

الدب والقط :

تأليف كازومي يوموتو

(رسوم) كوماكو سكاى

ترجمة عبلة طوباسى

اصدار مؤسسة تامر للتعليم المجتمعي

2010

مسار للشفاء من الحزن :

الاسئلة :

اسئلة الربط :

- 1- ممكن ان نتذكر وقت تمنينا فيه أن لا يتوقف الوقت أبدا وأن يظل واقفا إلى الابد في لحظة معينة نحبها .
- 2- نتذكر اصدقائنا و نتحدث عن اوقات تشارجنا فيها ، كيف تصالحنا ، ماذا فعلنا ، ماذا يحبون وماذا لا يحبون ؟
- 3- نتذكر اصدقائنا ونتحدث عن مغامراتنا مثل سرقة التوت معهم ، ماذا حدث ؟
- 4- نتحدث سوية ، عن شيء عزيز علينا نحبه كثيرا ونحتفظ به بصندوق ، ماذا ممكن ان تكون هذه الاشياء ؟
- 5- نتحدث سوية حول اشياء نحبها وفقدناها ، ما هي ؟ يمكن ان تكون ملابس او العباب ؟ ماذا فعلنا ؟
- 6- عندما فقدنا شيء نحبه وواسانها أحدهم ، كيف قام بمواساتنا ، ماذا قال او فعل ؟
- 7- ما هي الجمل التي قيلت لنا لتواسينا ولكنها لا تحمل اي معنى لأننا كنا حزينين جدا .
- 8- كيف يكون صوتنا ونحن حزينين جدا وعندما لا نستعمله لفترة طويلة كيف يبدو

أسئلة المحاجة :

- 1- " ايها الدب ، نعرف كم هو صعب عليك ولكن يجب أن تنساه " نتحدث حول مواقف الحيوانات حول الدب ، تلك التي ارادت منه ان ينسى ومنهم من اراد له ان يكمل بحياته ، ما هو موقفنا .
- 2- " الدب لم يبتعد عن بلده ابدا ولا يجيد العزف على الكمنجة ولكن فكرة السفر أعجبتة " نتحدث مع الاطفال حول فكرة السفر و كونه سبيل لنسيان الحزن والبدء بدايات جديدة .
- 3- حينما قرر الدب ان يذهب مع القط في رحلة ، ربما يفكر البعض انه يخون ذكرى صديقه العصفور ام ماذا ؟ ولماذا ؟

أسئلة الخلاصة :

- 1- نفكر مع الاطفال من كان يستعمل الدب – نتخيله ونتحدث عنه –
- 2- نفكر بالقط و بالذي يجعله يمارس دوره هذا مع الدب .

الانشطة :

الدراما :

- يقف ارنبان على باب بيت الدب ويفكران به ويتحدثان عنه ويجريان ان يدقا بابه . ماذا سيقولان ؟ ماذا سيفعلان ؟
- القط والدب يجلسان تحت النجوم و القط يحدث الدب عن صديقه
- الدب يخبر القط عن ذاكرته الاجمل ، وعن اكبر قتاله الاكبر مع العصفور .

مسار الحزن :

هناك ممر ، احد الاطفال يمشي في هذا الممر ، يخبره الاطفال كل الجمل التي يشعرون انها تساعد على مواساته من الحزن ، ممكن ان يكون جمل معينة او حتى تفاعلات جسدية مثل " الحزن ، الوقوف والصمت " ، نتحدث مع الاطفال حول التعبيرات الممكنة داخل هذا المسار ، الكلمات التي نستعملها ، أو الاصوات حين تخوننا ، أو الحزن ، او حتى حين نمسك يد شخص معين وننظر إلى عينيه ، ممكن ان يكون هو ان نحضر له وردة او نعطيه شيء نحبه . او نبدأ علاقة اجتماعية معينة مثل الصداقة او الحب ، وممكن ان يكون الضحك مثلا .

من المهم دوما في هذه التمارين ان نغلق التمرين مع الاطفال ونغلقه بأن نقوم مع الاطفال بشيء كان يحبه هذا الذي فقدناه ، مثل ان نغني سويا او نلعب سوية او نشرب سوية ونمارس اشياء كان يمارسها الذي \ التي فقدناه\

الفنون :

اولا : مانديلا الحزن ، (نفكر مع الاطفال بكل النص وكيف يتم الشفاء) ..

نعمل مع الاطفال لصناعة المانديلا التي نتحدث فيه عن حزن معين أصابنا و بعدها لم نعد حزنين . المانديلا هي عبارة عن دوائر والدوائر المتداخلة التي يختلف فيها الالوان حسب مشاعرنا . نستعمل مع الاطفال مواد مختلفة لصناعة المانديلا . حيث تعبر الخيوط والالوان والمواد عن مشاعرنا وتطورها وتداخلها مع بعض .



