

## المحاضرة الاولى :مقدمة في علم النفس

في دراستنا لتاريخ علم النفس سنجد أن هذا العلم قد مر بأربع مراحل يمكن إيجازها في الآتي.

المرحلة الأولى : بدأت حينما اخذ الإنسان يشعر بوجوده في هذا الكون متأمل ذاته في بيئته المملوءة بالظواهر والكائنات والمثيرات التي أثارت انتباهه للعديد من التساؤلات عن تلك الظواهر . هذا التأمل هو بدايات علم النفس.

المرحلة الثانية : هي مرحلة الحضارة اليونانية حيث بدأ العلماء الاهتمام بأفعال الإنسان نفسه وأسبابها فقد اهتم سقراط بالإنسان ومن أهم تعاليمه النفسية (أعرف نفسك) ويرى انه الطبيعة الإنسانية تحتوي قوتين هما العقل والشهوة وانهما في صراع دائم

اما أفلاطون فله مساهمات واسعة في علم النفس القديم وأهمها نظريته في علم النفس التي قسم النفس البشرية إلى ثلاثة أقسام

النفس العاقلة ومركزها الرأس

والنفس العصبية ومركزها القلب

والنفس الشهوانية ومركزها البطن

كما آمن أفلاطون بفكرة التناسخ أي انتقال النفس من بدن إلى بدن والنفس تبقى قبل أن تعود إلى الأجسام حرة في اختيار مصيرها بنفسها.

ويرى أرسطو أن الإنسان هو المادة والصورة فالمادة هي جسم والصورة هي نفس ، وأكدت نظريته بذلك ان النفس والجسم كلاً واحداً لا يتجزأ ويرى أيضا أن الإنسان كائن اجتماعي يعيش وسط الجماعة يؤثر ويتأثر بها وركز على الأسرة وعلى الفروق بين الناس . المرحلة الثالثة: وهي مرحلة أكثر دقة من المرحلتين السابقتين حيث ميز الباحثين في علم النفس في هذه المرحلة بين العقل والجسم وقد أشار العالم ديكارت الا ان خاصية العقل هو التفكير وخاصية الجسد هي والنمو و الامتداد.

المرحلة الرابعة: وهي المرحلة التي انتقل فيها علم النفس من علم فلسفي إلى علم نظري تجريبي تطبيق على يد العالم الألماني وليام فونت 1879 والذي اسس أول مختبر للعلم النفس في مدينة لايز برنك. وظهرت المدارس النفسية كلا منها تناولت جانب من القياس النفسي لإيجاد العلاقة الارتباطية بين الظواهر النفسية.

**علم النفس العرب المسلمين ودورهم فيه:-** بعد ظهور الدين الإسلامي نشأت في البلاد العربية الحضارة الإسلامية المتقدمة وازدهرت العلوم والفلسفة وضع فلاسفة العرب مؤلفاتهم متضمنة جوانب عن علم النفس حيث ترجمة إلى اللغة الأوربية وأثرت في الفلسفة الأوربية ومن هؤلاء العلماء

الفارابي: (872-951) وهو فيلسوف رجل دين وعالم النفس وقد تحدث عن قدرات النفس التي توصل إلى المعرفة وعن جوانب السلوك التي يهتم بها علماء النفس في عصرنا الحالي . وقسم الفارابي قوى النفس إلى قسمين قوى العمل وهي (النباتية والحيوانية والإنسانية ) وقوى الإدراك وهي حيوانية وظيفتها الإحساس والإنسانية هدفها تحصيل المعرفة العقلية .

أما ابن سينا: (980-1037) فهو فيلسوف وطبيب جسمي ونفسي يهتم بدراسة النفس اهتماما كبيرا اعتمد في دراسته أيضا على قوى العمل وقوى الإدراك لكنه قسم الإدراك إلى ثلاث أقسام الإدراك الحسي الظاهر، والأدراك الحسي الباطن والأدراك العقلي أو التنبؤي.

الغزالي: (1058-1111) يعتبر من أقرب الفلاسفة المسلمين إلى علم النفس حيث اهتم بدراسة الدوافع الفطرية المكتسبة وقد سماها أسباب السلوك وصراع الدوافع وقد توصل إلى المبدأ النفسي (وراء كل سلوك دافع) واهتم أيضا بدراسة الانفعالات وقسمها إلى مجموعتين (مؤلمة ولذيذة) وأشار إلى وجود الفروق الفردية في سرعة الاستثارة والاستجابة كما وضح التغيرات المصاحبة للانفعال واثر عاملي الخبرة والنضج .

**التعريف علم النفس العام** هناك تعاريف كثيرة متعددة بتعدد المدارس أشملها تعريف أحمد عزت راجح وهو العلم الذي يدرس سلوك الإنسان يحاول تفسيره ويقصد بالسلوك النشاط الظاهر (المشي والكلام والضحك ) ونشاط الباطني التفكير والانفعال وتخيل. ويصدر هذا السلوك في معناه الشامل عند تعامل الإنسان مع بيئته لكي يتوافق معها.

**اما تعريف علم نفس تربوي** هو العلم الذي يدرس المشكلات المتعلقة في مجال التربية والتعليم كأسباب ضعف الطلاب في مادة معينة وطرق التعلم والدافعية للتعلم

**اهداف علم النفس العام**

1- فهم السلوك الإنساني من خلال الوصف أي وصف الظواهر النفسية . والتفسير أي الكشف عن العلاقة السببية للظاهرة النفسية .

2- التنبؤ بالسلوك الإنساني ويتمثل في التنبؤ بالظواهر النفسية إذا كان الباحث قادر على وصف الظاهرة وما سوف يحدث لها في بعض المواقف المرتبطة بها.

3- ضبط السلوك الإنساني.

يهتم علم نفس بجميع فروع النظرية والتطبيقية بموضوعات كثيرة منها

1- العاديين من كبار البشر وصغارهم على مستوى الأفراد وعلى مستوى الجماعات

2- الشواذ او الناس الغير عاديين ابتداءً من النوابع وانتهاءً بالمطربين نفسياً وعقلياً

3- البحث النظري والمجالات التطبيقية

4- الاهتمام بسلوك الحيوانات

### فروع علم النفس

على الرغم من كثرة فروع علم النفس الحديث الا انه ويمكن استعراض أهمها

1- علم النفس العام : ويهتم في المبادئ والقوانين العامة التي تحكم سلوك الإنسان السوي

ومن الموضوعات التي يهتم بها علماء النفس ( الدافعية ، الانفعالات ، الذكاء والقدرات العقلية العملية التعليمية الشخصية) .

2- علم النفس التربوي ويُعنى بالمبادئ الأساسية لعملية التعلم خاصة. وفي تسهيل

العملية التربوية عامة حيث يتمكن من وضع المناهج التعليمية وإجراء التجارب

العملية للإرتقاء في مستوى الطالب من المرحلة الابتدائية مروراً بالمرحلة الثانوية ووانتهاءً بالمرحلة الجامعية.

3- علم نفس فسيولوجي: ويهتم بدراسة الجهاز العصبي ووظائفه، ووظائف الغدد الصماء والغير صماء وتأثيرها على السلوك الإنساني .

4- علم النفس النمو: يهتم بنمو الإنسان وقوانين هذا النمو ابتداءً من بداية تكوين البويضة ومرحلة الرضاعة ثم مرحلة الطفولة والمراهقة والشباب وانتهاءً بالشيخوخة .

5- علم النفس الإرشادي: ويهتم بمساعدة الأشخاص الأسوياء وحل مشكلاتهم بهدف تحقيق ذواتهم وتوافقهم النفسي والاجتماعي.

## السلوك

يعرف السلوك بأنه مجموعة أفعال الكائن العضوي الداخلية والخارجية والتفاعل بين الكائن العضوي وبيئته المادية والاجتماعية .

ويعرف أيضا بأنه مختلف أنواع الأنشطة التي يقوم بها الإنسان والحيوان يختص علم النفس بدراسة نوعين من الظواهر هما:-

1- السلوك القابل للملاحظة المباشرة مثل التأتأة في الكلام ، زيادة إفراز العرق ، العنف الحركة ، الحديث، الضحك، المشي إلى آخره فمثل هذه الانواع من السلوك الظاهر

الواضح يخضع للملاحظة والقياس ويشمل كل سلوك على استجابات عدة تصدر بوصفها ردت فعل لمنبهات خارجية او داخلية.

2- السلوك الظاهر القابل للملاحظة عن طريق التأمل الذاتي وهذه الأنواع من السلوك لا تسهل ملاحظتها من الخارج مثل ألم الأسنان ، الصداع ، الهموم ، الجوع ، الحزن الخوف عمليات التفكير وتذكر وتخيل.

### العوامل المؤثرة في السلوك :-

1-العوامل الوراثية : مثلما ان الوراثة تتقل الخصائص البدنية كجنس الفرد ولون جلده وعينه وشعره وشكل الأنف وبنية جسمه، فإن الوراثة ايضاً تؤثر على السلوك من خلال التركيب الفسيولوجي، فقلة الذكاء تؤثر في كيفية استجابتنا في المواقف الانفعالية أو الاجتماعية، كما أن الوراثة تحدد مدى احتمالية أصابتنا ببعض الأمراض فهي في نفس الوقت تمنحنا الإمكانيات والقدرات التي تجعل من بعضنا رساما او موسيقيا إذا كانت البيئة تسمح بتنمية هذه الإمكانيات وتطويرها ، وإلا فإنها سوف تضحل ولا تنمو

2-العوامل البيئية: قسمت العوامل البيئية إلى قسمين

(ا) العوامل الجينية والتي تبدأ من اللحظة تكوين البويضة المخصبة فيرتبط الجنين بأمه بالحبل السري ولا يرتبط جهازه العصبي بأمه، كما أنه دمه لا يمتزج بدمها لأنه مفصول بغشاء نصف نفاذ بحيث لا ينتقل إلى الجنين سوى المواد الكيماوية التي يحملها الدم والأكسجين والغذاء والهرمونات والأجسام الحيوية المضادة عن طريق المشيمة.

(ب) العوامل الثقافية: وتشمل العادات والتقاليد والأفكار ودين والأعراف و النظم والقوانين فهذا كله يجعل الفرد يتطبع بطبع المجتمع الذي يعيش فيه الفرد ويجعله يسلك سلوك معين مغاير لغيره من الأفراد في المجتمعات الأخرى.

- قياس السلوك يحاول علماء النفس أن يفسروا بدقة الأنشطة التي يقوم بها الكائن الحي فيستخدمون الملاحظة والتجربة والقياس وغيرها من مناهج البحث، ويدرس علم النفس بالدرجة الأولى ما الذي يفعله الكائن الحي وكيف يقوم به، ولكنه لا يتوقف عند ذلك بل أن البحث العلمي يصل إلى ما وراء البيانات القابلة للملاحظة بحثاً عن الأفعال غير القابلة للملاحظة بطريقة مباشرة والتي يمكن استنتاجها مثل وخزت الإبرة للفرد فتكون الاستجابة حسب الشعور بالألم فهي تختلف من شخص لآخر وربما هناك من لا يستجيب لمثل هذا المثير .

السلوك وانواع المنبهات والاستجابات سلوك الفرد يصدر نتيجة التعرض لمثيرات او منبهات تقابلها استجابة في سلوك يصدر وفق هذه المثيرات.

**ويعرف المنبه :** بأنه كل عامل أو حادث أو موقف خارجي أو داخلي يمكن تحديده ويثير استجابة الكائن الحي أو يجعله يغير نشاطه او يوقف ذلك النشاط .

ويمكن تقسيم المنبهات إلى ما يأتي :

#### 1- المنبهات الخارجية

فيزيائية: مثل تغيرات درجات الحرارة والضوء والصوت والروائح المختلفة .

اجتماعية : مثل لقاء صديق أو سماع صراخ او استغاثة.

## 2- منبهات داخلية :

فسيولوجية مثل زيادة ضغط الدم او زيادة تقلصات المعدة .

نفسية مثل الحالات الوجدانية و الأحلام و تصورات الذهنية وأحلام اليقظة .

**تعرف الاستجابة** بأنها كل نشاط أو فعل يصدر من الكائن الحي ويرد به على منبه ويمكن تقسيم

الاستجابة إلى ما يلي

1- استجابات حركية مثل الجري والهروب عند التعرض للخطر .

2- استجابات لفظية مثل التعبير عن الأفكار باللغة والنطق أو الاستغاثة .

