كلية : التربية / القائم

القسم او الفرع : اللغة العربية .

المرحلة: الأولى .

أستاذ المادة : م.م. عائشة موفق حسين .

اسم المادة باللغة العربية : علم النفس التربوي .

اسم المادة باللغة الإنكليزية : Educational Psychology

اسم المحاضرة الثالثة باللغة العربية: الذاكرة والنسيان .

اسم المحاضرة الثالثة باللغة الإنكليزية : Memory and forgetting

الذاكرة والنسيان
إعداد
عائشة موفق حسين الراوي
تعريف الذاكرة:
يعد مفهوم الذاكرة من المفاهيم صعبة التعريف وذلك لكوننا نصف عملية معرفية معقدة ترتبط بعمليات الانتباه والإدراك والتخزين والاستجابة وغيرها مما يعكس وجهات نظر عديدة حول تركيب الذاكرة وعلاقتها باتجاه معالجة المعلومات ، ومن أبرز التعاريف للذاكرة :
١- يعرف أندرسون الذاكرة على أنها : دراسة عمليات استقبال المعلومات والاحتفاظ بها واستدعائها عند الحاجة.
٢- أما ستينبرغ فيعرفها على :أنها العملية التي يتم من خلالها استدعاء معلومات الماضي لاستخدامها في الحاضر
٣- ويعرفها هابرلاندت على أنها القدرة على تذكر ما تعلمه الفرد.
وحقيقة الأمر إن أي تعريف للذاكرة يجب أن يشمل جميع العمليات المعرفية ابتداءً من الاستقبال إلى الاستجابة المعرفية ، وخلاصة ذلك يمكن تعريف الذاكرة تعريفاً شمولياً على أن الذاكرة هي الدراسة العلمية لعمليات استقبال المعلومات وترميزها وخزنها واستعادتها وقت الحاجة.

أنواع الذاكرة:

١- الذاكرة الحسية :

تمثل الذاكرة الحسية المستقبل الأول للمدخلات الحسية من العالم الخارجي ، فمن خلالها يتم استقبال مقدار كبير من المعلومات عن خصائص المثيرات التي تتفاعل معها وذلك عبر المستقبلات الحسية المختلفة (البصرية، السمعية، اللمسية، الشمية، والذوقية) .

- **ويصعب في هذه الذاكرة تفسير جميع المدخلات الحسية واستخلاص أية معانٍ منها للأسباب التالية:**

- عدم القدرة على الانتباه إلى جميع المدخلات الحسية معاً نظراً لكثرتها .

- قد يبدو الكثير من المدخلات الحسية غير مهم بالنسبة للفرد.

- هناك بعض المدخلات الحسية قد تبدو غامضة أو غير غامضة أو غير واضحة وبالتالي سرعان ما تتلاشى دون استخلاص أي معانٍ منها.

- تعد هذه الذاكرة بمثابة محطة يتم فيها الاحتفاظ ببعض الانطباعات والمدخلات الحسية من خلال تركيز الانتباه عليها، وذلك ريثما يتسنى ترميزها ومعالجتها في أنظمة الذاكرة الأخرى .

٢- الذاكرة قصيرة المدى:

- **يمكن الاحتفاظ بالمعلومات والبيانات في هذه الذاكرة لفترة أطول، إلا أنها ما زالت قصيرة جداً لا تزيد على دقائق معدودة وكثيراً ما تقل عن ذلك، ولكي يمكن الاحتفاظ بالمعلومات فترات أطول لا بد من تكرارها وترديدها عدة مرات، وفي هذه الحالة يمكن الاحتفاظ بالمعلومات في الذاكرة ذات المدى القصير عدة دقائق .**

- **وبدون تكرار وتسميع المعلومات تصبح طاقة هذا النوع من الذاكرة على الحفظ ضعيفة للغاية، وبالإضافة إلى ذلك فان كمية المعلومات التي يمكن الاحتفاظ بها في هذه الذاكرة محدودة أيضاً لا تصل إلى تسع وحدات ، سواءً أكانت هذه الوحدات حروفاً أو مقاطع قصيرة ..**

- **وحتى يمكن مساعدة الذاكرة ذات المدى القصير على الاحتفاظ بالمعلومات لفترة أطول يجب:**

- **تنظيم الوحدات الداخلة إليها تنظيماً وظيفياً بحيث يكون لها معنى بالنسبة للشخص، ويمكن أن يكون هذا التنظيم في كلمات والكلمات في جمل ، أو تنظيم الأرقام تنظيماً مفهوماً لدى الشخص..**

- **بالإضافة إلى عملية التنظيم يجب أن يكون الفرد منتبهاً إلى ما يحاول حفظه ، وبمعنىً آخر فإن طول الفترة التي يمكن لنا الاحتفاظ فيها بالمعلومات في الذاكرة قصيرة المدى يتوقف على عاملي التنظيم والانتباه.**

٣-الذاكرة طويلة المدى:

