انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لانبوح به" لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش

بحث جامعي

إعداد:

رزا سيتي خديجة

رقم القيد: ٢١٠٣٠١١١٠١٥٨

قسم اللغة العربية و أدبها

كلية العلوم الإنسانية

جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

٢٠٢٥

انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لانبوح به" لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش

بحث جامعي

مقدمة لا ستيفاء شروط الاختبار النهائي للحصول على درجة سرجانا (S-1)

في قسم اللغة العربية وأدبها كلية العلوم الإنسانية

جامعة مولانا مالك إبرهيم الإسلامية الحكومية مالانج

إعداد:

رزا سيتي خديجة

رقم القيد: ٢١٠٣٠١١١٠١٥٨

المشرف:

محمد أنوار مسعدي, الماجستير

رقم الوظيف: ١٩٨١١٠١٢٢٠٢٣٢١١٠١٤

قسم اللغة العربية و أدبها

كلية العلوم الإنسانية

جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

٢٠٢٥

تقرير الباحثة

أفيدكم علما بأنني الطالبة :

الاسم : رزا سيتي خديجة

رقم القيد : ٢١٠٣٠١١١٠١٥٨

موضوع البحث : انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لانبوح به" لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش

أحضرته وكتبته بنفسي وما زدته من إبداع غيري أو تأليف الآخر. وإذا ادّعى أحد في المستقبل أنه من تأليفه وتتبين أنه من غير بحثي، فأن أتحمل المسؤولية على ذلك ولن تكون المسؤولية على المشرفين أو مسؤولي قسم اللغة العربية وأدبها كلية العلوم الإنسانية جامعة مولان مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

تحريرا بمالانج، ٢٠ مايو ٢٠٢٥

الباحثة

رزا سيتي خديجة

رقم القيد: ٢١٠٣٠١١١٠١٥٨

تصريح

هذا تصريح بأن رسالة البكالوريوس لطالبة باسم رزا سيتي خديجة تحت العنوان انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لانبوح به" لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش قد تم بالفحص والمراجعة من قبل المشرف وهي صالحة للتقدي إلى مجلس المناقشة لاستيفاء شروط الاختبار النهائي وذلك للحصول على درجة البكالوريوس في قسم اللغة العربية و أدبها كلية العلوم الإنسانية جامعة مولان مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

تحريرا بمالانج، ٢٠ مايو ٢٠٢٥

الموافق

المشرف

محمد أنوار مسعدي ,الماجستير

رقم التوظيف : ١٩٨١١٠١٢٢٠٢٣٢١١٠١٤

رئيس قسم اللغة العربية وأدبها

الدكتور عبد الباسط ,الماجستير

رقم التوظيف : ١٩٨٢٠٣٢٠٢٠١٥٠٣١٠٠١

المعرّف

عميد كلية العلوم الإنسانية

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA FAKULTAS HUMANIORA MALANG

فيصل ,الماجستير

رقم التوظيف : ١٩٧٤١١٠١٢٠٠٣١٢١٠٠٣

ب

تقرير لجنة المناقشة

قد تمت مناقشة هذا البحث الجامعي الذي قدمته :

الاسم : رزا سبتي خديجة

رقم القيد : ٢١٠٣٠١١١٠١٥٨

موضوع البحث : انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لانبوح به" لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش.

في قسم اللغة العربية وأدبها لكلية العلوم (S-1) وقررت اللجنة نجاحها واستحقاقها درجة سرجان الإنسانية بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج

تحريرا بمالانج، ٢٠ مايو٢٠٢٥

لجنة المناقشة التوقيع

١- رئيس المناقش : الدكتور الحاج سوتامان ,الماجستير ( )

رقم التوظيف : ١٩٧٢٠٧١٨٢٠٠٣١٢١٠٠٢

٢- المناقش الأول: محمد أنوار مسعدي ,الماجستير

رقم التوظيف : ١٩٨١١٠١٢٢٠٢٣٢١١٠١٤

٣- المناقش الثاني : الدكتور عبد المنتقم الأنصاري ,الماجستير ( )

رقم التوظيف : ١٩٨٤٠٩١٢٢٠١٥٠٣١٠٠٦

المعرف

عميد كلية العلوم الإنسانية

فضيل ,الماجستير

رقم التوظيف : ١٩٧٤١١٠١٢٠٠٣١٢١٠٠٣

ج

استهلال

(لَا يُكَلِّفُ اللهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا)

(البقرة : ٢٨٦)

إلى الذين وقعوا في الحب .. والذين وقعوان من الحب

(ساندرا سراج, ٢٠١٨)

اهداء

١. أمي السيدة " نور حسنة " ، شكرًا لكي على إقناع الباحثة الذي يشك في نفسه دائمًا، والذي لا يتوقف أبدًا عن الدعاء الباحثة، وفي نفس الوقت كونكما سببًا في وقوف الباحثة شامخًا لإكمال ما يجب إكماله.

٢. أختي الكبيرة، " فيتري ديلا نور أوغستين" وأختي الصغيرة " فارا بورناما ساري "

توطئة

الحمد لله رب العالمين وبه نستعين على أمور الدنيا والدين. أشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له, عالم الغيب والشهادة. هو الخالق البارئ المصور له الاسماء الحسنى, يسبح له ما في السماوات والأرض. وأشهد أن محمدارسول الله الذي انار الوجوه بنور دينه وشريعته الى يوم القيامة.

الحمد لله الحمد لله تمكن الباحثة من إكمال مهمته النهائية بعنوان انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لانبوح به" لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش. لا يمكن إكمال هذا البحث دون دعم ومشورة ومساعدة الأطراف ذات الصلة. شكرًا جزيلاً لأولئك الذين كانوا دائمًا مصدرًا للتشجيع والقوة أثناء عملية كتابة هذه الأطروحة. لأولئك الذين لم يتوقفوا أبدًا عن الإيمان بي، حتى عندما بدأت أشك في نفسي. وفي هذه المناسبة أود أن أعرب عن امتناني إلى :

١. فضيلة الأستاذ الدكتور محمد زين الدين مدير جامعة مولانا مالك إبراهيمالإسلامية الحكومية مالانج
٢. فضيلة الدكتور محمد فيصل عميد كلية العلو. الإنسانية جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج
٣. فضيلة الدكتور عبد الباسط رئيس قسم اللغة العربية كأدبها كلية العلو. الإنسانية بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج
٤. فضيلة محمد أنوار مسعدي, الماجستير المحاضر المشرف الذي أرشد الباحثة حتى تمكن أخيرًا من إكمال هذه المهمة النهائية.
٥. فضيلة الدكتور حليمي زهدي المسرف الأكاديمي

٦. أمي السيدة " نور حسنة " ، شكرًا لكما على إقناع الباحثة الذي يشك في نفسه دائمًا، والذي لا يتوقف أبدًا عن الدعاء الباحثة، وفي نفس الوقت كونكما سببًا في وقوف الباحثة شامخًا لإكمال ما يجب إكماله.

٧. أخواتي، " فيتري ديلا نور أوغستين و " فارا بورناما ساري " ، أشكركما على تشجيع الباحثة حتى انتهى أخيرًا من هذه المهمة النهائية.

٨. أحمد عفيف الممتاز ، شكرًا لك على مرافقة الباحثة خلال رحلته في الحرم الجامعي حتى تمكن الباحثة من الوصول إلى هذه النقطة.

٩. أصدقائي "فالنتينت أشيلا أمور فانريان، وكيلما عزتنا بالله، سلسبيلا ديندا فانيا، وموثات الفرداني"

١٠. جميع أصدقائ في قسم اللغة العربية كأدبها دفعة ٢٠٢١

١١. وأخيرًا، أشكرك لنفسك لأنك نجحت في البقاء على قيد الحياة حتى الآن لإثبات أنك تستحق أن تكون فخوراً بنفسك. نأمل أن تأتي إليك أشياء جيدة في المستقبل. ويأمل الباحثة أن يكون هذا البحث مفيداً لأشخاص آخرين سيكملون تعليمهم.

تحريرا بمالانج، ٢٠ مايو٢٠٢٥

الباحثة

رزا سيتي حديجة

رقم القيد: ٢١٠٣٠١١١٠١٥٨

مستخلص البحث

خديجة، رزا سيتي، ٢٠٢٥. انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لانبوح به" لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش. رسالة ماجستير، قسم اللغة العربية وآدابها، كلية العلوم الإنسانية، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، المشرف: م. أنوار مسعدي، الماجستير

الكالمت الأساسية:علم النفس، الانفعلات، الأدب

الرواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج تروي رحلةً عاطفيةً لبطل القصة إيلين، حيث تُصوَّر في مواقف عاطفية معقدة، تتناول الحبّ والنضال في مواجهة الجروح النفسية الخفية. في تلك القصة، تنخرط إيلين في عدة مواقف تجعلها تمرّ بتجارب تتعلق بالعائلة والصداقة وحتى الحب. يهدف هذا البحث إلى تحليل وكشف كيفية تصوير شخصية البطلة، أي الانفعلات التي تمر بها إيلين كشخصية رئيسية في رواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج، والتي سيتم تحليلها باستخدام نظرية علم النفس لـ ديفيد كريتش، والتي تؤكد على تفاعل العوامل الفسيولوجية والمعرفية والاجتماعية. تم الحصول على البيانات الأولية في هذا البحث من رواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج، والتي تتألف من ١٧٢ صفحة، ونشرتها دار دون للنشر عام ٢٠١٨ المنهج المستخدم في هذا البحث هو نظرية علم النفس الأدبي لـ ديفيد كريتش. أما نتائج هذا البحث فهي :(١) الانفعلات الأساسية التي تتمثل في الخوف، السعادة، والغضب عند إيلين.(٢) الانفعلات المرتبطة بتقييم الذات، والتي تتجسد في نجاح إيلين في خوض حياة جديدة مع أشخاص جدد مثل سام وآدم(٣) الانفعلات المرتبطة بالمحفزات الحسية، والتي تظهر من خلال الألم الذي تشعر به الشخصية الرئيسية(٤) الانفعلات المرتبطة بالآخرين، والتي تشمل الحبّ والكراهية . العوامل التي تؤثر على انفعالات ثلاثة، وهي: (١) العامل الفسيولوجي ويتمثل في مزاج إيلين، (٢) العامل المعرفي ويتمثل في إدراك إيلين للألم الذي تشعر به، و(٣) العامل الاجتماعي ويتمثل في عرض عمل قُدِّم لإيلين.

ABSTRACT

Khotijah, Reza siti, 2O25. The Emotions of the Main Character in the Novel “Ma La Nubuhu Bihi” by Sandra Siraj Based on the Psychological Perspective of David Krech. Thesis, Department of Arabic Language and Literature, Faculty of Humanities, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang, Advisor: M. Anwar Mas'adi, M.A"

Keywords: *Psychology, emotions, literature*

The novel “Ma La Nubuhu Bihi” by Sandra Siraj tells the emotional journey of the main character named Ellin, here she is depicted through various complex emotional situations, about love, and the struggle to face hidden inner wounds. In the story, Ellin is involved in several situations that make her experience several events regarding family, friendship and love. This study aims to analyze and reveal how the character of the main character, namely the emotions experienced by Ellin as the main character in the novel "Ma La Nabuhu Bihi" by Sandra Siraj, will be analyzed using David Krech's psychological theory which emphasizes the interaction of physiological, cognitive, and social factors. Primary data in this study were obtained from the novel "Ma La Nubuhu Bihi" by Sandra Siraj, this novel consists of 172 pages published by Dawn Publishing House in 2018. The approach used in this research is the theory of literary psychology by David Krech. The results of this study are (1) basic emotions in the form of feelings of fear, happiness, and anger in Ellin. (2) Emotions related to self-assessment in the form of Ellin's success in being able to live a new life with new people such as Sam and Adam, (3) emotions related to sensory stimuli in the form of pain in the main character, and (4) emotions related to other people in the form of love and hate. There are three factors that influence emotions: (1) the physiological factor, which refers to Ellin's mood, (2) the cognitive factor, which refers to Ellin's perception of the pain she experiences, and (3) the social factor, which refers to a job offer made to Ellin.

ABSTRAK

Khotijah, Reza siti, 2O25. Emosi Tokoh Utama Dalam Novel “Ma La Nubuhu Bihi” karya Sandra Siraj Berdasarkan Perspektif Psikologi David Krech. Skripsi, Jurusan Bahasa dan Sastra Arab, Fakultas Humaniora, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Pembimbing: M. Anwar Mas'adi, M.A"

Kata Kunci : Psikologi, Emosi, Sastra

Novel “ Ma La Nubuhu Bihi” karya Sandra Siraj menceritakan tentang perjalanan emosional tokoh utama yang Bernama Ellin, disini ia digambarkan melalui berbagai situasi emosional yang kompleks, tentang cinta, dan perjuangan dalam menghadapi luka batin yang tersembunyi. Dalam cerita tersebut, Ellin terlibat dalam beberapa situasi yang membuat ia harus merasakan beberapa kejadian tentang keluarga, pertemanan hingga cinta. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis serta mengungkap bagaimana karakter tokoh utama yaitu emosi yang dialami oleh Ellin sebagai tokoh utama pada novel "Ma La Nabuhu Bihi" karya Sandra Siraj yang akan dianalisis menggunakan teori psikologi David Krech yang menekankan pada interaksi faktor fisiologis, kognitif, dan sosial. Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari novel “ Ma La Nubuhu Bihi” karya Sandra Siraj, novel ini terdiri dari 172 halaman yang diterbitkan oleh dawn publishing house pada tahun 2018 . pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini ialah teori psikologi sastra oleh David Krech. Hasil dari penelitian ini ialah (1) emosi dasar berupa perasaan takut, kebahagiaan, kemarahan ellin. (2) Emosi yang berhubungan dengan penilaian diri berupa keberhasilan ellin yang bisa menjalani kehidupan baru dengan orang-orang baru seperti sam dan adam, (3) emosi yang berhubungan dengan stimulus sensor berupa rasa sakit yang tokoh utama, dan (4) emosi yang berhubungan dengan orang lain berupa cinta dan benci. Faktor yang mempengaruhi emosi ada tiga yaitu (1) faktor fisiologis berupa suasana hati ellin (2) faktor kognitif berupa persepsi ellin tentang rasa sakit yang dialami dan (3) faktor sosial berupa tawaran perkerjaan untuk ellin.

محتويات البحث

صفحة الغلاف

تقرير الباحثة ..... أ

تصريح ..... ب

تقرير لجنة المناقشة ..... ج

استهلال ..... د

إهداء ..... هـ

توطئة ..... و

مستخلص البحث ..... ح

مستخلص البحث (الإنجليزية) ..... ط

مستخلص البحث (لإندونيسية) ..... ي

محتويات البحث ..... ك

الصل الأول ١

مقدمة ١

أ. خلفية البحث ١

ب. أسئلة البحث ٦

ج. فوائد البحث ٦

الفصل الثاني ٧

الإطار النظري ٧

أ. العلم النفس الأدبي ٧

ب. الإنفعال ٩

ج. النظرية ديفيد كريتش (David Krech) ١٠

الفصل الثالث **٢١**
منهجية البحث **٢١**
أ. نوعية منهج البحوث ٢١
ب. البياانت ومصادرها ٢١
ج. طريقة جمع البيانات ٢٢
د. طريقة تحليل البيانات ٢٣
الفصل الرابع **٢٦**
عرض البيانات وتحليلها **٢٦**
أ. انفعلات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لا نبوح به"
للكاتبة ساندرا سراج ٢٧
ب. العوامل انفعالات للشخصية الرئيسية إلين في رواية ما لا نوبح به
للكاتبة ساندرا سراج ٥٣
الفصل الخامس **٦١**
الخاتمة **٦١**
أ. الخلاصة ٦١
ب. التوصيات ٦٢
قائمة المصادر والمّراجع **٦٣**
مراجع العربية **٦٣**
مراجع الأجنبية **٦٣**
سيرة ذاتية **٦٩**

الفصل الأول

مقدمة

أ. خلفية البحث

يعكس رواية العربية تاريخ طويل وغني الديناميكيات الثقافية والاجتماعية والسياسية في العالم العربي. كجزء من التقاليد الأدبية العربية الحديثة، بدأت الرواية تتطور في أواخر القرن التاسع عشر وأوائل القرن العشرين، حيث واجهت الثقافة العربية الفكر الغربي أثناء الاستعمار. في السابق، هيمنت الأشكال التقليدية مثل الشعر والمقامات والحكايات على الأدب العربي. وقد أدى الاستلهام من الروايات الغربية إلى ظهور أعمال نثرية طويلة باللغة العربية ذات مواضيع وأساليب ذات صلة بالمجتمع العربي (Pratiwi, 2024)

كانت أولا رواية معترف بها على نطاق واسع هي رواية زينب لمحمد حسين هيكل (١٩١٣) سردت قصة المجتمع المصري الريفي بطريقة سردي كان جديدًا في ذلك الوقت. ومنذ ذلك الحين، استمر هذا النوع الروائي في التطور، حيث قدم مؤلفون مثل طه حسين وتوفيق الحكيم ونجيب محفوظ ابتكارات في الشكل والمضمون. حتى أن نجيب محفوظ، وهو أحد أشهر الروائيين العرب، حصل على جائزة نوبل في الأدب عام ١٩٨٨ عن ثلاثيته الضخمة التي تصور حياة أهل القاهرة (Ismanto, 2024)

الدور الأدب بشكل غير مباشر مهم في وصف تعقيدات الحياة الإنسانية، بما في ذلك التجارب انفعالات التي تعتبر جزءًا لا يتجزأ من رحلة الحياة. لذا، فإن المقصود بالرواية هو شكل من أشكال العمل الأدبي النثري الذي يضم قصصًا خيالية، تصف التجارب الإنسانية في مختلف جوانب الحياة. وباعتبارها عمل

