وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات الاولية / بكالوريوس

الانتباه

محاضرة تقدمت بها

أ.د وفاء كنعان خضر

الانتباه في علم النفس المعرفي:

هو العملية السلوكية والمعرفية للسيطرة بشكل اختياري على جانب منفصل من المعلومات، سواء كانت تعتبر ذاتية أو موضوعية، مع تجاهل المعلومات الأخرى التي يمكن إدراكها، بحيث يعتبر الانتباه في علم النفس المعرفي على أنه استحواذ العقل، في شكل واضح وحي، على واحد مما يبدو أنه عدة أشياء ممكنة في وقت واحد أو قطارات فكرية متعددة، وتتمثل في التركيز والوعي في جوهرها.

وصف عملية الانتباه في علم النفس المعرفي:

تم وصف عملية الانتباه في علم النفس المعرفي أيضًا على أنه تخصيص موارد معالجة معرفية محدودة، ويتجلى الانتباه من خلال عنق الزجاجة المتعمد، من حيث كمية البيانات التي يمكن للدماغ معالجتها كل ثانية، على سبيل المثال، في الرؤية البشرية يمكن لأقل من واحد بالمئة فقط من بيانات الإدخال المرئي أن تدخل عنق الزجاجة، مما يؤدي إلى العمى غير المقصود.

لا تزال عملية الانتباه في علم النفس المعرفي منطقة حاسمة من التحقيق خلال التعليم، وتحقيق مفاهيم علم النفس المتنوعة، وعلم الأعصاب، وعلم الأعصاب الإدراكي، وعلم النفس العصبي، وتشمل مجالات التحقيق النشط الفعال تحديد مصدر الإشارات الحسية التي تولد الانتباه، وتأثيرات هذه الإشارات الحسية على خصائص ضبط الخلايا العصبية الحسية.

العلاقة بين الانتباه والمهام السلوكية والمعرفية:

وعلى العلاقة بين الانتباه والمهام السلوكية والمعرفية الثانية، التي قد تضمّ العمل والذاكرة واليقظة النفسية، بحيث تقوم مجموعة حديثة نسبيًا من الدراسات، والتي تتسع في الدراسات الماضية

في علم النفس المرضي، بالتحقيق في الأعراض التشخيصية المرتبطة بإصابات الدماغ الرضحية وتأثيراتها على الانتباه كما يختلف الاهتمام عبر الثقافات المختلفة.

العلاقات بين الانتباه والوعي صعبة بما يكفي لدرجة أنها تبرر استكشاف فلسفي دائم، بحيث يعتبر هذا الاستكشاف قديمًا ومستمر الصلة، حيث يمكن أن يكون له تأثيرات في مجالات تتراوح من الصحة العقلية ودراسة اضطرابات الوعي إلى الذكاء الاصطناعي ومجالات البحث العلمية الخاصة به وبمجالاته المختلفة.

تطوير عملية الانتباه في علم النفس المعرفي:

قبل تأسيس علم النفس كتخصص علمي ثابت ومستقل، تمت دراسة الانتباه في مجال الفلسفة، وهكذا، قاموا بالعديد من الاكتشافات في مجال الانتباه، ويسمي عالم النفس جون واتسون أبو علم النفس الحديث؛ لأنه في كتابه الروح والحياة، كان أول من أدرك أهمية التحقيق التجريبي في عمله على الذاكرة، فوجد أنه كلما اهتم المرء بالمنبهات عن كثب، كان من الأفضل الاحتفاظ بها.

بحلول التسعينيات، بدأ علماء النفس في استخدام التصوير المقطعي بالإصدار البوزيتروني، والتصوير الوظيفي بالرنين المغناطيسي؛ من أجل تصوير الدماغ أثناء مراقبة المهام التي تتطلب الانتباه، ونظرًا لأن هذه المعدات باهظة الثمن كانت متوفرة بشكل عام في المستشفيات فقط.

سعى علماء النفس إلى التعاون مع أطباء الأعصاب، ومنهم عالم النفس مايكل بوسنر الذي اشتهر بعد ذلك بعمله المؤثر في الانتباه الانتقائي البصري وطبيب الأعصاب ماركوس رايشل كان رائداً في دراسات تصوير الدماغ للانتباه الانتقائي، وسرعان ما أثارت نتائجهم

اهتمام مجتمع علم الأعصاب، الذي كان حتى ذلك الحين يركز ببساطة على أدمغة القرود من الكائنات الحية.

مع تطور هذه الابتكارات التكنولوجية، أصبح علماء الأعصاب مهتمين بهذا النوع من الأبحاث التي تجمع بين النماذج التجريبية المتطورة من علم النفس المعرفي وتقنيات تصوير الدماغ الجديدة على الرغم من أن التقنية القديمة لتخطيط كهربية الدماغ قد استخدمت منذ فترة طويلة لدراسة نشاط الدماغ الكامن وراء الانتباه الانتقائي من قبل علماء الفسيولوجيا النفسيين الإدراكيين.