ثانيا : وجوه للحزن ، وجوه للفرح ، وجوه للغضب ، وجوه لعدم الاحساس ، (كيف يكون حزننا كيف يكون شكل الوجه) نفكر مع الاطفال سوية بكل المراحل التي نحس بها حين نشعر بالحزن ، مثل ان نشعر بالحزن والغضب سوية ، و كذلك بالحزن ولكن نرغب بالضحك ، مع الاطفال نحضر الكثير من المجلات و نقوم بصنع كولاج حول المشاعر . يطلب من الاطفال ان يقصوا الوجوه التي تعبر عن المشاعر و يلصقوها سوية ويتحدثوا عنها . ممكن ان يكون الكولاج في قناع ما .



ثالثا : صناديق الاشياء : (في النص صندوق - هذه بعض التنويعات حول النص)

نصنع صندوقا ، في الصندوق نضع جميع الاشياء التي تجعلنا نشعر بالحزن ، نتخيل كم هو وزنه - اي صندوقنا

نصنع صندوقا ، في الصندوق نضع اشياء فقدناها - ونود لو كانت تظل معنا - حتى لو كانت لحظات معينة نحبه
نصنع صندوقا ، في الصندوق نجمع اللحظات التي نود ان يقف عندها الزمن .



نصنع صندوقا او علبة ، في الصندوق نضع جميع المشاعر التي لا نريد ان نفتح عليها ونخبئها – ممكن نستعمل لوحة شان تان : لا تفلت جرتك أبدا .
نصنع من علب الكباريت : علبة عنوانها مشاعر لا نحبها و في الداخل طريقتنا للتعامل معها .

رابعاً : وحش للحزن ، (نتحدث مع الاطفال حول فكرة اعتزال الدب للناس و كيف بدا العالم جديدا حين عاد) الحزن كائن ياكلنا ، نصنع مع الاطفال وحشا يضع في داخله الاطفال الاشياء و الاسباب التي تجعلهم بالحزن .



خامساً : الوان . (نتأمل استعمال الألوان في النص)
الوان عدة لمشاعر عدة : مع الاطفال يختار كل طفل لونا يعبر عن واحدة من مشاعره : مثلا : الابيض للملل ، الاصفر للفرح – الرمادي للغضب الخ ومعهم نقوم بالصاق المشاعر على ورقة بالغراء .
لونين : مع الاطفال نرسم لوحة لمكاننا المفضل مع اصدقائنا و يكون لدينا لوحة من لونين فقط ، حيث نركز بلون دافئ على اكثر جزء حميمي من المكان .
لونين : مع الاطفال نتخيل شكل جسدنا حين نحزن و نرسم انفسنا ونلونها بلونين ، وباستعمال مواد مختلفة نعبأ الفراغات حيث الاشياء والمواد تشكل استنادات و اشياء نشعر بتشوشها . داخلنا .

الصوت :

نفكر مع الاطفال ونسجل معهم بأصوات الحزن : نسجل الاصوات ، و نعرضها كخلفية لمعرضنا الفني بعد النص – ممكن يكون صوت الحزن هو الطباشير على لوح ، او صرخات ، او قطة تموء ، بعد ان نمزجها سوية ممكن ان تصبح خلفية .

معزوفة للذكريات :

مع الاطفال نفكر بكل الادوات التي يمكن ان تصدر موسيقى والتي تساعدنا على ان نتذكر اللحظات الجميلة والحسنة والسينة مع الاصحاب . ونصنع اوركسترا خاصة بنا ، ممكن ان تكون هذه الاشياء مستمدة من ما حولهم مثلا صوت فرع شجرة يهتز يذكرهم بالعبابهم او طابطة يتم رميها على حائط او حتى احتكاك شيء يتم جره على الارض ، صوت الهواء في علب فارغة ، سوية ممكن ان تساعدنا هذه الاصوات وادواتها على تذكر لحظات نحبها .

نصنع ريشا :

مع الاطفال ، نصنع ريشا للعصفور مثل الريش الذي فقده في القصة .
مع الاطفال نفكر بشيء يمكن ان يكون فقده صديق عزيز لنا ونحاول أن نصنع له ريشة او يد او شيء يعبر ان نحبه . ممكن ان يكون الشيء الذي يساعد هو يد اخرى تحمل معه ، او حتى ضحكة اكبر او قلب فيه صورة لهذا الذي فقدها ، او ريشة تساعد ، او رأس اخرى ، او حتى دفتر مذكرات ، او طعام يحبه .



اشياء نراها لأول مرة :

نفكر مع الاطفال بكل الامكنة التي نزرورها كل يوم ، مثلا كل يوم نمر في طريق معين ، وهذا الطريق مألوف لنا ، نطلب من الاطفال ان يقوموا برفع رؤوسهم والتفكير بالاشياء التي رأوها لأول مرة وتصويرها . ومن ثم نقوم مع الاطفال بمعرض للصور للاشياء التي نراها اول مرة ، مثل نبتة جديدة او حتى بلقونة لم نرها من قبل .