- **فالذاكرة الطويلة المدى نظام مؤهل لتخزين كمية هائلة من المعلومات والحقائق والمعاني تفسر لنا الحياة بأوسع معانيها ، وعياً وإدراكاً .**
- وتتميز الذاكرة الطويلة المدى عن الذاكرة قصيرة المدى بما يلي :
- ١- يمكنها الاحتفاظ بكمية كبيرة من المعلومات بعكس الذاكرة قصيرة المدى والتي تقل طاقاتها عن تسع وحدات.
- ٢- لا يوجد مدى زمني محدد لقدرة الذاكرة طويلة المدى على الاحتفاظ بالمعلومات، إذ يمكنها الاحتفاظ بمعلومات تظل مع الإنسان طول حياته يسترجعها كلما أراد.
- ٣-المعلومات في الذاكرة طويلة المدى أكثر ثباتاً وتتميز بتنظيم المعلومات مما يساعدها على الاحتفاظ بها فتراتٍ طويلة ، وسهولة استرجاعها.

مراحل معالجة المعلومات في الذاكرة:

الذاكرة والتعلم:

- ترتبط الذاكرة بالتعلم ارتباطاً وثيقاً ، فالإنسان يتذكر ما سبق أن تعلمه، من هنا لا وجود للتذكر والاسترجاع إلا بوجود تعلم سابق وخبراتٍ سابقة.
- ومن وجهة نظر معرفية أن ما ذكر يبرهن أنّ التعلم والذاكرة مصطلحان متداخلان وفي كثير من الاحيان متطابقان وإن كلاً منهما يستعمل ليعبر عن المصطلح الاخر ويقاس بوساطته ،ويدل عليه ،ولهذا اصبحا مترادفين تقريباً ،ولاسيما في مستوياتهما المتطورة –
- او هما تعبيران مختلفان عن جهد متصل واحد ،ووجهان لعملة واحدة تتمثل في عملية معالجة الاحساسات والادراكات مروراً ،بالتصور ،فالتخيل، فالتفكير وباللغة والذاكرة من البدء، وحتى إنجاز عملية المعالجة وتواصلها وما تتمخض عنه من نتاجات سواءً أكانت صوراً (تصورات) إدراكية لأشياء أو حركات أو مواقف انفعالية أو مفاهيم أو قواعد أو مبادئ ونماذج.

العوامل المؤثرة في التعلم والتذكر:

معدل التعلم الأصلي:

الاعتقاد السائد لدى الكثيرين، هو أن ما يجري تعلمه وحفظه بسرعة يُنسى بسرعة، إلا أن دراسات عدة أكدت عكس ذلك، فقد تبين أنه حين يكون التعلم سريعاً ، فالنسيان يكون بطيئاً والعكس بالعكس، وكلما كانت دافعية المتعلم إلى التعلم والتحصيل عالية كان التذكر أفضل ، فالمتعلمون الذي يحفظون بسرعة يحتفظون بمستوى أكبر مما يحتفظ به المتعلمون الأبطأ منهم يضاف إلى ذلك عدة عوامل حول علاقة التعلم بالاحتفاظ ، كالنضج والذكاء والخبرة .

درجة المعنى في المادة المتعلمة:

كلما كانت المادة المتعلّمة منظمة وذات معنى ، زاد حفظها واسترجاعها فلو قارنا الشعر بالنثر لوجدنا أن الشعر أسهل حفظاً وأكثر تذكراً من النثر ، والنثر أسهل تذكراً من الكلمات التي لا معنى لها ، ويدل ذلك على ان المواد التي يُحتفَظ بها تتصف بوجود روابط داخلية فيما بينها إضافةً إلى التنظيم ، فوجود الروابط والصلة بين المعلومات وكيفية تنظيمها أمران ضروريان جداً في عمليتي الحفظ والتذكر.

اختبار الفرد لنفسه :

يعتبر التسميع من العوامل المهمة جداً في عملية الاحتفاظ، وقد ثبت أن بقاء المادة المتعلمة في الذاكرة قصيرة الأجل يتطلب إعادتها وتسميعها حتى لا تتعرض للنسيان، ويعود ذلك إلى ثلاثة أسباب :

- وجود العزم والقصد لدى المتعلم لحفظ المادة .
- التدريب على الشيء الذي يراد القيام به عند الانتهاء من التعلم.
- التسميع والتكرار يساعدان في انتقال المعلومات إلى الذاكرة طويلة المدى.

أفكار لتحسين عملية التذكر:

تكرار ما تعلمه الفرد	التنظيم وربط المفاهيم الجديدة مع المفاهيم القديمة	التوليف القصصي
استخدام الخرائط المفاهيمية	تدوين الملحوظات بصورةٍ مستمرة	الظروف البيئية المساعدة على التذكر وتبعد التشتت

النظريات المفسرة للذاكرة:

- **أولاً: النظرية السلوكية :**
- وجهة النظر السلوكية تؤيد الذاكرة على أنها عملية ناتجة أو تابعة للتعلم وفق المفاهيم الآتية :

١. المثيرات أو المدخلات .

