

جامعة تكريت

كلية التربية للبنات

قسم العلوم التربوية والنفسية

علم النفس التربوي / الصفوف الاولى / الاقسام كافة أ.م.د زبيدة عباس محمد

محاضرة رقم (1) الانتباه والإدراك الحسي:

وهما عمليتان متلازمتان فالانتباه / هو تركيز شعور الفرد في شي ما وتهيئة وتحفيز الفرد للإدراك فالانتباه يسبق الإدراك ويمهد له ويتأثر الانتباه من فرد إلى آخر تبعا لبعض المتغيرات التي يعتمد عليها الإدراك منها (الثقافة , الخبرة السابقة , مستوى الذكاء)

والانتباه ليس عملية محددة لمستوى واحد يحصل فيها الانتباه أو لا يحصل بل هو عملية تكون على مستويات تتذبذب بين نهايتين نهاية دنية يكون فيها العقل في اقل حالة من التركيز مثل عندما يكون الفرد مريض ونهاية قصوى يتركز العقل في الشيء الذي ينتبه إليه تركيزا شديدا

وان شعور الفرد حين انتباه في شي معين يكون له استقرار معين ومدة معينة تختلف من وقت لآخر ومن موضوع لآخر ومن فرد لآخر فإذا كانت عوامل جذب الانتباه قوية فانه يستمر لمدة طويلة وإذا اتصل بدوافع الفرد وحاجته أصبح قويا وبالعكس إضافة إلى القدرة على حصر الانتباه بموضوع محدد تنمو بنمو العمر لهذا فان وقت الدرس في مرحلة رياض الأطفال يتراوح بين (15 – 20) دقيقة وفي المرحلة الابتدائية والمتوسطة (40 - 45) دقيقة وهكذا . أما الإدراك / يعني معرفة الشيء أو التعرف على الأشياء

أنواع الانتباه

- 1- الانتباه القسري / يحصل رغما عن الفرد وان المنبه يفرض نفسه على الحواس مثل صوت انفجار عنيف أو صوت بوق السيارة والمعلم أحيانا عندما يطرق على الصبورة انتباه الطلبة أو يرفع صوته في أحيان أخرى
- 2- الانتباه الطوعي الإرادي / يمثل المرحلة الثانية وهنا يبذل الفرد جهد شعوري فهو يفرض على الفرد عادة بواسطة دافع خارجي كالثواب والعقاب ويتصف هذا النوع بالألم والإكراه والخوف مثل حضور المحاضرة والإنصات إلى المدرس

- 3- الانتباه التلقائي هو أكثر أنواع الانتباه اقتصادا وكفاءة لأنه ينبعث عن اهتمام حقيقي في الشيء وينعدم الجهد في هذا النوع من الانتباه أي إن الفرد ينتبه إلى شي يهتم به ويميل إليه ولا يشعر بالضجر أو التعب أي يكون الشخص متكيفا مع العمل مثل مشاهدة برنامج معين في التلفاز أو سماع أغنية أو قراءة قصة

العوامل التي تثير الانتباه وتقسّم إلى

- 1- عوامل انتباه خارجية (موضوعية) منها
أ- شدة المنبه / مثل صوت الانفجار , الرائحة القوية , ضوء البرق

- ب- تكرار المنبه / مثل إذا صاح احد النجدة مرة واحدة لا يلفت الانتباه أما إذا تكررت وزاد ارتفاع الصوت فان المثير والمنبه يصبح قوي
- ت- تغير المنبه / مثل دقائق الساعة وتوقفها فجأة
- ث- التباين يعني اختلاف المنبه مثل رؤية طالبة مخالفة للزى الموحد مع مجموعة من الطالبات يرتدين الزى الموحد.
- ج- حركة المنبه / مثل الإعلانات الضوئية تلفت الانتباه أكثر من الإعلانات الثابتة
- ح- موضع المنبه / عن طريق دراسات أجريت أكدت إن قارئ الجريدة يركز إلى قراءة أعلى الجريدة أكثر من الأسفل وإلى الأيمن أكثر من اليسار
- 2- عوامل داخلية (ذاتية) وتشمل**

- أ- الحاجات العضوية / مثل الجائع عندما يمر من أمام مطعم ينتبه إلى رائحة الطعام
- ب- التهيؤ الذهني / مثل انتباه الأم لصوت طفلها وحركاته أو انتباه الشخص عندما يدخل محل لشراء شي معين
- ت- الدوافع الهامة / مثل عند لقاء أصدقاء وإبداء السلام والتحية والتحلي بأداب الطريق
- تجنب الشخص من الخطر أو الألم والحساس بأداء الواجبات اتجاه الآخرين
- ث- الميول المكتسبة / مثل عند مشاهدة منظر طبيعي من قبل فنان وفلاح وعالم نفسي وجيولوجي فان كل واحد منهم يفسر المنظر الطبيعي من وجه نظره

الإدراك الحسي

المنبهات تثير حواسنا وينتقل الأثر عن طريق الأعصاب الحسية إلى المراكز العصبية في المخ ويتم ترجمة الأشياء والإدراك الحسي معناه عملية تأويل الإحساسات تأويل يزودنا بمعلومات عن ما في عالمنا الخارجي من أشياء أو العملية التي تتم بها معرفتنا لما حولنا من أشياء عن طريق الحواس مثل ندرك إن الكرسي اصغر من المنضدة وتتلخص عملية الإدراك في مرحلتين أو خطوتين

