذي يشير إلى اللقاء بين نسيم وسلمى، كما تمّت الإشارة إليه في التحليلات السابقة، يُعدّ في الواقع انعكاساً لعملية ذهنية تعيشها الشخصيّة الرئيسة في الرواية، وهي سلمى؛ إذ إنّ نسيم ليس شخصيّة حقيقية، بل هوخلقٌ ذهني واستعارة لوجهٍ آخر من وجوه سلمى نفسها. في هذا المشهد، يُوصَف وجه نسيم بأنّه محمرّ، مبلّل بالعرق، وقلق؛ وهي ملامح تمثّل في الحقيقة المظهر الخارجي للقلق الداخلي والخوف المتجذّر في سلمى الذي تجلّى من خلال آلية نفسيّة تُعرف بالإسقاط (Projection).

---

[١]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص١٢٩.

هذا التجلّي النفسجسدي، ولا سيّما من خلال التعرّق واحمرار الوجه، لا يقتصر على هذا المشهد فحسب، بل يتكرّر في مواضع عديدة من السرد، ويُصبح أحد المؤشرات الفسيولوجية الثابتة للقلق الحادّ لدى شخصيّة سلمى. فشعور الخوف المزمن الذي يهيمن على حياتها يظهر من خلال أعراض جسديّة مثل التعرّق، احمرار الوجه، خفقان القلب، وحرقة الأطراف.

في هذا التأويل، يمكن اعتبار نسيم بمثابة مرآة نفسيّة تعكس الاضطرابات الداخلية لسلمى بحيث تُنسب كلّ استجابة جسديّة أو انفعالية تظهر على نسيم في الواقع إلى سلمى ذاتها. ومن ثمّ، فإنّ احمرار الوجه والعرق البارد الظاهر على نسيم يُعدّ تجلّياً مباشراً واستعارياً للتجربة القَلِقة التي تأصّلت في نفس سلمى وجسدها، وظهرت كجزء لا يتجزّأ من كيانها النفسيّ.

من منظور التحليل النفسيّ، يمكن تفسير العلاقة بين سلمى ونسيم في إطار "انشطار الأنا" (Ego Splitting) و"تمثيل اللاوعي للذات الأخرى". نسيم، بوصفه شخصيّة مُتَخَيَّلة في ذهن سلمى، ليست مجرد إسقاط بسيط، بل تمثل نصفاً مكبوتاً، متألماً، وراغباً في ذات الوقت من شخصيّة سلمى.

ولهذا، يجب تحليل كل علامة تظهر في ملامح نسيم باعتبارها انعكاساً لموضوع الصدمة النفسيّة عند سلمى. وبشكل خاص، يمكن أن يُعدّ تورّد الوجه والتعرق رمزاً لمواجهة مفاجئة للذات مع "الواقع المثير للقلق (*Real of Trauma*) "؛ وهذا الواقع، بالنسبة لسلمى، يتمثل في موت الأب وعدم قدرتها على الحِداد عليه بطريقة صحية.

١٩. السهولة في الغفو والتتمتع بنوم جيد ليلا

قبل أيّام قليلة، رأيت كابوسًا أيقظني مذعورة.[١]

يُعدّ هذا المؤشر من الحالات النادرة التي تُقاس فيها الأبعاد الإيجابية والمباشرة للقلق والخوف من خلال اضطرابات النوم. وبالاستناد إلى الشواهد المتكرّرة في نصّ رواية الخائفون، تعاني شخصيّة سلمى بشدّة من الأرق والكوابيس المتكرّرة؛ وهي مسألة تتكرّر باستمرار على مدار السرد بوصفها عنصراً دائماً. إنّ غياب النوم الهادئ وظهور الأحلام المخيفة باستمرار يُمثّل تجسيداً ملموساً للقلق المتأصّل والتجارب المؤلمة التي مرّت بها، ولا سيّما صدمة فقدان والدها التي تُعدّ نقطة

[١]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص١١١.

تحوّل في إصاباتها النفسيّة.

ومن ثمّ، يمكن القول إنّ نوعية النوم في الرواية لا تُعدّ مجرّد حالة جسديّة، بل أداةً لعرض طبقات أعمق من الاضطراب النفسيّ. وتكرار الكوابيس عبر الرواية يُظهر امتداد واستمرارية القلق الذي تأصّل في التجارب المؤلمة التي عاشتها سلمى، ما حوّل النوم من حالة خلاص وراحة إلى لحظة معاناة وإعادة إنتاجٍ مستمرٍّ للخوف.