٢. التخزين .

٣. الاستجابات أو المخرجات .

- وتهتم وجهة النظر السلوكية بعملية التخزين كما اهتمت بالزمن في تخزين المعلومات من خلال عمليتي التآكل والتداخل . وتؤكد على سلوك المتعلم من خلال عملية الاسترجاع التلقائي، وأكدت أيضاً على مفهوم الارتباط بين (المثير – الاستجابة) .

ثانياً: النظرية الجشتالتية:

- أكدت هذه النظرية في تفسيرها للذاكرة على أنها عملية إدراكية تهتم باستقبال المعلومات قبل تخزينها مؤكدةً على عمليات (يضمها مصطلح الإدراك الحسي) وهي:

١. عملية الإحساس: التي تتمثل بالمعلومات الواردة من البيئة الطبيعية والاجتماعية.

٢. عملية الانتباه: فتتمثل بتخزين المعلومات من خلال عملية الانتقاء والاختيار في استقبال المعلومات وتصنيفها وتحليلها.

٣. الوعي: تتمثل بإضفاء المعنى على المعلومات والتنظيم في عملية الخزن.

ثالثاً: النظرية المعرفية:

- تفسر هذه النظرية الذاكرة على أنها سريان المعلومات وفق جوانب رئيسية ثلاث هي:

١. الترميز.

٢. التخزين.

٣. الاستعادة

- وقد اهتمت بدراستها للذاكرة بجانب الاستعادة او الاسترداد، ولقد حددت سبل الاستعادة للمعلومات من خلال:

- عملية الاسترجاع – والتعرف – وإعادة التعلم.

النسيـــان:

- ويمكن أن يعرف النسيان بأنه : عجز الفرد عن استرجاع أو تعرف أو تذكر ما تم حفظه من معلومات أو مهارات أو أحداث ، وهذا العجز قد يكون جزئياً دائمياً أو مؤقتاً .

- **أسباب النسيان :**

- ١ – ضعف مستوى التعلم الاصلي .
- ٢– عدم المراجعة الدورية .
- ٣– عدم فهم المادة المتعلمة .
- ٤– تزاحم المعلومات وعدم ترتيبها .
- ٥– عدم تثبيت المعلومة بالكتابة .

النظريات المفسرة للنسيان:

١. **نظرية التآكل والإهمال:**

وهي من أكثر النظريات شيوعاً وأولها في تفسير سبب النسيان، وتذهب إلى أنّ التعلم هو نتاج الممارسة أو الاستعمال، بينما النسيان هو عملية تحدث خلال فترات الاحتفاظ عندما تكون المعلومات موضع الاهتمام مهملة غير مستعملة ، وعلى هذا فإنّ الإهمال يسبب النسيان.

- **٢- نظرية تغيير الأثر:**

- أكدت على أنّ ذاكرة الفرد تميل إلى تغيير ما سبق أن رآه الفرد بأساليب معينة ، معتمداً على المبادئ الآتية :

١. الإغلاق: أي الميل إلى إغلاق الشكل المفتوح.
٢. الشكل الحسن: إي الميل إلى إكمال الشكل.
٣. التناسب: أي الميل إلى توازن الشكل.

النظريات المفسرة للذاكرة:

٣- نظرية العوامل العضوية (الفسيولوجية):

- **كان يعتقد في وقتٍ من الأوقات أنّ سبب النسيان الوحيد هو ما يحدث نتيجة التغيرات العضوية التي تصيب خلايا الجسم، وبما أن خلايا الجسم تظل في عملية هدم وبناء مستمرة ، فأنه يبدو من المنطقي القول بأنّ تلك التغيرات العضوية التي تحدث في الأعمار الكبرى نتيجةً لعمليات الهدم في خلايا الدماغ مما يؤدي إلى نقصان في القدرة على التعلم والتذكر وفقدان المهارات والمعلومات التي تم نقلها سابقاً.**

٤- نظرية عوامل التداخل والتعطيل:

- **قد يحدث النسيان نتيجةً لوجود تداخل أنشطة الفرد المتعددة التي يقوم بها مما يسبب أن يلغي أحدهما الآخر، والتعطيل على نوعين :**
- **التعطيل القبلي.**
- **التعطيل البعدي.**

النظريات المفسرة للنسيان:

٥- النسيان المتعمد (نظرية الكبت):

- إنّ هذه النظرية تفسر بعض أنّ بعض النسيان يكون مدفوعاً دون وعيٍ منّا ، أي أنّه يوجد دافع أو رغبة في النسيان وهذه الفكرة العامة وراء الكبت هي أنّ الخبرات تنسى أو أنّه لا يتم تذكرها وذلك بسبب علاقتها بالمشاكل الشخصية للفرد أو أنّ الذكريات لا يتم استدعاؤها لأنها غير مقبولة لدى الفرد قد تكون من النوع المؤذي أو المهين فهي تعمل على إثارة الشعور بالذنب أو إثارة القلق وفي مثل هذه الحالة يكون النسيان تلقائي.