



جامعة
المنارة
MANARA UNIVERSITY

العمليات العقلية

المحاضرة الخامسة

العمليات العقلية

العمليات العقلية هي العمليات التي تجري داخل العقل مفسرة الكثير من نشاطات التفاعل الإنساني له، دراسة العمليات العقلية هي واحدة من أهم فروع دراسة علم النفس الحديث، لذلك سوف نحاول في السطور المقبلة أن نفهم العمليات العقلية المختلفة التي تحدث داخل الدماغ البشرية وفهمها من وجهة نظر نفسية بحثية.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

إن تفاعل الإنسان الدائم مع بيئته يتطلب أن يفهم هذه البيئة جيدا حتى يستطيع أن يتفاعل معها على أفضل وجه ويشارك فيها كما يحب، والخطوة الأولى لفهم هذه البيئة هو الانتباه لها ومن ثم إدراكها، فالانتباه والإدراك عمليتان مرتبطتان ببعضهما فنحن ننتبه لشيء ما ثم ندركه، ونحن نستجيب للبيئة من حولنا من خلال إدراكنا لها، وهذا الإدراك يختلف من شخص لآخر حتى وان كان المدرك هو نفس الشيء.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

1. أنواع الانتباه:
 - انتباه قسري وهو ما يُجبر الشخص على الانتباه له مثل طلقة المسدس
 - الانتباه التلقائي وهو انتباه الشخص إلى ما يحبه ويميل إليه بطبيعته
 - الانتباه الإرادي وهو الانتباه الذي يتطلب بذل جهد مثل سماع محاضرة طويلة

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

2. عوامل الانتباه الخارجية:
 - 1 شدة المنبه مثل علو الصوت أو شدة رائحة معينة قد يلفتنا إلى الانتباه لها
 - 2 تكرار المنبه فلو سمعنا صوت استغاثة مثلا مرة واحدة قد نتجاهله أما إذا سمعنا الصوت يتكرر فسنتبه إليه.
 - 3 تكرار المنبه، فإذا توقف المنبه فجأة انتبهنا إليه
 - 4 التباين، أي أن يكون المنبه مختلفا اختلافا كبيرا عن كل ما حوله
 - 5 حركة المنبه، إذا كان المنبه شيء يتحرك كان انتباهنا له أشد.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

3. عوامل الانتباه الداخلية

عوامل مؤقتة

1. الحاجات العضوية، كالانتباه إلى روائح الطعام التي تصدر من حولنا إذا كنا جائعين
2. التهيؤ الذهني الراهن، كتهيؤ الأم لسماع صوت طفلها ولو كان خافتا.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

عوامل دائمة

1. الدوافع الهامة، مثل التهيؤ الذهني الدائم لاستشعار الألم أو الخطر، أو دافع الاستطلاع الذي يجعل الفرد في حالة تأهب مستمر لكشف كل ما هو جديد وغير مألوف.
2. الميول المكتسبة، وهو الانتباه إلى كل ما يميل إليه الإنسان حسب طبيعته، فالفنان يلاحظ الجمال في كل شيء، والطبيب يلاحظ الحالات الصحية لمن يتكلم إليهم.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

4. سبب تشتت الانتباه

1. عوامل جسمية: كالتعب والإرهاق الجسدي وعد النوم الكافي أو سوء التغذية واضطراب إفراز الغدد الصماء
2. العوامل النفسية: فقد لا تنتبه إلى مادة دراسية معينة لعدم ميلك لها، أو لانشغالك عنها بأمر آخر تحبها، ويختلف هذا عن شرود الذهن العام، أما الشرود القسري الذي لا نستطيع التحكم فيه إطلاقاً فقد يكون بسبب وساوس وأفكار غير سوية
3. عوامل اجتماعية: كالصراع بين الأبوين، أو صعوبات مالية أو مشاكل بين الأصدقاء والمقربين
4. العوامل الطبيعية: كسوء التهوية في المكان، والرطوبة أو الضوضاء وغيره.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

5. الإدراك : ويتكون من مرحلتين:

1. الإحساس: Sensation وهو الناقلات العصبية التي تنتقل إلى المخ من الحواس لترجمة المنبهات التي تم استقبالها. وهناك إحساسات خارجية مثل السمعية والبصرية وهناك داخلية مثل التي تصدر من المعدة والأمعاء وهناك العضلية التي تصدر من المفاصل أو الأربطة وهناك.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

