الفن : مساحة آمنة

كتيّب بصري حول دور الفنون في الدعم النفسي-الاجتماعي للأطفال السوريين

د. محـمد كلـثوم

HRA Communication Fund

CLAUSSEN SIMON STIFTUNG

لمن هذا الكتيّب؟ وكيف يمكن استخدامه؟

لمن هذا الكتيّب؟

- العاملون في مجالات الصحة والصحة النفسية
- الميسّرون والعاملون في المنظمات المجتمعية
- العاملون في التعليم
- الفرق التي تعمل مع الأطفال في سياقات ما بعد النزاع

كيف يمكن استخدامه؟

يمكن استخدام هذا الكتيّب بوصفه:

- مادة تمهيدية تسبق أي تدريب أو برنامج
- مرجعًا تعريفيًا أوليًا لفرق العمل
- نقطة انطلاق للنقاش المهني حول استخدام الفن
- أداة داعمة لتطوير برامج أكثر تخصصًا في المستقبل

الأمثلة والأنشطة الواردة في هذا الكتيّب ليست وصفات جاهزة للتطبيق، بل نماذج توضيحية تُظهر كيف يمكن استخدام الفن كمساحة داعمة وآمنة للأطفال.

يهدف هذا الكتيّب إلى بناء الفهم والثقة في هذه المقاربات، وليس إلى استبدال التدريب المتخصص أو الإشراف المهني.

لماذا هذا الكتيّب؟

لماذا نحتاج إلى أساليب مختلفة؟

في السياق السوري، ما تزال الفنون تُستخدم في الغالب كأنشطة ترفيهية أو تعليمية، ونادرًا ما يُنظر إليها كوسيلة لدعم الصحة النفسية والرفاه النفسي-الاجتماعي للأطفال. إضافة إلى ذلك، لا يستخدم العديد من العاملين مع الأطفال أساليب التعبير الفني كأداة غير لفظية للتواصل والتنظيم العاطفي. يُقدَّم هذا الكتيّب تمهيدا لمنهج الفنون التعبيرية. فهو يعرّف بأساليب الفنون التعبيرية ويشرح المنطق النفسي-الاجتماعي الكامن وراء استخدامها، دون افتراض وجود معرفة مسبقة أو تدريب متخصص.

ماذا يقدّم هذا الكتيّب؟

يهدف هذا الكتيّب إلى:

- توسيع فهم الممارسين لدور الفن في الدعم النفسي-الاجتماعي
- تقديم أمثلة بصرية تساعد على تخيّل هذا النوع من العمل
- تهيئة الأرضية لتقبّل هذه الأساليب في السياق المحلي
- دعم النقاش المهني حول إمكانيات استخدام الفن مع الأطفال

لا يقدّم هذا الكتيّب برنامجًا علاجيًا، ولا يُقصد استخدامه بشكل مستقل أو مباشر مع الأطفال.

المبادئ الأخلاقية والأساسية لإستخدام الفنون مع الأطفال

يتطلّب استخدام الفنون مع الأطفال في السياقات الحسّاسة وعيًا وحدودًا واضحة.
فحتى الأنشطة البسيطة قد تفتح مشاعر أو ذكريات غير متوقعة إذا استُخدمت دون انتباه كافٍ.
لا تهدف هذه المبادئ إلى تقييد الممارسة، بل إلى حماية كلٍّ من الطفل والميسّر.

المبادئ الأساسية:

- الفنون التعبيرية ليست علاجًا نفسيًا بحد ذاتها
- الهدف منها دعم التعلّم ، والتدريب، و التدخلات المختلفة
- المشاركة في أي نشاط فني يجب أن تكون طوعية بالكامل
- لا يُطلب من الأطفال شرح ما يرسمونه أو تبرير اختياراتهم
- الصمت، أو الرفض، أو عدم التفاعل هي استجابات طبيعية ويجب احترامها

يتمثّل دور الميسّر في:

