جامعة تكريت

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الاولية

المادة / علم النفس التربوي

المرحلة الثانية

عنوان المحاضرة

التذكر

كيف يحصل التذكر

العوامل المساعدة على التذكر

اسم التدريسي

م.م محمد قحطان محمد

التذكر

عملية عقلية تهدف إلى استرجاع أو معرفة الخبرات السابقة التي مر بها. الفرد أو تعلمها، وهو خاصية من خصائص الإنسان لان الإنسان يتميز بان لديه القدرة على إدراك الماضي أو القدرة على استرجاع خبراته السابقة التي كانت في حينها خبرات شاخصة في حواسه وإدراكه. والتذكر من العمليات العقلية العليا وعلى وجه التحديد هو جانب من جوانب الإدراك ولكنه متعلق بالماضي فالتذكر كلمة يقصد بها مجرد تذكر حادث مر بالفرد أو خبره عاشها سواء كانت معرفية أو انفعاليه كتذكر الطالب لقانون من قوانين الرياضيات سبق أن تعلمه أو تذكره لصديق زامله في الدراسة الابتدائية أو موقف حرج وقع فيه أمام معلميه ويسمى هذا أحيانا بالاسترجاع. أما الذاكره فهي القدره على الاحتفاظ بما مر به الفرد من خبرات وقد يكون الاحتفاظ نتيجة مجهود وانتباه ارادي يوجهه الفرد نحو الخبرات من مهارات و معارف عند ما يشعر أنه بحاجه إليها في المستقبل ويسمى هذا النوع بالحفظ، كما يحصل عندما يركز الطالب انتباهه في خارطة تحتوي على المعلومات التي تدخل ضمن مادة امتحانه في المستقبل القريب. أو عندما يبذل الطالب جهوده في تكرار أبيات الشعر كما هي، لأنه مطالب بإلقائها. في اليوم ما النسياد فهو فشل الفرد في استرجاع الخبرات السابقة عندما يحتاجها حتى وان توفرت ظروف التذكر وقد يكون النسيان كليا أو جزئيا وقد يكون دائميا أو وقتيا وقد يكون طبيعيا كما يحصل عند كل الناس لكثير من خبراتهم وقد يكون مرضيا كما يحصل لشخص أصابته صدمة انفعاليه شديدة ويقال عنه أحيانا يعاني من فقدان الذاكرة أما التعرف فهو إدراك الفرد بان ما هو ماثل أمامه عن طريق حواسه كان معروفاً عنده في السابق وانه غير جديد عليه فكثيرا ما يصادف الفرد شخصا فيقول إن هذا الوجه ليس غريبا علي يعني انه أدرك إن هذا الشخص له .

كيف يحصل التذكر :-

لقد تناول هذا الموضوع عدد من العلماء وقد انتهت معظم بحوثهم وتفسيراتهم إلى القول بان عملية التذكر الاسترجاع تتم عندما تترك المواقف آثرا في الجهاز العصبي للفرد، وقد يكون الأثر على شكل صور ذهنية تطبع على المخ. في حين جاءت آراء أخرى تنكر حدوث هذا الأثر وملخص المناقشات حول ذلك كانت كالأتي :-

. إن استمرار الماضي بالحاضر في مجال الإدراك سببه الآثار التي تتركها الخبرات التي يمر بها الفرد.

. تحصل عملية غربلة للآثار القديمة تتمخض عنها أشكال جديدة غير مطابقة تماما للصور القديمة وهذا هو السبب الذي يمنع الفرد أحيانا من القدرة على استرجاع التجارب والخبرات – السابقة بدقة

. إن عملية التذكر عملية فعالة نشطة تتأثر بعوامل مختلفة منها ما يتعلق بمبادئ وقوانين تنظم مجال الإدراك، ومنها ما يتعلق بالقوى الدافعة والموجهة التي تتوقف عليها دقة المعلومات ونوعها. وفي هذا الصدد قامت تجارب كثيرة أولها تجارب (ولف wulf) سنة ١٩٢٢ التي تناولت دراسة العوامل التي تؤدي إلى صياغة عملية التذكر وفق مبادئ معينة وقام الباحث نفسه مع بار ليت Barlett) بتجارب أوضحت المبادئ التي تسير عليها عملية التذكر.

