



## البعض يقول إنها تساعد في علاج بعض الأمراض.. والبعض الآخر يؤكد أنها كغيرها من الألعاب هدفها تجاري فقط «سبينر».. علاج للتوتر أم إهدار للوقت؟

ندى ابونصر

انتشرت في الأسواق لعبة جديدة تسمى لعبة «سبينر» وحقت انتشارا واسعا بين الصغار والكبار، ويروج البعض أنها تساعد في إزالة التوتر وتهدئة الأعصاب، ومساعدة الأطفال الذين يعانون من مرض اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) وذلك لأنها تساعد أيضا على التركيز والإقلاع عن العادات السيئة مثل قضم الأظفار وهز الأقدام، وقد صممت لعبة «سبينر» في مجموعة متنوعة من الأشكال والألوان، وتأتي على شكل مروحة مع كرة في الوسط مما يسمح لها بالدوران. إلا أن البعض الآخر يقول أنها مضرة للوقت وبالأخص وقت الطلاب لأنها تعطلهم كثيرا عن دراستهم وتؤثر على مستواهم الدراسي، إلا أنها استطلعت آراء بعض المختصين في علم النفس والطب اللغوي على الحديقة، كما التفت بعض المواطنين والمقيمين لاستطلاع آرائهم، وإلى التفاصيل:



ندى الخالد

**وهيب: تساعد على زيادة التركيز ومثالية لجميع الأشخاص**

**أحمد: الهدف منها كغيرها من الألعاب تجاري أكثر من أي شيء آخر**



**نبيل: من الأفضل أن يلعب الطفل بالألعاب تنمي مهاراته وذكاؤه**



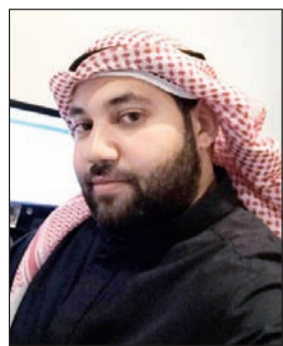
سناء الحضور



دمحمد وجيه الديب



سامح نبيل



أبو هاشم أحمد

نبيل أن لعبة «سبينر» تجارية وغير مفيدة أو مجدية للأطفال وأنها أحياناً لا يلعب الطفل بالألعاب تنمي مهاراته وذكاؤه، بينما هذه اللعبة تضع الوقت وتعطل الأطفال عن واجباتهم المدرسية وتؤذي عيونهم. وقال أبو هاشم أحمد أن لعبة سبينر خلقت عقول التلاميذ صغاراً وكباراً وانتشرت في العديد من البلدان العربية وهي لعبة الهدف منها كغيرها من الألعاب تجاري أكثر من أي شيء آخر، فقد حققت أرباحاً كبيرة في كافة المتاجر بسبب أشكالها المختلفة وألوانها التي تجذب الأطفال ولهذا يجب أن يكون الأهل على وعي كبير لأنها أصبحت تعطل الأطفال عن

### سبينر تسبب إجهاداً بصرياً ينتج عنه صداع

أكد استشاري طب وجراحة العيون والليزر في مركز الجارالله الألماني التخصصي د.محمد وجيه الديب أنه لا يوجد ضرر مباشر على العين من مثل هذه الألعاب كالسبينر إلا أنها تسبب درجات متفاوتة من الإجهاد البصري وهو ما يعرف بمصطلح Eye strain or Muscular Asthenopia نتيجة متابعة العين للحركات السريعة لمثل هذه الألعاب مما ينتج عنه صداع ما فوق الجبهة، كما تسبب الألعاب الإلكترونية الأضرار، وهز الأقدام، كما تساعد في إجهاد العين عن الهواتف الذكية والألعاب لبعض الوقت. ويؤيد الرأي أندرو سعيد فيؤكد أنها لعبة مفيدة تساعد على التركيز وتستخدم في المشافي للأمراض النفسية ضد الاكتئاب كما أنها تزيد من نسبة التركيز وتخفف من حدة التوتر.

لعبة تجارية

من جانبه يقول سامح

الدراسة حتى أن بعض الأطفال أصبحوا يأخذونها معهم إلى المدرسة.

توعية الأطفال

وتقول الاختصاصية الاجتماعية عبير محمد أن هذه اللعبة انتشرت بشكل كبير في الفترة الأخيرة وبالأخص بين الأطفال والكثيرون مقتنعون أنها تهدئ الأعصاب وتزيل التوتر وأغلب الأطفال أصبحوا يفتنونها حتى أن إدارات المدارس حظرت تداولها واستخدامها وعملت على مصادرتها وفرضت عقوبات على التلاميذ حال استخدامها أثناء اليوم الدراسي.