- توفير مساحة آمنة
- تشجيع مشاركة الطفل من خلال التفاعل، والانفتاح، والاستجابة العاطفية، وعدم إصدار الأحكام
- تشجيع التعبير الحر
- مرافقة الطفل دون تفسير أو تحليل
- وفي بعض الأحيان، المشاركة في رسم بسيط ومتوازٍ لتخفيف الضغط من أن الطفل تحت المراقبة

ما ينبغي تجنبه:

- استنتاج معانٍ نفسية من الرسومات
- ربط الرسومات بتجارب أو أحداث شخصية
- البحث عن «مؤشرات» أو «أعراض»

متى يجب إيقاف النشاط؟

يُنصَح بإيقاف أي نشاط فني إذا:

- بدا الطفل في حالة ضيق أو ارتباك واضحة
- لوحِظ انسحاب مفاجئ أو توتّر شديد
- عبّر الطفل بشكل صريح عن رغبته في التوقف

إن الإيقاف الهادئ والداعم يُعد جزءًا أساسيًا من الممارسة الآمنة

ماذا نعني بالفنون التعبيرية؟

في الفنون التعبيرية نركّز على:

- العملية الفنية، لا الإنتاج الفني
- التجربة، لا التقييم
- المعنى الشخصي، لا الشكل الخارجي

قد تشمل الفنون التعبيرية:

- الرسم والتلوين
- فن الكولاج
- الموسيقى والاستماع
- الحركة البسيطة والإيقاع

تُختار هذه التقنيات لأنها:

- لا تعتمد على اللغة
- مناسبة للأطفال ومألوفة لديهم
- قابلة للتكييف مع سياقات مختلفة

لماذا التعبير غير اللفظي؟

العديد من الأطفال:

- غير معتادين على التعبير اللفظي عن مشاعرهم
- لا يمتلكون المفردات اللازمة لوصف ما يشعرون به
- أو لا يشعرون بالأمان الكافي للتحدّث عنها

يوفّر الفن:

- مسافة آمنة
- بديلًا عن التعبير اللفظي
- إحساسًا بالتحكّم والاختيار

عندما نتحدّث عن الفنون التعبيرية، فإننا لا نعني
«الرسم الجميل»
أو
«النتائج الفنية».

الأنشطة الواردة في هذا الكتيّب ليست برنامجًا علاجيًا، ولا يُقصد تطبيقها حرفيًا. بل هي نماذج توضيحية تساعد على فهم منطق العمل بالفن وتخيّل كيفية استخدامه

مثال عملي 2

مكان آمن

فكرة النشاط

يستكشف هذا النشاط مفهوم الأمان من خلال الرسم، دون الحاجة إلى الحديث عن تجارب أو أحداث. لا يهدف النشاط إلى رسم «بيت حقيقي»، بل إلى تخيّل مكان يمنح الطفل شعورًا بالراحة والاطمئنان. يُستخدم هذا النشاط كنموذج يوضّح كيف يمكن للفن أن يساعد الطفل على التعبير عن إحساس داخلي بطريقة رمزية وغير مباشرة.

ماذا يدعم هذا النشاط؟

- الإحساس بالأمان الداخلي
- التعبير غير اللفظي
- الخيال والاختيار الشخصي
- الوعي بالرغبات والاحتياجات الذاتية

المواد:

- ورق رسم
- ألوان (أقلام خشبية أو شمعية)

فكرة التطبيق العامة

يُدعى الطفل إلى رسم مكان يشعر فيه بالأمان. ولا يُطلب منه ربط الرسم بتجاربه الواقعية. يمكن أن يكون المكان حقيقيًا أو خياليًا.

ملاحظات تمهيدية للميسّر

- يُفضَّل التركيز على التجربة أكثر من النتيجة
- إذا رغب الطفل في الحديث عن الرسم، لا يطلب الميسّر تفسير العناصر، بل يطرح أسئلة مفتوحة مثل:

ما الذي يجعلك تشعر بالراحة هنا؟ من تحب أن يكون معك في هذا المكان؟

مثال عملي 1

ألوان مشاعري

فكرة النشاط

يعتمد هذا النشاط على الربط البسيط بين المشاعر والألوان، دون الحاجة إلى تسمية المشاعر أو شرحها لفظيًا.
يتيح للطفل التعبير عن إحساسه في اللحظة الحالية من خلال الاختيار البصري.
يُظهر هذا النموذج كيف يمكن للفن أن يكون وسيلة لطيفة للتواصل مع الحالات الشعورية دون الدخول في نقاشات مباشرة.