2. الإدراك الحسي: Perception

من غير الطبيعي أن نحس بشيء ثم ينتهي الأمر عند هذا الحد بل تتبع هذا العملية عملية أخرى تسمى الإدراك الحسي وهو إضافة معنى أو قيمة أو مفهوم لهذا الإحساس، فمثلا عندما نشم رائحة لا ينتهي الأمر هنا بل ندرك أنها رائحة شيء محدد كطعام مثلا وقد نشعر بالجوع أو بالرغبة في تناول هذا الشيء.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

6. عملية التأويل

أي تأويل المدركات، ويختلف فهمنا وتأويلنا لما نستقبله بالحواس على عمرنا ودوافعنا وشخصيتنا وميولنا المكتسبة، فالطفل الذي يرى جهاز الحاسوب يؤوله على أنه قطعة لها ملمس وشكل معين وليس أكثر من ذلك، والحيوانات بطبيعتها تأول وتفعل اعتماداً على غرائزها فحسب أما الإنسان فيجب عليه أن يتعلم معظم الأشياء لكي يؤول المدركات بشكل صحيح. لذلك تعتمد عملية التأويل على ما تعلمناه وعانيناه في ماضينا وعلى خبراتنا الشعورية واللاشعورية.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

8. تأثير بعض العوامل الذاتية على الإدراك

1. الحالة الجسمية للفرد: وهناك تجربة قم بها بعض العلماء وهي تأويل بعض الرسوم من خلف زجاج أصفر اللون من قِبَل فريقين أحدهما يشعر بالجوع والآخر لا، فكان تأويل الفريق الجائع لهذه الرسوم هي أنها شطائر وأنواع أخرى من الأطعمة.
2. الحالة المزاجية: فإذا كنت غاضبا فستظن أن هذا الشخص يفعل هذا الفعل لأنه غاضب، وكذلك إذا كنت في حالة من الرضا، فسترى الناس في حالة رضا واستجمام.

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

3. التهيؤ النفسي: فنحن نرى ونسمع وننتبه إلى ما يخصنا وما نتوقع أن نراه، فمثلاً إذا كنت تنتظر صديقك فإنك ستراه حتى لو بين المئات من الناس.
4. العواطف والانحيازات: عواطفنا ومشاعرنا تؤثر بشكل كبير على مدركاتنا،
5. الكبت: والكبت يفسد دائماً تأويلنا للواقع وتأويلنا لسلوكنا الشخصي، بل أحياناً كثيرة يجعلنا نسقط عيوبنا ورغباتنا السيئة على الآخرين ونشك في أفعالهم.
6. أثر المعتقدات: إذا ما اعتقدت ولو خطأ صلة شيء بشيء آخر فإنك دائماً ما تربط إدراكهما ببعض.
- 7- أثر القيم: مثل القيم الدينية والاجتماعية والاقتصادية والجمالية التي يتربى عليها الفرد أو يتعلمها

أولاً- الانتباه والإدراك الحسي

9. الخداعات والهلوسة

والخداع Illusion هو سوء تأويل للواقع أي أنه إدراك حسي خاطئ، فمثلاً إذا اعتقدت أن هناك شخصاً بالغرفة المجاورة فغالباً ستسمع أصوات وقع أقدام أو أصوات كلام، وترجع هذه الخداعات إلى عوامل طبيعية أو سيكولوجية، عوامل طبيعية مثل رؤية القلم منكسراً في الماء، وسيكولوجية مثل إذا أضعت شيئاً فإنك تظن أن كل ما تراه هو هذا الشيء نتيجة التهيؤ الذهني المسبق.

أما الهلوسة Hallucinations فهي مدركات خاطئة غير واقعية بل تنشأ في ذهن الشخص ويظنها حقيقية، وهي شائعة في حالات التسمم بالمخدرات والأمراض العقلية مثل الفصام.

ثانياً - التفكير:

هو مجمل الأشكال والعمليات الذهنية التي يؤديها عقل الإنسان، والتي تمكنه من نمذجة العالم الذي يعيش فيه، وبالتالي تمكنه من التعامل معه بفعالية أكبر لتحقيق أهدافه وخطته ورغباته وغاياته. التفكير هو إعمال العقل في مشكلة للتوصل إلى حلها.

وبتعبير آخر التفكير هو إجراء عملية عقلية في المعلومات الحاضرة لأجل الوصول إلى المطلوب وبتعبير آخر أدق هو حركة العقل بين المعلوم والمجهول.