3- استجابات فسيولوجية مثل زيادة إفراز اللعاب عند تناول الطعام ما أو ارتفاع ضغط الدم

عند سماع الخبر محزن

4- استجابات انفعالية مثل فرحة عند النجاح و البكاء عند سماع خبر محزن.

5- استجابات معرفية يكون الغرض منها اكتساب معرفة الرؤية والسمع وتذكر والتفكير.

6- استجابات الكف مثل التوقف عن التفكير أو مشاهدة التلفاز

## الفصل الثاني

### الإحساس والأدراك والانتباه

الإحساس والأدراك الحسي : الإنسان هو دائم الاتصال بالبيئة يحاول التوافق معها ويشارك في أوجه النشاط فيها ويحمي نفسه من أخطارها . ويتطلب ذلك أن يكون الإنسان مدركاً بحواسه كل ما يحيط به. والمثيرات الموجودة في البيئة هي القوة التي تؤثر على الإنسان وتقع على أعضاء الحس فتحدث الاستجابة



## والمثيرات

- 1- مثيرات خارجية تقع على الحواس من العالم الخارجي
- 2- مثيرات داخلية تصدر من الأعضاء الداخلية فتؤثر على الإنسان وتحركه وتجعله يستجيب لهذه المثيرات .

### الإحساس:

الحواس لها دور في نقل الخبرات المتعددة والاتصال بالعالم الخارجي ونقل هذه الخبرات يتم عن طريق أجهزة الحواس التي تنقلها إلى الجهاز العصبي فينقل آثارها فتصدر الاستجابة المختلفة.

والحواس هي البصر السمع التدوق الشام اللمس وتؤثر المنبهات الحسية على الحواس عن طريق الأعصاب والتي تؤثر في المراكز العصبية بالمخ .

فالإحساس هو الأثر النفسي الذي ينشأ من تنبيه حاسة مثل الإحساس بالألوان الاصوات الروائح الحرارة البرودة إلى آخ

### انواع الاحساسات :

- 1- الخارجية كالإحساسات البصرية السمعية الجلدية الشمية الذوقية
- 2- الحشوية : تنشأ من المعدة والامعاء ورتنين والقلب والكليتين كالإحساس بالجوع العطش الألم الانقراض الغثيان
- 3- عضلية او حركية: تنشأ من تأثر أعضاء خاصة كالعضلات والمفاصل والاورتار وهي تزودنا بمعلومات عن طريق ثقل الأشياء وضغطها وعن ما تبذله من جهد في حمل الأشياء أو دفعها أو تحريكها.

### الانتباه :

نتعرض في حياتنا اليومية إلى كثير من المنبهات والمثيرات ننتبه لبعضها وقد نمر على الأخرى ولا ننتبه اليها وللانتباه تعريفات كثيرة منها انه بئرة الشعور أو أنه الاستعداد للتركيز على منبه معين أو

أنه العملية العقلية التي تهيئ الكائن الحي للتركيز على المنبه أو مثير معين مع مال المثيرات الأخرى الأقل أهمية بالنسبة للفرد ، مثلاً الطالب في الفصل يتعرض للكثير من المثيرات من ضمنها شرح المدرس فالطالب يركز انتباهه على شرح المدرس ويهمل المنبهات الأخرى.

### ومن خصائص الانتباه ما يأتي

- 1- الاختيار أي الانتقاء فنحن عندما نركز أنتباهنا على شيء معين بمعنى نختار منبه واحد نركز اهتمامنا به دون المنبهات الأخرى
- 2- التركيز وهو ارادي شعوري أي أن الانتباه له خاصية التركيز على شيء واحد حتى لا يتشتت الانتباه.
- 3- التعقب فمن خصائص الانتباه اقتفاء أثر المنبه ومتابعته .
- 4- الإحاطة البصرية والسمعية المتمثلة في حركات العين التي تصاحب ادار عمل معين. هذه الخصائص الأربعة متكاملة وهي مجموعها تؤدي إلى الانتباه الصحيح.

### انواع الانتباه

- 1- الانتباه الإرادي وهو المتعمد الذي يتم بإرادتنا نحو موضوع معين من بين عدد من الموضوعات وهو يحتاج إلى تركيز الحواس والذهن ولا بد من وجود دافع يوجه سلوك الفرد نحو موضوع معين حتى يستمر الانتباه لفترة طويلة
- 2- الانتباه اللاإرادي وهو الذي يفرض علينا من الخارج ولا يحتاج إلى تركيز الحواس أو تركيز النشاط الذهني أو الدوافع لأنه يتم بطريقة لا إرادية مثل سماع صوت انفجار ويزول الانتباه بزوال المثير.
- 3- الانتباه الاعتيادي وهو الانتباه العادي الذي نتعرض له يوميا ولا يحتاج إلى بذل مجهود فكثيراً ما تواجهنا مثيرات عديدة تعودنا عليها فهي لا تثير انتباهنا بقدر الأشياء الجديدة.

### العوامل المؤثرة في الانتباه:

- 1- شدة المنبه فكل ما كان المنبه شديداً استحوذ على عدد من حواسنا كل ما جذب انتباهنا بشدة مثلاً الإعلانات المضيئة و الألوان الصاخبة التي تصاحبها الأصوات .
  - 2- الجدة أو الحداثة المنبهات الجديدة التي نشاهدها أو نسمعها لأول مرة تشد الانتباه أكثر من تلك. التي تعودنا عليها.
  - 3- الحركة كلما كانت المنبهات متحركة تؤدي إلى جذب الانتباه أكثر من الثابتة.
  - 4- لكل منبه طبيعته التي تحدد مقدار انتباهنا له فالصورة أكثر جذباً من الكلمات وصور النساء أكثر جذباً للرجال وهكذا.
  - 5- وضع المنبه في مكان بارز أكثر اشد للانتباه .
  - 6- كلما زاد حجم المنبه زاد الانتباه اليه.
- وهناك عوامل ذاتية تتصل بالفرد نفسه

- 1- الدوافع تلعب دوراً كبيراً في جذب انتباه الفرد لمنبه معين مرتبط بهذا الدافع فالجائع يثيره دافع الجوع للتركيز انتباهه على لافتات الطعام والمطاعم.
- 2- الاستعداد العقلي للفرد فمثلاً الطالب المجتهد الذي لديه استعداد عقلي للتحصيل الدراسي فإنه يركز انتباهه نحو ما يقوله المعلم.
- 3- الميول والاهتمامات فنحن ننتبه أكثر من للمنبهات التي تتناسب مع ميولنا واهتمامات .
- 4- الحالة الجسمية والصحية فكلما كان الفرد نشطاً وسليماً زادت قدرته على تركيز انتباهه نحو المثيرات أما إذا انتابه التعب وسوء الصحة تشتت انتباهه.

### تشتت الانتباه

يتعرض كثير من الأفراد إلى تشتت الانتباه بدرجات مختلفة أثناء العمل أو المذاكرة أو الإنصات لشرح المدرس وهناك أسباب متعددة للتشتت الانتباه وهي

- 1- عوامل نفسية منها عدم توفر الميول والاهتمامات نحو منبه معين فالطالب الذي لا يميل إلى دراسة الحساب فإنه سوف لا يركز انتباهه لدراسته بل انه أنتباهه يتوجه للأنشطة التي يميل إليها أكثر لذلك فإن دراسة ميول الطلبة مهمة لتوجيههم للفرع الذي يميلون إلى تعلمه

وقد يكون شرود الذهني أحد أعراض الاضطراب النفسي حيث تسيطر على الفرد افكار تؤدي على تركيز الانتباه إليها دون غيرها وكذلك فإن حالات القلق والتوتر والإحباط تؤدي إلى تشتت الانتباه

2- عوامل جسمية كالتعب والإرهاق وعدم الراحة او اخذ قدر كافي من النوم فقد الشهية واضطراب الغدد تشتت الانتباه وتؤدي إلى عدم التركيز.

3- عوامل بيئية مثل الضوء والتهوية والحرارة والرطوبة وضوضاء كلها عوامل تسبب إزعاج للفرد.

4- عوامل الاجتماعية مثل التفكك الأسري وما يؤدي إليه من مشكلات أو عدم القدرة على تكوين علاقات اجتماعية أو ضعف الحالة الاقتصادية هذه المشكلات تؤدي إلى لجوء الفرد لأحلام اليقظة للهروب من مشكلاته مما يؤدي إلى التركيز على المنبهات أخرى غير تلك التي يجب أن ينتبه إليها .

#### الإدراك:

هو العملية التي نقوم عن طريقها بتنظيم انواع المنبهات و تفسيرها واكسابها معنى وهو المعرفة المباشرة للعالم.

الإدراك والانتباه عمليتان متلازمتان فإذا كان الانتباه هو تركيز الشعور في شيء معين فإن الإدراك هو معرفة هذا الموضوع او شيء. إذا الانتباه يسبق إدراك ويمهد له . وهناك فرق بين الانتباه والأدراك فقد ينتبه عدد كبير من الناس في محاضرة واحدة مثلا لكن إدراك كل فرد لما يقوله المحاضر يختلف من فرد لآخر بسبب الفروق الفردية بين الافراد في ذكائهم ودوافعهم وثقافتهم وخبراتهم السابقة.

و الإدراك ليست عملية بسيطة بل معقدة إذ تتدخل الذاكرة والمخيلة في إدراك وتفسير ما يدركه وهو ليس مجرد استقبال مثيرات حسية بل إن العقل يضيف ويحدث وينظم ويفسر والإدراك عملية انتقائية او اختيارية.

والإدراك يتميز بنظرة إجمالية عامة أي من الكل الى الجزء فالإدراك الإجمالي يسبق التعرف على الأجزاء وطالب لا يقرأ الكلمات حرفاً حرفاً بل يقرأ الكلمة قراءة إجمالية.

**الفروق الفردية في الإدراك:** يختلف الناس في إدراكهم للأشياء فقد يشاهد مجموعة من الأفراد منظرًا او لوحة ويختلفون في ادراكهم لهذا المنظر فهم بذلك متأثرين بعوامل متعددة مثل الميول والدوافع والعواطف والقيم و الحاجات الفسيولوجية وحتى الاضطرابات النفسية . إذا لا يتحدد الإدراك من العوامل الخارجية فقط بل العوامل الذاتية والشخصية لها دور في الإدراك للموضوع الواحد.

الإدراك عملية معرفية:

الإدراك عملية معرفية تشتمل على أنشطة عديدة منها الانتباه والإحساس والوعي والذاكرة وتجهيز المعلومات واللغة كما يرتبط بالتعلم ارتباطاً وثيقاً . أن العمليات المعرفية متفاعلة ومترابطة ويعد الإدراك اكثر الأنشطة المعرفية أهمية لان الأساس ومنه تنبثق العمليات الأخرى.

أن الإنسان في المراحل المبكرة من الادراك يقرر ما ينتبه إليه فنحن عندما نقرأ هذه السطور الان لا تشغلنا حروف الكلمات عن الأفكار التي نحملها ومع ذلك فيمكننا التركيز على ضوضاء الطريق او صوت الراديو أول محادثة بين اثنين أو الأم الأسنان ولكننا عندما انتبه هنا تزداد قدرتنا على إيجاد معنى لما نقرئه.

و تتدخل الذاكرة في الإدراك عندما يتعرض الفرد إلى مثيرات أو معلومات خارجية فإنه يقارن هذه المعلومات بما مخزن من خبرات في ذاكرته ويصل إلى تفسيرات لها.

العوامل الذاتية المحدثة للإدراك : كل إنسان يقوم بتأويل أي تفسير الاحساسات تفسيراً يخضع لعوامل ذاتية شخصية فضلا عن العوامل الخارجية الموجودة في الشيء المدرك والعوامل الذاتية في الإدراك تعكس الفروق بين البشر في إدراكهم للموضوع الواحد

ومن العوامل الذاتية التي تؤثر فالإدراك هي :

1- التوقع : يرى الإنسان أو يسمع ما يتوقع أن يرى ويسمع فعندما انتظر صديقاً لزيارتي فإن كل طارق وكل صوت سيارة احسبه صديقي.

