



جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

كلية الدراسات العليا

كلية الموسيقى والدراما



الصعوبات التي تواجه الممثلة السودانية في تدريبات الصوت والجسد

Difficulties Facing the Sudanese Actress in
Vocal & Physical Rehearsals

بحث مقدم لنيل درجة الماجستير في الدراما



إشراف

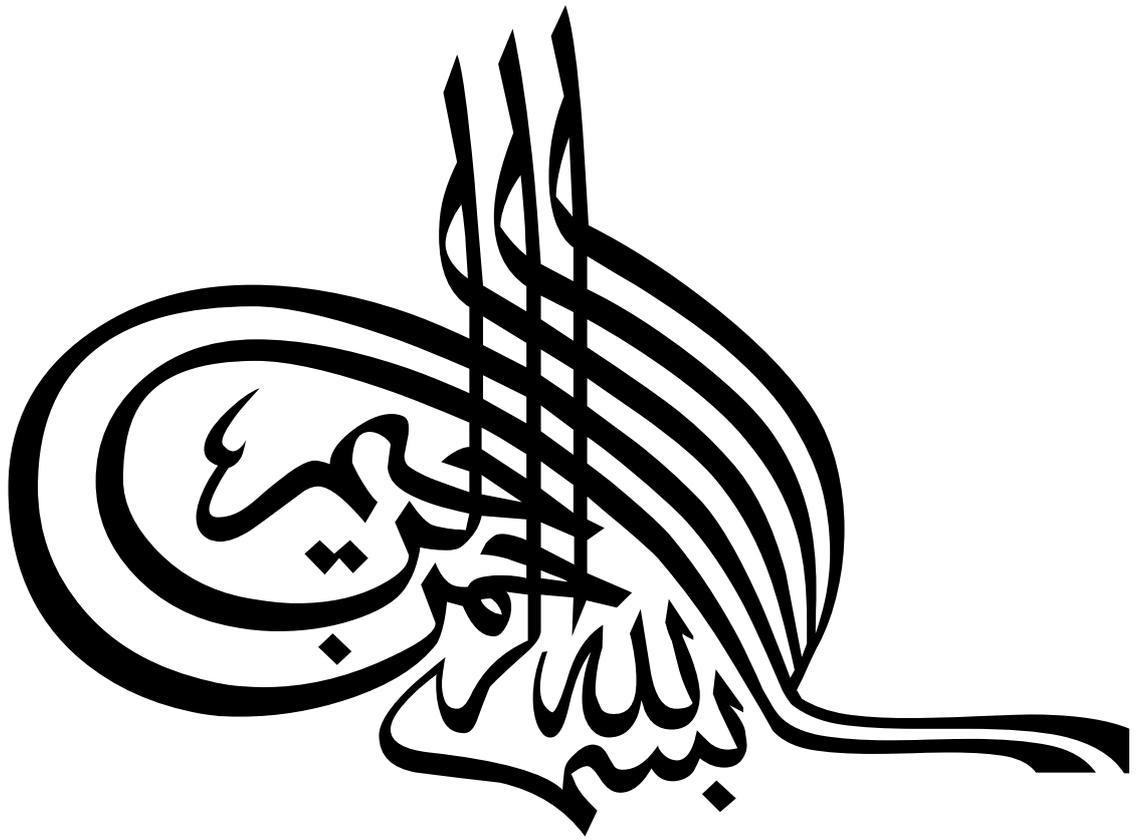
د/ فيصل احمد سعد مصطفى

إعداد الدراسة:

حنان عوض الجاك محمد

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

2018



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال تعالى

﴿اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَى نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ

عَلِيمٌ ﴿

(سورة النور: آية 35).

إهداء

إلى غاليتي أمي العزيزة أحق الناس بحسن صحابتي .. أطال الله عمرها

إلى روح والدي أسأل الله ان يسكنه الفردوس الأعلى.

إلى أمي الثانية الغالية على قلبي التي لولاها لما وصلت إلى هذا الشأن امي فائزة
عمسيب.

إلى روح أختي الحبيبة سلوى حسان الأمين

إلى من شجعني على تحقيق طموحي وأحلامي زوجي العزيز..

فاروق حسن آدم

إلى رفاق الطفولة الجميلة أخواني ...

إلى اصدقائي وصديقاتي الأوفياء دوماً ...

إلى كل من قدم لي يد العون في هذا البحث ..

الدارسة

شكر وعرفان

الشكر أولا وأخيرا لله عز وجل ..

ومن بعده شكري وتقديري إلى جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا -

كلية الموسيقى والدراما

والى مكتبة كلية الموسيقى والدراما

كما أتقدم بأسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير والمحبة..

إلى الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة...

إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة...

كما أخص بالشكر والتقدير..

الدكتور فيصل أسمر سعد

المشرف علي هذا البحث...

جزاءه الله خير الجزاء..

المستخلص

تتناول هذه الدراسة الصعوبات التي تواجه الممثلة السودانية في تدريبات الصوت والجسد بهدف دراسة ومعرفة امكانية تدريب الممثلة وتحليل المشكلات التي تعاني منها.

أعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي التحليلي. شملت المصادر الثانوية الكتب والمراجع ذات الصلة بموضوع الدراسة. شملت أدوات جمع البيانات من المصادر الأولية والإستبيان. ومن ثم تم اختيار عينة عشوائية بسيطة مكونة من 60 فرداً وزعت إليهم استبيانات ، وعن طريق النسبة والتناسب وبتحديد الثقة 95% والانحراف المعياري 0.05% تم توزيع عينة الدراسة. لتحليل البيانات تمت الاستعانة ببرنامج الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) حيث شملت النسب المئوية والجداول التكرارية والأشكال البيانية. توصلت الدراسة لعدة نتائج يمكن تلخيصها في التالي: التدريب والاعداد للممثلة له الاثر الفعال في الاداء الصوتي والجسدي. التدريب السلبي للممثلة في تدريب الصوت والجسد ينعكس على اداءها التمثيلي. التدريب المنتظم داخل المؤسسة المتخصصة يساعد في تطوير الصوت والجسد. التجارب المسرحية وفنون الأداء الاخرى لم تفتح أبواب للاحتراف المهني في مجالات متخصصة للممثلة السودانية. التدريب السليم منذ الصغر واهتمام المدارس بالتدريب الجسدي والصوتي ينعكس ايجابا على أداء الممثلة مستقبلا. التدريب المتقن للممثلة السودانية بتمارين تناسب طبيعتها من شأنه أن يغير نظرة المجتمع لها. وخلصت الدراسة لبعض التوصيات منها: الإهتمام بالتدريب والاعداد للممثلة في الأداء الصوتي والجسدي. انشاء المؤسسات المتخصصة التي تساعد في تطوير الصوت والجسد والأداء المسرحي. اتاحة الفرص للفتيات من خلال النشاطات المدرسية الأساسية. تشجيع الممثلة السودانية وتقديم الدعم المادي والمعنوي وزيادة مشاركتها الخارجية.



Abstract

This study deals with the difficulties faced by the Sudanese actress in sound and body exercises in order to study and know the possibility of training the actress and analyzing the problems she suffers from.

The study was based on the inductive method using the analytical descriptive statistical approach. Secondary sources included books and references relevant to the subject of the study. Data collection tools included primary sources and questionnaire. A simple random sample consisting of 60 individuals was randomly selected. The percentage of confidence was 95% and the standard deviation was 0.05%. For data analysis, the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) was used, which included percentages, tables, and graphs. The study reached several conclusions that can be summed up in the following: Training and preparation of the actress has an effective effect in the vocal and physical performance. The passive training of the actress in sound and body training is reflected on her acting performance. Regular training within the specialized institution helps in the development of sound and body. Theatrical and other performing arts did not open doors for professional training in specialized fields of Sudanese actress. Proper training since childhood and the interest of schools in physical and vocal training is reflected positively on the performance of the actress in the future. The proper training of Sudanese actors with exercises suitable to their nature will change the society's perception of them. The study concluded some of the recommendations, including: attention to training and preparation of the actress in the performance of voice and physical. Establish specialized institutions that assist in the development of sound, body and theater performance. Provide opportunities for girls through basic school activities. Encourage the Sudanese actress and provide material and moral support and increase her external participation.

فهرس الموضوعات

رقم الصفحة	الموضوع
أ	الآية
ب	الإهداء
ج	الشكر والتقدير
د	المستخلص
هـ	Abstract
و	فهرس الموضوعات
اجراءات الدراسة	
1	المقدمة
2	مشكلة البحث
2	فروض البحث
2	اهداف البحث
3	اسئلة البحث
3	منهج البحث
3	حدود البحث
4	ادوات البحث
4	الدراسات السابقة
5	هيكل البحث
الفصل الأول المسرح في السودان	
12-8	المبحث الأول: تمهيد
18-13	المبحث الثاني: المسرح في السودان
20-19	المبحث الثالث: المرأة في المسرح السوداني
الفصل الثاني الصوت والجسد	
62-54	المبحث الأول: تدريبات الجسد والصوت
65-63	المبحث الثاني: علاقة الصوت بالجسد
الفصل الثالث: الدراسة الميدانية	

49-42	المبحث الأول: صعوبات تواجه الممثلة في تدريبات الجسد والصوت
53-50	المبحث الثاني: خصوصية المرأة السودانية ونظرة المجتمع
الفصل الرابع اجراءات الدراسة	
93-67	المبحث الأول: تحليل البيانات
98-94	المبحث الثاني: مناقشة الفروض
الفصل الخامس: الخاتمة والنتائج والتوصيات	
100	الخاتمة
101	النتائج
102	التوصيات
103	المصادر والمراجع
104	الملاحق

اجراءات الدراسة

المقدمة:

منذ بواكير الحضارة الإنسانية شكل الجسد والصوت البشري أداة التعبير الأولى للإنسان في التعبير عن حوجاته ورغباته ووسيلة إتصاله مع العالم من حوله، وفي فن المسرح برز الجسد كعلامة دالة لها لغتها الإشارية والتفسيرية، ونقل الصوت مكنونات النفس وخلجاتها وخبايها عبر اللغة، فكونا أهم أدوات فن الممثل وبلا شك تطورت هاتان الأدوات في التعبير الأدائي بتطور فن التمثيل نفسه. وتعدد أنساقه ومجالاته لكل منهاجه وطرائق إعداده وتدريباته التي تعمل على صقل أدوات الممثل الجسدية والصوتية حتى يحسن إستخدامها بصورة إبداعية. وبالتالي تكونت منظومة من التمارين والتدريبات المتعارف عليها فنياً تفقد الممثل والممثلة لتجويد الأداء التمثيلي في ميادين عملهم وفقاً لخصوصية مجتماعتهم. عليه تسعى الدراسة إلى تناول توظيف تدريبات الصوت والجسد عند الممثلة السودانية والتمارين التي تتناسب معها ومعرفة الصعوبات والتي قد تواجهها في الإستفادة من ذلك. هذا وسوف يتناول الدارس دور المرأة في المسرح وبدايتها في التمثيل في السودان وما هي المعوقات التي تواجه الممثلة في تدريبات الصوت والجسد، من خلال طريقة المعالجة ونتائج الفرضيات التي سوف يتحصل عليها الدارس من المقابلات والتدريبات، وماهية دلالات تدريب الصوت والجسد وارتباطه بالأداء التمثيلي والعوامل التي تؤثر على الصوت والجسد، وذلك يتأتى بدراسة الصوت والجسد وكل ما يتعلق بالممثلة لكي تكون ملائمة مع طبيعتها الفيسيولوجية لذلك ارادت الدارسة دراسة الصعوبات التي تواجه الممثلة السودانية في تدريبات الصوت والجسد والعمل على طرح الحلول ما أمكن للإسهام في تنمية القدرات الإبداعية للممثلة السودانية وترقية طرائق أدائها التمثيلي، لان تنمية

ابداعات الممثلة وقدرتها العقلية والوجدانية والجسدية والصوتية لن يتأتى إلا بالإلتباه للعوامل والصعوبات التي تواجهها في مجتمعها ومنظومته الثقافية، والتي تتأثر بها الممثلة وهناك عوامل تؤثر وتساهم في توجيه مقدرتها الابداعية مثل البيئة التي تولد فيها الممثلة وتعيش فيها.

مشكلة البحث:

تتلخص مشكلة هذه الدراسة في أنه وبرغم توفر صروح علمية ومصادر معرفية وتجارب فنية راسخة لفن التمثيل بالسودان لم يلتفت أحد لخصوصية عمل الممثلة السودانية وفقاً للبيئة الإجتماعية التي تبدها فيها ومدى ملائمة بعض التدريبات المستمدة من التجارب العالمية لها، ولم تفرد تمارين تعينها في عملها تلبي وتراعي طبيعة تكوينها الجسدي والصوتي والحرية المتاحة لذلك تبعاً للمفاهيم السائدة والتي تنتقص من حريتها في المجتمع ككل مما ينعكس بصورة واضحة على تطبيقها لهذه التدريبات في محيطها التعليمي أو التطبيقي بصورة صحيحة ، وانه لا توجد تدريبات بعينها تراعي الفرق النوعي او الفيسيولوجي للممثلات، مما يعيق كثيراً من تنمية وتفجير طاقتها الأدائية بشكل كبير الدارسة بحكم تخصصها وممارستها لفن التمثيل تطرح السؤال الرئيس ماهي الصعوبات التي تواجه الممثلة السودانية في تدريبات الجسد والصوت وتسعى لمعالجتها.

اسئلة البحث:

يتناول البحث الاسئلة التالية:

1. ما هو دور المرأة في المسرح في السودان وكيف كانت مسيرتها؟
2. ما هي الصعوبات التي تواجه الممثلة عند تلقيا تدريبات الصوت والجسد؟

3. هل يتم مراعاة خصوصية المرأة السودانية عند التدريبات؟

4. كيف تكون نظرة المجتمع للممثلة؟

فروض البحث:

1. إن عدم توظيف الصوت والجسد بطريقة صحيحة ينعكس سلباً على الممثلة.

2. تعاني الممثلة السودانية من بعض أنواع التدريبات الصوتية الجسدية نسبة لإختلاف طبيعتها الفسيولوجية.

3. من الممكن ايجاد تدريبات للجسد والصوت تلائم الممثلة السودانية على أدائها.

4. من الممكن أيجاد تدريبات للجسد والصوت للممثلة السودانية مستمدة من الثقافة المحلية.

اهداف البحث:

1. التعرف على الصعوبات التدريبية للممثلة السودانية وايجاد الحلول لها على مستوى الصوت والجسد.

2. دراسة امكانية ايجاد برنامج تدريبي يتناسب مع طبيعة الممثلة السودانية.

3. تصميم برنامج تدريبي للتغلب على الصعوبات الصوتية والجسدية التي تواجه الممثلة السودانية.

4. العمل على الإهتمام بفن الممثلة السودانية وتجويده والإرتقاء به.

5. اثراء المكتبة المسرحية بهذه الدراسة.

منهج البحث:

يتبع الدارس المنهج الوصفي التحليلي.

حدود البحث:

حدود زمانية: وهي تشمل بعض الممثلات اللاتي تخرجن من كلية الموسيقى والدراما منذ نشأتها وحتى الآن 1969-2017م.

حدود مكانية: تشمل الممثلات اللاتي يمثلن في المسرح والاذاعة والتلفزيون والطلبات اللاتي تلقين التدريبات في كلية الموسيقى والدراما.

ادوات البحث:

اعتمد الدارس جمع المعلومات على الملاحظة والاستبانة والمصادر والمراجع.

الدراسات السابقة:

1/ دراسة عادل محمد الحسن حربي، رسالة ماجستير في الدراما، أكاديمية الفنون القاهرة، سنة 1993م، بعنوان (امكانية الاستفادة من الطقوس الشعبية السودانية في اعداد وتدريب الممثلة السودانية). وهدفت إلى اسلوب الاخذ من الممارسات والطقوس الشعبية بغية الاستفادة منها في إعداد وتدريب الممثل في حرفيته الداخلية والخارجية. و الأخذ من التجربة الأوروبية استناداً على الذين استفادوا من هذه التجربة استانسلافسكي ومايير هولد، وجروتوفسكي وبيتر بروك. خلصت هذه الدراسة إلى أن المناهج الأوروبية والعالمية استفادت من الطقوس الشعبية في الهند والصين واليابان في إعداد مناهجها في إعداد وتدريب الممثل، فإن نفس الشيء يمكن أن يحدث في السودان وذلك بإعداد منهج من الطقوس

والممارسات الشعبية السودانية والرقصات الشعبية - الألعاب) وذلك لتدريب الممثل السوداني.

هيكل البحث:

يستخدم الباحث نظام الفصول والمباحث وهي على النحو التالي.

الفصل الأول: الاطار النظري والدراسات السابقة

المبحث الأول: تمهيد

المبحث الثاني: المسرح في السودان

المبحث الثالث: المرأة في المسرح السوداني.

الفصل الثاني: الجسد والصوت

المبحث الاول: تدريبات الجسد والصوت عند استانسلافسكي، ماير هولد.

المبحث الثاني: صوت وجسد الممثل وعلاقة الصوت بالجسد.

الفصل الثالث: الممثلة السودانية

المبحث الأول: الصعوبات التي تواجه الممثلة في تدريبات الصوت والجسد.

المبحث الثاني: خصوصية المرأة السودانية ونظرة المجتمع نحو الممثلة.

الفصل الرابع:

المبحث الأول: الاستبيان.

المبحث الثاني: مناقشة الفروض.

الفصل الخامس:

الخاتمة

نتائج الدراسة.

التوصيات - المراجع

مصطلحات الدراسة:

1/ التمثيل:

(التمثيل كما هو -معلوم- فن تجسيد صورة حية لشخصية من الشخصيات بالصوت التعبيري والحركة الجسمية التعبيرية بما يوافق تلك الشخصية المجسدة وفق حالتها البشرية المتفاعلة مع محيطها البيئي)⁽¹⁾

2/ الجسد

(جَسَدٌ) :اسم

- الجمع : أَجْسَادٌ
- الجَسَدُ :الجسم
- جَسَدًا وروحًا : بكامل قواه

(جَسَدًا) :فعل

- جَسَدْتُ ، أَجَسَدُ ، إِجَسَدُ ، مصدر جَسَدْتُ
- جَسَدَ الوالدَ : ضَرَبَ جَسَدَهُ

¹. ادوارد معلم و ايمان عون، من الدائرة إلى الفراغ- رحلة نحو الإبداع، عشتار، رام الله، ط1، 2004م، ص 358.

الجسد: جسم الإنسان ولا يقال لغيره من الأجسام المتغذية ، ولا يقال لغير الإنسان جسد من خلق الأرض .

والجسد : البدن ، تقول منه : تجسّد ، كما تقول من الجسم : تجسّم .
ابن سيده : وقد يقال للملائكة والجنّ جسد ؛ غيره: وكل خلق لا يأكل ولا يشرب من نحو الملائكة والجنّ مما يعقل ، فهو جسد.
وكان عجل بني إسرائيل جسداً يصيح لا يأكل ولا يشرب وكذا طبيعة الجنّ ؛ قال عز وجل : فأخرج لهم عجلاً جسداً له خوار، جسداً بدل من عجل لأنّ ال عجل هنا هو الجسد.

الصوت:

هو عبارة عن موجات صوتية تنتشر في الهواء في جميع الاتجاهات وهذه الاهتزازات تكون على شكل موجات مركزها الجسم.
(والصوت الانساني ينشأ من ذبذبات مصدرها في الغالب الحنجرة لدي الانسان . فعند اندفاع النفس من الرئتين يمر بالحنجرة فيحدث تلك الإهتزازات التي بعد صدورها من الفم أو الأنف، تنتقل خلال الهواء الخارجي على شكل موجات حتى تصل إلى الأذن) (1).

¹ . حازم علي كمال الدين، دراسة في علم الأصوات، مكتبة الآداب، ميدان الأوبرا، القاهرة.1999م، ط. 1، ص 13.

الفصل الأول

المسرح في السودان

المبحث الاول

تمهيد

تفيد الكثير من الدراسات البحثية أن نشأت الدراما بشكلها المتعارف عليه حالياً الي بلاد اليونان من خلال الإحتفالات والإعياد التي كانت تقام للآلهة.

فقد جرت عادة إليونان منذ أقدم العصور أن يقيموا للآلهه ومن في حكمهم من انصاف الآلهة والابطال الأولين، أعياداً دينية يغنون فيها غناء مؤثراً بما ملا حياة هؤلاء الآلهة، ويسردون قصصهم ويفصلون أعمالهم بما نالهم من نعيم ويحزنون لما أصابهم من شقاء، وكانت هذه الأعياد تقام في كل أنحاء اليونان خاصة المدن المقدسة حيث مقر كبار الآلهه، ومن اشهر الهة اليونان الاله "دينزيوس" وهو إله الخصب والنماء والكروم، وفي قصته كثير من الأحداث الغربية والمؤثرات القوية العميقة التي تثير قوى الإدراك وتحرك الوجدان⁽¹⁾.

يلاحظ هنا ان الغناء وسرد القصص وتفصيل أعمال هذه الآلهة يكون بصورة أدائية بالصوت والاشارة بحركة الجسم، وبرغم تعدد الآلهة في اليونان الا ان الإهتمام الأكبر لديزيوس.

لذلك فقد أقاموا له حفلات متعددة في فصل الربيع من كل عام في المدينة وقد اشتهرت من بينها حفلات "الساتير"، وقد سميت بالساتير لأن أفراد الجوقة المغنية فيها كانوا يرتدون جلود الماعز ليمثلوا رفاق الإله دينزيوس، وكان يخيل لكل منهم أن هذا الشعر قد صيّرهُ ساتيراً حقيقياً، فتمتلئ نفسه بما يزيد من قوة تأثيره وشده انفعاله، ومن ثم كانوا يطلقون على هؤلاء المغنين أسم "التيوس"

¹ كمال بسيوني ، في الأدب اليوناني القديم، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، 1990م، راجع ص33- ص 144

ويصفون الحفلات التي كانوا يغنون فيها بالتراجيديا نسبة إلى "تراجوس" وتعني الماعز في اللغة اليونانية، وبذلك دخل الأعياد الدينية عنصر هام من عناصر التمثيل وهو الظهور بمظهر الشخص الذي يراد تمثيله"⁽¹⁾

يلاحظ هنا ان بذرة التمثيل تبدأ منذ ارتداء هؤلاء الأشخاص لجلود الماعز والتمثل برفاق الإله ويؤثر هذا الجلد علي إحساس افراد الجوقة بانه شخص آخر وبالتالي يزيد من أنفعاله وقوة صوته وحركة جسده .

(وإلي جوار الجوقة يوجد المنشد الأصلي الذي يرتجل أمام الحفل المُحتشد بصوت غنائي قصة الإله ديونيزيوس مضيفاً عليها كل ما يوحيه إليه خياله ومضيفاً إلي أقواله من نبرات الصوت وحركات الجسم ما يتطلبه المعني وتبعث به الإنفعالات وما يحسن به تمثيل الإله، ويزيد التأثير في نفوس الجمهور، وبذلك ظهرت بذور عنصر آخر من عناصر التمثيل وهو محاولة محاكاة أبطال القصة.⁽²⁾ وقد كان الجمهور يشاهد أعمال المنشد والفرقة الغنائية متأثراً بها، ويحمله الفضول أو شدة التأثر أحياناً على الاشتراك فيها كلها، أو في بعض أجزائها.

"كانت أغاني هذه الحفلات من نوع الديثرامب، وهو: عبارة عن أغنية جماعية تؤديها الجوقة وهي تقوم ببعض الحركات التعبيرية والرقصات التي تشرح وتؤكد معاني الكلمات، وكانت القصة الديثرامية تسمى (تيراباسيا Tyrbasia)، أما الموضوع الرئيسي لكلمات الأغنية فهو أسطورة ديونيزوس يعرضون لبعضها عن طريق المحاكاة بالكلمة والحركة، وهم متكرون على هيئة

¹ نفس المرجع ، ص 144.

² المرجع نفسه ، ص 145

الساتير، فيجعلون الأحداث أقرب إلي التصديق والحيوية ... وعلى هذه الصورة من الهيئة والمبلس كان أفراد الجوقة يرقصون في دائرة حول مذبح ديونيزوس الذي ينبعث منه دخان القرايين متغنين بمغامرات هذا الإله ... وقد كان الديثرامب في أول مرة سادجاً مضطرب التلحين غير منظم في عناصره ولا في ما يصحبه من رقص ذلك أن القائمين بالغناء والرقص فيه كانوا من الفلاحين الذين يقومون بما يقومون به تطوعاً وبصورة تلقائية في احتفالاتهم فكان مجرد أغنية فلكلورية تقليدية أكثر منه ضرباً من ضروب الأدب الرسمي ولكن دخله نوع من التطوير والتهذيب .. على أيدي شعراء مهرة مغنين وراقصين موهوبين، مما نحا نحو الشعر الرسمي ذو القيمة الأدبية العالية، وخضع كل ما تشمل عليه من أصوات ورقص وحركات لقواعد فنية دقيقة، وشملها التناسق الموسيقى فلم يعد المغنون يتمتعون بما كانوا يتمتعون به من قبل من حرية وارتجال، وغناء أصبحوا خاضعين لقيود كثيرة، ولم يعد غناؤهم مقطوعات في الشكوى من أحداث الدهر مشفوعة بالعويل والنحيب وصرخات الألم ...، وإنما أصبح نوع من الشرح والتفسير والتعليق على ما يقوله القاص، وبذلك كانت هذه الحفلات الأمهات المباشرة للدراما وكل ما اتخذ حيالها لا يعدو بعض التعديلات التي أدخلت عليها تحت تأثير بعض العوامل الاجتماعية والتطورات الأدبية.⁽¹⁾ وقد وصف أرسطو الديثرامب قائلاً: "كانت (الحفلات) نوعاً خاصاً من الشعر يغنيه أهل الطرب في أعياد ديونيزوس يرددون فيها قصة هذا الإله و يمجّدونه فيها على الأقل، وقد حدثت تطورات مشوشة فأتسعت دائرة الديثرامب نفسها فيما بعد وتبلورت حتى أصبحت نوعاً حقيقاً من المسرحية، وينظم خصيصاً للمنشدين وقائد الإنشاد ...

