

## صباح العرب

كرم نعمة

### جهد خاسر في الكلام

ليس العبث المتفاقم في البرامج الحوارية التلفزيونية وحده من يصنف ضمن الجهد الخاسر، هناك ما هو أكثر ويتمثل في الجدل المتصاعد في حياتنا والكلام المتعب غير المنتج الذي لا يفضي إلى تحفيز العقول والضمائر. الرجال يزعمون أنهم غالباً ما يقابلون ثرثرة زوجاتهم بالاستماع على مضض وعدم الرد عليهن، في نوع من التواضع المركب. وسرعان ما يتلاشى هذا التواضع عندما يرغم الرجال زوجاتهم على الانصياع لسماع ثرثرة غير نافعة. هناك خسائر في زيادة الكلام عند الطرفين.

علم التفكير ينصحنا بالانتماء في النقاش مع الأشخاص غير العقلانيين. والأنا نحاول تغيير آرائهم. بدلاً من ذلك، علينا مساعدتهم في العثور على دوافعهم الخاصة للتغيير. وتلك مهمة تبدو لي أزعج بكثير من النقاش معهم! يعترف عالم النفس آدم غرانت المهتم بالتحفيز على التفكير، وجمع تلك في كتابه "فكر مرة أخرى: قوة معرفة ما لا تعرفه" بأنه أخطأ في خوض جدال مع صديق عنيد، رفض تطعيم أفراد أسرته بلقاح كورونا! ويقول إنه كان حريصاً على سلامة أفراد أسرة ذلك الصديق أكثر من الدفاع عن فائدة اللقاحات، لكنه شعر بالإرهاق والاستياء في نهاية نقاش مستمر. لذلك عقد العزم على الحفاظ على صداقته، وتعهده أمام نفسه بعدم التحدث مع الصديق عن اللقاحات مرة أخرى.

يمكن إيجاد مقابل لهذا المثال في النقاشات السياسية العقيمة التي ترتفع حدتها عندما يجلس اللبنانيون مع بعضهم أو العراقيون والليبيون... هناك نقاش لا معنى له بين الخليجين على تويتر، إن لم يكن عبثاً بدأ يتطور إلى صراخ على منصة كلوب هاوس. غالباً ما تدفعنا الغريزة إلى الاستمرار في نقاش شخص مغلق الذهن، وقد يتحول الأمر إلى هجوم يجد مقاومة مقابلة وهذا ما يسميه غرانت بـ"المنتصر المنطقي". بينما وبمجرد العودة إلى الذات في لحظة استرخاء هادئة تكشف الجهد الخاسر الذي بذلناه في النقاش المنذع. عندما نحاول تغيير رأي شخص ما، فإن دافعنا في المقام الأول هو الوعظ بصواب ما نعتقد به حيال اعتقاد الآخر الخاطئ، إلا أن غالبية التجارب التي شخصها علماء النفس تظهر أن هذا النوع من الوعظ عادة ما يأتي بنتائج عكسية، وما لا يؤثر على الناس قد يقوي معتقداتهم. ويجعلهم أكثر استعداداً لدحض البديل. لذلك يلجأ علماء النفس إلى المقابلات التحفيزية، بدلاً من محاولة إجبار الآخرين على التغيير، من الأفضل مساعدتهم في العثور على دوافعهم الجوهري للتغيير. بالطبع هذا يحدث في العيادات النفسية مع المرضى. لكن حياتنا تحولت اليوم إلى ميدان رقمي شاسع تلعب فيه جيوش من المحققين. لذلك يكون الصمت حلاً بدلاً من العيش في عبادة نفسية تهدف إلى إصلاح مغلفي الأذهان.

## حلوى التيراميسو ترفع معنويات الإيطاليين

روما - احتفل الإيطاليون الأحد باليوم العالمي لحلوى التيراميسو، وذلك لرفع المعنويات قليلاً في ظل استمرار جائحة كورونا عالمياً، حيث يجد الكثيرون في تناول بعض الحلوى متنفساً من التوترات. وقوبل إعلان وكالة أنباء "انسأ" الإيطالية أنه سيتم الاحتفال بالحلوى التقليدية في عطلة الأحد بتأييد من الإيطاليين المحبين للحلوى التي ارتفعت مبيعاتها العام الماضي بنحو 5 في المئة. والتيراميسو هي إحدى أنواع الحلويات الإيطالية الشهيرة، المنتشرة في مناطق عدة حول العالم. ووفقاً لموقع على الإنترنت حول الاحتفال، تم إطلاق "يوم أحد التيراميسو" في عام 2017 من قبل عدد قليل من الكتاب المتخصصين في الاهتمام بأمور الطعام.