- 2- الدافعية يتأثر إدراك الفرد بدافعيته وقد يتعلم الفرد تركيز انتباهه على المنبهات التي تشبع دافعه ويتجاهل المنبهات التي لا تؤدي الى إشباعها مثلا الفرد الجائع يدرك الاشكال الغامضة أو الكلمات التي ليس لها معنى على أنها اطعمة أو أسماء اطعمة أو إشكالها.
- 3- الميول والعواطف لا يرى الإنسان في الأشخاص الذين يحبهم العيوب التي يثبتها لهم أناس آخرون وقد يفسر فرد ما كلمة أو حركة من شخص لا يحبه على أنها غير مهذبة وقد تكون في حقيقتها لا تمت لهذا التفسير بالصلة.
- 4- الانفعال والحالة المزاجية الراهنة: الانفعال الشديد يشوه الإدراك ويؤثر في دقته وموضوعه تأثيرا سينا فالشخص المكتئب يفسر كل ما حوله بنظرة التشاؤمية سوداء.
- 5- الخبرة السابقة للتعلم : وللخبرة السابقة أثر كبير في الإدراك فالخبرة السابقة تساعد الفرد على توقع المعاني التي تحملها المنبهات.
- 6- القيم: تلعب القيم دورا كبيرا في الإدراك وهناك قيم مختلفة كالقيم الاقتصادية والسياسية والاجتماعية والجمالية والدينية ، وهذه القيم تؤدي إلى اختلاف الأفراد فيما بينهم لمختلف الامور فمثلا الفنان الذي يمتلك قيم جمالية مرتفعة يرى في الفن من الجمال ما لا يراه شخص آخر ليس لديه هذه القيمة.
- 7- أثر المهنة: للمهنة تأثير من تأويل أو تفسير الإحساسات في الإدراك في عالم النباتات مثلا ينظر للحقل الأخضر منظار غير الذي يراه الفنان أو الفلاح.

#### :الإدراك الحسي

الإحساس عملية فسيولوجية بسيطة تسبق الإدراك بينما الإدراك الحسي عملية أكثر تعقيدا، فالإحساس مجرد رؤية الصورة أو سماع الكلمة أو شم الرائحة. بينما الإدراك الحسي هو اضافة معنى على الصور البصرية والسمعية وشمية

فالإدراك الحسي هو ان تدرك الشكل الحجم اللون الأحداث مثلا اللون الأحمر في علامات المرور يعني التوقف الأخضر يعني السير، الإدراك الحسي عملية معقدة يدخل فيها الإحساس، الذاكرة وإدراك العلاقات والتأويل (التفسير) ما ندركه وتصبح الصورة أكثر وضوحا عندما يستخدم الفرد

حواس متعددة فعندما نرى الشيء ونسمعه أو عندما نتذوق طعمه ونشم رائحته ونلمسه نجده أكثر وضوحاً من مجرد الرؤية أو لمس.

## الانفعالات

نتعرض في هذه الحياة الى كثير من المواقف والمشاكل النفسية والاجتماعية يحتملها الواقع المليء بالتناقضات والتي تجعل المياه لا تسير على وتيرة واحدة . فتارة نشعر بالسعادة واخرى نشعر بالحزن او الغضب او الخوف . وفي كل حالة من هذه الحالات نعبر عن مشاعرنا بطريقة مختلفة عن الاخرى ففي السعادة نعبر عنها بالفرح والبهجة وفي الغضب يحدث العدوان والتوتر والقلق والهيجان وفي الخوف يهرب الفرد من المكان الذي يهدد فيه .

تعريف الانفعال : للانفعال عدة تعاريف يمكن اجمالها بالتعريف التالي بانه : حالة وجدانية طارئة ومفاجئة ( تظهر فجأة) تكون مصحوبة باضطرابات عضوية تؤثر على اجهزة الجسم . مما يؤدي الى اختلال وضايف هذه الاعضاء . وتكون مصحوبة باضطرابات سلوكية .

عندما يتعرض الفرد الى موقف انفعالي فهو يتوقف عن القيام باي نشاط ، وينصب نشاطه العقلي على الموقف الانفعالي ، لذلك فهو يشمل الفرد كله ويؤثر في سلوكه فيقوم بسلوك منفعل يختلف عن سلوكه العادي . والانفعال يؤثر على اعضاء الانسان فهو يؤثر على الجهاز التنفسي وجهاز الدوران والاعضاء الحشوية والعينين والغدد الصماء وغير الصماء وعلى الجهاز العصبي الحسي والحركي.

ابعاد الانفعالات :

1- الجانب الوجداني: يحتوي على العديد من المشاعر التي تتصل بالاستجابة للموقف الانفعالي

كالفرح والغضب والخوف والحزن... الخ .

2- شدة الانفعال: يبدو من المظاهر المصاحبة للانفعال فاذا كانت الاعمال والانشطة متميزة

بالشدة وكذلك الحالة النفسية المعبرة عن الانفعال والتغيرات الفسيولوجية دل ذلك على شدة

الانفعال وتتراوح هذه الشدة بين ثلاث مظاهر هي حدة انفعالية متمثلة بالهياج الشديد

والمستمر والاتزان الانفعالي ومقابلة الموقف بالهدوء والميل للتسليم بقضاء الله وقدره . عدم الاكتراث والاهتمام والتأثر .

3- مدة بقاء الانفعال : تبقى الاستجابة مدة طويلة او قصيرة وفقاً للموقف الانفعالي وقوته . فتقصر الاستجابة الانفعالية اذا كان الموقف الانفعالي بسيط ولا يستغرق وقتاً . اما اذا كان الموقف الانفعالي شديد كفقد عزيز فقد يستمر الحزن مدة طويلة .

4- تركيب الانفعال : ان السلوك الانفعالي الناتج عن الموقف الانفعالي قد يكون له اكثر من مظهر او وجه . فمثلا الموقف الانفعالي الذي يسبب الخوف قد يصاحب الخوف غضب , وفي هذه الحالة لا يمكن الفصل بين الاستجابتين , ولا نستطيع نحدد هل هي استجابة خوف ام غضب . وفي الامراض النفسية قد ينتقل المريض من حالة الفرح الشديد الى حالة الحزن الشديد .

المظاهر الفسيولوجية للانفعالات:

تصاحب الحالة الانفعالية تغيرات فسيولوجية تشغل معظم اعضاء الجسم . وتؤثر الانفعالات على وضائف الاجهزة العضوية للجسم . وهذه الانفعالات تتأثر بالعوامل الثقافية والاجتماعية للفرد وبخبراته ومعلوماته ومعارفه السابقة . لذلك فان الاثار الفسيولوجية ليست ثابتة لكل انسان وهذه المظاهر هي:

1- الجهاز الدوري وضربات القلب : عندما يتعرض الفرد للانفعال تزداد ضربات القلب ويتغير توزيع الدم في الجسم ويزداد ضخ الدم الى المخ لذلك تنتفخ الاوعية الدموية في الرقبة مما يؤدي الى احمرار الوجه والرقبة ويؤدي الانفعال المتكرر الى الاصابة بأمراض القلب وارتفاع ضغط الدم ولوحظ ان سرعة النبض تتزايد اثناء الانفعال من ( 72-150 ) نبضة في الدقيقة.

2- المعدة والامعاء : عندما يزداد ضخ الدم الى المخ كما ذكرنا في حالة الانفعال . فان الدم لا يصل الى الاجهزة الحشوية كالمعدة والامعاء مما يؤدي الى انخفاض حركة عضلات المعدة ونقص افرازاتها , وتوقف عملية الهضم مما يؤدي الى عسر الهضم وفقد الشهية ويحدث التقيؤ اذا كانت المعدة ممتلئة بالطعام . وفي الغضب تنقبض عضلات المعدة وارتفاع افرازات الحامض يؤدي الى قرحة المعدة . اما في حالة الحزن والاكتئاب فيقل الحامض



وتقل حركة الامعاء مما يؤدي الى التقيؤ او الاسهال . وهناك علاقة بين الانفعال والقالون العصبي وتزداد نسبة الاصابة لدى الاشخاص الذين يكتمون انفعالاتهم.

3- الجهاز التنفسي : يتغير معدل تنفس الفرد في المواقف الانفعالية حيث تزداد سرعة التنفس او تقل حسب شدة الموقف . فقد ينقطع التنفس اثناء الضحك والمرح . وقد يتوقف التنفس لفترة بسيطة اثناء الدهشة . ان التعرض للانفعالات المتكررة يؤدي الى اصابة الجهاز التنفسي بالأمراض . ومن المعروف ان هناك علاقة بين سرعة التنفس وزيادة نبضات القلب. وان التعريض المستمر للمواقف الانفعالية يتوجب عليه بذل مجهود شاق للقلب مما يؤدي الى الاصابة بتصلب الشريان التاجي . ويظهر على شكل ألم في الصدر والكتفين والذراعين.

4- الغدد: في الموقف الانفعالي يزداد نشاط الغدد العرقية ، فتفرز العرق ويقل افراز الغدة اللعابية مما يسبب جفاف الفم . ويزداد نشاط الغدة الدرقية فتفرز الدموع . اما الغدة الصماء فتنتشط الغدتان المجاورة للكلى في الغضب او الخوف مما يؤدي الى زيادة افراز هرمون الادرينالين وذلك يؤدي الى افراز الكبد ( الكلوكوز ) وبالتالي يفرز البنكرياس الانسولين مما يؤدي الى اضطراب وضيقة الكبد والبنكرياس واضطراب توازن السكر في الدم ، فالانفعالات الشديدة تؤدي الى زيادة نسبة السكر في الدم .

5- العضلات: يؤدي الانفعال الى توتر وارتعاش العضلات وقد يؤدي الى انحلال في الجهاز العصبي . مما يسبب الرعشة في الاطراف ويساعد قلة الدم الواصل الى الاطراف في ذلك.

انواع الانفعالات:

1- الغضب: لا يوجد الغضب في داخل الانسان ولكن يستثار انفعال الغضب عندما يعترض حاجات الفرد عائق ما. يختلف الافراد في مواجهة المواقف التي يتعرضون لها. فبعضهم قد يستثار غضباً والآخر بشكل وسط والثالث يبدو ان الامر لا يعنيه ( بارد ) . فرسوب الطالب في الامتحان قد يسبب له احباطاً كثيراً ويثار غضبه وقد يطعن بالمدرس , وقد لا يواجه طالب اخر راسب هذا الموقف بهذه الحدة. لذلك فان انفعال الغضب يتوقف الى عدة عوامل منها : حاجات الفرد وخبرته ، إشاعاته السابقة، ثقته بنفسه، ونظرة الفرد للموقف. كل هذه العوامل مجتمعة تحكم انفعال الغضب ودرجته . بالإضافة الى عمر الفرد فصغير حين

يغضب يصرخ ويضرب الأشياء ، اما الكبير فيكبت غضبه او يعبر عنه بكلمة صريحة او ملتوية .

- 2- الخوف : من الانفعالات التي تنمو اثناء عملية التنشئة الاجتماعية ، ويجب التفريق بين الخوف وخوف المرضى ( الفوبيا) فالأول موضوعي مثل الخوف من سيارة مسرعة ، او من رؤية حيوان مفترس فهذا يعتبر خوفاً طبيعياً ، اما خوف المرضى ( الفوبيا) فهو خوف يرتبط بموضوع محدد يثير غلقاً غامضاً ليس له سبب خارجي واضح لدى الفرد ، مثل الخوف من الاماكن المرتفعة او الخوف من البحر او ركوب الطائرة .
- 3- القلق: حالة من التوتر النفسي وعدم الارتياح يصاحبه شعور بالخوف والتهديد والضيق وعدم القدرة على التركيز .

يصاحب القلق تغيرات فسيولوجية ( جسمية) مثل افرازات في الغدة الدرقية، سرعة ضربات القلب، صداع، فقدان الشهية، الاحساس بالتعب والاختناق والضيق .  
والقلق له تأثير على الفرد من ثلاث جوانب

- 1- الجانب الاول : في الشخص نفسه فالقلق لا يعرف طعم الاستقرار او الاتزان الانفعالي .
- 2- الجانب الثاني: في علاقه بالآخرين فلا يستطيع اقامة علاقات اجتماعية لها صفة الثبات مع الاخرين وقد يعاني من سلبية الانطواء ، وعدم القدرة على التفاعل مع الجماعة .
- 3- الجانب الثالث: في اعماله وانجازاته ويتمثل في عدم القدرة على التحصيل والعمل والانتاج .

## الدوافع

تعتبر الدوافع من الموضوعات المهمة لأنها تفسر السلوك. وهي مهمة لكل من له صلة بقيادة و توجيه الافراد أو العمل من أجل إكسابهم مهارات ومعارف جديدة، فهي مهمة للأخصائي الاجتماعي

ورجال القانون لأنها تكمن وراء تكرار الجرائم. وهي مهمة في المجال التربوي لمعرفة دوافع وميول الطلبة.

