

## غياب المسرح المدرسي يحرم الأطفال من التعبير عن طاقاتهم الإبداعية

المسرحيات القصيرة تحفز المهارات اللغوية للنشء وتعزز شخصياتهم



### أنشطة المسرح المدرسي ليست مجرد متعة لسد فراغ الطفل

كما يمكن للمسرح تعزيز الذاكرة والتركيز والانتباه حيث أن للمسرحية سيناريو معيناً ويجب على كل "الممثلين" حفظ الحوارات الخاصة بأدوارهم. ويساعد ذلك الأطفال على أن يكونوا قادرين على تذكر الجمل، والتركيز أثناء المسرحية لمعرفة متى يتعين عليهم التدخل. كما لا يساهم المسرح في تعزيز التنشئة الاجتماعية والتعاطف فحسب، بل يجعل الشخص يتقن دور شخص قد لا يشركه التفكير نفسه، وهو ما يدعوه إلى التفكير في الأسباب التي تجعله يتصرف بطريقة معينة. كما أن ذلك سيساعده على فهم مشاعر الآخرين في مواقف مختلفة.

ويسمح المسرح للأطفال بتقييم وجهات النظر المختلفة ومقارنتها بوجهات نظرهم الشخصية وفهم الآخرين. وتعتبر هذه المهارات مهمة في حياة الأطفال اليومية. فالجمع بين الخيال والواقع يمكنهم من الاستعداد للتحديات التي قد يواجهونها كالتحدي الذي في المدرسة أو التعرض للتعصب والتواصل مع أطفال "مختلفين".

ومن الأساليب التي ترد في فعاليات وأنشطة المسرح المدرسي استباق الدروس التي تلقى في فصول الدراسة بمشاهد تمثيلية، وتحقيق الأهداف السلوكية الرئيسية قبل الدخول إلى حصة الدرس الذي يزود التلميذ بالمعلومات اللازمة لصقل فكره بما ينسجم مع العلوم الحديثة. ويجد الأبناء صعوبة في العثور على مسرحيات مخصصة للأطفال، ولكن هناك بعض المواقع المتخصصة التي توفر هذا المحتوى وتُنشر نصوصاً أصلية وإبداعية. كما يمكن تحويل جميع قصص الأطفال إلى مسرحيات. ولا يقتصر تنفيذ المسرحيات على الأشخاص بل يمكن أيضاً تمثيلها باستخدام الدمى المتحركة أو الدمى والظلال.

أدى غياب توظيف الأنشطة المسرحية في المدارس إلى حرمان الأطفال من التعبير عن الطاقة الكامنة لديهم واكتشاف ذواتهم وتنمية خيالهم ومواهبهم. ويؤكد خبراء التربية أن للأنشطة المسرحية تأثيراً نفسياً وسلوكياً في حياة الطفل، ويعبرونها تماماً للعملية التربوية برمتها. ودعا الخبراء إلى ضرورة اعتماد المسرحيات القصيرة لتعليم الأطفال وتوظيف المدارس للأقصوى والحكايات الرمزية ذات العبر ما يساعد الأطفال على تنمية قدراتهم اللغوية وتعزيز الذاكرة والتركيز والانتباه.

تونس - يشير خبراء التربية إلى أهمية النشاط المدرسي في صقل مهارات الأطفال وتطوير قدرتهم على التعبير. ويرون أن التعبير عن مشاعر مثل الغضب والفرح والخوف والحزن ليس سهلاً على الأطفال، لأنهم لا يعرفون سببها أو كيفية التعامل معها. ومن خلال المسرحيات يكون الأطفال قادرين على التعبير عن أنفسهم وتوجيه مشاعرهم وفهمها. ولا يعتبر خبراء التربية أنشطة المسرح المدرسي مجرد متعة لسد فراغ الطفل، بل هي وسيلة تربوية لنقل المعلومة العلمية الصحيحة وكل ما هو نافع وناجح لبناء شخصية الطفل وكيانه عبر فنون المسرح وعالمه الخاص. ويؤكد الخبراء أن للأنشطة المسرحية تأثيراً نفسياً وسلوكياً في حياة الطفل، ويعتبرونها تماماً للعملية التربوية برمتها خصوصاً وأن الطفل يرتبط بشكل جوهري بالتمثيل منذ سنوات عمره الأولى عندما يتخيل ويتحدث مع لعبه عبر سيناريو يؤلفه ويخرجه ويمثله، لذلك تكون علاقته بالمسرح اندماجية منذ الصغر.