# ديزني تنوع شخصيات أفلامها للتخلص من إرثها العنصري



### توظيف طاقات نسائية خطوة جادة نحو التغيير

لديهم لأول مرة في هذا السياق الصور والصفات التي تم إلصاقها بالأخر وبشكل عميق". وأوضح أن الانطباعات الأولى مرنة بشكل خاص للتغيير، وبالتالي يجب أن تعد برامج الأطفال حيث تتسم بالساسية إزاء الأنماط والصور التقليدية عن الناس والأشخاص". وتقول منصة "ديزني بلاس" ليس بوسعنا تغيير الماضي، ولكن يمكننا أن نسلّم بوجوده وأن نتعلم منه".

العنصرية، فلا يزال هناك سؤال يتردد حول كيفية التعامل مع الأفلام القديمة من منظور عصري والتي يأتي كثير منها في هذه الأفلام حتى لو كانت أدوارها صغيرة فإنها "ذات استقلالية وتتمتع بحرية اتخاذ القرار، ولا تزال تمتلك سيفاً، ولا يزال باستطاعتها القتال". وبينما يقف فيلم "رايا" مثله في ذلك مثل الأفلام الأخيرة التي أنتجتها ديزني على مسافة سنوات ضوئية بعيداً عن التحيز الذكوري ضد المرأة وبعيداً عن

مشيرة إلى ما أحدثه فيلم "المرأة الخارقة" من ردود أفعال متباينة. وشددت على أن الشخصيات النسائية في هذه الأفلام حتى لو كانت أدوارها صغيرة فإنها "ذات استقلالية وتتمتع بحرية اتخاذ القرار، ولا تزال تمتلك سيفاً، ولا يزال باستطاعتها القتال". وبينما يقف فيلم "رايا" مثله في ذلك مثل الأفلام الأخيرة التي أنتجتها ديزني على مسافة سنوات ضوئية بعيداً عن التحيز الذكوري ضد المرأة وبعيداً عن

تعمل منصة "ديزني بلاس" الأميركية على إعادة تقييم أعمالها السابقة والتعلم منها استجابة لدعوات أطفال الكلاسيكية حافلة بمشاهد العنصرية والتحيز ليس ضد السود فحسب، بل ضد الآسيويين والمرأة أيضاً.

● كاليفورنيا (الولايات المتحدة) - ظل الجمهور لفترة طويلة ينظر لأفلام الرسوم المتحركة مثل "دميو" و"كتاب الغابة" و"الارستقراط" باعتبارها من أفلام الأطفال الكلاسيكية، ومع ذلك فإنها تحتوي على جوانب سوداء أيضاً وحافلة بالأنماط الثقافية والعنصرية الضارة. وقررت منصة "ديزني بلاس" التي تبيع الأفلام على شبكة الإنترنت مقابل دفع رسوم للمشاهدة في اعتراف بوجود هذه القضايا في المحتوى أن تفرض قيوداً على مشاهدة الأطفال لهذه الأفلام. ولا تزال تهيمن على الكثير من الأفلام وجهة نظر البيض المتحمين للعالم الغربي، بينما يتم تهميش أدوار الأشخاص ذوي البشرة الملونة. وتحاول المنتجة أوسنات شورير والكاتبة أدلي ليم، وهما من طاقم فيلم "رايا والتنين الأخير"، تغيير الوضع الراهن. وهذا الفيلم الجديد الذي يتم تصميم الرسوم المتحركة فيه ببرامج كمبيوتر يحكي قصة رايا، وهي فتاة محاربة تسعى بمساعدة تنين لإنقاذ عالمها الخيالي "كومانرا" الذي يضم العديد من ثقافات منطقة جنوب شرقي آسيا. وتمثل رايا خلال فترة العقود التسعة تقريباً التي أنتجت فيها شركة ديزني أفلام الرسوم المتحركة أول بطلة تنحدر من منطقة جنوب شرقي آسيا تقوم ببطولة

## كورونا يقلص عدد المحتفلين بعيد النوروز في العراق

الكمامات وتطبيق الإرشادات الصحية قدر الإمكان".

وعيد نوروز كما يطلق عليه هو تقليد يعود إلى أكثر من 3 آلاف عام وهو أيضاً احتفال ببداية فصل الربيع. وقال رمضان إن هذا اليوم يمثل عيد مهم في الثقافة الكردية، إذ يرمز للحرية وإنهاء الاستعباد.