أن دراسة الدوافع قديمة بدأت مع الفلسفة اليونانية وتبعهم علماء النفس المسلمين. فالغزالي اهتم بدراستها، ويرى ان إرادة الإنسان لا تتحقق إلا بوجود الدوافع وصنفها إلى:-

دوافع البهيمية .....الطعام والجنس

دافع السبعية .....الغضب

دافع الشيطانية .....وتستخدم الدافعين السابقين في أعمال الشر

دافع العقل .....وهي المثل الأعلى و الميول العالية

ونجد أن الغزالي رتبها ترتيباً متدرجاً اعلاها واسماها دافع العقل .

ويرى ابن خلدون أن الكائن البشري له حاجات الطبيعية منها الحاجة للاجتماع مع بني جنسه. وله أيضا غريزة المقاتلة والعدوان والغضب والتدمير. لكن الإنسان ميزه الله بالعقل وهذا ما يميزه عن الكائنات الأخرى.

وقد اختلفت التسميات الدوافع لدى العلماء فقد سماها (فرويد) غرائز وهي قوى دافعية هدفها تخفيف القلق والتوتر مثل الجنس والطعام والموت والكراهية.

اما (هل) يرى أن هناك نوعين من الدوافع دوافع فطرية أولية ترتبط الحاجات البيولوجية مثل الطعام والشراب والنوم ودوافع الثانوية متعلمة مرتبطة بالبيئة.

إذن اختلف العلماء في تسميتها فبعضهم اطلق عليها غريزة ودافع وحاجة وهذا يعود للنظرية التي ينطلق منها واضعوا هذه التسميات، وإن اختلفت التسميات إلى أنها جميعًا تعبر عن الطاقة النفسية الموجودة داخل الإنسان والتي توجه سلوك الإنسان وتصرفاته. إذن لكي يحدث السلوك لأبد من وجود دافع أو حافز.

لأنه بوجود الدافع تحدث حالة التوتر والقلق ولا يهدأ ذلك ولا يزول إلا إذا اشبع الدافع فيؤدي ذلك إلى إزالة التوتر وإعادة التوازن والشعور بالراحة والسعادة. وبالعكس إذا لم يتم إشباع الدافع فإن ذلك يؤدي إلى زيادة التوتر ويتحول إلى اضطرابات نفسية متعددة.

### تعريف الدافع:-

1- يونك يعرفه بأنه ( حالة استثارة وتوتر داخلي، تثير السلوك و تدفعه إلى تحقيق هدف معين)

2- اما أتكسون يعرفه بأنه (استعداد الكائن الحي لبذل أقصى جهد لتحقيق هدف معين)

3- ويعرفه محمد عبد الظاهر الطيب بأنه (حالة جسمية أو نفسية لا نلاحظها مباشرة بل نستنتجها من اتجاه السلوك الصادر عنها. فهي تثير السلوك وتوجهه إلى هدف معين.

كل التعريفات السابقة تتفق بأن الدافع هو موجه للسلوك وتوجهه إلى تحقيق الهدف. وأن الدوافع نستنتجها من خلال السلوك الذي يقوم به الكائن. لذلك لا نتمكن من ملاحظتها وقياسها بطريقة مباشرة لأنها ليست مفهوم كمي يخضع للقياس ( هو السلوك الناشئ عن الدافع)

المفاهيم المتصلة بالدوافع وهي:-

**الحاجة:** حالة النقص والحرمان او الافتقار لشيء يصحبه اضطراب جسدي أو نفسي يثير توتر وعند إشباع الحاجة يزول التوتر ويستعيد الفرد توازن.

**الرغبة:** فهي شعور بالميل نحو الأشياء أو أشخاص (عدم وجود توتر) رغبة الفرد في السفر، فالرغبة تستهدف اللذة . وقد تتعارض الرغبة مع الحاجة إليها. مثل (مريض سكري يرغب في تناول الحلوى وجسمه لا يحتاج إليها)

**الحافز:** مثير داخلي يرتبط بالنواحي العضوية يحرك الفرد (الكائن الحي) لكي يقوم بنشاط ويحقق هدف محدد .

وهناك فرق بين الدافع والحافز. فالدافع أكثر عمومية وشمولاً ويشير إلى الناحية الفسيولوجية (العضوية) والنفسية بينما الحافز اقل عمومية وشمولاً ويشير إلى الدوافع العضوية فقط.

**الباعث:** فهو يتعلق في الوجه الخارجي للدافع، فالطعام باعث يستجيب له دافع الجوع أين دافع هو الهدف الذي يسعى الباعث لتحقيق.

### **خصائص الدوافع :-**

1- **قوة الدافع:** ذكرنا أن الدوافع موجّهات للسلوك نحو نشاط معين لإشباع الدافع وإنهاء حالة

القلق والتوتر. وإذا لم يحقق الكائن هدفه فإنه يستمر في نشاطه لتحقيق الهدف. وكلما كان

الدافع قوياً كلما أدى إلى اضطراب الكائن ودفعه المزيد من النشاط. وأكثر الدوافع قوة هي

الدوافع الاجتماعية كما أنه كلما كان الدافع قوياً أدى إلى تنوع النشاط و الطرق التي

يستخدمها الكائن للوصول إلى الهدف.

2- **مدى تأثير الدافع:** وهي الفترة التي يستخدمها الدافع منذ ضهره حتى اشباعه فهناك دافع قصير المدى كدافع الجوع مهما كان قوياً الا انه يزول بمجرد تناول الطعام ويزول القلق. وكلما كان الدافع طويلاً المدى ادى ذلك إلى استمرار حالة القلق والتوتر و التأثير على سلوك الكائن.

3- **الدافع المركب:** الكائنات الدنيا كالحوانات تتأثر بالدوافع الفسيولوجية كالجوع والعطش إلى آخره اما الإنسان فإنه يتعرض لمجموعة من الدوافع النفسية الاجتماعية المتعددة والمركبة بالإضافة إلى تعرضه للدوافع العضوية. وكل هذه الدوافع تؤثر على الإنسان وتوجه سلوكه في وقت واحد.

**تصنيف الدوافع:-** هناك تصنيفات كثيرة لدوافع وسنعمد هنا التصنيف الآتي:

أولاً: دوافع فطرية فسيولوجية

ثانياً: دوافع نفسية اجتماعية

**أولاً: الدوافع الفطرية :** وتسمى الدوافع الفسيولوجية وتتحدد عن طريق الوراثة وهي مرتبطة بالحاجات الجسمية لدى الكائن الحي فتحدث تغير في التوازن العضوي الكيميائي فتسبب حالة من التوتر والقلق، هذا التوتر يدفع الكائن للقيام بعمل ما ليشبع الحاجات الجسمية ويعود إلى حالته الطبيعية وهذه الدوافع مرتبطة بالأجهزة العضوية فدافع الجوع مرتبط بالجهاز الهضمي ودافع التنفس مرتبط بالجهاز التنفسي وهذه الدوافع مهمة ولا بد من إشباعها لأنها أساس بقائنا في الحياة.

وهي أساسية في حفظ النوع وهذه الدوافع تتسم بالعمومية لاشتراك جميع الكائنات الحية فيها. ومن

هذه الدوافع

**دافع الجوع:** المتمثل في الحاجة للطعام والسبب في حدوث الجوع عند الإنسان ناتج عن نقص المواد الغذائية في الدم وينتج عن ذلك شعور بالتوتر وتقلصات في المعدة مما يؤدي بالإنسان للإشباع حاجته بالطعام لإعادة التوازن.

**دافع الهواء:** ودافع الحصول على الأكسجين من الدوافع المهمة لبقاء الإنسان واستمراره في الحياة فإن نقص الأكسجين وعدم وصوله إلى المخ يآثر على خلايا المخ مما يؤدي إلى إصابته إصابة عضوية تؤدي إلى خلل في وظائفه.

**دافع الأمومة:** مسؤول عن بقاء النوع ويتمثل هذا الدافع في رعاية الأبناء والاهتمام بهم وإشباع حاجاتهم حتى يصبحوا قادرين على رعاية أنفسهم، كذلك فهو يشبع دوافع نفسية أخرى حيث تتولد العاطفة بين الطفل وأمه وينمو الحب ويتولد الانتماء والشعور بالانتماء ويبدو هذا الدافع واضحاً وقوياً عند الحيوانات والطيور وكيف تدافع الأم عن وليدها إذا تعرض للخطر.

### ثانياً: الدوافع النفسية الاجتماعية

وهذه الدوافع تنشأ نتيجة علاقة الفرد بالآخرين في الجماعة والمجتمع أي ان هذه الدوافع هي نفسية تشبع عن طريق الآخرين ومن أهمها ما يأتي

1- **دافع الحب:** من أهم الدوافع النفسية الاجتماعية وهو يشنأ وينمو منذ بداية ميلاد الطفل مع

أمه التي تقوم بإشباع حاجات الفطرية ومن خلال هذه العملية يتعلم الحب فهي تشبع حاجته

للطعام الذي يشعره بالسعادة والارتياح فيتمركز حب حول الأم التي هي مصدر الإشباع ثم

ينتقل الحب الى الافراد المحيطين به وهم أبوه وإخوانه ثم أفراد الأسرة والأقارب .وهكذا ينمو

هذا الدافع وينتقل إلى الرفاق والأفراد الآخرين وهذا الدافع له جانبين فالفرد في حاجة لأن يحب ويحب ولا يتحقق ذلك إلا من خلال العلاقات الاجتماعية ويؤدي إشباع هذا الدافع إلى الشعور بالسعادة وتحقيق التوافقين النفسي والاجتماعي والصحة النفسية للفرد وبالعكس فإذا حرم الطفل من الحب فإنه ينشأ غير سوي مضطرب نفسياً ويفقد توافقه مع الآخرين وقد يتخذ سلوكه شكل العدوانية أو انسحاباً من الحياة وقد يلجأ إلى الطرق غير سوية لإشباع هذا الدافع.

2- دافع الأمن: يعني الأمن النفسي وهو يعني التحرر من الخوف ويكون الفرد آمناً إذا كان موضع عطف وتقدير وقبول من الآخرين وعندما يجد تجاوباً واهتماماً مع الآخرين .

وإذا كان قادراً على الحصول على حقوقه وغير مهدد في كسب رزقه ومستقبله ومستقراً في شؤونه الأسرية غير مهدد تقلبات والمفاجآت الطارئة التي تهدد أمنه واطمئنانه ومما يهدد أمن الطفل سياسة العقاب وعدم وجود سياسة ثابتة في معاملة الطفل وتربيته وتفرقة في معاملة الأبناء والشجار بين الأبوين فإن ذلك يؤدي إلى جو غير مستقر مليء بانفعالات مما يؤدي إلى إعاقة النمو النفسي والاجتماعي السليم وكذلك تتعرض الجماعات فقدان الأمن لعدم القدرة على الحصول على الحقوق المشروعة والتعرض للبراكين والزلازل وانتشار تجارة المخدرات والإدمان وغيرها من الظواهر الأخرى.

3- الدافع للانتماء: الدافع للانتماء أو الحاجة للانتماء للجماعة من الحاجات الضرورية لدى

الإنسان والحيوان معاً لكنها تظهر بصورة واضحة لذا الجنس البشري ويبدأ هذا الدافع لدى الطفل منذ ولادته حيث ان بقاءه متوقف على إشباع حاجات الأساسية من قبل المحيطين به لأنه عاجز عن إشباعها . وانتماء يؤدي إلى الشعور بالفرد بتقبل من قبل الآخرين وتوسع دائرة



الانتماء بنمو الطفل وتعمق حاجة الفرد له عندما ينتقل الطفل إلى المدرسة وتتسع علاقاته الاجتماعية وتزداد الجماعات التي ينتمي إليها وخاصة المدرسة التي تتيح للطالب الفرص لإقامة علاقات اجتماعية متعددة من خلال الأنشطة المتنوعة التي توفرها وينتمي المراهق لجماعة (الشلة) وتصبح هذه الشلة أهم من الوالدين ، ينشد المراهق إليها ويشعر بالولاء لها قوانينها وانظمتها لذلك فعلى الآباء الاهتمام بتشكيل هذه الجماعة لما لها من تأثير سلبي على المراهق إذا كان توجهات أفراد الجماعة غير سوية.

والفرد الذي يفشل من إقامة علاقات اجتماعية جيدة ويفشل في الانتماء إلى جماعة تشعره بالتقبل والمكانة والمشاركة ، قد يؤدي إلى الشعور بالاغتراب واضطراب السلوك وسوء التوافق والصحة النفسية .