¹ المرجع السابق، ص146

وكان هذا النوع الذي أطلقوا عليه (الأغنية العنزية) ولذلك ..هو الذي أعطي المأساة (Tragedy) هذا الإسم، إذ يبدو أن كلمة (Tragedy) هذه آتية من كلمة (Tragos) أي عنز (Goat) ومن كلمة (Odeny) أي أغنية (Song)، فقد أصبح موضوعة بطل من أبطال اليونان الأولين الذين ورد ذكرهم في قصائد هو ميروس أو في اساطير إيونان بعد ان كان موضوعها الإله ديونيزوس ولذلك هجرت الفرقة الغنائية عادة إرتداء جلد الماعز.⁽¹⁾

. " وأصبح الممثل هو الذي يقوم بالحدث الرئيسي في القصة المعروضة، أصبح هو الشخص الرئيسية وبطل الأحداث الذي يروي ويمثل ما حدث له هو، ولم يصبح الأمر مجرد حوار بين أفراد الجوقة وقائدها حول أحداث وقعت لآخرين، وقد كان هذا الممثل (ثيسبس) الوحيد الذي يؤدي كافة الأدوار على التوالي، سواء كانوا آلهة أم ملوكاً أم رسلاً، إلي غير ذلك وهو يتخذ هيئتهم بالتنكر ويتقمص شخصيتهم بالحركة والكلمة ويعبر عن مشاعرهم"⁽²⁾.

يقول شيلدون تشيني: " يرجع أيضا إلي إسم أقدام رجل في تاريخ التمثيل ففي سنة 535 ق. م فاز ثيسبس الإيكاري في أول مباراة للمأساة على أنه فاز بالخلود أهم من هذا إذ أنه هو الذي أدخل الممثل بما تعنيه تلك الكلمة علاوة على قائد المنشدين أو رئيس الكورس وكمان الممثل يتضطلع (يقوم) بتمثيل شخصيات مختلفة يلبس لكل منها قناعاً مختلفاً وملابس مختلفة وهكذا ارتكزت المسرحية المفجعة في الزمن الذي كان التمثيل فيه مجرد ارتجال في ارتجال، ومجرد غناء وبطانه (جوقة) تردد الغناء"⁽³⁾.

¹المرجع السابق ، ص50- 147

⁽²⁾ كمال بسيوني، مرجع سابق، ص149-146

⁽³⁾شيلدون تشيني المسرح في ثلاثة الف سنه، ت دريني خشبة، ج، وزارة الثقافة والإرشاد القومي القاهرة، ب.ت، ص 151.

" لقد أصبح التمثيل حرفة معترفاً بها ثم ازدادت أهميتها، وبعد انحطاط الكتابة المسرحية كان التمثيل لا يزال فناً أكثر سمواً وأعلى مرتبة من الكتابة المسرحية وذلك بوصفه فناً منفصلاً عنها، وذلك إلي أن حدث أن أصبحت المباريات بين الممثلين أهم من أعين الناس من المباريات بين الكتاب المسرحيين، وقد أصبحت نقابة الممثلين منظمة اقتصادية واجتماعية ذات قوة وسلطان، واصبح أعضاؤها يتمتعون بمزايا خاصة بوصفهم عمالاً دينيين." (1)

¹(المرجع السابق نفسه، ص93-95)

المبحث الثاني

المسرح في السودان

المسرح هو تعبير عن السلوك الانساني للمجموعة منذ بدء الخليقة، والفن بدأ لدى الانسان الأول.

يشير خالد المبارك لبدايات المسرح في السودان لدخول هذا الفن من الحضارات الأخرى إلى السودان (السودان لم يعرف المسرح في تاريخه القديم وإن كان قد عرف الرقصات التعبيرية والأناشيد الجماعية والعبادة الوثنية ذات المظاهر التمثيلية وغيرها، ذلك مما يرجح أنه كان نقطة البداية لميلاد المسرح عند غيرنا من الشعوب)⁽¹⁾ وترجع المراجع لبدايات المسرح في السودان إلى مدينة رفاة بالتحديد في مدرسة رفاة الأولية شرق ولاية الجزيرة والتي قام بإنشائها الاستاذ بابكر بدري، فقد قام هذا النشاط في الفترة 1903-1913م وقد ورد تفاصيل هذا النشاط الاستاذ بابكر بدري في كتابه حياتي، ووضح انه كان ثائر ومعلم وفناناً مسرحياً، وقد سخر فنه لخدمة التعليم اذا كان العائد المادي من العروض المسرحية يساعده في احتياجات التعليم، وقد اعتاد ان يقدم كل عام عرضاً مسرحياً في خيمة المولد النبوي الشريف⁽¹⁾. ومن اشهر المسرحيات التي قدمها مسرحه مسرحية المقصد.

(1) فضل الله أحمد عبد الله، المسرح السوداني، مقاربات الأنا والآخر، المسرح القومي السوداني، 2010م، ص17.

(2) هاشم صديق، كراسة تاريخ المسرح السوداني، كلية الدراما والموسيقى، 1996م

وهناك ايضاً مسرح القطينة الذي قدم مسرحية المرشد السوداني ومسرحية نكتوت عام 1909م، وهذه المسرحية كتبت لتحت الناس على التعليم.

وايضاً هناك مسرح الجاليات في السودان كان هذا المسرح مقصور على الجاليات ومن اهم الجاليات التي كانت تقدم مسرح هي الجالية السورية وكان مقر مسرحها النادي السوري وفرقة محبي التمثيل، وايضاً النادي المصري والانجليزي والنادي الارمني والايطالي.

كان نشاط هذه المسارح في الفترة ما بين 1903-1915م ونادي المكتبة القبطية امتد اثره داخل كلية غردون التذكارية، وشاهد الجمهور السوداني هذه المسرحيات وشغفوا بفن المسرح، وفي عام 1912م تكونت فرقة مسرحية داخل الكلية وأشرف عليها أحد خريجي الكلية⁽¹⁾.

وبعد عودة الأستاذ عبيد عبدالنور من دراسته ببيروت قام بالإشراف على الفرقة وبهذا إنتقل المسرح نقلة نوعية جديدة فقدم مسرحيته الأولى (الابن العاق) وبعدها إنتقل النشاط إلى نادي الخريجين بأمر درمان عام 1920م، وبعدها قدم مسرحية مستمدة من التراث العربي مثل (وفاء العرب) وايضاً من المسرح الإنجليزي مسرحية (تاجر البندقية).

وهذه المسرحيات جمعت حولها جمهور عريض من الناس، وقد ساهم هذا المسرح في نقل الوعي للجمهور ورفع له لمستوى الاحداث والحراك السياسي آنذاك. فقدموا اهم مسرحية في تلك الفترة من التراث الاسلامي مسرحية صلاح

(1) المرجع السابق نفسه، ص .

الدين الأيوبي، وقد أثار العرض عاصفة سياسية وبعد تقديم المسرحية ثار الجمهور وهتفوا، وهذه المسرحية كانت بمثابة اعداد الرأي العام للثورة⁽¹⁾.

لاشك أن لإتصال نشاط المسرح بكلية غردون ونادي الخريجين كان لها الأثر البارز في إمتداد نشر الوعي بالدور الذي يمكن أن يلعبه المسرح في التعليم والتغيير ومناهضة المستعمر (الجدير بالذكر أن النشاط المسرحي في نادي الخريجين كان مغزاه الأصيل هو أن الحركة الوطنية، ومن داخل معقلها- نادي الخريجين- كانت ترى أن المسرح هو بوابة الوعي والتغيير الأولى بجانب الأغاني عقب ثورة 1924م، وشاهدنا في هذا هو ذلك الحشد الكبير من الجمهور في عرض صلاح الدين الأيوبي، أو بمعنى آخر أن رواد الحركة الوطنية أنفسهم قاموا بأدوار مهمة في مسار النشاط المسرحي وقتذاك، وذلك بتسخير الخطاب المسرحي لإنكاء الجذوة الوطنية وإيقاظ الوعي التحرري لإهل السودان)⁽²⁾

عندما ظهر خالد أبو الروس قام بتقديم مسرحية مصرع تاجوج وكان في هذه الفترة قد دعا بابكر بدري لدعم مدارس الأحفاد بام درمان الذي عاد من مدينة رفاعة وبدأ في تأسيس مدارس الأحفاد. ويعود الفضل لخالد أبو الروس في التأسيس لبنية النص السوداني استناداً على رواية محلية، فصار أول كاتب لمسرحية سودانية (تاجوج). وجالد الكثير من العقبات في ذلك (في ذات البيئة الفكرية التي واجهت الطالب خالد أبو الروس الذي كتب ومثل مسرحية (تاجوج)، فقد اجتمعت لجنة من المسؤولين في المعهد على قرار فصل الطالب الشاعر التجاني يوسف بشير من المعهد، بدعوى أن خالد أبو الروس قد جعل فتى يقوم

(1) المرجع السابق نفسه، ص .

². شمس الدين يونس، فضل الله أحمد عبد الله، عبد الحفيظ على الله، المختصر المفيد في المسرح العربي الجديد، المسرح في السودان، الهيئة العربية للمسرح، الشارقة، ط1، 2009م، ص36.

بأداء دور امرأة في المسرحية، إلا أن السيد محمد الباقر، وهو من الذين درسوا في الأزهر الشريف، قام بالدفاع عنه قائلاً: إن مثل هذه الأدوار يقوم بها الرجال في مصر ولم يعترض علماء الأزهر الشريف على ذلك، وبذلك سقطت عنه عقوبة الفصل. ذلك من جانب ومن جانب آخر واجه خالد أبو الروس الحكومة الإنجليزية المستعمرة متمثلة في قلم المخابرات الذي وضع جملة من الشروط والنواهي لعرض المسرحية⁽¹⁾

توالى العروض المسرحية وقدم أبو الروس مسرحية خراب سوبا، وظهر الشاعر إبراهيم العبادي الذي كتب واحدة من أهم المسرحيات (عائشة بين صديقين) والمك نمر وهي تعتبر أول دعوى للقومية السودانية وهي تعتبر نقطة تحول في المسرح السوداني في فترة الثلاثينات. وقد ابدع العبادي في شكل الكتابة السودانية الوطنية مضموناً وطنياً، كان متأثر في شكل الكتابة، وبنائها الشعري بمسرح شوقي لذلك كانت كتاباته دائماً ما يطفئ المضمون الوطني على الشعر.

ثم توالى المسرحيات الأخرى التي دعمت حركة التعليم والحركة الوطنية، وهناك أيضاً حركة مسرحية قادها الاستاذ عبدالرحمن على طه مسرحيته (السودان عام 1934م) في بخت الرضا بمنطقة الدويم، وظهر الاستاذ ميسرة السراج وقدم مسرحه واطاف للمسرح عنصراً هاماً بان جعل لأول مرة المرأة السودانية تعطي خشبة المسرح وكانت تلك الرائدة المسرحية هي (سارة محمد) مما أدى إلى إثارة رجال الدين في وجه الاستاذ.

¹. المرجع السابق نفسه، ص 47.

بعدها ظهرت فرقة مسرحية كثيرة منها فرقة النجم الذهبي وكان مؤسسها احمد عاطف وقد اختارت هذه الفرقة الأعمال النفسية والمسرحيات الاستعراضية الغنائية.

وفي منتصف الخمسينات ظهرت الفرق الكوميديية عندما فكر الاستاذ عثمان حميدة في ايراز شخصيته "تور الجر" ثم تبعه الرائد المسرحي الفاضل سعيد ثم محمود سراج.

وفي عام 1958م تم تشييد المسرح القومي السوداني ليمارس فيه الفن المسرحي والغناء.

وفي فترة 1967م عندما تولى الإدارة الفكي عبدالرحمن نهضت الفرق المسرحية السودانية والتيارات الكلاسيكية ممثلة في المسرح الشعري القديم ليقدم على المسرح ومن أبرز المسرحيات التي قدمت على خشبة المسرح "خراب سوبا" و"المك نمر" وبذلك تنوعت العروض وقدمت مسرحية "مأساة الحلاج" ومسرحية "على عينك يا تاجر" لبدر الدين هاشم، وبعدها ظهر الكاتب الاستاذ حمدنا الله عبدالقادر وهو يعتبر من رواد الواقعية وقدم مسرحية "خطوبة سهير".

وفي هذه الفترة نجحت المواسم المسرحية لأن الدولة اشرفت اشرافاً كاملاً على المسرح ورصدت له ميزانيات وتم التخطيط للمواسم المسرحية بصورة جيدة مع متابعة التطور في افساح المجال للفنانين للتعبير عن افكارهم بأدواتهم الابداعية.

وقد ساهم الاستاذ الفاضل سعيد في الحركة المسرحية السودانية وقدم اعمال مسرحية كثيرة وكذلك قدم في اعماله شخوص عرف بها عند الجمهور مثل تحفتي

بت قضيف، والعجب امو، والعديد من المسرحيات التي قدمها على خشبة المسرح وكان لها اسهام في الحركة المسرحية.

ولقد ظهرت بعد ذلك العديد من الفرق المسرحية وبرزها كانت فرقة الاصدقاء المسرحية التي ظهرت في السبعينات وقدمت اعمال كثيرة منها (حبظلم بظاظا، المدرسة المختلطة)، بيان رقم واحد، المهرج وكثير من المسرحيات ساهمت في تاريخ الحركة المسرحية.

وفي فترة الثمانينات ظهر مسرح الاستاذ عماد الدين ابراهيم وقد ساهم في تاريخ الحركة المسرحية في السودان، وقد اهتم هذا المسرح بالمسرحيات الغنائية الاستعراضية، وايضاً ما يميز هذا المسرح انه اهتم بقضايا المرأة في المجتمع والضغوط الاجتماعية التي كانت تفرض عليها وقد قدم العديد من المسرحيات التي ساهمت في تاريخ الحركة المسرحية. فقد قدم مسرحية "بيت بت المنا بت مساعد" و"برلمان النساء" و "عنبر المجنونات" و "ضرة واحدة لا تكفي" و "معودة بيك" و"نسوان برة الشبكة".

وايضاً هنالك فرق ساهمت في الحركة المسرحية منها: الفرقة القومية للتمثيل وقد قدمت اعمال كثيرة. وكذلك اهتمت بالمسرحيات التجريبية وكان لها مساهمات كثيرة داخل وخارج السودان. وتوالت الفرق والجماعات الأخرى في تقديم مسرحيات ايضاً ساهمت في المسرح السوداني.

وكذلك عروض المسرحيات التي تقدم على المهرجانات الداخلية مهرجانات ايام الخرطوم المسرحية ومهرجان البقعة السنوي، كل هذه الفرق المختلفة ساهمت في تطور العمل المسرحي في السودان.

المبحث الثالث

المرأة في المسرح السوداني

في عام 1903م جاء تعليم المرأة على يد الشيخ بابكر بدري الذي كان متقدماً في فهمه المعرفي لقيمة المرأة. فالمرأة في المسرح اقتحمت هذا المجال وكانت لها بطولات في عدد من المسرحيات وكان لها دور في تشكيل فضاء المسرح بالحركة والاداء.

وهن علامات وتاريخ في المسرح منهن على سبيل المثال الأستاذة بلقيس عوض والأستاذة فتحية محمد أحمد وفائزة عمسيب، وقد كانت المرأة في المسرح فاعلة تمثيلاً واخراجاً.

فعلاقة المرأة في المسرح السوداني أي بفنون دراما المسرح تحديداً فيما يتعلق بجانب التمثيل، فالعلاقة معقدة على طول مسيرة المسرح في التجربة الانسانية، في كل الحضارات الانسانية، ولعل هذا مرده الى نظرة المجتمعات فيما يتعلق بتقسيم الادوار في المجتمع بين الرجل والمرأة⁽¹⁾.

المسرح منذ بدايته شهد تناول قضايا كبيرة مجتمعية ذات صلة بالمرأة. وتاريخ دراما المسرح لم يشهد بمشاركة نساء مؤلفات او مخرجات او ممثلات الا مؤخراً جداً حيث كان يقوم بالتمثيل بدلاً عنهن الرجل، وقد حكمت هذه الظاهرة مسيرة الدراما المسرحية لفترة طويلة.

ان ممارسة المرأة للفنون في السودان وبشكل اخص لفن التمثيل كان هو التحدي لذلك كانت رائداته جميعاً بلا استثناء وفي كل المراحل من نوع خاص

(1) مقالات من اوراق نقاش قدمها الاستاذ السر السيد، شبكة التواصل الاجتماعي.

لأنهن اتخذن من العلن والوضوح والتساؤل والمغامرة ابتداءً من الاستاذة سارة محمد وحتى ممثلات الجيل الجديد.

ظلت الممثلة السودانية تساهم في المسرح بعدما فتحت لها الطريق الاستاذة سارة محمد باعتبارها اول ممثلة سودانية، فقد استطاعت بعدها الممثلة السودانية ان تعطي خشبة المسرح وتساهم في التنوير المعرفي والتوعية بضرورة محو الأمية، واهمية التعليم وقد ساهمت الممثلة السودانية في تقديم نماذج حية وهوية جديدة، بوجود المرأة خاصة ان هناك قضايا للمرأة استطاع المسرح ان يعالج نظرة المجتمع لها، مثل الختان، وخروج المرأة للعمل، والزواج المبكر، العنف ضد المرأة.

وتعد الفنانة بلقيس عوض من جيل يعتبره الكثيرون المرجعية الأولى للمرأة المبدعة في السودان وايضاً من الرائدات الأوائل اسيا عبدالماجد ونفيسة محمد محمود وسهام المغربي الذي كان نشاطهم الفني منذ الخمسينات على مسارح الجاليات بالخرطوم واستمر حتى فترة السبعينات.

الفصل الثاني

الجسد والصوت

المبحث الأول

تدريبات الجسد والصوت

تتعدد الأساليب والمناهج في التدريب لفن التمثيل ليتمكن المؤدي من إتقان الأساليب الأدائية بطرائقها المختلفة، ولكنه وبرغم هذا التباين نجد تيارين رئيسيين يظهر أثرهما جلياً (تاريخياً تقسم معظم نظم التمثيل نفسها إلى مدرستين، المدرسة السيكولوجية صاحبة الإستجابة الداخلية (inner response) والمدرسة التقنية (External technique) صاحبة التقنية الخارجية.)⁽¹⁾ لذلك وجب على الممثلة على الدوام الإهتمام التام بحركة الجسد ككل في أوضاعه التعبيرية المختلفة لزيادة قدراتها التعبيرية والجسدية والصوتية. تأتي هذه الدراسة ضمن البحث عن تدريبات خاصة بالممثلة السودانية بحيث تتلاءم هذه تدريبات مع تكوين الممثلة السودانية من النواحي الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية، مع الأخذ في الاعتبار ان هذا المنهج لن يكون بعيداً عن مفردات حياتنا اليومية والبيئية.

وتعتمد هذه الدراسة على مدى استفادة الممثلة من المصادر الشعبية ومدى استجابتها وابداعها الخاص، وعلاقتها بالأدوات التي تمتلكها ووسائل تعبيرها الخاص، وذلك من خلال تدريبات الصوت والجسد التي تلاءم تكوينها. (لكي يقوم الممثل بالكشف الإبداعي عما يدور داخل الشخصية الفنية، لابد أن تكون لديه حرفيتان: إحداهما داخلية، والأخرى خارجية، وتعد عملية البحث عن الصفات الخارجية للحركات- أوضاع الجسم وطرق المشي والإيماءات- جزءاً لا يتجزأ من دراسة الشخصية الفنية. فكل وضع من أوضاع الجسم وكل إيماءة ينبغي أن

(1) أحمد زكي، إتجاهات المسرح المعاصر- فنون العرض، الجزء الأول، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 2005م، 160.

تكون محددة المعالم ومنطقية ووافية بالغرض في حدود الظروف التي يتطلبها الدور التمثيلي، ولا أدل على ذلك من أن الممثل الذي لا يتقن استخدام جسمه، يشعر بعدم الثقة في نفسه على خشبة المسرح⁽¹⁾

هنالك دراسات افرزت نتائج مهمة في محاولة الوصول الي منهج خاص لتدريب الممثلة السودانية واعدادها بحيث يفجر هذا المنهج الطاقات الابداعية الكامنة داخل الممثلة، وهي محاولة الغرض منها ان يكون منهج التمثيل منهجاً واقعياً، وان تختلف تدريبات الممثلة السودانية عن تدريبات الممثلة في الغرب التي تعتمد على مدارس ومناهج مختلفة خاصة بتكويناتها الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية والثقافية، وان كانت هذه المدارس قد اشتقت مصادرها من الشرق وتعد هذه الدراسة مكملة لسلسلة دراسات سابقة قام بها الباحث عادل حربي حول فنون الأداء التمثيلي في السودان وحتى تكتمل الصورة امام المستفيد من هذه الدراسة قمنا هنا بتلخيص اهم الافكار الاساسية في هذه الدراسة.

وتناولت الدراسات السابقة الحركة والتشكيل الصوتي في مصادرها الشعبية والدليل الحركي للممثلة السودانية، ولأن الحركة لا تنفصل عن التعبير الصوتي وخاصة في اشكال التعبير الشعبي⁽²⁾.

فقد استخدمت التدريبات الصوتية على التقمص عند الكجور والذكر وفي الزار وايضاً نداءات الباعة بوصفهما افعالاً صوتية تستجدي تعبيراً حركياً وقياس مدى الخيال الصوتي لدى الممثلة السودانية.

(1) فيريبيتسكايا أ. ف. حركة الممثل على خشبة المسرح، ترجمة، محمد مهران، إصدارات أكاديمية الفنون، ج 1 و ج 2، 995م، ص 13.

(2) عادل حربي، فنون الأداء التمثيلي عند الممثل في السودان الجزء الاول طبعة 2003م، ص .

كما لجأت الدراسات السابقة الي التعبير الحركي في رقصة الكمبلا ورقصة القفز ورقصة النقارة ورقصة السيف، وهي تعتبر مرجعياً مهماً في تشكيل حركة الممثلة الجسدية ومحاولة تكوين لغة لجسد الممثلة السودانية وحركة الجسم مع الإيقاع.

يسعى الدارس إلى التوصل لصيغة مناسبة من التدريبات الصوتية والجسدية للممثلة السودانية وطرق التدريبات التي تتناسب مع طبيعتها الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية وذلك بالإستناد على مناهج معروفة عالمياً تستخدم لتدريبات الجسد والصوت عند كل من:

1/ استانسلافسكي

2/ مايرهولد

3/ جروتوفسكي

تدريبات الصوت والجسد عند استانسلافسكي:

يعد ستانسلافسكي المسرحي الروسي صاحب الطريقة أو المنهج الأبرز في وضع طريقة واضحة يستهدي بها ممارسوا فن التمثيل في العالم و يذكر ستانسلافسكي:

"المسألة كلها في إيجاد الطريق الصحيح، ومن الطبيعي أن الطريق الأصوب هو الذي يقضى بشكل أقرب إلي الصدق وإلي الحياة، إنه لا ينبغي لظروف الممثل وشكل المسرح المعماري وظروفه السمعية، والشكل الشعري في مؤلفات الشعراء أن تكون مبرراً لتكاثر الخاصيات المسرحية والشرطية والقضاء على الخاصية الحياتية على خشبة المسرح ... ويجب الا تخلط بين الروتين وظروف خشبه

المسرح التي لا بد منها ... فيجب إدخال الحياة إلى الخشبة بتخطي الروتين (الذي تقبل الحياة) والحفاظ في الوقت نفسه على الظروف المسرحية⁽¹⁾.

أولاً تدريبات الصوت والجسد عند استانسلافسكي، أي شخص يقوم بدور معين فمثلاً الذي يقوم بالتدريب يتمثل في دور الاستاذ المدرب، وبالتالي سيضيف على شخصيته الأساسية بإضافة خصائص معينة حتى يقوم بواجبه، يحتاج دائماً الي المزيد من السيطرة على قدراته الصوتية والجسدية، عليه ان يفكر في عمله من خلال الساعات التي يقضيها بعقله اثناء التدريب وعليه ان يفكر كيف ينمي قوى مخيلته بحيث يستطيع استحضارها عند الطلب.

وايضاً في تدريباته يعتمد على الخيال imagination ويقصد به مقدرة الممثل على تخيل الصور الحياتية المختلفة وتخيل الشخصيات واستعادة صورها في الذاكرة فلا بد من تحويل صورة معينة نريد تمثيلها الي واقع حي ملموس وهذا بحاجة الي التأكيد من ان مخيلتك تعمل بصورة مناسبة، وعليه ملاحظة الناس وتصرفاتهم وان يفهم افكارهم، وعليه ان يتعلم كيف يقارن ويتعلم، وكيف يحلم وكيف يخلق صوراً داخلية، كما يقول: (على الممثل ان يتعلم من جديد كيف يرى ويسمع لأن حواسه ستعرض للشلل عند مواجهة الجمهور⁽²⁾).

تدريب تركيز الانتباه والاصغاء listening: التركيز ضروري للاندماج فان يتحدث شخص ويصغي له الآخر والاصغاء معناه ان المصغي يرى ما يقوله

(1) كوستانتين ستانسلافسكي، إعداد الممثل في المعاناة الإبداعية، ترجمة: شريف شاکر، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1997م، ص 8.

(2) استانسلافسكي اعداد الممثل في المعاناة الابداعية الدرس الثاني الخيال الرابع تركيز الانتباه ترجمة د. شريف شاکر الهيئة المصرية العامة للكتاب طبعة 1997 ، ص 144.

الشخص المقابل لتمرين الانتباه (قوي وحاد) يصغي لأصوات الشارع وقل ماذا تستمع⁽¹⁾.

تدريب الاسترخاء العضلي للأعضاء القابلة للتوتر الساق، البطن، الظهر، الرأس، اليد للتخلص من كل ذلك لا بد من التركيز والاندماج في الدور الصوتي المفهوم من خلال: كلام معتدل السرعة، مخارج حروف واضحة ، صوت مسموع، حتى ولو كان همساً، صوتاً سلسلاً مسترسلاً من خلال الوقف والوقف معناه لغة الكف في مواقف معينة

للممثل المسرحي أداتان تعبيريتان لا ثالث لهما على صعيد الموهبة أو الإبداع وأعني بهما موهبتي الصوت والجسد. لقد بذل استانسلافسكي جهداً مثابراً لإيجاد وسائل يستطيع من خلالها الممثل التمكن من بعض السيطرة على طبقات صوته وإلهام جسده على منصات المسرح ضمن تمارين مسرحية شاقة هدفها الامتحان الصوتي والجسدي من أجل تنفيذ العمل الصحيح لعمل الممثل وكان هذا الاكتشاف بداية الصوت والجسد.