● دهوك (العراق) - تجمع أكراد عراقيون يحملون المشاعل على قمة جبل عقرة السبت للاحتفال بعيد النوروز، وهو أول يوم في شهر فروردین في السنة الشمسية الفارسية والذي يتزامن مع بداية فصل الربيع. وشهدت جميع مدن وبلدات إقليم كردستان العراق احتفالات وسط حضور محتشم، إذ صعد هذا العام عدد أقل من المعتاد إلى قمة الجبل بمحافطة دهوك مقارنة بالأعوام السابقة.

ورغم مشاركة العراقيين من كافة المحافظات في الاحتفال بقدم العيد والسنة الكردية الجديدة بالرقصات والملابس التقليدية والمشاعل والألعاب النارية، فإن المخاوف من كورونا ألزمت الكثيرين منازلهم. وأشار عبد العزيز رمضان أحد المحتفلين بالمناسبة إلى أن إجراءات العزل العام التي اتخذتها السلطات في منطقة كردستان العراق بسبب جائحة كورونا أدت إلى انخفاض العدد هذا العام. وتابع أن "الخوف من الإصابة بالفايروس قلص عدد المحتفلين، ودفع بالقلّة التي اختارت الاحتفال بهذه المناسبة إلى الحرص على ارتداء

### إجراءات العزل العام في منطقة كردستان العراق بسبب كورونا أدت إلى انخفاض عدد المحتفلين

ويعد نوروز بالنسبة إلى الأكراد أهم احتفال في العام، كما أنه رمز للمقاومة السياسية. وفي العصر الحالي غالباً ما يربط الأكراد الاحتفال بالعام الجديد بالاحتجاجات على سبيل المثال للحصول على مزيد من الحكم الذاتي في مناطقهم. وتتعدد الروايات حول أصل عيد نوروز أو عيد الربيع، حيث يربطه الأكراد بأحداث تاريخية امتزجت بالعديد من الأساطير، إلا أن الرواية الأكثر شيوعاً بينهم تقول إن الاحتفال بهذا العيد يرجع إلى تاريخ سقوط الإمبراطورية الآشورية على يد الميديين



حقت الفنانة اللبنانية نانسي عجرم رقماً قياسياً بعد أن تخطت مشاهدات أغنياتها الجديدة «أمي» التي طرحتها عبر قنواتها الرسمية على يوتيوب بمناسبة عيد الأم، حاجز المليون مشاهدة خلال أربعة أيام من إطلاقها، وضم فيديو كليب الأغنية وهي من كلمات أميل فهد وألحان يحيى الحسن، أمهات لبنانيات من مختلف الأعمار فمن بسرد قصص وحكايات لطيفة عن تجربة أمومتهم مع أطفالهن.

## «نور الرياض» تضيء سماء السعودية بالأعمال الفنية

الرياض - شهدت النسخة الأولى من احتفالية «نور الرياض» المقامة في العاصمة السعودية إقبالاً كبيراً من قبل السعوديين ومحبي الفن، حيث انهم الزائرون بالعروض الضوئية الفريدة ولم يفوتوا على أنفسهم فرصة التقاط صور تذكارية. ووجد زائرو احتفالية «نور الرياض» عروضاً تناسب مختلف شرائح المجتمع، لافتاً بدءاً بالاستمتاع بمشاهدة الأعمال الفنية انطلاقاً من الساحات والشوارع وصولاً إلى لعب الأطفال بالرمال الملونة. ويصاحب المعرض عدد من ورش العمل، وجلسات النقاش، والجولات، وتحسين جودة الحياة في المدينة بما يتوافق مع أهداف «رؤية المملكة 2030». فقد أزدانت جنبات وساحات وشوارع ومعالم مدينة الرياض بعدد من الأعمال الفنية المضيئة. وتزينت الطرق الرئيسية المؤدية إلى العاصمة بعشر بوابات مضيئة بأبهى حلة ضمن فعالية «بوابات الرياض»، لترحب بزوارها وتغرس في مداخل المدينة الفن والإبداع. ووفقاً لوكالة الأنباء السعودية (واس)، قال المهندس خالد الهزاني، مدير مشروع الرياض آرت، إن المعرض يستهدف جميع شرائح المجتمع، لافتاً إلى الحرص على تطبيق الإجراءات الاحترازية للوقاية من فايروس كورونا، وتقييد الحضور بشرط الالتزام بها. ويصاحب المعرض عدد من ورش العمل، وجلسات النقاش، والجولات، وتحسين جودة الحياة في المدينة بما يتوافق مع أهداف «رؤية المملكة 2030». فقد أزدانت جنبات وساحات وشوارع ومعالم مدينة الرياض بعدد من الأعمال