### الأنشطة المسرحية تطور لغة الجسد التي تساعد الطفل على التعبير بجسمه عما لا يستطيع قوله بالكلمات

بدوره يشير بسام فضل مطاوع الباحث الفلسطيني إلى أن المسرح المدرسي امتداد لعنصر اللعب عند الطفل، ووسيلة تعمل على تكيف النشاط المدرسي بشكل يضمن استغلال الطاقة الكامنة عنده لتمكينه من المشاركة، وبالتالي اكتشاف ذاته وتنمية خياله ومواهبه وخاصة في العصر الحالي عصر الانفجار المعرفي. وقال مطاوع إن المعرفة الإنسانية تزايدت بصورة مذهلة، كما حصل تقدم كبير في مفهوم عملية التعليم والتعلم

### نصائح

## التوابل الحارة تنشط الدهون البنية

عملية التمثيل الغذائي ما يسبب مرض الجسم، وهناك مشكلة أخرى وهي أن تراكم الدهون على أعضاء حيوية مثل القلب والكبد، بسبب خلل في أداء مهامها سواء بشكل كامل أو جزئي. ويمكن تنشيط الدهون البنية عن طريق تناول التوابل الحارة أو المواد الطبيعية مثل الشاي والقهوة، وخفض درجة الحرارة أو استخدام الماء البارد عند غسل اليدين والاستحمام.

والصحة، وذلك اعتماداً على وظيفتها في توليد الحرارة من أجل الحفاظ على درجة حرارة الجسم، ولونها بني بسبب وجود كميات كبيرة جداً من الميتوكوندريا، وهي محطات توليد الطاقة في الخلية. وتتمكن المشكلة في أن تراكم الدهون له تأثير سلبي على

الحرارة في الجسم عند الشعور بالبرد، على عكس الدهون البيضاء التي تخزن الطاقة. وتساعد الخلايا الدهنية البنية على إنقاص الوزن، لأنها لها تأثير إيجابي على التمثيل الغذائي

أشارت مجلة "فرويندين" إلى أن تراكم الدهون في الجسم يمثل مشكلة كبيرة للكثيرين، ويرغب العديد من الأشخاص في التخلص من الدهون للحصول على قوام صحي ورشيح. وأضافت المجلة الألمانية أن هناك نوعاً من الدهون المخفية في الجسم قد يساعد في إنقاص الوزن، ويسمى هذا النوع من الدهون باسم الدهون البنية، حيث تحرق الخلايا الدهنية البنية الطاقة لتنتج



### جمال

## زيت بذور الورد.. سر جمال البشرة!

من الجذور الحرة ويمنع الالتهابات والبكتيريا، وتساعد البيتا كاروتين على تقوية عملية تجديد الخلايا وتنعيم البشرة، بالإضافة إلى تأثيرها المضاد للالتهابات والمضاد للاكسدة.

ويعمل فيتامين "ج" على تعزيز إنتاج الكولاجين وإصلاح الطبقة العليا من البشرة ومنع ظهور التجاعيد، مع تحفيز عملية تجديد الخلايا، ويتم استعمال زيت بذور الورد من خلال وضع كمية صغيرة على البشرة النظيفة والرطبة وتدليكها.



أشارت مجلة "فرويندين" الألمانية إلى أن زيت بذور الورد يوفر العديد من الفوائد للبشرة، حيث إنه يساعد في التخلص من الشوائب والالتهابات والبثور، ويعزز من مقاومة شيخوخة البشرة. وأوضحت المجلة الألمانية أن زيت الورد يمتاز باثنين من الأحماض الدهنية الأساسية، التي لا يتم إنتاجها عن طريق التمثيل الغذائي، وهما حمض اللينوليك وحمض ألفا لينولينيك. ويعتبر حمض اللينوليك من أحماض أوميغا 6 الثلاثية غير المشبعة، ويعمل على إعادة التوازن إلى البشرة الجافة، ويمنع ظهور البثور والرؤوس السوداء على الوجه، ويمتاز حمض ألفا لينولينيك، وهو من أحماض أوميغا 3 الدهنية، بتأثيره المضاد للالتهابات. وبالإضافة إلى ذلك يحتوي زيت بذور الورد على حمض البانتنيك، الذي يمنح البشرة النعومة والليونة، ويعمل فيتامين "هـ" على التخلص

## التستر على أخطاء الأبناء يدفعهم إلى الانحراف

المفرط وعاطفتها الشديدة نحو أبنائها، وخوفها من العواقب عليهم حتى لو كانت في مصلحتهم". يطرح عبدالله عدة حلول لعلاج المشكلة، مؤكداً أن المسؤولية تقع على الأبوين معاً، إذ يقول "من الضروري أن تصارح الأم زوجها بكل ما يخص الأبناء، بحكم أنه يمتلك الخبرة اللازمة لحل مشكلاتهم، وخاصة إذا كانوا نكورا، كما أن الوسيلة التي سيعالج بها المشكلة، على الرغم من قسوتها في بعض الأحيان، تكون شافية ومعالجة للموقف، مثل المشكلات التي تتعلق بالإدمان مثلاً".

