

العرض السادس

عرض لكتاب بعنوان:

"الطفل ذو المخ الكامل: اثنا عشر إستراتيجية ثورية لرعاية عقل طفلك النامي"^٧

A review of a book titled:

"The Whole Brain Child: 12 Revolutionary Strategies to Nurture Your Child's Developing Mind"

“全脑儿童：培养孩子智力发展的十二种革命性策略”

إعداد

نيفين إبراهيم علي

طالبة الماجستير بقسم المكتبات والمعلومات بجامعة الإسكندرية.

Prepared by

Ms. Nevin Ibrahim Ali, a master's candidate at the Department of Library and Information Science, Alexandria University.

هذا الكتاب يعد من أكثر الكتب مبيعاً وفقاً لإحصاءات جريدة نيويورك تايمز، حيث بيع منه أكثر من مليون نسخة؛ وقد ألفه اثنان من أعلام علم النفس والطب النفسي في الولايات المتحدة الأمريكية، وهما:

• الدكتورة تينا باين برايسون^٨ Tina Payne Bryson، المعالجة النفسية الحاصلة على الدكتوراه في علم النفس من جامعة كاليفورنيا الجنوبية University of Southern California، والمؤسسة، والمديرة التنفيذية لمركز التواصل The Center for Connection، وكذلك معهد Play Strong، وهو مركز مخصص للدراسة والبحث وممارسة العلاج باللعب من خلال عدسة النمو العصبي.

• الأستاذ الدكتور دانييل سيجل^٩ Daniel Siegel هو المؤلف المشهور عالمياً، والطبيب النفسي للأطفال الحاصل على الدكتوراه في الطب من جامعة هارفارد، وهو حالياً أستاذ الطب النفسي السريري بكلية الطب في جامعة كاليفورنيا California University، حيث يعمل أيضاً كباحث مشارك في مركز الثقافة، والمخ، والتنمية The Center for Culture, Brain, and Development، وهو المدير المشارك المؤسس لمركز أبحاث الوعي

⁷ Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (201٢). The whole-brain child: 12 Revolutionary Strategies to Nurture Your Child's Developing Mind. London: Constable & Robinson.

⁸ Tina Payne Bryson, PHD: about Tina. Accessed September, 19, 2023.

<https://www.tinabryson.com/about-tina-bryson>

⁹ Dr. Daniel Siegel. Accessed September, 19, 2023. <https://drdanielSiegel.com/biography/>

المدير The Mindful Awareness Research Center؛ وبالإضافة إلى ذلك فإن الدكتور سيجل هو المدير التنفيذي للمعهد المهتم بتعليم أحدث العلوم والتطبيقات العملية حول العقل، والمخ والعلاقات The Mindsight Institute.

والحقيقة أن المؤلفين يتمتعان بقدرة فريدة على نقل المفاهيم العلمية المعقدة بطريقة موجزة ومفهومة، ومرحة بحيث يمكن لجميع القراء الاستمتاع بها.

ولقد بدأ المؤلفان هذا الكتاب بالعبارة الآتية: "الثبات، والازدهار" موضحين أنه سواء كان القارئ والدًا، أو جدًا، أو مدرسًا، أو معالجًا نفسيًا، أو غيره من مقدمي الرعاية المتزمين في حياة الطفل، فقد تم تأليف هذا الكتاب من أجلهم؛ حيث إن الجميع يشتركون في الهدف النهائي، وهو تربية الأطفال بطريقة تسمح لهم بالازدهار، وأن يستمتعوا بعلاقات ذات مغزى، وأن يكونوا مهتمين بما حولهم، وعاطفيين، وأن يتفوقوا في دراستهم، ويعملوا بجد، ويتحملوا المسؤولية، ويشعروا بالرضا عن هويتهم؛ فمن خلال إجراء مقابلات مع آلاف الآباء على مر السنين - كما يفيد المؤلفان - وسؤالهم عن الأكثر أهمية بالنسبة لهم، كانت الإجابتان الأكثر أهمية هما: أنهم يريدون الثبات في لحظات الأبوة الصعبة، كما يريدون أن يزدهر كل من أطفالهم وعائلاتهم.

وبناءً على ذلك ينصح المؤلفان الآباء بأن يسألوا أنفسهم عن الذي يريدونه حقًا لأطفالهم، وكذلك عن الصفات التي يأملون في اكتسابها، وتطويرها في حياتهم البالغة.

