

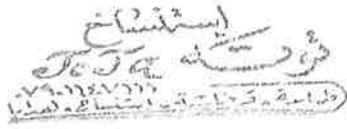
الفصل الرابع

الانتباه والادراك الحسي

الإنتباه :

الانتباه في علم النفس وهو عبارة عن عملية تنبيه وتركيز للوعي في منبه ما بمعنى تركيز الوعي على منبهات معينة واستبعاد منبهات أخرى في الوقت نفسه وهو النقطة الأولى للاتصال بالعالم الخارجي فهو نقطة البداية لعملية الإدراك وما يترتب عليها من ردود أفعال

انواع الانتباه: يصنف الانتباه الى ثلاثة انواع من حيث أهميته ،والجهد المبذول فيه ، وإرادة الفرد.



من حيث الاهمية:

١. الانتباه القسري: الانتباه على نحو لا إرادي من الفرد .
٢. الانتباه الإرادي: هو الذي يتم برغبة الفرد المنتبه ويقضي منها بذل الجهد قد يكون كبيراً كالانتباه إلى محاضرة للاستفادة مما بها من معلومات .
٣. الانتباه الاعتيادي: يمارس الأشخاص هذا النوع من الانتباه في ظروفهم الاعتيادية .
٤. الانتباه التلقائي: هو انتباه الفرد إلى شيء يهتم به ويميل إليه مثل مشاهدة فلم .
٥. الانتباه التوقعي: يحدث على نحو استباقي عندما يتوقع الشخص حدوث مثير معين مثل سماع خبر معين في الأخبار

تصنيف الانتباه من حيث شدته : ينقسم إلى نوعين

١. انتباه عميق: فيما يستجيب الفرد للمثيرات بشده وعمق ويتفاعل معها بتركيز
٢. انتباه سطحي: عندما تمر المثيرات مرور الكرام دون أن يركز عليها تركيزاً كبيراً أو يتفاعل معها .

تصنيف الانتباه من حيث الاستمرارية : ينقسم إلى ثلاثة أنواع

١. انتباه مستمر: يركز الفرد على المثيرات لفترة طويلة نسبياً وبشكل متصل الانتباه لشيء لفترة متصلة مثلاً ٢٠ دقيقة هو تركيز مستمر . عكس الانتباه لمدة ٢٠ دقيقة لكن يكون بانقطاع .
٢. انتباه منقطع غير متصل: نتيجة تعرض الفرد للمثيرات على فترات قصيرة نسبياً بينها فواصل زمنية .

٣. الانتباه المتناوب : أي يركز الفرد على مجموعة من المثيرات المعينة لفترة ما ثم ينتقل الانتباه إلى مثيرات أخرى ثم يعود مرة ثانية للمثيرات الأخرى بالتناوب، مثل تقليب قناة تلفاز مدة

دقيقة ثم ينتقل لأخرى .

العوامل التي تؤثر على الانتباه :

عوامل خارجية :

١. الشدة : شدة المنبه كالأضواء الزاهية أو الأصوات العالية
٢. تكرار المنبه : الشخص ينادي أكثر من مرة للاستغاثة
٣. التباين والتضاد : الشكل والأرضية كلما كان الشكل أكثر وضوحا من الأرضية كلما كانت أكثر انتباها نظرا للتضاد النوعي
٤. الحركة : مثيرات متحركة تحت على الانتباه أكثر من المثيرات الثابتة "مثل الإعلان المتحرك يجذب أكثر من الإعلان بدون حركة"
٥. الجدة والحدثة : أنواع السيارات
٦. الحجم : المثيرات الأكبر حجما أكثر جذبا للانتباه من المثيرات الصغيرة
٧. موضوع المثيرات المنبه : قد ينتبه الفرد للمثيرات على يمينه أكثر من يساره أو المثيرات أعلى من مستوى نظره أكثر من المثيرات التي توجد أسفل مستوى نظره .

العوامل الداخلية :

١. المبول والرغبات : في حالة التعب يقل الانتباه مما كان الفرد في حالة نشاط
٢. الدوافع والحاجات العضوية : عندما يكون هناك حاجة عضوية ناقصة داخلية فإنها توجه الفرد داخليا
٣. القابلية للإحياء : بعض الأشخاص تزداد قابليتهم للخادع البصري وقد يكون هناك مثيرات معينة تجذب انتباههم ويخدعون بها ولا يستطيعون التفريق بين الصواب والخطأ منها .

مشتمات الانتباه :

تتعدد العوامل التي تؤدي لتشتمت الانتباه وتتحصر في ثلاثة عوامل

١. عوامل عضوية : مثل التعب ، الإرهاق ، سوء التغذية ، قلة النوم واضطراباتها ، إفرازات الغدد خاصة الغدد الصماء .
٢. العوامل النفسية الاجتماعية : المشكلات الاجتماعية ، الخصائص الانفعالية كالقلق الزائد ، العدوانية ، ويدخل ضمن الأسباب التهيؤ والاستعداد العقلي لدى الفرد ودوافعه واتجاهاته ومواقف الإحباط المتكررة التي قد مر بها الفرد .
٣. العوامل البيئية الخارجية : مثل ضعف الإضاءة ، سوء التهوية ، الضوضاء ، كثرة عدد الأفراد ، الضغوط البيئية .

الإدراك الحسي:

الإدراك الحسي هو العملية العقلية التي نعرف بواسطتها العالم الخارجي الذي ندركه وذلك عن طريق المثيرات الحسية المختلفة ولا يقتصر الإدراك على مجرد إدراك الخصائص الطبيعية للأشياء المدركة عقليا ولكن يشمل إدراك المعنى والرموز التي لها دلالة بالنسبة للمثيرات الحسية. أي أنه معرفة مباشرة للأشياء عن طريق الحواس، فعملية تلقي، وتفسير واختيار وتنظيم المعلومات الحسية هي ما ندعوه بالإدراك الحسي أو التحسس في علم النفس.