سردي طويل، عادة ما تحتوي الرواية على تطور قصص وشخصيات ومواضيع معقدة. يمكن للروايات أيضًا أن تعكس واقع المجتمع في عصرها. وغالبًا ما يستخدم الباحثةون الروايات كوسيلة لوصف تجاربهم الشخصية أو وجهات نظرهم عن العالم. وبهذا المعنى، تصبح الروايات وثائق ثقافية غنية تسجل التغيرات الاجتماعية والتقاليد والقيم السائدة. سواء كشكل من أشكال الترفيه أو كوسيلة استبطانية، فإنها تظل جزءًا مهمًا من التقاليد الأدبية العالمية التي لا تزال مزدهرة حتى اليوم(Anas, 2015)

تصوير الشخصية في القصة، وخاصة في العمل الأدبي نفسه، يجب أن يعكس بصدق انفعالات والديناميكيات التي تمر بها الشخصيات خلال القصة. أحدها انفعالات التي يمكن أن تكون على شكل فرح أو حزن أو حب أو خوف أو غضب أو حتى صراعات داخلية معقدة. بالإضافة إلى ذلك، فإن الانفعالات ليست فقط وصفاً لحالة الشخصية بل هي أيضاً أداة للقراء للدخول في القصة، والتي تعكس في النهاية واقع الحياة الإنسانية(Anas, 2015)

العلم النفس الأدبي واحدة من الدراسات الأدبية التي تستخدم لقراءة وتفسير الأعمال الأدبية ومؤلفي الأعمال الأدبية وقرائها باستخدام مختلف المفاهيم والأطر النظرية الواردة في علم النفس. لذلك، يمكن الإشارة إلى علم النفس الأدبي على أنه دراسة الأعمال الأدبية التي يُعتقد أنها تعكس العمليات والأنشطة النفسية. كما أنه منهج يدرس علم النفس في الأعمال الأدبية. علم النفس الأدبي هو منهج متعدد التخصصات بين علم النفس والأدب. من حيث اللغة، تأتي كلمة ''علم النفس'' من اللغة اليونانية التي تتكون من كلمتين هما psyches و logos. كلمة psyches تعني النفس أو الروح وكلمة logos تعني العلم أو المعرفة. ويستخدم علم

النفس أيضاً لملاحظة سلوك الشخصيات في الرواية أو العمل الأدبي (Rochmah, 1996)

تُعد رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج الصادرة عام ٢٠١٨ عن دار دون للنشر من الأعمال الأدبية الشيقة نظرًا لعمق الشخصيات التي تقدمها القصة. يعكس العنوان الذي يعني ''ما لا نبوح به'' التركيز على الجانب الخفي من انفعالات الإنسانية. في هذه الرواية، يتم تصوير الشخصية الرئيسية التي تُدعى إيلين من خلال مواقف عاطفية معقدة مختلفة، عن الحب، والصراع للتعامل مع الجروح الداخلية الخفية. تتبع القصة بطلة الرواية بطلة الرواية وهي تواجه تحديات عاطفية تجبرها على التفكير في علاقاتها مع أقرب الناس إليها، مثل العائلة والأصدقاء والحب المفقود. يجلب كل تفاعل طبقة جديدة لفهم الهوية والشجاعة لمواجهة الواقع (Sandra, 2018)

ديفيد كريتش (David Krech) هو عالم النفس البارز، إسهامات كبيرة في فهم ديناميكيات علم النفس البشري، خاصة فيما يتعلق بالعاطفة والإدراك والسلوك. وتؤكد نظريته على أن الانفعالات هي نتيجة تفاعل معقد بين العوامل الفسيولوجية والمعرفية والبيئية. وتصنيف الانفعالات وفقًا لديفيد كريتش هو الانفعالات الأساسية، والانفعالات المتعلقة بتحفيز الاستشعار، والانفعالات المتعلقة بتقييم الذات، وأخيرًا الانفعالات المتعلقة بالآخرين(Krech, 1948)

يشرح كريتش كيفية فهم الشخص للموقف، في حين أن الدافع يوجه الطاقة انفعالات إلى أفعال محددة. ويؤدي الجمع بين الاثنين إلى خلق تجربة عاطفية فريدة لكل فرد، اعتمادًا على طريقة تفكيره والتأثيرات البيئية. كما يسلط ديفيد كريتش الضوء في نظريته على أهمية الإدراك والدوافع باعتبارهما عنصرين أساسيين في تشكيل الاستجابة انفعالات للفرد وسلوكه(krech, 1974)

تبحث الدراسة البحثية الأولى السابقة في سيكولوجية الشخصيات وقيمة تعليم الشخصية التي تحتوي على رسائل أخلاقية تهدف إلى بناء شخصية القارئ أو المستمع(Ismanto, 2024) (Sutikno, 2025) , أما البحث الثاني فيدرس عملية تجميع أو تصنيف انفعالات التي تمر بها الشخصيات في عمل أدبي كبير وكذلك القيم الأخلاقية للشخصيات في القصة من أجل فهم انفعالات والدوافع والديناميكيات النفسية للشخصيات في القصة ومعرفة البنية انفعالات للشخصية الرئيسية موضوع البحث (Hamzah, 2022) (Pratiwi, 2024) (Utami, 2024) (Aritonang, 2024) (Sri, 2018) (Dharma, 2024)

ثم البحث الثالث، وهو البحث الذي يشرح علم النفس الأدبي والقيم الأخلاقية للرواية لمعرفة العلاقة بينهما (Kuntari, 2017) (Kartolo, 2023) (Hutabarat, 2022) البحث الرابع الذي يدرس الانفعالات من خلال كلمات الأغاني التي تصل انفعالاتها إلى المستمع ويتقبلها كثير من المستمعين (Hidayatullah, 2024) (Setyawan, 2023) (Al Habsya, 2024)

استنادًا إلى بعض الدراسات السابقة التي سبق ذكرها أعلاه، وجد الباحثة عدة أوجه تشابه واختلاف في هذه الدراسة. ويتمثل وجه التشابه في تركيز هذا البحث على الانفعالات في الشخصية الرئيسية، بينما يتمثل وجه الاختلاف في موضوع البحث المستخدم ووجهة نظر الفرضيات المختلفة. ولذلك، فإن للباحثين موقفاً مختلفاً تجاه الدراسات السابقة التي استخدمت بحوثها كمادة مرجعية للبحث في الانفعالات في الشخصية الرئيسية.

سيتم استخدام نظرية علم النفس الانفعالي التي طورها ديفيد كريتش في هذه الدراسة كمرجع للتصوير في رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج . يجب

تتبع الدراسات المماثلة، ويتم ذلك حتى لا يكون هناك تكرار في الدراسة ويمكن استخدامه كدليل على الأصالة في هذا البحث.

ومن خلال استكشاف سيكولوجية الانفعالات، يمكن لنتائج هذه الدراسة أن توفر المزيد من الفهم للبطلة الأنثى، والوعي بانفعلات المرأة في مختلف الأمور الأخرى، وإيجاد طرق فعالة للتعامل مع هذه المشاكل من خلال أخذ أمثلة من رواية ''ما لا نحب أن نراه'' لساندرا سراج .

يستند اختيار رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج إلى التفكير الأدبي النفسي، أي محاولة فهم انفعالات الشخصية الرئيسية، وهي المرأة في الأعمال الأدبية. سيكون دور الشخصية الرئيسية محوريًا في هذا البحث، وهي الشخصية الأنثوية التي تحمل اسم ''إلين'' في رواية ''ما لا نوبوهو بيهي'' لساندرا سراج ، حيث تلعب دورًا مهمًا في وصف مواقف عاطفية معقدة مختلفة، عن الحب، والصراع في التعامل مع الجروح الداخلية الخفية. أن المرأة في الأساس لديها انفعلات لا يمكن التعبير عنها بشكل مباشر، ومن الضروري فهم سيكولوجية هذه المرأة خاصة عند الرجال الذين يعتقدون أن الأمر طبيعي.

يهدف هذا البحث لتحليل انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج ، والكشف عن كيفية تحليل انفعالات الشخصية الرئيسية التي تعيشها إلين بوصفها الشخصية الرئيسية في الرواية، وذلك باستخدام نظرية ديفيد كريتش النفسية التي تؤكد على تفاعل العوامل الفسيولوجية والمعرفية والاجتماعية. تتمثل فرضية هذا البحث في إمكانية تصنيف وتحليل انفعالات التي تمر بها الشخصية الرئيسة في رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج ، وذلك وفقاً لنظرية ديفيد كريتش النفسية التي تتضمن تفاعلات بين الجوانب الفسيولوجية

والمعرفية والاجتماعية. ويمكن أن تساعد في الكشف عن الرسالة الأخلاقية التي تنقلها الكاتبة من خلال الشخصية الرئيسية في الرواية.

ب. أسئلة البحث

١. كيف انفعالات التي تختبرها الشخصية الرئيسية في رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش ؟

٢. ما هي العوامل التي تؤثر على انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج على أساس نظرية النفس ديفيد كريتش ؟

ج. فوائد البحث

١. الفوائد النظرية

يسهم الناحية النظرية، هذا البحث في الدراسات الأدبية، خاصة في منهج علم النفس الأدبي. وباستخدام نظرية ديفيد كريتش في العاطفة يضيف هذا البحث إلى المراجع في تحليل انفعلات الشخصيات في الأعمال الأدبية الحديثة. كما أنه يوسّع المعرفة في فهم التفاعل بين علم النفس والأدب من خلال نظرية ديفيد كريتش للعاطفة.

٢. الفوائد العملية

يساعد الناحية العملية، البحث الذي يتناول ''انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية 'ما لا نبوح به' لساندرا سراج استنادًا إلى المنظور النفسي لديفيد كريتش، القراء على فهم أفضل للانفعالات والديناميكيات النفسية للشخصية الرئيسية في رواية 'ما لا نبوح به' لساندرا سراج ، حتى يتمكنوا من تقدير العمل الأدبي بشكل أعمق. ثم يمكن استخدام هذا البحث كتوضيح أن انفعلات المرأة تحتاج حقًا إلى فهمها لأن النساء في الأساس مخلوقات معقدة.

الفصل الثاني

الإطار النظري

أ. علم النفس الأدبي

طُرحت العديد لقد من التعريفات لصياغة علم النفس الاجتماعي، وخاصة في الأعمال الأدبية. ومن هذه التعريفات، يمكن الاستنتاج بشكل عام أن علم النفس هو علم يناقش السلوك الفردي في سياق اجتماعي. يحتوي هذا التعريف على عنصرين أساسيين: السلوك الفردي والسياق الاجتماعي. المفهوم العام للاجتماعي هو الأشخاص الآخرون خارج الذات. ومن الناحية الموضوعية، عادةً ما يكون الأشخاص الآخرون حاضرين جسديًا ليُقال من الناحية السياقية أنهم اجتماعيون، ولكن في علم النفس ليس من الضروري أن يكون هذا هو الحال (Faturochman, 2009). إذن فعلم النفس في حد ذاته هو العلم الذي يتناول عقل الإنسان أو شخصيته سواء أكان طبيعياً أم غير طبيعي وفقاً للظروف المعتادة و تأثيرها على السلوك والعلوم والأعراض والنشاطات العقلية(Faturochman, 2009) .

علم النفس الأدبي هو برنامج متعدد التخصصات بين علم النفس والأدب. من حيث اللغة، تأتي كلمة ''علم النفس'' من اللغة اليونانية التي تتكون من كلمتين هما psyches و logos. كلمة نفس تعني الروح أو النفس وكلمة لوغوس تعني العلم أو المعرفة. وتستخدم كلمة نفس أيضاً لملاحظة سلوك الشخصيات في رواية أو عمل أدبي. إذا كان سلوك الشخصية يتماشى مع ما هو معروف عن جوانب علم النفس البشري، يمكن القول إن استخدام النظرية النفسية ناجح (Hardjana, 1985). في فهم الأدب ودراسته، نستخدم في فهم الأدب ودراسته مفاهيم وأطر نظرية مختلفة موجودة في علم النفس. ولعلم النفس الأدبي عدة معان، وهي دراسة نفسية

الأديب كنوع أو كشخص، والعملية الإبداعية، ودراسة أنواع وقوانين علم النفس المطبقة على الأعمال الأدبية، ودراسة تأثير الأدب على القراء.

لا يمكن فصل علم النفس عن الأدب ولا يمكن فصل الأدب عن علم النفس. ومن وجهة نظر المجتمع، يبدو أن الأدب يستخدم علم النفس كعلم مساعد. في الواقع، يساهم الأدب أيضًا في تنمية النظريات في علم النفس. ويستند هذا إلى حقيقة أن بعض النظريات في علم النفس لا يمكن فصلها عن مساهمة الأدب، على سبيل المثال نظرية عقدة أوديب وعقدة إلكترا والإيروس وثاناتوس. المصطلح في علم النفس مقتبس من الأدب الكلاسيكي أو المعروف باسم الأساطير. وهذا يدل على أن الأدب التجريبي وعلم النفس مجالان علميان يساهم كل منهما في تعزيز العلم (Anas, 2015) .

يتعلق بعلم النفس والأدب، حدد فيليك ووارن (٢٠١٤) أن علم النفس في الأدب ينقسم إلى أربع دراسات، وهي دراسة العملية الإبداعية الباحثة، ودراسة الباحثة، ودراسة القوانين النفسية في الأعمال الأدبية، ودراسة القراء الأدبيين. ولا تزال وجهة نظر فيليك ووارن مستخدمة على نطاق واسع من قبل الباحثةين النفسيين لأنها تعتبر الأكثر تمثيلاً في دراسة علم النفس الأدبي. في سياق تطور الدراسات الأدبية متعددة التخصصات، لا يستند علم النفس الأدبي إلى علم النفس الكلاسيكي الذي يؤدي إلى أحادية التخصص فحسب، بل يتغلغل في دراسات أكثر شمولاً في الحديث عن علم النفس وخاصة فيما يتعلق بالأدب (Anas, 2015)

وُلد علم النفس الأدبي كنوع من الدراسة الأدبية التي تستخدم لقراءة وتفسير الأعمال الأدبية ومؤلفي الأعمال الأدبية وقرائها باستخدام مختلف المفاهيم والأطر النظرية الواردة في علم النفس. لذلك، يمكن الإشارة إلى علم النفس الأدبي

على أنه دراسة الأعمال الأدبية التي يُعتقد أنها تعكس العمليات والأنشطة النفسية. كما أنه منهج يدرس علم النفس في الأعمال الأدبية. أما بالنسبة للأعمال الأدبية التي تحتوي على جوانب نفسية، فمنها الجوانب الإنسانية التي هي الموضوع الرئيسي لعلم النفس الأدبي لأن الجوانب النفسية هي وحدها التي يتم تضمينها واستثمارها في الإنسان. في الأساس، يُبنى علم النفس الأدبي على أساس الافتراضات التكوينية التي ترتبط بأصل العمل، بمعنى أن علم النفس الأدبي يتم تحليله من حيث علاقته بعلم النفس بالجوانب النفسية الباحثة (Anas, 2015)

ب. الإنفعال

يأتي تعريف ''الانفعال'' من كلمة "emetus" أو "emouere" بمعنى ''السكون''، وهو الرغبة في شيء آخر.(Praja, 1993) . وفي قاموس Word College Dictionary، فإن العاطفة هي ''أي سلسلة من الأفكار أو انفعالات والعاطفة وأي حالة ذهنية شديدة أو غامرة'' (Victoria, 1999) . أما في القاموس الإندونيسي الكبير، فالعاطفة في القاموس الإندونيسي الكبير هي فورة من انفعالات التي تتطور وتنحسر في وقت قصير (kebudayaan, 1994) . أما الخبير بول إيكمان فيذكر أن الانفعالات هي ردود فعل نفسية معقدة تنطوي على تجارب ذاتية واستجابات فسيولوجية وتعبيرات سلوكية. ويوضح دانيال جولمان في كتابه ''الذكاء العاطفي'' أهمية الذكاء العاطفي في فهم وإدارة انفعلات المرء وانفعلات الآخرين.

بشر مخلوقات اجتماعية، وخلال تفاعلهم مع بيئتهم سيمرون بالتأكيد بلحظات يشعرون فيها بالغضب أو الانزعاج أو عدم اللياقة أو عدم الملاءمة أو عدم القدرة على التعامل مع البيئة المحيطة بهم. وفي أحيان أخرى يشعر الإنسان

بالسعادة أو السلام أو الرضا بفضل وجود عوامل معينة تجعله كذلك، ويكون التعبير عن انفعالات بشكل عام على شكل شعور ''شعور'' وهو جانب من جوانب الوعي يتميز بردود فعل جسدية معينة تظهر للعالم الخارجي. من الناحية الجسدية، يحصل الشخص الذي يعاني من الانفعالات على دفعة من الأعصاب الوديّة. فيزداد معدل ضربات القلب، وينتظم التنفس أيضًا، وتتسع حدقة العين ويجف الفم. كما تحدث تغيرات في تعابير الوجه أيضًا حيث تصبح تعابير الوجه متشابهة تقريبًا عندما يكون الشخص خائفًا أو غاضبًا.(Sundra K, 2006)

وعادة ما تكون دوافع الأداء ليست ثابتة في أنماطها الأصلية، ولكنها تتغير وتستقطب بطريقة متقنة بحيث تصبح ما يسمى بالانفعالات، وتتكون الانفعالات المختلفة من الخبرات المتكررة مع أشياء الانفعال نفسها(Qussy, 2018) .

ج. النظرية ديفيد كريتش (David Krech)

تطوير نظرية ديفيد كريتش(David Krech) لتصنيف الانفعلات في عام ١٩٦٩. صنف كريتش في أعماله انفعالات الإنسانية إلى فئات تساعد في فهم تعقيد انفعالات الفردية وردود الفعل انفعالات. ديفيد كريتش، إلى جانب معاونه ريتشارد س. كراتشفيلد (Richard S. Crutchfield) هو عالم نفس اجتماعي معروف بعمله في فهم السلوك البشري والانفعالات والتفاعل الاجتماعي (Krech, 1948). كانت إحدى إسهاماته المهمة في تطوير النظريات التي تدمج بين المناهج الفسيولوجية والمعرفية والاجتماعية في فهم السلوك البشري. يمكن العثور على أعماله في كتب مثل نظرية ومشكلات علم النفس الاجتماعي (Krech, 1948) والعديد من الدراسات الأخرى.