ماذا يدعم هذا النشاط؟

- الوعي بالمشاعر
- تنظيم المشاعر
- التعبير الحر عن جميع أنواع المشاعر دون تقييم

المواد:

- ورق
- مجموعة متنوعة من الألوان

فكرة التطبيق العامة

يُطلب من الطفل اختيار ألوان تعبّر عن شعوره اليوم، ووضعها على الورق بالطريقة التي يراها مناسبة:
خطوط، مساحات، نقاط، أو أشكال حرة.
لا يوجد «لون صحيح» لمشاعر محددة.

ملاحظات تمهيدية للميسّر

- تجنّب تعليم روابط ثابتة بين ألوان معيّنة ومشاعر محددة
- فتح حوار بسيط حول اللون من منظور الطفل، مثل:
لماذا اختاره؟ ماذا يذكّره به؟ أو قصة يتذكرها تتضمن هذا اللون

مثال عملي 4

من أنا؟ (كولاج)

فكرة النشاط

يقدّم هذا النشاط مدخلًا بسيطًا لمفهوم الهوية من خلال الكولاج.
لا تشير الهوية هنا إلى تعريفات واسعة، بل إلى أشياء صغيرة يحبّها الطفل أو يشعر بالانتماء إليها.
يُظهر هذا النموذج كيف يمكن للفن أن يساعد الطفل على التعبير عن نفسه دون أسئلة مباشرة أو قائمة على اللغة.

ماذا يدعم هذا النشاط؟

- الإحساس بالذات
- الاختيار الشخصي
- التعبير الرمزي
- بناء حدود بين «أنا» و«ليس أنا»

المواد

- ورق
- صور أو أشكال مقصوصة
- صمغ
- ألوان

فكرة التطبيق العامة

يُدعى الطفل لاختيار صور أو أشكال تمثّل أشياء يحبّها، أماكن، أنشطة، أو ألوان يشعر بأنها تعبّر عنه، وترتيبها بحرية على الورق.
لا يُطلب منه شرح اختياراته.

ملاحظات تمهيدية للميسّر

- عدم تحويل النشاط إلى نقاش حول الهوية الشخصية
- احترام الغموض أو البساطة في اختيارات الطفل
- الهدف هو التعبير لا التعريف؛ يُترك المجال للطفل للحديث عن عمله الفني فقط إذا رغب بذلك

مثال عملي 3

شجرة القوة (كولاج)

فكرة النشاط

يقدّم هذا النشاط مثالًا بصريًا يساعد الطفل على التفكير بما يدعمه ويقوّيه، باستخدام صورة الشجرة كرمز للنمو، والاستمرارية، والتوجّه نحو المستقبل.

ماذا يدعم هذا النشاط؟

- التعرّف على مصادر القوة
- الإحساس بالاستمرارية والنمو والتفكير بالمستقبل
- تنظيم الأفكار بصريًا

المواد:

ورق، صور أو أشكال منأجل القص، صمغ، ألوان

فكرة التطبيق العامة

يدعو الميسّر الطفل إلى رسم شجرة، وقد يوضّح بشكل مبسّط أن:

- الجذور يمكن أن تمثّل الأشياء التي تدعمه
- الأغصان يمكن أن تمثّل أشياء يحبّها، أو أشياء يتقنها، أو أماني يتطلّع إليها في المستقبل

يختار الطفل بحرية ما يضيفه وأين يضعه.

