

الأطفال خلف عدسات الهواتف الرقمية يستكشفون العالم بعيون المصورين

التقاط الصغار للصور العائلية ولقطات الفيديو فسحة للمرح تساعدهم على التركيز والانتباه



الكثير من الأطفال موهوبين في التقاط الصور

الإعلام على أدمغة الصغار، إلا أن قلق العلماء يتزايد في جميع أنحاء العالم ووصلت التوصيات في السنوات الأخيرة حد الدعوة إلى منع الأطفال دون سن الثانية من مشاهدة أي شاشات على الإطلاق.

ويرى مايكل ريتش، مدير مركز الإعلام وصحة الطفل بمستشفى بوسطن، أن الحد من الوقت أمام الشاشات يخلق نوعاً من الحرمان لدى الطفل، وهذا من شأنه أن يؤثر سلباً على حياته الاجتماعية، ولذلك أوصى الآباء بضرورة أن يكون مقدار الوقت الذي يقضيه أطفالهم أمام الأجهزة الإلكترونية أقل ما يمكن، في مقابل أن تكون هناك أنشطة حقيقية بديلة تعوضهم عما يفعلونه أمام تلك الشاشات. ودعا إلى ضرورة ألا يكون استخدام الأجهزة الرقمية الوسيلة الترفيهية الأساسية في يوم الطفل، بل أن يكون مدمجاً جنباً إلى جنب مع مجموعة من الأنشطة الأخرى.

الجدل الذي أثارته بعض الدراسات حول الطفرة الكبيرة في استخدام الأجهزة، التي تجعل شاشاتها باللمس داخل الأسر. وفي هذا الشأن حذر الباحث الرائد في علم نفس الأطفال إريك سيغمان من سوء استخدام الآباء للشاشات الإلكترونية في المنزل، مشيراً إلى أن ذلك من شأنه أن يؤثر على الصحة النفسية للأطفال.

ويرى سيغمان أن استخدام الأطفال المفرط للتكنولوجيا يشبه انتابهم ويؤدي أدمغتهم التي لم يكتمل نموها بعد.

وطالب الآباء والأمهات بعدم السماح لهواتفهم المحمولة، بإفساد حواراتهم ولما تهتم العائلية. وحذرهم من فقد هواتفهم الذكية أو بريدهم الإلكتروني أمام صغارهم، قائلاً "الأطفال يلتقطون هوس التكنولوجيا من آبائهم".

وعلى الرغم من أنه لا يوجد حالياً أي دليل قاطع على تأثير شاشات وسائل

استراتيجية تجلب فوائد كبيرة للأطفال بوجه عام، وتعلمهم العادات والقواعد التي من شأنها أن تجعل من السهل عليهم التركيز أثناء أداء الواجبات المدرسية، ويمكن للتركيز أن يعادل النجاح في بعض الأحيان.

ونظراً لأن انخراط الطفل في التقاط الصور سيحمله بوجه جميع حواسه إلى اللحظة التي يعيشها، وهذا شيء لا يدرس في معظم المدارس، فإن الخبراء يؤكدون على أنه وصفة رائعة لاكتساب المعلومات من العين إلى الجهاز الحركي، بل وإيجاد قناة للتواصل المباشر والسلس بين العين والجهاز الحركي، حتى تصبح الحركات محسوبة وبالغة الدقة".

وهذه الدراسات لا تستعرض مزايا التركيز على مشهد معين أثناء التصوير، بقدر ما تكشف عن فوائد مهمة لهذه المثيرات البصرية، وهي التحديق لهدف معين ومدته قبل أخذ الصورة الذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالإدراك، وهو أيضاً الوسيلة التي ينصل بها كل إنسان مع العالم المحيط به.

وبرغم أن عملية التقاط الصور، قد ينظر لها على أنها مجرد متبر بصري فقط لكنها في الحقيقة تشكل

الاستغراق الذهني الكلي وتحقيق أفضل مستوى في الأداء.

وقال ستام فاين من جامعة إيكستر في المملكة المتحدة "توصل الخبراء إلى طريقة أفضل لزيادة فرص انتقال المعلومات من العين إلى الجهاز الحركي، بل وإيجاد قناة للتواصل المباشر والسلس بين العين والجهاز الحركي، حتى تصبح الحركات محسوبة وبالغة الدقة".