ولد ديفيد كريتش (David Krech) في عام ١٩١٨ وهو عالم نفس اشتهر بنظريته حول تصنيف الانفعالات. وهو معروف بأبحاثه في جوانب الانفعالات وكيفية تأثيرها على السلوك البشري. حصل كريتش على درجة الدكتوراه من جامعة كولومبيا ثم أصبح أستاذاً في العديد من المؤسسات الأكاديمية. غالبًا ما يركز عمله على التفاعل بين الأفراد وبيئتهم الاجتماعية، وكيف تلعب انفعالات والانفعالات دورًا في تشكيل العلاقات الاجتماعية. ويؤدي ذلك إلى فهم الأنواع المختلفة من انفعالات التي يختبرها الأفراد وكيف تعمل في الحياة اليومية (krech, 1974) .

في شرح ديفيد كريتش (David Krech) يُعرف من خلال تصنيف الانفعالات الذي يقسم الانفعالات الإنسانية إلى أربع فئات رئيسية، وتنقسم عواملها الأساسية إلى ثلاثة. تصنيف الانفعالات وفقًا لديفيد كريتش هو:

١. تصنيف الانفعالات

تصنيف الانفعالات هو عملية تجميع أو تصنيف الانفعالات التي تمر بها الشخصيات في العمل الأدبي، وقد ظهر تصنيف الانفعالات استجابة للحاجة إلى فهم كيفية عمل الانفعالات في الحياة اليومية. صنف كريتش انفعالات الإنسانية إلى أربع فئات رئيسية:

١) الانفعالات الأساسية

تشمل انفعالات هذه الأساسية التي غالبًا ما تنشأ فورًا استجابة لموقف معين. تشمل هذه انفعالات الأساسية أ) السرور، وهي انفعالات إيجابية تنشأ عندما يحقق الشخص هدفًا أو يختبر شيئًا ممتعًا. ب) الغضب، ينشأ عندما تكون هناك عقبات أمام تحقيق الأهداف، وغالبًا ما يكون مصحوبًا بالإحباط.

ج) الخوف، استجابة للتهديدات أو المواقف التي يُنظر إليها على أنها خطيرة.
د) الحزن، شعور بالخسارة أو الحزن عند فقدان شيء ثمين. (Hutabarat, 2022).

سبيل المثال، غالبًا ما يكون مفهوم الذنب خفيفًا وعابرًا، ولكن يمكن أن يكون طويل الأمد أيضًا. يمكن أن تمحى الدرجات الأقل من الذنب في بعض الأحيان لأن الفرد ينكره ويشعر بأنه مستقيم. هناك اختلاف حاد في كيفية إدراك الشخص للمواقف التي تؤدي إلى الشعور بالذنب. فبعض الناس يدركون ما يتوجب عليهم فعله ويدركون حقًا أنهم انتهكوا ضرورة ما. على سبيل المثال، يعتقد أحد الأشخاص أنه يشعر بالذنب لأنه سمع النادل يسترد المال. هناك أيضًا أشخاص يشعرون بالذنب لكنهم لا يعرفون السبب ولا يعرفون كيف يتخلصون منه.(Umami, 2022) .

٢) الانفعالات المتعلقة بالتقييم الذاتي

الانفعالات المتعلقة بالتقييم الذاتي هي تشمل انفعالات التي تنشأ من تقييم الفرد لنفسه، وتشمل أ) النجاح والفشل، وهي انفعالات الفخر عند تحقيق هدف ما أو الشعور بالخجل عند الفشل. ب) الشعور بالذنب والندم، وتنشأ انفعالات الذنب عندما يشعر الشخص بأنه انتهك معياراً أو قيمة ما، أما الندم فهو شعور بالتعاسة نتيجة عدم تحقيق شيء (krech, 1974) .

فمثلاً في حالة الشعور بالذنب يميل الإنسان إلى الشعور بالذنب من خلال كتمانه لنفسه، فهو في العادة لطيف لكنه شخص سيئ. في مفهوم الذنب المكبوت، عادةً ما يتستر الشخص على شيء ما لأنه يريد أن يشعر بالأمان ويحمي نفسه من التهديدات التي يمكن أن تتداخل مع حياته، وبالتالي التضحية بالآخرين. عادة ما يكون الشخص الذي يضمر الشعور بالذنب تجاه شيء

ما مسكونًا بانفعالات القلق التي يخلقها لنفسه، لأن انفعالات الذنب لا يعرفها إلا نفسه. الذنب المكبوت لا يختلف كثيراً عن مفهوم الشعور بالذنب إلا أنه في هذا المفهوم لا يظهر الشخص الذي يشعر بالذنب هذه انفعالات، فهو يكتمها فقط ولا يعرف ما فعله إلا نفسه. ومن المفردات التي تدخل عادةً في هذا التصنيف العاطفي كلمة الندم، والاعتذار ولكن ليس بشكل مباشر، بل فقط يقولها لنفسه ويندم على ما فعله(Umami, 2022) .

يمكن أن يكون هناك أيضًا عقاب الذات، وأكثر ما يزعج الشعور بالذنب هو الشعور بالذنب هو كيف أن الفرد يعتبر نفسه مصدرًا لموقفه من الذنب. هذا النوع من الشعور بالذنب له آثار على تطور اضطرابات الشخصية المتعلقة بالشخصية والمرض النفسي والعلاج النفسي. في تصنيف انفعالات معاقبة النفس، عادة ما يكون الشخص قد أدرك واعترف بأخطائه بحيث يعاقب نفسه في كثير من الأحيان. وعادة ما يتسم مفهوم تصنيف انفعلات معاقبة الذات بكلمات أو جمل مثل الرغبة في إيذاء النفس، وترك النفس في حالة معينة، وغيرها. تحدث هذه انفعالات بسبب الشعور بالندم على شيء حدث ولم يتطابق مع ما كان مرغوبًا فيه، فتنشأ هذه انفعالات للرغبة في معاقبة النفس (Umami, 2022)

٣) الانفعالات المرتبطة بالمحفزات الحسية

تشمل الانفعالات هذه ردود الفعل انفعالات التي تنشأ استجابة للمؤثرات الجسدية أو الحسية. وفي هذا التصنيف، يحدد كريتش ثلاثة انفعالات رئيسية مرتبطة بالخبرات الحسية مثل:

أ. الألم، تنشأ هذه العاطفة استجابة للتجارب الجسدية المؤلمة. يمكن الشعور بالألم جسديًا ونفسيًا على حد سواء، وغالبًا ما يؤدي إلى ردود فعل

التجنب. عندما يشعر الشخص بالألم، سواء كان ذلك بسبب إصابة جسدية أو شعور عاطفي مؤلم، يمكن أن تؤثر هذه انفعالات على سلوكه وقراراته. (Hutabarat, 2022).

ب. الاشمئزاز، رد فعل سلبي تجاه شيء يُنظر إليه على أنه قذر أو غير سار. غالبًا ما ينطوي هذا الانفعال على الميل إلى الابتعاد عن الشيء أو الموقف الذي يثير الاشمئزاز، مثل الطعام الفاسد أو السلوك غير الأخلاقي. يُستخدم الاشمئزاز كآلية وقائية لتجنب الأشياء التي يمكن أن تضر بصحة الفرد أو رفاهيته. (Hutabarat, 2022)

ت. المتعة، انفعالات إيجابية تنبع من الخبرات الممتعة. يشير الاستمتاع إلى انفعالات الإيجابية والممتعة التي تنشأ من التجارب الحسية الممتعة. يمكن أن يأتي ذلك من مجموعة متنوعة من المصادر، مثل الطعام الجيد أو الموسيقى الجميلة أو التجارب الجمالية الأخرى. تعمل المتعة على تعزيز السلوك الإيجابي وتشجع الأفراد على البحث عن تجارب مماثلة في المستقبل. (krech, 1974)

٤) الانفعالات التي تتواصل مع الآخرين

تعكس هذه الانفعالات التفاعلات الاجتماعية والعلاقات بين الأفراد، ومنها أ) الحب، وهو شعور إيجابي ينطوي على انجذاب ورغبة في القرب من شخص آخر. ب) الكراهية، شعور سلبي يعكس عدم الإعجاب أو الرفض لشخص آخر (krech, 1974) . على سبيل المثال الحب، يتنوع الشعور بالحب من حيث الشكل، وتتراوح شدة التجربة من أرقها إلى أعمقها، وتتراوح درجة التوتر من أكثر المودة هدوءًا إلى العاطفة العنيفة والمضطربة. وإذا كان الأمر كذلك، فإن جوهر الحب هو الشعور بالانجذاب إلى طرف آخر مع توقع

النقيض. ويتبع الحب انفعالات الولاء والمودة. والحب أيضًا هو شعور إيجابي يُعطى لكائن أو شيء ما.

الحب عاطفة من انفعلات المودة القوية، وفلسفة الحب صفة حميدة تورث كل عطف ورحمة ومودة. لا يقتصر الشعور بالحب بين شخصين من الجنس الآخر فحسب، بل أيضًا تجاه الوالدين والأصدقاء والحيوانات الأليفة وغيرهم. الحب هو فعل اهتمام وعطاء غير مجزأ مثل التلقي والتعلق بشخص ما. يمكن أيضًا إظهار الحب جسديًا من خلال اتساع حدقة العين (Umami, 2022) .

ترتبط الكراهية أو الشعور بالكراهية ارتباطًا وثيقًا بانفعالات الغضب والغيرة والحسد. والخصيصة التي تميز الشعور بالكراهية هي ظهور الشهوة أو الرغبة في تدمير موضوع الكراهية. فالشعور بالكراهية ليس مجرد ظهور انفعالات الكره أو النفور/ النفور الذي يريد صاحبه تجنبه ولا يقصد تدميره. . ومن ناحية أخرى فإن الشعور بالكراهية ملازم للإنسان دائماً، فهو لا يشعر بالرضا أبداً قبل تدميره، فإذا دمر الشيء شعر بالرضا. وهناك خاصية أخرى من خصائص تصنيف انفعالات المبنية على الكراهية، وهي أن هناك شعوراً ملازماً في الإنسان بتدمير شخص آخر لأنه يشعر بمنافس له أو يشعر بأن هذا الشخص متقدم عليه فيريد تدمير ذلك الشخص. كما أن الكراهية الموجودة في الإنسان عادةً ما تكون ناجمة عن كراهيته لذلك الشخص، وقد تكون بسبب شيء ما حدث في الماضي بحيث لا يزال الحقد مختزنًا في نفسه فتنشأ انفعالات الكراهية لشخص ما. المفردات المدرجة في تصنيف انفعالات الكراهية هي مثل الغضب، والكراهية، والكراهية، والحقد، والرغبة في التدمير وغيرها (Umami, 2022).

٢. التعقيد الانفعالي

ينظر ديفيد كريتش إلى الانفعالات على أنها استجابة إنسانية تنطوي على ثلاثة عناصر رئيسية، والعوامل الأساسية لعلم النفس وفقًا لديفيد كريتش هي:

أ. العوامل الفسيولوجية

إن ظهور الرغبات والأهداف البشرية هو في جزء منه نتيجة لتنظيمها الفسيولوجي. وهكذا فإن التطور الطبيعي للرغبة الجنسية يعتمد على إنتاج هرمونات معينة، فالرغبة في الغذاء والماء ترتبط بالتأثيرات الكيميائية الحيوية المباشرة الناجمة عن نقص هاتين الحاجتين. ومع ذلك، هذا لا يعني أن ما يسمى بالرغبات الفسيولوجية تتحدد فقط من خلال مستويات الجنس والماء والمواد الغذائية في الجسم. لقد أثبتت الأبحاث الحديثة في فسيولوجيا التحفيز بشكل وافٍ أن الجهاز العصبي المركزي متورط بشكل كبير أيضًا. فالدماغ، مثله مثل محتويات التجويف البطني، يشارك في الرغبات الجنسية ورغبات الطعام ورغبات إخماد العطش (Rochmah, 1996).

يمكن أن تؤدي التغييرات في أي جزء من هذه البنية المترابطة المسماة بالتكوين الفسيولوجي البشري (بما في ذلك التغييرات الناجمة عن التعلم) إلى اختفاء الرغبات الفسيولوجية القديمة وظهور رغبات جديدة. والواقع أن الحالة البيوكيميائية الحيوية للجسم عامل مهم في تحديد الرغبة. ويتجلى دور الانحرافات البيوكيميائية الحيوية في تطوير رغبات معينة (دون تأثير نتائج التعلم) بوضوح في تطور بعض الأذواق (Rochmah, 1996).

يمكن العثور على أحد مصادر إثارة أو إثارة الرغبة في عدد من الأحداث الفسيولوجية المترابطة والمعقدة. على سبيل المثال، يبدو أن العوامل الفسيولوجية

المشاركة في حركة الرغبة الشديدة في تناول الطعام تشمل حساسية التذوق، وتقلصات عضلات البطن، ومستويات السكر في الدم، وحالة الهرمونات، والنشاط المحايد الذي ينشأ من منطقة ما تحت المهاد (Rochmah, 1996). تشير العوامل الفسيولوجية إلى رد فعل الجسم تجاه المثير العاطفي. على سبيل المثال، عندما يشعر الشخص بالغضب أو القلق، قد يتفاعل جسمه بزيادة في معدل ضربات القلب أو تغيرات في ضغط الدم أو توتر العضلات. وتُعد ردود الفعل الفسيولوجية هذه جزءًا لا يتجزأ من التجربة انفعالات ويمكن أن تؤثر على كيفية شعور الأفراد والتعبير عن انفعالاتهم.

ب. العوامل المعرفية

يتصرف البشر بناءً على أفكارهم، سواء كانت تصرفاتهم عقلانية أو غير عقلانية تسترشد بما يفكرون فيه، وما يعتقدونه، وما يتوقعونه. بغض النظر عن مدى غرابة سلوك الناس أو القبائل أو الأمم، فإن كل شخص من خلال ''المركبة الإدراكية''، يسعى إلى تشكيل عالمه الخاص الذي له معنى (يحتوي على معنى) بالنسبة له، وفي هذا العالم يصنف ويرتب عددًا كبيرًا من الأشياء، ويدخل أشخاص آخرون ضمن هذه الأشياء. وكما ذكر السير فريدريك بارتليت: ''ردود الفعل الإدراكية البشرية هي ردود فعل في الإدراك والتخيل والتفكير والنظر في الحس السليم'' (Rochmah, 1996)

الإدراك هو استجابة الفرد أو رد فعله تجاه الأشخاص والأشياء التي تتشكل من كيفية إدراك الفرد لكل منهما، وهذا هو عالمه الإدراكي. وانطباع (أو يمكن تسميته أيضًا ''خريطة'') عالم كل فرد هو عالم فردي. لا يمكن أن يعيش شخصان مختلفان في نفس العالم المعرفي (Rochmah, 1996). لكل إعداد معرفي

نوعان رئيسيان من الأشياء التي تحدد المثير المثير الفقهي والعوامل الشخصية. والمقصود بالمحفز الفقهي هو العوامل المستمدة من طبيعة الشيء المثير الخارجي. في حين أن العوامل الشخصية هي العوامل التي تأتي من خصائص الأفراد الذين قامون بالإدراك (المدرك).

تشمل العوامل المعرفية العمليات العقلية التي تنطوي على إدراك الفرد وتفسيره ومعنى الموقف الذي يمر به. تؤثر طريقة فهم الشخص للحدث وتقييمه على انفعالات التي يشعر بها. على سبيل المثال، إذا رأى الشخص موقفًا معينًا على أنه تهديد، فقد يشعر بالخوف. وعلى العكس من ذلك، إذا كان ينظر إلى الموقف على أنه فرصة، فقد تكون انفعالات التي تنشأ هي الإثارة. بعبارة أخرى، تلعب طريقة تفكير الفرد وتقييمه للموقف دورًا كبيرًا في تحديد انفعالات التي تنشأ. إن إدراك الفرد للموقف المطروح وتفسيره ومعناه هو الذي يؤثر على انفعالات التي يشعر بها. ويمكن لانفعلات الفرد ورغباته أن تعمل في اختيار جوانب معينة من الشيء المثير، ومن هذه الجوانب يتطور إدراك حول هذا الشيء، وهذا الإدراك يمكن أن ينحرف بوضوح عن الإدراك المتوافق مع الإدراك. ويميل هذا الإدراك المنحرف إلى أن يكون متوافقاً مع انفعلات الفرد ورغباته (Rochmah, 1996).

ج. العوامل الاجتماعية

تعريف التأثير كصفة بأنه ''الشجاعة الاجتماعية'' أو ''الثقة بالنفس''. وهي ليست مثل الهيمنة على الرغم من وجود ارتباط كبير بين هاتين السمتين. لا يحتاج الأشخاص الذين يتمتعون بالنفوذ إلى الذهاب إلى حد الهيمنة على الآخرين. وعكس هذه السمة المعيارية هو الخجل الاجتماعي، أو الخوف من

الغرباء. فالأشخاص الذين يحصلون على درجات عالية في المبادرة الاجتماعية هم ''منظمون'' اجتماعيون، وهم الأشخاص الذين يستخدمون المبادرة في اجتماعات المجموعة ويطمحون لأن يكونوا قادة(Rochmah, 1996) .