وأضافت أنه يجب أن يكون لدى الأهل وعي وتعاون مع المدرسة لتوعية أطفالهم وتنمية مهاراتهم بأشياء وألعاب مفيدة تزيد من نسبة الذكاء لديهم وتنمي قدراتهم العقلية والذهنية والعلمية في إن واحد، بدورها قالت أم محمد أن ابنتها ألحت عليها كثيراً لشراء لعبة سبينر بحجة أن صديقاتها جميعاً لديهن إياها مما اضطرها إلى التوجه إلى السوق وشراؤها بعدة ألوان وأشكال وقد أقتنعت بشرائها عندما قرأت أنها تزيل التوتر والضغط في وسائل التواصل الاجتماعي أنها تزيل التوتر والضغط النفسي عن الأشخاص الذين يلعبون بها.

فيما قالت سمية شعبان أنها على الرغم من أحاسنها بأن أطفالها أصبح لديهم إيمان على هذه اللعبة إلا أنها تشعر بأن تأثيرها السلبي أقل من تأثير الألعاب الإلكترونية مثل الألعاب الإلكترونية التي تؤثر على سلوكيات الأطفال. وأشار أحد بائعي الألعاب إلى أن زيادة الأقبال على هذه اللعبة شجعت أصحاب المحلات على طرح أشكال وألوان مختلفة منها وبالفعل زاد الأقبال من الأطفال لاقتنائها.

### اختصاصيو علم نفس: لا يوجد دليل علمي على أن سبينر تخفف التوتر أو تزيده

تقول استاذة علم النفس الأسري د.نادية الخالد أنه ليس هناك دليل علمي على أن لعبة السبينر تخفف من التوتر أو تزيده أو أنها مفيدة لمرضى التوحد لكن من نظرة نفسية فكل شيء نمسكه باليد يشغل خلايا المخ عن الحالة التي هو فيها كأن نقوم بحمل المسباح مثلاً أو السبينر، حيث ينتقل تركيز المخ من التركيز في المشكلة إلى التركيز على ما يدور بيدنا وهذا يخفف من التوتر، وهكذا الأمر عندما نمارس التمارين الرياضية، وعن آثارها الإيجابية والسلبية تقول الخالد أنها لعبة جيدة للأشخاص الذين يحبون أن يبعثوا تركيزهم عن مشاكلهم وضغوطاتهم ولكن ليست هناك دراسات أثبتت أنها فعلاً تزيد التوتر وأنا أؤيد شراءها إذا كانت فعلاً تشعر الشخص بذلك الشعور الذي يخفف من التوتر. وهناك تطبيقات أخرى مثل السبينر ظهرت وانتشرت ثم اختفت لأن الناس أحياناً يصبحون بحاجة لأي شيء يتمسكون به ليشعروا أن الحياة إيجابية، فكيف الحال إذا كانت لعبة يستطيع استعمالها الجميع؟ بدورها، قالت موجهة الخدمة النفسية بوزارة التربية وعضو مجلس إدارة رابطة الاجتماعيين الكويتيات والمعالجة النفسية د.سناء العصفور أن هذه اللعبة أصبحت تنزل الأسواق بأشكال مختلفة وهذا ما يزيد الرغبة لدى الأطفال خاصة في شراؤها، وأنا في رأيي كمعالجة نفسية لا توجد إثباتات علمية تقول أن هذه اللعبة تخفف من التوتر بل العكس ربما تزيده لأن هناك بعض الأطفال تزيد الحركة الدائرية من توترهم ولهذا يجب أن يكون هناك وعي كبير لدى الأهالي وبالأخص أنها أصبحت تعطل الأطفال عن دراستهم، لأنهم أصبحوا يأخذونها معهم إلى المدارس على الرغم من أنها ممنوعة. ومن المفترض أن أي لعبة تنزل الأسواق وتصلحها ضجة كبيرة أن تقوم دراسات علمية عن مدى إيجابيتها أو سلبيتها.

## جناح في مستشفى طوارئ أربيل بتمويل كويتي

مستشفى الطوارئ أربيل، وأوضح أن ذلك يأتي «لتخفيف الضغط الناتج عن العمليات العسكرية الجارية في الموصل على مستشفيات أربيل»، وأضاف الكندي أن الكويت قامت بإنشاء الجناح وتوفير جميع مستلزماته ليتم خلاله تقديم الخدمات الطبية الضرورية للمصابين من مدينة الموصل وأطرافها، مشيراً إلى أن العمل في المشروع في مراحله النهائية وسيتم افتتاح الجناح في غضون الأيام المقبلة.

أربيل - كونا: أعلنت قنصليتنا في أربيل تمويل الكويت إنشاء جناح خاص في مستشفى الطوارئ بمدينة أربيل بغية استقبال أكبر عدد من المصابين جراء العمليات العسكرية الجارية في الموصل. وقال القنصل العام في أربيل د.عمر الكندي في تصريح لـ «كونا» أنه «في إطار اهتمام الكويت بالنهوض بالواقع الصحي وتقديم المساعدات الطبية للنازحين العراقيين بادرت الكويت بإنشاء جناح (الكويت) في

## افتتاح مدرسة «الكويت» بمخيم نيكزلية للنازحين في «دهوك»

ومدينة (الموصل) على وجه الخصوص. من جهته قال معاون محافظ دهوك لشؤون النازحين والملاجئ اسماعيل محمد أحمد في تصريح مماثل لـ «كونا» أن الكويت أدت دوراً مشهوداً منذ بداية الأزمة في محافظة «نينوى» قبل ثلاث سنوات. وأضاف أن «المساعدات الكويتية خصوصاً بناء المدارس لها أثر كبير على ديمومة العملية التربوية للنازحين».