دور الميسّر أثناء النشاط

يمكن للميسّر أن:

- يشرح الرمز بطريقة بسيطة
- يساعد في تنظيم الصفحة (مثل: «هل نبدأ بالجذور؟»)
- يقدّم تعليقات داعمة عامة (مثل: «الشجرة فيها تفاصيل كثيرة»)

ما يُفضَّل تجنّبه

- تحويل النشاط إلى تقييم لقدرات الطفل
- ربط العناصر بمواقف صعبة أو مؤلمة
- فرض بنية أو تنظيم ثابت

مثال عملي6

الموسيقى واللون

فكرة النشاط

يقدّم هذا النشاط الموسيقى كأداة للإحساس والوعي الجسدي، وليس كخلفية أو وسيلة ترفيه.
من خلال الإصغاء الواعي والتنفس اللطيف، يلاحظ الطفل كيف يؤثّر الصوت على الجسد، ثم يعبّر عن هذا الإحساس باستخدام الألوان والخطوط.
التركيز هنا على التجربة الحسية، وليس على فهم الموسيقى أو تحليل المشاعر.

ماذا يقدّم هذا النشاط؟

- استخدام الموسيقى لدعم الإحساس والتنظيم
- تشجيع الانتباه إلى التنفّس والجسد
- ربط الصوت بالحركة والتعبير البصري
- دعم انتقال سلس من الإحساس إلى الرسم

المواد

- مقاطع موسيقية قصيرة (1–2 دقيقة، دون كلمات)
- ورق وألوان

فكرة التطبيق العامة

1. يستمع الطفل إلى الموسيقى مع الانتباه إلى تنفّسه.
2. يمكن للميسّر أن يقترح بلطف التنفّس مع الإيقاع.
3. يعبّر الطفل عن الإحساس الذي شعر به من خلال الألوان والخطوط، والتي قد تكون سريعة، بطيئة، ناعمة، أو متكررة.

دور الميسّر

يحافظ الميسّر على حضور هادئ وداعم، وقد:

- يذكّر الطفل بلطف بالانتباه إلى التنفّس والإحساس الجسدي
- يقدّم اقتراحات بسيطة للرسم
- يحافظ على جو غير ضاغط

ما ينبغي تجنّبه

- ربط الموسيقى بذكريات أو أحداث
- إعطاء تعليمات صارمة للتنفّس
- تفسير الرسم أو تقييمه
- استخدام موسيقى شديدة أو مشحونة عاطفيًا

مثال عملي 5

الإيقاع والجسد

فكرة النشاط

يستخدم هذا النشاط الإيقاع والحركة لدعم الوعي بالجسد، ومساعدة الطفل على ملاحظة السرعة، والتنفس، والانتقال بين التنشيط والهدوء.

من خلال التفاعل مع إيقاعات بطيئة وسريعة، يختبر الطفل هذه التحوّلات بطريقة جسدية وبسيطة.

التركيز هنا على التجربة الجسدية، وليس على الأداء أو الدقّة.

ماذا يقدّم هذا النشاط؟

- تعزيز الوعي بالجسد
- ملاحظة السرعة والبطء
- دعم تنظيم التنفّس والتنشيط الانفعالي
- التعريف بدور الإيقاع في تهدئة الجسد أو تنشيطه

المواد

- إيقاعات بسيطة يقدّمها الميسّر مباشرة أو عبر تسجيلات (تصفيق، نقر خفيف، أو صوت إيقاعي)
- مساحة مناسبة للحركة الخفيفة

فكرة التطبيق العامة

يقدّم الميسّر إيقاعات بسيطة ويدعو الطفل إلى الاستجابة بحركات جسدية لطيفة، مثل: لمس الصدر، تحريك الكتفين، نقر خفيف باليدين

يتم استكشاف إيقاعات بطيئة وأسرع، مع الانتباه إلى الإحساس الجسدي والتنفس.