- 1- التنظيم الحسي / تنني عوامل خارجية موضوعية تشتق من طبيعة الأشياء نفسها لا نتيجة نشاط عقلة مثل شدة المنبه
- 2- التأويل /يعني تفسير الأشياء عن طريق إعطائها معاني

قوانين التنظيم الحسي / وهي القوانين التي تنظم بموجبها منبهاتنا الحسية في وحدات مستقلة بارزة وتتضمن الآتي:-

- 1- عامل التقارب / المنبهات الحسية في نفس الزمان والمكان تبدو وحدة مستقلة محددة مثل شكل المعين قريب إلى المربع
- 2- عامل التشابه / مثل أدراك الأشياء المتشابه في الحجم واللون أو الشكل أو اتجاه الحركة
- 3- عامل الاتصال / مثل تحديد النقاط على شكل خطوط أو الإيصال بينها يحدد لنا شكل معين
- 4- عامل الشمول / يعني شي يشتمل على شي أو شيئين متداخلة تظهر لنا شي واحد
- 5- عامل التماثل / الأشياء المتشابه مثل كفتي الميزان أو التوائم المتماثلة
- 6- عامل الإغلاق / مثل دائرة غير مكتملة أو ناقصة

محاضرة رقم (2) الدافعية في التعلم / تعني عملية استثارة وتحريك السلوك أو العمل بدفع النشاط إلى التقدم وتوجيه السلوك نحو تحقيق الهدف

أهمية دراسة الدافعية

- إنها تمثل القوة التي تحرك وتستثير الطالب لكي يؤدي العمل المدرسي
- إنها تمثل عاملاً مهماً يتفاعل مع محددات الطالب ليؤثر على السلوك الأدائي الذي يبديه الطالب في الصف
- إنها تمثل قوة الحماس أو الرغبة لقيام الطالب بمهام الدرس ومقدار الجهد الذي يبذله ودرجة مثابرته واستمراره في الأداء العملي

طبيعة الدافعية / إن مصطلح الدافعية مشتق من اللفظ اللاتيني موفر الذي تعني عملية أحداث حركة وهذا اللفظ يشير إلى استثارة نوع واحد من الحركة وهو السلوك ويصعب ملاحظة وقياس الدافع بصورة مباشرة لذا يمكن معرفة هذا المصطلح من خلال مسارين أساسية هما

1- **الدافع كمفهوم /** هو أحد المفاهيم النفسية ذات خصائص خلافية في دراسة علم النفس فهو مفهوم يتكرر تحت تسميات عديدة منها (دافع , غريزة , باعث , حافز , أرادة , دوافع فطرية) لكن مصطلح دافع أكثر استخداماً وشيوعاً فقد عرض شنايدر تفسير الدافعية من خلال تحديده نماذج أساسية وهي :-

- أ- الشخص بصفته حيوان فان الناس يمتلكون دافع فطري هادف نحو البقاء
 - ب- الشخص بصفته باحث عن اللذة فان الناس يمتلكون اهتمام فطري نحو اللذة وتجنب الألم
 - ت- الشخص بصفته مادة في المجال الفيزيائي فان الناس يستطيعون تحليل التأثيرات أو القوى المتنافسة والمؤثرة في حياتهم بنفس الطريقة التي تتحرك فيها الأجسام المادية في المجال الفيزيائي مثل الدافع الاجتماعي يدفع الإنسان للاختلاط بالآخرين
 - ث- الشخص بصفته عالم فان الناس يسلكون في الحياة ويتعاملون مع مواقفها على وفق فهم وتفسير الظواهر والتحكم بها ووعي كما في قوله تعالى (علم الإنسان ما لم يعلم)
- 2- **الدافع كتكوين فرضي/** يتضح من خلال وظيفتين:-
- أ- وظيفة تنشيطية أو تحريكية/أساسها بايولوجي لذا فان اتجاهات الناس مختلفة بسبب دوافع نفسية كامنة.

ب- وظيفة توجيهية أو تنظيمية/ ويعرف الدافع لتكوين فرضي/بأنه عملية استثارة وتحريك وتنشيط وتوجيه وتنظيم السلوك نحو تحقيق هدف.

الوظائف التعليمية للدافعية:-حدد (ديسكو) هذه الوظائف

1- **الوظيفة الاستثنائية:-** من وجهة النظر لعلم النفس التي تتبنى نظرية التعلم بان الدافع لا يسبب السلوك وإنما يستثير الفرد للقيام بسلوك وان درجة الاستثارة والنشاط العام للفرد على علاقة مباشرة بالتعلم وان توسط الدرجة من الاستثارة تؤدي إلى أفضل تعلم ممكن وان نقص الاستثارة يؤدي إلى الملل وزيادة الاستثارة يؤدي إلى النشاط والاهتمام إلا إن الزيادة الكبيرة نسبياً يؤدي إلى زيادة الاضطراب والقلق.