4- الحاجة إلى النجاح: الفرد بحاجة إلى أن يحقق نجاحا في كل مرحلة من مراحل حياته. والشعور بالنجاح يكسب الفرد ثقة بنفسه ويشعر بالأمن. وتبدأ هذه الحاجة أوالدافع منذ الطفولة عندما يتعلم النطق ويتعلم الكلام أو عندما يتعلم المشي وعندما يقوم بهذه المطالب النمائية فإنه يجد تشجيع من الأسرة وهو بذلك يكافئ على نجاحه في أداء تلك المطالب مما يؤدي إلى الشعور بالسعادة والتقدير فيؤدي به إلى تكرار المحاولات الناجحة وعلى الأسرة إلا تعرض الطفل للفشل في محاولاته المتكررة بمعنى عدم تكليفه القيام بالأنشطة فوق طاقته ولا تتفق مع نمو. والصغار بحاجة في الجميع مراحل نموهم إلى النجاح في الدراسة والعلاقات الاجتماعية والعمل والزواج. والفشل المتكرر يسبب مشاعر النقص وعدم الشعور بالكفاءة

وفقدان الاتزان النفسي و التعرض للأمراض النفسية. هناك دوافع أخرى كدافع السيطرة  
وتأكيد الذات والعدوان والاستقرار والمسايرة والمغايرة.

5- دافع الإنجاز: يكون هذا الدافع على شكل الرغبة في تحصيل شيء صعب المنال وإتقان  
المهارات و التغلب على العوائق والسعي للنجاح. ولهذا الدافع علاقة بالطموح. ويزداد هذا الدافع قوية  
كلما زاد الفرق بين مستوى الطموح ومستوى الإنجاز الفعلي و بالعكس. وعندما يقترب أو يتطابق  
مستوى الإنجاز الفعلي للفرد مع مستوى طموحه فإن ذلك لا يعني هذا الدافع قد اشبع كليا وإنه  
سوف يتوقف، بل أن ذلك سيعمل على تحريك مستوى طموحه إلى نقطة أعلى. وهذا يعني أن دافع  
الإنجاز يعتبر دافعا مستمرا لا يتوقف عند حدود معينة ويتكون هذا الواقع من من مكونين أساسيين  
هما:

أولاً الأمل في النجاح وثانياً الخوف من الفشل

فالأمل في النجاح يقصد به التوقع في تحقيق الهدف اما الخوف من الفشل فيقصد به التوقع  
الخوف من الإحباط لذلك فإن الأفراد يحرصون على الزمن وتقتهم تكون عالية ويميلون إلى المهام  
المعتدلة بين الفشل والنجاح لذلك فإن المهمات سهلة وصعبة جدا تكون غير جذابة لهم.

6- دافع الإنجاز الدراسي: يشير هذا الدافع إلى الرغبة ونزوع لبذل الجهد لأداء المهمات

المدرسية بصورة جيدة ويعد هذا الدافع من العوامل المهمة التي تقف وراء اختلاف الطلبة  
من انجازهم الدراسي خاصة وأن كثير من البحوث بينت أن الذكاء ليس العامل الوحيد

في هذا الاختلاف وان قياس هذا الدافع يؤدي وظائف كثيرة للمدرسة والطالب وهذه

الوظائف هي:

1- تشخيص الطلبة ذو الدافعية العالية والواطنة للإنجاز يمكن المدرس من تكييف طريقة تدريسه وتعامله مع الطلبة.

2- قياس هذا الدافع يفيد في عملية الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي.

3- التنبؤ بالتحصيل الطلبة من خلال قياس دافع الإنجاز يمكن التنبؤ التحصيل الطلبة.

وعلى المدرس توفير فرص النجاح وتقليل احتمالات الفشل لدى الطلبة من خلال تقديم مهمات فيها درجة معقولة من التحدي وقابلية للحل ونجاح الطلبة.

**نظرية ماسلو:** قام ابراهام ماسلو بتصنيف الدوافع البشرية في نظريته و تنظيمها وفق أهميتها في شكل هرمي متدرج تقع في قاعدته الحاجات المهمة وضرورية (الحاجات الفسيولوجية) و تترج إلى الأعلى وتنتهي .

وقد استند ماسلو في تنظيم الدوافع في الهرم المدرج إلى عدة مسلمات منها اعتمد في تنظيم الدوافع وفق أهميتها والحاجة للإشباع فمثلا الدوافع الفسيولوجية هي دوافع مهمة وضرورية لحفظ وبقاء النوع وهي دوافع غير قابلة للتأجيل، لذلك وضعت في قاعدة الهرم ولها الأولوية في الإشباع. يليها الحاجات ذات الأهمية في المرتبة التالية والتي تبدو متدرجة حسب أهميتها. وهي بالترتيب حاجات الأمن، حاجات الانتماء، حاجات تحقيق الذات، حاجات الفهم والمعرفة .

اما المسلمة الاولى هي أن للفرد حاجات متعددة ومختلفة مطلوب منه اشباعها ويتحكم في إشباعها ظروف متعددة شخصية وبيئية. مما يصعب اشباع كل هذه الحاجات مرة واحدة ويبدأ اشباعها واحدة

تلو الأخرى تبعاً لضرورتها وأهميتها (فإشباع دافع الجوع اهم من إشباع دافع تأكيد الذات مثلا) وكلما أشبع دافع آخر وهذه العملية مستمرة لا تنتهي أبدا.

المسلمة الثانية يرى ماسلو أن السلوك ينتهي او توقف عندما تشبع حاجة ما ثم تظهر حاجة أخرى فتدفع الفرد إلى سلوك آخر لإشباع هذه الحاجة.

المسلمة الثالثة هي ان الحاجات تتداخل فيما بينها فحاجة الإنسان لا تختفي ولا تتوقف عن الاشباع فليس هناك اشباعاً كلياً وإنما يكون الإشباع جزئياً.

ان ماسلو حدد الحاجات في الهرم المتدرج فالحاجات الفسيولوجية هي الحاجات المهمة وضرورية والتي تضمن بقاء الفرد كالحاجة للطعام والشراب والجنس والنوم إلى آخره وحدد خصائصها فهي مستقلة نسبياً وأن معظمها يرتبط بالأجهزة العضوية داخل جسم الإنسان مثل الحاجة للطعام وهذه الدوافع شعورية اي ان اشباعها يتم إرادياً. وتأتي بالمرحلة الثانية حاجات الأمن وتتمثل في رغبة الفرد في الحماية من الأخطار والتهديدات أو الحرمان وتتمثل في سعي الفرد تأمين نفسه اقتصادياً واجتماعياً اما حاجات الحب والانتماء فتقع في المرتبة الثالثة وهي تلك الحاجات التي تتم عن رغبة الفرد في الارتباط بالآخرين وقبوله اجتماعياً لديهم والتفاعل المستمر معهم ما يشبع حاجاته عن طريق الانتماء ويقع في المرتبة الرابعة حاجات تقدير الذات وهو رغبة الفرد على الحصول على التقدير والثناء الآخرين مما يؤدي إلى شعور الفرد بقيمته وأن عدم إشباعها يؤدي إلى شعور بالدونية والاحتقار من قبل الآخرين وتقع في المرتبة الخامسة حاجات تحقيق الذات والتي تتم عن رغبة الفرد في توظيف طاقاته واستعداداته في الإنجاز والابتكار مما يحقق له النجاح ومن خلال نجاح ويشعر

بتحقيق ذاته و تقديرها وآخر الحاجات أهمية هي حاجات الفهم والمعرفة التي تولد الرغبة لدى الإنسان باستثمار إمكانياته في الاستزادة في المعرفة.



#### الفصل الرابع

التعلم:- تحمل الكلمة التعلم في علم النفس معنى اشمل من المعنى المتعارف عليه في اللغة الدارجة، فلا يقتصر التعلم على التعلم المدرسي، بل يتضمن كل ما يكتسب الفرد من افكار واتجاهات وقيم وعواطف وميول وعادات اجتماعية وانفعالية. ويتم الاكتساب بطريقة معتمدة مقصودة كتعلم القراءة والكتابة أو قيادة السيارة. وقد يكون الاكتساب بطريقة عارضة غير مقصودة مثل سماع أغنية وترديدها فقد تم حفظها دون قصد، أو اكتساب الخوف من الحيوانات نتيجة التعرض لموقف طارئ.

ونحن نتعلم من البيئة التي نعيش فيها أنواعاً متعددة من التعلم، فالتعلم عملية أساسية في الحياة وتبدأ منذ مرحلة مبكرة في حياة الطفل. وينمو الطفل وتزداد خبراته وتدريبه وهو يكتسب عادات ومهارات متنوعة تعينه على حل المشكلات المعقدة التي تتطلب منه استخدام التفكير. أن الإنسان هو أحوج المخلوقات جميعاً إلى التعلم، لذا كانت طفولته وحضانته أطول من طفولة الحيوانات.

والتعلم هو تغير في الأداء يحدث تحت شروط الممارسة والتدريب ولا يكون نتيجة النضج الطبيعي والعوامل الوراثية أو نتيجة ظروف طارئة مثل الأداء في حالة التعب أو التحذير أو العمليات الجراحية أو الإصابة بمرض.

التعلم تغير في الأداء تحت شروط الممارسة يمكن الاستدلال عليه بقياسه.

شروط التعلم:- يتوفر في التعلم الإرادي المقصود ثلاثة شروط أساسية هي:

- وجود الفرد في موقف جديد غير مألوف، أو أمام مشكلة تعترضه وتحول بينه وبين إشباع رغباته. هذا الموقف أو المشكلة تتطلب منه تغييراً في سلوكه، مثل مشكلة الكفاح في كسب العيش
- وجود حافز أو دافع يحمل الفرد على التعلم، مثل استذكار الطالب دروسه بهدف النجاح.
- بلوغ الفرد مستوى معين من النضج الطبيعي يتيح له التعلم مثل نمو عضلات و عظام الطفل التي تساعد على تعلم المشي.

التعلم والنضج الطبيعي:- النضج عملية تغيير داخلي لدى الكائن الحي نتيجة التغيرات فسيولوجية وعضوية وعقلية ويتوقف على التكوين الوراثي للفرد.

فالطفل لا يستطيع المشي والكلام والقراءة إلا بعد بلوغه مستوى معين من النضج. فالتدريب على المشي لا ينفع إلا ببلوغ الجهاز العصبي والعضلي مستوى معين من النضج. ولا يقتصر النضج على العوامل الجسمية بل يشمل العقلية كقدرة الطفل على الحفظ وتذكر التي تنمو في التقدم بالعمر دون التدريب.

علاقة النضج والتعلم:- توجد تغيرات أساسها عوامل داخلية ترجع لنضج، وتغيرات ترجع للتعلم أسبابها عوامل خارجية وبيئة.

بعض الأنشطة كمشي عند الإنسان يكون أكثر تأثيراً بالنضج وأقل تأثيراً بالتعلم والتدريب. فتدريب الطفل على المشي في الشهر السابع من عمره قبل بلوغه نضج معين لا يساعده على المشي ولكن تدريب الطفل في سن الثانية عشر شهراً يفيد ويساعده في تقوية عضلاته وحفظ التوازن.

النضج وحده غير كاف لأحداث التعلم بل لابد من توفر شرط الممارسة، فطفل السبع سنوات نضجه يساعده في تعلم القراءة والكتابة ولكنه لا يستطيع تعلمها الا إذا مارسها ودرّب عليها. لا يمكن فصل بين النضج والتعلم ، فبالنسبة لتطور اللغة لا يتكلم الطفل إلى بعد نضج معين في الوظائف العقلية و الأجهزة الكلامية. وفي نفس الوقت يتعلم اللغة التي ينطق بها اهله. نظرية التعلم الشرطي:-

قام العالم الروسي ايفان بافلوف بدراسة عملية الهضم لدى الكلاب وكان لنتائج تجاربه دوراً كبيراً في علم النفس التعليمي وفي تفسير عمليات التعلم. وقد لاحظ أن الكلب يسيل لعابه حين يوضع الطعام في فمه، ولاحظ أيضاً أن الكلب يسيل لعابه عندما يرى الطعام أو نشمه أو مجرد رؤية الشخص الذي يقدم له الطعام أو حتى سماع وقع أقدامه وهو يقترب منه، وأطلق على هذه الحالة الأخيرة (الإفراز النفسي) تمييزاً عن الإفراز الطبيعي الذي يثيره الطعام في الفم.