تمارين التنفس السليم:

1/ الرياضة: النوم على الظهر والاسترخاء ثم اجراء التنفس الشهيق والزفير واخيراً نصيحة على لسان صاحب الطريقة استانسلافسكي "اوجدوا طريقتكم الخاصة"⁽²⁾

تدريبات الصوت والجسد عند استانسلافسكي عمق مبدأ اندماج الممثل في دوره من خلال وضعه الاسس الخاصة بالإعداد للممثل القائمة على محاولة تحقيق

(1) نفس المرجع السابق.

(2) اعداد الممثل قسطنطين استانسلافسكي ، ص21

التفصّل للشخصية اثناء التمثيل وقد اختار في عمله النصوص المسرحية المأخوذة شخصياتها من الواقع، حيث ان الموضوعية تشكل كلمة السر الرئيسية بالنسبة للواقعية التي ركز في بناءها على الجانب النفسي ومدى التأثير المتبادل بين الفعل الداخلي والخارجي في صياغة البناء العام للشخصية وتمر مراحل الشخصية عند استانسلافسكي في مجموعة من المحاور.

ولكي يبدأ الممثل عمله الحقيقي في بناء الشخصية يؤكد استانسلافسكي اهمية "لو" السحرية في تحريكها للممثلة الجامدة لأن الطريق الوحيد للممثل ان يقدم يعتبر من الداخل والخارج عند حدث المسرحية وهو يسأل نفسه ماذا كنت سأفعل لو ان ظرفاً معينة كانت صحيحة وبالتالي فإن الممثل في تدريب إعداد الممثل لا بد له ان يفتح الافاق لخياله في ادراك حقيقة الشخصية التي سيمثلها في المسرح.

ويطالب ايضاً في تدريباته على التركيز في كل شيء من شأنه ان يساهم ايجابياً في بناء الشخصية حيث يؤكد عدم التشنج اثناء التمثيل واللقاء بل عليه ان يهتم بتحقيق الاسترخاء في عضلاته، الممثلون (يضعفون على اعصابهم عادة في لحظات التهيج والاستثارة لذلك كان ضرورياً في اللحظات ذات الخطورة الكبيرة بصفة خاصة ان يحرروا عضلاتهم من التوتر تحريراً تاماً. ولا جرم ان يميل الممثل للاسترخاء في اللحظات العالية عند الدور ان يكون اقرب الي المعتاد من ميله الي التوتر⁽¹⁾.

ولا بد للممثل ان يكون لديه القدرة على استيعاب المشكلات التي تواجهه اثناء التمثيل وان يكون الدور قريباً لنفسه بحيث يتهيأ بالرجوع الي ذاكرته

(1) اعداد الممثل استانسلافسكي، ص 137.

الانفعالية التي تقوم على مشاهد حياتية ووقائع مرت بالمثل حيث يمكن من احدهما في التدريب بناء على دوره (على الممثل ان يعالج هذه الالوان عند التجارب الانفعالية، ويعكف على دراستها ليلائم بتكوين مقتضيات الشخصية المسرحية التي يصورها)⁽¹⁾.

وحتى يتحقق التشخيص الكامل للدور من قبل الممثل لا بد من تأكيد اهمية الاتصال الوجداني بين الممثل على المسرح لإدامة التواصل مع الجمهور اذ تكمن الخطورة في انقطاع هذا الاتصال فيجب ان يبذل الممثلون قصارى جهدهم في المحافظة على تبادل غير منقطع للمشاعر والافكار والافعال التي تجري وينبغي ان تكون النفسية لهذا التبادل مادة شيقة وهامة بحيث تكفل للممثلين السيطرة على انتباه المتفرجين⁽²⁾.

كما يلزم استانسلافسكي الممثل بتدريب التركيز على الإحساس الداخلي والخارجي اثناء بنائه للشخصية وذلك في خلق الظروف الداخلية النفسية المطلوبة للانبعاث العضوي والحيوي للفعل الذي يمكن الممثل من تقديم الشخصية المسرحية بأحاسيسها ومشاعرها الداخلية وعكسها على الإحساس الخارجي لأدائه بحيث يسهم ذلك في عملية تربية قدراته وتطورها في التمثيل.

اذ ان تربية الإحساس الداخلي والخارجي لا يمكن ان تتم بصورة منفصلة لانهما وجهان لعملة واحدة مع ان العنصر الرئيسي في هذه الوحدة هو التكتيك الداخلي.

(1) المرجع السابق، ص 250.

(2) المرجع السابق، ص 261.

وقد عزز استانسلافسكي في تدريباته على القوانين الفسيولوجية والسايكولوجية لفن التمثيل، وأداء الممثل. وذلك لمبدأ تعايش الممثل مع الدور وشعوره بالاحساس الذي تعيشه الشخصية الممثلة التي يجسدها، وهنا لنا وقفة في منهج تدريب استانسلافسكي للممثل من خلال تدريباته، الفعل، الخيال، التركيز والانتباه، التواصل الوجداني، الاسترخاء وغيرها.

وهنا نجد ان طريقة استانسلافسكي في تدريباته للمقدرة الفعلية لكل الممثلين لاتقف عائقاً امام الممثلة السودانية بطبيعتها لأن هذا التدريب يتمشى مع تكوينها الفسيولوجي والنفسي والاجتماعي وقد تكون طريقة استانسلافسكي في التدريب هي الطريقة الاقرب لطبيعتها من حيث المقدرة الفعلية.

تقوم تدريبات الجسد والصوت من خلال تمارين بسيطة، تمرين التوتر والاسترخاء (يأتي ست ممثلين، توضع الكراسي نصف دائرية) وذلك من خلال تجاوز الموجودين هنا لل صعوبات التي تعترض كلامهم حتى يكون على خشبة المسرح.

تدريبات الجسد والصوت عند مايرهولد:

هكذا نجد التجربة الابداعية لأهم المخرجين - ألماني الجنسية - عمل في روسيا في القرن العشرين، الذي طرح منهج البيوميكانيك إذن فهو يعتمد على فيزياء الجسد في نظريته حول الجسد وامكانياته الابداعية، ان مفاهيم مايرهولد تركز على تأثير البيوميكانيك لعمل الممثل. (البيو - ميكانيك Biomechanics:-

هو مصطلح يشير إلي باب من أبواب العلم الحديث المختص بدراسة الخاصية الميكانيكية للأنسجة الحية للأعضاء وللكيان عموماً)⁽¹⁾،

(1) صالح سعد، الأنا- الآخر، إزدواجية الفن التمثيلي، سلسلة عالم المعرفة (274) الكويت، 2001م، ص 171.

ان هذه المفاهيم تختلف عن مفاهيم منهج استانسلافسكي في المسرح الواقعي الذي يعتبر اهم المناهج في المسرح، ولكن مايرهولد في منهجه ومفهومه لا يقل اهمية في قيمته الفنية والفكرية والجمالية عن استانسلافسكي، حيث يمثل الممثل لدى استانسلافسكي بتخيله في خلق الشخصية التي تمكنه من الاحاسيس الداخلية اما بالنسبة لمايرهولد فان الممثل يبدأ بالحركة وايقاعها للوصول الي المشاعر الداخلية، وقد بنى مايرهولد منهجه على عدم اللجوء للانفعال في البداية ويجب ان تؤثر الحركة الصحيحة اولاً وعندها يأتي الانفعال والاحساس الدقيق وتعتبر الانفعالات والكلمات ما هي الا جوهر البيوميكانيك. (لقد أرسى مايرهولد قواعد أسلوب في الأداء التمثيلي، قوامه الإهتمام بإعداد وتكوين وتدريب الممثل، كي يعبر بجسده، كما يعبر بصوته، فقد كان يأخذ على الإسلوب الواقعي الإعتماد على الوجه، في الأداء التمثيلي، وإهمال جماليات التعبير الجسدي الحركي، وقد أطلق مايرهولد على نظريته في تدريب الممثل على التعبير الجسدي الحركي، نظرية الآليات الحية (Biomechanics) والتي تقوم على خلق نوع من التوازن والتناغم بين الطاقة الإنفعالية، والطاقة العضلية للممثل، لإنتاج ما أسماه الطاقة الروحية في التعبير وهو مصطلح أستقاه مايرهولد من الموسيقي الشهير فاجنر)⁽¹⁾

ولقد اسس من خلال منهجه ما اسماه ممثل المستقبل وعلاقته بالبنائية وان منهجه يكون المبادئ الأساسية للأداء التمثيلي الدقيق لكل حركة ودمج الحركة البدنية بالقدرة الذهنية للممثل واستخدام قواعد الفن التشكيلي في العرض والسنوغرافيا.

(1) محمود أبو دومة، تحولات المشهد المسرحي- الممثل والمخرج، دار شرقيات، القاهرة، ط. 1، 2005م، ص42.

يركز (مايرهولد) في بناء الشخصية على الحوار الخارجي الذي يسمعه المتفرج وعلى الحوار الداخلي الذي تسمعه الروح مستخدماً في اداء الممثل الايقاع المناسب للصوت وحركة الجسد مستعيناً بالحركة التشكيلية الجسدية التي تشترط فيها ان تكون مترجمة لكلمات⁽¹⁾.

وهو يركز على الالتقاء الصوتي المجرد البارد فهو يرفض الصراخ والعويل والبكائيات حيث اهتم بخلق المسرح الاسلوب الذي يقوم على الصياغة واعداد اكتشاف الواقعين الداخلي والخارجي للشخصية مبتعداً بذلك عن اداء استانسلافسكي في محاكاة الممثل للواقع ونظريته تعتمد على تنظيم وتوظيف اعضاء الجسم بصورة صحيحة معبرة.

كما درب ممثليه على الإهتمام بالجسد فلا بد ان يرجع جسم الممثل الي وضعيته الصحيحة حتى يبني منهجه بالصورة السليمة حتى تتحقق للممثل رشاقة الاداء واللياقة البدنية، وذلك باستخدام التمارين البدنية وكل المهارات الجسدية.

يقول (مايرهولد): "ان الرقص والرياضة والحركات الايقاعية والملاكمة والمبارزة هي مفيدة ومهمة لكل ممثل⁽²⁾"، وايضاً خاصية تمارين الاسترخاء والتوازن في جسم الممثل والطاقة.

وهو يهتم بصحة الممثل الجسدية والعقلية، فنجد ان منهج هولدا في تدريب الصوت والجسد يعتمد على تدريب الجسد فيسيولوجيا من خلال تمرينات جسدية سوى رياضية بدنية او لعب كرة او الملاكمة والمبارزة.

(1) ماير هولدا ، ترجمة شريف شاكرا ، دار الفارابي بيروت طبعة كانون الأول 1979 ص 100.

(2) ماير هولدا ، ترجمة شريف شاكرا ، دار الفارابي بيروت طبعة كانون الأول 1979 ص 101.

ففي هذه التمرينات ما نجده يتماشى مع طبيعة الممثلة السودانية من ناحية الفسيولوجية ومنها مما لا يتناسب مع طبيعتها مثل تدريبات الملاكمة والمبارزة فالمرأة السودانية لها طبيعة خاصة ولها ظروفها الفسيولوجية التي لا يمكن ان تقوم بمثل هذه التدريبات لذلك لا بد لنا من ايجاد تمارين تناسب الممثلة السودانية وذلك من خلال تحفظها اجتماعياً ونفسياً وفسيولوجياً ولا بد من عمل تدريبات خاصة تناسب طبيعتها وسوف تعد لها تمارين تناسبها في هذه الدراسة.

التدريب الجسدي والصوتي عند جروتوفسكي:

أفاد المسرحي بيتر بروك بقوله: (إن جروتوفسكي متفرد ، فلا احد سواه في العالم - قدر ما اعرف - منذ ستانسلافسكي تفحص طبيعة التمثيل وظواهره ومعناه، وعلم طبيعة العمليات العقلية والفيزيقية والانفعالية المتضمنة فيه، بمثل عمق جروتوفسكي وشموله)⁽¹⁾.

اراد جروتوفسكي ان يذوب الممثلين بالمتفرجين وذلك عن طريق تجارب كثيرة لتحقيق هذا الغرض فقد عمد على اجراء تمارين جسدية غاية في الدقة وتحميل الممثل الكثير من ردود الفعل النفسي والجسدي الارادي واللاارادي بغية الوصول للتداخل بين المتفرج والممثل.

ان استخدام الجسد والرقص التعبيري والتداخل مع اللاشعور والتوحد لدرجة الوجد هو ما اطلق عليه في هذه المسارح بارتباطات الروح بالجسد، فالممثل لديه راهب يخلق الطقس الدرامي ويقود اليه الجمهور في نفس الوقت.

(1) جيمس روس إيفانز ، المسرح التجريبي من ستانسلافسكي إلى بيتربروك ، ت فاروق عبد القادر، مركز الشارقة للإبداع الفكرى، بن. ت ص 226.

وقد فرض جروتوفسكي تمارين على الممثل وقد عمد الي الازكار لدى الصوفية واستخدام الطقوس البدائية ذات الشعائر في ممارسة الفعل الحركي والادائي. (ويقسم جروتوفسكي طريقة عمله مع الممثل إلى عدة مراحل يبدأوها بمرحلة إعداد النص الدرامي وترتيب ظهور الشخصيات، وفي هذه المرحلة أيضاً تتم مناقشة الممثل وتعديل الأدوار ثم يتم الانتقال إلى مرحلة الإعداد الجسدي والصوتي والعاطفي واخبار طاقات التعبير، وفي المرحلة التالية ويتم خلالها خلق الرابطة بين التعبير الصوتي والإيماءة وبين حركة الجسد والكلمة والعاطفة.)⁽¹⁾

فالاداء في مسرحه يتخذ مساراً خاصاً فرشاقة الحركة يصاحبها التغير السريع في الاداء والتعامل مع المجاميع واستخدام الاكسسوارات وابتكار من الحركات والایماءات الدالة.

وكان مسرحه يقوم على ثلاثة مستويات الاول مستوى الكلمة والثاني السلوك الذاتي (الصدق) والثالث التوجه صوب تجارب الاخرين.

لا بد للممثل من تدريب نفسه تدريبات شاقة لكل اجزاء التنفس والصوت والمرونة والحركة والاشارة وبناء الافنعة بواسطة عضلات الوجه ومجموع تلك التدريبات تجعل الممثل قادر على اظهار اصغر الدوافع بواسطة الحركة والصوت وليس الغرض من التدريبات في منهجه كسب المهارات المختلفة انما حذف أي معوقات جسدية او نفسية قد تعيق كشف ذاته وقدراته.

"الممثل عليه أن يكتشف بنفسه نقاط المقاومة والعقبات التي تقف حجر عثرة في سبيل انطلاقته الإبداعية وبالتالي فإن التدريبات تصبح وسيلة للتغلب هلي

(1) محمود أبو دومة، مرجع سابق، راجع الصفحات 77-78.

هذه العقبات النابعة من داخل الممثل نفسه ولذلك ففي التدريبات الأخيرة لا يسأل الممثل نفسه (كيف يمكنني تأدية هذا الدور؟) وإنما عليه أن يعرف ما لا يجب عليه أن يفعله، وما الذي يعوقه فإذا إستطاع الممثل أن يكيف نفسه مع هذه التدريبات فسوف يجد حلاً بالتأكيد لمشكلة التغلب التي تعترض طريق إبداعه وهي تختلف من ممثل إلي آخر"

يعتبر الكثيرون ان منهجه اهم المناهج المسرحية في العالم وذلك لجرأته، لذلك يكون الممثل في مسرحه صاحب مواصفات خاصة تجعله يتحدى نفسه والآخرين.

المبحث الثاني علاقة الصوت بالجسد

يُعتبر الصوت إحدى وسائل الاتصال الهادية بين البشر، ويعتمد عليها الإنسان في التخاطب والمحادثة وإبداء الرأي والتعبير عن الأحاسيس النفسية.

إن لجهاز السمع عند الإنسان قدرة على خلق صورة ذهنية لذلك تعتمد الإذاعة والبرامج الدرامية المرسلة بالراديو على الصوت فقط بدون صورة. والصوت عبارة عن (مجموعة من الذبذبات المركبة، وهذه الذبذبات هي نتيجة للتغيرات التي تحدث في الضغط الجوي ابتداءً من مصدر الصوت حتى ما يسمى بالرق أو طبلة الأذن)⁽¹⁾.

يختلف صوت الممثلين عن أصوات الممثلات من حيث الشدة ونوعية الصوت لذلك هنالك تمارين للصوت تتناسب مع الممثلين الرجال، لكنها لا تتناسب مع الممثلات وذلك نسبة لاختلاف طبيعتها من الناحية الفسيولوجية.

فالممثلة لا بد لها من إيجاد تمارين تتناسب مع حبالها الصوتية لذلك على الممثلة أن تمتلك ناصية فن الإلقاء الجيد وحسن استخدام الصوت ومخارج الحروف السليمة، عليه لا بد أن تتمرّن وتقوم بتمارين تناسبها لاختلاف طبيعتها. ويعتبر فن الإلقاء هو المهارة الفنية (الإحساس) في استغلال الصوت البشري بما يخدم وظيفة فن الإلقاء ومهامه هي:

■ أولاً: تطوير الصوت لدى الممثلة من ناحية القوة والإيصال من ناحية الطبقات الصوتية المختلفة وتوسيع المدى الصوتي وذلك يتأتى بممارسة تمارين تناسبها.

(1) صبري المتولي دراسات في علم الأصوات، الناشر: مكتبة زهراء الشرق، طبعة 2006، القاهرة، ص12.

▪ **ثانياً:** لا بد من تطوير التلفظ من ناحية الموضوع، ومن ناحية الاعتناء بالوقف والموسيقى الكلامية، والسرعة والبطء في الكلام وذلك عن طريق تمارين للتنفس المناسب.

▪ **ثالثاً:** لا بد أن تطور الإحساس بالكلام وذلك من أجل خلق جسر عاطفي بين الملقى والمتلقي وذلك عن طريق فهم مغزى الكلام وإحساس المعاني.

▪ **رابعاً:** تطوير شخصية الممثلة من ناحية الأداء الصوتي.

لذلك لا بد للممثلة أن تحقق بالكلام أعلى درجة من درجات التأثير في المتلقي من حيث الصوت والحركة. إن الإلقاء ما هو إلا مزيج بين الصوت والكلام بالترتيب، فيما يرى الممثل لويجي ريكوبوني في كتابه (خواطر عن الإلقاء): الإلقاء هو ضم التعبير بالحركة أي النطق وتوضيح ألفاظه ومعانيه، وتوضيح التلفظ⁽¹⁾.

فالصوت الإنساني معقد، إذ يتركب من أنواع مختلفة من الشدة، ومن درجات للصوت متباينة وصفة خاصة تميزه عن غيره وليس صوت الإنسان أثناء الحديث ذا شدة واحدة أو درجة واحدة، بل هو متعدد الشدة والدرجة، وهو مع هذا له صفة خاصة تميزه عن غيره من الأصوات الأخرى.

تتوقف طبقة الصوت الإنساني على سنه وجنسه. فالنساء والأطفال أحدّ صوتاً من الرجال، ويرجع ذلك إلى قصر القصبة الهوائية عند النساء لذلك قد لا تناسب تمارين الصوت عند الرجال بالتمارين عند النساء وذلك للاختلاف الفسيولوجي هذا.

(1) رضا غالب، الممثل والدور المسرحي، أكاديمية الفنون، ص148.

ومن الضروري أن تتمرن تمارين تناسب طبيعتها الفسيولوجية مثل تمارين التنفس والشهيق والزفير مع التصويت أثناء خروج الهواء في الزفير بحيث يناسب التصويت الصوتي مع الطبقات، حتى لا يصيبها تشنج وتؤدي إلى شروخ في الصوت.

ويعتبر صوت الممثل من التقنيات التعبيرية التي ترتبط بالوضعية الإنسانية والتي تنتظم في العلامات السمعية، صوت الممثل الذي هو أحد وسائله لنقل انفعالاته الشخصية وعواطفه المختلفة⁽¹⁾، وذلك عندما يتحكم في ملفوظات الشخصية التي يجسدها حسب مقتضى حالة اللحظة الدرامية محدداً المعيارية الدقيقة للصوت من حيث الحجم والضعف والقوة والرخاوة ودرجة جهارته وتكويناته والتحكم فيه صمتاً ونطقاً، سرعة وبطناً في القاعة ومدى وضوح مخارج الألفاظ.

لذلك إذا كانت بنية الصوت عند المغني تتدرج تحت إطار علم الموسيقى الذي يضع معايير وقيمة ثابتة من خلال النوتة الموسيقية، فإن الصوت عند الممثل أكثر وضوحاً وتحرراً في التعبير، غير أن هذا الأمر يلزم الملقى بدراسة علمية بديلة لكي ينطلق صوته المعبر من خلال قواعد علمية خاصة من ناحية وظيفة الأعضاء أو من ناحية الصياغة الفنية.

إن الصوت المسموع الواضح المعبر على خشبة المسرح شيء في غاية الأهمية، إذن على الممثلة إتقان استعمال صوتها حتى يصير لطيفاً مسموعاً. وفي نفس الوقت يجب تحسين الكلام حتى يصير واضحاً، وهذا يتأتى بتمارين الصوت

(1) رضا غالب، الممثل والدور المسرحي، أكاديمية الفنون، 2009م، ص149.

والتنفس التي تلائم الممثلة من حيث تركيبتها وذلك لكي تتفادى عيوب النطق. (وإذا حققت الممثلة هذين الهدفين سوف يكون في متناول يدها أداة جيّدة الضبط قادرة على مواجهة المطالب التي يفرضها الموقف الذي ستؤدي فيه)⁽¹⁾.

جسد الممثل:

يتميّز جسد الممثل في المسرح بقدرته على تقديم كل معقد من المعاني والرموز باعتباره الرمز المادي الرئيسي، حيث يقدم دلالاته من خلال مظهره الخارجي، وأفعاله، وسلوكياته، على خشبة المسرح، فضلاً على أنه يتم الهوية الجنسية العرفية أيضاً، كما أن بمقدوره التعبير عن المكان والزمان، وعن المحتوى القصصي من خلال أدائه الصامت، وحركته، والأهم من ذلك فهو يتفاعل مع لغات خشبة المسرح الأخرى من سينوغرافيا وصوتيات إلى المتلقي، وهو ما يؤكد ميشيل فوكو بقوله: (إن الجسد هو السطح الذي تنصب عليه الأحداث نفسها)⁽²⁾.

يُضاف إلى هذا المفهوم أن الجسد في الحياة والمسرح يتم التعامل معه باعتباره متحركاً، وأن هذه الحركة تتوقف باستمرار لبث الدلالات من خلال أفعال وسلوكيات وتصرفات الممثل على خشبة المسرح.

وتستطيع الممثلة أن تخلق علاقات مع عناصر العرض المسرحي ويعتبر الجسد هو العنصر المميز الذي يعتمد عليه العرض في إبراز كل المعاني والدلالات للمتلقي من خلال قدراته التعبيرية واستغلاله لكافة الوسائل البصرية

(1) نجاه علي، فن الإلقاء بين النظرية والتطبيق، الدار المصرية اللبنانية، طبعة مارس 2008م، ص24.

(2) مدحت الكاشف، اللغة الجسدية للممثل، أكاديمية الفنون، دراسات ومراجع المسرح (44)، ص35.

والسمعية وبالتالي فهو المسئول الأول عن توصيل ما يدور في ذهن الكاتب من معانٍ إلى المتلقي.

فإن الجسد يُعد في حد ذاته دلالة، وفي نفس الوقت عرضاً فنياً. وهذا يعني أن جسد الممثل عبارة عن أداة معبرة، ودالة، وحاملة للمعاني، وقد اتضحت هذه الأهمية منذ ظهور ما يسمى بالغريزة التمثيلية، فمن خلال ميل الإنسان البدائي بغيريته للتمسرح، وللتظاهر في كافة تعاملاته مع الطبيعة من حوله، ومع أخيه الإنسان بل مع الكائنات، والموجودات من حوله، لذلك لا بد للجسد أن يحقق كل المعاني ويؤدّ الدلالات إلى المتلقي، الأمر الذي يتطلب من هذا الجسد مرونة التغير والتبدل حسبما يقتضي الحال في التعبير الفني عن أداء ما، وهذا التغير وذلك التبدل تتحكم فيهما الغريزة التي تمنح جسد الإنسان طاقته التعبيرية.

لذا على للممثلة أن تقوم بكل تمارين الجسد التي تناسبها حتى يتسنى لها أن تقدّم كل عمل يعتمد على الجسد، لذلك لا بد من تهيئة جسدها جيداً ومرونته وذلك بفضل التمارين التي تناسبها، وسوف يقوم الدارس بوضع تمارين تناسب الممثلة لأن معظم التمارين قد لا تناسبها وهي وذلك لتكوينها الفسيولوجي، كما أن هناك بعض التمارين قد تصيبها بالحياء كتمارين الحوض والجزع وسوف يقوم الدارس بفرز التمارين التي تناسبها والتي لا تناسبها وإيجاد تمارين أخرى تتماشى معها حتى تعد جسدها إعداداً جيداً بفضل التمارين، وسوف ينتقي الدارس بعض الطقوس الشعبية وتحويلها إلى تمارين تناسب الممثلة.

لذلك لا بد أن تعد الممثلة إعداداً شاملاً ويتأتى ذلك بالإعداد الجسدي والصوتي من خلال التمارين التي تناسب طبيعتها جسدياً وصوتياً، وذلك يبدأ من

دراسته لتشريح الجسم من أجل الوصول إلى نوع من الإعداد التحليلي لجسد الممثلة لكي يكون معبراً ويستخدم في ذلك تعبئة وضع جميع أجزاء الجسم المختلفة في حالة عمل من أجل الوقوف على مدى توافقها مع التغيير الدرامي عند الممثلة، لذلك نرى أن هناك علاقة وثيقة بين الصوت والجسد.

وتحدّث هيجل عن الممثل باعتباره كائناً حياً قائلاً: إن مادة الشعر الدرامي الخاصة والمدرّكة حسيّاً وعقليّاً ليست – كما رأينا – مجرد صوت الإنسان، أو الكلمة المنطوقة، بل إنسان برمته لا يعبر فقط عن مشاعر، وصور، أفكار بل ينخرط في فعل حقيقي يؤثّر بوجوده الكلي في الصور والمقاصد، والأفعال، وتصرفاته الأخرى (1).