2-**الوظيفة التوقعية:-** التوقع اعتقاد مؤقت بان ناتج معين سيتبع سلوك محدد لكن ليست بالضرورة إن يرتبط الناتج مع المتوقع لذلك يوجد أحيانا" تباين بين الناتج الفعلي والتوقع وان الوظيفة التوقعية للدافع تتطلب من المدرس أن يوضح للطالب ما يمكن عمله بعد أن ينهي موضوعا أو وحدة دراسية معينة وهذا له علاقة بالأهداف التعليمية.

كما وجد إن العوامل الآتية على علاقة مباشرة بتحديد مستوى الطموحات:-

1-خبرات النجاح والفشل.

2-طبيعة المادة الدراسية فمستوى الطموحات في مادة ما قد يختلف من مادة إلى أخرى.

3-بعض العوامل الشخصية مثل دافع الانجاز والميول فمستوى الطموح العالي متوقع من شخص بدافع انجاز عالي أو ميول ايجابية نحو مادة دراسية

4-بعض العوامل الانفعالية كعدم الطمأنينة وعدم الشعور بالأمان قد تدفع الفرد إلى وضع أهداف عالية جدا أعلى مستوى من قدراته من اجل كسب الشعبية

5-ضغط الجماعة أو الجماعات التي ينتمي إليها الفرد وخاصة الأسرة وجماعة الرفاق.

3-**الوظيفة الباعثة للدوافع/**البواعث عبارة عن أشياء تثير السلوك وتحركه نحو غاية ما عندما تقترب من مثيرات معينة وتتحدد الوظيفة الباعثة عندما يكافئ المدرس تحصيل الطالب بالطريقة التي يشجع فيها جهود الطالب المبذولة في إتقانه المادة العلمية المقررة وتعني الوظيفة الباعثة/المتغيرات البيئية التي لها تأثير ديناميكي مكتسب والتي تمثل أنماط وأساليب متعددة كالمدح أو التشجيع والذم أو التأنيب وكذلك نظم المنافسة والتعاون وان تقديم المدح والتشجيع أو الذم والتأنيب يعد وسيلة باعثة وتعد التغذية الراجعة باعثاً له أهمية في التعلم ويقصد بها تعريف الطلبة على نتائج اختبارهم لكي يتعرفوا على الإجابات الصحيحة والخاطئة وان الملاحظات المرافقة للدرجة أكثر تأثيراً من مجرد وضع درجة من دون ملاحظات.

4-**الوظيفة العقابية(التهديبية)/**تتحدد باستخدام المدرس الثواب والعقاب حيث وضع ثورنडाيك قانونه الشهير(الأثر)الذي يعني إن الفرد يميل إلى تكرار السلوك الذي يصاحبه أو يتبعه ثواب وينزع إلى ترك السلوك الذي يصاحبه أو يتبعه عقاب فالاستجابة الناجحة في موقف معين تقترن بحالة من الرضا والارتياح والسرور وهذا ++++ بين المثير والاستجابة الناجحة وبما يؤدي إلى تثبيت هذه الاستجابة وتذكرها في حين إن عدم الرضا وعدم الارتياح التي تنجم عن فشل استجابة معينة تقلل من احتمال حدوث هذه الاستجابة مرة أخرى

محاضرة رقم (3) : استراتيجيات استثارة دافعية الطلبة نحو التعلم :

حدد كلاوس ماير وكودين السبل أو الطرق التي يمكن إتباعها في إيجاد دافعية للتعلم :

- 1- مناقشة مفردات المادة الدراسية المقررة والكتب والمصادر التي يمكن الاعتماد عليها والأنشطة التي لابد من ممارستها
- 2- تنظيم الموقف التعليمي وبما يحقق إشباع حاجات الطلبة
- 3- استخدام أنماط وأساليب متعددة لأجل الباعث للتعلم
- 4- خلق منافسة جماعية في الدرس بين الطلبة
- 5- تحقيق تعلم فعال ومنظم من خلال تحقيق تفاعل اجتماعي مع الطلبة.

**تصنيف الدافعية:

- 1- إثارة داخلية/تعني تلك الإثارة التي توجد داخل النشاط أو العمل أو الموضوع التي تجذب المتعلم نحوها وتشده إليها فيشعر بالرغبة في أداء العمل والإثابة والتعزيز أصل النشاط في العمل.
- 2- إثارة خارجية/تلك الإثارة الموجودة خارج العمل والنشاط أو الموضوع ولا علاقة تربطها به إلا من حيث الهدف أو الطريقة ويتخذ المدرس الإثارة الخارجية بشكل معززات أو جوائز أو درجات مادية ومعنوية.

**نظريات الدافعية في التعلم:-

1-نظرية الحاجات(موراي)/تعتمد على الحاجات الإنسانية في تفسير الدافعية وأكد على ثلاث حاجات في تفسير الدافعية في المجال التربوي مثل(الحاجة إلى الانجاز-الحاجة إلى الانتماء_الحاجة إلى السيطرة)ويرى إن هناك حاجات متعددة تؤدي إلى التوازن الفسيولوجي لدى الإنسان وأطلق عليها الحاجات الفسيولوجية واعتبرها ليست فعالة في العالم المتحضر وحددها بـ (12) حاجة وإلى جانبها حاجات أخرى ذات مصدر نفسي سماها الحاجات النفسية وحددها بـ(20)حاجة ومن أهم محاور الحاجات هي:-

1- الحاجات التي تؤثر في عادات العمل والنظام/مثل الترتيب والنظام والبناء والتركيب والمحافظة والامتلاك والاحتفاظ والاستبقاء والمعرفة واللعب والعرض.