### الآباء الذين يتستر على أخطاء أبنائهم يجنون عليهم سلوكيات تبدو صغيرة في نظرهم، ولكنها تشجيع على المخالفة

ويطالب الأب بالاقتراب من أبنائه ومصادقتهم بإقامة حوار معهم، وبالصبر على العمل أو إلى الأصدقاء، لأن ذلك أكبر الأثر في تعلق الأبناء به. وزوال الرهبة عنهم، التي تحول أحياناً دون المصارحة.

ويرجع خبراء علم الاجتماع تستر الأم على أبنائها إلى قصور في أسلوب تربيتها لهم، مؤكداً أن لكل أم مهمة خطيرة ينبغي أن توليها كل اهتمامها، وهي تربية الأبناء، معتبرين أن تسترها على أخطائهم دليل على فشلها في تربيتهم.

ويرون أن حل مشكلات الأبناء وتوجيههم يكون بالتعاون مع الأب، الذي ينبغي أن يقرب من أبنائه ويصادقهم. ويخلق تستر الأم على أبنائها وفق خبراء علم الاجتماع مشكلات كبيرة تدفع ثمنها غالياً، حينما يدخل الأبناء في عمر المراهقة، لأنها سمحت لهم بأن يخطئوا وأن يفتقروا من متابعة الأب بداعي التعاطف أو الشفقة عليهم.

ويشير الخبراء إلى أن مسؤولية تربية الأبناء لا تستأثر بها الأم وحدها، بل إن الأب كذلك معني بكل ما يجري مع أبنائه، وهو ما يفرض عليها مصارحته بكل ما يحدث، وعدم إخفاء المخالفات.

عمان - يؤكد خبراء التربية أن تستر الأم باستمرار على أخطاء أبنائها، يتسبب في تفاقم المشكلات ووقوع الأبناء في أخطاء أكبر، وبذلك تكون الأم بلا قصد قد تسببت في حياهم عن المسار الصحيح أو تعليمهم صفات أبسطها الكتب والخداع. وترى الدكتورة سعاد مخلوف أستاذة علم الاجتماع والسلوك، أن تستر أي من الأبناء على خطأ الأبن يهز صورته في نظره، مؤكداً أن الأباء الذين يفعلون ذلك، يجنون على أبنائهم سلوكيات تبدو بسيطة وعادية في نظرهم، ولكنها تفرس فيهم مبادئ وقيماً أبعد مما تكون عن المفروض تربوياً، كما أنها تشجع ضمناً على المخالفة.

وتقول "ما دام أحد الأبوين اللذين يمثلان القدوة يوافق على السلوك، بل يتستر عليه، فهذا يمنح الابن أو الابنة تصريحاً ضمناً بفعل هذا التصرف من دون رهبة".

إن مسألة التستر تبدأ في التنقل كالعنبر في الأسرة، وبين الأشقاء الذين يطلبون من بعضهم التستر على الأخطاء، هذا غير المواقف الأخرى التي يمكن أن ترتب ضمن سلسلة من التهاون التربوي، فالأم التي تتستر على أحد أبنائها الذي يتأخر خارج البيت، هل تدري أين كان؟ أو ماذا كان يفعل؟ أو التي تتجاهل عدم انتظام ابنها الدراسي وإهماله للمذاكرة، ألا يساهم ذلك في ضياع مستقبله؟

بدوره يؤكد الأسري أحمد عبدالله، "أن الحياة الزوجية لا بد أن تكون قائمة على الصدق والشفافية والتلاحم بين الأبوين، فلا تخفي الأم شيئاً عن الأب المصلحة الأبناء، وحرصاً على التفاعل الإيجابي بين كل أطراف العلاقة الزوجية والأسرية".

وتدور دوافع الأم للتستر على أبنائها حول عدة أسباب، أهمها شعور الأم بغياب دور الأب في البيت، أو شعورها بأن مشاركتها في حل مشكلة أبنائه تؤدي إلى عواقب وخيمة أو أنها ستكون تدميرية للأبناء، أو إدراكها بأن الأب لا يمتلك ميزة إدارة حوار ناجح مع أبنائه، كان يكون متسلطاً أو صاحب أوامر صارمة أو مفتقداً لروح الدعاية والحنان. ويرد عبدالله "كما أن ثمة دافعا آخر يخصها شخصياً، وهو حنانها



التستر على الخطأ تصريح ضمني بفعله دون خوف