٢٠. عرضة للكوابيس

ثمّ فكّرت بالبصل المسلوق الذي كان نابتاً من رأس الرجل مجهول الهوية. قاسية هي هذه الأحلام؛ فأنا لا أكاد أتخلّص من لهاث اليوم الطويل عبر النوم، حتى يلاحقني اللهاث في الحلم.[١]

كما تمّ تفصيله في المؤشر السابق، تعاني شخصيّة سلمى في رواية الخائفون بشكل دائم من اضطرابات نوم شديدة ناتجة عن القلق والصدمات النفسيّة الماضية. وفي هذا المؤشر، بالإضافة إلى استمرار الكوابيس المخيفة، يُشار أيضاً إلى صعوبة الدخول في النوم. فسلمى لا تُحرم فقط من نوم هادئ ومتواصل، بل إنّ عملية الانتقال إلى النوم بحدّ ذاتها تُعدّ معاناة؛ وكأنّ عقلها القَلِق والمضطرب لا يسمح لها بالاستسلام والولوج إلى سكينة النوم.

في المثال الذي يُدرس، تشير الشخصيّة إلى صورة كابوسية ورمزية: "رأس رجل نبت منه بصل مسلوق"؛ وهي صورة سريالية يمكن أن تُعبّر عن التداخل بين الآلام الجسديّة والنفسيّة. وفيما بعد، تصرّح سلمى باستمرار التعب والمعاناة التي لا تفارقها حتى في النوم. هذا التصريح يوضّح أنّ النوم بالنسبة لها ليس فرصةً لاستعادة الراحة النفسيّة، بل مساحة لإعادة إنتاج آلام وقلق أعمق نابع من الماضي.

٤. النتائج

في رواية "الخائفون"، يتجلى جانبان اثنان من القلق النفسيّ والجسدي في شخصيّة البطلة الرئيسة، سلمى، بوضوح، مما يجعلها مشغولة بهما طوال حياتها. كما أنّ استبيان زونغ يركّز أيضاً

[١]. ديمه ونوس، «**الخائفون**»، ص٢٣.

على هذين النوعين من القلق، مؤكداً هذا الارتباط، ويمكن من خلاله قياس هذين البعدين بشكل جيد.

أثبتَ مقياسُ اضطراب زونغ (SAS) فاعليّته كأداة تحليلية في الكشف عن المكوّنات النفسيّة العميقة للشخصيّة الرئيسة (سلمى) فى «الخائفون». ومن خلال تطبيق هذا المقياس على مستوى السرد الأدبيّ، تبيّن أنّ القلق ليس مجرد شعور عابر لدى "سلمى"، بل هو بنية ذهنية وجسديّة متجذّرة تتغلغل في أعماق النفس، وتظهر عبر مؤشرات سلوكية وجسديّة متكرّرة مثل الخوف والقلق دون سبب، وخفقان القلب، والأرق، والكوابيس، واضطرابات الجهاز الهضمي. وبالتالي، أتاح هذا المقياس فهماً أعمق لطبقات الوعي واللاوعي في الرواية، وساهم بشكل علمي ومنهجي في تتبّع العلاقة بين اللغة السرديّة وحالات القلق المرضي.

أظهر تحليل نتائج هذا المقياس أنّ شخصيّة "سلمى" تعاني من قلق شديد (درجة ٦٤)، وتظهر عليها أعراض مثل اضطرابات النوم، وخفقان القلب، والقلق المزمن، والأعراض النفسجسمية بشكل واضح. وهى تعاني من صدمات نفسيّة عميقة ناجمة عن الحرب، والقمع، والانهيار الاجتماعيّ والأسري؛ وهذه القضايا تعكس بوضوح حالة الصحة النفسيّة في المجتمعات والعائلات التي تمرّ بالأزمات. إنّ الترابط بين الظروف السياسية- الاجتماعيّة والحالة النفسيّة للشخصيات ــ كما يتجلّى في أعراض القلق ــ يُظهر كيف يمكن للأدب أن يتحوّل إلى مرآة حقيقية لعرض الاضطرابات الفردية والجماعية. وفي هذا السياق، وفّر استبيان زونغ منظوراً سيكومترياً يُمكّن من قراءة الأدب بوصفه وثيقة نفسيّة- اجتماعيّة تكشف تأثيرات الحرب والصدمات على النفس البشريّة. وهكذا، يُتيح هذا الدمج بين الأدب والعلوم النفسيّة أفقاً نقدياً جديداً في تحليل النصوص داخل المجتمعات التي تعيش أزمات.