ويرجح المؤلفان أنهم يريدون منهم أن يكونوا سعداء ومستقلين وناجحين، وأن يتمتعوا بعلاقات كاملة، وأن يعيشوا حياة ذات معنى وهدف. لذلك ينصح المؤلفان الآباء بالتفكير في النسبة المثوية من وقتهم الذي يقضونه عمدًا في تطوير هذه الصفات في أطفالهم؛ فهي فرص لأن يفهم الآباء ما تيسر لهم عن احتياجات أطفالهم العاطفية، وحالاتهم العقلية؛ عندئذٍ يمكنهم الحصول على النتائج الإيجابية .

كما يسلط محتوى الكتاب - الذي يركز على الفترة العمرية من الولادة إلى الثانية عشرة - الضوء على الطرق التي يمكن أن تساعد الأطفال على أن يكونوا أنفسهم، وأن يكونوا أكثر ارتياحًا في العالم وأكثر مرونة وقوة، وذلك من خلال فهم بعض الأساسيات التي تساعد المخ على النمو والتطور، فيصبح مخًا كاملًا.

هذا الكتاب يتكون من فصول ستة، فيما يلي توضيح محتوياتها:

■ **الفصل الأول، وعنوانه: "اهتمام الوالدين بالمخ أثناء التربية"**، وهو يناقش فكرة أن التجارب تشكل المخ باستمرار للأفضل أو للأسوأ، ومن ثم فإن تفاعلات الوالدين لها تأثير كبير على أدمغة الأطفال؛ فالتكامل هو المفهوم الأساسي الذي تقوم عليه الإستراتيجيات الاثنتا عشرة الموضحة في الكتاب الذي يربط بين أجزاء ووظائف المخ لتحقيق الرفاهية؛ كما يقدم المؤلفان مفهوم الأبوة والأمومة - مع الاهتمام بتطوير المخ - ومفاهيم الخلايا العصبية أو خلايا المخ، وتفعيل أو إطلاق هذه الخلايا، مع تحقيق التكامل بين العديد من الروابط التي تصنعها هذه الخلايا مع بعضها البعض .

■ **الفصل الثاني، وعنوانه: "دمج نصفي المخ أفضل من استخدام أحدهما"**، وهو يهتم بشرح الاختلافات بين نصفي المخ؛ حيث يشمل النصف الأيسر القوائم، والتسلسلات، والمنطق، واللغة، والتفاصيل، والقواعد، والنظام؛ بينما ينتبه النصف الأيمن للإشارات غير اللفظية، والعواطف، والصور، والذكريات الشخصية، والموسيقى، والفن، والإبداع؛ وهو أكثر ارتباطاً بالمنطقة السفلية من المخ التي تتلقى المعلومات العاطفية وتفهمها وتعالجها. كما يوضح هذا الفصل أهمية مساعدة نصفي مخ الطفل الأيسر والأيمن على العمل معاً لكي يتم تكاملهما، وحتى يمكن ربط الطفل بذاته المنطقية والعاطفية.

■ **الفصل الثالث، وعنوانه: "بناء سلم المخ"**، يؤكد هذا الفصل أهمية تخيل المخ كمنزل من طابقين، الطابق السفلي يتطور مبكراً وهو مسؤول عن الوظائف الجسدية مثل التنفس، بالإضافة إلى ردود الفعل العاطفية القوية مثل القتال (عند الغضب)، والهروب (عند الخوف)، والتجمد (عند الصدمة)، وهناك بنية صغيرة في مخ الطابق السفلي يسميها المؤلفون "بوابة الطفل" للعقل تجعلنا نتفاعل عاطفياً دون تفكير.

من ناحية أخرى، يتطور الطابق العلوي للمخ -من قشرة المخ، وخاصة المنطقة الواقعة خلف الجبهة- في وقت لاحق في مرحلة الطفولة وحتى مرحلة البلوغ، وهو المكان الذي تحدث فيه العمليات العقلية: القرارات الصائبة، وفهم الذات، والتحكم العاطفي والجسدي، والتعاطف، والشعور بالصواب والخطأ.

وفي هذا الفصل يشرح المؤلفان -بالتفصيل- كيف يمكن مساعدة الأطفال على بناء السلم الذي يصل بين طابقي المخ لتحقيق الأهداف التربوية المنشودة.

■ **الفصل الرابع، وعنوانه: "تكامل الذاكرة من أجل النمو، والشفاء"**، وهو يشرح كيف يمكن للوالدين مساعدة الطفل على التعامل مع اللحظات المؤلمة التي حدثت في الماضي، من خلال تسليط الضوء على فهمها، بحيث يمكن معالجتها بطريقة لطيفة وواعية ومتعمدة، هذه الذكريات التعيسة ليست مجرد تجارب مخزنة في خزانة الملفات بنفس الكيفية التي حدثت بها، كما أنها ليست نَسْحًا دقيقة من التجربة؛ لذلك يعرف المؤلفان بنوعين مختلفين من الذاكرة، وكيفية مساعدة الأطفال على دمجهم لتحقيق التعافي من آثار تلك الذكريات التي قد تجعلهم يسلكون سلوكاً غير مُرضٍ للوالدين إذا لم يحدث التعافي.