2-الحاجات الخاصة بالعلاقات مع الناس/وتقسم إلى

أ-الحاجة للتفوق بين الناس مثل التسلسل ، الرفض ، العدوان ، الاستقلال الذاتي ، المخالفة، التناقض

ب-الحاجة للتقريب بين الناس مثل الانتماء، الاحترام ، مراعاة الآخرين، طلب العون والمساعدة

ج-الحاجات التي تؤثر في مستوى الأداء مثل التفوق، التحصيل، الثناء ، المدح، تجنب الفشل، الاستعراض، الحفاظ على السمعة، تجنب فقدان الاحترام.

2-نظرية التنظيم الهرمي(ماسلو)/تعتبر نظرية أبراهام ماسلو من نظريات الدافعية الزائدة يؤكد فيها ضرورة النظر إلى الفرد ككل مركب وان أي سلوك مدفوع يمكن أن يشبع حاجات كثيرة في نفس الوقت وقد فسر الدافعية وفق مفهوم التصاعد الهرمي أو السيطرة على الحاجات وان إشباع الحاجات ذات سلم هرمي يتم إشباع حاجات أكثر غلبة وسيطرة وان الحاجة التي لا تشبع لا تعتبر حاجة بعد فالشخص في نظره محكوم بما يصوره ويحتاج إليه وليس بإشباع حاجاته وقد حدد ماسلو نظام الحاجات الهرمي كما يلي:

أ- المستوى الأول/الحاجات الجسمية الفسيولوجية وهي أكثر الحاجات أساسية وتتمثل في السعي إلى الطعام والهواء والدفع وطلب الراحة والنوم وتقع هذه الحاجات في قاعدة الهرم ويشترك فيها كل الكائنات الحية

ب-المستوى الثاني/حاجات الأمن وتتمثل في تجنب الأخطار الخارجية أو أي شيء قد يؤدي الفرد.

ج-المستوى الثالث حاجات الحب/وتتمثل في الحصول على الحب والعطف والعناية والاهتمام

د-المستوى الرابع/ حاجات التقدير والاحترام/ وهي الحاجات التي ترتبط بإقامة علاقات متطابقة مع الذات ومع الآخرين وتتمثل في أن يكون الفرد متمتعاً " بالتقبل والتقدير الشخصي ويحظى باحترام الذات وان يتجنب الرفض أو النبذ .

هـ- المستوى الخامس / الحاجات المعرفية / وهي الحاجات التي ترتبط بالمعرفة والفهم والاستكشاف .

و- المستوى السادس / الحاجات الجمالية / وهي الحاجات التي ترتبط بالإحساس بالجمال والخيال والتناسق والنظام .

ي- المستوى السابع / الحاجة إلى تحقيق الذات / ترتبط بالتحصيل والانجاز والتعبير عن الذات والقيام بأفعال مفيدة ذات قيمة للآخرين وان يحقق إمكاناته عن طريق ترجمتها إلى حقيقة واقعية وتتمثل في القدرة على العطاء والمبادرة والعمل الحر ، وتقع أعلى قمة الهرم

3- نظريات العزو /

أ- نظرية روتر/ تصنف الدافعية وفق سببين هما :
*سبب داخلي / تعني مصطلح (موقع الضبط) والتي في ضوءها يرجع الأفراد أسباب نجاحهم في الحياة أو فشلهم إلى أسباب يتحملون مسؤوليتها وهؤلاء هم الذين يكون موقع الضبط لديهم داخليا".

*أما الذين يرجعون أسباب نجاحهم في الحياة أو فشلهم إلى أسباب خارجية فيبحثون عن تفسيرات خارج أنفسهم وهؤلاء هم الذين يكون موقع الضبط لديهم خارجيا"

2- نظرية هايدر / ترى إن السلوك لا يكون مدفوعاً بقوى داخلية أو خارجية ما لم يكن الإنسان يقصد الوصول إلى هدف معين .

3- نظرية فينر/ يرى إن الناس يعززون نجاحهم أو فشلهم إلى أسباب داخلية أو خارجية ثم يقسم هذه الأسباب إلى مجالات منفصلة فقد يعزو الفرد نجاحه أو فشله إلى قدرته أو مجهوده أو الاثنين معا" وبهذا يكون سبب السلوك خاضع لنوع من المسؤولية الشخصية أي ذات موقع (ضبط داخلي) أما موقع الضبط الخارجي ينسب الشخص نجاحه أو فشله إلى عوامل ليس مسئولاً عنها وبالتالي لا يتحكم فيها مثل الحظ أو صعوبة المهمة .