الحرية، وهي الميل إلى القيام بدور يطلق عليه أحيانًا ''الانفعال الذاتي'' أو الاستقلالية. وكلا النوعين من قبل جوربي، ''الابتعاد عن الآخرين'' و''التحرك نحو الآخرين''، ومن هنا يأتي تأثير البيئة الاجتماعية على خبرة الفرد وتعبيره عن انفعالاته، ذلك أن الانفعالات ليست استجابة داخلية فحسب، بل تتأثر أيضًا بالسياق الاجتماعي الذي يوجد فيه الأفراد (Hutabarat, 2022)

تنطوي العوامل الاجتماعية على تأثيرات البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد، بما في ذلك المعايير الاجتماعية الموجودة في المجتمع التي يمكن أن تحدد الطريقة التي يعبر بها الفرد عن سلوكه وعلاقاته الشخصية وتوقعاته المجتمعية. قد تعزز البيئة الاجتماعية التعبير عن انفعالات معينة أو تقمعها. على سبيل المثال، في بعض الثقافات، قد يعتبر التعبير عن الغضب في بعض الثقافات غير لائق، لذا يميل الأفراد إلى كبت هذه انفعالات. وعلى العكس من ذلك، قد يشعر الأفراد في سياق داعم بحرية أكبر في التعبير عن انفعالاتهم. وبالتالي، تلعب التفاعلات الاجتماعية والسياقات الثقافية دورًا مهمًا في كيفية الشعور بانفعالات والتعبير عنها.

يوضح كريتش (Krech) أن للانفعلات وظائف مهمة في حياة الإنسان، وهي أن الانفعالات يمكن أن تشجع الأفراد على التصرف في مواقف معينة، وتلعب الانفعالات دورًا في التفاعلات بين الأفراد، وتؤثر على طريقة تواصلهم وارتباطهم ببعضهم البعض، وتسمح الانفعالات للأفراد بالتكيف مع بيئتهم ومواجهة التحديات. توفر نظرية ديفيد

كريتش لتصنيف انفعالات نظرة عامة لفهم مدى تعقيد انفعالات الإنسانية. من خلال تقسيم انفعالات إلى عدة عناصر أعلاه، يقدم كريتش أيضًا فهمًا للديناميكيات انفعالات في التفاعلات الاجتماعية وكيف يمكن لهذه انفعالات أن تؤثر على تصرفات الأفراد في سياقات مختلفة. (Rochmah, 1996)

الفصل الثالث

منهجية البحث

أ. نوعية البحث

يصف الباحثة الظواهر الاجتماعية أو السلوك أو التجربة الإنسانية بعمق وتفصيل. ولذلك، يشار إلى هذا البحث بالمنهج الوصفي النوعي. البحث الوصفي النوعي هو منهج في إجراء البحوث الموجهة نحو الظواهر أو الأعراض الطبيعية. حيث يتم جمع البيانات في شكل كلمات وصور وليس أرقامًا (Sugiyono, 2010) . لذا، تهدف هذه الدراسة إلى فهم وتحليل انفعالات الشخصية الرئيسية، إلين، في رواية ''ما لا نوبوهو بيهي'' لساندرا سراج و العوامل انفعالات الشخصية الرئيسية، إلين . وتأتي نتائج البيانات المستقاة من هذه الدراسة في شكل سرد وصفي بالكلمات وليس بالأرقام من البيانات التي تم الحصول عليها في شكل اقتباسات حوارية أو مونولوجات أو روايات تظهر انفعالات الشخصية الرئيسية. يسمى هذا البحث بالبحث الكيفي الوصفي لأن نتائج هذا البحث عبارة عن بيانات وصفية للانفعالات المستقاة من رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج .

ب. البيانات ومصادرها

مصادر البيانات هي المرجع الرئيسي في الدراسات البحثية حيث يتم استخدام النتائج كمادة رئيسية للبيانات المطلوبة (Sugiyono, 2010) . لذلك، يستخدم هذا البحث نوعين من مصادر البيانات الأولية ومصادر البيانات الثانوية. مصادر البيانات الرئيسية في البحث الكيفي هي الأقوال والأفعال، أما البقية فهي بيانات إضافية مثل الوثائق وغيرها. استخدم الباحثة نوعين من مصادر البيانات، وهما مصادر البيانات الثانوية.

١) مصادر البيانات الأساسية

مصادر البيانات الأولية هي كل المعلومات والحقائق والوقائع المتعلقة أو ذات الصلة بالبحث، حيث يكون الارتباط أو الصلة واضحة جدًا، بل ومباشرة باعتبارها المحدد الرئيسي لنجاح أو فشل الدراسة. مصدر البيانات في هذا البحث هو رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج الصادرة عام ٢٠١٨ عن دار الفجر للنشر.

٢) مصادر البيانات الثانوية

مصادر البيانات الثانوية هي مصادر البيانات التي تم الحصول عليها وجمعها من قبل الآخرين. يمكن أن تكون البيانات الثانوية في شكل أدلة أو سجلات أو تقارير تاريخية تم ترتيبها في الأرشيفات أو الوثائق. ومصادر البيانات الثانوية المستخدمة في هذه الدراسة هي الكتب لديفيد كريتش نتائج دراسات سابقة مثل المجلات والمقالات والعديد من الكتب ذات الصلة المتعلقة بنظرية علم النفس الأدبي لديفيد كريتش.

ج. طريقة جمع البيانات

والمقصود بتقنيات جمع البيانات هو الطريقة المستخدمة للحصول على البيانات اللازمة بحيث تصبح البيانات التي تم الحصول عليها مثالية ويمكن حسابها (موليونغ، ١٩٨٩). يستخدم هذا البحث طريقة القراءة ومن ثم تسجيل البيانات التي تم الحصول عليها من خلال العديد من المذكرات وكذلك تحليل الروايات كمادة مكتوبة لاستكمال البيانات التي تعتبر ناقصة. الطريقة المستخدمة هي البحث عن النظريات أو قراءة الوثائق ونتائج الدراسات

السابقة المتعلقة بالمشاكل المراد دراستها. ومن الشرح الوارد أعلاه، يمكن تفسير ذلك على النحو التالي:

١) طريقة القراءة

تقنية القراءة هي طريقة لاستكشاف المعلومات أو الأفكار أو المعنى من النص أو المادة التي تم الحصول عليها بهدف الحصول على فهم أفضل. قام الباحثة البيانات من خلال قراءة القصة الكاملة لرواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج بهدف فهم خط القصة الذي يحتوي على انفعالات الشخصية الرئيسية، إلين.

٢) طريقة الكتابة

طريقة تدوين الملاحظات هو طريقة لجمع البيانات عن طريق تسجيل الأشياء التي تعتبر مناسبة وداعمة في حل المشكلات أو الإجابة عن أسئلة البحث. قام الباحثة بتسجيل النتائج في شكل مقتطفات حوارية أو مونولوجية، ثم قاموا بتصنيف البيانات التي حصلوا عليها في رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج وفقًا للمنهج النظري المستخدم، وهو الانفعالات لديفيد كريتش.

د. طريقة تحليل البيانات

طريقة التحليل المستخدم هو التحليل النوعي. طريقة التحليل البيانات هو تحليل يعتمد على العلاقة بين حقيقة وأخرى في علاقة سببية لتفسير حدث ما(Sugiyono, 2010) . إن التحليل البيانات الذي أستخدمت الباحثة هو طريقة التحليل التفاعلي وهو عبارة عن عملية دورية تتحرك بين ثلاثة مكونات رئيسية، وهي: اختزال البيانات أو اختيارها، وعرض البيانات، واستخلاص

النتائج. ثم بالنسبة طريقة تحليل البيانات أو المجلات، في هذه التقنية تحليل البيانات باستخدام عدة مراحل، وهي:

١) تقليل البيانات

"تُعَدّ التقنية في تحليل البيانات عملية البحث وتنظيم البيانات التي تم الحصول عليها من نتائج المقابلات، والملاحظات" لميدانية، والوثائق بشكل منهجي، وذلك من خلال تنظيم البيانات في فئات، وتفصيلها إلى وحدات، وإجراء التركيب، وترتيبها في أنماط، واختيار ما هو مهم وما سيتم دراسته، واستخلاص الاستنتاجات بحيث يسهل فهمها من قبل الذات والآخرين." (Sugiyono, 2010)

قام الباحثة عملية الاختيار ثم تجميعها على نوع البيانات التي تم الحصول عليها. بعد أن يتم جمع البيانات، يتم الاستمرار في عملية اختزال البيانات لاختيار البيانات ذات الصلة بانفعالات التي اختبرتها الشخصية الرئيسية إلين. قام الباحثة بترميز البيانات. تضمن هذا الترميز وضع علامات على أجزاء النص ذات الصلة بالمواضيع المحددة مسبقًا، مثل الاقتباسات التي تصف تجربة انفعالات. وكانت الخطوات التي اتخذها الباحثة هي:

١- تحديد البيانات الرئيسية، المأخوذة من رواية ''ما لا نبوح به'' للكاتبة ساندرا، والمتعلقة بانفعالات الشخصية الرئيسية الموجودة في الحوار، والسرد الذي يصف انفعالات الشخصية أو استجاباتها انفعالات والأشياء التي تؤثر على الحالة النفسية للشخصية الرئيسية.

٢- تصنيف البيانات ثم يتم بعد ذلك تم تحديدها بناءً على نظرية ديفيد كريتش للانفعلات التي تتضمن الانفعالات الأساسية، والعوامل التي تؤثر على ظهور الانفعالات، وعواقب هذه الانفعالات.

٣- التحقق من البيانات مرة أخرى وفقًا لمحور البحث من أجل تعزيز نتائج التحليل.

٢) عرض البيانات

قام الباحثة تعرض الباحثة البيانات التي سبق تلخيصها حول انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية ''ما لا نبوح به'' لساندرا سراج . ثم يتم تحليل هذه البيانات باستخدام نظرية ديفيد كريتش النفسية كشكل من أشكال تطبيق النظرية. في عرض البيانات، تكون البيانات المقدمة في هذه الدراسة على شكل نصوص أو اقتباسات تتعلق بمحتويات الرواية التي تناقش انفعالات في الشخصية الرئيسية. وسقام الباحثة بعرض البيانات من خلال تجميع البيانات بناءً على الموضوعات أو العلاقات بين النظريات.

٣) الخلاصة

قام الباحثة قد وصل إلى الخطوة الأخيرة في إعداد التقرير. كما أن استخلاص الاستنتاجات هو محاولة لإيجاد أو فهم المعنى أو انتظام أنماط التفسير أو التدفق السببي أو المقترحات. (سوجييونو، ٢٠١٠). وكذلك عملية اختزال البيانات، ويمكن عرضها على النحو التالي:

١- يتم استخلاص الاستنتاجات خلال عملية البحث، فبعد التعرف على انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية ''ما لا نبوح به'' للكاتبة ساندرا التي تم تحليلها من منظور علم نفس انفعالات لديفيد كريتش، يستخلص الباحثة عدة استنتاجات من البيانات.

٢- جمع البيانات الكافية، يتم استخلاص استنتاجات أولية وبعد الانتهاء، يتم استخلاص الاستنتاجات النهائية لمعرفة التوصيات التي يتم تقديمها لإجراء المزيد من الأبحاث.

الفصل الربع
عرض البيانات وتحليلها

تحليل البيانات بناءً في رواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج وفقًا لمقاربة علم النفس الأدبي، قام الباحثة في هذه الدراسة بتحليل الرواية من خلال فهم السرد والحوار الوارد فيها. تروي هذه القصة، كما في رواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج، حكاية امرأة تُدعى إيلين كشخصية رئيسية، حيث تُصوَّر في مواقف عاطفية معقدة تتناول الحبّ والنضال في مواجهة الجروح النفسية الخفية. رحلة أحداث الشخصية الرئيسية تجبرها على إعادة التأمل في علاقاتها مع الأشخاص المقربين، مثل العائلة، والأصدقاء، والحب الذي فُقد يومًا ما وقد ثبت ذلك من خلال مجريات القصة بالكامل، حيث امتلأت الحوارات بانفعالات القلق والخوف.

تنطلق البطلة في رحلة للبحث عن ذاتها، حيث تلتقي بحبها الحقيقي في تلك المدينة الجميلة وترتبط به. ولكن قد تبدو أحلامنا عن الحب غامضة إذا جاءت في الوقت الخطأ. لذا، تعود إلى الإسكندرية حيث تلتقي ببطل من تجربة قديمة لطالما أرهقتها. وفي خضم ذلك، تكتشف أنها يجب أن تحب نفسها أولًا قبل أن يتمكن الآخرون من حبها.

تحتوي رواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج على مجموعة متنوعة من الانفعلات التي يتم تصويرها من خلال الحوارات، السرد، أو تصرفات الشخصيات في الرواية. في دراسة رواية "ما لا نبوح به"، استخدمت الباحثة نظرية تصنيف الانفعلات لـ ديفيد كريتش. وفقًا لـ كريتش، يمكن تصنيف الانفعلات إلى أربعة أقسام: الانفعلات الأساسية, الانفعلات التي تُحفَّز بالمثيرات الحسية, الانفعلات المرتبطة بتقييم الذات, الانفعلات المرتبطة بالآخرين. أما العوامل التي تؤثر على هذه الانفعلات، فهي ثلاثة:

العامل الفسيولوجي, العامل المعرفي, العامل الاجتماعي. فيما يلي نتائج البحث حول تصنيف الانفعلات في رواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج.

أ. انفعلات الشخصية الرئيسية في رواية "ما لا نبوح به" للكاتبة ساندرا سراج

١- الانفعالات الأساسية

أ. انفعالات الخوف لدى إيلين

الشعور بالخوف هو استجابة للتهديد أو المواقف التي تُعتبر خطيرة. أما الشعور بالفقدان أو الحزن، فيأتي عندما يضيع شيء ثمين. ويمكن أن يكون أيضًا استجابة عاطفية تظهر كرد فعل على التهديد، سواء كان حقيقيًا أو خياليًا. عندما يشعر الإنسان بالخوف، يتم تنشيط الجهاز العصبي الودي، مما قد يؤدي إلى ردود فعل فسيولوجية مثل زيادة معدل ضربات القلب، وتسارع التنفس، وتوتر العضلات. هذه استجابة طبيعية للجسم لإعداد الفرد لمواجهة التهديد أو الهروب منه. كما هو الحال في الاقتباس الوارد في رواية "ما لا نبوح به" أدناه:

" أنا حقا راحلة؟ هل سأذهب الأن؟ فقط خمس دقائق أخرى .... هل يمكن أن أهاتف أمى و أبكى و أقول أنا خائفة؟ وجدتها تتصل لأدعي الثبات و هي تقول " (ساندر ,٢٠١٨,ص, ١١)

مفهوم العاطفة الأساسية في الحوار المذكور هو شكل من أشكال الخوف بسبب الرحيل وترك الأم في المنزل وسط انفعالات الشك والتردد. يبدو الشعور بالخوف واضحًا في ذلك الحوار، حتى أن الأم نفسها تحاول طمأنته بأن كل شيء سيكون على ما يرام. ذلك جعل إيلين تشعر بالخوف؛ الخوف من الذهاب وحدها، الخوف من ترك والدتها وحدها في

المنزل، والخوف من الهروب الحقيقي من ماضيها المظلم. تُظهر هذه البيانات الشك وعدم اليقين في إيلين، مما يعكس انفعالات التردد والخوف من التغيير الكبير، وهو أمر شائع عندما يضطر الشخص إلى مغادرة منطقة الراحة الخاصة به.

يظهر الرغبة في تأجيل لحظة الرحيل. يبدو أن إيلين تشعر بأنها غير مستعدة بعد لمواجهة الواقع الذي يتطلب منها الرحيل. بسبب الخوف من المجهول في المستقبل. في وسط أفكارها المضطربة، كانت إيلين بحاجة ماسة إلى الدعم العاطفي من والدتها، التي ربما تكون مصدر الراحة والقوة لها. خوفها لا يرتبط فقط بالرحيل، بل أيضًا بفقدان الدفء والحماية من الشخص الذي تحبه. على الرغم من أن إيلين ترغب في البكاء والتعبير عن خوفها، إلا أنها تحاول الظهور قوية عندما تتصل بها والدتها، حتى لا تشعر والدتها بالقلق عليها. في البيانات السابقة، هناك عنصر من الضغط الاجتماعي أو التوقعات للبقاء قويًا، خاصة أمام الشخص الذي تحبه.

ب. الخوف من المستقبل

يمكن وصف الشعور بالخوف الآخر كعاطفة بدائية قوية جدًا، تعمل على حماية الفرد من الخطر. لا يرتبط هذه العاطفة فقط بالمواقف الجسدية، بل يمكن أن تظهر أيضًا في السياقات النفسية، مثل الخوف من الفشل أو الخوف من الخسارة. عدم القدرة على تحديد انفعالاتها الخاصة قد يعكس الارتباك النفسي أو حتى التعب العاطفي الذي تشعر به إيلين. قد تكون إيلين تشعر بالخدر العاطفي بسبب الضغوط التي تعاني منها، أو ربما تقوم بقمع انفعالاتها

حتى لا تغرق في الحزن. في تلك اللحظة، تدرك إيلين أنها ليست الوحيدة التي تعيش حالة من الارتباك.

" لا أعلم هل أنا متحمسة أم حزينة على ما سأتركه ورائي، أم أنني بلا انفعالات وربما أحدهم يشرب قهوته الآن ويتأملني ولا يعلم أيضا، لا أعلم ولكن حقا هذه القهوة رديئة جدا أو ربما كل شيء في هذا البلد يتسم بالسوء أو أنني فقط أصبحت لا احب شيئًا ها.. لا أعلم" (ساندر, ٢٠١٨, ص, ١٠)

يظهر الاقتباس أعلاه أن أحد أشكال الحزن لدى إيلين هو أنها لا تعرف كيف يجب أن تتصرف في المستقبل. إيلين في حالة تردد عاطفي، حيث لا تستطيع تحديد ما إذا كانت تشعر بالسعادة أو الحزن بسبب رحيلها. هناك صراع داخلي حيث تتصادم انفعالات الفقدان مع الأمل في المستقبل. يمكن أن يرمز الغريب الذي يراقبها إلى الوحدة والاغتراب، أو ربما يكون تمثيلًا لصعوبة فهم الآخرين فقط من خلال المظاهر الخارجية. عدم رغبتها في طعم القهوة قد يكون شكلًا من أشكال عدم رضاها عن حياتها أو بيئتها بشكل عام. مما يعكس انفعالات الإحباط أو الرغبة في الرحيل، حيث تبدأ في رؤية كل شيء من منظور سلبي. إيلين تشعر بفقدان الاهتمام بالأشياء التي كانت عادةً تجعلها سعيدة، وكأنها استسلمت لفهم انفعالاتها الخاصة.