قام بافلوف بإجراء عملية جراحية بسيطة تم بواسطتها فتح صدغ الكلب، وقام بتوصيل أمبوبة زجاجية تتصل بالغدة اللعابية بحيث يمكن تجميع سيل اللعاب فيها وقياسه. وقد درب الكلب على الوقوف في هدوء لفترة طويلة قبل إجراء التجربة حتى يتعود على ذلك أثناء التجربة. فيوقف الكلب على المنضدة وتقيد أقدامهم الأمامية والخلفية. وقد استخدم مع الكلب الجائع مثيراً صناعياً قبل تقديم الطعام مثل (صوت الجرس) فلم تحدث أي استجابة للعباب، وعندما قدم له مسحوق اللحم المجفف سال لعاب الكلب.

وكان أثناء تقديمه الطعام كل مرة يسمعه جرس كهربائي، ويتكرر ذلك عدة مرات اصبح قرع الجرس دون تقديم الطعام يسيل لعاب الكلب ولكن عند تكرار قرع الجرس دون اقترانه بالمشير الطبيعي (الطعام) يقل إفراز اللعاب تدريجياً.

وقد عاد بافوف التجربة واستبدال قرع الجرس الكهربائي بمثيرات صناعية أخرى مثل إضاءة مصباح أو تعريض الكلب لصدمة كهربائية في ساقه فكانت النتيجة مثل سابقتها. وهي سيل العاب عند اقتران المثير الطبيعي بالمشير الشرطي الصناعي. ويستمر سيل اللعاب في حالت وجود مثير شرطي وغياب المثير الطبيعي ولكنه يقل تدريجياً.

وقد أطلق بافلوف على المثيرات الصناعية اسم المثيرات الشرطية كصوت الجرس والصدمة الكهربائية وأطلق على الاستجابات التي تسحبها (الفعل المنعكس الشرطي) لأنه يحدث بشروط خاصة.

أهمها ما يلي:- 1- يتكون الفعل المنعكس الشرطي حينما يقترن المثير الصناعي بالمثير الأصلي اقتران مباشراً دون فواصل زمنية كبيرة.

2- تكرر هذا الاقتران عدة مرات قد تصل إلى 100 مرة.

3- أن يكون الكلب جائعاً.

4- تيقظ الكلب وتركيز انتباهه ولا يوجد ما يشتت هذا الانتباه.

وقد أطلق بافلوف على هذا النوع من التعلم البسيط اسم (التعلم الشرطي) لان فيه يتم الاعتماد على استجابات لمثيرات جديدة أو أفعال منعكسه شرطية في حالة غياب المنبه الأصلي. مبادئ التعلم عنده بافلوف: من إجراء التجارب تمكن بافلوف من استخلاص مبادئ اشتراطية سمية مبادئ الاشتراط التقليدي وهي:

مبدأ الاقتران الزمني انه أثر المثير الشرطي وفاعليته يبدو واضحاً إذا صاحب المثير الطبيعي واقترانه به في نفس الوقت او سبقه، إذ أن المثير الطبيعي في هذه الحالة يلعب دوراً للتدعيم أو تعزيز الاستجابة الشرطية أما إذا كان المثير الشرطي يأتي بعد فاصل زمني فلا تحدث الاستجابة الشرطية الا بصعوبة.

مبدأ التدعيم: الاستجابة الشرطية لا تتكون أصلاً الا إذا اقترن المثير الطبيعي بالمثير الشرطي مرات متتالية متعددة، وان الاستجابة الشرطية لا تثبت ولا تستمر الا إذا دعمت وتم وتقويتها من فترة لأخرى بشكل منتظم، والتدعيم يقوي الرابطة بين المثير الطبيعي والمثير الشرطي.

مبدأ المرة الواحدة: كان بافلوف يكرر تجاربه بربط المثير الطبيعي بالمثير الشرطي وقد يصل التكرار إلى مئات المرات الا انه لاحظ أن الاستجابة الشرطية يمكن أن تتكون من فعل المثير الشرطي مرة واحدة فقط ويحدث ذلك عندما تكون الاستجابة قوية يصاحبها انفعال شديد، مثل الطفل الذي تسعه النار او يعضه الكلب ولو مرة واحدة يمتنع عن الإقتراب من النار او الكلاب.

مبدأ الأنطفاء وهو عكس مبدأ التدعيم فعندما يتكرر ظهور المثير الشرطي لفترة من الزمن دون تدعيم أو تعزيز بالمثير الطبيعي فإن الفعل المنعكس الشرطي يضعف وتضائل تدريجياً حتى يضمحل ويزول نهائياً، ويسمى ذلك (الكف الشرطي) أي حدوث المتغير الشرطي دون حدوث الاستجابة، فالكلب يسيل لعابه عندما يسمع صوت الجرس إذا كانا مصحوباً بتقديم الطعام، ولكن عندما يمنع الطعام تأخذ كمية العاب بالنقصان شيئاً فشيئاً حتى تزول تماماً.



مبدأ الاسترجاع التلقائي: عندما يحدث انطفاء الاستجابة الشرطية نتيجة عدم التدعيم فإن هذا الانطفاء لا يكون نهائياً بل تعود هذه الاستجابة للظهور مرة ثانية بعد فترة من الزمن بالرغم من عدم وجود تدعيم، وهذا يعني ان الانطفاء والخمود لا يعني زوال الاستجابة.

مبدأ تعميم المثيرات: ويعني انتقال أثر المثير إلى مثيرات ومواقف أخرى تشبهه، فالكلب الذي تعلم الاستجابة لقرع الجرس فإنه يستجيب لأي قرع آخر من الجرس سوى كان أكثر ارتفاعاً أو انخفاضاً، وكلما زاد التشابه بين المثير الشرطي والمثير الطبيعي كلما زادت الاستجابة.

مبدأ التميز: التميز يعني قدرة الفرد المتعلم على التفرقة بين المثير الأصلي والمثيرات الأخرى الشبيهة، وذلك نتيجة تدعيم المثير الأصلي الطبيعي.

دور الأشراف في التعلم:-

التعلم الشرطي يقوم بدور مهم في تكوين العادات عند الإنسان والحيوان فجميع انواع التعلم وتكوين العادات تتلخص في اكتساب أفعال منعكسة شرطية. فالعادة هي استعداد الفرد للاستجابة لعلامات ورموز تتنوع المثيرات الاصلية. فعندما يدرّب المروض الحيوانات على الرقص يوقفها على لوحة معدنية ساخنة ، فتبدأ في رفع كلتا رجليها، وصاحب ذلك موسيقى فتبدو للمشاهد كأنها ترقص على أنغام الموسيقى. فالحرارة على اقدام حيوان هي المثير الطبيعي الاصلي وصوت الموسيقى هو المثير شرطي (الصناعي) ويبدو المثير الشرطي واضحاً عند الطفل الرضيع عندما يرى أمه وزجاجة الحليب في يدها فيقوم بتحريك شفثيه وكأنه يرتشف الحليب قبل أن تضع الزجاجة في فمه.

نظرية التعلم بالاستبصار (كوهلر):

يعني الاستبصار الإدراك أو الفهم الفجائي للعلاقات بين أجزاء الموقف الأساسية لم يدرك الفرد من قبل، وذلك خلال محاولات وأخطاء أو هو حل فجائي للمشكلة سواءً مسبقه محاولات او أخطاء او لم تسبقه. والاستبصار يدل على أن الفرد قد فهم المشكلة وعرف ما يجب عمله لحلها، وقد أجرى كوهلر تجارب على القرد ( الشمبانزي) فادخل قرد جائع في قفص يتدلى من سقفها بعض ثمرات الموز ، بحيث لا يستطيع القرد الوصول إليها وقد وضع داخل القفص صناديق فارغة. وقد بدأ القرد محاولاته للحصول على الموز ( مد ذراعيه والقفز) ولم ينجح فجأة قام مزحزحته الصندوق وقفز عليه ولم يفلح ثم قام بحل اخر، وهو وضع صندوق آخر فوق الصندوق الأول وتكرر الفشل، وكرر وضع صندوق اخر فوق الصناديق الأخرى إلى أن تمكن من الوصول إلى ثمرات الموز بعد محاولات متكررة تخللها الشعور باليأس والانفعال والإحباط .

وكرر (كوهلر) تجاربه مع قرود من نوع اذكى ومع وسائل أخرى، كالعصى لاستخدامها في الحصول على الموز وكان كوهلر في كل تجربة يجعل المشكلة أكثر صعوبة.

تفسير التعلم في ضوء النظرية:

سلوك الحيوان لم يتقدم اثناء المحاولة والخطأ والحركات العشوائية وأنا الحل بدأ حاسم مباشراً ومفاجئاً.

لم يصل الحيوان لحل المشكلة على مراحل بل وصل لحل المشكلة عن طريق الإدراك فجائي لاجزاء الموقف (الاستبصار).

ان سلوك الحيوان صدر نتيجة توتر نفسي لإشباع حاجة الجوع، ويبدو أثر الدوافع في التعلم ، فالتعلم محاولة لحل مشكلة (عندما يواجه الحيوان مشكلة ظل في حالة توتر حتى يصل لحلها) فيستعيد التوازن، فالتعلم هنا شكل من اشكال (استعادة التوازن).

عند إعادة التجربة على الحيوان لم يكرر المحاولات فاشلة وهذا يدل على انه فهم حل المشكلة، والتعلم هو نتيجة جميع العلاقات وإدراك الأجزاء في كل موحد.

العوامل التي تسهم في الاستبصار:

يتوقف الاستبصار على العامل الزمني والذكاء و مستوى رقي الكائن الحي، فكبار أقدر على الاستبصار من الأطفال، والأذكاء أكثر استبصار من متوسطي الذكاء والأغبياء. والإنسان أكثر استبصار من الحيوانات.

الخبرات التي مر بها الفرد في حياته تلعب دورا مهما في الاستبصار وحل مشكلاته.

تنظيم عناصر الموقف.

تكرار الموقف الاستبصار يساعد استخدامه في مواقف أخرى جديدة مشابهة للموقف السابق.

### الذاكرة والنسيان :

مصطلح الذاكرة يشير الى الدوام النسبي لأثار الخبرة حيث تلعب الذاكرة دوراً بالغ الأهمية في التحصيل الدراسي والعملية التعليمية ، وذلك ان الذاكرة والتعلم يفترض كل منها وجود الآخر فبدون الاحتفاظ لا يمكن ان يكون هناك تعلم وبدون التعلم فانه لا يكون هناك شيء للتذكر إذ ان التعلم يشير الى حدوث تعديلات على السلوك الناتجة عن الخبرة والذاكرة تشير الى الدوام النسبي لهذه التعديلات .

وتعرف الذاكرة: بانها عملية عقلية يتم فيها تسجيل وحفظ واسترجاع الخبرات الماضية .

والذاكرة تمثل المحور الأساسي كما يرى الكثير من علماء النفس لكل العمليات العقلية الأخرى وفي بنية الذكاء والقدرات العقلية، وهذا يعني ان كل ما يفعله الناس يعتمد على الذاكرة، والكائن الحي بدون ذاكرة سيرتبط بالواقع من خلال عملية الإدراك الحسي المباشر فقط وبالتالي فهو خاضع لمبدأ (هنا والان) اي الاستجابة لموقف معين وفي زمن معين فقط، والذاكرة هي المحور الأساسي ذو الأهمية الكبيرة لكل العمليات العقلية وهي القوة التي تكمن وراء كل نشاط نفسي وعقلي إذ بدونها يرى الفرد تكرار الحياة ولا يستطيع تعلمها. وبدونها لا يمكن ان نجد الماضي ونستفيد منه في المستقبل مروراً بالحاضر، فالإدراك والتعلم والتحدث والوعي وحل المشكلات، كل ذلك يستلزم القدرة على تخزين المعلومات، فالتعلم يتطلب اكتساب معلومات، والتفاعل الاجتماعي يتطلب تذكر الكلمات وقليل من قواعد اللغة وهذه كلها تتم من خلال القوانين التي طرحها ارسطو كالترباط والتشابه والتضاد في خزن الحقائق والمعلومات وفي استردادها واستعادتها .

