

## نقد "القلق Anxiety"

والذي يتمثل في فيلم توعوي قصير يصور معاناة مراهقة مع القلق، وتجاوزها له

- نوع المحتوى: بصري
- المدة الزمنية: ٦ دقائق و ١٢ ثانية
- نوع المادة: فيلم قصير
- رابط المحتوى (إن وجد): <https://www.youtube.com/watch?v=mRqR4mOC4gc>
- عمل المجموعة: هبة القحطاني، رهن الخثعمي، جود الشهري، لجين الشهري

من الطبيعي أن يشعر الإنسان بالقلق أو بالفزع من حين إلى آخر، أما إذا كان الإحساس بالقلق يتكرر في أحيان متقاربة دون أي سبب حقيقي أو يكون الشعور بالقلق يعيق مجرى الحياة اليومي الطبيعي، فهذا يمثل اضطراب القلق الغير طبيعي، وهذا الاضطراب يسبب القلق الزائد وغير الواقعي وشعوراً بالخوف، ولا يمكن اعتباره ردة فعل طبيعية على حالة روتينية معينة، وفي هذا الفيلم القصير بعنوان "Anxiety" تجسد فتاة اسمها "Madeleine" دور مراهقة في السابعة عشر من عمرها مصابة باضطراب القلق، فكانت تعاني منه وكان يسيطر على تفكيرها وأيضاً على مشاعرها وتوازنها لعدة أسباب، ولكن مع المحاولات والرغبة في التخلص من هذا القلق قررت السيطرة على هذه المشاعر، وبشكل رائع تم نقل مشاعر القلق الشديدة الذي عانت منه "مادلين" في ٦ دقائق من اخراج "Michael D. Smigtel JR".

#### لجين:

أدت "مادلين" وبشكل مذهل دورها في نقل كيف يبدو القلق وكيف انها سيطرت عليه و أيضاً أبدعت المخرجة "علياء لارسون" في عمل هذا الفيلم القصير وفي ايضاً انها نقلت فكرة القلق بشكل مرئي، في هذا الفيلم القصير جعلوا القلق على هيئة شخص وكأنه كائن بشري، أعجبت بالطريقة التي جعلوا القلق شخصية مختلفة مصاحبة لمادلين، وفي كيف أنه يسبب لها التوتر النفسي، وبشكل سلبي كانت تأتيها أفكار بأنها تبعد هذا القلق والتوتر من بالها، إلا أنها تحاول الفرار من هذه المشاعر ولكن "مادلين" قوية لأنها تغلبت بالنهاية على هذا القلق بشكل إيجابي. اختيار عزف البيانو كموسيقى كان مناسباً للموضوع، والإضاءة كانت جيدة لم تكن ساطعة بشكل مبالغ فيه وكانت خافتة تتناسب مع طبيعة الفيلم.

#### رهف:

كانت "مادلين" شخصية تعاني من القلق ودورها في هذا الفيلم أن تتغلب على القلق الذي كان يلاحقها كشخص آخر، فكرة ظهور القلق على هيئة شخص كانت رائعة، الجزء الإيجابي من الفيلم أنه اتضح لنا كيف "مادلين" تغلبت على هذا المرض وحاربته بنفسها اما الجزء السلبي من الفيلم أنه لم يكن هناك وضوح أكثر كيف "مادلين" تغلبت على القلق، حصول الأحداث داخل الفيلم كانت غير واضحة ولا يوجد تفاصيل أكثر عن هذا المرض ولم يوضح أيضاً أسباب حدوث المرض "لمادلين". اختيار الموسيقى الهادئة كان مناسباً لطبيعة الفيلم ومريحة للسمع وساعدت على الاندماج، تنقلات الصورة المرئية بين الشخصيتين التي جسدتها مادلين كانت موفقة بحيث يظهر وكأنه شخص آخر، أيضاً ارتداء شخصية القلق اللون الأسود وضح لي أن هناك جانب مظلم وسلبي كان يلاحق البطلة.

