أهمية اللعب عند الأطفال

رين الراعي

اختصاصية في تربية الأطفال ومُعالِجة نفسية – لبنان

هل تلعب مع طفلك؟
هل اللَّعِب بالنِّسبة إليك هو مضيعة للوقت؟
هل تُشجِّع ولدك على اللَّعِب الحُرّ وغير الموجَّه؟

اللعب الحر في الطفولة عامل أساسي وضروري للتطور الاجتماعي والعاطفي والإدراكي للطفل

اللَّعِب الحُرّ في الطُّفولة هو عامل أساسي وضروري للتطوُّر الاجتماعي والعاطفي والإدراكي؛ حتَّى يكبر الطِّفل ويصبح ماهرًا اجتماعيًا وقادرًا على التَّكيُّف مع الضُّغوط والمقدرة على حلِّ المشكلات. الأطفال الَّتي لا تلعب في صِغَرها قد تُصبح في كبرها شخصيَّاتٍ مُضطربة وغير قادرة على الانسجام في المجتمع.

أثبتت الدِّراسات أن اللَّعب يُسهم ليس فقط في نُموِّ الدِّماغ، بل أيضًا في تطوير جميع المهارات الَّتي تُسهم في بناء شخصيَّة قويَّة وشخصيَّة القائد المُدبِّر لحياة ناجحة.

اللَّعِب الحُرّ يفسح في المجال للطفل للإبداع وهذا الجانب الإبداعي أساسي؛ لأنّه يُمثِّل تحدِّيًا للدماغ أثناء مرحلة النُّمو، أكثر من مجرِّد اتباع القواعد المحدَّدة سلفًا.

هيَّا نكتشف معًا لماذا اللَّعِب هو فائق الأهمِّيَّة في عمليَّة النموّ عند الأطفال وبخاصَّة اللَّعب الحُرّ؟

في اللَّعِب الحر يبتكر الأطفال أنشطة وأدوارًا جديدة، كما يتضمَّن أيضًا بعض الألعاب الخياليَّة مثلًا من خلال أداء الولد دورَ الطبيبِ أو المسعف والفتاة أو الأميرة أو المعلِّمة أو إحدى شخصيَّات الأبطال، أو يتضمّن اللَّعِب أيضًا القتال فيتحدَّى الأولاد بعضهم بعضًا للمرح، فيتبادلون الأدوار بصورةٍ دوريَّة بحيث لا يكون أحدهم هو الفائز باستمرار.

اللعب الحر يفسح المجال أمام الطفل بأن يعبر عن ذاته بحرية وإبداع

والأهمُّ هو أن اللَّعِب الحرّ يُفسح في المجال للولد للتعبير عن ذاته، عمَّا يُحبّ، بحُرية كما يُحب وكما يريد ممَّا يُسهم في عمليَّة الخلق والإبداع لديه ويُنمّي مُخيِّلته.

فتنفتح أمامه آفاق خلق العمل الَّذي يُحبُّ في المُستقبل ورسم حياته بعيدًا عن التَّقليد والتَّبعيَّة فيكون مرتاحًا مع ذاته وعالمه وحياته فيُبدع عندها في الاختيار، وأمّا في حال ارتكب الأخطاء فيتحمَّل مسئولية قراره، وتكون المُبادرة لديه دائمًا سهلة ويكون الحُب والشَّغف مصدر التَّغير بدل الخوف والتَّبعيَّة.

اللَّعب الحرّ له تأثير إيجابي على الدِّماغ في مرحلة النُّمو فيساعد الطفل على:

- الحرِّيَّة الكاملة لكي يلعب كما يريد حتَّى في حالة اللَّعِب مع الأهل فعندها يكون الولد هو قائد اللَّعبة.
- زيادة الوعي الذَّاتي، واحترام وتقدير الذَّات.
- تحسين الصِّحَّة الجسديَّة والعقليَّة.
- الاختلاط مع الأطفال الآخرين.
- زيادة الثِّقة بالنَّفْس من خلال تطوير مهارات جديدة.
- تحسين سلوكه وتنمية ذكائه.
- تحسين قوّة التَّركيز.
- تعزيز الخيال، والإبداع، والاستقلاليَّة وبناء المرونة للطفل، من خلال زيادة التَّحدِّي والتَّعامل مع المواقف الجديدة.
- التَّكلُّم والتّعبير بسهولة.
- إيجاد الحلول في حال واجه مشكلة.
- الشّعور بالتَّعاطف تجاه الآخر فيساعده عند الحاجة كما يواسيه عند الخسارة.

المُهمّ أن يسأل الأهل الطفل عن لعبته المفضَّلة حيث يُؤخَذ رأي الطِّفل بالنَّشاط الَّذي سيُمارسه مع أهله، فيشعر عندها بالفخر والثِّقة فيقضي وقتًا مُمتعًا وسيُحبُّ أن يلعب مرارًا مع ذويه.

اللعب يسهم في تطوير المهارات التي بدورها تسهم في بناء الشخصية

كما وأنّ اللَّعِب مع الطّفل ليس فقط يجعل الأهل يتقرَّبون أكثر من ولدهم ويتعرَّفون إلى عالمه وما يجول في خاطره، بل يُعزِّز الأمر شُعور الثِّقة بينهما ويُسهِّل جدًا عمليَّة التَّواصل بين الطَّرفين أيضًا.