



جامعة تكريت
كلية التربية للبنات
قسم العلوم التربوية والنفسية
المادة: علم النفس التربوي
المرحلة: الثانية

الانتباه والادراك

أستاذ المادة

م. د محمد حسين علي

mohamed.hu.ali@tu.edu.iq

2024

الانتباه والإدراك

أهمية الانتباه والإدراك :

1. هما أساس تفاعل الإنسان مع بيئته وتكيفه معها .
- 2 هما أساس جميع العمليات الأخرى .
- 3 السلوك يتوقف على الإدراك ، فنحن نستجيب للبيئة كما ندركها لا كما هي في الواقع .
- 4 الانتباه والإدراك لهما ارتباط وثيق بشخصية الفرد وتوافقته الاجتماعي ، فالانتباه والإدراك لمشاعر الآخرين هاما في التفاعل الاجتماعي السليم .
- 5 اضطراب الانتباه والإدراك عرض مشترك في جميع الاضطرابات العقلية .

علاقة الانتباه بالإدراك :

- * الانتباه هو تركيز الشعور حول شيء معين ، والإدراك هو معرفة هذا الشيء .
- * الانتباه يسبق الإدراك ويمهد له .
- * قد لا يعقب الانتباه لشيء إدراك هذا الشيء .
- * قد ينتبه مجموعة من الناس لشيء واحد ، لكن يختلفون في إدراكه تبعا لاختلاف ثقافتهم وخبراتهم السابقة ووجهات نظرهم وذكائهم ودوافعهم .

اولا: الانتباه :

الانتباه عملية اختيار وتركيز :

بؤرة الشعور : هو ما يركز الفرد انتباهه عليه .

هامش الشعور : هو ما يكون حول الفرد ولا يشعر به إلا شعور غامضا .

أنواع الانتباه :

يقسم الانتباه من حيث مثيراته إلى ثلاثة أنماط :

- 1- الانتباه القسري : هو الانتباه للمثير الذي يفرض نفسه رغما عن إرادة الفرد .
- 2- الانتباه التلقائي : هو انتباه الفرد لما يهتم به ويميل إليه ، وهو لا يحتاج إلى بذل مجهود في سبيله .
- 3- الانتباه الإرادي : هو الذي قد يقتضي من المتنبه بذل جهد قد يكون كبيرا لمغالبة ما يعترضه من ملل وشروذ ذهني .

يتوقف حجم الجهد المبذول على دافعية الفرد للانتباه ، ووضوح الهدف منه .

العوامل المؤثرة في الانتباه :

عوامل الانتباه الخارجية :

- 1- طبيعة المنبه : يقصد بطبيعة المنبه نوع المنبه وكيفيته ، فقد يكون سمعيا أو بصريا ...، وقد يكون جمادا أو كائنا حيا ...

أثبتت الدراسات أن الصورة أكثر إثارة من الصوت ، وأن صورة الأحياء أكثر إثارة من صورة الجماد ، وأن الكلمة المسجوعة أكثر إثارة من الكلمة غير المسجوعة .

- 2- موضع المنبه : إن المنبه الذي يكون أمام العينين في مستوى البصر أكثر إثارة من غيره .

وبالنسبة للصحف فإن القارئ ينتبه للجزء الأعلى والأيمن من الصفحة قبل غيرها .

- 3- شدة المنبه : المنبه الأكثر شدة هو الأكثر إثارة للانتباه .

- 4- تغير المنبه : إن المنبه الذي يظل ثابتا دون تغير يجعلنا نتكيف معه وبالتالي لا يثير انتباهنا .

وأي تغير في المنبه يكون غالبا مثيرا للانتباه ، ولكن ذلك يتوقف أيضا على الظروف التي يحدث فيها تغير المنبه .

- 5- حركة المنبه : إن اختلاف حركة الشيء عما حوله يجعله مثيرا للانتباه . فالمنبهات المتحركة أكثر إثارة للانتباه من المنبهات الثابتة . وفي المقابل وجود شيء ثابت بين أشياء متحركة يجعله مثيرا للانتباه .

- 6- حجم المنبه : إن المنبهات الأكبر حجما هي أكثر إثارة للانتباه من المنبهات الأصغر حجما .

- 7- التكرار : إن تكرار المنبه يؤدي إلى إثارة الانتباه من جهة ، ويؤدي من جهة أخرى إلى الملل ، ولذلك فإن تكرار الفكرة الواحدة بصور مختلفة يؤدي إلى إثارة الانتباه وتجنب الملل .

- 8- التباين : إن المثير المختلف عما حوله يؤدي إلى إثارة الانتباه. فالأشياء الملونة مثلا أكثر تباينا لذلك تثير الانتباه ،واللون الأبيض يكون أكثر إثارة للانتباه إذا وضعت خلفه خلفية سوداء .
- 9- الجدة والحداثة : تعتبر الجدة نوعا من التباين ،لأن الشيء الجديد مباين لما هو مألوف وبذلك يكون مثيرا للانتباه.

العوامل الداخلية المؤثرة في الانتباه :

عوامل مؤقتة :

1- الحاجات العضوية .

2 -الوجهة الذهنية .

عوامل دائمة :

1 -الدوافع الهامة

2 -الميول المكتسبة

حصر الانتباه :

قد يستطيع الفرد أن يحصر انتباهه في دائرة معينة تثير اهتمامه لكن هذا الانتباه لا يكون جامدا في نقطة واحدة .

يقول علماء النفس : الاهتمام انتباه كامن ،والانتباه اهتمام نشط .

مشتتات الانتباه :

1- العوامل الجسمية : كالتعب والمرض .

2- العوامل النفسية : فهناك شرود ذهني يختص بمواقف معينة نتيجة عدم اهتمام الفرد بموضوعاتها،

وهناك شرود ذهني متواصل ينتج عن أفكار وسواسية تفرض نفسها على الفرد .

والعلاج للشرود الذهني المتواصل يجب أن يكون بمساعدة المختص النفسي ،لأن بذل الجهد في

الانتباه سيشغل الفرد عن موضوع الانتباه نفسه .

3- العوامل الاجتماعية : ويختلف تأثيرها على الفرد باختلاف قدرة الفرد على التحمل والصمود.

4 - العوامل الفيزيائية : كسوء الإضاءة والتهوية ،وارتفاع درجة الحرارة ،والضوضاء .