محاضرة رقم (4) : التذكر والنسيان:

تعريف التذكر / يعني التعرف والاسترجاع والتذكر بمعناه العام استرجاع ما سبق أن تعلمته واحتفظنا به فإذا تذكرت اسم صديق هذا يعني أنني تعلمت هذا الاسم من زمن مضى واحتفظت به طول هذه الفترة التي انتهت بتذكري إياه فكان التذكر يتضمن التعلم والاكتساب كما يتضمن الوعي والاحتفاظ.

وهناك طريقتان للتذكر هما :-

- 1- الاسترجاع / يعني استحضار الماضي في صورة ألفاظ أو معاني أو حركات أو صورة ذهنية مثل استرجاع بيتا" من قصيدة أو منظر من رحلة قمنا بها أو حادثة وقعت لنا منذ زمن بعيد كما نتذكر طريقة ركوب الدراجة الهوائية أو سيطرة سيارة . إذن الاسترجاع هو تذكر شيء غير ماثل أمام الحواس
- 2- التعرف / يعني شعور الفرد إن ما يدركه الآن هو جزء من خبراته السابقة وانه معروف ومألوف لديه وليس شيئاً غريباً عنه أو جديداً عليه وقد يحدث الاسترجاع دون تعرف فقد اعجز عن استرجاع اسم أو قصيدة أو تاريخ لكن استطيع التعرف عليها متى عرضت عليه إذن التعرف هو تذكر شيء ماثل أمام الحواس. فان عملية التذكر تحوي أربع مراحل للتذكر هي:-
أ-التعلم(الحفظ)

ب-الاحتفاظ(الوعي)

ج-الاسترجاع

د-التعرف

****العوامل المساعدة على الاسترجاع أو التذكر وتقسم إلى:-**

1-العوامل الذاتية المساعدة على الاسترجاع(قوانين التداعي الأولية):-

أ-الاسترخاء وعدم بذل جهد/أحياناً يصعب على الشخص تذكر اسم ما فانه بعد فترة يتذكر الاسم أي إن التوتر والضغط النفسي لا يؤدي إلى زيادة التذكر مثل الطالب عند ساعة الامتحان يرتبك وقد يؤدي هذا إلى عدم تذكر المعلومات والأرقام بنفس المستوى بعد خروجه من الامتحان

ب-التهيو الذهني/هو استعداد الفرد وتأهبه للقيام بنشاط معين ذهنياً كان أم حركياً مثل نسيان الطالب مفردات أو المعلومات بعد الامتحان في المواد الدراسية أكثر من نسيانها قبل الامتحان وهو في حالة تهيو شديد لاسترجاع المعلومات.مثال عرضت صورة على ثلاث مجاميع من

الأشخاص وطلب من المجموعة (أ) تذكر الشكل والمجموعة (ب) تذكر الألوان والمجموعة (ج) تذكر الشكل والألوان. فقد تفوقت المجموعة (ج) على الكل.

ج- حاجات الفرد وميوله ورغباته/ عند تعلق حاجات الفرد بشيء معين يسهل تذكره فالفرد الجائع يتذكر أصناف الطعام ومذاقه والصائم في رمضان يتذكر برودة الماء أكثر من الشخص المكتفي من حيث الطعام والشراب.

د- انفعالات الفرد/ انفعال الفرد إثناء الحادث أو الموقف قد تترك أثراً " نفسية لا ينساها

2- العوامل الموضوعية المساعدة على الاسترجاع (قوانين التداعي الثانوية) ومنها:

أ- التكرار/ تكرار رؤيتك لشخص أو سماعك لأغنية يسهل استرجاعها إذا تكرر عدة مرات أما إذا كان مرة واحدة غير كافي لتذكرها بدقة

ب- الحداثة/ الأمور أو الأشياء أو الأشخاص التي تعرفت عليها أو التقيت بها حديثاً تكون أسهل تذكر من غيرها أي من أشياء سابقة مثل تذكر آخر محاضرة أو آخر مرة التقيت بها بصديقك.

ج- الحدة أو الأولوية/ الأحداث التي نلتقي بها لأول مرة تكون أسهل تذكر من غيرها مثل تذكر أول يوم دخلت به الكلية أو أول انطباع عن شخص ما أو أول محاضرة في مادة جديدة.

د- الشدة/ الأشياء أو الحوادث العنيفة التي يكون لها وقع شديد في النفس أو التي تثير انفعالات شديدة تكون أسهل استرجاعاً من غيرها مثل دعوة إلى حفلة أو أجريت لك عملية جراحية أو حادثة معينة سواء كانت حزينة أو سارة.

هـ- استكمال الملابس/ يعني وجود الفرد في نفس المجال الذي اكتسب فيه الذكرى يساعده على الاسترجاع مثل قد يصعب على طالب أن يتذكر أبيات شعرية حفظها أو تعرف عليها سابقاً أمام جمهور من الناس وقد دلت التجارب على أن أداء الطلاب للامتحان يكون أحسن حين يجري في نفس المكان الذي تلقوا فيه دروسهم.