وهذه الدراسات لا تستعرض مزايا التركيز على مشهد معين أثناء التصوير، بقدر ما تكشف عن فوائد مهمة لهذه المثيرات البصرية، وهي التحديق لهدف معين ومدته قبل أخذ الصورة الذي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالإدراك، وهو أيضاً الوسيلة التي ينصل بها كل إنسان مع العالم المحيط به.

وبرغم أن عملية التقاط الصور، قد ينظر لها على أنها مجرد متبر بصري فقط لكنها في الحقيقة تشكل

التصوير الفوتوغرافي نشاط ممتع ومسّل للكبار والصغار، والعديد من الخبراء المختصين في هذا المجال، يعتقدون أن الصور التي يلتقطها الأطفال بلهفة شديدة تمثل مبعثاً لا ينضب من الذكريات التي تمنحهم تسلسلاً جيداً لمرحلتهم المختلفة عند الكبر، لكن الأهم من هذا كله أنها تساعدهم على اكتساب ذاكرة فوتوغرافية تمكنهم من التركيز الجيد، وتذكر أي مشهد بصري مركب من طرفه عين.

يمينة حدي
صحافية تونسية
مقيمة في لندن



أصبح العديد من الأطفال بفضل تطبيقات الهواتف الذكية والأجهزة اللوحية، يقفون خلف الكاميرا في مراحل مبكرة من أعمارهم.

ولم يحظ الأطفال في الماضي، بتجربة مفيدة لتوثيق ذكريات طفولتهم بالصوت والصورة بشكل مكثف بهذه الطريقة التي منحها التكنولوجيا الحديثة للأجيال العصرية، ما سهّل عليهم إمكانية تعلم أشياء جديدة والاحتفاظ بها وجميع التفاصيل التي تتميز بها تجربة ممارسة التصوير مع أفراد أسرهم.

ويعد التقاط الصور العائلية ولقطات الفيديو تجربة ممتعة للصغار، لكنها تمنحهم أيضاً فرصة لاكتشاف العالم من منظور مختلف، كما يمكن أن تساعدهم في تنمية مهاراتهم الحسية والسمعية والبصرية ومواجهتهم في فن التصوير، إضافة إلى تمتين علاقتهم بأسرهم وأصدقائهم ومجتمعهم.

التقاط الصور بشكل استراتيجي تجلب فوائد كبيرة للأطفال وتعلمهم العادات والقواعد التي تساعدهم على التركيز

وتختلف آراء الخبراء في ما يتعلق بفوائد الأجهزة الرقمية للطفل، لكنهم يجمعون على نصيحة بعينها، وهي ضرورة فتح المجال أمام الأطفال لالتقاط صور بانفسهم، وقد يكون هناك الكثير من الأطفال الموهوبين في التصوير، الذين يمكنهم أن يبرعوا في هذا الفن إذا وجدوا من يشجعهم على خوض غماره.

وتقوم نسبة كبيرة من الأطفال اليوم، بالتصوير بالهواتف بشكل عشوائي، لكن مع الوقت يمكن أن يساعدهم ذلك

موضة

تأجير الملابس يكسر نسق الموضة السريعة

مع ظروف سيئة في غالب الأحيان، وكوارث بيئية بسبب كم النفايات الناجمة عنها. إضافة إلى أنها تنتج أطناناً من الملابس سنوياً في الدول النامية ما يتطلب كميات هائلة من الطاقة والموارد.

لكن بعض الخبراء يؤكدون أن الكرة في ملعب المستهلك، فطالما أنه يلهث وراء منتجات رديئة بأسعار باهظة، سيتشجع بذلك المنتجون على الإنتاج غير المستدام، لكن بإمكانه تغيير هذا الوضع إذا فكر في استعارة ملابس جيدة النوعية مقابل مبالغ بسيطة، أو أثناء ملابس من المتاجر التي تتبع الأزياء المستعملة.

لندن - تقدم شركات الأزياء العالمية تصميمات جديدة إلى السوق في غضون أقل من أسبوع أو أسبوعين، وبالتوازي مع ذلك يندفع الناس إلى شراء الملابس، لكنهم يرمونها من دون ارتدائها أحياناً. ومشكلة هذا النوع من "الموضة السريعة" لا تقتصر على جعل خزانة الملابس مزدحمة بأغراض؛ بل تتسبب في تلوث بيئي عالمي يخلف تأثيرات سلبية كثيرة على المستوى البيئي.