جامعة
المنارة
MANARA UNIVERSITY

ثانياً - التفكير:

1. أغراض التفكير

يحدث التفكير لأغراض متعددة مثل:

- الفهم والاستيعاب.
- اتخاذ القرار.
- التخطيط، أو حل المشكلات.
- الحكم على الأشياء.
- الإحساس بالبهجة والاستمتاع.
- التخيل.
- الانغماس في أحلام اليقظة.

وهو عملية واعية يقوم بها الفرد عن وعي وإدراك، ولا تتم بمعزل عن البيئة المحيطة، أي أن عملية التفكير تتأثر بالسياق الاجتماعي والسياسي الثقافي الذي تتم فيه.

ثانياً - التفكير:

2. أنماط التفكير

1. التفكير المستنير

هو أعلى درجات التفكير وأعظمها، فهو الفكر الأرقى، وهو الفكر المؤدي إلى النهضة الحقيقية، وهو الفكر الذي يجلي غوامض الأمور، ولم يكتف بمعرفة أصول الأشياء وفروعها، أو الوقائع ومسبباتها أو النصوص ومعانيها كما هي الحال في الفكر العميق إلا أنه يتعدى ذلك لمعرفة ما يحيط بهذه الأشياء وما حولها وما يتعلق بها.

ثانياً - التفكير :

2. التفكير العميق

وهو ضد التفكير السطحي، ويعني الإحاطة بالواقع، من جميع أركان عملية التفكير، فتجده ينظر إلى الواقع مرات ومرات، ويقبله من كافة نواحيه، وينظر فيه مرة وثانية وثالثة، وينقب بدقة في ذاكرته لاستحضار المعلومات السابقة المتعلقة بالواقع المراد التفكير فيه، ويقرب النظر في علاقة المعلومات المستحضرة بالواقع، كل هذا يتم بتكرار مع التركيز.

ثانياً - التفكير:

3. التفكير العاطفي

هو أدنى درجات التفكير إن لم يكن أول درجات الانزلاق من التفكير إلى التهور، وهو بلا شك سبيل يفضي إلى التفكير السلبي الذي يختزن التشاؤم والريبة وسوء الظن بالنفس. مثل الفوبيا والبارنويا وانقسام الشخصية «الشيزوفرنيا».

ثانياً - التفكير:

4. التفكير المنطقي

يمثل التحسن الذي طرأ على طريقة التفكير الطبيعي من خلال المحاولة الجادة للسيطرة على تجاوزات التفكير الطبيعي أو الفطري. والصفة الأساسية للتفكير المنطقي أنه يعتمد على التعليل لفهم واستيعاب الأشياء. والتعليل يعد خطوة على طريق " القياس ". ويلاحظ أن وجود علة أو سبب لفهم الأمور لا يعني عن أن السبب وجيه أو مقبول.

ثانياً - التفكير:

6. التفكير الرياضي

ويشمل استخدام المعادلات السابقة الإعداد والاعتماد على القواعد والرموز والنظريات والبراهين، حيث تمثل إطاراً فكرياً يحكم العلاقات بين الأشياء. وعلى العكس من طريق التفكير الطبيعي والمنطقي فإن نقطة البداية تكمن في المعادلة أو الرمز حتى قبل توفر بيانات أن هذه القنوات السابقة (المعادلات، الرموز) ستسهل من مرور المعلومات بها وفق نسق رياضي سابق التحديث.

ثانياً - التفكير:

6. التفكير النقدي

التفكير النقدي هو قدرة الفرد على إبداء الرأي المؤيد أو المعارض في المواقف المختلفة، مع إبداء الأسباب المقنعة لكل رأي.

والتفكير النقدي تفكير تأملي يهدف إلى إصدار حكم أو إبداء رأي. ويكفي هنا أن يكون الفرد صاحب رأي في القضايا المطروحة، وأن يدلل على رأيه ببينة مقنعة حتى يكون من الذين يفكرون تفكيراً ناقداً.

ويتم ذلك بإخضاع المعلومات والبيانات لاختبارات عقلية ومنطقية وذلك لإقامة الأدلة أو الشواهد والتعرف على القرائن.

ويتم فيه معالجة هذه المعلومات والبيانات لاختبارات عقلية ومنطقية وذلك لإقامة الأدلة أو الشواهد والتعرف على القرائن.