دور الميسّر

يمكن للميسّر أن:

- يغيّر سرعة الإيقاع تدريجيًا
- يدعو إلى حركات أبطأ أو أسرع
- يلفت الانتباه بلطف إلى التجربة الجسدية
- يتأكد من أن الحركات مريحة وغير مجهدة

ما ينبغي تجنّبه:

- فرض حركات قوية أو سريعة
- تحويل النشاط إلى تمرين جسدي
- تقييم الأداء أو الدقّة
- تجاهل علامات التعب أو الانزعاج

مثال عملي8

بورتريه شخصي

فكرة النشاط

يستخدم هذا التمرين الرسم لمساعدة الطفل على تخيّل الصورة التي يرغب أن يكون عليها في المستقبل.
لا يهم إن كانت الصورة واقعية أو خيالية؛ يمكن أن تكون شخصية حقيقية، نسخة أكبر من نفسه، حيوانًا، أو حتى بطلًا خارقًا.
المفتاح هنا هو التعبير عن صورة ذاتية مرغوبة.
التركيز في هذا التمرين على الخيال والأمل، وليس على التخطيط أو الواقعية.

ماذا يقدّم هذا التمرين؟

- دعم صورة ذاتية إيجابية
- إتاحة مساحة للخيال والطموح
- التعبير عن الرغبات والقيم
- بناء حوار داعم مع الميسّر

فكرة التطبيق العامة

يدعو الميسّر الطفل إلى رسم نفسه كما يتمنى أن يكون في المستقبل.
يمكن توضيح أن:

- لا يوجد شكل «صحيح»
- يمكن أن يكون الرسم خياليًا أو واقعيًا
- التفاصيل اختيارية تمامًا

بعد الانتهاء من الرسم، يمكن أن يتبع ذلك حوار بسيط حول الصورة.

دور الميسّر أثناء التمرين

يمكن للميسّر أن:

- يشجّع الخيال («يمكنك أن تكون أي شيء تحبّه»)
- يساعد في إضافة تفاصيل بصرية إذا لزم الأمر
- يرافق الطفل في الحوار دون توجيه أو تصحيح
- يحافظ على حوار إيجابي وغير ضاغط

ما ينبغي تجنّبه

- تحويل الحوار إلى تقييم للقدرات
- ربط المستقبل بالواجبات أو الالتزامات
- تصحيح الخيال أو تقييده
- مقارنة الطفل بغيره

مثال عملي 7

الحلم (رسم حلم متخيّل)

فكرة النشاط

يقدّم هذا التمرين مثالًا على استخدام الرسم للتعبير عن حلم بطريقة تخيّلية، دون الحاجة إلى تذكّر أحلام شخصية أو سرد قصة.

يمكن أن يكون الحلم لطفل أو طفلة متخيَّلين، أو مشهد حلمي عام.

التركيز هنا على تحويل الأفكار إلى صورة بصرية، وليس على التفسير أو المعنى.

ماذا يقدّم هذا التمرين؟

- إتاحة مساحة للتعبير عن أفكار غامضة أو غير واضحة
- استخدام الصور بدل الكلمات
- تفريغ انفعالي يساعد على مواجهة بعض الأفكار وتنظيمها
- دعم الخيال والتجريب البصري

فكرة التطبيق العامة

يمكن للميسّر أن يشرح للطفل أن بعض الأحلام أو الأفكار تكون غير واضحة، وتشبه الصور أو الألوان أو الإحساسات.

يُدعى الطفل إلى رسم:

لون، أو شكل، أو خط، أو أي صورة تعبّر عن هذا الإحساس، أو حتى مشهد من حلم اذا رغب الطفل، دون السؤال لجعلها مفهومة أو «منطقية».

دور الميسّر أثناء التمرين

يمكن للميسّر أن:

- يطمئن الطفل بأن الغموض أمر طبيعي
- يشجّع التعبير الحر («لا يجب أن يكون واضحًا»)
- يحافظ على جو هادئ وغير ضاغط

ما ينبغي تجنّبه

- طلب شرح الحلم أو تفاصيله
- ربط الرسم بتجارب أو أحداث واقعية
- تفسير الرموز أو الألوان
- طرح أسئلة من نوع: «لماذا حلمت بهذا؟»

ماذا لو لم يرغب الطفل في الرسم أو الحركة؟

هذا أمر طبيعي.

