

أصول الفنون الأدائية وتأثيرها: دراسة تربط اللعب والمسرح بالصحة

تأليف

مدرس الدكتور محمد لوتي

مارس 22, 2026

اقتبس من هذا المقال

مدرس الدكتور محمد لوتي (2026). أصول الفنون الأدائية وتأثيرها: دراسة تربط اللعب والمسرح بالصحة. عرب
سايكولوجي. تم الاسترجاع من <https://arabpsychology.com/?p=119836>

تخيل طفلاً صغيراً يركض في حديقة، يضحك وهو يختبئ خلف الأشجار، أو مجموعة من الأصدقاء يرتجلون أغنية أثناء رحلة تخييم. هذه ليست مجرد لحظات عابرة من المرح، بل هي تجليات أساسية لسلوك عميق الجذور يسمى "اللعب الطبيعي" (Natural Play - NP). هل فكرت يوماً في أن هذا السلوك الغريزي، الموجود في الحيوانات والبشر على حد سواء، قد يكون له صلة وثيقة بالفنون الأدائية (Performing Arts Practices - PAP) التي نشاهدها على المسارح وقاعات الحفلات؟

منهجية البحث

قام الباحث جيرد كرويتز (Kreutz G.) بدراسة العلاقة التطورية والوظيفية بين اللعب الطبيعي والفنون الأدائية. اعتمدت الدراسة على تحليل مقارنة بين اللعب الطبيعي لدى الحيوانات والبشر، وأنواعه المختلفة، وكيفية تطوره إلى أشكال أكثر تعقيداً من الفنون الأدائية مثل الغناء والرقص والتمثيل. لم يقتصر البحث على الجوانب السلوكية، بل تعمق في الآليات العصبية التي تنشط أثناء ممارسة اللعب والفنون، مع التركيز على أنظمة المكافأة في الدماغ (reward mechanisms). كما استكشف الباحث التغيرات الاجتماعية والثقافية التي طرأت على الفنون الأدائية مع انتقالها من ممارسات هاوية (amateur) إلى احترافية (professional)، وكيف أثرت هذه التغيرات على صحة ورفاهية الممارسين والجمهور.

النتائج

أظهرت نتائج البحث أن اللعب الطبيعي يمثل آلية أساسية للبقاء في مملكة الحيوان، حيث يساعد الحيوانات الصغيرة على تطوير المهارات الحركية والمعرفية والاجتماعية اللازمة للحياة. وبالمثل، يلعب اللعب دوراً حاسماً في حماية الصحة العقلية والجسدية للأطفال. الأكثر إثارة للاهتمام هو أن تصنيفات اللعب الطبيعي تشير إلى وجود أوجه تشابه كبيرة بينه وبين بعض ممارسات الفنون الأدائية. على سبيل المثال، يمكن اعتبار الغناء شكلاً من أشكال اللعب الصوتي، والرقص شكلاً من أشكال اللعب الحركي، والتمثيل شكلاً من أشكال اللعب التخيلي.

وجد الباحث كرويتز أن كل من اللعب الطبيعي والفنون الأدائية ينشطان آليات المكافأة العصبية في كل من الممارسين والجمهور، مما يشير إلى أن كلا النشاطين يوفران شعوراً بالمتعة والرضا. ومع ذلك، أثارت الدراسة تساؤلات حول التداعيات المترتبة على التحول من الفنون الأدائية الهواة إلى الفنون الأدائية الاحترافية. يبدو أنه مع زيادة التدريب المتعمد (deliberate practice)، والتقدير الجمالي (esthetic appreciation)، والاحترافية (professionalization)، تزداد أيضاً الاستبعاد الاجتماعي (social exclusiveness) والانفصال الثقافي (cultural segregation) في عالم الفنون.

في حين أن اللعب الطبيعي، سواء لدى الحيوانات أو البشر، نادراً ما يكون ضاراً وله قيمة تكيفية عالية، فإن الفنون الأدائية الاحترافية قد تكون عرضة لمخاطر متزايدة على الصحة الجسدية والعقلية. أظهرت الدراسة أن الممارسة المفرطة والمتعمدة التي تميز الفنون الأدائية الاحترافية يمكن أن تؤدي إلى الإرهاق والإصابات والاضطرابات النفسية.

تداعيات البحث

يقترح الباحث كرويتز نموذجاً بسيطاً يوضح وجود مقايضة (trade-off) بين أشكال الفنون الأدائية الهواة المنتشرة على نطاق واسع، والتأثيرات السلبية المترتبة على الممارسة المتعمدة المفرطة التي تميز الفنون الأدائية الاحترافية لدى مجموعات مختارة. بعبارة أخرى، قد يكون هناك توازن دقيق بين الاستفادة من الفوائد الصحية والاجتماعية للفنون الأدائية، وتجنب المخاطر المرتبطة بالاحتراف المفرط.

تؤكد هذه الدراسة على الحاجة إلى مزيد من البحث لفهم نشأة الفنون الأدائية وتداعياتها، مع الأخذ في الاعتبار جذورها في اللعب الطبيعي. فهم هذه العلاقة يمكن أن يساعدنا في تطوير استراتيجيات لتعزيز المشاركة في الفنون الأدائية بطرق صحية ومستدامة، مع ضمان إمكانية الوصول إليها للجميع، وليس فقط للمحترفين. كما يمكن أن يساعدنا في تصميم برامج تدريبية للفنانين المحترفين تقلل من مخاطر الإرهاق والإصابات، وتعزز رفاههم العام. إن إدراك أن الفنون الأدائية ليست مجرد مهارات تقنية، بل هي امتداد لسلوك غريزي عميق الجذور، يمكن أن يغير الطريقة التي نفكر بها في الفن ونمارسه ونقدده.

Reference

Kreutz G. (2026). *On the origins and consequences of natural play and performing arts practices*. (Humanities and Social Sciences Communications, 13(1).

DOI: [10.1057/s41599-026-06581-w](https://doi.org/10.1057/s41599-026-06581-w)