فالممثلة إذاً بصوتها وجسدها تؤكّد فعالية خشبة المسرح بل ما فيها من عناصر أخرى تتحول بدورها لإشارات رمزية ودلالية وفقاً للتكوين الجسدي لهذه الممثلة، وإذا كانت جميع عناصر العرض المسرحي يتم إدراكها عن طريق الحواس، فإن صوت الممثلة وجسدها يستقبلها المتلقي عن طريق مشاركته الوجدانية حيث يكونان سوياً عناصر الشخصية المسرحية التي تؤدّيها الممثلة، فضلاً عن أن الصوت بطبقاته وأحجامه، إيقاعه، هو الذي يميز كل شخص عن الآخر، حيث أنه يشكل جزءاً من كل شخص، ذلك على اعتبار أن العلامات الصوتية تتبع أساساً من حالة عقلية يكون لها عادة تفسير دلالي يرتبط مع سياق النص، والعرض، هذا بالإضافة على ارتباطه بسياق تلك الدلالات التي تتبع عن الممثلة ذاتها، هو الدال التالي بعد جسدها في عملية الأداء التمثيلي، فمن خلاله يستطيع المتلقي أن يميّز الشخصية المسرحية.

(1) يان ميوجوسفيكي دراسة في سيمياء الجسد، دمشق، وزارة الثقافة طبعة 1997م، راجع ص 56-57.

ففي المسرح ينتهي الخطاب اللغوي للشخصية المسرحية إلى بعدين أحدهما لفظاً، وهو الكلام المنطوق الذي يصدره الممثل بصوته، والآخر غير لفظي ويتمثل في تعبيره بلغة جسده. فقد ربط سلامتها بين العناصر الثلاث (الصوت، الجسد، والانفعال) كأساس في حرفية الممثل وفق النظام الذي ابتدعه، مستهدفاً بذلك التركيز على الحالة الشعورية المراد الدلالة عليها ومن ثم يقول ستانسلافسكي: (يجب على الكلمات على خشبة المسرح أن تستثير في الممثل مختلف المشاعر والرغبات والطموحات الداخلية وصور الخيال الداخلية والأحاسيس البصرية والسمعية⁽¹⁾)، وبذلك فإن صوت الممثل يشكل تلك الرابطة بين الجسد واللغة والتي هي النموذج الأول لأي تعبير، ويوفره الأداء الأكثر وضوحاً وأكثر دلالة بين العوامل الجسدية، والنصية في العرض المسرحي لذا فإن صوت الممثل لا يصف بل إنه يفعل، حيث يتحول الرد من خلاله إلى أصوات تتردد في الفضاء المسرحي ويمتزج به وينصهر معه.

تدريب الجسد:

إذا أُتيح لنا أن نوازن العمل الدرامي بالسّمفونية الموسيقية، لاستطعنا أن نقول أن الممثل عند إشراف المخرج الذي هو في مقام قائد الأوركسترا، يُعد في الوقت نفسه عازف الآلة والآلة نفسها ثم هو آلة لأنه لا يستطيع أن يعبر عن نفسه في فنه إلا بصوته وإيمائه وأداء جسده.

والمعروف أن الممثل حينما يقوم بعرض قصة أو حكاية خيالية أمام أناس آخرين عن طريق هذه العناصر الثلاثة فذلك يعني أننا بصدد عمل مسرحي، أما

(1) قستنطين استانسلافسكي، إعداد الممثل، ج2، في التجسيد الإبداعي، ترجمة شريف شاكر، دمشق، مطبوعات المعهد العالي للفنون المسرحية، 1985م، ص102.

إذا غاب واحد من هذه العناصر الثلاثة، فهذا يعني أننا بصدد عملية إلقاء، أو إيماء، أو رقص.

فلا بد للممثلة أن تدرّب صوتها وجسدها تدريباً يتناسب مع طبيعتها الفسيولوجية. وأن هذه الدراسة قد تساهم في إيجاد منهج يتناسب مع الممثلة بحكم طبيعتها وتستطيع أن تدرّب جسدها كما تدرّب صوتها طبقاً لقواعد الإلقاء التي تتناسبها، وما أن تعرف الممثلة التمارين الصوتية والجسدية التي تناسبها حق المعرفة حتى تستطيع تسخيرها لإرادتها. وبذلك ستحاول من تلقاء نفسها وبمساعدة النصائح والرسوم ومبادئ التشريح وعلم الجمال، ستحاول أن تجد الحلول للقضايا والمشكلات التي تنتظرها على خشبة المسرح، كيف تقف، وكيف تمشي، وتجري وتتوقف فجأة، وتصعد السلالم وتهبط، وتجلس وتسقط منه.

وبعد أن تصبح الممثلة جسدها طيّع قادر على التحرك في يسر وسهولة، ستخوض تجربة التعبير الجسدي بمعنى الكلمة وسيضيف إليها المشية المعتدلة.

وإن وعي الممثلة بجسدها هذا الوعي يجعل الممثلة حتى وهي في حالة جمودها تحتفظ بأهميته في لحظات الصمت، وسوف تكتسب بفضل التدريبات التي تناسبها.

لا بد من الإسراع في التدريبات الجسدية والصوتية التي تناسبها من حيث طبيعتها الفسيولوجية تمارين تنطلق من صلب العضلات فهي تحتاج إلى عضلات تتوفر فيها الاستطالة لا الاستدارة، ومن المعروف أن رياضة الملاكمة والمصارعة ورفع الأثقال تؤدي إلى تقوية العضلات وتضخمها، كذلك ركوب الخيل يشوّه ساقها ويفسد طريقة المشي، وعلى النقيض من ذلك فلعب التنس

يكسب الممثلة من حيث طبيعتها سرعة البديهة والتصرف والمرونة والسباحة تُعد رياضة كاملة متكاملة.

وإننا هنا بصدد اكتساب الجسم مزيداً من التعبير بصدد إكساب الآلة كمال الأداء وجعل كل عضلة أو كل مجموعة من العضلات مستقلة عن الأخرى. فالممثلة كما أسلفت سابقاً لها خصوصيتها من التمارين التي تتناسب مع طبيعتها.

تمارين الاسترخاء:

قبل أن تشرع الممثلة في تدريب كل جزء من أجزاء الجسم يجب أن يكون تدريبها على الاسترخاء الكامل. وهذه هي طريقة التدريب على الاسترخاء:

تبدأ بذلك بالتمدد على الأرض وإغلاق العينين وترخي عضلات الرقبة والذراعين والبطن والساقين، بحيث أنها لو رفع أحدهم يدها أو ذراعها أو ساقها يمكنه أن يتركها بعد ذلك تسقط وكأنها شيء جامد. ومن ذلك أيضاً أنه يمكن في هذه الحالة لف الرأس أو إدارته كما تلف الكرة برفعة بسيطة، وكذلك البطن ينبغي أن تكون مرنة بحيث تستجيب لأي ضغط باليد عليها.

وعن طريق الاسترخاء تجد في ذاتها المناخ الأفضل لتقمص الشخصية المطلوبة، وللحصول من الشخصية على ما نريد منها على خشبة المسرح. فوق خشبة المسرح يهيئ الاسترخاء للممثلة فرصة التحكم في نفسها والسيطرة عليها كما تيسر لها عملية التنفس الحر. وهناك وسيلتان أو تمارين لاكتساب مثل هذا الاسترخاء:

التمرين هو يتلخص في جعل الكعبين تهز الردفين ثم فتحهما إلى أبعد مسافة ممكنة فوق الأرض كما تقذف حجر.

التنفس:

في حالة الاسترخاء إجراء عملية التنفس بتنفس منتظم عميق. ومن تمارين التنفس والصوت: تبدأ الممثلة بزفير عميق تطرد ما في صدرها من هواء، ثم تستنشق بعد ذلك باعتدال، تلقي في تلك الأثناء بيتاً من الشعر أو عبارة محفوظة مع ملاحظة الآتي: جودة الإلقاء، المحافظة على الرقبة والذراعين والساقين في حالة استرخاء. حينما تفرغ من الإلقاء تطرد زفيراً عميقاً، تأخذ شهيقاً أطول، تلقي العبارة السالفة مرتين، ولا بد ان يكون الانتباه في قمة التركيز على الاسترخاء الجسدي وعلى جودة الإلقاء وذلك تصطاد الممثلة رقابة مزدوجة تؤدي إلى تحديد دائرة الحيض. فهنا الجهد المنصب على الإلقاء والتنفس ينبغي ألا يكون سبباً في توتر أو تقلص أعضاء الجسم.

توصلت الدارسة إلى نماذج لبعض التدريبات الجسدية والصوتية تتماشى مع الممثلة السودانية نسبة لتركيبتها الفيسيولوجية:

يجب الاهتمام بأداء تمرين الاسترخاء والاستعداد قبل البدء في أي وضعية من وضعيات التمارين ومن المهم موازنة كل وضعية للتمرين بمقابلها فكل تمدد إلى الامام يجب ان يقابله تمدد إلى الخلف والعكس صحيح.

نموذج التنفس من البطن:

1. وضعية الاسترخاء.
2. ارحي راحتي يديك بخفة فوق منطقة البطن. (تتلاقى اطراف الاصابع عند سرّة البطن)
3. ادخلي الشهيق ببطء وبشكل كامل من خلال الأنف.

4. اخراج الزفير ببطء وبشكل كامل من خلال الأنف وأشعر ان بطنك وهو ينخفض.

نموذج العمود الفقري:

1. البدء بوضعية القرفصاء.
2. وضعي اليدين على الأرضية على ان تكون أمامها قليلاً، بحيث تكون راحة اليدين الى اسفل.
3. اضغطي بيديك نحو الأرضية.
4. اخراج الزفير عند فرد الساقين.
5. اضغطي بقدميك على الأرضية وأثني ركبتيك قليلاً.
6. توجيه عظمة العصعوص نحو الأسفل ولف عمودك الفقري ببطء كل فقرة على حدى (الكتفين والرقبة والرأس يجب ان تكون آخر ما يرفع)

نموذج الساقين:

1. استلقي على ظهرك مع مد الساقين والقدمين.
2. ضعي ذراعيك على الأرضية بجانبك على ان تكون راحتيك مواجهة للأرضية.
3. أحنى الذقن تجاه صدرك لكي تعمل اطالة الرقبة.
4. اخرجي الزفير واضغط منطقة اسفل الظهر تجاه الأرضية.
5. اثني قدمك اليمنى.
6. خذي شهيقاً وارفع ساقك اليمنى نحو السقف.
7. اخرجي الزفير واخفض ساقك اليمين مجدداً.
8. تكرر هذه الوصفية للجانب الأيسر.

9. تكرر الخطوتين 6، 8، من ثلاث إلى ثماني مرات

نموذج وضعية الانحناء إلى الجانب أثناء الجلوس:

1. ابدأ بوضعية الجلوس القرفصاء.
2. أرح الكتفين إلى أسفل وانت تقوم برفع صدرك وتمديده.
3. ضع كفك الأيسر على الأرضية بجانب الورك الأيسر على ان تكون اصابع اليد موجهة الجانب.
4. ادخل شهيقاً وانت ترفع الذراع اليمنى فوق رأسك على ان تكون الكف مواجهة إلى الداخل.
5. اخرج الزفير وانت تقوم بالشد إلى الجانب الأيسر مما يتيح ليدك اليسرى الانزلاق إلى اليمين عبر الأرضية.
6. اضغط عظمتي الجلوس نحو الأرضية ومدد يدك باتجاه أعلى الرأس حتى تعمل على إطالة العمود الفقري.
7. استشعر الجانب الأيمن من جسدك وهو يستطيع من الورك حتى اطراف الأصابع.
8. ادر رأسك حتى تنظر عبر المرفق الأيمن.
9. اثبت على الوضعية من 5 ثواني حتى 30 ثانية.
10. للخروج من الوضعية ادخل الشهيق وارفع الجذع والذراع اليمنى باستقامة ثم اخرج الزفير وخفض الذراع اليمنى للعودة إلى الوضعية القرفصاء.
11. كرر هذه الوضعية للجانب الأيسر.

نموذج وضعية الانحناء إلى الأمام أثناء وضعية الانحناء:

1. ابدأ بالوضعية السهلة (القرفصاء).

2. اضغط عظمتي الجلوس إلى الأرض على ان يكون أعلى الرأس مواجهاً السقف، للعمل على اطالة العمود الفقري.
3. ضع راحة اليدين أمامك على الأرضية.
4. افرد اصابعك إلى الخارج على ان تشير الأصابع في الوسط إلى الخارج.
5. اخرج الزفير وانحني إلى الأمام من منطقة الوركين، اجعل يديك تنزلق إلى الأمام عبر الأرضية.
6. حافظ على استقامة ظهرك لأقصى وقت ممكن ثم ارخ كنفيك ورأسك إلى الأمام.
7. اثبت على هذه الوضعية لمدة تتراوح بين 15-30 ثانية ثم ادخل الشهيق ببطء وانت تفرد ظهرك رجوعاً إلى الوضعية السهلة (القرفصاء).
8. كرر الخطوات من 1-7 مع وضع الساق الأخرى إلى أعلى.

نموذج الزاوية المنفرجة أثناء الجلوس:

1. حافظ على استقامة العمود الفقري وافرد ساقيك وباعد بينهما إلى أقصى مدى مريح بالنسبة لك (تأكد ان ساقيك مستقيمتان على ان تشير ركبتاك واصابع قدميك إلى السقف).
2. اضغط الجزء الخلفي من فخذيك بشدة الى الارضية.
3. ادخل الشهيق وانت ترفع ذراعيك فوق رأسك على ان تبتعد الكفان عن بعضهما بعرض الكتفين، وان تكونا موجهتان إلى الأمام.
4. حافظ على ذراعيك مفردتين واخرج الزفير وانت تنحني إلى الأمام من منطقة الوركين وضع كفيك على الأرضية بين ساقيك.
5. ارخي منطقة الحوض إلى الأمام وإلى اسفل لإطالة العمود الفقري.

6. اثبت على هذه الوضعية لمدة تتراوح من 15-60 ثانية.
7. للخروج من هذه الوضعية ادخل الشهيق عند رفع الذراعين والجزء العلوي من الجسد في اتجاه السقف للعودة الى وضع الجلوس ثم اخرج الزفير وانت تعيد ذراعيك إلى جانبيك.

نموذج الزوايا القائمة:

1. ضع يديك على الحائط في مستوى الكتف مع فرد الأصابع وابعادها عن بعضها البعض.
2. سر ببطء إلى الخلف.
3. حرك يديك إلى اسفل الحائط مع كل خطوة إلى الخلف.
4. احني جسدك بزاوية 90 درجة وابعد قدميك بمسافة تساوي المسافة بين الكتف والورك.
5. اضغط يديك برفق الى داخل الحائط اثناء اطالة الذراعين والظهر.
6. اثبت على هذه الوضعية لفترة تتراوح من 30 ثانية إلى دقيقة ثم ارجع إلى وضعية الوقوف.

نموذج الالتفاف بزاوية جانبية:

1. ابدأ بوضعية الوقوف.
2. اخطو بالقدم اليمنى نحو اليمين بمسافة 3 اقدام تقريباً.
3. حرك القدم اليسرى إلى الداخل بزاوية 45 درجة وحرك القدم اليمنى إلى الخارج بزاوية 90 درجة.
4. اثني الركبة اليمنى حتى تصبح أعلى الكاحل الأيمن.
5. ادر جزعك ليكون في نفس اتجاه الركبة اليمنى

6. ارفع ذراعيك إلى مستوي الكتفين على ان تكون الكتفان مواجهتان إلى الأسفل، يجب ان تكون الكتفان مسترختين وتجهان إلى الأسفل.
7. اخرج الزفير وانت تتحني إلى الأمام من منطقة الوركين.
8. ضع الكف اليسرى او اطراف اصابع اليد اليسرى بالقرب من الجزء الداخلى من القدم اليمنى.
9. التف إلى اليمين وشد الذراع اليمنى إلى أعلى باتجاه السقف ويجب ان تكون الذراع مستقيمة.
10. ادر رأسك إلى أعلى باتجاه اليد اليمنى.
11. اضغط من خلال منطقة أعلى الرأس للعمل على اطالة العمود الفقري.
12. اثبت على الوضعية لفترة تتراوح من 15-30 ثانية.
13. للخروج من الوضعية اخفض الذراع اليمنى الى اسفل وارخي الالتفاف في الجذع ثم عود للوضعية الأولى.
14. كرر الخطوات من 2-13 للجانب الآخر.

نموذج وضعية القوس:

1. ارقد مسطح على الأرضية بحيث تضع جبهتك على الأرضية.
2. اثني الركبتين مع مد اليدين إلى الخلف والامساك بالكاحلين أو أعلى القدمين.
3. اخرج الزفير مع ضغط الحوض برفق إلى الأرضية.
4. ادخل الشهيق مع رفع الرأس والصدر والفخذين عن الأرضية.
5. شد ساقيك بعيداً عن جسدك واضغط قدمين إلى يديك لرفع الرأس والصدر والفخذين عن الأرضية اكثر.

6. وجه منطقة أعلى الرأس للسقف وحدق إلى الأمام مباشرة.
7. اثبت على الوضعية لمدة 10-30 ثانية ثم اخرج الزفير مع الخروج من الوضعية.

نموذج السطح المائل:

1. ضع كفيك خلفك على الأرضية على ان تكون متباعدتين بمسافة تساوي المسافة بين الكتفين.
2. اضغط الكفين والكعبين إلى الأرضية.
3. ادخل الشهيق مع رفع الوركين باتجاه السقف.
4. اضغط اسفل القدم إلى الأرضية.
5. ارخي الرقبة واسمح للرأس بانخفاض برفق إلى الوراء.
6. اثبت على الوضعية من 5-20 ثانية.
7. للخروج من الوضعية اخرج الزفير مع خفض الوركين إلى الأرضية.

نموذج وضعية تمدد القطة الممتدة:

1. ابدأ في وضعية تمدد القطة بالجلوس
2. اخرج الزفير وانت ترفع الركبة اليمنى عن الأرضية
3. احنى جبهتك إلى أسفل.
4. ادخل الشهيق عند مد الساق اليمنى خلفك.
5. اشر بأصابع القدم اليمنى إلى الخلف وقم بالشد من خلال اصابع القدمين.
6. ارفع رأسك وانظر إلى الأمام.
7. كرر الخطوات من 2-6 من 3-6 مرات ثم عد إلى الوضعية الأولى.
8. كرر الخطوات من 2-7 للجانب الآخر

في وضع الوقوف:

ارفع إحدى السابقيين لأعلى فوق الأرض مع بزل أقصى مجهود ممكن بدءاً من الفخذ حتى أصابع القدمين، أوقف الحركة فجأة وأثني الركبة من حركة رفاص الساعة، وهذا التمرين يناسب الممثلة بحكم طبيعتها ويجب تنوع هذا التمرين على الساق الأخرى للتمرين.

لغة الجسد هي تلك الحركات التي يقوم بها بعض الأفراد مستخدمين أيديهم وتعبيرات الوجه ونبرات الصوت لكي يوصل للمتلقي المعلومة التي يريد إيصالها. وفي دراسة قام بها أحد علماء النفس اكتشف أن 7% فقط من الاتصال يكون بالكلمات و38% بنبرة الصوت و55% بلغة الجسد، وسائل استخدام لغة الجسد:

العين:

تُعتبر واحد من أكبر مفاتيح الشخصية التي ندرك من خلالها بشكل حقيقي ما يدور في عقل من أمامك من الممثلين.

الحواجب:

إذا رفع حاجبه واحداً فإن ذلك يدل على أنك قلت له شيئاً ما لا يصدقه، أو يراه مستحيلاً، أما إذا رفعهما كليهما يدل على المفاجأة.

الأذنان:

إذا حكّ أنفه أو مرّر يديه على أذنيه ساحباً إياهما يقول لك إنه يفهم ما تريده أو يشك صحة ما يقول الآخر.

الجبين:

فإذا قطب جبينه ونظر للأرض في عبوس فإن ذلك يدل على أنه متحير أو مرتبك أو أنه لا يحب سماع ما يقوله الشخص الآخر، أما إذا قطب جبينه ورفعهما إلى أعلى يدل على الدهشة.

الأصابع:

إذا نقر الشخص بأصبعه على زراع المفصل أو على المكتب يشير إلى العصبية أو نفاذ الصبر.

الأنف:

عندما يلمس أنفه وهو يتحدث فهو دليلاً على أنه يكذب في الحديث الذي يقوله الفم.

ومن هذا المنطلق فإن أي تركيز آلي على جزء مفرد من جسد الممثل قد يدل على انقطاع في عملية التعبير النفسي والجسماني وهذه الهوة يمكن أن ترتبط بتقل الرأس، أو القدم أو بحنجرة مسنودة بعوامل التأناة والفأفة واللذائغ بالراء.

فضلاً عن الحركات الغير واضحة في النحنة والإسراف في حركة الشفتين وهزات الرأس خلال الإصغاء، وهي من العوامل المميّزة لعمل الممثل على صعيد تقنيات الصوت والجسد.

لقد ارتبطت جميع التجارب المسرحية بالأحاسيس الجسدية والصوتية. إذ نحن نتلقى المعرفة وأحداث العالم من خلال حواسنا ومدركاتنا الذهنية، وهذا يعني أن بالإمكان أن نقيم تواصلاً كمتلين مسرحيين مع دوافعنا الأصلية عبر حواسنا الجسدية والتبصيرية الأخرى كالصوت والإيماءة، وهذه حقيقة من حقائق الحياة لا مناص بأنها تترك تأثيراً حيويّاً على سلوكنا اليومي.

إن استخدام طريقة الكساندردين في فاعلية الممثل الصوتية والجسدية يترك تأثيراً مذهباً في التخلص من التوتر الذهني والشد العاطفي فضلاً على تحقيق الاسترخاء الجسدي وهذا يتناسب مع طبيعة الممثلة عبر تمارين الاسترخاء التي

تناسبها. فالعناصر الصوتية في التعبير والإلقاء هي جزء كبير من نجاح الممثل. فهنا نموذج لتمارين تتماشى مع طبيعة الممثلة تمارين الإلقاء الواضحة، تغيير الأصوات باستخدام الطبقات، تمارين السيطرة على التنفس، ومن ذلك تستطيع الممثلة أن تتعامل في الفراغ والزمن والتقل.

ويعتبر الجسد تحت وطأة شعور قوي يتفاعل فينتج صوتاً مقصراً أو تدفق الدموع في حالات أخرى بلا ضغط يصبح الصوت رخيماً ينساب في صفاء، أما الصوت فهو هذا الانبساط، هذه الاستطالة للجسد المصوت في تجاوزه لذاته في الفضاء، الحالة الانفعالية كثير ما تؤثر على درجة الصوت وطبيعته وقوته ونقاءه، ولا يشترك في نقاء الصوت فقط الحنجرة والجهاز التنفسي بل توجد مجموعة من الرنانات التي تحدث اهتزازات ويتم ساعتهما التواصل بين المخ والبطن والنفس وحتى أطراف اليد وأصابع القدم، لذلك نجد أن بعض الممثلين الذين ليس لديهم أي وعي بأجسادهم يجدون أنفسهم في مواجهة مشاكل صوتية أحياناً ما تكون بلا حل.

تقريباً الجسد يأخذ مكانة في التركيبة الهرمية بين وسائل التعبير والأداء فلم يعد هذا الجسد متفهقراً بل أصبح يعبر بواسطة أوضاع تتسم بالفصاحة وتنقلات دالة في الفضاء.

الكلام:

أما المراجع المتخصصة في فن الإلقاء فقد حصرته بفن الإبانة الكلامية ولاسيما الإخراج الصوتي للنص، ونحن في تعريف الأداء باتجاه الأداء التمثيلي الذي يندرج فيه التمثيل الإذاعي، والمسرحي، والتمثيل الصامت. فمن الضروري أن تتوافر مجموعة خصائص تجمع بين فنية الإلقاء وعمليته في أن وتشكل مادة

تفريق الإلقاء و ابراز هذه الخصائص في الكلام الواضح المعبر عن موضوع النص وشخصية الملقى تعبيراً صادقاً وسلاسة اللفظ ووضوحه وخلوه من عيوب النطق.

وضوح المعنى المراد توصيله إلى المستمع بقصد الإفصاح وتحقيق هدف معين، اعتماد قواعد اللغة، أحكام السياق والوقف الابتعاد عن مظاهر الرتابة، التعبير الذي تتجلى فيه ظاهرة الإبداع الفني. وعلى هذا فالإلقاء فن متعلق بطرائق الإبانة الكلامية وتعنى خاصة بالإخراج الصوتي للنصوص وذلك بإعطاء كل حرف أو لفظ حقه كاملاً من التعبير الصوتي، وإعطاء كل جملة وفقرة حقه كاملاً حيث الخبر والإنشاء.

عناصر الإلقاء الصوتي:

الإلقاء الفعّال يتضمن ثلاث عناصر رئيسة هي الصوت، الجسد، اللغة.

المظهر	الوقوف	الاتصال النصي	الحركة	الإيماءات
عناصر الإلقاء الجسدي				

عناصر الإلقاء الصوتي: معدل السرعة والتوقفات.

الإلقاء الفعّال يتضمن ثلاث عناصر رئيسية: صوت حسن، لغة.

معدل السرعة	حجم الصوت	طبقة الصوت وتغيراتها	نوعية الصوت وحجمه	النطق واللفظ
عناصر الإلقاء الصوتي				

نطق لفظ، وطبقة الصوت وتغيراتها.

الفصل الثالث
طبيعة الممثلة السودانية
والصعوبات التي تواجهها

المبحث الأول

صعوبات تواجه الممثلة في تدريبات الجسد والصوت

طبيعة المرأة وتكوينها الفسيولوجي:

من الصعوبات التي تواجه الممثلة في تمارين الصوت والجسد تكوينها الفسيولوجي، فقد تعاني الممثلة من ضمن التمارين للصوت والجسد أثناء فترة الطمث، قد تعاني الممثلة من تدفق غزير قد يؤثر على التمارين المعتادة عليها وايضاً تعاني من تقلصات وآلام شديدة قد تزيد التمارين من حدتها، لذلك في هذه الفترة لا بد من استبدال التمارين بتمارين خفيفة لكي تبقى الممثلة في حالة حيوية بدون أن تضر جسدها أو تسبب تدفق للطمث. وهنا يمكن أن تمارس تمارين المشي السريع المنعش في الصباح فهي أفضل رياضة في هذه الفترة، كما أنها تخفف من تقلصات وآلام الطمث.

