العرب
الأربعاء 2021/11/17
السنة 44 العدد 12243

استخدام التدريب الحركي يحسن مهارات اللغة

برلين - تمثل القدرة على فهم التركيب النحوي للجمل المعقدة إحدى أكثر المهارات اللغوية التي يصعب اكتسابها. وكشف بحث في 2019 وجود علاقة بين الكفاءة في استخدام الآلات والقدرة الجيدة على فهم بناء الجملة أو النحو.

وأظهرت دراسة جديدة أجراها باحثون من جهات فرنسية: معهد إنسيرم والمركز الوطني للبحث العلمي وجامعة جامعة كلود برنارد ليون 1 وجامعة لومير ليون 2، بالتعاون مع معهد كارولنسكا في السويد، أن المهارتين تعتمدان على نفس المصادر العصبية التي تقع في نفس المنطقة بالدماغ، بحسب ما ذكره موقع "ساينس ديلي" المعني بالأخبار العلمية.

وبالإضافة إلى ذلك، يؤدي استخدام التدريب الحركي إلى تحسين قدرتنا على فهم التركيب اللغوي للجمل المعقدة. والعكس صحيح، أي أن التدريب النحوي يحسن كفاءتنا لدعم إعادة تأهيل المرضى الذين فقدوا بعض مهاراتهم اللغوية.

> مناطق الدماغ التي تسيطر على الوظائف اللغوية لها دور أيضا في السيطرة على المهارات الحركية الدقيقة

ولطالما اعتبرت اللغة مهارة معقدة للغاية، حيث إنها تحشد شبكات معينة داخل المخ. غير أن العلماء أعادوا النظر في تلك الفكرة خلال السنوات الأخيرة.

ويشير البحث إلى أن مناطق الدماغ التي تسيطر على الوظائف اللغوية، مثل معالجة معاني الكلمات، ضالعة أيضا في السيطرة على المهارات الحركية،ولكن تصوير الدماغ لم يقدم دليلا على مثل تلك الصلة بين اللغة واستخدام الأدوات.

وكان علم الأعصاب أظهر أن مناطق الدماغ المرتبطة باللغة زادت لدى أجدادنا خلال الطفرات التكنولوجية، عندما أصبح استخدام الأدوات أكثر انتشارا.

وبالنظر إلى استخدام هذين النوعين من المهارات نفس المصادر بالدماغ، هل من الممكن تدريب واحدة لتحسين الأخرى؟

وطلب الباحثون من المشاركين في البحث أداء مهمة خاصة بالفهم النحوي قبل، وبعد ثلاثين دقيقة، من التدريب الحركي بالكماشة. وبهذا أكد الباحثون أن التدريب الحركي بالأدوات يؤدي إلى تحسين الأداء في تدريبات الفهم النحوي.

وبالإضافة إلى ذلك، تظهر النتائج أن العكس أيضا صحيح، فتدريب ملكات اللغة بتمارين لفهم الجمل ذات التراكيب المعقدة أدى أيضا إلى تحسين الأداء الحركي بالأدوات.

وتعرف المهارات اللغوية الأربع أو مهارات تعلم اللغة الأربع على أنها مجموعة من أربع قدرات تسمح للفرد بفهم وإنتاج لغة منطوقة من أجل التواصل الشخصي.

وهذه المهارات هي الاستماع والتحدث والقراءة والكتابة.

وفي سياق الحديث عن اكتساب اللغة الأولى أي اللغة الأم، فإنه يتم اكتساب المهارات الأربع في الغالب بترتيب الاستماع أولا، ثم التحدث، ثم القراءة وأخيرا الكتابة.

ويعتبر الاستماع أول مهارة لغوية يكتسبها الأفراد في لغتهم الأم. وهو ما يعرف بمهارة الاستقبال، أو المهارة المجهولة أو السلبية، وهي تتطلب منهم استخدام آذانهم وأدمغتهم لفهم اللغة مباشرة أثناء التحدث إلى الأشخاص الآخرين.

وبما أن الاستماع هو مهارة لغة استقبالية، فعادة ما يجد المتعلمون أنها أصعب مهارات اللغة. وذلك غالبا لأنهم يشعرون بضغوط لا داعي لها لفهم كل كلمة على حدة.

أما التحدث فهو المهارة اللغوية الثانية التي يكتسبها الأفراد في لغتهم الأم.

وهو ما يعرف بالمهارة الإنتاجية، أو المهارة النشطة، حيث يتطلب منهم ذلك استخدام اللسان والحنجرة بالإضافة إلى أدمغتهم لإنتاج اللغة بشكل صحيح من خلال الصوت.

وتعتبر هذه المهارة هي الثانية بين اثنتين من مهارات اللغة الطبيعية الأربع.