إلا أن قدرة التقنيات الحديثة على قياس العمل المؤقت بوضوح داخل الدماغ وجدت اهتمامًا متجددًا من قبل مجتمع أوسع من الباحثين، وحددت الأدلة العلمية العصبية شبكة الدماغ الأمامية الجدارية والتي يبدو أنها مسؤولة عن العديد من عمليات الانتباه في علم النفس المعرفي.

تعريف علماء النفس لعملية الانتباه:

الانتباه هو موضوع اهتم به علم النفس المعرفي، والذي يتجه إلى طريقة قيامنا بتعديل معلومات محددة في بيئتنا بنشاط، أثناء قراءة هذا، وهناك العديد من المشاهد والأصوات والأحاسيس التي تدور حول الفرد أو ضغط قدميه على الأرض، ومشهد الشارع من نافذة قريبة، والدفء الناعم لقميصه، وذاكرة محادثة أجراها سابقًا مع صديق.

وفقًا لعالم النفس والفيلسوف المعروف ويليام جيمس، فإن الانتباه هو استحواذ الذهن، في شكل واضح وطبيعي، على واحد مما قد يبدو عدة أشياء محتملة في وقت واحد أو تيارات فكرية، إنه يعني الانسحاب من بعض الأشياء بالترتيب للتعامل بجدية مع الآخرين.

نظريات الانتباه في علم النفس المعرفي

يعتبر الانتباه من العمليات المعرفية التي سعى بعض علماء النفس من أجل دراسته إلى وضع ما يعرف بنظريات الانتباه، وهي التي تشرحه بشيء من التفصيل، ومن أهم تلك النظريات كما يلي:

نظرية المصفاة الانتقائية:

وضع عالم النفس برودبنت النموذج الأول للانتباه الذي أطلق عليه اسم نظرية المصفاة، لأنه يتطلب تقييد تدفق المعلومات وتصفيتها إلى كمية أقل حتى يمكن إدارتها إدراكيًا، ولقد شبه ذلك برودبنت بعنق الزجاجة، حيث تصل الكثير من المعلومات من خلال الحواس مما يتطلب تقليص حجمها.

لقد استخدم تجارب استماع ثنائية، حيث طلب من بعض الأشخاص الاستماع إلى مسارات سمعية مختلفة بكل أذن للتأكد من الفرضية التي تنص على أن هؤلاء الأشخاص يستطيعون توجيه الانتباه إلى التركيز على محفزات معينة.

نظرية التوهين

قامت العالمة الإنجليزية تريزمان في الستينيات من القرن الماضي بتعديل نموذج برودبنت وعرفت نظريتها بنظرية التوهين، حيث تعتبر تلك النظرية من نظريات الانتباه في علم النفس المعرفي، ولقد استخدمت فيها تقنية الاستماع ثنائية التفرع من خلال إسماع بعض الأشخاص أصواتا عالية في أذن واحدة مع تجاهل السرد الثاني بالأذن الثانية.

قد لاحظت من خلال ذلك أنه أحيانًا لا تعي آذانهم ما سمعته من معلومات بسبب عدم تصفية كافة المعلومات غير المراقبة تمامًا، ولا بد من تخفيف البعض منها وفقًا لمعايير الاختيار الدلالية والخصائص الفيزيائية، ولا يتطلب نموذج التوهن الذي وضعته تريزمان حجب المثيرات ولكن يكون هناك اختلاف في تركيز الانتباه لتلك المثيرات وحدث توهن للمثيرات غير المهمة ولم يتم تذكرها أو معالجتها.

نظرية تكامل الميزة

لاحظت آن تريزمان في أوائل الثمانينيات من القرن الماضي أن هناك ما يعرف بمشكلة الربط، ووضعت لها تكامل الميزة للانتباه، فكم كان لتلك النظرية تأثير كبير لحل تلك

المشكلة التي وصفت فيها تريزمان أن المعلومات الحسية تنتقل بشكل متوازٍ وبمثابة عدد متنوع من التلميحات غير المتجانسة المتمثلة في الأشكال والحركات والأصوات والألوان والروائح المشفرة بنظم معيارية بشكل جزئي.

يمكن أن تحدث الكثير من الأشياء في وقت واحد، وبالتالي يتطلب الأمر تجميع كافة التلميحات وربطها بعد ذلك بالمكان والزمان المحدد والصحيح، ثم تفسيرها لمعرفة أصلها الحقيقي، فمثلًا إذا افترضنا أن لدينا ثمرة طماطم حمراء، فتلك الأشياء هي من المدخلات المرئية في رأي تريزمان، حيث ترى أن هناك جزءا بالمخ يقوم باكتشاف أشكال الأشياء، وهناك جزء آخر مسؤول عن اكتشاف ألوانها، إذن فيمكن معرفة طريقة الربط من خلال تمثيل شكل الطماطم بالمركز المسؤول عن الشكل، وتمثيل اللون الأحمر بالمركز المسؤول عن اللون، وتجميع كافة الخصائص المكتشفة بمراكز الكشف المتخصصة.