كما أن هنالك صعوبات تواجه الممثلة في تدريب الصوت والجسد ونسبة لاختلاف المرأة عن الرجل فإن هناك تمارين لا تناسبها من حيث التكوين الجسماني، فيختلف كل جسد عن الجسد الآخر فالممثلة قد تكون بدينة وقد تكون العكس، لذلك لا بد لنا من إيجاد تمارين تناسبها. كما أن هناك تمارين يمارسها الرجل باعتبار جسده مختلف عن المرأة مثلاً تمارين الحوض تناسب مع الرجل أكثر من المرأة الممثلة.

جسد المرأة:

وفسيولوجية جسم الممثلة هو العلم الذي يعنى بدراسة وظائف جسم الإنسان وأعضائه، بمعنى أن علم وظائف الأعضاء هو العلم الذي يهتم بتشريح عمل الجسم بعيداً عن أي أمراض واختلالات.

يتكون جسم الإنسان من العديد من الأجهزة وكل جهاز يشارك العديد من الأعضاء لتكوينه، وكل عضو مكون من أنسجة مختلفة أما النسيج فيتكون من الخلايا

إن التدريب المستمر يؤدي إلى تغيرات فسيولوجية في كافة الأجهزة الجسدية، فتعمل بشكل أكثر كفاءة عموماً عند ممارسة التمارين الرياضية أو التدريب يمر الجسد بثلاث مراحل هي:

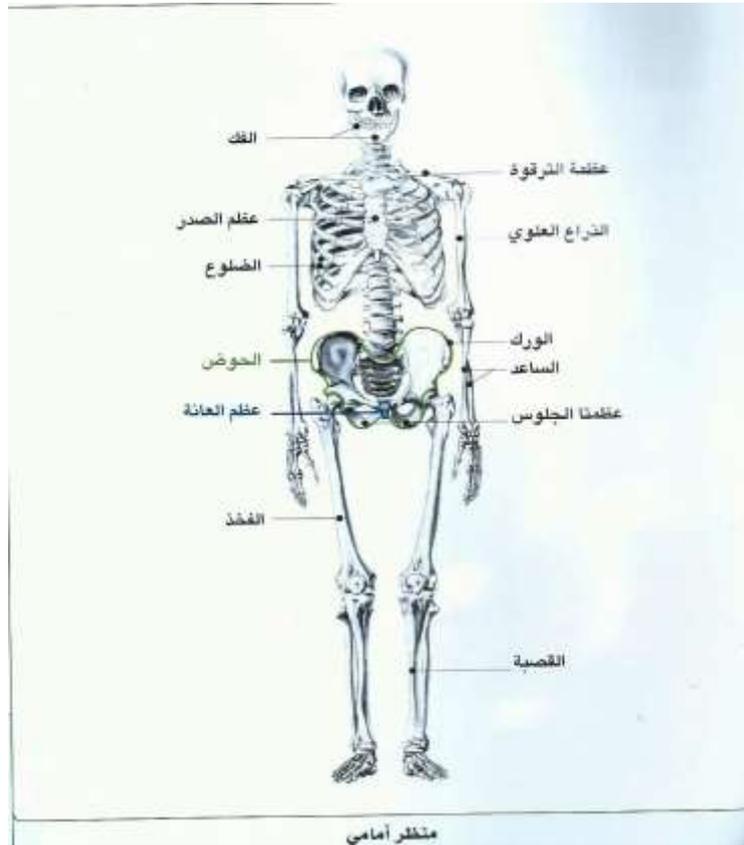
- مرحلة التحضير (الإعداد).
- مرحلة العمل (الجهد).
- مرحلة ما بعد الجهد (الراحة والاستجمام).

الصعوبات التي تواجه الممثلة:

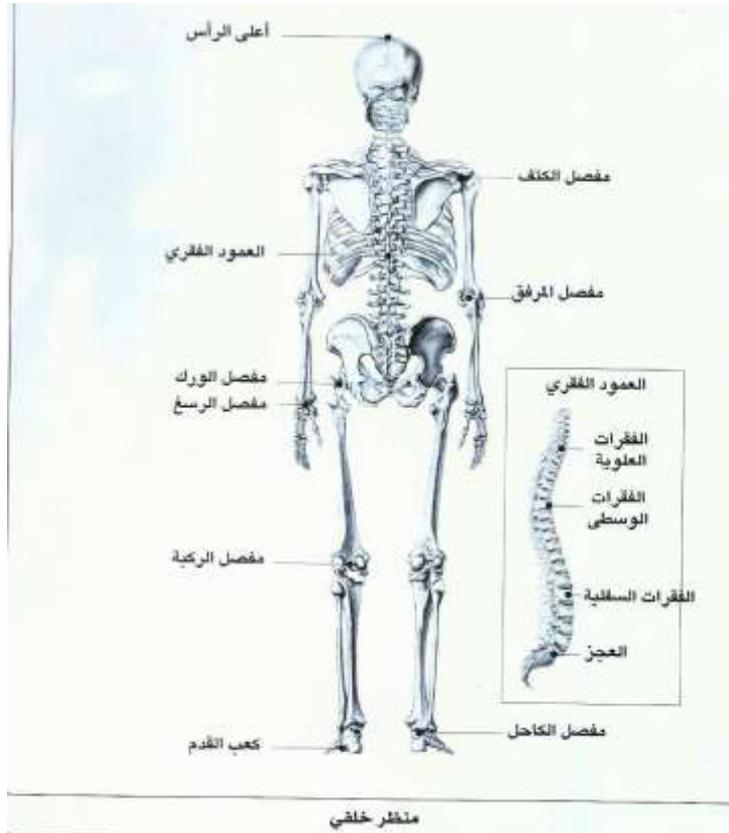
لكي يقوم الدارس ببرنامج تدريبي يهتم بالتدريبات التي تناسب الممثلة من حيث تكوينها الفسيولوجي لا بد للدارس أن يعي عظام وعضلات جسم الإنسان واختلافها عند الرجل والمرأة حتى يتسنى للدارس أن يقوم بتقديم تدريبات تناسب الممثلة.

جسم الإنسان يتكون من الهيكل العظمي البشري وسوف يرفق الدارس نموذج أمامي وخلفي لكي يبين أعضاء جسم الإنسان (صورة أ، ب).

ولا بد للدارس من توضيح الفروقات في تكوين جسم المرأة وجسم الرجل وذلك إذا رأى الدارس أن يقوم بعمل جدول يوضح الفرق بينهما.



صورة توضح الهيكل العظمي منظر أمامي



صورة توضح الهيكل العظمي منظر خلفي

جدول يوضح الفرق بين جسم المرأة وجسم الرجل

المرأة	الرجل
1. طول المرأة أقل من معدل طول الرجل بمقدار 12سم	
2. وزن المرأة 43 كيلوجرام	وزن جسم الرجل 47 كيلوجرام
3. الجهاز العصبي أصغر حجماً وأقل سرعة من الرجل وأضعف حركة بقدر الثلث	
4. قلب المرأة أصغر وأخف بمقدار 60 جرام	قلب الرجل أكبر وأثقل
5. الجهاز التنفسي عند المرأة أضعف، تحرق المرأة 9,4 جرام في الساعة	الجهاز التنفسي عند الرجل أقوى، يحرق 11 جرام من الكربون في الساعة
6. تركيبية جسم المرأة أقل متانة	تركيبية جسم الرجل أكثر متانة
7. عظام المرأة أقل صلابة وأقل ثقلاً من الرجل	عظام الرجل أصلب وأثقل من عظام المرأة
8. عظام الحوض أكثر اتساعاً من عظام الحوض عند الرجل وهذا يجعلها أقل قدرة على الحركة والانتقال	عظام الحوض أقل اتساعاً
9. فخذ المرأة أكثر ميلاناً ذلك لا يساعدها على الثبات وحمل الأثقال وخفة الحركة	فخذ الرجل أقل ميلاناً

قدم الرجل أقل تسطحاً	10. قدم المرأة أكثر تسطحاً لذلك لا تستطيع أن تجاربه في المشي مسافات طويلة
القفص الصدري للرجل متسع	11. القفص الصدري للمرأة أقصر وأقل سعة واستدارة وبرزواً من صدر الرجل
العمود الفقري عند الرجل أكثر طولاً وفقراته أثقل وزناً من العمود الفقري عند المرأة	12. العمود الفقري عند المرأة أقل طولاً وفقراته أخف وزناً
أثقل وزناً وأكثر طولاً	13. عظام الأطراف أخف وزناً وأقل طولاً
أكتاف الرجل أعرض	14. أكتاف المرأة أقل عرضاً

المصدر: موسوعة العلوم الطبية الخامسة، دمشق، د. وليد بن صلاح الدين.

فبشكل عام فإن عظام المرأة أرق وأخف وأقل صلابة.

وأيضاً هنالك اختلاف في عضلات الرجل وعضلات المرأة، فالاختلافات التشريحية كما يلي:

عضلات الرجل	عضلات المرأة
عضلات الرجل أقوى.	1. عضلات المرأة أضعف وتحتوي على سائل مائي أكثر مما تحويه عضلات الرجل، لذلك فهي (رخوة)
قلب الرجل أكبر حجماً وأثقل وزناً من قلب المرأة	2. قلب المرأة أصغر حجماً وأقل وزناً عن قلب الرجل

3. شرايين المرأة وأوردتها أضيق	شرايين الرجل وأوردته أوسع
4. حنجرة المرأة أصغر وأقل تصلباً	حنجرة الرجل أكبر
5. أوتار الصوت عند المرأة أرق وأنعم عن الرجل	أغلظ وقوية

المصدر: أصل وطبيعة الجنسين، وتأثيرها على الأداء نقلاً عن صحيفة الهدف، العدد 1247، من الشبكة العنكبوتية.

وهناك ثمة فروق فردية في مستوى الأداء للتمارين الجسدية والصوتية بالنسبة للرجل الممثل والمرأة الممثلة، وقد تظهر في هذه الاختلافات التشريحية والفيسيولوجية والبيولوجية في الأداء الرياضي للتمارين بين الرجل والمرأة وتكون واضحة في الطول والوزن.

يتلخص الفرق بين الجنسين في الهيكل، كما أسلفنا سابقاً في الجدول.

كما يمثل مركز الثقل عند الإناث أقل ارتفاعاً منه لدى الذكور بسبب طول جزع الأنثى وقصر أطرافها، يمثل هذا العامل عائناً طبيعياً في تدريبات الجري والوثب، لكنه عامل إيجابي لحركات الاتزان، في المقابل.

كما تتأثر الوظائف التنفسية والقدرة على استهلاك الأكسجين بالبناء الأساسي للأجهزة العاملة في هذه الوظائف، لذلك نجد أن ثمة فروقاً في مستوى هذه الوظائف بين الجنسين، لذلك تبدو الممرات التنفسية لدى الأنثى أقل حجماً عن الذكور، كذلك حجم الرئتين ووزنهما لدى الأنثى أقل منه لدى الرجل، وبالتالي يتصف الجهاز التنفسي لدى الأنثى بزيادة سرعة التنفس وقلة عمقه وحجم هواء

التنفس في الدقيقة مقارنة بالرجل، كذلك تقل سعة الأنثى الحيوية بحوالي 1000 إلى 1500 سم ويقل حد استهلاك الأكسجين الأقصى بحوالي 500 إلى 1500 ملل في الدقيقة عند الرجل⁽¹⁾.

ومن الطبيعي أن يكون ثمة اختلاف في عمل الأجهزة الحيوية والكفاءة الفيسيولوجية لصالح الذكور مما يساعدهم على التفوق في تمارين محددة ورياضات مختلفة كنتيجة لوجود الاختلافات التشريحية والفيسيولوجية والبيولوجية وتفوق الذكور في معظم هذه الصفات.

ويرى الدارس ان الأداء الجسدي والصوتي يمكنه أن يقلل نسبة الفروق بين الجنسين عبر رفع كفاءة عمل أجهزة الأنثى الحيوية باستخدام طرق تدريب تناسبها.

ومن المؤكد أنه من الصعب أن تتلاشى هذه الفروق نهائياً نتيجة للاختلافات الطبيعية التي سبق ذكره، حتى وإن تشابه الهيكل التركيبي والبناء التشريحي بين الجنسين سيخل تأثير الهرمونات الأنثوية والهرمونات الذكورية بالعمل على وجود اختلافات في الكفاءة الوظيفية.

خصائص ممارسة الأداء الصوتي والجسدي عند المرأة المثلة:

يبدو التفاوت في اللياقة البدنية واضحاً بالنسبة للأنثى والذكر ولكن لا توجد فوارق في الاستجابة للنشاط الرياضي بين المرأة والرجل وهما على حد سواء ولكن هناك فوارق في تكوين الجسم في ميكانيكية العمل، لذا يجب أن نراعي خصائص المرأة عند التدريب.

(1) رباح النحاة، الاختلافات بين الجنسين وتأثيرهما على الأداء، الشبكة العنكبوتية.

لذلك لا بد للدارس أن يهتم بعمل تدريبات تناسب الممثلة والتي تعتمد على التوازن والتناسق الحركي بالدرجة الأساسية، وتختلف المرأة عند الرجل في التمرينات التي تحتاج قوة كبيرة ، ولكن عن طريق التمارين المستمرة التي تناسب الممثلة نسبة لاختلاف تكوينها الفيسيولوجي وأيضاً هنالك اختلاف في الجهاز التنفسي الذي يساعد في تمارين الصوت فنجد هنالك فرق بين الأنثى والرجل في التركيبة الفيسيولوجية بهذا الجدول:

الجهاز التنفسي عند الرجل	الجهاز التنفسي عند الأنثى
	1. حجم الرئتين وسعة الحجم الهوائي الاحتياطي للشهيق والزفير وحجم الهواء أقل مقارنة مع الرجل
حركة الشهيق والزفير عند الرجل تتم بحركة الحجاب الحاجز + حركة الصدر (أعمق).	2. حركة الشهيق والزفير عند الأنثى يتم بحركة الجزء العلوي من الصدر فقط.

المصدر: أصل وطبيعة الجنسين، وتأثيرها على الأداء نقلاً عن صحيفة الهدف، العدد 1247، من الشبكة العنكبوتية.

لذلك يجب على الدارس أن يبتكر تمارين للجسد والصوت تناسب طبيعة الممثلة لكونها أنثى ولها خاصيتها الفيسيولوجية.

المبحث الثاني

خصوصية الممثلة السودانية ونظرة المجتمع

المرأة الإعلامية في المجتمع ما لها وما عليها:

كثيراً ما يرد في أذهان بعض المجتمعات أسئلة تتعلق بالمرأة العاملة عموماً وخصوصاً المرأة الممثلة، فهل استطاعت التوفيق بين مهنة التمثيل والزواج باعتباره من خصوصيتها، أم أن نجاحها المهني غالباً ما يأتي على حساب حياتها الخاصة، فهل يعتمد فعلاً نجاح الممثلة على الجهد أم على شيء آخر كضريبة تدفعها من سمعتها لقاء شهرتها. هذه هي نظرة المجتمع للممثلة.

فهناك أصبح خلاف بين نظرة المجتمع للمرأة العاملة في مهنة التمثيل عنها في أي مهنة أخرى. فالمجتمع ينظر للمرأة الممثلة نظرة سلبية على أنها منفتحة وكيف يقبل أهلها أن تعمل بمهنة التمثيل لارتباط التمثيل ببنات الهوى كما ذكرنا سابقاً في استخدام أول ممثلة تعطي خشبة المسرح وهذا الارتباط تاريخي. فنظرة المجتمع للمرأة العاملة ظالمة وغير منصفة، فنظرة المجتمع تؤثر في دور المرأة في العمل بتوعية المجتمع الذي تعيش فيه من حيث الثقافات والمعتقدات والعادات والتقاليد التي تحكمه والأفكار والقيم التي تتحكم فيه ومع هذا كله فإن المرأة بطبيعتها وطبيعتها ودورها في الحياة يجب أن تحاط بسياح من التشريعات القانونية التي تمكنها من أداء دورها في الحياة الاجتماعية والاقتصادية.

المرأة العاملة تواجه مشكلات عديدة نتيجة لعملها خارج المنزل ومشاركة الرجل في مختلف المهن وذلك نتيجة لاتجاهات المجتمع الذي تعيش فيه، وهناك اختلاف في وجهات النظر الاجتماعية بالنسبة لدور المرأة وعملها الطموح

والنجاح وتحقيق الذات في العمل، فنجد المجتمع يرفض عمل المرأة الممثلة بشكل عام، ورغم الاتجاهات المختلفة نحو المرأة العاملة وكيفية عملها خارج المنزل إلا أن المرأة العاملة استطاعت أن تثبت قدرتها على القيام بكافة الأعمال والعمل والإنتاج والتنمية وهي قادرة على تقسيم وقتها حسب ظروفها وعملها كما أن المرأة العاملة تكسب قوتها وتميل إلى التحرر وتؤدي إلى رفع مستوى المعيشة.

لذا علينا الاعتراف بأن المرأة تؤدي دوراً مهماً وأساسياً في الحياة الاجتماعية والاقتصادية، فالمرأة تشكل بشكل واقعي ثلث القوى العاملة في العالم، كما أن عدد من النساء العاملات يختلف من بلد لآخر على حسب الأوضاع الاجتماعية والاقتصادية، فنعرف أن للمرأة دور كبير في المجتمع فهي أساس قيام المجتمعات منذ القدم وكانت المرأة تقاوم إلى جانب الرجل.

خصوصية الممثلة السودانية (البيئة الاجتماعية):

ترتبط خصوصية الممثلة السودانية بمجمل القضايا السياسية والاقتصادية والاجتماعية، كما تعتبر قضية ذات خصوصية لاحتياجات وظروف خاصة كثيراً ما تبعدها عن دائرة النفير الاجتماعي لذلك تأثرت الممثلة السودانية بالتراجع في برامج النفير الاجتماعي الذي حدث في بيئة المجتمع السوداني مما أدى إلى جملة من التغيرات والتبدلات في الخريطة الاجتماعية للمرأة. فبدخول المرأة السودانية عالم المسرح عانت الممثلة السودانية من أحكام أخلاقية ودينية واجتماعية، تجلّت في نظرة المجتمع إليها نظرة احتقار وتوجس وشك في سلوكها، وهي التي سميت فنانة أي يعني سلوك الإثارة بالمفهوم الشعبي العام فكثيراً ما نصف أفعال المرأة الغير مقيدة بضوابط اجتماعية.

لذا كان على رائدات المسرح السوداني مواجهة مستويين من التحدي، أولاً رفض المجتمع السوداني للممثلة بصفة عامة، وثانياً تغيير نظرة المجتمع للممثلة، عند إنشاء معاهد للتمثيل، كان لا بد للممثلات أن يتوجهن إلى دراسة فن التمثيل، لذلك كان على المرأة المسرحية في البداية ان تظهر بمظهر محترم كان عليها أن تلتزم بهذا المظهر.

أريد أن أبين هنا انه لا توجد ثنائية حقيقية في نظرة المرأة إلا عند الذين لا يؤمنون حقاً بما يدعونه في كلا الجانبين. فقد نرى أن بعض المتزمتين في مجتمعنا الذين يكثرون من قدسية المرأة واعتبارها قيمة مصونة تقتضي الحماية وأمانة ينبغي الحفاظ عليها، وأظن أن النظرة الازدواجية للمرأة لن تعود كذلك إذا نظر الجميع ومنهم المرأة نفسها إلى طبيعتها الفطرية البسيطة وابتعدوا عن الفلسفة وإلباس الحقيقة ألوان الشهوات والميول لأن النظر في مرآة صافية يعكس الصورة الحقيقية للأشياء وبشكل أفضل من ماسة متعددة الأوجه وإن كانت الصور في هذه الأخيرة تظهر ماسيته.

مهنة التمثيل مهنة ليست كأي مهنة، فهي مقبولة من كل الفئات الاجتماعية، لكن في مسارحنا تنفذ باتفاق وإبداع منذ سنين كان التمثيل فن راقى يعكس الواقع والخيال بأساليب مختلفة وهو مرآة المجتمع وعلى الرغم من أن الهدف الرئيسي هو الترفيه إلا أن التمثيل له أهداف أخرى منها إعادة تمثيل التاريخ وتبسيطه للمشاهد وأن المرأة الممثلة لا تفلت من نظرة المجتمع لها بنظرات الشك في إبداعها والعمل على تصنيفه ومحاولات الزج بها في طريقة استخدام كر الأنوثة لتمكين من تثبيت وجودهن كلها ومحاولات للنيل من المرأة وتقليل شأنها، ودونية

جديدة أحلم بمستقبل بتقبل إبداع المرأة على كافة أشكاله دون تشكيك ودونية تهز
ثقتها بنفسها وهي التي تحارب على مر العصور (التكون).

تختلف نظرة الشعوب إلى المرأة عبر التاريخ ففي المجتمعات البدائية
الأولى كانت غالبيتها (الموهبة) وللمرأة السلطة العليا ومع تقدم المجتمعات
وخصوصاً الأولى ظهرت في حوض الرافدين.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

المبحث الأول تحليل البيانات

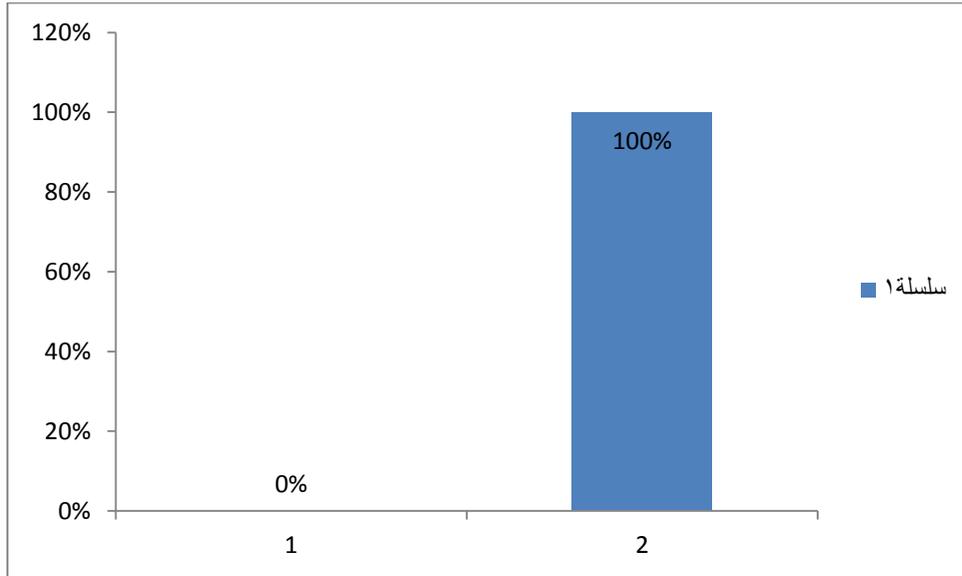
القسم الأول:

أولاً : البيانات الوظيفية والشخصية:

جدول (1)

يوضح توزيع العينة حسب الجنس

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
0%	0	ذكر
100%	60	أنثى
100%	60	المجموع

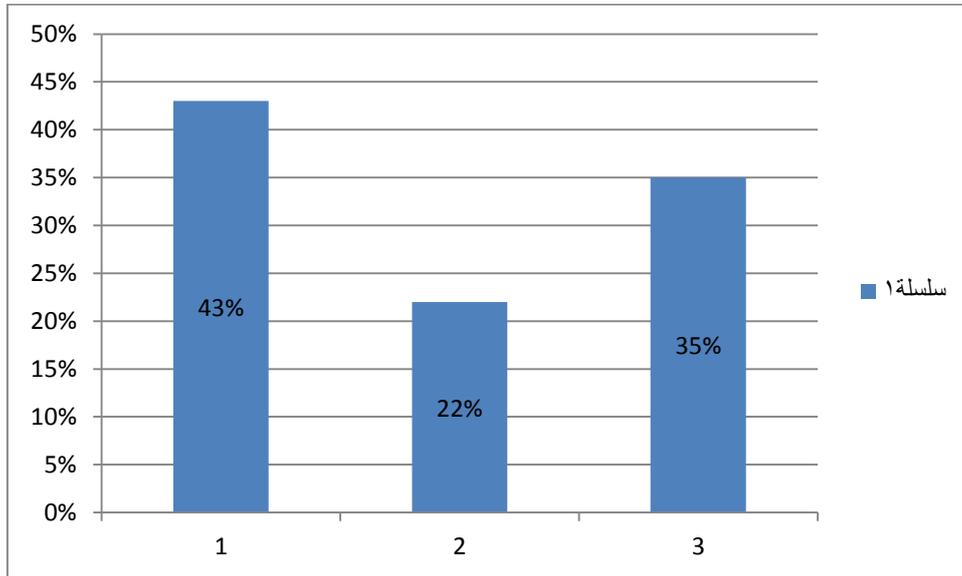


من الجدول أعلاه يتضح أن الاناث هي العينة المأخوذة في الدراسة وهم الفئة الاغلب حيث بلغت نسبتهم 100% اما الذكور فقد بلغت نسبتهم 0%. هذه النسبة العالية دلالة على ان الدراسة مختصة بالاناث.

جدول (2)

يوضع توزيع العينة حسب العمر

العمر	التكرار	النسبة المئوية
من 20 - 29 سنة	26	43%
من 30 - 39 سنة	13	22%
من 40-59 سنة	21	35%
المجموع	60	100%

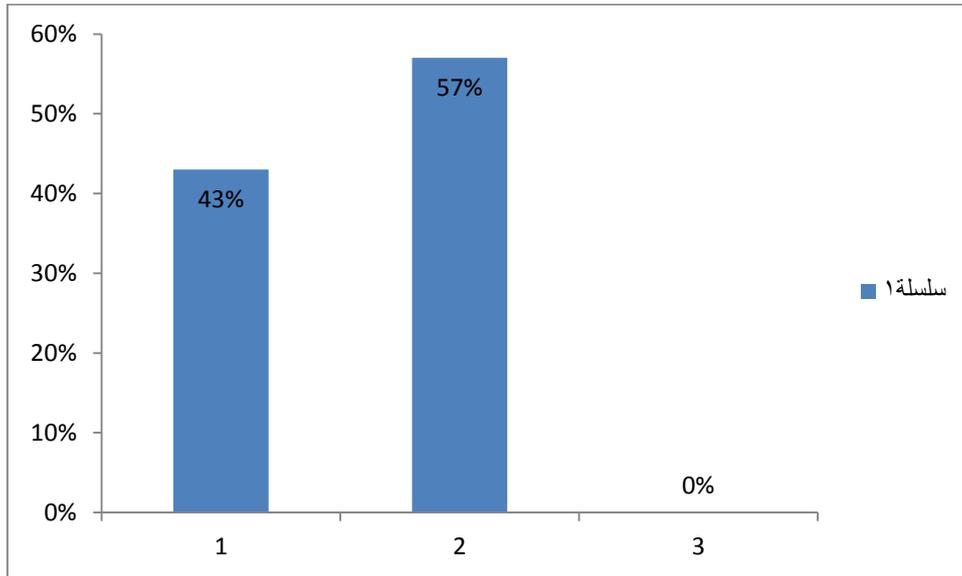


من الجدول أعلاه يتضح أن الافراد الذين تتراوح أعمارهم من 20 - 29 سنة نسبتهم 43% والافراد الذين تتراوح أعمارهم ما بين 30-39 سنة نسبتهم 22% والافراد ما بين 40-59 سنة نسبتهم 35%. وهذا يدل على ان نسبة الفئة العمرية 20-29 سنة هي الفئة التي تمتاز بالحيوية والنشاط والمعول عليها في موضوع البحث.