### انواع الذاكرة :

تدخل الذاكرة في كل جوانب الحياة الإنسانية المختلفة فالذاكرة نشاط عقلي مركب لذلك تتعدد الأشكال التي تظهر بها وبناء على الخصائص والعمليات العقلية المكونة للذاكرة وقدرة كل جهاز او مخزن على حفظ الحقائق والمعلومات وفقاً لطبيعة النشاط النفسي يمكن تقسيم الذاكرة الى ثلاثة انواع، وهذه الأنواع الثلاثة هي:-

1- الذاكرة الحسية: تتعرض حواسنا لعدد ضخم من المعلومات وبشكل مستمر الا ان الفرد لا يستطيع ان يتلقى كل هذه المعلومات مجتمعة وينتبه اليها فمثال، انك جالس في الغرفة تقرأ في كتاب فعيناك تستقبلان معلومات بصرية من الكلمات المكتوبة، وتلاحظ ما يبدو من النافذة، وتدخل الى اذناك معلومات سمعية من جهاز المذياع، ويسجل بذلك درجة حرارة الغرفة، او قد تشعر بضغط الساقين الواحدة على الأخرى، وعلى الرغم من انك لا تستطيع ان تتلقى مرة واحدة كل هذه المنبهات الا ان المعلومات تدخل الى مخزن الذاكرة الحسية فالذاكرة الحسية تتعلق بالانطباعات المتجمعة عن الطبيعة والحياة من خلال اعضاء الحس ويتضمن هذا الشكل بالتالي أشكال فرعية اخرى مثل الذاكرة البصرية والذاكرة السمعية واللمسية والشمية والتذوقية .

اي ان الذاكرة الحسية هي نتيجة اي منبه حسي يترك انطباعاً حسيّاً ويطلق علماء النفس على هذا الانطباع بالذاكرة الحسية والمعلومات في الذاكرة الحسية تفقد بعد ربع ثانية ويمكن

حفظ المعلومات مؤقتا إذ انتبه الفرد اليها وحاول فهم معناها مما يؤدي الى انتقالها الى مخزن الذاكرة قصيرة المدى .

2- الذاكرة قصيرة المدى: يهتم هذا النوع من الذاكرة بملاحظة وفرز الأحداث اليومية فيبقى المهم فيها وتتخذ الإجراءات اللازمة لنسيان البعض الآخر, ولو راجع الفرد الأحداث اليومية التي مر بها نرى ان هناك امور كثيرة يتذكرها الفرد لفترة قصيرة وسرعان ما ينساها لأنه لو بقيت لملئت الذاكرة بمعلومات عديمة الفائدة. فالذاكرة قصيرة المدى هو جهاز لمعالجة ظروف الحياة اليومية والاحتفاظ بالمعلومات والأفكار والخبرات التي يعيها الفرد في اي وقت محدد بصفة مؤقتة خلال (15 ثانية) ولا يمكن استرجاع المعلومات من الذاكرة قصيرة المدى بعد 15-20 ثانية , الا اذا تم معالجتها او نقلها الى الذاكرة بعيدة المدى, وللذاكرة القصيرة المدى وظيفتين هما :

1- التخزين المؤقت للمعلومات باختيار المادة التي تبقى مؤقتا .

2- نقل المعلومات والخبرات الى الذاكرة طويلة المدى, وسحب المعلومات من اجهزة الذاكرة المختلفة.

ان المعلومات التي تنقلها الذاكرة قصيرة المدى لا تنتقل بشكل آلي الى جهاز الذاكرة طويلة المدى بل يقوم جهاز الذاكرة قصيرة المدى بشكل رئيسي بفرز المعلومات المفيدة التي يرغب ان يحتفظ بها الفرد والمعلومات التي يريد ان يتخلص منها اي انها عملية انتقائية وان العنصر المهم في الانتقال هو تحديد مدى استخدامها في المستقبل. وان الذاكرة قصيرة المدى لا تتأثر بالعمر, ولا بالتربية, ولا بمستوى القدرات فهي ميكانيزم بدائي للاحتفاظ بالمعلومات لفترة قصيرة من الزمن.

3- الذاكرة طويلة المدى : نظام مؤهل لتخزين كمية هائلة من المعلومات والحقائق والمعاني يمهّد لنا الحياة بأوسع معانيها وعيا وادراكا. فهو نظام يمكن وصفه بأنه مجموعة من المواقع المعرفية التي تم ارتباطها بشكل يتسم باحتوائه على المفاهيم التي تحمل معنى . إذ ان المادة التي تختزنها الذاكرة طويلة المدى يتم فيها خزن الحقائق والمعلومات والمعاني والمفاهيم بصورة مماثلة للمادة الحقيقية او بشكل مصغر لها. وكثيرا ما يلجأ الإنسان الى وسائل متعددة لانتقال هذه المعلومات من الذاكرة قصيرة المدى الى الذاكرة طويلة المدى إذ ان هذا يتطلب اكتساب وسائل محسنة لتخزين الحقائق فالانتباه, والتنظيم, والمشاركة الجدية, ووجود فسحة من الوقت بين جلسات التعلم واستخدام عوامل

التشجيع الإيجابي وغيرها تعد جوانب أساسية لحدوث الانتقال .ولابد ان نعرف ان هناك اتصال دائماً بين جهازي الذاكرة قصيرة المدى والطويلة المدى, وان المادة المخزونة في الذاكرة طويلة المدى يمكن تنشيطها واسترجاعها الى الذاكرة قصيرة المدى لمعالجة ظروف الحياة اليومية .

**العوامل المساعدة على التذكر:**

**اولاً: العوامل الذاتية (الداخلية)**

- 1- الاسترجاع: ان التوتر والضغط النفسي لا يؤدي الى زيادة التذكر والاسترجاع ,فإعطاء الفكر فرصة لكي يعمل بهدوء يكون فيه ضمان لحصول التذكر بصورة ادق
- 2- التهيؤ الذهني: إن معرفة الفرد واستعداده لما سيقوم به من عمل وما يتعلق بهذا العمل او النشاط من اهداف يؤدي الى تذكر سير النشاط بصورة جيدة مقارنة بمن لا يملك مثل هذا التهيؤ.
- 3- حاجات الفرد وميوله ورغباته: ان المواقف المرتبطة بحاجات الفرد يسهل على الفرد استرجاع المواقف وتذكر جوانبها.
- 4- انفعالات الفرد: ان انفعالات الفرد اثناء الحوادث والمواقف قد تترك آثار نفسية لا ينساها الفرد بسهولة.

**ثانياً: العوامل الموضوعية (الخارجية):**

- 1- التكرار: ان الخبرات التي تكرر على الفرد يتذكرها بسهولة اكثر من تكرارها مرة واحدة.
- 2- الحداثة: ان الخبرات او الأشخاص او المواقف التي يمر بها الفرد حديثاً قد يكون تذكرها اسهل من تذكر مثيلاتها التي مر بها في الماضي.
- 3- الشدة: الأحداث العنيفة او المواقف المتطرفة يتذكرها الفرد اكثر من غيرها نفسية تتلاحم مع غيرها لانها تترك آثاراً.
- 4- الخبرات الأولى: تعد الخبرات الأولى كساعة اللقاء الأول بين صديقين واليوم الأول الذي يدخل فيه الطالب الى الجامعة يتذكره اكثر من سائر الأيام

**النظريات التي فسرت الذاكرة:**

**اولاً: النظرية السلوكية :**

وجهة النظر السلوكية تؤيد الذاكرة على انها عملية ناتجة او تابعة للتعلم وفق المفاهيم الآتية :

1- المثيرات او المدخلات

2- التخزين:

3- الاستجابات او المخرجات .

وتهتم هذه وجه النظر السلوكية بعملية التخزين واهتموا بالزمن في تخزين المعلومات من خلال عملياتي التآكل والتداخل. وتؤكد على سلوك المتعلم من خلال عملية الاسترجاع التلقائي. واكد ايضا على مفهوم الارتباط بين (المثير - الاستجابة )

**ثانياً: نظرية الكشئالت :**

كدت هذه النظرية في تفسيرها للذاكرة على انها عملية ادراكية تهتم باستقبال المعلومات قبل تخزينها مؤكدة على عمليات (يضمها مصطلح الإدراك الحسي) وهي:

1- عملية الإحساس .

2- عملية الانتباه

3- الوعي

تفسر هذه النظرية الذاكرة بدأ بعملية الإحساس والتي تتمثل بالمعلومات الواردة من البيئة الطبيعية والاجتماعية .اما الانتباه فتتمثل بتخزين المعلومات من خلال عملية الانتقاء والاختيار في استقبال المعلومات وتصنيفها وتحليلها .اما عملية الوعي فتتمثل بإضفاء المعنى على المعلومات والتنظيم في عملية الخزن .كما واكدت على عمليتين اساسيتين هما:-

1- الترميز : اي تفسير المعلومات واستقبالها كي يسمح بتشكيلها ومن ثم تخزينها

2- التنظيم: للتنظيم دور اساسي في تسهيل عملية خزن المعلومات او الحقائق ومن ثم سهولة استعادتها .

**ثالثاً: النظرية المعرفية :**

تفسر هذه النظرية الذاكرة على انها سريان المعلومات وفق جوانب رئيسية ثلاث هي :

1- الترميز .

2- التخزين .

3- الاستعادة.

وقد اهتمت بدراستها للذاكرة بجانب الاستعادة او الاسترداد. ولقد حددت سبل الاستعادة للمعلومات من خلال :عملية الاسترجاع - والتعرف - واعادة التعلم.

## النسيان :

يعني الفشل في اي عملية من عمليات منظومة الذاكرة، وهو ترميز او تشغيل قد يكون غير ملائم او غير صحيح او ان المعلومات قد تشوهت في اثناء التخزين. او ان وضع التخزين في اي مخزن حسي او قصير او بعيد المدى قد يكون محدودا لا يحافظ على جميع المعلومات المراد خزنها، او انه فشل في الاسترجاع او التعرف، او خطأ في استرداد نوع من المعلومات المطلوبة من ملف التخزين، لذا يمكن القول ان النسيان عملية او ظاهرة في معظم الأحيان مؤقتة او طارئة اكثر منها ظاهرة دائمة .ان النسيان ظاهرة نفسية شائعة بين الطلبة خاصة والناس عامة إذ ان كل ما يتعلمه الطالب هو عرضه للنسيان ولكن لا أحد يستطيع ان يحدد مدى السرعة التي يفقد بها الإنسان المادة المتعلمة .ويعرف النسيان بانه عجز الفرد عن الاسترجاع او التعرف او تذكر ما تم حفظه من معلومات او مهارات وهذا العجز قد يكون كلي او جزئي، دائم او مؤقت وقد يصل النسيان الى حد فقدان القدرة على تذكر ابسط الأشياء المعتادة في الحياة اليومية .

## النظريات التي فسرت النسيان :

اولاً: نظرية التآكل والإهمال :وهي من اكثر النظريات شيوعا واولها في تفسير سبب النسيان. وتذهب الى ان التعلم هو نتاج الممارسة او الاستعمال. بينما النسيان هو عملية تحدث خلال فترات الاحتفاظ عندما تكون المعلومات موضع الاهتمام مهمة غير مستعملة. وعلى هذا فإن الإهمال يسبب النسيان .والتآكل يحدث في الذاكرة الحسية والذاكرة قصيرة المدى. فالمعلومات الواردة الى الذاكرة الحسية تختفي خلال ثواني إذا لم ينتبه اليها او يتعامل معها. والمعلومات تختفي ايضا من جهاز الذاكرة قصيرة المدى خلال (15 - 20) ثانية وهذا الاختفاء يعرف بالتآكل نتيجة لمرور الزمن إذا لم يتعامل معها الفرد. اي انها تفقد فرصة الانتقال الى الذاكرة طويلة المدى .

ثانياً: نظرية تغيير الأثر :أكدت على ان ذاكرة الفرد تميل الى تغيير ما سبق ان رآه الفرد بأساليب معينة .معتمداً على المبادئ الآتية:

1- الأغلاق: اي الميل الى اغلاق الشكل المفتوح.

2- الشكل الحسن: اي الميل الى اكمال الشكل.

3- التناسب: اي الميل الى توازن الشكل ان هذا التغيير في الأثر يتسبب في نسيان الشكل الأصلي. وهذا يظهر إذا كان الأثر يعاني من عدم التناسق بشكل خاص فإن الشكل النهائي له قد يجعل منه شيئاً بعيد الصلة بالمادة الأصلية والنتيجة المباشرة لذلك حدوث قدر كبير من النسيان .