. كما توصلا إلى أن الخبرات المسترجعة تختلف إلى حد ما عن الخبرات السابقة

العوامل الذاتية المساعدة على التذكر.

١ – الاسترجاع

٢. إن التوتر والضغط على النفس لا يؤدي إلى زيادة التذكر وإنماء الاسترجاع

٣. وإعطاء الفكر فرصة العمل بهدوء ليكون ضمان الحصول التذكر بصورة أدق

فالطالب الذي يعتريه الارتباك ساعة الامتحان قد لا يتذكر المعلومات والأرقام بالمستوى الذي يكون عليه بعد خروجه من الامتحان.

– التهيؤ الذهني

ويقصد به إن معرفة الفرد واستعداده لما سيقوم به من عمل وما يتعلق بهذا العمل أو النشاط من أهداف يودي إلى تذكر سير النشاط وتفصيله بصورة جيدة بالقياس لمن لا يملك مثل هذا التهيؤ ومن التجارب في هذا الصدد.

إن مجموعة من الصور الملونة عرضت على ثلاث مجموعات من الأشخاص وطلب من الأولى أن تلاحظ أشكال الصور فقط والى الثانية أن تلاحظ ألوانها فقط والى الثالثة أن تلاحظ الجانبين معا وقد ظهر من التجربة إن المجموعة الثالثة قد تفوقت بشكل واضح .

العوامل الموضوعية التي تساعد على التذكر :

– **التكرار** إن الخبرات التي تتكرر على الفرد يتذكرها بسهولة فرؤية شخص من الأشخاص لمرة واحدة غير كافية لتذكره تذكرا دقيقا ولكن رؤيته المتكررة تجعل أمر تذكر بعض خصائصه الجسمية سهلا والتعرف عليه أسهل.

. الشدة: الأحداث العنيفة والمواقف المتطرفة يتذكرها الفرد أكثر من غيرها لأنها تترك آثارا نفسية تتلاحم مع غيرها، فألام لا تنسى ساعة إدخال رضيعها إلى صالة العمليات الكبرى. وكذلك الطالب الذي تسلم، شهادة التخرج لا ينسى ذلك الموقف خاصة إذا كان متعطشا لتلك النتيجة. وطلاب الدورة الواحدة في كلية التربية أو المدرسة الثانوية يتذكرون جيدا صديقهم المفرط في الطول أكثر

– **الحداثة** إن الخبرات أو الأشخاص أو المواقف التي يمر بها الفرد حديثا قد يكون تذكرها أسهل من تذكر مثيلاتها التي مر بها في الماضي الأقدام.

– **الخبرات الأولى** إن ساعة اللقاء الأولى بين صديقين عزيز احدهما على الآخر يتذكرها كل منهما باستمرار، واليوم الأول الذي يدخل فيه الطالب إلى الجامعة يتذكره أكثر من سائر الأيام.

إن ما سبق ذكره من المبادئ تنسحب على عملية التذكر أو الاسترجاع بصورة عامة سواء أكانت تتعلق بخبرات عفوية عارضة تتعلق بخبرات مقصودة يرغب ام الفرد في الاحتفاظ بها كالمعلومات المدرسية، وهناك عوامل تساعد الفرد تحقيق رغبته في حفظ المعلومات وثبات الذكريات وهي كثيرة ولكنها تتركز في ثلاث نواحي هي :

أولا – عوامل خاصة بالمتعلم نفسه: الفروق الفردية في القدرة على التعلم والاحتفاظ بالمعلومات ظاهرة واضحة خاصة في المدارس وهذه الفروق تكون بين الأفراد كما تظهر عند الفرد الواحد حيث يتعلم اللغة ويحفظ معلوماتها أكثر

ثانيا . الذاكره فهي القدره على الاحتفاظ بما مر به الفرد من خبرات وقد يكون الاحتفاظ نتيجة مجهود وانتباه ارادي يوجهه الفرد نحو الخبرات من مهارات و معارف عند ما يشعر أنه بحاجه إليها في المستقبل ويسمى هذا النوع بالحفظ، كما يحصل عندما يركز الطالب انتباهه في خارطة تحتوي على المعلومات التي تدخل ضمن مادة امتحانه في المستقبل القريب. أو عندما يبذل الطالب جهوده في تكرار أبيات الشعر كما هي، لأنه مطالب بإلقائها.