الإحساس والإدراك:

مفهوم الإحساس: يعرف الإحساس على أنه عملية التقاط أو تجميع للمعطيات الحسية التي ترد إلى الجهاز العصبي المركزي عن طريق أعضاء الحس المختلفة. كما يعرف الإحساس: يعرف على أنه انطباع نفسي للمؤثرات الحسية أي الاستجابة النفسية لمنبه يقع على العضو الحساس و ينتقل إلى الدماغ .

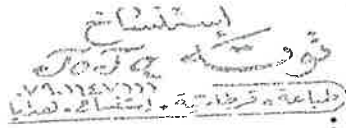
وهناك عدة أشكال للإحساس من بينها- الإحساسات الحركية - الإحساسات العضوية - الإحساس بالتوازن

أما الحواس الخمسة فهي: حاسة (البصر - السمع - الشم - التذوق - اللمس).

مفهوم الإدراك: يعرف الإدراك على أنه عملية عقلية تتضمن التأثير على الأعضاء الحسية بمؤثرات معينة ويقوم الفرد بإعطاء تفسيره وتحديد لهذه المؤثرات في شكل رموز أو معاني بما يسهل عليه تفاعله مع بيئته.

كما يعرف الإدراك: يعرف على أنه عملية عقلية يتم من خلالها معرفة كل ما يحيط بالإنسان في العالم الداخلي والخارجي .

أنواع الإحساسات:



الإحساسات تنقسم بوجه عام إلى ثلاثة أقسام وهي كما يلي :

القسم الأول: إحساسات خارجية المصدر: وهي الإحساسات البصرية والسمعية والجلدية وتتألف الإحساسات الجلدية من الإحساس باللمس والضغط والألم والحرارة والبرودة.

القيم الثاني: إحساسات حشوية: وهي التي تنشأ من المعدة والأمعاء والقلب وغيرها من الأحشاء ومن أمثلتها الإحساس بالجوع والعطش وانقباض النفس.

القسم الثالث: إحساسات عضلية حركية: وتنشأ من تأثير أعضاء خاصة في العضلات والأوتار والمفاصل لتزويد الفرد بمعلومات عن ثقل الأشياء وضغطها وعن وضع الأطراف وحركتها

واتجاهها وسرعتها وعن وضع الجسم وتوازنه وعن مدى ما يبذله من جهد ومقاومة وهو يحرك الأشياء يرفعها أو يدفعها.

العوامل التي تؤثر في عملية الإحساس والإدراك:

هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في الإحساس والإدراك تتمثل:

أولاً - العوامل الداخلية:

أ - نوع الوسط الذي يعيش فيه الفرد .

ب - حاجات الفرد التي يريد إشباعها .

ت - التهيؤ الذهني .

ث - الضغوط النفسية والاجتماعية .

ج - الانفعالات .

ثانياً: العوامل الخارجية :

أ - قانون التقارب: فالمثيرات المتقاربة في المكان أو الزمان تدرك على أنها وحدة مستقلة .

ب - قانون التشابه: فالمثيرات المتشابهة تعني اللون، الشكل، الحجم، السرعة، الشدة، تدرك على أنها وحدة مستقلة .

ت - قانون الإغلاق: حيث نميل دائماً في إدراكنا إلى تكميل الأشياء الناقصة فيزيقياً .

ث - قانون الاستمرار: وهذا يعني أن المثيرات التي تبدو وكأنها استمرار لمثيرات أخرى تميل لإدراكها بوضعية واحدة متكاملة .

إستنتاج
توضيح
جامعة القاهرة
٧٨٠١٤٧٧٧٧

ج - الخداع البصري . مثال: خداع الأقواس .

تفسير عملية الانتباه :

طبيعة الانتباه : يبدأ الانتباه عندما تنتقل الحواس للفرد مثيرات معينة سواء من بيئة داخلية أو

خارجية وفقاً لوعي الفرد وشعوره بتلك المثيرات ويركز على بعضها ويهمل البعض الآخر

والمثيرات التي لا يركز عليها في الغالب تمثل أهمية بالنسبة له وتكون في بؤرة شعوره... أما

المثيرات التي لا يركز عليها فقد لا تكون لها نفس الأهمية في تلك اللحظة وقد دلت نتائج

الأبحاث على أنه كلما كان وعي الفرد بالشيء الذي ينتبه له محددًا وواضح كلما كان الانتباه

المبني عليه أكثر تركيزًا .

والخلاصة :

أن الانتباه ليس معناه تجريد "عزل، فصل" شيء معين وفصله عن بقية الأشياء الأخرى جزء

منها إنما هو تركيز شعوري في شيء معين خلال فترة معينة يمثل هذا الشيء بؤرة الشعور في

تلك الفترة وتكون بقية الأشياء في هامش الشعور وقد ينتقل الانتباه من بين مثيرات الأخرى وفقاً

لحاجات الفرد واهتماماته فما كان في بؤرة الشعور في وقت ما قد يصبح في هامش في وقت آخر وهكذا والعكس صحيح.

استنتاج
توتو JotA
طبعة وكتابة - استنتاج
٧٩٠٦٤٧٧٧

استنتاج
توتو JotA
طبعة وكتابة - استنتاج
٧٩٠٦٤٧٧٧

استنتاج
توتو JotA
طبعة وكتابة - استنتاج
٧٩٠٦٤٧٧٧