جدول (3)

يوضح توزيع العينة حسب الحالة الاجتماعية

النسبة المئوية	التكرار	الحالة الاجتماعية
43%	26	متزوجة
57%	34	عازبة
0%	0	ارملة
100%	60	المجموع

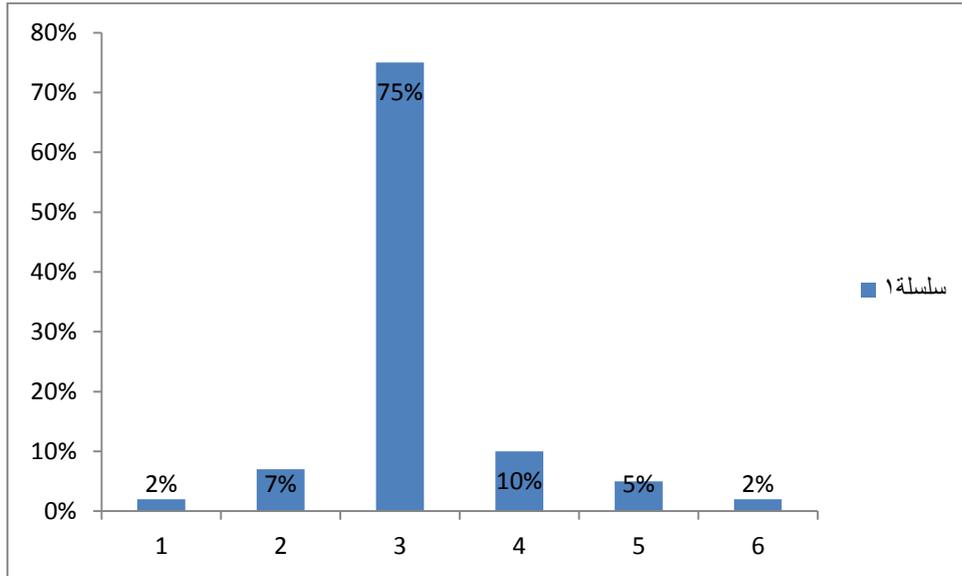


من الجدول أعلاه يتضح أن أغلب أفراد العينة عازبات حيث بلغت نسبتهم 57% أما المتزوجون فبلغت نسبتهم 43%، حيث خلت العينة من الارامل. وذلك دلالة على ان افراد عينة العازبات لديهم الوقت الكافي وعدم التقيد لأداء التدريب.

جدول (4)

يوضع توزيع العينة حسب المستوى التعليمي

النسبة المئوية	التكرار	المستوى التعليمي
2%	1	ثانوي
7%	4	دبلوم وسيط
75%	45	بكالوريوس
10%	6	دبلوم عالي
5%	3	ماجستير
2%	1	دكتورة
100%	60	المجموع



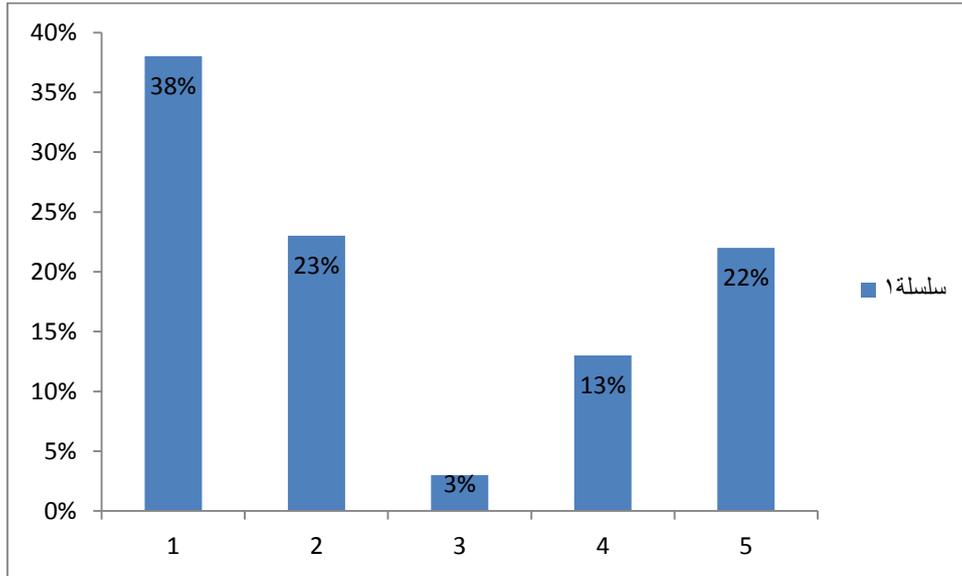
من الجدول أعلاه يتضح أن حملة البكالوريوس هم الاغلبية حيث بلغة نسبتهم 75% أما حملة الدبلوم العالي فقد بلغة نسبتهم 10% وجاءت حملة الدكتوراه والشهادة الثانوية هم الاقلية وكانت نسبتهم 2% أما الدبلوم الوسيط نسبتهم 7% والماجستير 5%.

دللت النسبة العالية لحملة درجة البكالوريوس انهم على الاستعداد العلمي والعملية لأداء تدريبات الصوت والجسد.

جدول (5)

يوضح توزيع العينة حسب الوظيفة

النسبة المئوية	التكرار	الدرجة الوظيفية
38%	23	ممتلة
23%	14	مخرجة
3%	2	خبير
13%	8	اكاديمي
22%	13	اخرى
100%	60	المجموع

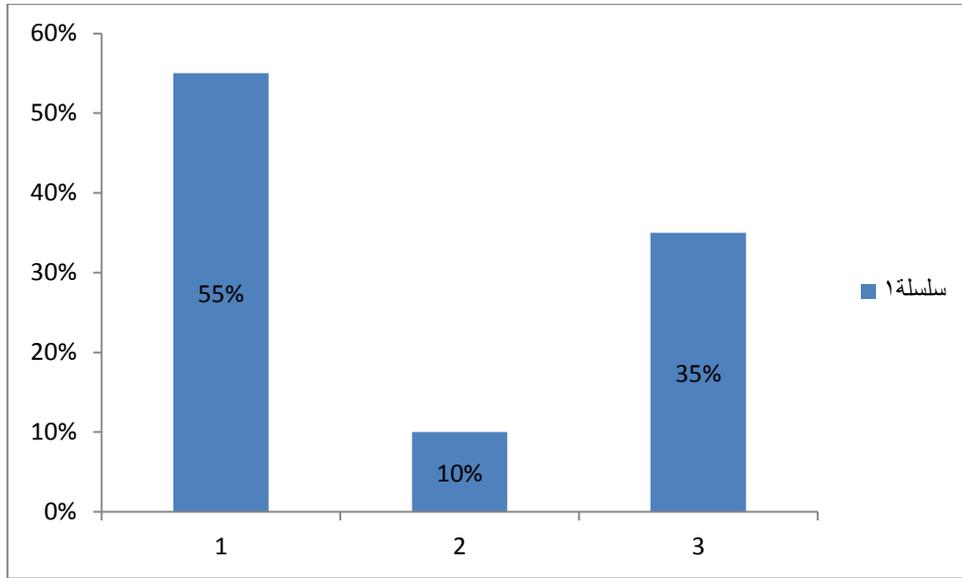


من الجدول أعلاه يتضح أن الافراد في الدرجة الوظيفية (ممتلة) نسبتهم 38% وهم الفئة الاغلب بين افراد عينة الدراسة، اما الافراد في وظيفة مخرجة 23% أما الاكاديميين نسبتهم 13% والخبراء 3% وهم الاضعف من بين أفراد العينة والذين يحملون وظائف اخرى بلغة نسبتهم 22%.
توضح نسبة فئة الممثلات النسبة الأعلى لخصوصية الممتلة في موضوع البحث.

جدول (6)

يوضح توزيع العينة حسب سنوات الخبرة

سنوات الخبرة	التكرار	النسبة المئوية
من 1 - 5 سنوات	33	55%
من 6 - 11 سنة	6	10%
من 12 فأكثر	21	35%
المجموع	60	100%



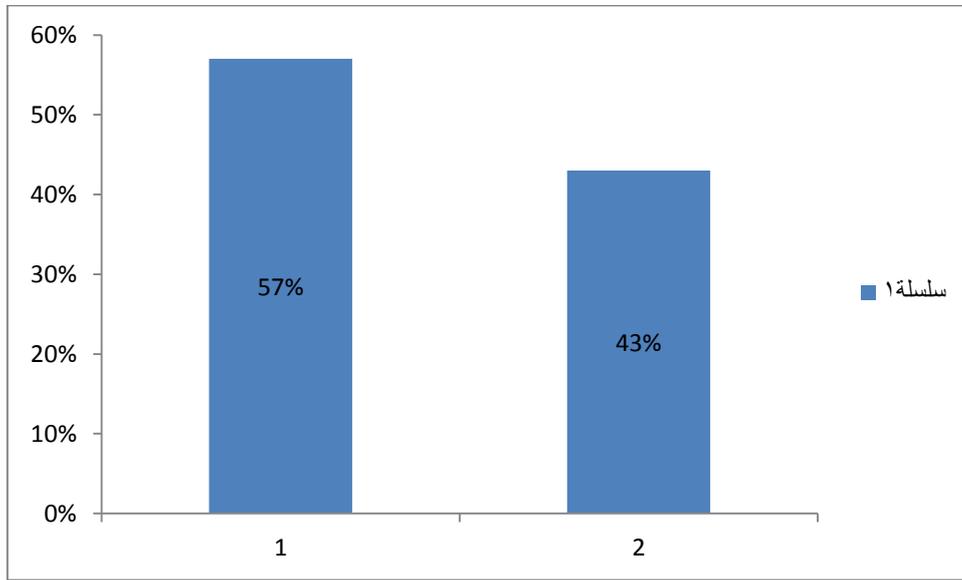
من الجدول أعلاه يتضح أن الافراد الذين تقل سنوات خبرتهم عن 5 سنوات نسبتهم 55% وهم الاغلبية والافراد الذين تتراوح سنوات خبرتهم ما بين 6-11 سنوات نسبتهم 10% اما الافراد الذين تفوق سنوات خبرتهم 12 سنة نسبتهم 35%.

من خلال فئات سنوات الخبرة اتضح ان رأي المبحوثين بان الذين تقل سنوات خبرتهم عن 5 سنوات هم الأكثر تواجداً في الساحة الفنية والمسرحية.

جدول (7)

هل عملت في مجال التدريب والتأهيل لإعداد الممثلة

عملت	التكرار	النسبة المئوية
نعم	34	57%
لا	26	43%
المجموع	60	100%



من الجدول أعلاه يتضح أن الذين عملوا في مجال التدريب والتأهيل 57% وهم الاغلبية أما الذين لم يعملوا في مجال التدريب والتأهيل نسبتهم 43%. من خلال ارتفاع نسبة الذين عملوا في مجال التدريب والتأهيل لإعداد الممثلة مما يدل على زيادة نسبة التأهيل والتدريب للممثلة.

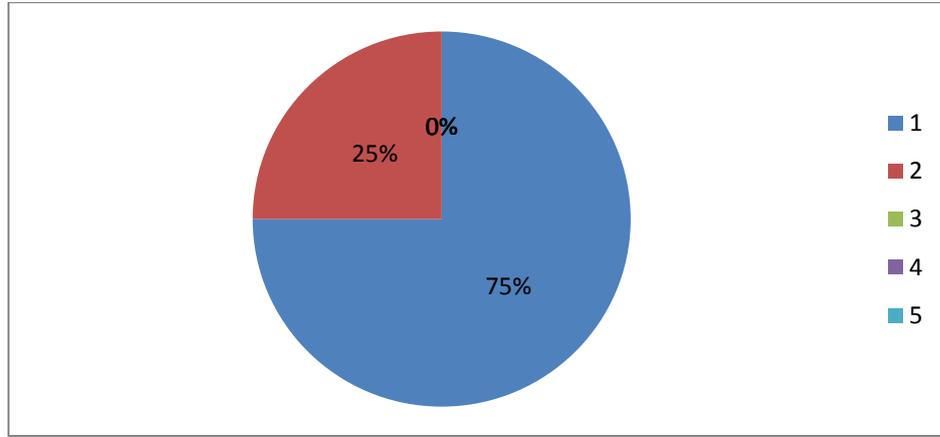
القسم الثاني: الاسئلة الخاصة بالفرضيات

الفرضية الاولى: هنالك علاقة بين توظيف الصوت والجسد عندما يتم توظيفهم بطريقة غير صحيحة ينعكس سلباً على أداء الممثلة:

جدول رقم (8)

للتدريب والاعداد للممثلة اثر في الأداء الصوتي والجسدي

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	45	75%
موافق	15	25%
محايد	0	0%
غير موافق	0	0%
غير موافق بشدة	0	0%
المجموع	60	100%



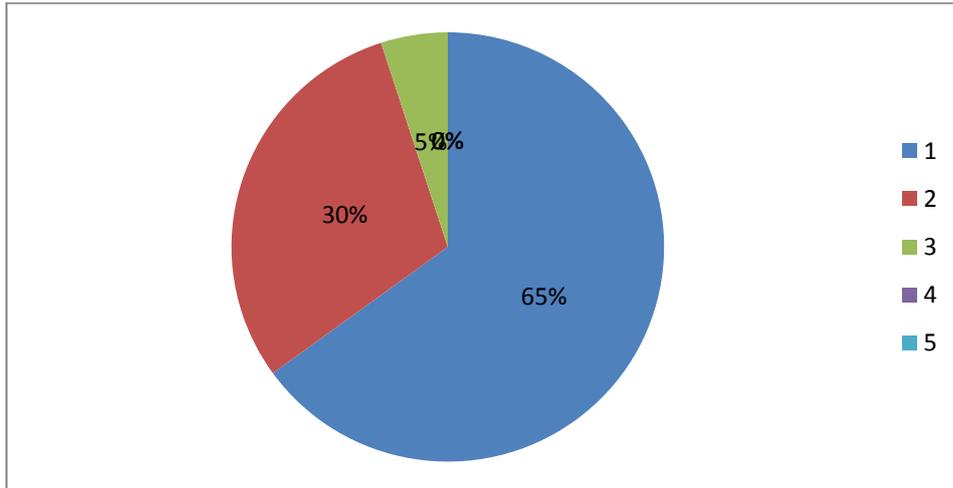
من الجدول أعلاه يتضح أن التدريب والاعداد للممثلة اثر في الاداء الصوتي والجسدي، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 75% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 25%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 0% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 0% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 0%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان التدريب والاعداد للممثلة له أثر كبير في الأداء الصوتي والجسدي مما يدل على أهمية التدريب والإعداد.

جدول (9)

التدريب والاعداد يمثل كفاءة الممثلة للصوت والجسد

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	39	65%
موافق	18	30%
محايد	3	5%
غير موافق	0	0%
غير موافق بشدة	0	0%
المجموع	60	100%



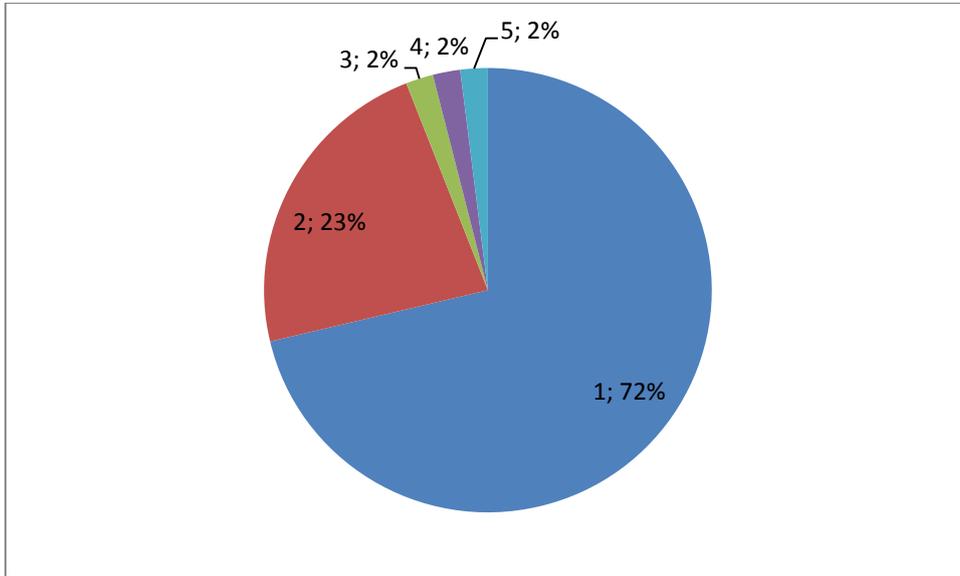
من الجدول أعلاه يتضح أن التدريب والاعداد يمثل كفاءة الممثلة في الصوتي والجسد، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 65% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 30%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 5% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 0% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 0%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان التدريب والاعداد يمثل كفاءة الممثلة للصوت والجسد مما يدل على أهمية التدريب والإعداد.

جدول (10)

التدريب السلبي للممثلة في تدريب الصوت والجسد ينعكس على أداءها التمثيلي

النسبة المئوية	التكرار	البيان
72%	43	موافق بشدة
23%	14	موافق
2%	1	محايد
2%	1	غير موافق
2%	1	غير موافق بشدة
100%	60	المجموع



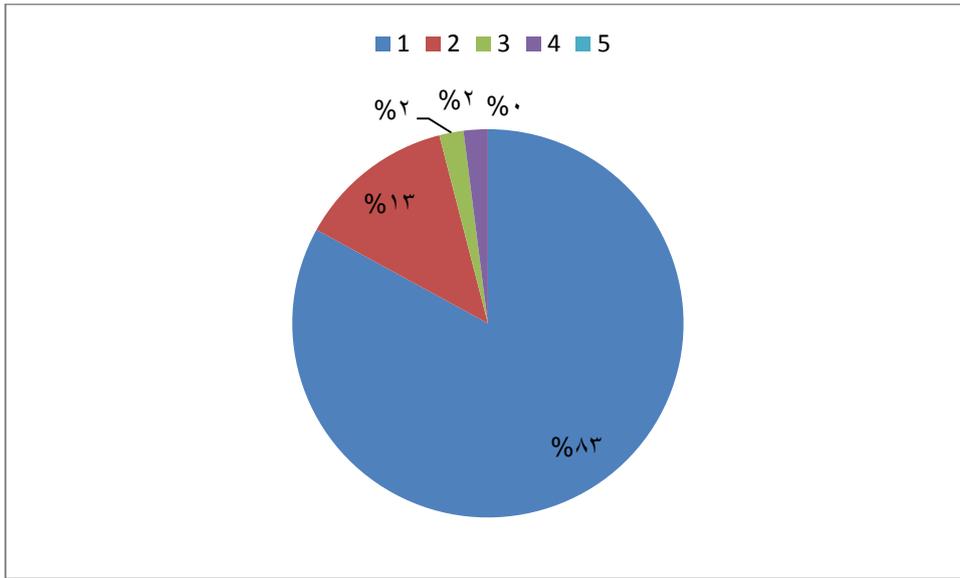
من الجدول أعلاه يتضح أن التدريب السلبي للممثلة في تدريب الصوت والجسد ينعكس على أداءها التمثيلي، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 72% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 23%، وتساوى كل من المحايدون والغير موافقين والغير موافقين بشدة وبلغت نسبتهم 6%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان التدريب السلبي للممثلة في تدريب الصوت والجسد ينعكس على أداءها التمثيلي مما يدل على أهمية التدريب.

جدول (11)

الورش التدريبية لصوت وجسد الممثلة لها دور في تطور الأداء الجسدي والصوتي

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	50	83%
موافق	8	13%
محايد	1	2%
غير موافق	1	2%
غير موافق بشدة	0	0%
المجموع	60	100%



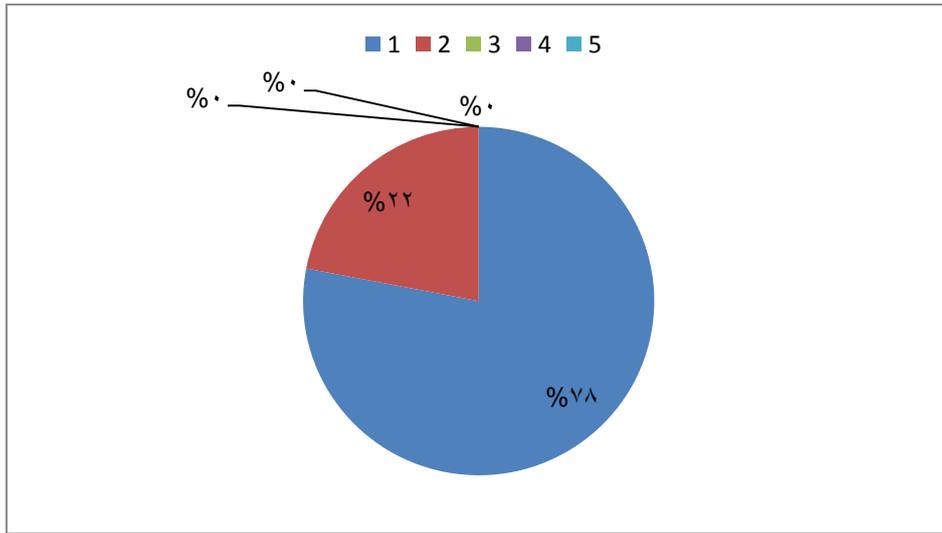
من الجدول أعلاه يتضح أن الورش التدريبية لصوت وجسد الممثلة لها دور في تطوير الأداء الجسدي والصوتي، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 83% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 13%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 2% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 2% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 0%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان الورش التدريبية لصوت وجسد الممثلة لها دور في تطور الأداء الجسدي والصوتي.

جدول (12)

التدريب المنتظم داخل المؤسسة المتخصصة تساعد في تطوير الصوت والجسد

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	47	78%
موافق	13	22%
محايد	0	0%
غير موافق	0	0%
غير موافق بشدة	0	0%
المجموع	60	100%



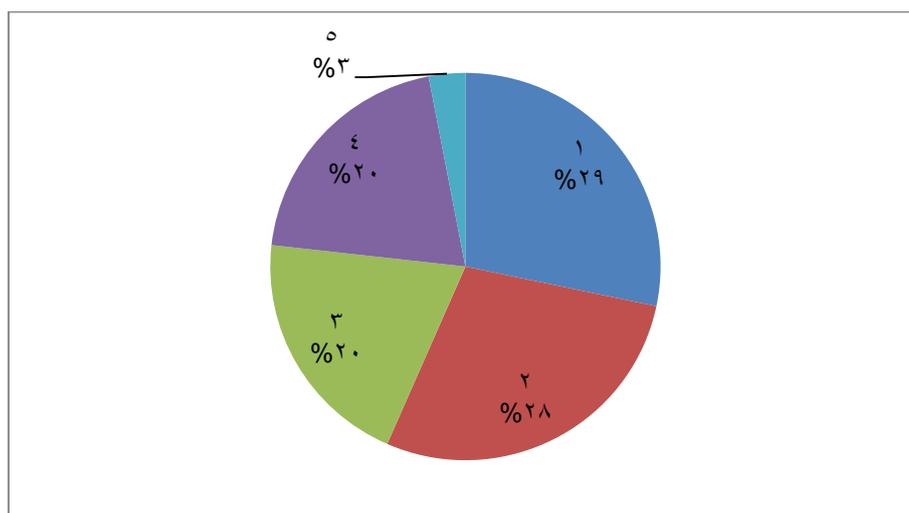
من الجدول أعلاه يتضح التدريب المنتظم داخل المؤسسة المتخصصة يساعد في تطوير الصوت والجسد، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 78% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 22%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 0% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 0% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 0%. من خلال آراء الباحثين يتضح ان التدريب المنتظم داخل المؤسسة المتخصصة تساعد في تطوير الصوت والجسد.

الفرضية الثانية: تعاني الممثلة السودانية من صعوبات بعض أنواع التدريبات الصوتية والجسدية نسبة لطبيعتها النوعية والمجتمعية:

جدول (13)

هل النشأة البيئية المختلفة للممثلة السودانية لتدريب الصوت والجسد تشكل عائق لها

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	17	28%
موافق	17	28%
محايد	12	20%
غير موافق	12	20%
غير موافق بشدة	2	3%
المجموع	60	100%

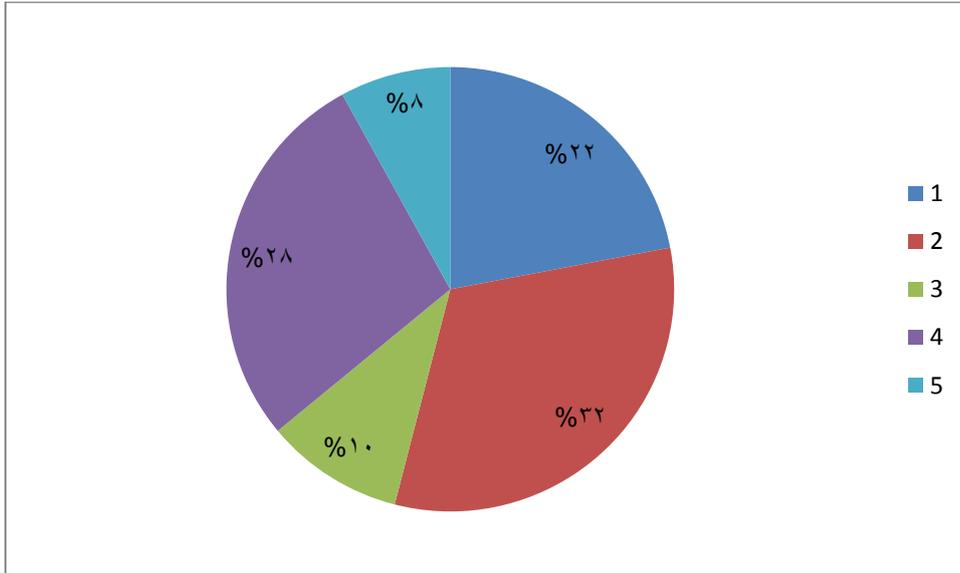


من الجدول أعلاه يوضح النشأة البيئية المختلفة للممثلة السودانية لتدريب الصوت والجسد تشكل عائق لها، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 28% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 28%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 20% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 20% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 3%. من خلال آراء المبحوثين يتضح ان النشأة البيئية المختلفة للممثلة السودانية لتدريب الصوت والجسد تشكل عائق لها.