****أنواع الذاكرة/إن الذاكرة بوصفها عملية عقلية مركبة يمكن تصنيفها إلى أنواع هي:-**

1-وفقا للنشاط النفسي/وتشمل:-

أ-ذاكرة حسية/هي الذاكرة المتعلقة بما هو موجود في الطبيعة أو البيئة المحيطة بالشخص من خلال أعضاء الحس أو الحواس الخمسة والمادة التي تحفظ في الذاكرة الحسية تشبه الصورة التي تبقى في مخيلة الشخص بعد النظر إليها فهذه المادة أو المعلومات تختفي في أقل من الثانية إلا إذا تم نقلها إلى جهاز الذاكرة قصيرة المدى وبصورة سريعة.

ب- الذاكرة اللفظية المنطقية / تعني إن الفكرة لا توجد بدون اللغة وإنما تتجسد الفكرة من كلمة أو رمز لتعبر عن معاني الأشياء ويكون صاحبها متمكن من حفظ الكلمات والألفاظ وغيرها.

ج- **الذاكرة الحركية** / تعتبر ذات أهمية خاصة في التدريب على الألعاب الرياضية وفي بعض الأعمال تستلزم عادات حركية مثل التمثيل الصامت أو لعبة الشطرنج أو حل الكلمات المتقاطعة.

د- **الذاكرة الانفعالية** / تتمثل في حالات انفعالية مقترنة بمواقف سابقة مثل شعور الفرد بالخوف إزاء مثيرات معينة سابقة تذكره بخبرة مؤلمة عاشها في موقف سابق وتكون حالة سلبية وعكسها شعور الفرد بالارتياح إزاء مثيرات معينة تدعى انفعالات ايجابية .

2- وفقا لأهداف النشاط:- وتقسم إلى نوعين:-

1- **الذاكرة الإرادية** / يقوم الطالب بحفظ واستيعاب المعلومات عن قصد لكي يتذكرها جيدا" في مواقف أخرى مثلا" عند الامتحان يتذكر موضوعات معينة لها ارتباط بأهداف السؤال .

2- **الذاكرة اللاإرادية** / قد نتذكر أشياء أو مواقف لا علاقة لها مع بعضها ولا توجد أهداف محددة توجه العمليات العقلية المتضمنة من الذاكرة وجهة معينة في هذا النوع يقفز إلى الوعي نماذج لإحداث أو ظواهر أو أشخاص بدون قصد.

3- وفقا لاستمرارية الاحتفاظ بمادة الذاكرة : وتقسم إلى نوعين :-

أ- **الذاكرة قصيرة المدى** / تعني عبارة عن خزن المعلومات أو استبقائها لفترة وجيزة وقد أثبتت التجارب الفسيولوجية إن الذاكرة القصيرة يبلغ مداها نصف ساعة تقريبا" أو اقل من ذلك عادة لمدة (15) ثانية أو نصف ساعة ، وتعتبر الذاكرة قصيرة المدى مركز تنفيذي من خلال دخول المعلومات إليها من الذاكرة الحسية وخروجها إلى الذاكرة بعيدة المدى وبهذا فهي تؤدي وظيفة التخزين بالنسبة للمعلومات .

ب- **الذاكرة بعيدة المدى** / إن المخزن القصير المدى هو المسؤول عن استرجاع كلا" من الذكريات طويلة المدى والقصيرة المدى وإن المخزن طويل المدى يخزن المعاني والأفكار لأيام وأشهر وسنين بل العمر كله والبحث عن استرجاع كل من الذكريات طويلة المدى في الذاكرة الطويلة يكون سريعا" دون جهد وخاصة إذا استعملت أما إذا أهملت ولم تستعمل قبل الأوان فإن البحث عن المعلومات يكون عملية شاقة ومضيفة للوقت وإن أي مادة مخزونة في المدى الطويل يمكن تنشيطها ونقلها إلى المخزن القصير المدى .

نظريات تفسير الذاكرة :-

1- النظريات الفسيولوجية// وتقسم إلى :-

أ- **النظرية التشريحية** / إن كثرة تنبيه مناطق معينة من القشرة المخية أي إن كثرة المثيرات البيئية والثقافية تؤدي إلى زيادة سمك القشرة المخية والعكس عند قلة المثيرات البيئية والمنبهات وقد وجد إن عدد النهايات العصبية والعقد الاشتباكية في القشرة المخية يزداد بتقدم العمر ونمو الخبرة وتؤدي زيادة القشرة المخية إلى زيادة العقد الاشتباكية أو حجمها أو تركيبها الكيماوي مما يؤدي إلى سهولة مرور الإشارات العصبية وقد أجريت دراسة على منطقة من المخ تسمى (المنطقة المفسرة) أنها إذا نبهت كهربائيا" فأنها تستطيع استدعاء سلسلة من الخبرات السابقة لدى الفرد فهي أشبه بشريط تسجيل سينمائي متحرك داخل المخ بالصوت والصورة والأفكار نفسها.

ب- **النظرية الكيماوية** / وجد إن المعلومات التي تثبت في الذاكرة لا يمكن محوها من الجهاز العصبي سواء بالرجات الكهربائية أو التخدير الطويل أو تخفيض درجة حرارة الدماغ لفترة طويلة .