وتؤدي الفورة الاستهلاكية الناجمة عن "الموضة السريعة" إلى طرح أسئلة على نفس حول دوافع مجتمعات لا تشجع على العمل في مشاغل خياطة باجور متدنية

الذكريات الزائفة عن الأطعمة تدفع للإحجام عنها

يسبب عواقب وخيمة، ولهذا وضعت قواعد صارمة بشأن أساليب التحقيق مع الشهود في الجرائم.

ويرى الكثير من العلماء أن غرس المعلومات الزائفة عن الأطعمة قد يستخدم للقضاء على السمعة وتشجيع الناس على تناول الأطعمة الصحية، أو للحد من استهلاك الخمور. ويقول العلماء إن أساليب الإيحاء الإيجابية، مثل "أنت أحببت الإسبراغوس عندما تذوقته أول مرة"، أكثر فعالية من الإيحاءات السلبية، مثل "أنت أصبت بالغثيان عندما شربت الفودكا".

بمجرد رؤية المرء لبعض الأطعمة يحدث لديه ما أطلق عليه العالم الروسي إيفان بافلوف «الاستجابة الشرطية» فيسيل لعبه

لكن الأسئلة الإحصائية التي ترمي إلى إيهام الناس بأنهم يتذكرون أحداثاً غير حقيقية قد تكون لها عواقب وخيمة، وخاصة في المحاكم.

ويقول كيفن فيلستيد، من جمعية الذكريات الزائفة البريطانية، إن هذه الذكريات الزائفة قد تؤدي أحياناً إلى نتائج كارثية، منها السجن وضياح السمعة والوظيفة والمركز الاجتماعي وانهار الأسرة.

وفسر بيوتر زيلنسكي، طبيب الأعصاب بجامعة التريبيّة البدينية والرياضة بمدينة غدانسك في بولندا، هذا الأمر بقوله "قد يطغى نظام المكافأة بالدماع أحياناً على التفكير العقلاني".

وأكد خبراء التغذية أن البشر يعتقدون على الروائح السيئة أسرع من اعتيادهم على الروائح الجميلة، ولكنهم أكثر حساسية للتغيرات التي تطرأ على تركيبات الروائح الكريهة.

وفي إحدى الدراسات، أخبر الباحثون 180 متطوعاً بأنهم أصيبوا بالغثيان بعد تناول شطائر البيض في الطفولة، وبالرغم من أن هذا الأمر غير حقيقي، إلا أن عدداً قليلاً من المتطوعين انطلى عليهم الأمر وتجنبوا تناول شطائر البيض على الفور.

وقد نجح خبراء بالاستعانة بهذه الطريقة في إقناع الناس بالإحجام عن تناول الكثير من المأكولات، منها البوظة. وخلص استعراض لهذه التجارب إلى أن غرس معلومات زائفة عن الأطعمة التي يتناولها الناس في المناسبات أسهل من غرسها عن الأطعمة الشائعة.

وقد تؤثر الذكريات الزائفة أيضاً على نظرة الناس وسلوكياتهم تجاه الكحول، إذ أوحى علماء في إحدى التجارب إلى المشاركين بأنهم شعروا بغثيان بعد تناول الفودكا في الماضي، وأحجم بعدها الكثير من المشاركين عن تناولها.

وبالرغم من أن معظم ذكريات الطفولة الزائفة لا ضرر منها، لكن بعضها قد

تخيلها في ذهنه، تحدث لديه ما أطلق عليه العالم الروسي إيفان بافلوف "الاستجابة الشرطية" فيسيل لعبه ويصبح من الصعب عليه التصرف بعقلانية.

وأحياناً تؤدي بعض ذكريات الطفولة إلى غرس أفكار زائفة عن أطعمة لذيذة أو منفرة، قد يؤثر على خيارات الناس للأطعمة على المدى الطويل.

وأشار البروفسور تيم جايبوك من كلية العلوم البيولوجية في جامعة كارديف، إلى أن نكهة الطعام تمثل خليطاً من التذوق والشم، والحاستان غير منسجمتين لدى الكثير من الناس.



ذكريات الطفولة تؤدي إلى غرس أفكار عن أطعمة لذيذة أو منفرة