وأوضح أحمد أن المساعدات الكويتية لم تقتصر على جانب واحد بل شملت العديد من الجوانب الإغاثية من خلال توزيع المواد الغذائية والصحية والتربوية. وأعرب عن شكره للكويت حكومة وشعباً داعياً إلى المزيد من الدعم والمساعدة للنازحين العراقيين.



د. عمر الكندي خلال افتتاح مدرسة «الكويت» في مخيم «نيكزلية»

وأشار الكندي إلى أن الكويت وضعت خطة إغاثية وإنسانية طموحة في الكثير من المحافظات المتضررة في العراق قدمت على إثرها مساعدات غذائية ودوائية بالإضافة إلى إنشاء العديد من المدارس وتجهيزها. وكشف القنصل الكندي أن هناك خطة مستقبلية عاجلة لإنشاء عدد من المدارس في محافظة (نينوى)

أربيل - كونا: افتتح القنصل العام للكويت د.عمر الكندي مدرسة «الكويت» في مخيم (نيكزلية) للنازحين العراقيين بمحافظة (دهوك) بتمويل من الكويت وتنفيذ الهلال الأحمر الكويتي ضمن حملة (الكويت بجانبكم). وأكد القنصل الكندي في تصريح لـ «كونا» حرص الكويت على الوقوف بجانب الشعب العراقي وديمومة العملية التربوية للنازحين العراقيين حتى لو كانوا داخل المخيمات.

وقال إن «المساعدات التي تقدمها الكويت للنازحين العراقيين تنبع من واجبنا في دعم الأشقاء وتخفيف معاناتهم، وتنفيذاً لمبادرة صاحب السمو الأمير الشيخ صباح الاحمد، الذي اوعز بتوجيه الجهد الإنساني والإغاثي لخصرة العراقيين».

## مواطنون عراقيون يعربون عن امتنانهم للمساعدات الإغاثية العاجلة الكويت توزع 2500 سلة غذائية في الجانب الأيمن من الموصل



جانب من توزيع المساعدات الكويتية في الموصل

الجارية منذ سبعة أشهر كنا نعاني من نقص شديد في المواد الغذائية والمساعدات الكويتية جاءت في وقتها». وأعرب يونس عن شكره وامتنانه للكويت على إيصال المساعدات الإغاثية العاجلة إلى الأهالي الذين هم بحاجة ماسة إلى تلك المساعدات. يذكر أن ما يسمى بتنظيم «داعش» يحاصر نحو 250 ألف مدني في الجانب الأيمن من

السبوع يتم خلالها توزيع المساعدات على أهالي الجانب الأيمن، حيث قامت الكويت بتوزيع 2500 سلة أخرى في الجانب الأيمن الأسبوع الماضي وذلك تبلغ المساعدات الغذائية الكويتية إلى الساحل الأيمن 150 طناً من المواد الغذائية الضرورية. قال المواطن العراقي قاسم يونس لـ «كونا» إنه «بسبب العمليات العسكرية

مسؤول عراقي: شكر الكويت على تقديمها سبتى المساعدات واستجابتها السريعة للمكوبين والمحناجين



أربيل - كونا: وزعت الكويت من خلال الهلال الأحمر الكويتي 2500 سلة غذائية على أهالي الأحياء المحررة من الجانب الأيمن من مدينة الموصل شمالي العراق.

وقال مسؤول توزيع المساعدات الإنسانية في مؤسسة البارزاني الخيرية محمد بهاء الدين لـ «كونا» أنه «بغية إيصال المواد الغذائية الضرورية إلى الأحياء المحررة حديثاً من الجانب الأيمن من مدينة الموصل بادرت الكويت بإرسال المواد الغذائية الضرورية إلى الأهالي في تلك الأحياء».

وأضاف أن هذه المساعدات جاءت لتلبية لنداءات أهالي المنطقة الذين كانوا يعانون من نقص شديد في المواد الغذائية الأساسية حيث تم توزيع 2500 سلة غذائية في تلك المناطق يستفيد منها نحو 15 ألف شخص. وتقدم بهاء الدين بالشكر للكويت على تقديمها سبتى المساعدات واستجابتها السريعة للمكوبين والمحناجين. وهذه هي المرة الثانية خلال

# الانباء

تتقدم بصادق العزاء والمواساة إلى

## عائلة الشيرازي الكرام

لوفاة المغفور له بإذن الله تعالى

### العميد م/ عباس حسين سليمان الشيرازي

والد: اللواء م/ حسين - العقيد / محمد المهندس / أحمد - خالد

تعهد الله الفقيد بوسع رحمته وأسكنه فسيح جناته

وألهم آله وذويه الصبر والسلوان

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