٢- الانفعالات المتعلقة بالتقييم الذاتي

أ. سعادة شخصية إيلين

الشعور بالسعادة هو شكل من الانفعلات الإيجابية التي تظهر عندما يحقق الشخص هدفًا معينًا أو يمر بتجربة ممتعة. في سياق الانفعلات الأساسية، السعادة أو الشعور بالفرح هي استجابة للمواقف الإيجابية

والمرضية. هذا يخلق شعورًا بالبهجة يمكن أن يخفف من التوتر ويوفر إشباعًا عاطفيًا. تكون السعادة بسيطة لأنها تتعلق بالأشياء الصغيرة التي قد تبدو تافهة للآخرين، لكنها كبيرة بالنسبة للفرد نفسه، كما في السعادة التي شعرت بها إيلين عندما حصلت على تقدير من الناس في فلسطين.

" فرحت كثيرًا لأن هذه المرة الأولى التي أقابل فيها شخصا فلسطينيا، واستغرب أني لم أسافر أبدا وأتكلم الإنجليزية بطلاقة هكذا، فابتسم وقال لي بلهجته الفلسطينية: حمد الله ع سلامتك " (ساندر, ٢٠١٨, ص, ١٨)

يظهر شعور السعادة أيضًا في الحوار السابق. يمكن أن يتجلى ذلك في الجملة التي تبدو وكأنها تعكس انفعالات الفرح الناتجة عن مواجهة الواقع بأنها تمكنت من الاندماج مع الغرباء، خاصة مع الشعب الفلسطيني، مما جعلها تشعر بسعادة كبيرة لأن هذه كانت المرة الأولى التي تلتقي بهم ويتم استقبالها. الشعور بالسعادة غالبًا ما يثير الطموح و الحماس داخل الشخص بشأن كيفية رد فعل من حوله أو الخطط التي سيبدأ في التفكير بها.

في الجملة "فرحت كثيرًا لأن هذه المرة الأولى التي أقابل فيها شخصًا فلسطينيًا"، يتم التعبير عن انفعالات السعادة و الحماس. هذا يعكس أن إيلين تشعر بالاهتمام تجاه الثقافة الفلسطينية أو أنها تشعر بقرابة عاطفية مع الشعب الفلسطيني، على الرغم من أنها لم تلتقِ بهم مباشرة من قبل.

يشعرون الناس هناك بالدهشة والإعجاب لأن الأشخاص الذين يتحدثون الإنجليزية بطلاقة عادةً ما يكونون قد سافروا كثيرًا أو عاشوا في

دول ناطقة بالإنجليزية، أو يمكن أن يعكس ذلك الصور النمطية الاجتماعية التي ترتبط عادةً بقدرة الشخص على التحدث بلغة أجنبية مع التجارب في السفر إلى الخارج. عبارة "فابتسم وقال لي بلهجته الفلسطينية: حمد الله ع سلامتك" عادة ما يستخدمها الشعب الفلسطيني لاستقبال شخص بعد رحلة أو تجربة صعبة، كنوع من التعبير عن الدفء والضيافة، وتعكس اللمسة الثقافية في التواصل.

ب.الاحتفال بالأشياء الصغيرة

الأشياء الصغيرة التي تجعل إيلين سعيدة هي الطعام الذي تذوقته، حيث جعلتها الشخصية الرئيسية تشعر بالسعادة لأنها لم تكن قد جربت هذا الطعام من قبل. إذن في هذا السياق، يُظهر أن أي شعور بالفرح مهما كان صغيرًا هو أمر مهم يجب أن نُقدّره. ومن خلال تلك الأشياء الصغيرة، يمكننا أن نشعر بامتناننا حتى لأصغر النعم. كما في الاقتباس التالي:

"الأكل حلو جدا.. بقالي فترة ماكلتش حاجة حلوة كدا.. شكرا جدا" (ساندر, ٢٠١٨,ص,٦٤)

يمثل الاقتباس أعلاه شكلًا من السعادة لـ إيلين لأنها تشعر بشيء جديد. إيلين اختبرت متعة بسيطة من الطعام، وهو ما قد يكون تجربة نادرة بالنسبة لها في الآونة الأخيرة. الجملة تُظهر أن الشخصية الرئيسية قد مرّت بفترات صعبة حيث ربما لم تستطع الاستمتاع بالطعام اللذيذ. ربما يكون هناك إحساس بالفقدان أو القيود، أو ربما الانشغال الذي جعلها لا تجد الوقت للاستمتاع بالحياة. قد يكون هذا تعبيرًا عن حياة مليئة

بالتحديات، حيث تصبح السعادة شيئًا نادرًا تشعر به. ولا يمكنها أن تنسى شكر الشخص الذي أعد الطعام أو حتى الحياة نفسها لأنها منحتها الفرصة للاستمتاع به. هذا يعني أنه على الرغم من أن الحياة قد تكون مليئة بالصعوبات، إلا أن هناك لحظات صغيرة لا يزال بإمكاننا شكرها.

ث. المفاجأة لإيلين

المفاجأة، في سياق الانفعلات، يمكن اعتبارها شكلًا من أشكال السعادة التي تظهر كاستجابة لمواقف غير متوقعة وممتعة. هذه العاطفة تندرج ضمن فئة الانفعلات الأساسية الأوسع، حيث تعتبر البهجة واحدة من المكونات الرئيسية لها. في هذه الحالة، تُعتبر البهجة عاطفة أساسية تنشأ غالبًا من تحقيق هدف أو تجربة إيجابية غير متوقعة. المفاجأة يمكن أن تُحفّز شعورًا عميقًا بالفرح، خاصة عندما تكون النتيجة مُرضية أو مفرحة. كما في الاقتباس الذي يظهر فيه آدم، الذي جعل إيلين تشعر بالسعادة لأن ها هي تشعر بذلك مرة أخرى بعد الألم الذي شعرت به في اليوم السابق.

" إيلين، أنا بحبك.

صمت، لم أستوعب أبدا ما قاله، يُحبني ! .. حقا .. لا أعلم كيف بدوت من الخارج ولكن بداخلي كنت أشعر بكل شيء ونقيضه ولكني حتما كنت في قمة سعادتي وخوفي بنفس الوقت. بالطبع المستشفى لم يكن المكان المناسب ليعترف أول مرة بحبه، ولكنه كان التوقيت المناسب.. توقيت كنت فيه على وشك اليأس من حُبٌ ميئوس منه، حب من طرف واحد " (ساندر,٢٠١٨,ص,٨٦)

أشكال الشعور أحد بالفرح في رواية "ما لا نبوح به" هو عندما الشخص الذي تحبه يعبّر عن انفعالاته أيضًا، كما في الجملة: "إيلين، أنا بحبك." هذه الجملة أصبحت مركز المفاجأة في القصة، حيث إيلين لم تتوقع هذه الكلمات أبدًا، خصوصًا من شخص كانت تعتقد أنه لا يحمل نفس انفعالات تجاهها.

السعادة التي شعرت بها إيلين تأتي مع شعور من النشوة لأن الحب الذي كانت تشعر به من طرف واحد تبين أنه مقابل، رغم الشكوك والقلق بشأن عواقب هذا الاعتراف. ربما لأن إيلين لم تكن مستعدة أو لم تتخيل أبدًا أن هذا الموقف سيحدث. كيف لا، فالمستشفى، الذي يُرتبط عادةً بالمرض والحزن، أصبح مكانًا لحدوث لحظة رومانسية. فالموقف الذي يكون ثقيلاً جسديًا أو نفسيًا أصبح هو المكان الذي يتم فيه التعبير عن الحب. ربما كان هناك شعور بالاستعجال، حيث يمر أحدهما في موقف صعب يجعل انفعالات غير قابلة للإخفاء بعد الآن. إيلين كانت في السابق تعتقد أن هذا الحب غير ممكن أن يُبادَل. وهذا يعكس المفارقة في الحياة انفعالات، حيث أحيانًا يأتي الحب عندما يكون الشخص قد كاد أن يستسلم.

د. الشيء المفرح

السعادة الصغيرة أحيانًا تجعل الفرد يشعر بأنه مقدر جدًا. الانفعلات التي تتعلق بالآخرين تظهر أيضًا، كما في التعبير الذي شعرت به الشخصية الرئيسية عندما تلقت اهتمامًا صغيرًا، مما جعلها تشعر وكأنها طفل صغير يتم دلاله من قبل أشخاص محبوبين. ما يبدو صغيرًا بالنسبة للآخرين هو في الحقيقة كبير جدًا بالنسبة للشخصية الرئيسية هنا. وبالتالي،

يُظهر هذا السياق أن الانفعلات المرتبطة بالآخرين يمكن أن تكون السعادة.

" أخذني وخرجنا لتجلس فوق قمة سطح عال، نتأمل كيف كل شيء صغير، ضئيل أمام هذا الحب الذي بداخلنا، أضع رأسي على كتفه، أتأمل كل شيء وكأني أراه للمرة الأولى، يبدو كل شيء مختلفا عندما تميل رأسك على كتف من تحب. " (ساندر, ٢٠١٨,ص,٨٥)

شعرت شكل السعادة التي بها إيلين هو شيء كان قد فقدته والآن تشعر به مرة أخرى، ولكن بفرح أكبر. (أخذني إلى الخارج، وجلسنا على قمة سطح مرتفع، نراقب كيف أن كل شيء صغير أمام الحب الذي يوجد في قلوبنا.) السطح المرتفع يرمز إلى قمة انفعالات، الحرية، والهدوء. من الأعلى، يبدو العالم صغيرًا، مما يشير إلى أنه عندما يكون الشخص في حالة حب، تصبح المشاكل والحياة من حوله غير ملحوظة مقارنةً بانفعالات التي يحملها. وضع رأسها على كتفه يرمز إلى الثقة والحماية، وكأن إيلين تشعر بالأمان والطمأنينة في عناق الشخص الذي تحبه.

يجعل الحب غالبًا ما الشخص يرى العالم بطريقة جديدة، فالأشياء التي كانت عادية في السابق تصبح الآن أكثر حيوية، أكثر معنى، وأجمل لأنها تُعاش مع الشخص الذي تحبه. (كل شيء يبدو مختلفًا عندما تضع رأسك على كتف الشخص الذي تحبه.) هذه العبارة تُظهر كيف أن وجود الشخص المحبوب يمكن أن يُغير طريقة رؤية الشخص للعالم. لحظات التواجد معًا البسيطة قد تحمل معاني عميقة وتخلق انفعالات أقوى مقارنةً بتجارب الشخص الفردية.

٣- الانفعالات المرتبطة بالمحفزات الحسية

أ. غضب الشخصية إيلين

الغضب هو واحد من أربعة انفعالات أساسية تشمل الفرح، والخوف، والحزن. أن الشعور بالغضب يظهر كرد فعل على إعاقة تحقيق الهدف أو عندما يواجه الشخص موقفًا غير مرغوب فيه أو مؤلمٍ. في إطار الانفعلات، يُعتبر الغضب غالبًا رد فعل على موقف سلبي للغاية، حيث يشعر الفرد بالحاجة إلى إلقاء اللوم على شيء أو شخص ما بسبب تلك الحالة. في التعبير التالي، يُجسّد ما شعرت به إيلين تجاه ذلك الرجل الذي أصابها بخيبة أمل:

" إنت وعدتني إنك مش هتتأخر

ما اتأخرتش, هما و صلوا بدري

تصرخ لداخلها بغضب" (ساندر, ٢٠١٨,ص,١٤)

يبدوا الغضب واضحًا في المحادثة المذكورة، حيث أن الفتاة كانت غاضبة من ذلك الرجل لأنه أخلف وعده لها، إذ لم يكن الواقع مطابقًا لما قاله، خاصة عندما كان يستعد للذهاب إلى العمل. في الجملة "إنت وعدتني إنك مش هتتأخر" يظهر بوضوح وجود الأمل والثقة التي منحتها الفتاة للرجل الذي أمامها، كما يتجلى فيها شعور الخيبة عندما يبدو أن الوعد لم يُوفَ به. ردّ الرجل قائلاً: "ما اتأخرتش، هما وصلوا بدري" (أنا لم أتأخر، بل هم الذين وصلوا مبكرًا)، وهذا يُعدّ محاولة للدفاع عن النفس كما لو أنه متهم بالتأخير.

يوضح اختلاف وجهات النظر في التواصل، حيث يشعر أحد الأطراف بخيبة الأمل بينما يرى الطرف الآخر أنه لم يرتكب أي خطأ."تصرخ داخلها بغضب": حيث تشعر إيلين بالغضب لكنها تختار عدم التعبير عنه بشكل مباشر. الشعور بالغضب غالبًا ما ينشأ نتيجة لخيبة الأمل التي يمر بها الشخص. يظهر الغضب عندما يكون هناك عائق أمام تحقيق الهدف، وغالبًا ما يكون مصحوبًا بالإحباط.

ب. حماس شخصية إلين لبدء شيء جديد

الشعور الإيجابي الذي يدفع الفرد للعمل بحماس و طاقة و تحفيز. في سياق علم النفس، يُرتبط الحماس غالبًا بـ الدافع، وهو الحافز الداخلي لتحقيق هدف معين، وفي هذه الحالة يمكن ربطه بالانفعلات الأساسية المتعلقة بـ الفرح و الدافع لتحقيق الأهداف. تظهر هذه العاطفة عندما يشعر الشخص بالسعادة والطاقة، وغالبًا ما تكون نتيجة لتحقيق شيء ما أو توقعات إيجابية تجاه المستقبل. يمكن اعتبار الحماس شكلًا من أشكال الفرح الذي يدفع الفرد إلى التحرك و السعي نحو أهدافه.

" شعرت بالحرية وقررت أني أستحق حماما لطيفا ساخنا لا تخلص من بقايا الماضي، وشغلت مزيكا بصوت عالي وعندما هاجت من الحمام فتحت الشنط وقررت أني لن أبقى يومي الأول في البيت، ولكني سأكتشف المنطقة والناس " (ساندر,٢٠١٨,ص,١٤)

العاطفة المرتبطة بتقييم الذات تظهر في الجملة التي تقولها إلين، حيث تشرح اعترافها بنجاحها في بداية حياة جديدة ومحاولة نسيان الماضي. تم الاحتفال بذلك من قبل إلين بنفسها، حيث دللت نفسها بحمام ماء دافئ

مع الاستماع إلى أغاني صاخبة لترافقها. إلين شعرت بالراحة والحرية من شيء في الماضي، ربما من الضغوطات الكثيرة، والعلاقات، والبيئة التي كانت تقيدها. هذا يشير إلى بداية جديدة حيث شعرت بأنها تمتلك السيطرة الكاملة على نفسها.

الاستحمام في هذا السياق ليس مجرد نشاط جسدي، بل هو رمز للتطهير العاطفي والروحي. الماء الساخن يمكن أن يرمز إلى الراحة والشفاء، بينما "بقايا الماضي" تشير إلى شيء يريد الشخص تركه أو نسيانه. إلين تحتفل بحرّيتها بطريقة ممتعة عن طريق الاستماع إلى الموسيقى أثناء الاستحمام، لأن الموسيقى الصاخبة يمكن أن ترمز إلى رغبتها في تجربة الحرية بشكل كامل وعميق. بعد الخروج من الحمام، ترغب إلين في استكشاف العالم وعدم الوقوع في الروتين القديم. وفقًا لها، فإن اليوم الأول في المكان الجديد عادة ما يعكس بداية رحلة جديدة، وتريد الشخصية الرئيسية ملأه بتجارب جديدة. إلين لا تريد فقط الانتقال إلى مكان جديد جسديًا، ولكنها أيضًا ترغب في تجربة شيء مختلف ومليء بالمغامرة.

ت.الذنب لدى الشخصية إلين

تظهر انفعالات الذنب نتيجة لحدوث انتهاك من قبل الشخص في حياته يتعلق بالأخلاق أو القيم، وذلك بسبب شعوره بأنه على صواب، وإنكار نفسه، وقد يحدث ذلك بشكل واعٍ أو غير واعٍ. شعور الذنب غالبًا ما يكون خفيفًا ويزول بسرعة، ولكن يمكن أن يستمر لفترة طويلة أيضًا. قد يتم محو درجة أقل من الشعور بالذنب أحيانًا لأن الفرد ينكر ويشعر أنه على صواب. هناك فرق حاد في طريقة استجابة الشخص

لمواقف تؤدي إلى شعور بالذنب. فهناك من يكون واعيًا بما يجب عليه فعله ويدرك تمامًا أنه قد انتهك واجبًا ما. إحدى صور ذلك تظهر في الاقتباس التالي:

" تعلم أنني لطالما كنت في غرفتي وعندما كانت تظن هي أنني بخير كنت أبكي وأدعي أنني نائمة حتى لا أحزنها، فقط لو تعلم أنني لم أكن بخير لوقت طويل .. أنتظر لتغضب مني لأني لم أخبرها بموعد سفري .. أنتظر" (ساندر, ٢٠١٨,ص,١١)

تحاول إلين التي أن تكون بخير أمام والدتها رغم أنها تخفي شيئًا كان يجب أن تقوله لها. تشعر إلين بالذنب لأنها تخفي هذا الأمر، وأثناء انتظارها لاستيقاظ والدتها، تطمئن نفسها بأنها لن يحدث شيء رغم أنها تعلم أن والدتها ستغضب. تُظهر هذه البيانات انفعالات الذنب لدى الشخصية التي تثبتها الجملة "كنت أنتظر أن تغضب مني لأنها لم أخبرها عندما سافرت أنا أنتظر". هذه الجملة تظهر أن إلين كانت معتادة على الانعزال في غرفتها، مما قد يشير إلى شعور بالوحدة أو العزلة انفعالات. إلين غالباً ما كانت تمر بالحزن أو الاكتئاب، لكنها لم تعبر عن ذلك بشكل علني.