اللغة مهارة معقدة للغاية

لجان الإرشاد لحل الخلافات داخل الأسر المصرية: ضرورة أم شكليات

تنوع المشكلات الأسرية يجعل قواعد اللجان لا تسري على كل الأزواج

حل مشاكل الأزواج ينطلق من داخل الأسرة

يقلل المختصون في الشؤون الأسرية من قيمة مشروع لجان الإرشاد الذي يناقشه البرلمان المصري بغاية مساعدة الأزواج على التغلب على المشاكل الزوجية وعدم الوصول إلى الطلاق، ويرون أن الفكرة غير قابلة للتطبيق لدواع ترتبط بأن الفوقية الإرشادية من أسباب منع الزوجين من التفكير في شؤونهما الخاصة. كما يعتقدون أن المعنيين بتقديم الدورات الإرشادية لديهم رؤى وقناعات خاصة عن الحياة الزوجية قد لا تصلح لكل الفئات.

أحمد حافظ
كاتب مصري

القاهرة - عكس مشروع القانون الذي يناقشه مجلس النواب المصري لوضع حد للمشكلات الأسرية المتفاقمة وجود هوة شاسعة بين تحركات المؤسسات الرسمية وطبيعة الأزمات العائلية، أو التركيبة السكانية بمعنى أدق، لأن الخلافات الزوجية لا يمكن حلها بقوانين فوقية أو لجان توعوية بقدر ما يرتبط الأمر بتشريح المشكلة نفسها.

ووفق نواب البرلمان الذين قدموا مشروع القانون إلى مجلس النواب، يقوم المشروع على إنشاء لجنة عليا للإرشاد الأسري تتولى مهمة تنظيم دورات تثقيفية للمقبلين على الزواج، وبعدها تُمنح شهادة اجتيازها ترفق مع وثيقة الزواج ولا يتم إصدار الوثيقة دون الشهادة لضمان استفادة الشريكين من الدورات الإجبارية.

وسيكون للجنة دور في محاولة التوفيق بين الشريكين عند الخلافات وتوقيع الكشف الطبي والنفسي عليهما عن طريق متخصصين، وتقديم الدعم لمنخفضي التوافق الزوجي وتعريفهم بأبجديات الحياة الزوجية السعيدة، وإذا كانت هناك رغبة في الانفصال يتدخل الأزهر أو الكنيسة لعدم وصول الأمر للطلاق وهدم كيان الأسرة.

وبغض النظر عن النوايا الحسنة لمقدمي مشروع القانون، إلا أن الفكرة ذاتها غير قابلة للتطبيق لدواع ترتبط بأن الفوقية الإرشادية من أسباب منع الناس التفكير في شؤونهم الخاصة، وإلغاء عقولهم، ووضع القواعد التي تناسب حياتهم الزوجية، والاعتماد فقط على من يرسم لهم مسار علاقتهم الأسرية، وهذا في حد ذاته إلغاء لشخصية الشريكين.

ويرى معارضون لمثل هذه اللجان أنه يصعب توحيد مسار معين تسير عليه كل الأسر لمجرد أن البرلمان في مصر لديه رؤية منفصلة عن الواقع، فما ينفع الشريكان ليس بالضرورة يصلح للآخرين، وهكذا.

كما أن المعنيين بتقديم الدورات الإرشادية لديهم رؤى وقناعات خاصة ومسبقة عن الحياة الزوجية، قد لا تصلح لكل الفئات والشرائح المختلفة وجميع أفراد الأسرة.

صحيح أن الكثير من الأشخاص من حديثي العهد بالزواج لا يمتلكون الحد الأدنى من الوعي لتسيير أمورهم الأسرية، لكن ذلك لا يعني إلزامهم بنمط حياة معين، والتمرد عليه أو الخروج عن نصوصه وقواعده يجعل حياة الشخص أقرب إلى الجحيم، فلكل زوجين خصوصية ولا يجب لأي جهة انتهاكها بإلغاء عقول أصحابها.

ويبدو أن مقدمي مشروع القانون لا يعنيهم سوى شكلية العلاقة الزوجية دون النظر إلى مضامينها وخباياها وأزماتها الحقيقية التي صارت متنوعة وتختلف من بيئة وشريحة إلى أخرى، حسب المستوى التعليمي والتركيبة السكانية، وليس منطقيا أن يتم الاهتمام بالشكل على حساب الجوهر ليُقال إن البرلمان توصل إلى حل لأزمة الطلاق.

وغاب عن مجلس النواب المصري أن الأزمات الأسرية التي تفاقمت ووصلت إلى مرحلة قد تصعب السيطرة عليها سببها الأول يرتبط بالمشكلات الاقتصادية والضغوط الاجتماعية التي صارت تمثل عبئا نفسيا بالغ الصعوبة على الشريكين بدليل أن هناك أزواجا حصلوا على تعليم جامعي ومثقفين ولديهم من الوعي الكثير، لكن علاقاتهم تنتهي بالانفصال وهدم كيان الأسرة.