لقد تناول هذا الموضوع عدد من العلماء وقد انتهت معظم بحوثهم وتفسيراتهم إلى القول بان عملية التذكر الاسترجاع تتم عندما تترك المواقف آثرا في الجهاز العصبي للفرد، وقد يكون الأثر على شكل صور ذهنية تطبع على المخ. في حين جاءت آراء أخرى تنكر حدوث هذا الأثر وملخص المناقشات حول ذلك كانت إن استمرار الماضي بالحاضر في مجال الإدراك سببه الآثار التي تتركها الخبرات التي يمر بها الفرد.

تحصل عملية غربلة للآثار القديمة تتمخض عنها أشكال جديدة غير مطابقة تماما للصور القديمة وهذا هو السبب الذي يمنع الفرد أحيانا من القدرة على استرجاع التجارب والخبرات – السابقة بدقة.

نظريات تفسير الذاكرة

النظرية التشريحية :

من الملاحظ إن كثرة تنبيه مناطق معينة من القشرة المخية يؤدي إلى زيادة سمكها ويحصل العكس عند قلة أو عدم تنبيه مناطق المخ، كما يحصل مثلا في المنطقة البصرية الأولية عند فاقدي البصر. وقد وجد كذلك إن عدد النهايات العصبية والعقد الاشتباكية في القشرة المخية يزداد بتقدم السن ونمو الخبرة وهذه الملاحظات أدت إلى الاعتقاد بان تثبيت الذاكرة في المخ يؤدي إلى بعض التغيرات التشريحية والتركيبية في نهايات الأعصاب أو في تشابكات الجهاز العصبي، وقد يكون ذلك إما بزيادة العقد الاشتباكية أو حجمها أو بتغير تركيبها الكيمياوي، وقد يؤدي كل ذلك إلى زيادة في قابليتها على التنبه مما يؤدي إلى تسهيل مرور الإشارات العصبية، ويؤدي هذا إلى سهولة تنبيه فعالية الطرق العصبية الخاصة التي تنقل إشارات الذاكرة لتلك الأفكار التي تنقل خلالها.

نظريه الدوائر العصبية:

هناك من يرى إن التأثيرات الحسيه الواردة للمخ، تولد نمطا (Pattern) من النبضات العصبية في دوائر عصبيه مكونه من عدة عصيبات، 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.

النظرية الكيمياويه :-

من المشاهدات المتعلقة بالذاكرة الثانوية، أنها لا تمحى من الجهاز العصبي متى ما ثبتت فيه، سواء بالرجات الكهربائية أو التخدير الطويل أو تخفيض درجه الحرارة للدماغ لفترة طويلة. إن كل هذه العمليات تكون فعاليات قسم كبير من المخ. وقد توقف دوران النبضات في دوائرها العصبية. وأدت هذه المشاهدات إلى التخمين بان الذكريات قد تحفظ في الجهاز العصبي على شكل تغيرات كيميوحيوية في حجيراته العصبية، وذلك مما أدى إلى البحث عن هذه المواد الكيمياويه. وجد إن حامض الرايبو النووي (RNA) Ribonucleic Acid يوجد في الحجيرات العصبية، تقوم هذه المادة بدور مهم في توليد القوالب اللازمة لبناء المواد الزلاليه فيها. إن مادة (RNA) تعمل على حفظ الذكريات الخاصة على شكل شفرة كيمياويه فيها، او في المواد البروتينية التي تولدها.