كانت إلين تحاول حماية الشخص الذي تحبه من القلق، على الرغم من أنها كانت تشعر بأنها ليست على ما يرام. كان هناك رغبة خفية لدى إلين أن تدرك والدتها معاناتها، ولكن في الوقت نفسه، كانت إلين لا تعبر عن انفعالاتها بشكل مباشر. الشعور بالذنب هو العاطفة التي تنشأ نتيجة سلوك شخص ما يتعارض مع المعايير الأخلاقية سواء كانت عالمية أو جماعية للمجتمع في الحياة.

د. الندم إلين

الندم لشخص ما غالبًا ما يظهر عندما يشعر الشخص بعدم السعادة أو بخيبة أمل بسبب عدم نجاحه في تحقيق شيء ما أو قيامه بتصرفات سيئة. في السياق النفسي، يرتبط الندم غالبًا بالوعي بعواقب الأفعال التي تم اتخاذها، مما قد يؤدي إلى شعور بالذنب ورغبة في تصحيح الأخطاء التي حدثت. الندم هنا يمكن أن يعمل أيضًا كمحفز لإجراء تحسينات في المستقبل، على الرغم من أنه في بعض الحالات، قد يصبح هذا الشعور عبئًا عاطفيًا ثقيلًا إذا تم كتمانه لفترة طويلة. مثل شكل الندم لدى إلين التي تشعر بأنها أهدرت ما كان لديها.

" ولكن أنا خائف أن تكون معي أيضًا، عندما أرى ذلك البريق بعينيها أخاف أن أكون سبب انطفائه، لن أستطيع تحمل ذلك الذنب أبدا. " (ساندر, ٢٠١٨,ص,٧٦)

الشعور الشكل بالذنب في الأعلى يتعلق بشيء ينتهي بالندم. إلين تشعر بالخوف ليس بسبب الآخرين، ولكن بسبب نفسها. الجملة "بريق العين" يمكن تفسيرها على أنها تعبير عن السعادة، الأمل، أو حيوية الحياة التي يمتلكها الشخص المحبوب. إلين تخشى أنه إذا كانت مع الشخص المذكور، فإنها ستكون سببًا في فقدان تلك السعادة، بسبب قلة الثقة بالنفس أو الصدمات السابقة، مما يجعلها تشعر بأنها غير جديرة أو غير قادرة على الحفاظ على سعادة الآخرين. كلمة "ذنب" (ذنب) تشير إلى أن إلين تعتبر احتمال إيذاء شخص ما خطأ كبيرًا لا يمكن أن تغفره،

وأن هناك عبئًا عاطفيًا ثقيلًا جدًا، وكأنها قد مرّت بتجربة فشل مشابهة من قبل.

ي. معاقبة النفس

المعاقبة النفس هي عاطفة تظهر نتيجة عدم قدرة الشخص على حل المشاكل الموجودة في حياته. نتيجة لكل ذلك يظهر سلوك لإيذاء النفس. يحدث هذا السلوك بسبب وجود اضطرابات داخل الشخص الذي يختبر هذه العاطفة، مثل اضطرابات الشخصية، والاضطرابات النفسية، والاضطرابات النفسية. كما في الجملة أدناه كيف أن إلين تعمدت عدم إخبار الآخرين كنوع من العقاب الذاتي لأنها كانت لئيمة للغاية مع نفسها:

" وصلت المطار برج العرب، مثلما رحلت ولم أخبر أحدا وصلت ولم أخبر أحدًا.. أحاول أن أصلح ما أفسدته برحيلي سأفاجئ الجميع. " (ساندر, ٢٠١٨,ص,٩٨)

الجملة القصة أعلاه، تُظهر عودة الشخصية الرئيسية، إلين، إلى مكانها الأصلي بعد أن غادرت سرًا دون أن تخبر أحدًا. تؤكد بطلة الرواية أنها عادت بنفس الطريقة التي غادرت بها – في صمت ودون سابق إنذار. لكن هذه المرة كان هناك دافع وهدف مختلف في عودته. فقد أدرك أن رحيله قد تسبب في أضرار أو مشاكل، وأراد الآن إصلاح ما أفسده. هناك نية للتكفير أو إنهاء شيء لم يكتمل أو إتمام شيء لم يكتمل؛ فهو يذكر أنه سيفاجئ الجميع. قد يعني هذا أن عودته كانت غير متوقعة، أو أنه أحدث تغييرات كبيرة من شأنها أن تفاجئ من حوله.

ف.استمتاع إلين بالحياة

انفعالات الإيجابية النابعة من التجارب الممتعة. يشير الاستمتاع إلى انفعالات الإيجابية والممتعة التي تنشأ من التجارب الحسية الممتعة. يمكن أن يأتي ذلك من مصادر متنوعة، مثل الطعام الجيد أو الموسيقى الجميلة أو التجارب الجمالية الأخرى. يعمل الاستمتاع على تعزيز السلوك الإيجابي ويشجع الأفراد على البحث عن تجارب مماثلة في المستقبل.

" شعرت أني أريد أن أبكي.. أبكي كثيرا حتى أشعر أن ذلك الثقل بداخل قلبي يختفي.. كأن بداخلي سحبا ويجب أن أمطر، بل أهطل لكي أشعر بالصفاء.. لكي أصبح زرقاء" (ساندر,٢٠١٨,ص,٩٣)

يُظهر الاقتباس أعلاه انفعالات المرتبطة بالمحفزات الحسية في شكل متعة، شخص يشعر برغبة في البكاء. أقنعت نفسها أن البكاء سيخفف العبء عن قلبها. شعرت إلين بأن انفعالات العميقة تغمرها ورأت في البكاء وسيلة للتنفيس عنها. البكاء هنا ليس مجرد تعبير عن الحزن، ولكنه أيضًا عملية شفاء وتطهير عاطفي. "كأن بداخلي سحبا ويجب أن أمطر، بل أهطل لكي أشعر بالصفاء." تستخدم إيلين هنا استعارات الطقس لوصف انفعالاتها، ''سحابة'' (السحب) تصف الأمتعة انفعالات المتراكمة بداخلها. وتصف ''أمطر'' (ترسل المطر) و''أهطل'' (تنهمر أمطارًا غزيرة) البكاء بأنه تفريغ للانفعلات. في حين أن عبارة ''لكي أشعر بالصفاء'' (لعلي أشعر بالصفاء) تشير إلى أنها بعد البكاء تأمل أن تشعر بالخفة والسكينة. للون الأزرق هنا عدة معانٍ في تصوير انفعالات إلين

وهي الهدوء والسكينة، فبعد العاصفة الممطرة أصبحت السماء صافية وزرقاء ترمز إلى الهدوء بعد الانطلاق العاطفي.

ق. ألم إلين

يشعر الشخص عندما بالألم، سواء كان ذلك بسبب إصابة جسدية أو شعور عاطفي مؤلم، يمكن أن تؤثر هذه انفعالات على سلوكه وقراراته. تنشأ هذه انفعالات استجابة لتجارب جسدية مؤلمة. يمكن الشعور بالألم جسديًا ونفسيًا على حد سواء، وغالبًا ما يؤدي إلى ردود فعل التجنب. وفيما يتعلق بالألم على وجه التحديد، يشرح كريتش أنه شعور ينشأ بسبب حدوث شيء سيء لجسد المرء أو عقله أو روحه. قد يؤدي الألم إلى ردود فعل عاطفية قوية وغالباً ما يرتبط بتجنب الألم أو الانزعاج:

" ابتسمت في صمت؛ فلا شيء سأقوله سيجعل قلبي يتوقف عن الدق بسرعة مريبة. ذهبت إلى البيت وأنا مرهقة .. لم أقم بأعمال مرهقة هكذا من قبل .. كنت أظن أن رجال الأعمال لا يفعلون شيئًا سوى الجلوس في مكاتبهم الفخمة والسفر والمتعة ولكن حقا يستحقون .. ذهبت إلى البيت كأي كائن عربي يظن أن يومه ينتهي عند انتهاء عمله، ووجدت في الواقع أن يومهم يبدأ بعد العمل .. كيف تكون لديهم الصحة والطاقة حقا لا اعلم " (ساندر,٢٠١٨,ص,٤٠-٤١)

يشعر بطل الرواية هنا بالتعب الذي يسبب الألم بعد العمل طوال اليوم. كانت تعتقد أن العمل لم يكن مُرضيًا كما هو الحال الآن لأن ما كان يدور في ذهنها هو المجيء إلى العمل والجلوس في المكتب والاستمتاع.

دون التفكير في أنه اتضح أن العمل في المكتب يمكن أن يسبب الألم أيضًا لأنه متعب للغاية. يمكن الشعور بالألم جسديًا ونفسيًا على حد سواء، وغالبًا ما يؤدي إلى ردود فعل التجنب.

عانت إلين من أعباء جسدية وذهنية كانت جديدة عليها، ربما بسبب العمل الشاق أو الأنشطة المرهقة، كانت هناك صدمة لواقع عالم العمل الذي كان أصعب مما كانت تتخيله. اختبرت إيلين تغييرًا في وجهة نظرها بعد أن اختبرت عن كثب كيف يكون عالم العمل الحقيقي، وأدركت أن نجاح المرء، خاصة في عالم الأعمال، لا يتحقق بسهولة، بل من خلال العمل الجاد والتفاني.

غ. يقلق إيلين

الشعور بالقلق أو التململ بشأن ما سيحدث في المستقبل، خاصةً إذا شعر المرء بأنه لا يملك السيطرة على مصيره. تنشأ هذه انفعالات غالبًا بسبب التجارب السابقة أو الشعور بالذنب أو عدم اليقين بشأن عواقب الخيارات التي تم اتخاذها. يشعر الشخص بأن حياته أو حياتها موجهة من قبل قوى خارجة عن إرادته أو سيطرتها، لذلك فهو خائف مما سيحدث. خوفًا من أن يكون لأفعال الماضي عواقب وخيمة في المستقبل، وهذا ما تشعر به إلين الآن حيث التقت للتو بزين:

" لأول مرة أشعر حقا بأن كلام زين لم يكن مبالغة، فأنا شعرت بذلك الألم مع آدم أنا أحبت آدم مثلها أحبني زين.. هل سيؤلمني آدم مثلها ألمت زين ؟.. هل ستكون أنت با آدم انتقام السماء مي هل ستكون أنت الدين الذي يجب على قلي أن يندم، المنى الا تكون، كنت أتأمل الطريق

والبحر وأفكر في القدر والماضي والمستقبل والحاضر وأنت أفكر فيك كثيرا، اشتقت لك وأشعر بأني أخون زين الجالس أمامي يبكي حبي وأنا واقعة بعشق رجل آخر ها في الخلف" (ساندر,٢٠١٨,ص,٩٩)

يشعر بطل الرواية لأول مرة أن كلمات زين ليست مبالغة، بل هي حقيقة يعيشها الآن. من قبل، ربما كانت تشك في انفعالات زين أو تعتقد أنه كان يبالغ في رد فعله، ولكن بعد أن اختبرت ألم آدم، بدأت تتفهم شعور زين تجاهها. بدأت تتساءل عما إذا كان آدم سيؤذيها كما آذى زين. كان هناك خوف من أن يأخذ القدر مجراه، كما لو كان آدم أداة ''انتقام السماء'' منها، أو دين انفعالات عليها أن تسدده بسبب أخطاء الماضي.

تنغمس إيلين في أفكار عميقة حول الماضي والحاضر والمستقبل، بينما تحدق في الطريق والبحر، وهما رمزان قويان للسفر وتقلبات الحياة. وهذا يشير إلى أنه يشعر بأنه يتخبط في مصيره، ولا يعرف ما إذا كان متجهًا نحو السعادة أو المعاناة.

تشتاق بطلة الرواية إلى آدم، على الرغم من أن زين الذي يحبها يجلس أمامها يبكي حبًا. وهذا يدل على أنها لا تستطيع أن تبادله انفعالات زين، والأسوأ من ذلك أنها تشعر بأنها تخونه لأن قلبها وقع في حب رجل آخر. زين الذي كان مخلصًا وموجوعًا في حضورها، بينما كان آدم الذي أحبته متخلفًا (جسديًا أو ذهنيًا). يصور هذا الموقف حالتها انفعالات حيث أنها جسديًا مع زين ولكن قلبها مع آدم.

٤- الانفعالات التي تتواصل مع الاخرين

أ. انفعالات الحب لدى إلين

أشكال الحب من الذي ينشأ بسبب الانجذاب للطرف الآخر أو انفعالات الإعجاب مع الأمل في أن تتم مبادلة هذه انفعالات بالمثل. والشعور أو العاطفة بالحب مطابق للولاء، والمودة التي يكنها الإنسان كانفعالات المرأة للرجل الذي يجذب انتباهها. والحب يتبعه انفعالات الوفاء والمودة وهو أيضاً عاطفة من الانفعلات القوية والرحمة الشديدة، وفلسفة الحب صفة حميدة تورث كل عطف ورحمة ومودة. لا يقتصر الشعور بالحب بين شخصين من الجنس الآخر فحسب، بل أيضًا تجاه الوالدين والأصدقاء والحيوانات الأليفة وغيرها. كما في مقتطف قصة ''ما لا نوبوهو بيهي'' أدناه:

" دخلت لأطلب قهوتي ويلفت نظري شاب يحمل كتاب كافكا على الشاطئ، شعره يميل للبني الفاتح ويرتدي تيشرتا» رصمليا وبنطالا جينز» فاتحا، وأمامه قهوة، ولا أعلم هل وقعت في حبه أم في حب الكتاب الذي بيده.. أنا عادة فتاة خجولة ولا أحب أن أجعل شابا يشعر أنني أهتم به، ولكني جلست إلى أقرب طاولة له وأخرجت مذكراتي ... ربما شعر بنفس الشيء لي أو على الأقل نجحت في أن ألفت انتباهه، ابتسم لي ولم أهلك سوى أن أبتسم له بالمقابل " (ساندر,٢٠١٨,ص,٢٠)

العاطفة الحب التي تتجلى في الرجل الذي يجذب انتباه إلين أثناء وجودها في المقهى وهي تحمل كتابًا، والاقتباس أعلاه يحكي كيف أن الرجل يجعل إلين تحب النظرة الأولى. على الرغم من أنها كانت غير متأكدة قليلاً من انفعالاتها ما

إذا كان الأمر يتعلق بالحب أو مجرد اهتمام. تُظهر عاطفة الحب في هذا الاقتباس التعبير عن انفعالات التي تدور في ذهنه والمتعلقة باللمحة الأولى. الشعور بالحب هو الشعور بالانجذاب إلى طرف آخر أو الشعور بالإعجاب مع الأمل في أن تتم مبادلة هذه انفعالات بالمثل.

الشعور بالحب هو الشعور بالانجذاب إلى طرف آخر أو الشعور بالإعجاب مع الأمل في أن تتم مبادلة هذه انفعالات بالمثل. لم ينجذب إلين إلى الشاب فحسب، بل انجذب أيضًا إلى الكتاب الذي كان يقرأه. هناك غموض في انجذابها، سواء كانت مغرمة بالرجل أو بالكتاب الذي يحمله، وهو ما قد يعكس حبها للأدب أو تفكيرها العميق. يهتم إلين أيضًا بالتفاصيل الصغيرة، التي تدل على الانجذاب العاطفي أو الفكري، فالرجال يعطون انطباعًا بأنهم مثقفون ولكن مرتاحون، وهو ما قد يكون عامل الجذب الرئيسي لإلين.

ب.تصور الحب

يرتبط الحب وغالباً ما بانفعالات المودة والسعادة والتعلق وحتى الألم، ويمكن أن يكون تصور المرء للحب إيجابياً (رومانسياً ودافئاً) أو سلبياً (صدمة نفسية وخوفاً من الفقدان). لكل فرد تعريف مختلف للحب بناءً على خبراته الحياتية وعقليته. وبالتالي، فإن تصور الحب هو بشكل غير مباشر نظرة الفرد للحب بناءً على تجاربه وانفعلاته وقيمه. وتتأثر هذه التصورات بعوامل نفسية واجتماعية وعوامل أخرى، ويمكن أن تتغير هذه التصورات بمرور الوقت وتجارب الفرد الحياتية. كما هو الحال في تعبير إلين عن الحب الذي شعرت به ذات مرة.

" بل، لتكوني واقعة بالحب.. فليس بالضرورة أن تقوم كل العلاقات على العشق، هناك علاقات تقوم على العشق وهناك علاقات تقوم على الصداقة أو المصلحة، سواء عملية أو جسدية.. الحب شيء نادر صدقيني " (ساندر,٢٠١٨,ص,٣١)

أوضح إلين أنه ليس من الضروري أن يكون كل شيء مبني على الحب، فبعض العلاقات مبنية على الحب وبعضها ليس كذلك، سواء كانت علاقات عملية أو جسدية. ''بل،، لتكوني واقعة بالحب..'' تُظهر هذه الجملة أن إلين تتحدى أو تصحح وجهة نظر آدم عن الحب. هناك إحساس بأن آدم قد يعتقد أنه واقع في الحب، لكن إيلين يريد أن يُظهر أن الحب الحقيقي ليس شيئًا يحدث بسهولة لا يجب أن تكون كل العلاقات مبنية على الحب العاطفي.