وقالت هالة حماد استشارية العلاقات الأسرية بالقاهرة إن الإرشاد الأسري مهم، لكن الأهم طبيعة التدريب، فثمة حالات تحتاج إلى متخصص نفسي لكل مشكلة وفئة. فمثلا هناك مريض اكتئاب وعصبي ولا يتفاعل مع الأسرة ولو تم علاج الاكتئاب تتحسن العلاقة الزوجية، هل اللجان مهيأة للتعامل مع الخلافات الأسرية ذات البعد النفسي؟

وأضافت لـ"العرب" أن المشكلة في هذه اللجان لا ترى الصورة الكبيرة، فمن المهم أن تكون الفرق مدربة، وليس كل من قرأ كتابا يصلح ليكون مرشدا أسريا، فاختيار الفرق المناسبة شرط لنجاحها، وللأسف القدوة التي تحاول الإصلاح الأسري تخيم على بعضها علاقات زوجية فاشلة، مثل مقدمي البرامج والنصائح، وهنا حرفة اختيار الفرق هي المعيار.

ويرى البعض من الخبراء أن الاعتماد على المؤسسات الدينية في مسألة عدم وصول العلاقة بين الزوجين لمرحلة الطلاق ليس حلا، فالكنيسة تشرف على دورات تدريبية توعوية إجبارية قبل الزواج، ومع ذلك هناك من يطلبون الانفصال مهما بلغت التبعات السلبية للقرار، وبالتالي فالمشكلة أبعد من مجرد حلها بنصائح دينية.

وتقدم مؤسسة الأزهر نفسها مثل هذه الدورات منذ سنوات للمسلمين، ومازالت الأزمات الأسرية مستمرة، بل زادت معدلاتها، لأن هذه الدورات يتم اختزالها في الحلال والحرام، وما يجب على كل شريك فعله أو تجنبه لعدم مخالفة التعاليم الإسلامية، مع أن مؤسسة الزواج على مستوى السعادة والمشكلات بعيدة عن الدين.

ولفتت حماد إلى أن المؤسسة الدينية ليست لديها الخبرة النفسية للتعامل مع الأزواج لتتم إحالة الشريكين اللذين اختارا الانفصال، وأن أزمات العلاقة الزوجية نفسية، وعندما نعالج الأسباب نقضي على المرض، ويحتاج الإرشاد الأسري إلى تدريبات طويلة المدى، وليس جلسة واحدة لمجرد القول إنه تم تدريب أرباب العائلات.

ويعتقد متابعون للشأن الأسري بمصر أن التحرك البرلماني تجاه البحث عن حل للخلافات الأسرية المتفاقمة قد لا يخرج عن كونه دعاية الغرض منها الظهور أمام الرئيس عبدالفتاح السيسي بأن المؤسسة التشريعية استجابت لنداءاته المتكررة، بضرورة الوصول إلى صيغة مناسبة يمكن معها مواجهة ظاهرة الطلاق واستسهال هدم الكيان الأسري مع أول مشكلة.

وما يعزز هذه الفرضية أن مقدمي مشروع القانون، أعضاء تنسيقية شباب الأحزاب المعروف عنهم الولاء المطلق للحكومة، والعمل في كنف أجهزة رسمية، أيّ أن مشروع القانون برمته يناقش أزمات الأسرة من زوايا شكلية من دون النظر للمسار الذي يمكن أن يحقق السعادة الزوجية المادية أو النفسية.

هالة حماد
الإرشاد الأسري مهم لكن الأهم طبيعة التدريب

وكان أغلب المتابعين للأزمة يمنون النفس بأن يكون تحرك البرلمان لعلاج أزمة الطلاق حاسما من خلال مناقشة مشروع قانون يلغي الطلاق الشفهي كليّا، ليتم استبداله بالموثق، لكن توجد حالة من الخوف تحاصر أعضاء البرلمان لتجنب الاحتكاك بالمؤسسة الدينية أو الدخول في صدام مع من يقدسون التراث القديم.

ولم يتطرق مشروع القانون إلى التوعية الجنسية التي يجهلها أغلب المقبلين على الزواج ويحصلون على معلوماتهم من الأصدقاء والمعارف، لكن مازالت فكرة العيب مسيطرة على المجتمع ولا توجد جهة لديها الجرأة والشجاعة على تقديم دورات أو تقديم تعليم يحرر الأزواج من العادات والأعراف التي كرست تقاليد هدامة.