ولحدوث التعافي يؤكد المؤلفان أهمية فعل ما يلي:

- ✓ جعل المحادثات العائلية اليومية عادة حتى تتاح للأطفال دائماً فرصاً للتحدث عن تجاربهم وذكرياتهم.
- ✓ طرح أسئلة مفتوحة من شأنها أن تجعلهم يفكرون وتشجعهم على المشاركة؛ بدلاً من طرح السؤال المعتاد: "كيف كان يومك؟"؛ يمكن طرح أسئلة مثل: "ما الجزء المفضل لديك من اليوم؟"
- ✓ سؤالهم عن الأجزاء غير المفضلة لديهم من اليوم.
- ✓ الاستمتاع معهم - بشكل منتظم - بقضاء ليلة في مشاهدة أفلام عائلية - تمت صناعتها بواسطة الوالدين لمشاركة الخبرات وإتاحة الفرصة لهم للحديث، والتعبير عن مشاعرهم الدفينة.

■ **الفصل الخامس، وعنوانه: "تحقيق التكامل بين الأجزاء المتعددة من الذات"**، هذا الفصل يساعد على تعليم الأطفال أن يكتسبوا مهارة التمهّل، والتفكير في حالتهم الذهنية الحالية؛ فإنهم عندما يتمكنون من القيام بذلك

سوف يستطيعون انتقاء خيارات تمنحهم القدرة على التحكم في مشاعرهم، فضلاً عن الاستجابة الواعية لما يحدث في عالمهم.

في هذا الفصل أيضاً تحدث المؤلفان عن كيفية فهم عقولنا، حتى يمكننا بعد ذلك استخدامها لفهم عقول الآخرين.

■ **الفصل السادس، وعنوانه: " تكامل الذات مع الآخر"**، وهو يسلط الضوء على الطرق التي يمكن من خلالها تعليم الأطفال وسائل الشعور بالسعادة، فضلاً عن الوفاء الناجم عن الارتباط بالآخرين، مع الحفاظ على هوية فريدة.

هذا بالإضافة إلى مساعدتهم على تطوير العلاقات القائمة على اللطف، والرحمة، والتعاطف مع الآخرين، وتكوين صداقات، وعلاقات ناجحة؛ من خلال مساعدتهم على الاستجابة بدلاً من رد الفعل، واستخدام مهارات التفكير الذهني في أثناء التعامل مع الآخرين.

وفي نهاية الفصل يوصي المؤلفان الوالدين بقضاء بعض الوقت في المرح، واللعب، والاستمتاع بصحبة بعضهم البعض - دون تعليمات أو توجيهات والدية- ففي كل مرة تحدث تجارب ممتعة مع الأطفال، تقوم أدمغتهم بإطلاق "مكافأة" كيميائية تسمى الدوبامين، ويتعلمون أن العلاقات مُجزية.

من ناحيةٍ أخرى أوضح المؤلفان أن الخلاف أمر لا مفر منه في العلاقات، لذلك ينبغي تعليم الأطفال كيفية التعامل معه بطرق مفيدة؛ وذلك من خلال ما يلي:

١- التعرف على وجهات نظر الآخرين.

٢- أن يفهموا الإشارات غير اللفظية، حتى يتمكنوا من الانسجام مع الآخرين.

٣- إصلاح العلاقة بعد انتهاء الخلاف.

وفي الختام، يوضح المؤلفان أن تنفيذ ما جاء بهذا الكتاب سوف يجعل الوالدين كاملَي المخ، وهذا سوف يعينهم على تقديم حياة حقيقية لأطفالهم حين يصبح كل منهم - أيضاً - كامل المخ؛ وذلك من خلال تعليمهم الإستراتيجيات الواردة بهذا الكتاب، مما سوف يؤثر إيجابياً على حياتهم الحالية والمستقبلية؛ وبذلك يكونوا قد أسهموا في صنع قادة الغد الواعدين.

وبعد.. فإن هذا الكتاب يعد إضافة حقيقية للنتاج الفكري المتميز والفريد في مجال التربية، يمكن إهداؤه لكل مهتم بتربية النشء؛ خاصة في عصر الإنترنت الذي أثر تأثيراً سلبياً على علاقة الوالدين بأبنائهم، وعلى علاقة الأطفال بالآخرين في المجتمع.