ج- **نظرية الدوائر العصبية** / هناك من يرى إن التأثيرات الحسية الواردة للمخ تولد نمطاً من النبضات العصبية في دوائر عصبية مكونة من عدة عصبونات تحتفظ بهذا النمط من الفعالية لفترة طويلة وكلما نبهت هذه الدوائر العصبية بمنبه يرتبط مع الفكرة المخزونة برباط وظيفي تزايدت فعاليتها لحد يوصلها إلى مناطق القشرة المخية الأخرى فتصل لدرجة الوعي فيتذكرها الشخص .

العوامل المؤثرة في الذاكرة : تتأثر بعوامل داخلية متعددة أهمها:

1- **المستوى العمري** / وجدت الدراسات التي أجريت في هذا الميدان إن النمو السريع لقدرة التذكر بين سن (10-20) سنة وقمة القدرة من عمر (20) سنة ثم تأخذ بالتدهور ببطء حتى سن (45) سنة رغم إن ذلك يتعلق بنوع المهمة أو العمل أو المهنة التي يمارسها الفرد .

2- **نوع المادة المراد تذكرها** / إن المعلومات ذات المعنى هي التي يتم تخزينها في الذاكرة البعيدة المدى هي أسهل استرجاع من المعلومات التي تخزن في الذاكرة قصيرة المدى والمادة ذات المعنى أسهل تذكر من مادة عديمة المعنى .

3- **طرق تعلم المادة** / هناك طرق متعددة يستخدمها المتعلم لأجل إتقان وخزن المادة لفترة أطول ثم سهولة استرجاعها وقت الطلب وتتوقف على نوع المادة ومستواها العلمي فهناك طريقة كلية تعني حفظ المادة ككل دون تجزئة المادة إلى أجزاء ومحاولة إتقان وحفظ كل جزء وقد يلجأ المتعلم إلى التسميع أولاً " خاصة عندما تكون المادة طويلة .

4- **الفروق الفردية** / إن المتعلمين ذوي القدرة أو المستوى العقلي الجيد والذاكرة الفعالة هم أكثر حفظاً من غيرهم والمتعلمين ذوي التعلم السريع أكثر تذكراً من ذوي التعلم البطيء .

5- **الجنس (ذكر / أنثى)** / تؤكد الدراسات لا توجد فروق فردية بين البنين والبنات والبنيات مع بعضهم والبنات مع بعضهن لكن المعروف إن البنات يتفوقن في عملية خزن المعلومات اللغوية واستعادتها وتفوق البنين في خزن المعلومات الرياضية والميكانيكية

سبل أو طرق تحسين الذاكرة :

1- **الاستظهار الجيد** // يستفاد المتعلم كثيراً من قضاء أكثر الوقت في الاستظهار ومراجعة المادة وفهمها ويحتاج إلى وقت أطول أما القراءة المجردة فلا تحتاج إلى وقت طويل .

2- **التنظيم الجيد** // يلاقي المتعلم صعوبة في استرجاع المادة والتعرف عليها في حالة جمعه للمعلومات في الذاكرة البعيدة المدى دون أن يعتني بتنظيمها أما عند تنظيمه للمادة فإن ذلك يحقق ربطاً بين المعلومات الجديدة التي تم اكتسابها سابقاً فالتنظيم يعني البدء من السهل إلى الصعب ومن الصعب إلى الأصعب ومن الجزئيات إلى الكليات مثال : تسلسل محتوى المادة الدراسية في فصول والاطلاع ودراسة فصل بعد الآخر يعني تنظيم المادة الدراسية حسب أهميتها بالنسبة للمتعلم .

3- **استخدام حيل الذاكرة** // تعني وسيلة المتعلم من أجل تنظيم المعلومات التي يستظهرها والتي تنتج له الربط بين المعلومات الغير المرتبطة ليحصل على مجموعة معلومات مترابطة ذات معنى وهذه الطريقة يلجأ إليها المتعلم لتحقيق حفظ جيد من أمثلة ذلك ربط اسم شخص جديد بشخص قريب عليك يسهل استرجاعه .

- 4- احترام زمن التعلم // توزيع زمن الدراسة على شكل فترات زمنية محددة يسهل عملية استيعاب المادة وتحليلها وفهمها كذلك إتباع المتعلم ممارسة تحضير يومي مستمر يحقق له إتقان المادة وإتقان التعلم مما يسهل استرجاع المادة أثناء الامتحان .
- 5- التسميع // إن قراءة المادة مرات عديدة لا يحقق نفعاً إذا لم يصاحبها استرجاع المادة مع التركيز على النقاط المهمة .