تشمل الاستجابات الممكنة:

- تقديم بدائل
- الحفاظ على المرونة، وتقديم الأنشطة بشكل تفاعلي لا كواجب

ماذا لو بدا الطفل حزينًا أو متأثرًا عاطفيًا؟

- عدم الضغط على الطفل للكلام
- التوقّف بهدوء إذا لزم الأمر
- تقديم دعم بسيط وحضور هادئ

إذا استمر الانزعاج، يُنصَح بطلب دعم مختص.

هل نحتفظ برسومات الأطفال؟

يعود القرار للطفل:

- يمكنه الاحتفاظ بالرسم
- أو تركه
- أو تمزيقه

الرسم ملك للطفل؛ وليس أداة توثيق.

هل يمكن تكرار التمارين؟

نعم. يمكن تكرار التمارين أو تكييفها حسب السياق، ما دامت ضمن إطارها التمهيدي والتعريفي.

حدود هذا الكتيّب

ما الذي لا يهدف إليه هذا الكتيّب؟

هذا الكتيّب:

- لا يقدّم علاجًا نفسيًا
- لا يُغني عن التدريب أو الإشراف المهني
- يجب استخدامه بحذر مع الأطفال ذوي الاضطرابات النفسية الشديدة
- لا يهدف إلى التشخيص أو التقييم

الأنشطة الواردة هي نماذج توضيحية تهدف إلى:

- التعريف بالفنون التعبيرية
- بناء الثقة بهذه المقاربات
- التمهيد لاستخدامها لاحقًا بطرق أعمق وأكثر تخصصًا

ملاحظات عامة للميسّرين

العمل بالفنون: تحفيز وليس تفسير
العمل بالفنون مع الأطفال لا يعني ترك الطفل وحده،
كما لا يعني تفسير ما ينتجه الطفل أو ربطه بمعانٍ نفسية عميقة.

دور الميسّر هو المرافقة الواعية، والتي تشمل:

- الحضور
- التشجيع
- طرح أسئلة بسيطة تبدأ بـ «ماذا» وليس «لماذا»
- احترام الإيقاع الفردي لكل طفل

هنا، يكون الفن مساحة آمنة للاستكشاف.
أما الإفصاح أو التحليل، إن وُجد، فينبغي أن يستند إلى منهجية محددة وقد يتم في مراحل لاحقة.

نقاط عملية أثناء العمل

- إتاحة حرية الاختيار للطفل فيما يخص: الرسم، الحركة، والتوقّف
- استخدام لغة بسيطة وغير تقييمية
- التركيز على التجربة لا على النتيجة
- عدم التصحيح أو التفسير أو المقارنة

إذا لم يرغب الطفل بالمشاركة، فيجب احترام هذا الخيار بوصفه استجابة طبيعية.
العمل الفردي والعمل الجماعي

يمكن تنفيذ التمارين بشكل فردي أو ضمن مجموعات صغيرة.

في العمل الجماعي:

- لا يُطلب المشاركة الجماعية إلا إذا رغب الطفل بذلك
- لا تُعرض الأعمال للمقارنة، بل لمشاركة التجارب والأفكار
- يُحترم الصمت تمامًا كما يُحترم الكلام

عن المشروع

تم تطوير هذا الكتيّب ضمن مشروع يهدف إلى نقل المعرفة الأكاديمية في مجال الفنون التعبيرية إلى صيغ بصرية ومبسّطة، ملائمة للسياق السوري، وموجّهة إلى العاملين مع الأطفال.

يركّز الكتيّب على التعريف، والتهيئة، وتغيير النظرة إلى الفنون بوصفها أداة داعمة للصحة النفسية والاجتماعية

حول المؤلف

د. محمد كلثوم
باحث في الفنون التعبيرية والدعم النفسي-الاجتماعي
جامعة الموسيقى والمسرح، هامبورغ
m-kalthom@hotmail.com

الشكر والدعم
تم دعم هذا المشروع من قبل:
HRA Communication Fund

CLAUSSEN
SIMON
STIFTUNG

هذا الكتيّب دعوة للتجربة
نقطة بداية، لا نهاية