### ثالثاً: نظرية العوامل العضوية (الفسولوجية) :

كان يعتقد في وقت من الأوقات ان النسيان سببه الوحيد هو ما يحدث نتيجة التغيرات العضوية التي تصيب خلايا الجسم. وبما ان خلايا الجسم تظل في عملية هدم وبناء مستمرة فإنه يبدو من المنطقي القول بان تلك التغيرات العضوية التي تحدث في الأعمار الكبرى نتيجة لعمليات الهدم في خلايا الدماغ مما يؤدي الى نقصان في القدرة على التعلم والتذكر وفقدان المهارات والمعلومات التي تم نقلها سابقاً .

رابعاً: نظرية عوامل التداخل والتعطيل : قد يحدث النسيان نتيجة وجود تداخل انشطة الفرد المتعددة التي يقوم بها مما يسبب ان يلغى احدهما الآخر والتعطيل على نوعين :أ: التعطيل القبلي (الكف الرجعي) اي تداخل تعلم جديد وتأثيره على استدعاء تعلم سابق ففي مثل هذه الحالة يحدث تداخل للمعلومات الجديدة على القديمة, ولكن يقل اثرها اذا كانت المعلومات القديمة باعثة على الارتياح ومدعمة بقوة .

ب: التعطيل البعدي (الكف التقدمي) هو تداخل تعلم سابق وتأثيره على استدعاء تعلم الحق ويظهر هذا التأثير عندما تكون المادتين المراد تعلمها متشابهين.

خامساً: النسيان المتعمد (نظرية الكبت) : هذه النظرية تفسر ان بعض النسيان يكون مدفوعاً دون وعي منا اي انه يوجد دافع او رغبة في النسيان وهذه الفكرة العامة وراء الكبت هي ان الخبرات تنسى او انه لا يتم تذكرها وذلك بسبب علاقتها بالمشاكل الشخصية للفرد او ان الذكريات لا يتم استدعاؤها لأنها غير مقبولة لدى الفرد فقد تكون من النوع المؤذي او المهين فهي تعمل على اثاره الشعور بالذنب او اثاره القلق وفي مثل هذه الحالة يكون النسيان انتقائي .

### العوامل المؤثرة في عمليتي التذكر والنسيان :

تتأثر عملية التذكر بجملة كبيرة من العوامل المؤثرة على التذكر والنسيان اما بشكل ايجابي وفي مثل هذه الحالة يجب ضبط هذه العوامل والسيطرة عليها لغرض تنشيط الذاكرة او بشكل سلبي في حالة



اهمال هذه العوامل وعدم الالتزام بها مما يؤدي الى النسيان وسنحاول هنا تصنيف هذه العوامل المؤثرة وعلى الشكل الآتي:

**أولاً: عوامل الاستقبال:** ان التعلم الجيد هو الذي يستهدف تنمية قدرة الطالب على التعلم واكتساب الخبرات واستخلاص الحقائق بنفسه والسؤال المهم هنا كيف يمكن تحسين القدرة على التذكر بحيث يمكن ان تحتفظ بالمادة بشكل جيد وفي مثل هذه الحالة تعتمد على الكثير من العوامل وتبدأ بـ

**أ:** دافع الوصول الى النجاح :يمثل الدافع الطاقة الكامنة التي تدفع الطالب لان يسلك سلوكا معيناً في البيئة ولحدوث عملية التعلم لابد ان يكون هناك دافع يدفع الطالب نحو بذل الجهد والطاقة للتعلم إذ ان وجود الدافع للتعلم يعد شرطاً أساسياً لحدوث التعلم الجيد فبدونه يصبح التعلم شيئاً ثقيلاً وبالتالي سيتطلب جهداً مضمناً من الطالب وفي مثل هذه الحالة فإن التذكر سيكون ضعيفاً, على العكس من ذلك الطالب الذي يضع دافع النجاح والتفوق كهدف امامه فإن هذا الهدف يعمل كقوة دافعة في تحقيق النجاح كلما زادت الدافعية لدى الإنسان كلما زادت القدرة على التذكر والتعلم.

**ب:** الانتباه :يعد الانتباه من العوامل الأساسية في التعلم والتذكر ولكي يتم الانتباه فلا بد ان يوجه الطالب احساسه وشعوره نحو موضوع الدرس بحيث يصبح هذا الموضوع في بؤرة اهتمامه واحساسه من اجل ان يحصل إدراك واستيعاب لذلك الموضوع وبالتالي يمكن خزن هذه المعلومات في الذاكرة طويلة المدى.

**ثانياً: عوامل تتعلق بالمادة الدراسية:** تتأثر فاعلية عملية التذكر بالمادة الدراسية المراد تعلمها وما بهذه المادة من درجة الفهم والمعنى وبدرجة إتقان الطالب للمادة ونوع النشاط الذي يمارسه الطالب ومن بين العوامل المتعلقة بالمادة الدراسية التي لها تأثير على عملية التذكر هي :

**أ:** درجة المعنى في المادة الدراسية :دللت الدراسات والبحوث ان المعلومات ذات المعنى هي التي يتم تخزينها في الذاكرة طويلة المدى وهي اسهل استعادة, ووجود المعنى في المادة يعد اساس في الاحتفاظ بها فكلما كانت درجة المعنى للمادة عالية كلما زاد ثبات اثرها في الذاكرة وزادت القدرة على التذكر. ودللت احدي التجارب ان المادة ذات المعنى يتم تذكرها بسهولة بينما المادة الأقل معنى فنجد صعوبة في تذكرها .

ب: تنظيم المادة الدراسية :ان المادة التي تعرض بشكل منظم ومترايط بحيث تكون وحدة متكاملة يكون فهمها ايسر وتذكرها اسهل. إذ ان محاولة المتعلم فهم, وجمع, وحشر المعلومات في الذاكرة طويلة المدى دون ان يعتني بتنظيمها فإنه سيجد صعوبة, ومشقة, وعناء في استرجاعها والتعرف عليها فيما بعد. ولا بد من الإشارة هنا انه ليس المهم محاولة تنظيم المادة فقط بل يجب ان يتم ربط المعلومات بالمعارف التي اكتسبها فربط الحقيقة بحقائق اخرى اسهل على الذاكرة الاحتفاظ بها .

ج: ارتباط المادة بميول واتجاهات الطلبة :يميل بعض الطلبة الى مواد معينة ولا يميل الى اخرى والسبب في ذلك هو ان المواد تكون على الأغلب مرتبطة بحاجة من حاجات الفرد النفسية فنجد الكثير من الطلبة يطالعون ويهتمون بموضوعات معينة في حين يتكرر اخفاق الآخرين من الطلبة في موضوعات اخرى. وعلى الرغم مما يتركه الإخفاق من آثار سلبية عليهم فهم لا يستطيعون حفظ المعلومات التي يتطلبها النجاح .

د: المهارات الحركية والمهارات اللفظية :ان اي مهارة حركية البد ان تتضمن جوانب فكرية واخرى لفظية وعند مقارنة الاحتفاظ والتذكر في المواد اللفظية والمهارات الحركية نجد ان المهارات الحركية هي الأكثر في التذكر والاحتفاظ وهذا ما توصلت اليه الدراسات التي بينت ان الاستجابات الحركية يتم الاحتفاظ بها جيدا عند الإنسان. إذ ان المعلومات التي يستمدها باستخدام اكثر من حاسة اثبت في الذاكرة من المعلومات التي يستمدها باستخدام حاسة واحدة, فالطالب الذي يقوم بإجراء التجربة ويقرأها بالصورة الضوئية يكون تعلمه افضل وبالتالي تذكره يكون احسن من الاعتماد على حاسة واحدة

**ثالثاً : العوامل المتعلقة بطرائق التدريس :** ان علم النفس غني بالدراسات والبحوث المتعلقة بالأسلوب الأمثل لدراسة المادة وقد تمخضت عن الوصول الى طرق متعددة يمكن ان تحقق فعالية التذكر وتنشط الذاكرة ومن اهمها

أ: الطريقة الكلية والطريقة الجزئية :الطريقة الكلية تعني قراءة المادة كلها مرة بعد اخرى الى ان يتحقق حفظها .اما الطريقة الجزئية فهي تجزئة المادة وقراءة كل جزء منها بعد اتمام حفظ الجزء الأخر فمثال عند محاولتنا حفظ قصيدة شعرية فهل من الأفضل قراءة القصيدة كاملة مرة بعد اخرى حتى يتم حفظها ام قراءة القصيدة شيئاً فشيئاً؟ ان لكل طريقة مجال استخدام يختلف عن الأخرى فالطريقة الكلية يتوقف استخدامها على مقدار المادة المراد تعلمها, ونوع هذه المادة, والمتعلم نفسه

وغيرها من العوامل فهي تكون مناسبة حينما تكون المادة قصيرة وتتصف بوحدة طبيعية او تتابع منطقي ففي هذه الحالة تتحقق ارتباطات بين الكلمات والفقرات مما تؤدي الى وضوح المعنى وبالتالي تساعد على الحفظ والتذكر . اما الطريقة الجزئية فهي تكون مناسبة اكثر حينما تكون المادة طويلة وصعبة فهي تصل الى حفظ الدافعية لدى المتعلم إذ انه يستطيع ان يقف على حفظه خطوة بخطوة . وعلى الرغم من اختلاف الطريقتين في حفظ المادة الا انها كثيرا ما ترتبطان ببعضهما ويكون الأسلوب الأمثل هو الجمع بين الطريقتين .

ب: الطريقة الموزعة والطريقة المكثفة: تعني الطريقة الموزعة ان يتم التعلم على فترات عمل بينها فترات راحة ويفضل استخدام هذه الطريقة في حالة التعلم الحركي وفي حالة التعلم الذي يتطلب الحفظ الآلي وفي حالة المادة التي تتطلب الاحتفاظ الطويل المدى (2- 4 ) اسبوع, فقد ظهرت احدى الدراسات ان قراءة المادة مرة واحدة في اليوم على مدى خمسة ايام متتالية قد اعطى احتفاظا للمادة يساوي ثلاثة اضعاف ما اعطاه قراءتها خمس مرات متتالية .

اما الطريقة المكثفة فهي الاستمرار في عملية التعلم على فترة واحدة دون راحة ,اي الاستمرار في القراءة حتى يتم الحفظ. وقد تكون هذه الطريقة فعالة في حالة المادة التعليمية التي يكون طابعها الاستكشاف او تكوين المفاهيم او حل المشكلات التي تتطلب من الطالب ان يستشف او يستخلص الجواب الصحيح ويفضل استخدامها مع المواد التي تتضمن حل مسائل .

ج: طريقة التسميع: ان قراءة المادة التعليمية ومحاولة الطالب تسميعها في اعقاب ذلك يكون اكثر جدوى من تكرار قراءتها مرة بعد مرة فالطالب الذي يقرأ المادة ويعرف ان عليه ان يستذكرها في اعقاب ذلك فان هذا يجعله يقرأها بنشاط ويقظة وبالتالي يؤدي ذلك الى احتفاظ اكثر, ان هذه الطريقة تضمن فعالية اكثر من جانب المتعلم. إذ انها تجعل المتعلم يعتمد على نشاط احساسه وتفكيره وليس على مجرد القراءة فقط إضافة الى انها تضمن استمرار الدافعية لديه في تشخيص النقاط التي تحتاج الى مزيد من الحفظ وما حققه من تقدم

رابعاً: عوامل تتعلق بالمتعلم نفسه: هناك عوامل عديدة ومختلفة تدخل ضمن المتعلم نفسه مما يجعل عملية التعلم ناقصة وبالتالي يكون الاحتفاظ والتذكر على مستوى ادنى .فالتذكر يتأثر دون شك بالمستوى العقلي للمتعلم فالقدرة على التعلم والتذكر لدى ضعاف العقول تكون ضعيفة وعلى العكس من ذلك فالطلبة الأذكاء يوصفون بذاكرة قوية كما ان الفروق الفردية في القدرة على التعلم والتذكر هي الأخرى لها دور فعال على ظاهرة الاحتفاظ بالمعلومات وهذه الفروق قد تكون بين

الطبة وقد تكون في الطالب الواحد إذ اننا نجد احد الطلبة يتعلم ويحفظ المعلومات الخاصة باللغة اكثر من تعلمه واحتفاظه بمعلومات الرياضيات. وتتأثر عملية التذكر ايضا بالعوامل النفسية والخصائص المزاجية والانفعالية للمتعلم وكذلك العوامل الاجتماعية كالاخلافات بين افراد الأسرة والمتاعب المالية التي يعانها إذ ان لها دور بارز في التأثير على التذكر.