البعض العلاقات مبنية على الحب، وبعضها مبني على الصداقة، أو المصالح، سواء كانت مهنية أو جسدية). يعترف هذا الاقتباس بتنوع أشكال العلاقات الإنسانية، وليس فقط تلك القائمة على الحب الرومانسي، وهي نظرة أكثر واقعية للعلاقات، حيث لا يرتبط الجميع بسبب الحب الحقيقي، ولكن بسبب عوامل أخرى مختلفة.

ج. انفعالات الحب الخانقة

يتنوع شكل الحب من عدة نواحٍ وتتراوح شدة التجربة أيضًا من ألطف درجات الحنان إلى أعمق درجات الحنان من أكثر المودة هدوءًا إلى أكثر الانفعلات عنفًا وهياجًا. إذا كان الأمر كذلك، فإن جوهر الحب هو الشعور بالانجذاب إلى الطرف الآخر مع توقع العكس. في هذا السياق، هي حالة يشعر فيها الشخص بحب قوي تجاه شخص ما، لكنه لا يستطيع أو لا يجرؤ على التعبير عنه. يمكن أن

يحدث هذا لأسباب متنوعة، مثل الخوف من الرفض، أو اختلاف المكانة، أو الالتزامات القائمة، أو غيرها من العقبات التي تتسبب في كبت الحب أو كتمانه وحده، مثل الاقتباس أدناه:

" أتأمله وبداخل يبكي الم الحسب بتلك الصعوبة ؟ لماذا على أن أحبى اشتياقي وحبي بداخلي، لم على أن أمع نفسي من أن أضمه لصدري أو أن أرحمي بين ضلوعه وأبكي عشقه، لم كل شيء عليه أن يكون بذلك التعقيد والتكتيك، سألته بدون وعي " (ساندر,٢٠١٨,ص,٧٤)

أشكال الحب من أيضًا عن الشوق الذي يحتفظ به لنفسه. شعرت إيلين بألم عدم قدرتها على التعبير عن حبها بحرية، بسبب الصراع بين انفعالاتها العميقة والواقع الذي منعها من التعبير عن تلك انفعالات. هناك إحساس بالإحباط والظلم، حيث تشعر إيلين أن كبت انفعالاتها عبء ثقيل عليها، عن الحب الممنوع، والعلاقات غير الممكنة، أو الحواجز الاجتماعية وانفعالات التي تجعلها مضطرة لكبت انفعالاتها.

أرادت إلين أن تعبر عن حبها جسديًا وعاطفيًا، لكنها شعرت أنها لا تستطيع، وأن هناك أشياء يجب أن تتحملها رغم أن قلبها يحثها على التصرف. الكلمات ''التعقيد والتكتيك'' . إشارة إلى أن الأمر لم يكن مجرد علاقة بسيطة أو اختلاف في المكانة أو ظروف أجبرتهما على إخفاء انفعالاتهما. بعد كل انفعالات التي كانت تكتمها، كسرت أخيرًا الحدود التي كانت تحتفظ بها وطرحت سؤالاً مباشرًا.

د. كراهية إيلين

ينشأ شعور الكراهية نفسه نتيجة لانفعالات الكراهية حيث يكون الهدف النهائي لهذا الشعور هو التدمير لتحقيق الرضا. الاستياء أو انفعالات الكراهية المرتبطة ارتباطًا وثيقًا بانفعالات الغضب والغيرة والحسد. إن السمة التي تميز الشعور بالكراهية هي إثارة الشهوة أو الرغبة في تدمير موضوع الكراهية. وليس المراد بالكراهة مجرد الشعور بالكراهية أو النفور مع ما يترتب عليه من أثر الرغبة في التجنب وعدم القصد إلى الهلاك أو العكس. الاقتباس أدناه هو شكل من أشكال الكراهية:

" شعرته أحمق وسخيفاً وقاسياً مثل الحجر، ولكنه اقترب مني وهمس قبل أن يجلس لا تتأثري، تلك دموع التماسيح، هي خائنة " (ساندر,٢٠١٨,ص,٢٨)

الاقتباس أعلاه هو عاطفة الكراهية التي تكشف أن إلين مرتبكة بشأن كيفية التصرف تجاهه (آدم) لأنه خائن ويبدو أن الأشخاص الذين هم تحته لا يستحقون أن يتم التعامل معهم بهذه السوء. يُطلق على شعور الكراهية أيضًا اسم الشعور السلبي حيث يحتوي هذا الشعور على الرغبة في تدمير الشيء الذي هو هدف الكراهية. ترى إيلين أن هذا الرجل شخص غير حساس، بارد، وربما مزعج. المقارنة بالصخرة تظهر أنها تعتبر هذا الرجل خاليًا من انفعالات والتعاطف.

الرغم من اعتباره في البداية غبيًا وقاسيًا، إلا أن هذا الرجل لا يزال لديه السيطرة على الموقف وهو واثق بما يكفي للاقتراب من إلين. تشير الهمسات إلى أن هناك شيئًا سريًا أو مهمًا يمكن أن يغير وجهة نظر إيلين

بشأن الوضع الحالي. حيث ترى إيلين في البداية أن هذا الرجل شخص غبي وصعب، ولكن بعد ذلك تسمع شيئًا يمكن أن يغير وجهة نظرها بشأن الوضع الحالي. هناك توتر بين عدم التصديق واحتمالية أن يكون هذا الرجل يقول الحقيقة. ترتبط انفعالات الكراهية ارتباطًا وثيقًا بانفعالات الغضب والغيرة والحسد.

ي. تصبح الكراهية حبا

الظاهرة النفسية التي يشعر فيها الشخص في البداية بانفعالات سلبية (كراهية، عدم إعجاب، انزعاج) تجاه شخص ما، ثم تتغير تدريجيًا إلى انفعالات الحب أو الانجذاب هي ما يحدث للشخصية الرئيسية في رواية "ما لا نوبوهو بيهي". إن الكراهية والحب هما عاطفتان قويتان ومكثفتان، لذا فإن انفعالات الكراهية العميقة تجاه شخص ما يمكن أن تتحول إلى حب إذا كانت هناك عوامل محفزة معينة، وفي بعض الأحيان تنشأ الكراهية بسبب سوء الفهم أو الأحكام الخاطئة. بعد التعرف على الشخص بشكل أفضل، يمكن أن تتغير انفعالات لتصبح أكثر إيجابية. مثل الصراع أدناه:

" جلس أمامي يدخن وأنا أناملیه، لطالما كرهت المدخنين. ولطالما رغبت أن أتزوج برجل غير مدخن حتى يكون قدوة لاماني ولكني وقعت بعشق رجل يفعل كل ما هو سي ،، كل ما هو حرام ولكني أحبته على كل حال، أحبته على الرغم مما هو عليه أمينه كثيرا، أحيت حتى رائحة دخانه المجرد أنه مر منه وكأني أنفس نفين هوانه " (ساندر,٢٠١٨,ص,٧٤)

الاقتباس أعلاه يوضح أحد أشكال الكراهية التي تتحول إلى حب إيلين للمدخن. تمتلك إيلين قيم ومبادئ قوية، حيث تريد شريكًا يتمتع بصحة جيدة وقدوة، وهذا توقع ومعيار واضح لشريك حياتها المستقبلي. لقد شعرت بالفرق بين القلب والمنطق وانفعالات، كانت تعلم أن هذا الرجل لا يتناسب مع قيمها، ولكن انفعالاتها كانت أقوى من المنطق. يشير هذا إلى شكل من أشكال الحب الأعمى أو الاعتماد العاطفي، حيث يستمر الشخص في الحب على الرغم من علمه أن هذا الشخص ليس جيدًا بالنسبة له.

تبدأ إيلين بقبول حتى الأشياء التي كانت تكرهها سابقًا. "حتى عطر دخانه" ما كان يعتبر في السابق مثير للاشمئزاز أصبح الآن شيئًا يحبه بالفعل، مما يُظهر مدى تغير تصوره بسبب الحب. قد يكون هذا علامة على الحب الوسواسي، حيث يكون الشخص على استعداد للتضحية بمبادئه ونفسه للحفاظ على انفعالاته.

السجائر في هذه الرواية لا تشير فقط إلى عادات الرجل السيئة، بل ترمز أيضًا إلى علاقة غير صحية، فكما أن دخان السجائر قد يكون خطيرًا ولكن لا يزال يتم استنشاقه، فإن هذا الحب مؤلم أيضًا ولكنه لا يزال يقبله. هناك سخرية واستسلام، وكأن إيلين تعلم أن هذا الحب ليس جيدًا لها، لكنها مع ذلك تختار الغرق فيه.

ت. العوامل انفعالات للشخصية الرئيسية إلين في رواية ما لا نوبح به للكاتبة ساندرا سراج

أ. العوامل الفسيولوجية

١) مزاج إيلين لآدم

يمكن العثور على أحد مصادر إثارته أو رغبته في عدد من الأحداث الفسيولوجية المترابطة والمعقدة. إن ظهور الرغبات والأهداف الإنسانية هو نتيجة جزئية لتنظيمها الفسيولوجي. وقد أثبتت الأبحاث الحديثة في فسيولوجيا الدافعية بشكل واضح أن الجهاز العصبي المركزي يشارك أيضًا بشكل كبير. إن الدماغ، مثل محتويات تجويف البطن، يشارك في الرغبة الجنسية، ورغبة الطعام، والرغبة في إشباع العطش. فيما يلي أشكال الرغبات الفردية للشخصية الرئيسية تجاه الشخص الذي تحبه:

" وقال بنبرة اعتذار جعلتني أضحك وأنا أبكي : أقسم لك إني لم أكن أنوي أن أغرقك أو أتركك للموت أبدا. ثم يحنو صوته وهو يقول: «لم أكن لأفرط فيك».. بكيت أكثر فلم يسعه سوى أن يضمني لصدره.. شعرت بقلبه، استنشقت رائحته وبكيت أكثر ، وهمست وأنا أبكي آدم أنا أتألم، داخلي يحترق .. أموت .. ليقبل جبيني وكأنه يعتذر مني على ما لا يعرفه .. لا يعلم ماذا يفعل، لا يستطيع أن يسأل فأنا لست في حالة تسمح له بالسؤال أو تسمح لي بالجواب، ولكني أعلم أني سأضطر أن أوضح له أجلا أم عاجلا ." (ساندر,٢٠١٨,ص,٥٢)

تفاجأت إيلين عندما رأت موقف آدم المتمثل في الاعتذار بينما كانت إيلين تضحك وهي تبكي. أوضح آدم أنه لم يكن ينوي أبدًا إغراقي أو ترك إيلين تموت. استمر آدم في البكاء، ثم عانقت إيلين آدم دون وعي وقالت لها أنها كانت

تتألم وكأنها تحترق. يتحدث آدم بنبرة نادمة، محاولاً إقناعها بأنه لم يكن ينوي أبدًا إيذاء الشخصية الرئيسية أو تركها في خطر. تشير عبارة "الشخصية الرئيسية تشعر بالتخلي عنها أو الخيانة" إلى وجود حادث يجعل الشخصية الرئيسية تشعر بالتخلي عنها أو الخيانة. إلا أن الرجل أكد أنه لن يكون على استعداد أبدًا لخسارة الشخصية الرئيسية، كما جاء في "لم أكن لأفرط فيك". بكت إيلين بصوت أعلى، مما أظهر مدى عمق الجروح انفعالات التي شعرت بها. وردًا على ذلك، احتضنها الرجل، وقدم لها الدفء والحماية، وكأنه يريد تهدئتها أو التكفير عن خطئه.

شعرت إيلين بدقات قلبه واستنشقت رائحته، مما أشار إلى وجود ارتباط عاطفي قوي بين الاثنين. إن عبارة "اللهم اغفر لي وارحمني" تظهر مدى عمق معاناة إيلين، ليس فقط جسديًا، بل عاطفيًا أيضًا. لقد كان هناك جرح داخلي جعله يشعر بالكسر. ومع ذلك، يبدو أن آدم لا يفهم تمامًا ما يحدث أو ما الذي يسبب هذا المعاناة. على الرغم من أن آدم يريد أن يفهم ويساعد، إلا أن الوضع العاطفي المكثف يجعله غير قادر على السؤال أو الحصول على إجابات من الشخصية الرئيسية. لكن إيلين أدركت أنه عاجلاً أم آجلاً، سيتعين عليها أن تشرح ما حدث بالفعل.

ب. العوامل المعرفية

١. أشعر وكأنني مراهق

العوامل الفسيولوجية في سياق "الشعور كمراهق يعيش حبه الأول" تشير إلى التغيرات الجسدية والبيولوجية في الجسم التي تحدث نتيجة انفعالات الحب التي يشعر بها. عندما يقع الإنسان في الحب، يشهد الجسم ارتفاعًا في عدد من الهرمونات مثل الدوبامين وغيره، مما يخلق انفعالات النشوة والسعادة والارتباط. هذا الهرمون يشبه

ما يشعر به المراهقون عندما يقعون في الحب لأول مرة، لذلك يمكن للشخص أن يشعر بالشباب مرة أخرى. لذا، مثل انفعالات الشخصية الرئيسية في الجملة أدناه:

" شعرت أني مراهقة تعيش حبها الأول، شعرت وكأني لم أكبر أبدًا.. أحقا الحب يجعلنا نشعر بأننا أطفال مع من نحبهم، نغضب ونتألم من أقل تصرف ثم نتراضي وتسامحابتسامة فقط .. أحقا يجعلنا الحب سُدجًا لهذا الحد؟ " (ساندر,٢٠١٨,ص,٩٣)

يصف التعبير أعلاه التجربة انفعالات لشخص يقع في الحب، حيث يشعر وكأنه مراهق يعيش حبه الأول. الشخصية في هذه القصة تشعر بالشباب الأبدي، كما لو أنها لم تكبر أبدًا. وفي وقت لاحق، يفكر في كيف يمكن للحب أن يعيد الإنسان إلى حالة عاطفية أبسط وأكثر براءة، تشبه حالة الطفل. في الحب، يصبح الشخص أكثر حساسية ويغضب بسهولة أو يتأذى بسبب أشياء صغيرة، ولكن أيضًا يتصالح بسهولة بمجرد ابتسامة.

تتساءل الشخصية الرئيسية عما إذا كان الحب يمكن أن يجعل شخصًا ساذجًا أو بريئًا حقًا. يعكس هذا السؤال انفعالات الارتباك والتأمل حول مدى قدرة الحب على تغيير طريقة تفكير الإنسان وتصرفه، بل وجعله يشعر بالضعف وعدم المنطقية. وهذا يدل على ازدواجية الحب، فهو من ناحية يجلب السعادة والبراءة، ولكن من ناحية أخرى فإنه يجعل الإنسان يفقد السيطرة. عاطفي بطريقة قد تعتبر ساذجة

٢. تصور إيلين للألم الذي عانت منه

يتصرف البشر بناءً على أفكارهم، والأفعال العقلانية وغير العقلانية تسترشد بما يفكرون فيه، وما يؤمنون به، وما يتوقعونه. بمعنى آخر، تلعب طريقة تفكير الفرد وتقييمه للموقف دورًا رئيسيًا في تحديد انفعالات التي تظهر. إدراك الفرد وتفسيره ومعنى الموقف الذي يواجهه، مما يؤثر على انفعالات التي يشعر بها. . يمكن لانفعالات الفرد ورغباته أن تعمل على اختيار جوانب معينة من كائن التحفيز، ومن هذه الجوانب يتطور إدراك حول الكائن، والذي يمكن أن ينحرف بوضوح عن الإدراك الذي يتوافق مع التعرف. وهذا الإدراك المنحرف يميل إلى أن يتوافق مع انفعلات ورغبات الفرد. وبالتالي فإن انفعالات يتم إثباتها من خلال العوامل المعرفية أو الاستجابات الفردية، حيث تشعر إيلين بأن ما حدث من قبل يحدث مرة أخرى، لكنها تشعر أن هذا مجرد وهم.

" أنا لم أشعر بذلك من قبل، ومع ذلك تألمت كثيرا، كثيرا ... أو ربما الوجع هو وهم أيضًا.. لا أعلم ولكني تألمت كثيرا ولا أريد أن أتألم مجددًا، أريد أن أبتعد.. أنا خائفة، خائفة جدا. " (ساندر,٢٠١٨,ص,٤٩)

قال البطل أنه لم يشعر بهذه الطريقة من قبل وأن ما شعر به هذه المرة كان مؤلمًا للغاية، وكان خائفًا جدًا من أن يحدث ذلك مرة أخرى. الجملة (لم أشعر بهذا من قبل) تظهر أن إيلين تشعر بشعور جديد غريب عليها. ومع ذلك، على الرغم من أنها لم تشعر بذلك من قبل، إلا أنها لا تزال تشعر بألم لا يصدق، بدأت إيلين تتساءل عما إذا كان الألم الذي تعاني منه حقيقيًا أم مجرد وهم. وهذا يدل على الارتباك وعدم اليقين في فهم انفعالات الشخص. قد يشعر بالضياع بين الواقع وإدراكه الشخصي. رغبتها في الابتعاد تظهر أن إيلين تحاول حماية نفسها من المزيد

من المعاناة، ولكن في الوقت نفسه، فهي محاصرة في خوف عميق. ويعكس أيضًا الصدمة أو الخسارة أو عدم اليقين في التعامل مع انفعالات المعقدة.