جدول (14)

هل هنالك تمارين لا تتماشى مع الممثلة لاختلاف تركيبها الفسيولوجية

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	13	22%
موافق	19	32%
محايد	6	10%
غير موافق	17	28%
غير موافق بشدة	5	8%
المجموع	60	100%

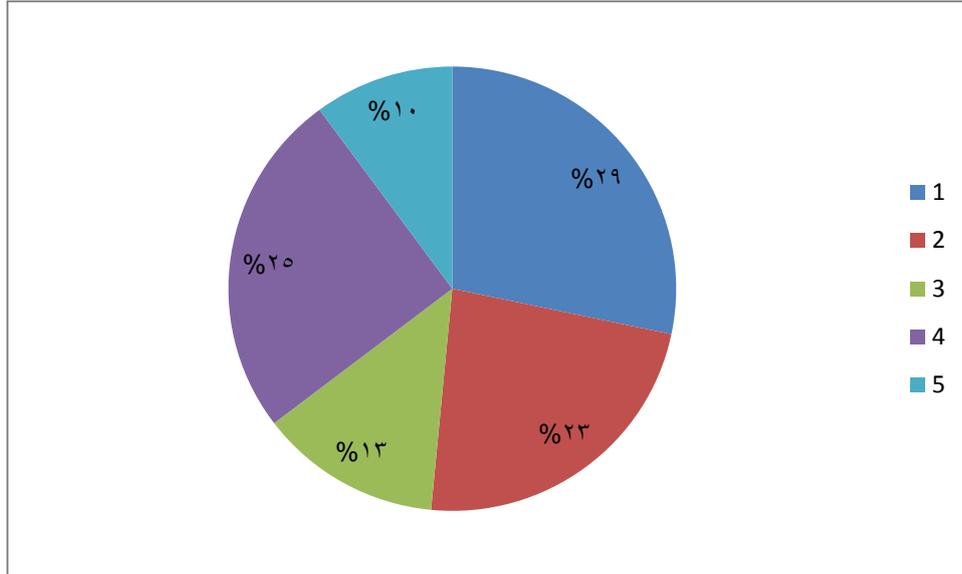


من الجدول أعلاه يتضح أن هنالك تمارين لا تتماشى مع الممثلة لاختلاف تركيبها الفسيولوجية، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 22% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 32%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 10% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 28% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 8%. من خلال آراء الباحثين يتضح ان هنالك تمارين لا تتماشى مع الممثلة لاختلاف تركيبها الفسيولوجية.

جدول (15)

هنالك تدريبات يقوم بها الممثل لا تتماشى مع الممتلة

النسبة المئوية	التكرار	البيان
28%	17	موافق بشدة
23%	14	موافق
13%	8	محايد
25%	15	غير موافق
10%	6	غير موافق بشدة
100%	60	المجموع



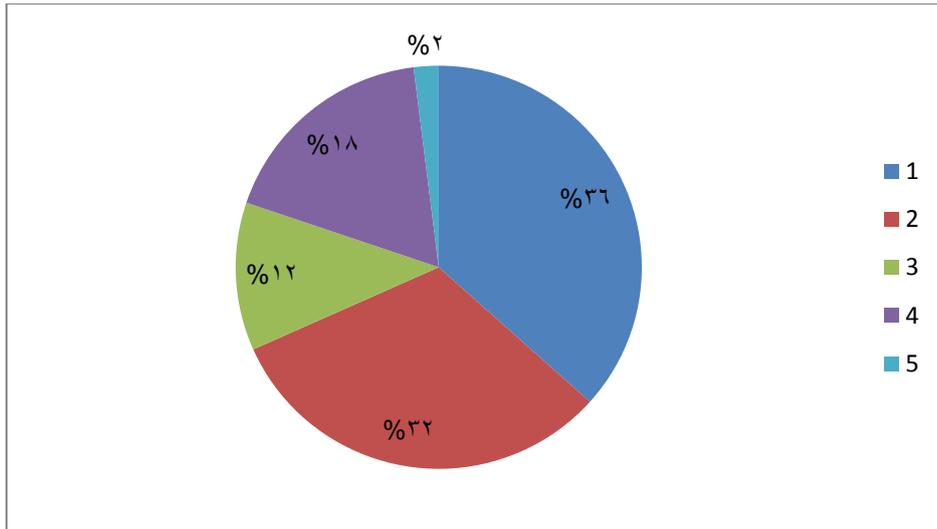
من الجدول أعلاه يتضح أن هنالك تدريبات يقوم بها الممثل لا تتماشى مع الممتلة، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 28% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 23%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 13% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 25% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 10%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان هنالك تدريبات يقوم بها الممثل لا تتماشى مع الممتلة.

جدول (16)

هنالك صعوبات في تدريب الممثلة لبعض أنواع التمارين قد لا تستطيع أداءها
نسبة لظروف صحية أو اجتماعية أو بيئية

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	22	37%
موافق	19	32%
محايد	7	12%
غير موافق	11	18%
غير موافق بشدة	1	2%
المجموع	60	100%



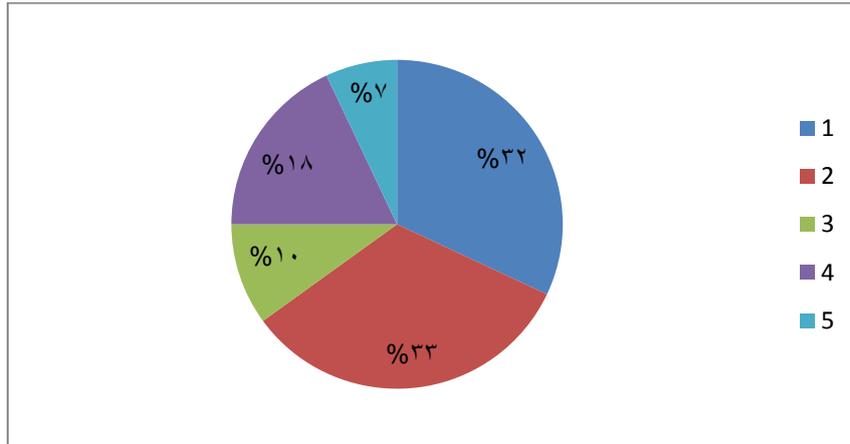
من الجدول أعلاه يتضح أن هنالك صعوبات في تدريب الممثلة لبعض أنواع التمارين قد لا تستطيع أداءها نسبة لظروف صحية أو اجتماعية أو بيئية، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 37% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 32%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 12% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 18% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 2%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان هنالك صعوبات في تدريب الممثلة لبعض أنواع التمارين قد لا تستطيع أداءها نسبة لظروف صحية أو اجتماعية أو بيئية.

جدول (17)

التركيبة الجسمانية تختلف من ممثلة الى أخرى لذلك توجد تمارين تتماشى مع الممثلة أكثر من الممثلة

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	19	32%
موافق	20	33%
محايد	6	10%
غير موافق	11	18%
غير موافق بشدة	4	7%
المجموع	60	100%



من الجدول أعلاه يتضح أن التركيبة الجسمانية تختلف من ممثلة الى أخرى لذلك توجد تمارين تتماشى مع الممثلة أكثر من الممثلة، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 32% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 33%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 10% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 18% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 7%.

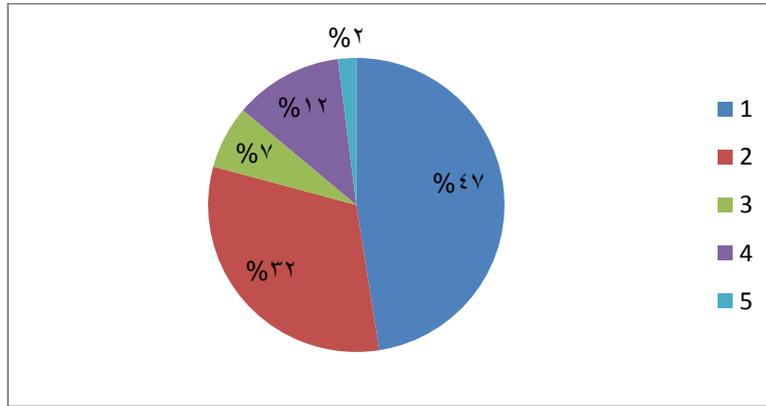
من خلال آراء المبحوثين يتضح ان التركيبة الجسمانية تختلف من ممثلة الى أخرى لذلك توجد تمارين تتماشى مع الممثلة أكثر من الممثلة.

الفرضية الثالثة: ايجاد تدريبات خاصة بالممثلة السودانية تراعي طبيعتها النفسية والفسولوجية نعكس ايجاباً على تدريبات الصوت والجسد

جدول (18)

غياب صيغ التدريب الرياضي في مراحل التعليم الاساسية لا يحفز الفتيات مستقبلاً لتلقي تدريبات على مستوى الصوت والجسد

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	29	48%
موافق	19	32%
محايد	4	7%
غير موافق	7	12%
غير موافق بشدة	1	2%
المجموع	60	100%



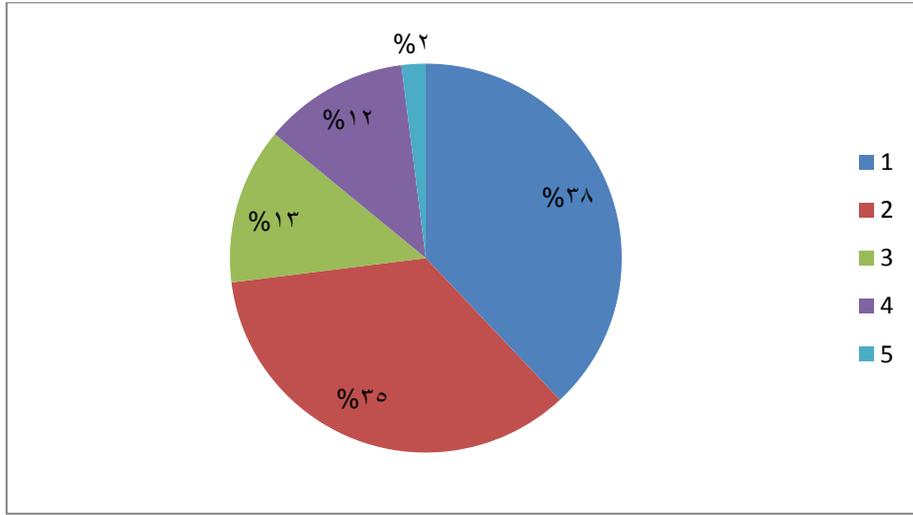
من الجدول أعلاه يتضح أن غياب صيغ التدريب الرياضي في مراحل التعليم الاساسية لا يحفز الفتيات مستقبلاً لتلقي تدريبات على مستوى الصوت والجسد، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 48% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 32%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 7% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 12% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 2%.

من خلال آراء الباحثين يتضح ان غياب صيغ التدريب الرياضي في مراحل التعليم الاساسية لا يحفز الفتيات مستقبلاً لتلقي تدريبات على مستوى الصوت والجسد.

جدول (19)

اعتماد دراما المسرح على لغة الحوار المنطوق شكل عائقاً أمام فنون الأداء
التعبيرية الجسدية

النسبة المئوية	التكرار	البيان
38%	23	موافق بشدة
35%	21	موافق
13%	8	محايد
12%	7	غير موافق
2%	1	غير موافق بشدة
100%	60	المجموع

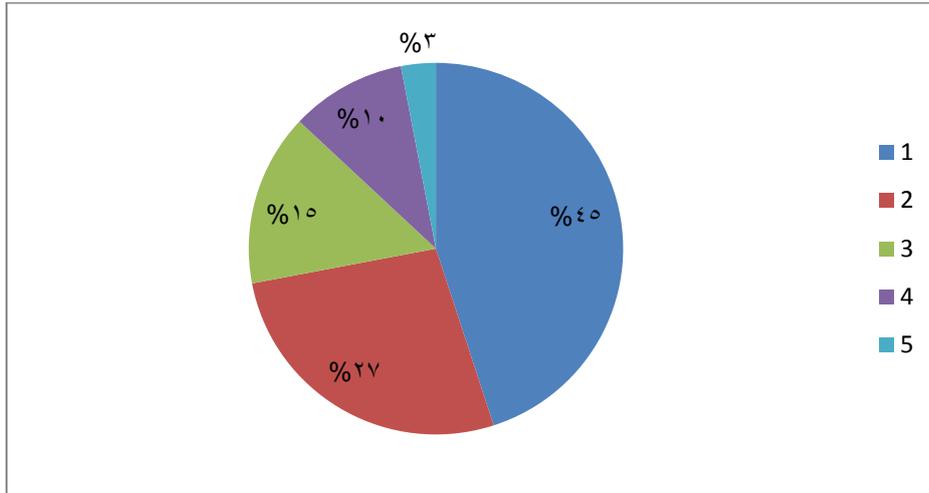


من الجدول أعلاه يتضح أن اعتماد دراما المسرح على لغة الحوار المنطوق شكل عائقاً أمام فنون الأداء التعبيرية الجسدية، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 38% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 35%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 13% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 12% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 2%. من خلال آراء المبحوثين يتضح ان اعتماد دراما المسرح على لغة الحوار المنطوق شكل عائقاً أمام فنون الأداء التعبيرية الجسدية.

جدول (20)

التجارب المسرحية وفنون الأداء الأخرى لم تفتح أبواب للاعتراف المهني في مجالات متخصصة للممثلة السودانية

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	27	45%
موافق	16	27%
محايد	9	15%
غير موافق	6	10%
غير موافق بشدة	2	3%
المجموع	60	100%

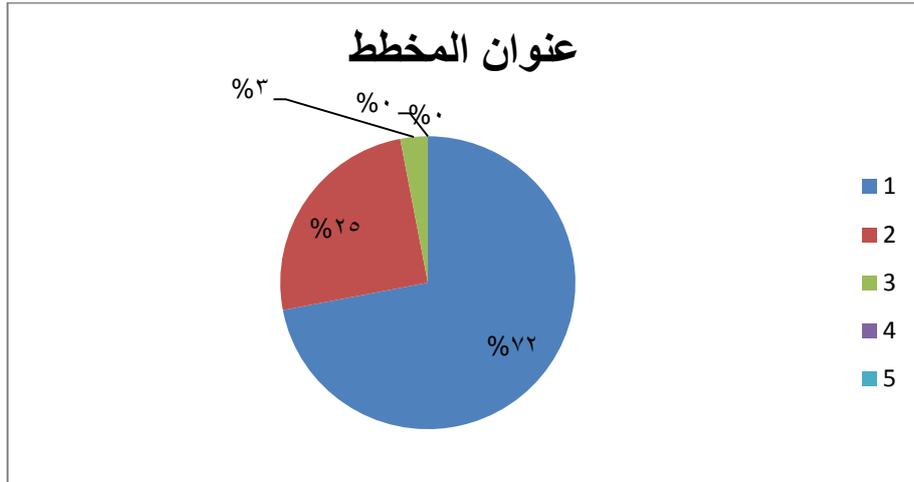


من الجدول أعلاه يتضح أن التجارب المسرحية وفنون الأداء الأخرى لم تفتح أبواب للاعتراف المهني في مجالات متخصصة للممثلة السودانية، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 45% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 27%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 15% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 10% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 3%. من خلال آراء الباحثين يتضح ان التجارب المسرحية وفنون الأداء الأخرى لم تفتح أبواب للاعتراف المهني في مجالات متخصصة للممثلة السودانية.

جدول (21)

التدريب السليم منذ الصغر واهتمام المدارس بالتدريب الجسدي والصوتي ينعكس ايجابا على أداء الممثلة مستقبلا

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	43	72%
موافق	15	25%
محايد	2	3%
غير موافق	0	0%
غير موافق بشدة	0	0%
المجموع	60	100%



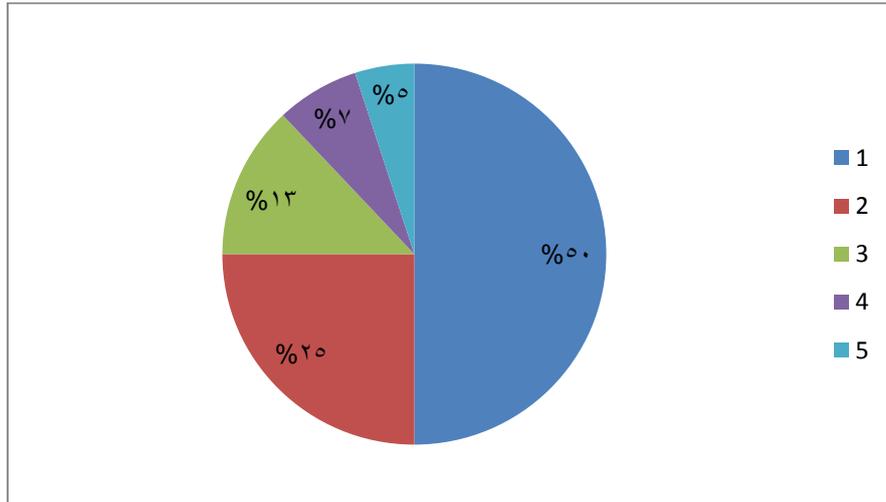
من الجدول أعلاه يتضح أن التدريب السليم منذ الصغر واهتمام المدارس بالتدريب الجسدي والصوتي ينعكس ايجابا على أداء الممثلة مستقبلا، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 72% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 25%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 3% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 0% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 0%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان التدريب السليم منذ الصغر واهتمام المدارس بالتدريب الجسدي والصوتي ينعكس ايجابا على أداء الممثلة مستقبلا

جدول (21)

ممارسة بعض العادات والتقاليد السالبة مثل الختان تخلق اثار صحية سالبة وتحد من التكيف مع التدريب البدني للفتيات

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	30	50%
موافق	15	25%
محايد	8	13%
غير موافق	4	7%
غير موافق بشدة	3	5%
المجموع	60	100%



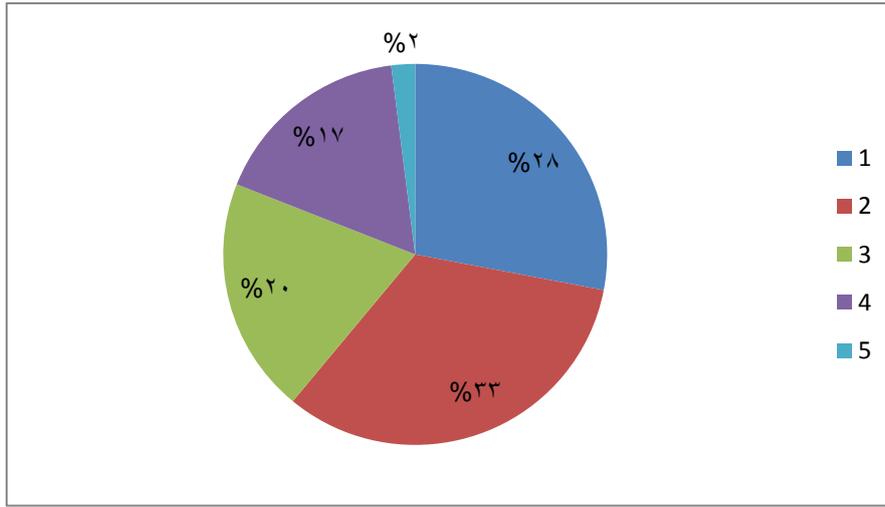
من الجدول أعلاه يتضح أن ممارسة بعض العادات والتقاليد السالبة مثل الختان تخلق اثار صحية سالبة وتحد من التكيف مع التدريب البدني للفتيات، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 50% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 25%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 13% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 7% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 5%. من خلال آراء الباحثين يتضح ان ممارسة بعض العادات والتقاليد السالبة مثل الختان تخلق اثار صحية سالبة وتحد من التكيف مع التدريب البدني للفتيات

الفرضية الرابعة: عمل الممثلة السودانية المتقن على تدريبات مناسبة لطبيعتها، هل من شأنه أن يغير من نظرة المجتمع لها؟

جدول (22)

التدريب المتقن للممثلة السودانية بتمارين تناسب طبيعتها من شأنه أن يغير نظرة المجتمع لها

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	17	28%
موافق	20	33%
محايد	12	20%
غير موافق	10	17%
غير موافق بشدة	1	2%
المجموع	60	100%



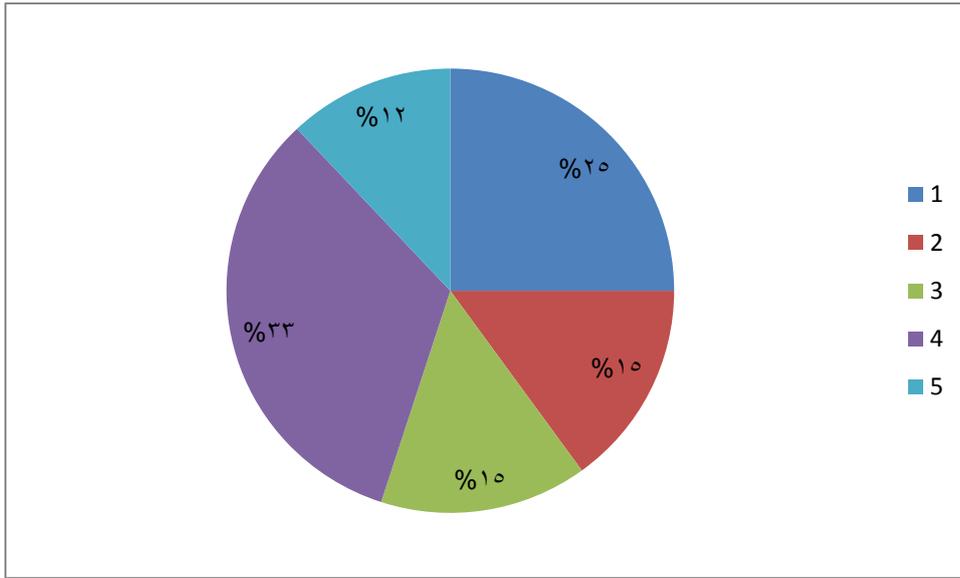
من الجدول أعلاه يتضح أن التدريب المتقن للممثلة السودانية بتمارين تناسب طبيعتها من شأنه أن يغير نظرة المجتمع لها، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 28% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 33%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 20% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 17% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 2%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان التدريب المتقن للممثلة السودانية بتمارين تناسب طبيعتها من شأنه أن يغير نظرة المجتمع لها

جدول (23)

تظل نظرة المجتمع للممثلة السودانية ثابتة

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	15	25%
موافق	9	15%
محايد	9	15%
غير موافق	20	33%
غير موافق بشدة	7	12%
المجموع	60	100%



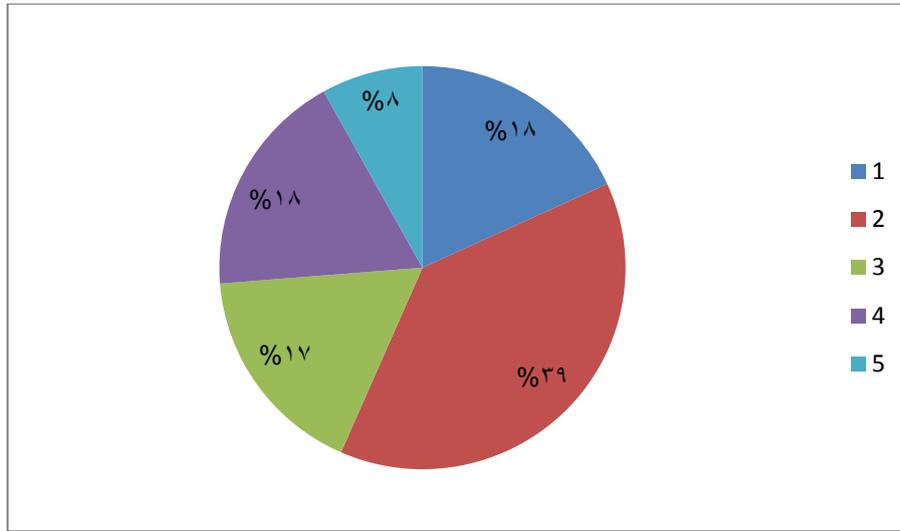
من الجدول أعلاه يتضح أن نظرة المجتمع للممثلة السودانية ثابتة، حيث وافق أغلب أفراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 25% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 15%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 15% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 33% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 12%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان نظرة المجتمع للممثلة السودانية تظل ثابتة

جدول (24)

وضع برنامج تدريبي خاص بالممثلة السودانية من ناحية التركيبية الفسيولوجية
للممثلة السودانية هل يغير النظرة لها

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	11	18%
موافق	23	38%
محايد	10	17%
غير موافق	11	18%
غير موافق بشدة	5	8%
المجموع	60	100%



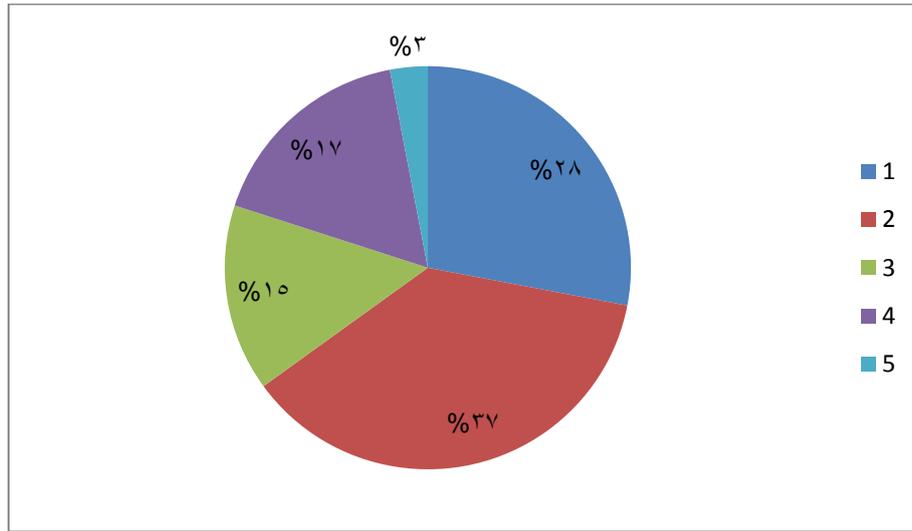
من الجدول أعلاه يتضح أن وضع برنامج تدريبي خاص بالممثلة السودانية من ناحية التركيبية الفسيولوجية للممثلة السودانية هل يغير النظرة لها، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 18% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 38%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 17% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 18% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 8%.