وإذا كانت أغلب مشكلات الشباب والفتيات في مصر أنهم ينتقلون من العزوبية للحياة الزوجية بلا خبرة كافية، فإن علاج هذا الخلل لا يكون بلجان توعوية يستأثر فيها رجال الدين على جزء كبير من المهام، لأن تكوين أسرة سعيدة يبدأ بالبحث عن الأسباب التي تقود للتعاسة، وبينها الغلاء وصعوبات المعيشة والضغوط المجتمعية والكف عن تدخل الفتاوى في حياة الناس.

موضة

الأحمر البوردو يتربع على عرش ألوان موضة الخريف

ميونخ (ألمانيا) - أفادت مجلة "Brigitte" بأن الأحمر البوردو يتربع على عرش ألوان الموضة النسائية في خريف/شتاء 2021 /2022 ليمنح المرأة إطلالة أنيقة تنطق بالأنوثة والجاذبية.

وأوضحت المجلة المعنية بالموضة والجمال أن الأحمر البوردو يمتاز بطابع دافئ وفخم، مشيرة إلى أنه يبدو رائعا مع خامة الجلد بصفة خاصة.

ويتسم الأحمر البوردو بتنوع إمكانيات تنسيقه؛ حيث يمكن الحصول على إطلالة هادئة من خلال تنسيقه مع الأسود أو الكريمي أو في إطار الإطلالة المونوكروم (أحادية اللون).

أما من ترغب في إطلالة أكثر جرأة وجاذبية، فيمكنها تنسيق الأحمر البوردو مع الوردي بدرجاته الهادئة والصارخة.

ولا يقتصر الأحمر البوردو على لون الملابس فقط بل شمل أيضا لون طلاء الأظافر الذي يعد من اهتمامات المرأة التي تتميز بألوانها.

وقال خبير التجميل الألماني باتريك مالدينجر إن الأحمر البوردو لون مشبع يمتاز بطابع دافئ ينطق بالأنوثة والإثارة.

وأشار باتريك إلى أن هذا اللون يغازل النساء بصرف النظر عن لون شعرهن، أو بشرتهن.

وأضاف مالدينجر أن هذا اللون يتطلب العناية الجيدة بالأظافر، مشيرا إلى ضرورة استعمال طلاء أساس أولا ثم وضع اللون البوردو ثم استعمال طلاء نهائي، وذلك لحماية الأظافر من التصبغات اللونية.

نصائح

تجنيب تعرض الأقدام للضغط يمنع نمو الأظافر للداخل

كولن (ألمانيا) - قال معهد الجودة والكفاءة في الرعاية الصحية إن نمو الأظافر للداخل يتسبب في الشعور بألم مبرح، موضحا أنه يرجع إلى أسباب عدة، أبرزها قص الأظافر بشكل قصير جدا وارتداء أحذية ضيقة للغاية وفرط تعرق الأقدام.

ومن الأسباب الأخرى لنمو الأظافر للداخل البدانة والأمراض التي تؤدي إلى احتباس الماء بالجسم مثل قصور القلب. كما تزداد فرص حدوث نمو الأظافر للداخل لدى مرضى السرطان والأشخاص الذين لديهم أظافر دوارة، وهو نوع وراثي من نمو الأظافر.

والأظافر التي تنمو داخل الجلد هي تلك الأظافر التي تحفر الجلد لتدفن زوايا طرفها الخارجي داخله، ويكون السبب عادة خطأ شخصي يقوم به الشخص نفسه عند تقليم أظافر قدميه، وهو تقليم أظافر القدم لدرجة قصيرة جدا، وعدم قطع الأظافر في خط مستقيم وبشكل أفقي، كما هو الوضع الصحيح والسليم الذي ينمو فيه الظفر الاتجاه والشكل الطبيعي.

وعندما ينمو الظفر أسفل الجلد فهو يدفع الجلد للداخل ويعرف باسم الظفر الناشب. وعادة ما يحدث في ظفر إصبع القدم الكبيرة، حيث ينمو الجزء الطرفي من الظفر بشكل زائد ويتداخل في الجلد المجاور (أو الطية الظفرية)، مما يؤدي إلى حالة التهابية شديدة الألم، بالإضافة إلى تشكل نسيج التهابي وقيح.

ويتسبب نمو الأظافر للداخل في حدوث التهاب واحمرار وألم، ويمكن مواجهة ذلك من خلال حمام أقدام يحتوي على الصابون لترقيق الجلد، ثم تطبيق جل أو مرهم يحتوي على مواد مثبطة للالتهابات. وبعد القيام بهذا الإجراء يتم تجفيف القدم جيدا مع مراعاة تجنب تعرضها للضغط.

وإذا لم يفلح هذا الإجراء في مواجهة نمو الأظافر للداخل، فينبغي استشارة الطبيب، إذا كان الالتهاب شديدا.

حمام الأقدام ضروري لمعالجة نمو الأظافر للداخل