ثانياً - التفكير:

8. التفكير العلمي:

هو العملية العقلية التي يتم بموجها حل المشكلات أو اتخاذ القرارات بطريقة علمية من خلال التفكير المنظم والمنهجي ومن سمات التفكير العلمي.

- التراكمية.
- التنظيم.
- البحث عن الأسباب.
- الشمولية.
- الدقة والتجريد

ثانياً - التفكير:

3. مستويات التفكير:

- 1- المستوى الحسي، وهو المقتصر على إدراك الأشياء المحسوسة وهو ما يستخدمه الأطفال
- 2- المستوى التصوري، وهو الذي تستخدم فيه الصور التخيلية المختلفة من سمعية وبصرية وحركية
- 3- التفكير المجرد، وهو أرقى من التفكير التصوري لأنه يستخدم معاني الأشياء المجردة لا مادتها.

ثالثاً - التذكّر والنسيان.

والتذكّر بمعناه العام هو استرجاع ما تم تعلمه وحفظه فمثلاً إذا تذكرت اسم صديق فهذا يعني أنني حفظته وتعلمته من قبل،
والتذكر يحدث بطريقتين، الاسترجاع وهو استرجاع ما تم حفظه على هيئة ألفاظ أو حركات أو صور ذهنية تخيلية مثل استرجاع كيفية السباحة أو كيفية العزف على آلة موسيقية،
والتعرّف وهو الشعور بأن مدرك معين هو جزء من خبرات الشخص السابقة، مثل رؤية وجه صديق ومعرفة أننا رأيناه من قبل.
فالاسترجاع هو تذكر شيء غير مائل أمام الحواس
أما التعرف فهو تذكر شيء مائل أمام الحواس.

ثالثاً - التذكّر والنسيان

2. أسباب النسيان

قد يكون ببساطة سبب النسيان هو أننا لم ننتبه على الشيء الذي اردنا تذكره عندما كنا نلاحظه ونتعلمه لأول مرة. وهناك ثلاث نظريات تحلل النسيان:

1. نظرية الترك والضمور: وهي أن المعلومات والخبرات تضمّر بسبب عدم استخدامها فترة طويلة فلا نكون قادرين على استرجاعها.

2. نظرية التداخل والتعطيل: ويحدث هذا بسبب كثرة المدخلات العقلية خلال اليوم، وقد لوحظ أن النسيان في فترة النوم يقل بشكل واضح، فالأطفال يتذكرون القصص التي تروى لهم قبل النوم بطريقة أفضل من القصص التي يتعلمونها خلال النهار.

ثالثاً - التذكّر والنسيان

3. نظرية الكبت، وفي هذه الحالة فإن العقل يكبت (ينسى) الأحداث الغير سارة والتي لا يريد تذكرها، وقد أجريت تجربة حيث طلب إلى بعض الطلاب تذكر خبراتهم السارة والغير سارة، وقد وجد انهم استرجعوا 51% من الخبرات السارة و38% من الخبرات الغير سارة. وفي هذه الحالة النسيان هو عملية انتقائية يقوم بها العقل اللاواعي من اجل حماية الفرد مما يؤلمه.

رابعاً - الاسترجاع

والاسترجاع هو استحضار الماضي بصورة جزئية أو كلية محددة، فإن كان استرجاع مكتمل محدد الزمان والمكان سمي استدعاء. والمداومة هي استرجاع بعض الصور أو المشاعر أو الذكريات بدون مناسبة معينة واستمرار ظهورها في ذاكرتنا، أما الاستكمال فهو القيام باستجابة كاملة لجزء من موقف ما تم تذكره، وكان الموقف حدث بأكمله مرة أخرى.

رابعاً - الاسترجاع

العوامل الذاتية التي تساعد على الاسترجاع.

1. الاسترخاء وعدم بذل الجهد في التذكر
2. التهيؤ الذهني للاسترجاع
3. عدم الميل إلى الإغلاق، فالمواضيع الغير مكتملة تبقي الذهن يقظا وفي حالة تأهب لإتمام الأمر.

رابعاً - الاسترجاع

- العوامل الموضوعية التي تساعد على الاسترجاع:
 1. التكرار، فكلما تكرر الأمر سهل علينا استرجاعه
 2. الأولوية، أول مرة في كل شيء لا ينسى
 3. الحداثة، نحن نميل إلى تذكر آخر مرة من كل شيء
 4. الشدة، الأحداث والخبرات العنيفة لا تنسى بسهولة

العمليات العقلية

شكرا لإصغائكم
د. محمد فرحة