من خلال آراء المبحوثين يتضح ان وضع برنامج تدريبي خاص بالممثلة السودانية من ناحية التركيبية الفسيولوجية للممثلة السودانية يغير النظرة لها

جدول (25)

المجتمع والبيئة التي تنشأ فيها الممثلة تحد من مقدرتها في تدريبات الصوت والجسد

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	17	28%
موافق	22	37%
محايد	9	15%
غير موافق	10	17%
غير موافق بشدة	2	3%
المجموع	60	100%

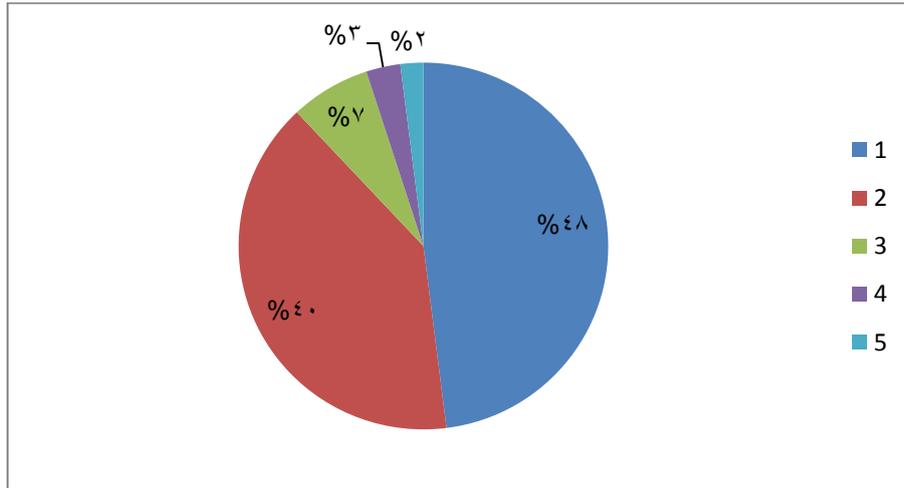


من الجدول أعلاه يتضح أن المجتمع والبيئة التي تنشأ فيها الممثلة تحد من مقدرتها في تدريبات الصوت والجسد، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 28% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 37%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 15% والافراد الذين يرون ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 17% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 3%. من خلال آراء الباحثين يتضح ان المجتمع والبيئة التي تنشأ فيها الممثلة تحد من مقدرتها في تدريبات الصوت والجسد

جدول (26)

ايجاد صالات خاصة لتدريب الممتلة السودانية وايجاد نوع تدريب خاص لها يؤثر ايجاباً على التدريب الصوتي والجسدي

البيان	التكرار	النسبة المئوية
موافق بشدة	29	48%
موافق	24	40%
محايد	4	7%
غير موافق	2	3%
غير موافق بشدة	1	2%
المجموع	60	100%



من الجدول أعلاه يتضح أن ايجاد صالات خاصة لتدريب الممتلة السودانية وايجاد نوع تدريب خاص لها يؤثر ايجاباً على التدريب الصوتي والجسدي، حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 28% والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 37%، اما الافراد المحايدون نسبتهم 15% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 17% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 3%. من خلال آراء المبحوثين يتضح ان ايجاد صالات خاصة لتدريب الممتلة السودانية وايجاد نوع تدريب خاص لها يؤثر ايجاباً على التدريب الصوتي والجسدي.

المبحث الثاني

مناقشة الفروض

جدول رقم (27)

الفرضية الاولى: هنالك علاقة بين توظيف الصوت والجسد عندما يتم توظيفهم بطريقة غير صحيحة ينعكس سلباً على أداء الممثلة:

العبارة	التكرار	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
	النسبة %					
للتدريب والاعداد للممثلة اثر في الأداء الصوتي والجسدي	التكرار	45	15	0	0	0
	النسبة %	%75	%25	%0	%0	%0
للتدريب والاعداد يمثل كفاءة الممثلة للصوت والجسد	التكرار	39	18	3	0	0
	النسبة %	%65	%30	%5	%0	%0
التدريب السلبي للممثلة في تدريب الصوت والجسد ينعكس على أداءها التمثيلي	التكرار	43	14	1	1	1
	النسبة %	%72	%23	%2	%2	%2
الورش التدريبية لصوت وجسد الممثلة لها دور في تطور الأداء الجسدي والصوتي	التكرار	50	8	1	1	0
	النسبة %	%83	%13	%2	%2	%0
التدريب المنتظم داخل المؤسسة المتخصصة تساعد في تطوير الصوت	التكرار	47	13	0	0	0
	النسبة %	%78	%22	%0	%0	%0
المجموع	التكرار	224	68	5	2	1
	النسبة %	%74.7	%22.7	%1.7	%0.7	%0.3

الجدول أعلاه يوضح أن هنالك علاقة بين توظيف الصوت والجسد عندما يتم توظيفهم بطريقة غير صحيحة ينعكس سلباً على أداء الممثلة حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 74.7%، والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 22.7% وعند جمعهما معاً تصبح النسبة (97.4%) وهي نسبة عالية جداً، اما الافراد المحايدون نسبتهم 1.7% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 0.7% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 0.3% وعند جمعهما معاً تصبح النسبة (0.9%) وهي بسيطة جداً، مما يؤكد صحة الفرضية.

الفرضية الثانية: تعاني الممثلة السودانية من بعض أنواع التدريبات الصوتية والجسدية نسبة لطبيعتها النوعية والمجتمعية

العبارة	التكرار		موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
	النسبة %	النسبة %					
هل النشأة البيئية المختلفة للممثلة السودانية لتدريب الصوت والجسد تشكل عائق لها	التكرار	17	17	17	12	12	2
	النسبة %	28%	28%	28%	20%	20%	3%
هل هنالك تمارين لا تتماشى مع الممثلة لاختلاف تركيبها الفسيولوجية	التكرار	13	19	6	17	5	5
	النسبة %	22%	32%	10%	28%	8%	8%
هنالك تدريبات يقوم بها الممثل لا تتماشى مع الممثلة	التكرار	17	14	8	15	6	6
	النسبة %	28%	23%	13%	25%	10%	10%
هنالك صعوبات في تدريب الممثلة لبعض أنواع التمارين قد لا تستطيع أداءها نسبة لظروف صحية أو اجتماعية أو بيئية	التكرار	22	19	7	11	1	1
	النسبة %	37%	32%	12%	18%	2%	2%
التركيب الجسمانية تختلف من ممثلة الى أخرى لذلك توجد تمارين تتماشى مع الممثل أكثر من الممثلة	التكرار	19	20	6	11	4	4
	النسبة %	32%	33%	10%	18%	7%	7%
المجموع	التكرار	88	89	39	66	18	18
	النسبة %	29.3%	29.7%	13%	22%	6%	6%

الجدول أعلاه يوضح أن الممثلة السودانية تعاني من بعض أنواع التدريبات الصوتية والجسدية نسبة لطبيعتها النوعية والمجتمعية حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 29.3%، والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 29.7% وعند جمعها معاً تصبح النسبة (59%) وهي نسبة عالية جداً، اما الافراد المحايدون نسبتهم 13% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 22% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 6% وعند جمعها معاً تصبح النسبة (28%) وهي بسيطة جداً، مما يؤكد صحة الفرضية.

الفرضية الثالثة: ايجاد تدريبات خاصة بالممثلة السودانية تراعي طبيعتها النفسية والفسولوجية

ينعكس ايجاباً على تدريبات الصوت والجسد

غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	التكرار	العبارة
					النسبة %	
1	7	4	19	29	التكرار	غياب صيغ التدريب الرياضي في مراحل التعليم الاساسية لا يحفز الفتيات مستقبلاً لتلقي تدريبات على مستوى الصوت والجسد
%2	%12	%7	%32	%48	النسبة %	
1	7	8	21	23	التكرار	اعتماد دراما المسرح على لغة الحوار المنطوق شكل عائقاً امام فنون الأداء التعبيرية الجسدية
%2	%12	%13	%35	%38	النسبة %	
2	6	9	16	27	التكرار	التجارب المسرحية وفنون الأداء الاخرى لم تفتح ابواب للاحتراف المهني في مجالات متخصصة للممثلة السودانية
%3	%10	%15	%27	%45	النسبة %	
0	0	2	15	43	التكرار	التدريب السليم منذ الصغر واهتمام المدارس بالتدريب الجسدي والصوتي ينعكس ايجاباً على أداء الممثلة مستقبلاً
%0	%0	%3	%25	%72	النسبة %	
3	4	8	15	30	التكرار	ممارسة بعض العادات والتقاليد السالبة مثل الختان تخلق اثار صحية سالبة وتحد من التكيف من التدريب البدني للفتيات
%5	%7	%13	%25	%50	النسبة %	
7	24	31	86	152	التكرار	المجموع
%2.3	%8	%10.3	%28.7	%50.7	النسبة %	

الجدول أعلاه يوضح ايجاد تدريبات خاصة بالممثلة السودانية تراعي طبيعتها النفسية والفسولوجية ينعكس ايجاباً على تدريبات الصوت والجسد حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 50.7%، والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 28.7% وعند جمعها معاً تصبح النسبة (79.4%) وهي نسبة عالية جداً، اما الافراد المحايدون نسبتهم 10.3% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 8% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 2.3% وعند جمعها معاً تصبح النسبة (10.3%) وهي بسيطة جداً، مما يؤكد صحة الفرضية.

الفرضية الرابعة: عمل الممثلة السودانية المتقن على تدريبات مناسبة لطبيعتها، هل من شأنه أن يغير من نظرة المجتمع لها؟

غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	التكرار	العبارة
					النسبة %	
1	10	12	20	17	التكرار	التدريب المقتن للممثلة السودانية بتمارين تناسب طبيعتها من شأنه أن يغير نظرة المجتمع لها
%2	%17	%20	%33	%28	النسبة %	
7	20	9	9	15	التكرار	تظل نظرة المجتمع الممثلة السودانية ثابتة
%12	%33	%15	%15	%25	النسبة %	
5	11	10	23	11	التكرار	وضع برنامج تدريبي خاصة بالممثلة السودانية من ناحية التركيبية الفسيولوجية للممثلة السودانية هل يغير النظرة لها
%8	%18	%17	%38	%18	النسبة %	
2	10	9	22	17	التكرار	المجتمع والبيئة التي تنشأ فيها الممثلة تحد من مقدرتها في تدريبات الصوت والجسد
%3	%17	%15	%37	%28	النسبة %	
1	2	4	24	29	التكرار	ايجاد صالات خاصة لتدريب الممثلة السودانية وايجاد نوع تدريب خاص لها يؤثر ايجاباً على التدريب الصوتي والجسدي
%2	%3	%7	%40	%48	النسبة %	
16	53	44	98	89	التكرار	المجموع
%5.3	%17.7	%14.7	%32.7	%29.7	النسبة %	

الجدول أعلاه يوضح أن عمل الممثلة السودانية المتقن على تدريبات مناسبة لطبيعتها، هل من شأنه أن يغير من نظرة المجتمع لها حيث وافق اغلب افراد عينة الدراسة علي هذه العبارة وبلغت نسبة الافراد الذين اختاروا عبارة موافق بشدة 29.7%، والافراد الذين اختاروا عبارة موافق نسبتهم 32.7% وعند جمعهما معاً تصبح النسبة (62.4%) وهي نسبة عالية جداً، اما الافراد المحايدون نسبتهم 14.7% والافراد الذين يرون غير ذلك واختاروا عبارة غير موافق نسبتهم 17.7% والافراد الذين اختاروا عبارة غير موافق بشدة نسبتهم 5.3% وعند جمعهما معاً تصبح النسبة (23%) وهي بسيطة جداً، مما يؤكد صحة الفرضية.

نتائج مناقشة الفروض

1. أثبتت آراء المبحوثين أن هنالك علاقة بين توظيف الصوت والجسد عندما يتم توظيفهم بطريقة غير صحيحة ينعكس سلباً على أداء الممثلة
2. بينت آراء المبحوثين أن الممثلة السودانية تعاني من بعض أنواع التدريبات الصوتية والجسدية نسبة لطبيعتها النوعية والمجتمعية.
3. أوضحت نتائج آراء المبحوثين أن ايجاد تدريبات خاصة بالممثلة السودانية تراعي طبيعتها النفسية والفسولوجية ينعكس ايجاباً على تدريبات الصوت والجسد.
4. أظهرت نتائج المبحوثين أن عمل الممثلة السودانية المتقن على تدريبات مناسبة لطبيعتها، من شأنه أن يغير من نظرة المجتمع لها.

الفصل الخامس

الخاتمة والنتائج والتوصيات

الخاتمة

هدف هذا البحث إلى أهمية الصعوبات التي تواجه الممثلة السودانية في تدريبات الصوت والجسد موضوع الدراسة، وإلى بيان أهمية دراسة ومعرفة امكانية تدريب الممثلة وتحليل المشكلات التي تعاني منها.

واشتملت هذه الدراسة على مقدمة بالإضافة إلى خمسة فصول الفصل الأول يتكون من مبحثين الأول: المسرح في السودان والثاني: المرأة في المسرح السوداني.

اما الفصل الثاني اشتمل على مبحثين الأول: تدريبات الجسد والصوت عند استانسلافسكي، ماير هولد والمبحث الثاني: صوت وجسد الممثلة وعلاقة الصوت بالجسد.

أما الفصل الثالث فحوى مبحثين الأول: الصعوبات التي تواجه الممثلة في تدريبات الصوت والجسد والمبحث الثاني خصوصية المرأة السودانية ونظرة المجتمع نحو الممثلة.

الفصل الرابع تناول مبحثين الأول تحليل البيانات وعرض ومناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة الميدانية. الثاني حوى مناقشة الفروض.

والفصل الرابع والخاتمة والنتائج التي توصلت إليها الدراسة ثم التوصيات وتم عرض المصادر والمراجع التي تمت الاستعانة بها وأخيراً الملاحق الخاصة بموضوع الدراسة.

توصلت الدراسة من خلال مناقشة الفرضيات وتحليل الاستبيان إلى نتائج الدراسة التالية:

1. التدريب السلبي للممثلة في تدريب الصوت والجسد ينعكس على اداءها التمثيلي.
2. التدريب المنتظم داخل المؤسسة المتخصصة يساعد في تطوير الصوت والجسد.
3. هنالك صعوبات في تدريب الممثلة لبعض أنواع التمارين قد لا تستطيع اداءها نسبة لظروف صحية أو اجتماعية أو بيئية.
4. التدريب المتقن للممثلة السودانية بتمارين تناسب طبيعتها من شأنه أن يغير نظرة المجتمع لها.

نتائج اضافية توصلت لها الدراسة من خلال البحث والدراسة:

1. غياب صيغ التدريب الرياضي في مراحل التعليم الاساسية لا يحفز الفتيات مستقبلاً لتلقي تدريبات على مستوى الصوت والجسد.
2. اعتماد دراما المسرح على لغة الحوار المنطوق شكل عائقاً أمام فنون الأداء التعبيرية الجسدية.
3. التجارب المسرحية وفنون الأداء الاخرى لم تفتح أبواب للاحتراف المهني في مجالات متخصصة للممثلة السودانية.
4. التدريب والاعداد للممثلة له الاثر الفعال في الاداء الصوتي والجسدي.
5. التدريب السليم منذ الصغر واهتمام المدارس بالتدريب الجسدي والصوتي ينعكس ايجاباً على أداء الممثلة مستقبلاً.
6. ممارسة بعض العادات والتقاليد السالبة مثل الختان تخلق اثار صحية سالبة وتحد من التكيف مع التدريب البدني للفتيات.

التوصيات:

1. يجب الاهتمام بالتدريب والاعداد للممثلة في الأداء الصوتي والجسدي.
2. ضرورة انشاء المؤسسات المتخصصة التي تساعد في تطوير الصوت والجسد والأداء المسرحي.
3. اتاحة الفرص للفتيات من خلال النشاطات المدرسية الأساسية.
4. تشجيع الممثلة السودانية وتقديم الدعم المادي والمعنوي وزيادة مشاركتها الخارجية.
5. ضرورة الاهتمام بالفنون المسرحية للممثلة السودانية وبشكل خاص أداء الصوت والجسد.
6. ضرورة القيام بمزيد من البحوث المتعلقة بالممثلة السودانية.

المراجع والمصادر:

1. أحمد زكي، إتجاهات المسرح المعاصر- فنون العرض، الجزء الأول، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 2005م.
2. ادوارد معلم و ايمان عون، من الدائرة إلى الفراغ- رحلة نحو الإبداع، عشتار، رام الله، ط 1، 2004م.
3. استانسلافسكي اعداد الممثل في المعاناة الابداعية الدرس الثاني الخيال الرابع تركيز الانتباه ترجمة د. شريف شاکر الهيئة المصرية العامة للكتاب طبعة 1997.
4. جيمس روس إيفانز ، المسرح التجريبي من ستانسلافسكي إلى بيتربروك ، ت فاروق عبد القادر، مركز الشارقة للإبداع الفكرى.
5. حازم علي كمال الدين، دراسة في علم الأصوات، مكتبة الآداب ،ميدان الأوبرا، القاهرة.1999م، ط. 1.
6. رباح النحاة، الاختلافات بين الجنسين وتأثيرهما على الأداء، الشبكة العنكبوتية.
7. رضا غالب، الممثل والدور المسرحي، أكاديمية الفنون، 2009م.
8. شمس الدين يونس، فضل الله أحمد عبد الله، عبد الحفيظ على الله، المختصر المفيد في المسرح العربي الجديد، المسرح في السودان، الهيئة العربية للمسرح، الشارقة، ط1، 2009م.
9. شيلدون تشيني المسرح في ثلاثة الف سنه، ت دريني خشبة، ج ،وزارة الثقافة والإرشاد القومي القاهرة، ب.ت.
10. صالح سعد، الأنا الآخر إزدواجية الفن التمثيلي،سلسلة عالم المعرفة(274)الكويت، 2001م.
11. صبري المتولي دراسات في علم الأصوات، ، الناشر: مكتبة زهراء الشرق، طبعة 2006 ،القاهرة.

12. عادل حربي ، فنون الأداء التمثيلي عند الممثل في السودان الجزء الاول
طبعة 2003م.
13. فضل الله أحمد عبد الله، المسرح السوداني، مقاربات الأنا والآخر، المسرح
القومي السوداني، 2010م.
14. فيريبيتسكايا أ. ف. حركة الممثل على خشبة المسرح، ترجمة، محمد
مهران، إصدارات أكاديمية الفنون، ج 1 و ج 2، 1995م.
15. قستطنطين ستانسلافسكي، إعداد الممثل، ج 2، في التجسيد الإبداعي، ترجمة
شريف شاكر، دمشق، مطبوعات المعهد العالي للفنون المسرحية، 1985م.
16. كمال بسيوني، في الأدب اليوناني القديم، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة
1990م.
17. قستطنطين ستانسلافسكي، إعداد الممثل في المعاناة الإبداعية، ترجمة:
شريف شاكر، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1997م.
18. ماير هولد، ترجمة شريف شاكر، دار الفارابي بيروت طبعة كانون الأول
1979.
19. ماير هولد ، ترجمة شريف شاكر، دار الفارابي بيروت طبعة كانون الأول
1979.
20. محمود أبو دومة، تحولات المشهد المسرحي- الممثل والمخرج، دار
شوقيات، القاهرة، ط. 1، 2005م.
21. مدحت الكاشف، اللغة الجسدية للممثل، أكاديمية الفنون، دراسات ومراجع
المسرح (44).
22. مقالات من اوراق نقاش قدمها الاستاذ السر السيد، شبكة التواصل
الاجتماعي.
23. نجات علي، فن الإلقاء بين النظرية والتطبيق، الدار المصرية اللبنانية، طبعة
مارس 2008م.

24. هاشم صديق، كراسة تاريخ المسرح السوداني، كلية الدراما والموسيقى،

1996م

25. يان ميوجوسفيفي دراسة في سيميا الجسد، دمشق، وزارة الثقافة طبعة

1997م.

الملاحق

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا

قسم الدراسات العليا

كلية الموسيقى والدراما

أختي الممثلة..

السلام عليكم ومرحمة الله وبركاته

تقوم الدراسة بإعداد بحث الماجستير بعنوان **(الصعوبات التي تواجه الممثلة السودانية في تدريبات الصوت والجسد)** والخروج بنتائج وتوصيات تؤدي إلى ترقية وتطوير الممثلة السودانية في استخدام الصوت والجسد، فالرجاء الإجابة علي هذه الأسئلة بدقة وأمانة حتى تتم الاستفادة منها في هذا العمل وستكون الإجابات بسرية تامة لدي الدراسة لغرض البحث العلمي فقط.

مع خالص شكري وتقديري،،،

حنان عوض الجاك

طالبة ماجستير

أولاً: البيانات الشخصية والعامية:

(يرجى وضع إشارة (✓) أمام الإجابة المناسبة):

1- النوع:

ذكور أنثى

2- العمر:

من 20 - 29 سنة من 30 - 39 سنة

من 40 - 49 سنة من 50 - 59 سنة

3- الحالة الاجتماعية:

متزوجة عازبة

ارملة

4- المستوى التعليمي:

ثانوي دبلوم وسطي

بكالوريوس دبلوم عالي

ماجستير دكتوراه

5- الوظيفة:

ممثلة مخرجة

خبير أكاديمي

أخرى أذكر:

6- سنوات الخبرة:

1- 5 سنوات 6 - 11 سنة

12 فأكثر

7- هل عملت في مجال التدريب والتأهيل لإعداد الممثلة؟

نعم لا

أسئلة الاستبيان

(يرجى وضع إشارة (✓) أمام الإجابة المناسبة):

الفرضية الأولى:

❖ هناك علاقة بين توظيف الصوت والجسد عندما يتم توظيفهم بطريقة غير

صحيحة ينعكس سلباً على أداء الممثلة:

الرقم	الأسئلة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1	للتدريب والأعداد للممثلة اثر في الأداء الصوتي والجسدي					
2	للتدريب والاعداد يمثل كفاءة الممثلة للصوت والجسد					
3	التدريب السلبي للممثلة في تدريب الصوت والجسد ينعكس على أداءها التمثيلي					
4	الورش التدريبية لصوت وجسد الممثلة لها دور في تطور الاداء الجسدي والصوتي					
5	التدريب المتكامل للممثلة لتغطية احتياجاتها في تطوير صوتها وجسدها					

الفرضية الثانية:

❖ تعاني الممثلة السودانية من بعض انواع التدريبات الصوتية والجسدية

نسبة لطبيعتها النوعية والمجتمعية:

الرقم	الأسئلة	موافق بشده	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشده
1	هل لشدة البيئية لاختلاف الممثلة السودانية لتدريب صوتها وجدتها على لها					
2	هل هناك تمارن لا تتماشى مع الممثلة لاختلاف تركيبها الفيسيولوجية					
3	هناك تدريبات يقوم بها الممثل لا تتماشى مع الممثلة					
4	هناك صعوبات في تدريب الممثلة لبعض انواع التمارين قد لا تستطيع أداءها نسبة لظروف صحية أو اجتماعية أو بيئية					
5	التركيبية الجسمانية تختلف من ممثلة إلى اخرى لذلك توجد تمارين تتماشى مع الممثل اكثر من الممثلة					

الفرضية الثالثة:

❖ ايجاد تدريبات خاصة بالتمثلة السودانية تراعي طبيعتها النفسية

والفسيولوجية ينعكس ايجاباً على تدريبات الصوت والجسد.

الرقم	الأسئلة	موافق بشده	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشده
1	غياب صيغ الترويب الجطي في موالى لتعليم الأسلية لا يفي لفتيك مستقبلاً لتقني ترويبك على مستوى طوت واحد					
2	اعتماد دراما المسرح على لغة الحوار المنطوق شكل عائقاً امام فنون الأداء التعبيرية الجسدية					
3	التجارب المسرحية وفنون الأداء الأخرى لم تفتح ابواب للاحتراف المهني في مجالات متخصصة للممثلة السودانية.					
4	التدريب السليم منذ الصغر واهتمام المدارس بالتدريب الجسدي والصوتي ينعكس ايجاباً على أداء الممثلة مستقبلاً					
5	ممارسة بعض العادات والتقاليد السالبة مثل الختان تخلق آثار صحية سالبة وتحد من التكيف مع التدريب البدني للفتيات					

الفرضية الرابعة:

❖ عمل الممثلة السودانية المتقن على تدريبات مناسبة لطبيعتها، هل من شأنه

ان يغير من نظرة المجتمع لها؟

الرقم	الأسئلة	موافق بشده	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشده
6	التدريب المتقن للممثلة السودانية بتصورات تتلبد لطبيعتها من شأنه ان يغير نظرة المجتمع لها					
7	تظل نظرة المجتمع للممثلة السودانية ثابتة					
8	وضع برنامج تدريبي خاص بالممثلة السودانية من ناحية التركيبية الفيسيولوجية للممثلة السودانية هل يغير النظرة لها					
9	المجتمع والبيئة التي تنشأ فيها الممثلة تحد من مقدرتها في تدريبات الصوت والجسد					
10	ايجاد صالات خاصة لتدريب الممثلة السودانية وايجاد نوع تدريب خاص لها يؤثر ايجاباً على التدريب الصوتي والجسدي					