قائمة المصادر والمراجع

أولاً: المصادر العربيّة

أ. الكتب

١.أحمد عكاشة وطارق عكاشة - **الطب النفسيّ المعاصر**، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، ٢٠١٨.

٢.ونوس، ديمة. **الخائفون**، بيروت: دارالآداب، ٢٠١٧م.

٣-إبراهيم عبد الستار وعسكر عبد الله، **علم النفس الإكلينيكي في ميدان الطب النفسيّ**، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ١٩٩٩.

٤- بوصيقع، م.، جبارة، إ.، ويزيد، م. **التحليل النفسيّ لرواية الانمساخ لفرانز كافكا**. جامعة الجلفة، الجزائر، ٢٠٢٤.

٥-رضوان ضاضا. **مدخل إلى مناهج النقد الأدبيّ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب**: الكويت، ١٩٩٧.

٦-عبد المعطي، حسن، **الأمراض السيكوسوماتية**، مكتبة دار الشرق: القاهرة، ٢٠٠٣.

٧- الميلادي، عبد المنعم، **الأمراض والاضطرابات النفسيّة**. مؤسسة شباب الجامعة الإسكندرية، مصر، ٢٠٠٤.

ب: المجلات

٨.أبو شهاب، رامي .(2024) .**رواية «الخائفون» لديمة ونوس: أدب الصدمة بين التمثل الخطابيّ وسرديّة النسق** .دراسات: العلوم الإنسانية والاجتماعيّة، ٥١(٣، ملحق ١)، ٤٥١-٤٦٢ . https://doi.org/10.35516/hum.v51i3.1237

٩.عباس، إبراهيم متولي. (٢٠٠٠). **الضغوط النفسيّة وعالقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض متغيرات الشخصيّة لدى معلم المرحلة الابتدائية**. المجلة المصرية للدراسات النفسيّة، ألانجلو مصرية، المجلد، ١٠ العدد، ٢٦ القاهرة.

١٠.الشواشره، عمر مصطفى، الدقس ومي كامل. (٢٠١٤). **أنماط الشخصيّة وعالقتها باالضطرابات السيكوسوماتية المنتشرة لدى عينة من المجتمع السعودي**. مجلة جامعة القدس المفتوحة لألبحاث

ثانياً: المصادر الفارسيّة

أ. الكتب

١١.کرمی ابوالفضل، **آشنایی با آزمون‌سازی و آزمون‌های روانی**. چاپ اول، تهران:روان سنجی. ١٣٨٢هـ.ش.

ب. الرسائل والأطاريح الجامعيّة

١٢.آذردست، م، ***تأثیر نوروفیدبک بر اختلال اضطرابی کارکنان شرکت بهره‌برداری نفت و گاز کارون* (پایان‌نامه کارشناسی ارشد)**، دانشگاه شهید چمران اهواز، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، گروه روان‌شناسی بالینی، ١٣٩٣هـ.ش.

ج. المجلات

١٣.فارسی، ب.، زارع، س.، و شاهرخی، ف، **جریان سیال ذهن در رمان *الخائفون* اثر دیمه ونوس** . فصلنامه علمی لسان مبین (پژوهش زبان و ادب عربی)، دوره ١٤ (جدید)، شماره ٥١، ٦٧-٨٨، ١٤٠٢هـ.ش. https://doi.org/10.30479/lm.2021.13433.3044

١٤.طلایی، علی، طوفانی، حمید، حجت، سیدکاوه، و جامی الاحمدی، زهره. (١٣٨٣). **بررسی تاثیر آشناسازی بیمار با کارکنان و محیط اتاق عمل در روز قبل از عمل جراحی توبکتومی بر اضطراب قبل از عمل جراحی. اصول بهداشت روانی**، ٦(٢٢-٢١)، ٥٧-٦١. SID. https://sid.ir/paper/88369/fa

ثالثاً: المصادر الإنجليزيّة

أ. الكتب

15.World Health Organization (WHO) (2022). The ICD-11 Classification of Mental and Behavioural Disorders. World Health Organization. .https://icd.who.int/browse11/l

16.zung WW. A self-rating depression scale. Archives of General Psychiatry.1965:12: 63-70.