محاضرة رقم (5): النسيان

تعريفه // هو فقدان طبيعي جزئي أو كلي مؤقت أو دائم لما نكتسبه من ذكريات ومعلومات ومهارات حركية فهو عجز عن الاسترجاع أو التعرف أو عمل شيء

وهناك نوعين من النسيان:

- أ- طبيعي / يحدث عند معظم الناس وقد يكون السبب وجود أكثر من فكرة يفكر بها الشخص أو مطلوب منه انجاز عدد من الأعمال خلال فترة من الوقت.
- ب- مرضي / الشخص يفقد ذاكرته على فجأة عقب إصابة أو صدمة دماغية أو انفعالية أو فقدان الذاكرة تدريجياً" كما في بعض الأمراض العقلية .
- نظريات تفسير النسيان:

- 1- نظرية التراك أو التآكل: ترى إن الخبرات والذكريات تضعف وتضمحل نتيجة عدم استعمالها .
- 2- نظرية تغير الأثر: إن ذاكرة الفرد تميل إلى أن تغير ما سبق أن رآه الفرد بأساليب معينة وإن كل تغيير يقوم به الفرد لما سبق أن رآه يعتمد على إحدى المبادئ التالية كما أكدته نظرية الكشالت :
- الإغلاق/ الميل إلى إغلاق شكل مفتوح مثل الهلال والمربع ذي ثلاث أضلاع.
 - الشكل الحسن/الميل إلى كمال الشكل كالمربع الناقص .
 - التناسب/ الميل إلى توازن الشكل عمود مائل من بين مجموعة أعمدة .
- 3- نظرية فشل الاسترجاع: يظهر النسيان بسبب فشل معين قد يطرأ على الميكانيزمات المسؤولة عن عملية التذكر وغالباً ما تقفل هذه الميكانيزمات .
- 4- نظرية الكبت: إن نسيان المواعيد والتواريخ والأسماء والأحداث قد ينتج من رغبات مكبوتة ويرى فرويد إننا ننسى عن طريق الكبت مثل لا نريد تذكر ما هو ذو صبغة وجدانية مؤلمة خاصة الذي يجرح كبريائنا فقد ننسى اسم شخص لأننا نكرهه أو نخاف منه ونادراً ما ننسى اسم شخص نحبه أو رقم تلفونه.
- 5- نظرية التداخل أو التعطيل : هناك تعطيل رجعي (تداخل قبلي) أي الشخص إن أتم حفظ موضوع معين كقصيدة مثلاً ثم شرع بعد ذلك مباشرة ودون أن يأخذ فترة راحة في حفظ مادة أخرى كقائمة من الأرقام فإن نسبة ما ينساه من الشعر تكون أكبر بكثير منها لو كان استراح فترة بعد حفظه الشعر وهناك تعطيل بعدي (تداخل بعدي) يعني إن التعلم السابق قد يعطل التعلم اللاحق فتعلم السباحة قد يعطل تعلم كرة القدم، مثال إذا أعطينا شخص رقم هاتف ثم رددنا عليه رقم آخر فإنه لا يستطيع تذكر الرقم الأول أما إذا أعطيناه رقم ورددنا عليه بعض الأحرف فإن تذكره للرقم يكون أسهل .
- 6- نظرية التآكل في الذاكرة الايقونية: وتسمى بالذاكرة الحسية وإن جزء كبير من المعلومات فيها يختفي مع مرور الوقت ولكن يمكن حفظ المعلومات مؤقتاً على الأقل إذ انتبه المتعلم إلى المعلومات وحاول فهم معناها إذ إن الانتباه إلى المعلومات والحقائق

التي يستلمها الفرد من البيئة المؤثرة فيه ومحاولته فهم تلك المعلومات يؤدي بها إلى الانتقال أوتوماتيكيا" إلى الذاكرة ذات المدى القصير وقد أطلق على هذا النوع من الانتقال بـ(الاسترجاع من الذاكرة الحسية) .

7- التآكل في الذاكرة قصيرة المدى : دلت الأبحاث إن المادة تختفي عادة في الجهاز

قصير المدى في حوالي (15-20) ثانية وهذا الاختفاء يعرف بالتآكل نتيجة مرور الزمن لذا فإن الطالب الذي يكتب الملاحظات عن المحاضرة ويناقش ما جاء بها في ذهنه بشكل فعال يكون قد استعاد المعلومات عدة مرات في الذاكرة القصيرة المدى ويمكن من خلال ذلك وضع جزء من المعلومات في الذاكرة بعيدة المدى وخلال (18) ثانية تفقد فرصة انتقال المعلومات من الذاكرة القصيرة إلى البعيدة بسبب التآكل أو عدم الاستخدام أو المراجعة مثال: إذا أعطينا عدد من الأفراد مجموعة من الأحرف ثم عدة أرقام وذلك لمنعهم من حفظ مجموعات الحروف وبعد مرور (15) ثانية نطلب أن يتوقفوا عن العد بالنسبة للأرقام وأن يستدعوا الحروف هنا احتمال استدعاء مجموعة من الأحرف لكن بعد (18) ثانية لا يمكن استدعاء الأحرف لأن الحفظ يهبط سريعا".

8- نظرية النسيان عن دافع : استنتج كثيرا" من علماء النفس إن الكثير من النسيان قد

يكون راجعا" إلى محددات دافعية فالذكريات التي تسبب الم نفسي ومعاناة نحاول دائما" نسيانها، وهذه النظرية تعتبر الكبت أكثر الموضوعات تأثيرا" على دافعية انخفاض التذكر وهناك من يعتبر إن النسيان بالكبت يمكن اعتباره نسيان بالتداخل بين رغبتين شعورية ولا شعورية والتي تظهر في فلتات اللسان أو زلات القلم ومنهم من يرى إن النسيان بالكبت يعتبر عجزا" عن الاسترجاع وليس قصورا" أو ضعفا" في الاحتفاظ.