هبه:

أحيانا تكون المعاناة من القلق أمر طبيعي ووارد في الحياة ومع ذلك فإن الأشخاص الذين يعانون من القلق غالباً ما يكون لديهم خوف مفرط ومستمر من المواقف اليومية العادية، وفي كثير من الأحيان، تتضمن اضطرابات القلق نوبات متكررة من المشاعر المفاجئة للقلق الشديد والتردد والتفكير، وترتبط مشاعر القلق هذه مع الأنشطة اليومية، ويصعب التحكم فيها، فقد يتجنب الشخص بعض الأماكن أو المواقف وحتى التواصل مع الأشخاص لمنع هذه المشاعر، وفي هذا الفيلم يتوضح لنا معنى القلق العام من أمور الحياة الاعتيادية مثل الخروج مع الأصدقاء او من الهيئة الشكلية وغيرها من الأمور الطبيعية في حياتنا.

في هذا الفيلم تقمصت "مادلين" دورين الأول أنها الشخص الذي يعاني من التفكير الزائد والقلق حيال الأمور، والشخصية الثانية جسدت القلق على هيئة شخص يلاحقها ويوهمها بأفكار سلبية مثل الفشل الدراسي، والسمنة، وعدم رغبة الأصدقاء في تواجدها، وغير ذلك من ممارسة أي نشاط روتيني، ومن أعراض القلق التي أظهرتها البطلة، الأرق، والتفكير في كل خطوة تقوم بها، وتعاملت "مادلين" مع القلق في نهاية المقطع واتخاذها خطوة شجاعة ومحفة للمشاهدين، فعلى الرغم من أن النهاية كانت مختصرة بشكل واضح فلم يستوضح تماماً كيف تخطت مادلين القلق بشكل مفاجئ حيث أنها واجهت هذه الأفكار السلبية وهمت بفعالها فجأة ولكن بصورة عامة انتهى بطريقة إيجابية. أرى أن الفيلم القصير محفز ويستحق المشاهدة ابتداء من طريقة تجسيد معاناة القلق بطريقة واضحة وبسيطة إلى خاتمة الفيلم المهمة، مما شكل لنا طاقة محفزة وإيجابية لممارسة أي نشاط دون الحاجة الى المبالغة في التفكير او الشعور بالقلق حيال ممارسته. استخدم العديد من الأصوات في الفيلم أساسية مثل صوت شخصية القلق وكأنها تحدث مادلين، وصوت صديقتها ووالدتها على الهاتف، أما الأصوات الثانوية مثل الرسائل والرنين في الهاتف، وصوت التلفاز والموسيقى الخافتة التي تساعد على اندماج المتابع وتناسبها مع موضوع الفلم، كذلك الإضاءة كانت منخفضة لكنها متناسبة عن موضوع سلبي مثل القلق.

جود:

إن المعاناة من القلق جزء طبيعي من حياة أي انسان، لكن الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات القلق بشكل مفرط يواجهون انعدام الثقة والخوف والتوتر من مواقف يومية أو مهام بسيطة، كالتحدث مع شخص غريب، أو القيام بعرض في الصف، أو حتى الخروج لحفلة صغيرة مع الأصدقاء.

في هذا الفيلم القصير، جسدت المخرجة القلق على هيئة الشخصية الرئيسية "مادلين" وجعلتها ترتدي الأسود بشكل كامل ترميزاً لظلمة القلق والاكتئاب، كما جعلتها تطاردها وتحطم ثقته وتشككها بنفسها في كل موقف، كما تفعل الأفكار السوداوية بعقل الانسان القلق بالضبط، فعندما حاولت "مادلين" مذاكرة دروسها، ظهرت شخصية القلق اليها واخبرتها بأنها لن تتجح مهما ظلت تدرس وأن دراستها ليس لها أي فائدة، وعندما اتصلت بها صديقتها لدعوتها للخروج ظهرت شخصية القلق مجدداً لتخبرها انهم بالواقع لا يريدونها وأن سبب دعوتهم لها أنهم يشفقون عليها، وظل المشهد يتكرر في كل أمر تريد الشخصية القيام به، وكانت النهاية بأنها أخيراً استطاعت التغلب على القلق والخروج لقضاء وقت ممتع مع صديقاتها.

من وجهة نظري، أرى بأن فكرة الفيلم توعوية وواقعية وتلامس قلوب الكثير من الأشخاص القلقين كما قرأت بالتعليقات، واختيار الموسيقى الخلفية كان موفق (عزف بيانو هادئ ومريح للأذن) وكذلك اختيار الممثلة الرئيسية التي استطاعت توصيل فكرة الفيلم بشكل رائع، وأفضل جزء بالفيلم كان النهاية التحفيزية التي وصلت إلي كفكرة أننا جميعاً مع الإصرار نستطيع التغلب على القلق مهما كان قوياً وصعباً.