17. Doufesh H., Faisal T., Lim K-S and Ibrahim F. EEG spectral analysis on Muslim prayers. 2012;37:11-18.

18.Tully, P.J, Harrison, N.J, Cheung, P. Anxiety and Cardiovascular Disease Risk: a Review. Curr Cardiol Rep 18, 120 (2016).

19.Meuret AE, Ritz T, Wilhelm FH, Roth WT, Rosenfield D. Hypoventilation Therapy alleviates panic by repeated induction of dyspnea. Journal Biological psychiatry: cognitive neuroscience and neuroimaging. 2018; 3(6): 539-546.

20. Kong., He Y, Auerbach RP, McWhinnie C. Xiao J. Rumination and depression in chinese university students: The mediating role of over general autobiographical memory. Personality and Individual Differences. 2015; 77(1): 221-224..

21. Hald-Poschardt D, Sterzer P, Schlagenhauf F, Pehrs C, Wittmann A, Stoy M, & et al. Reward and loss anticipation in panic disorder: An fMRI study. Gournal of Psychiatry Research: Neuroimaging. 2018; 271: 111-117.

22. Khalsa SS, Feinstein JS, Li W, Feusner JD, Adolphs R, Hurlemam R. Panic anxiety in human with bilateral amygdale lesions: pharmacological induction via cardiorespiratory interoceptive pathways. Journal Neuroscience. 2016; 36: 3559- 3566

دراسات في اللغة العربية وآدابها
(مجلة دوليّة محكّمة)

بررسی میزان اضطراب و نگرانی شخصیت اصلی در رمان «خائفون» بر اساس پرسشنامه اضطراب زونگ(S.A.S)

علی اصغر حبیبی *؛ حسن میرکمالی **

مقاله علمی-پژوهشی
صص ٢٦٥- ٢٢٧
DOI: 10.22075/lasem.2025.37584.1482

چکیده:

با تحول جوامع انسانی و ظهور رویدادهای فردی و اجتماعی دردناک، ترس و اضطراب به پدیده‌هایی رایج در زندگی انسان تبدیل شده‌اند. پژوهش حاضر با تکیه بر پرسشنامه اضطراب زونگ (SAS)، به تحلیل وضعیت روانی شخصیت اصلی رمان الخائفون، اثر دیمه ونوس، می‌پردازد. این مطالعه با رویکردی ترکیبی کمی-کیفی انجام شده است؛ به‌طوری که شاخص‌های اضطراب و ترس در شخصیت "سلمی" ــ قهرمان اصلی داستان ــ مورد بررسی قرار گرفت. داده‌های کیفی از تحلیل محتوای روایت استخراج گردید و داده‌های کمی از طریق ارزیابی گویه‌های پرسشنامه زونگ، که مشتمل بر ۲۰ سنجه و بر اساس مقیاس لیکرت چهاردرجه‌ای طراحی شده است، گردآوری شد. نتایج نشان می‌دهد که شخصیت مورد مطالعه از اضطراب شدیدی (با نمره ۶۴) رنج می‌برد و علائمی چون اختلالات خواب، تپش قلب، اضطراب مزمن و نشانه‌های روان‌تنی به وضوح در وی مشاهده می‌شود. تحلیل یافته‌ها آشکار می‌سازد که روایت ادبی، به‌ویژه در بستر بحران‌های سیاسی و جنگ‌های داخلی، می‌تواند بازتاب‌دهنده اختلالات روانی ناشی از خشونت، مهاجرت و فقدان باشد. به‌کارگیری ابزارهای روان‌سنجی در تحلیل ادبی، افزون بر ارائه درکی ژرف‌تر از وضعیت ذهنی شخصیت‌ها، امکان فهم تأثیرات روانی ساختارهای بحرانی در جوامع انسانی را نیز فراهم می‌آورد.

کلیدواژه‌ها: پرسشنامه اضطراب زونگ، رمان الخائفون، تحلیل روان‌شناختی ادبی، دیمه ونوس.

* – دانشیار گروه زبان و ادبیات عربی، دانشگاه زابل، ایران. (نویسنده مسئول). ایمیل.ali_habibi@uoz.ac.ir
** – کارشناسی ارشد گروه زبان و ادبیات عربی دانشگاه زابل، زابل، ایران.

تاریخ دریافت: ١٤٠٤/٠٢/١٣ هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٥/٠٣م- تاریخ پذیرش: ١٤٠٤/٠٦/٠٤هـ.ش= ٢٠٢٥/٠٨/٢٦م.