ت.العوامل الاجتماعية

١. عرض سام الوظيفي لإيلين

يتم تعريف العوامل الاجتماعية كسمات مثل "الشجاعة الاجتماعية" أو "الثقة بالنفس". هذه الصفة لا تعني السيطرة على الرغم من وجود ارتباط وثيق بين هاتين الصفتين. تتضمن العوامل الاجتماعية تأثير البيئة الاجتماعية المحيطة بالفرد، بما في ذلك المعايير الاجتماعية الموجودة في المجتمع والتي يمكن أن تحدد كيفية تعبير الشخص عن سلوكه، والعلاقات الشخصية، وتوقعات المجتمع. يمكن للبيئة الاجتماعية أن تعزز أو تقمع التعبير عن انفعالات معينة. ومن الأمثلة على العوامل الاجتماعية ما يلي:

" أخبرتني سام أنها وجدت لي عملا كمتدربة عند أحد الأطباء النفسيين فالآن أو أبدا .. أن أرحل الآن أو أبدا، أن أبدأ في تحقيق ما رحلت من وطني من أجله وقررت ألا أكرر غلطات الماضي مجددًا وأن أختار نفسي. " (ساندر,٢٠١٨,ص,٥٦)

تشير البيانات أعلاه إلى أن الانفعلات يتم إثباتها من خلال العوامل الاجتماعية. إلين التي أخبرت سام أنها تركت وطنها للهروب وتجنب الأشياء التي لا تريدها. ثم التقى بالصدفة مع أصدقائه بشخص آخر ساعده في العثور على عمل وتدريب كطبيب نفسي. إنهم يساعدون بعضهم البعض في حل مشاكلهم الخاصة. كانت إيلين، التي أبلغها سام أنها حصلت على وظيفة كمتدربة تحت إشراف طبيب

نفسي، فرصة مهمة مرتبطة بأهداف إيلين في الحياة، ويبدو أنها شيء كانت تسعى إليه لفترة طويلة.

ثم يظهر أن إيلين وصلت إلى مفترق طرق مهم في حياتها، وتدرك أنه إذا لم تستغل هذه الفرصة الآن، فقد لا تكون هناك فرصة أخرى. لقد قدمت إيلين تضحيات كبيرة للوصول إلى هذه النقطة والآن هو الوقت المناسب لها لاتخاذ خطوات حقيقية لتحقيق أهدافها. تدرك إيلين أن هناك قرارات أو أفعالًا في الماضي تسببت في فشلها أو إعاقتها، وهي الآن مصممة على عدم تكرار نفس الشيء. لأن إيلين في السابق ضحت بالكثير من أجل الآخرين أو تأثرت بعوامل خارجية منعتها من تحقيق أهدافها.

٢. التفاعلات في البيئة

العامل الاجتماعي التالي هو كلمات الأشخاص التي نتذكرها، والتي تشير إلى كيفية تأثير التفاعلات مع البيئة الاجتماعية على ذكرياتنا وانفعلاتنا. الكلمات التي تحتوي على انفعالات قوية (سواء كانت إيجابية أو سلبية) يكون من الأسهل تذكرها. الكلمات التي تؤثر على صورتنا الذاتية يسهل تذكرها، خاصة إذا كانت تتعلق بكيفية معاملة الآخرين لنا. وهكذا، فإن الكلمات التي نتذكرها تتأثر بالانفعلات، والعلاقات الاجتماعية، والسلطة، والتجارب المتكررة، وتأثيرها على هويتنا وحياتنا.

" كنت سعيدة جدا رغم علمي أن هذه السعادة لن تدوم طويلا؛ فمثلما قال فايز، إن بوصلتي تخبرني أن هذه السعادة مؤقتة.. إن وجوده رسما مؤقت ولكني أنوي الاستمتاع بكل لحظة وكأنها لحظاتي الأخيرة " (ساندر,٢٠١٨,ص,٩٢)

تصف هذه القصة انفعالات السعادة لدى أحد الشخصيات على الرغم من إدراكه أن هذه السعادة مؤقتة. تتقبل هذه الشخصية حقيقة أن لحظة السعادة التي عاشتها لن تدوم طويلاً، كما قال شخص يدعى فايز. ويستخدم استعارة "البوصلة" لإظهار حدسه أو شعوره بأن هذه السعادة لها حد زمني. على الرغم من أنه يدرك أن وجود شخص ما (ربما شخصه المفضل) في حياته هو أمر مؤقت، إلا أنه لا يزال يختار الاستمتاع بكل لحظة كما لو كانت اللحظة الأخيرة في حياته. يعكس هذا الموقف قبول زوال السعادة، فضلاً عن التصميم على العيش في اللحظة الحالية دون الوقوع في فخ الخوف من الخسارة. الشيء الذي ينقله هذا الاقتباس هو تقدير كل لحظة جميلة في الحياة، حتى لو كنا نعلم أن كل شيء لن يدوم إلى الأبد.

الفصل الخامس

الخاتمة

أ. الخلاصة

الاستنتاج الدراسة في هذه أن الباحثة وجد شكلاً معقداً من العاطفة في الشخصية الرئيسية التي تم وصفها في رواية "ما لا نبوح به" لساندرا سراج. اتضح أنه في العالم الحقيقي، غالباً ما تكون لدى النساء أيضاً انفعالات غير مستقرة. من الصعب فهم كيفية تصرف المرأة لأن الهرمونات تسبب حالات مزاجية مختلفة. تشير الأبحاث إلى أن انفعالات في الأعمال الأدبية تعكس التجارب النفسية البشرية في العالم الحقيقي، وتشير أيضًا إلى أن فهم انفعالات في الأدب يمكن أن يوفر رؤى أعمق في تعقيدات الشخصية البشرية وتأثير انفعالات على عملية صنع القرار والتفاعلات الاجتماعية.

١) الشخصية الرئيسية إلين في رواية "ما لا نبوح به " لساندرا سراج لديها انفعالات معقدة. بين الخوف والحزن كانت إيلين عندما أرادت أن تترك أمها في المنزل وحدها، لأن هناك الكثير من ذكريات الماضي التي كانت تذكّر إيلين في كثير من الأحيان، مما جعلها تريد الهروب من الماضي. وعندما وصل إلى مصر وجد أشياء كثيرة جديدة، أصدقاء، عمل وحب، مع كامل الثقة التي أقنعت نفسه بأنه يستطيع ترك الماضي. وبمرور الوقت، جاءته السعادة وبدأ يدرك أنه يستطيع الرحيل ونسيان الماضي والبدء في رحلة جديدة.

الرواية "ما لا نبوح به" لساندرا سراج، استناداً إلى النظرية النفسية لديفيد كريتش، يتم تصنيف الانفعلات إلى أربع فئات، وهي الانفعلات الأساسية في شكل خوف إيلين، وسعادة إيلين، وغضب إيلين. تتضمن انفعالات المرتبطة بالتقييم الذاتي نجاح إيلين، وتتضمن انفعالات المرتبطة بالمحفزات الحسية الألم الذي تشعر به الشخصية الرئيسية، وتتضمن انفعالات المرتبطة بالأشخاص الآخرين الحب والكراهية.

٢) بالنسبة لتعقيد انفعالات، فإنه ينقسم إلى ثلاث فئات، وهي العوامل الفسيولوجية في شكل مزاج إيلين وهو عامل عاطفي في سلوك الشخصية الرئيسية، والعوامل المعرفية في شكل إدراك إيلين للحب مما يجعلها تمتلك انفعالات تدفعها إلى أن تكون هكذا، أي النظر إلى الحب على أنه ألم، والعوامل الاجتماعية في شكل البيئة التي تجعل إيلين قادرة على امتلاك انفعالات إيجابية من خلال تكوين صداقات مع أصدقائها في المكتب والتي بدأت من عرض سام للوظيفة.

ب. التوصيات

أن تكون التوصيات في هذه الدراسة مرجعًا للباحثين الآخرين وتصبح تشجيعًا لمزيد من التطوير، وخاصة في تصنيف انفعالات لدى الشخصيات الرئيسية في رواية "ما لا نبوح به" لساندرا سراج. و الباحثة أن تكون نتائج هذه الدراسة بمثابة دليل لمزيد من الأبحاث، وخاصة حول النظرية النفسية لديفيد كريتش.

قائمة المصادر والمّراجع

مراجع العربية

رجال ,محمد. (٢٠٢٤). انفعالات الشخصية الرئيسية في رواية" شغاف الحب" لبشرى حاج موسى: دراسة سيكولوجية لديفد كريش-http://etheses.uin malang.ac.id/id/eprint/70373

ألفارا ,زلفي. (٢٠٢٤). الانفعالات للشخص الرئيسى في رواية" قلب الليل" لنجيب محفوظ على نظرية ديفيد كريش http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/64419 .

دمحم هارتون عارفني ريتنجا. (٢٠٢٣). الانفعالات للشخصية الرئيسية في رواية مجدولين لمصطفى لطفي المنفلوطي: دراسة في علم النفس الأدبي لدفيد كريش. http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/59738

فاطمالا ,النساء. (٢٠٢٣). تصنيف عواطف الشخصية الرئيسية في رواية حكاية الحب لغازي القصيبي على منظور ديفيد كريك: دراسة علم النفس الأدبي (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

أسيل ناجي فهد. (٢٠٢٤). دراسة مقارنة انفعالات الغضب ودقة التهديف من مسافة ١٢م بين المحترفين لاعبين ولاعبات كرة قدم صالات.

سراج, ساندرا. (٢٠١٨). ما لا نبوح به. Dawen for Publishing.

مراجع الأجنبية

A, Ahmadi (n.d.). *PSIKOLOGI SASTRA*. Surabaya. Unesa University Press

Al Habsya, & Shofiyuddin. (2024). Psikologi Emosi Lirik Lagu “Takut” Karya Idgitaf (Kajian Psikologi Sastra David Krech). *komasindo*.

Aritonang, M. p. (2024). Klasifikasi emosi tokoh utama dalam novel happiness karya fakhrisina amalia psikologi sastra. *Journal Scientific of Mandalika*.

Dharma, S. m. (2024). klasifikasi emosi david krech pada tokoh saptapana dalam novel sewu frasa karya de hana. *Universitas Ahmad Dahlan Seminar Budaya, Bahasa Dan Sastra. Yogyakarta: Seminar Budaya, Bahasa Dan Sastra.*

Edi Sutikno, D. D. (2025). Kepribadian Tokoh Utama dalam Novel Mariposa Karya Luluk HF Kajian Psikologi David Krech. *Jurnal Onoma: Pendidikan, Bahasa, Dan Sastra.*

Fariza, S., Dahlan, U., & Dharma, I. (2024). *Prosiding Samudra Daya Klasifikasi Emosi David Krech pada Tokoh Saptapana dalam Novel Sewu Frasa Karya De Hana*, Budaya, S., Sastra, dan (Vol. 1, Issue 1).

Faturochman,F. (2009). *Psikologi Sosial*. https://www.researchgate.net/publication/336572987

Hamzah, Rusdiawan, & Mahyudi. (2022). Klasifikasi Emosi Tokoh Qais Al-qarani Dalam Novel Layla Majnun Karya Nizami Al-Ganjavi: Kajian Perspektif David Krech. *Jurnal Ilmiah Mandala Education, Vol 8, No 2 (2022)*.

Hidayanti, I. (2022). Emosi Tokoh Utama dalam Novel Al Ajnihah Al Mutakassirah Karya Gibran Kahlil Gibran (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).

Hidayatullah, M. L. (2024). Klasifikasi Emosi Pada Lirik Lagu Dalam Album Mengudara Karya Idgitaf: Kajian Psikologi Sastra. *Jurnal Pembelajaran Bahasa Dan Sastra Indonesia.*

Hutabarat, G., & Hadi, W. (n.d.). *Klasifikasi Emosi Tokoh Utama Dalam Film 27 Steps Of May (Kajian Psikologi Sastra David Krech).*

Ismanto Ismanto. (2024). Analisis Emosi Serta Nilai Moral Tokoh-Tokoh Dalam Cerita Rakyat Malin Kundang Dan Danau Toba Karya Nuraini Dan Rosmilan Pulungan. *Bhinneka: Jurnal Bintang Pendidikan Dan Bahasa*, *2*(3), 23–31. https://doi.org/10.59024/bhinneka.v2i3.804

Ismanto Ismanto. (2024). Analisis Kejiwaan Tokoh Dan Nilai Pendidikan Karakter Dalam 5 Dongeng Anak Dunia Karya Dedik Dwi Prihatmoko. *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora*, *2*(1), 235–251. https://doi.org/10.59024/atmosfer.v2i1.685

Itsnaini Nur Khasanah, Riska Setyowati Siwi, Farida Ainur Rohmah, Rizqi Aji Wirastomo, Rizky Aprilia, Fitriani Nuraisah, & Asep Purwo Yudi Utomo. (2024). Analisis Kesantunan Berbahasa dalam Video Animasi Pada Zaman Dahulu. *Sintaksis : Publikasi Para Ahli Bahasa Dan Sastra Inggris*, *2*(1), 63–91. https://doi.org/10.61132/sintaksis.v2i1.248

Kartolo, R. A. (2023). *analisis psikologi sastra dan nilai moral dari novel cinta suci zahrana karya habiburahman elshirazy*.

Kebudayaan, departemen pendidikan (1994). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka.

Krech, & S. Crutchfield. (1948). *Theory And Problems Of Sosial Psychology*. Mcgrow-Hill Book Company, Inc.

Krech, S. Crutchfield, & Livson . (1958). *Elements of Psychology*. Knopf.

Kuntari S. (2017). the classification of the emotion of the main character erika in elfriede jelinek's "die klavierspielerin. *Journal Cheodisca Lingua*.

Lubis, M., & Hidayatullah, S. (2024). klasifikasi emosi pada lirik lagu dalam album mengudara karya idgitaf: kajian psikologi sastra. *indonesia: Jurnal Pembelajaran Bahasa Dan Sastra Indonesia*, *5*(2), 329. https://doi.org/10.59562/indonesia.v5i2.61932

Misbach, S. R., & Rochayah, D. (n.d.). *individu daiam masyarakat Buku Teks Mengenai Psikologi Sosial*.

Nina, D., Martini, A., & Lib, M. (n.d.). *Psikologi: Definisi, Sejarah, dan Metode*.

Pio, M., & Aritonang, M. (2024). klasifikasi emosi tokoh utama dalam novel happiness karya fakhrisina amalia kajian psikologi sastra. *Journal Scientific of Mandalika (JSM)*, *5*(7). http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jomla318

Praja, E. U. (1993). *Pengantar Psikologi*. Angkasa.

Pratiwi, K. A., & Widihastuti, R. A. (2024). Ekspresi Emosi Tokoh Utama pada Novel Pupus-pupus Godhong kang Suwek Karya Tulus S: Kajian Psikososial David Krech. In *Bahasa dan Sastra* (Vol. 10, Issue 4). Pendidikan. https://e-journal.my.id/onoma

Qussy, A. a. (2018). *pokok-pokok kesehatan jiwa mental*. Bulan Bintang.

Rahayu, E., & Setyawan, A. (2023). Journal of Educational Language and Literature with CC BY SA license. *Journal of Educational Language and Literature*, *1*(2).

Rochmah, Siti, M. d. (1996). *INDIVIDU DALAM MASYARAKAT: buku teks mengenai psikologi sosial.* Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Saleh, Achiruddin. (2018). *Buku Pengantar Psikologi*. Aksara Timur.

Septiana, A., Marii, ;, & Murahim, ; Perspektif, K., Krech, D., (2020). *Jurnal Bastrindo | Volume I | Nomor 1*.

Setyawan, E. R. (2023). Bentuk Emosi pada Album Lagu “Riuh” Karya Feby Putri sebagai Individu Dewasa Awal (Kajian Psikologi Sastra). *Journal of Education Language and Literature.*

Sri Risma Yuliana, Mahmudah, & Suarni Syam Saguni. (2024). klasifikasi emosi tokoh dalam novel maryam karya okky madasari kajian psikologi sastra davif krech. *Jurnal Bahasa Dan Sastra*.

Sri, M. S. (2018). Klasifikasi emosi tokoh dalam novel maryam karya okky madasari kajian psikologi sastra david krech. *Jurnal Bahasa Dan Sastra*.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* . ALFABETA,cv Jl. Gegerkalong Hilir No. 48.

Sundra K, C. (2006). *Psychology*. Pearson Education.

Sutikno, E., & Dzarna, D. (n.d.). Kepribadian Tokoh Utama dalam Novel Mariposa Karya Luluk HF Kajian Psikologi David Krech. In *Bahasa dan Sastra* (Vol. 11, Issue 1). Pendidikan. https://e-journal.my.id/onoma

Umami, Siviana. (2022). klasifikasi emosi tokoh utama vinranza dalam novel "dua hati yang terluka" karya almaidah swan. *Jurnal Bahasa Dan Sastra*.

Utami, Cahyaning widya, l. n. (2024). klasifikasi emosi tokoh utama dalam novel 00.00 karya ameylia falensia dengan teori david krech. *Jurnal Ilmuan Bahasa Dan Sastra Inggris*.

Verlita, Kusuma, & Kurniawan. (2024). Dampak Kelekatan Pada Perkembangan Tokoh Utama Dalam Cerpen Samar Pada Novel 11:11 Fiersa Besari. *Fonologi : Jurnal Ilmuan Bahasa Dan Sastra Inggris*, *2*(1), 65–73. https://doi.org/10.61132/fonologi.v2i1.310

Victoria, N. (1999). *Webster's New Word College Distionary*. Mac Millan References.

Wahyudi, N. A. R., Widayati, M., & Wicaksana, M. F. (2024). Emosi Tokoh Serial Drama Web Series Gadis Kretek: Perspektif David Krech. *Jurnal Ilmiah FONEMA*, *7*(2), 185–198. https://doi.org/10.25139/fn.v7i2.8838

Wiyatmi. (2011). *Psikologi Sastra: Teori dan Pengaplikasiannya*. Kanwah Publisher.

سيرة ذاتية

"رزا سيتي خديجة، وُلِدت في بانيوا**عى** بتاريخ ٣ مايو ٢٠٠٣م. تخرجت في المدرسة الابتدائية الحكومية الأولى ونغسورجو،بانيوا**عى** سنة ٢٠١٥م، ثم التحقت بالمدرسة المتوسطة (المدرسة الثانوية الأولى) بيت الأرقم جمبر وتخرجت سنة ٢٠١٨م،ثم واصلت دراستها في المدرسة الثانوية المهنية إبراهيمية سكورجو، سيتوبوندو. وبعد ذلك، تابعت دراستها في قسم اللغة العربية وآدابها، كلية العلوم الإنسانية، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج."