



وزارة التعليم العالي.

جامعة تكريت.

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم التربية الفنية

# علم النفس التربوي والنمو

## محاضرة

### الانتباه

مدرس المادة

م. م. ليث حسين عبد

٢٠٢٦

٢٠٢٥

## الانتباه

الانتباه - كلمة الانتباه من الألفاظ الشائعة الاستعمال في المحيط المدرسي. فكثير ما يحل المعلم ضعف بعض التلاميذ العلمي بعدم انتباههم إلى ما يقوم به من تعليم خلال الدرس وكثيرا ما يوجه المعلم كلمة (انتبه) إلى التلاميذ والذين يقومون بحركات لا يتطلبها الموقف التعليمي أو ينظرون إلى خارج الصف.

والمقصود في كلمة انتبه يعني إن المعلم يطلب من التلميذ أن يوجه أحاسيسه وشعوره نحو موضوع معين بحيث يصبح هذا الموضوع في بؤرة اهتمامه وأحاسيسه من أجل أن يحصل إدراك التلميذ واستيعابه لذلك الموضوع لأن الانتباه والإدراك عمليتان متلازمتان حيث يقوم الانتباه بتهيئة الفرد وتحفيزه للإدراك على إن انتباه مجموعة أفراد لشيء واحد قد لا يؤدي إلى إدراكهم لذلك الشيء إدراكا متطابقا وذلك لاختلافهم في بعض المتغيرات التي يعتمد عليها الإدراك منها الثقافة والخبرة السابقة ومستوى الذكاء.

الانتباه ليس عملية محددة المستوى واحد يحصل فيها الانتباه أو لا يحصل، بل هو عملية تكون على مستويات تتذبذب بين نهايتين - نهاية دنيا يكون فيها العقل في أقل حالة من التركيز، ونهاية وقصى يتركز العقل في الشيء الذي ينتبه إليه تركيزا شديدا.

إن شعور الفرد حين انتباهه في شيء معين يكون له استقرارا معين ومدة معينة تختلف من حين إلى آخر ومن موضوع إلى موضوع ومن فرد إلى آخر. فإذا كانت عوامل جذب الانتباه قوية فانه يستمر لمدة أطول أما إذا ظهرت عوامل داخلية أو خارجية تشتت الانتباه وتعاكس مع عوامل جذبه فان الانتباه يتغير حيث يضعف لحظة ويقوى في لحظة أخرى، فضلا عن الانتباه يتغير في مدته فتكون مدته أطول إذا اتصل ببعض حاجات الفرد ودوافعه وتكون مدته اقصر عندما تتحول دوافع الفرد من الموضوع السابق، يضاف إلى ذلك أن القدرة على حصر الانتباه بموضوع

## ١ - أنواع المؤثرات في جلب الانتباه

هناك عدد كبير من المؤثرات التي تجلب الانتباه. كما ان الانتباه بطبيعته عملية انتقائية.

ولأغراض البحث منقسم المنبهات إلى نوعين العوامل الموضوعية والعوامل الذاتية ونعني ( ) بالعوامل الموضوعية (( صفات الأشياء والحوادث التي تجلب الانتباه بصرف النظر عن الإرادة والتعلم، وتعني ( ) بالعوامل الذاتية )) تلك الصفات التي تعتمد على حالة الفرد نفسه.

والعوامل الموضوعية التي تقرر توجيه الانتباه هي تلك الأعشاب للمنبهات المحيطة التي تظهر إن لها قوة على جلب انتباه كل من الطفل والراشد بصرف النظر عن أي تعلم أو حتى عن أية رغبة من جانب الفرد وهي

١- تغير المنبه المنبهات المتغيرة تنزع لجذب انتباه الفرد والاحتفاظ به وتقدم على سبيل المثال على ذلك - شارع رئيس في مدينة من المدن فالإشارات الضوئية الكهربائية الدائمة التغير تسيطر على الانتباه بتغيرها المستمر وعندما نجلس في غرفة نقرأ ويجلب انتباهنا فجأة توقف ساعة الجدار، فحينما كانت مستمرة على دقائقها لم تجلب انتباهنا إلا أن توقف الدقات الصوتية المنتظم كان عاملاً مؤثراً لجلب انتباهنا.

ب - شدة المنبه - يتطلب المنبه شديد انتباهها فالضوء الشديد أو البرق والصوت العالي والرائحة القوية جلب الانتباه وتحتفظ به أكثر بكثير من الأنوار الباهتة أو الأصوات الواطئة أو الروائح الغامضة.

ج - تكرار المنبه: - إن التكرار الثابت لنفس المنبه يثير الانتباه في الأخير.

د - الشيء غير الاعتيادي أو الجديد هو صفة موضوعية قوية في توجيه الانتباه.

هـ - الأشياء المحددة الشكل والهيئة: تكون أكثر جلباً للانتباه من الأشياء المبهمة وغير المحددة

و الحاجات الأساسية - ينتبه المرء إلى الأشياء التي تتعلق بالحاجات الأساسية أو الشهوات فالأشياء التي تتعلق بالحاجات الجسمية الأساسية كالجوع والظما والحرارة والبرودة والتخلص من الألم تملك عوامل قوية في جلب انتباه الفرد.

لقد كان لسيطرة الخبرة الحسية الآنية فائدتها للإنسان البدائي في كفاحه المستمر من اجل العيش في عالم مليء بالمخاطر الداهمة أبدا. وهذه الخواص الموضوعية للمنبهات كالتغير ، والشدة ، والجدة، الخ. ... ذات اثر قوي حتى على المتمدن من الناس ، في توجيه انتباهه ومنه إلى توجيه فعاليته بطريق غير مباشر والإنسان يتميز بكونه حيوانا متعلما ففعاليته تعدل باستمرار في ضوء خبرته.

وهذا يصدق على الانتباه كما يصدق على أية خاصية أخرى من خصائص الفعالية. وعلى العموم، فان ما يجلب نظر الفرد هو كلما يظهر انه ذو قيمة لديه وهكذا تزداد أنواع المنبهات التي تجلب انتباه الفرد كلما ازداد تعليمه.

وهناك مجموعه من العوامل الذاتية التي توجه الانتباه هي :

. إن العمل الذي يقوم به الفرد يقرر ما سينتبه إليه والمنبهات ذات العلاقة بالفعالية الراهنة توجه الانتباه إلى نفسها هي ذاتها.

. كذلك تتحكم الرغبة الحاضرة في توجيه الانتباه فالفرد الذي يرغب في سيارة جديدة ينتبه إلى السيارات وهي تمر أمامه والمرأة التي تشعر بالرغبة في اقتناء قبعة جديدة تنتظر إلى واجهات المخازن حين تمر في الشارع.

ج - الاهتمام متحكم قوي بالنسبة للانتباه فمن الحقائق المعروفة جيدا بان مختلف الناس لا يرون مختلف الأشياء في منظر واحد ، فلو أن فلاحاً وفناناً وتاجر، وعالم نبات، وقفوا سوية فوق تل ينظرون إلى الأرض دونهم لأدركوا أشياء مختلفة لأنهم ينتبهون إلى نواح في الموضع مختلفة تفرضها اهتماماتهم الخاصة بها.

د والانفعالات أو الحالة المزاجية القائمه توجه الانتباه أيضا. فالمتشائم لا يرى غير الخراب بينما يرى المتفائل المستقبل الزاهر. ويتنبه الشاب العاشق إلى الصفات

يوجد حد معين لعدد المنبهات التي يمكن إدراكها في عمل انتباهي واحد وان الطبيعة الجوهريه للانتباه هي الاستطلاع أو الاستكشاف فنحن عن طريق الانتباه نستطيع اكتشاف محيطنا وإيجاد الأشياء ذات الأهمية لفعاليتنا الآنية --

### ٣- أنواع الانتباه

يمكن تميز ثلاثة أنواع من الانتباه وهي :-

١ - الانتباه القسري ( forcible attention أي الانتباه الذي يحصل رغما عن الفرد ، وان المنبه يفرض نفسه على حواسه فرضاً قسرياً كما هو الحال في الانتباه إلى صوت انفجار عنيف غير متوقع أو في ظهور برق شديد اللمعان في السماء أو مرور طائرة سريعة بارتفاع منخفض وغيرها من الأمثلة. وفي المجال التعليمي يعتمد المعلمون إلى استخدام هذا النوع من الانتباه فيطرق المعلم على السبورة أو يصبح عالياً باسم شخص أو يعتمد إلى أية وسيلة فيها شيء من الشدة التي تحمل التلاميذ على الانتباه قسراً إلى ما يريده منهم، كما أن سواق السيارات يلجؤون إلى استخدام أبواق (منبهات) سياراتهم لتركيز انتباه المارة وتحذيرهم من الخطر.

ب الانتباه الطوعي الإرادي (voluntary attention) وهو يمثل المرحله الثانية في تكوين الانتباه المستمر الذي ينبعث عن جهد شعوري فهو يفرض على الفرد عادة بواسطة دافع خارجي كالثواب والعقاب ويتصف هذا النوع من الانتباه بالألم والإكراه والخوف ويتميز به انتباه الطفل في المدرسة، ذلك الطفل الذي لم يثر اهتمامه في الأعمال المدرسية، إلا انه ينتبه إلى الواجبات التي يتلقاها بسبب الخوف من المعلم. ويبذل في هذا النوع من الانتباه جهد كبير لأن الفرد بسبب انعدام رغبته في العمل يكره نفسه على الانتباه. فالطفل يكره نفسه على

الانتباه لشيء ما لأنه يخاف أو لأنه يرغب في الحصول على الاستحسان، إلا أن رغباته وميوله هي في مكان آخر. وكذلك عندما يكون العامل غير سعيد في عمله ويكره نفسه على الانتباه لواجبه بشي من الجهد وأحياناً على حساب صحته العقلية والجسمية.

وتقترح إحدى النظريات القديمة في تربية الطفل وتدريبه بأنه من الضروري إجبار الأطفال على عمل الواجبات المملة وغير المرغوب فيها لأنها تفيدهم في ضبط أنفسهم.

### ج الانتباه التلقائي

وهو أكثر أنواع الانتباه اقتصاداً وكفاءة وذلك لأنه ينبعث عن اهتمام حقيقي في الشيء وينعدم الجهد في هذا النوع من الانتباه، أو على الأقل ينعدم الشعور بالضجر أو التعب الذي يتميز به الانتباه الطوعي فالفرد يهتم بالفعالية ولا يبذل لقاء ذلك جهداً ولا صراعاً مع رغباته انه نوع مثمر من الانتباه وهو ذلك الانتباه الذي يصدر عن الطفل خلال عمله المدرسي حين يكون مهتم به حقيقة وانه لا يقوم به بسبب الخوف أو العقوبة أو الاستهجان الاجتماعي. فالدوافع الموجهة له الأهداف والغايات كما انه يمثل انتباه العامل المميز والمتكيف تكيفاً حسناً مع هي عمله.

### ٤ - الانتباه

يعد الفرد منتبهاً إلى شيء ما، مادام هو في حالة وعي، ولذلك فالانتباه يعني الانتباه إلى أشياء أخرى. فحين نقول عن طفل انه غير منتبه في المدرسة، فإنما نعني بذلك انه منتبه إلى شيء خارج المجال المدرسي فقد يكون منتبهاً إلى أفكاره الخاصة عن لعبة كرة القدم التي يجب إن يلعبها أو إلى حوض السباحة الذي يود أن يكون فيه أو انه منتبه إلى الغيوم المارة فوق نافذة الصف والفرد شارد الذهن (absent minded) هو غير منتبه لان انتباهه انصرف إلى شيء آخر. ويمكن أن يقال عن عدم الانتباه انه انتباه موجه نحو شيء ليس هو المطلوب منه حالياً.

والانتباه المستمر (الثابت) هو الانتباه الذي يوجه إلى موضوع أو عمل لمدة غير قصيرة فهو عادة يكون نتيجة لاهتمام الفرد بالموضوع أو الواجب بحد ذاته. ومن السهل ترتيب الظروف بحيث يمكن معها صرف انتباه الفرد إلى ناحية من النواحي، ولكن من الصعب جدا أن تحفظ الانتباه موجهًا لمدة طويلة من الوقت والانتباه الذي يكون مصحوبا بجهد بسبب الخوف أو للمجاملة هو انتباه غير سار في الغالب. أما الانتباه المنبعث عن الاهتمام الحقيقي في الموضوع ذاته فهو ليس سار فقط بل ويكون مثمرا أيضا وهنا يكمن سر جلب انتباه الآخرين والاحتفاظ به مدة طويلة. فإذا أثير اهتمام الفرد يمكن حينئذ استمرار انتباهه.

٥- التشويش : يمكن ان يعرف التشويش بأنه أي مؤثر (منبه) غير صالح لنوع التفكير أو الغاية الراهنة فالمنبه الذي يعمل على صرف الانتباه عن الاستمرارية لابد ان يحتوي في ذاته على صفات قوية تكفي لتغيير اتجاه انتباه الفرد فمن السهل جدا تشويش الانتباه العرضي وكذلك الحال . الانتباه الطوعي، أما الانتباه التلقائي فان تشويشه أكثر صعوبة من سابقه.

ويمكن التغلب على تشويش الانتباه بعدة طرق وأحدى هذه الطرق الشائعة في التغلب على تشويش الانتباه هي أن تبذل طاقة أكثر في الواجب ذاته فالأغلاط والافتقار إلى الكفاءة في أي واجب يمكن إن يعزى إلى عدم القابلية على التحسن إلا أنها عادة ناتجة عن التشويش الذهني ويمكن بذل طاقة أكثر في الفعالية، بواسطة إثارة اهتمام أكثر في الواجب نفسه. فإذا تعذر هذا، فالشيء الذي يستحسن عمله هو زيادة الدوافع بواسطة الوسائل الاصطناعية، كالجوائز والمكافآت.