



جامعة البصرة  
كلية التربية للعلوم الإنسانية  
قسم الإرشاد النفسي  
التعليم الإلكتروني

علم النفس العام



الدكتورة  
تهاني انور السريج



العام الدراسي ٢٠٢٠ - ٢٠٢١

# المحاضرة السادسة

نتناول في محاضرة اليوم  
المحاور التالية المبينة في المخطط أدناه :

تعريف التذكر  
الإسترجاع والتعرف

النظريات التي فسرت النسيان

أسباب النسيان

## تعريف التذكر :

التذكر بمعناه العام هو استحياء ماسبق أن تعلمناه واحتفظنا به . فاذا تذكرت اسم صديق فهذا يعني انني تعلمت هذا الاسم في زمن مضى وانني احتفظت به طول هذه الفترة التي بتذكرني اياه . فكأن التذكر يتضمن التعلم والاكساب كما يتضمن الوعي والاحتفاظ .  
طريقتان للتذكر هما :

١ – الاسترجاع recall فهو استحضار الماضي في صورة ألفاظ أو معان أو حركات أو صور ذهنية ، فنحن نسترجع بيتاً من قصيدة ، أو فكرة من الأفكار، أو حادثة وقعت لنا منذ عهد بعيد، أو منظراً من رحلة قمنا بها ، كما نتذكر طريقة السباحة أو العزف على آلة موسيقية .

٢ – التعرف recognition فهو شعور الفرد أن ما يدركه الآن جزء من خبراته السابقة ، وانه معروف مألوف لديه وليس شيئاً غريباً عنه أو جديداً عليه ، مثل (( أنا اعرف هذه القطعة الموسيقية من قبل )) أو (( هذا هو الكتاب الذي أبحث عنه )) أو (( ليس هذا هو الكتاب الذي أبحث عنه )) .

فالفرق إذن بين الاسترجاع والتعرف هو : الأسترجاع هو تذكر شيء غير مائل أمام الحواس ، في حين التعرف هو تذكر شيء مائل امام الحواس .

مما تقدم نرى أن البحث في عملية التذكر يتضمن دراسة عمليات أربع هي :

الإحتفاظ  
والتوعي

التعلم أو  
التحصيل  
أو الحفظ

التعرف

الإسترجاع

## أسباب النسيان

ان ما يبدو نسياناً قد يكون نتيجة لأنطباعات ضعيفة أو عارضة أو غير كافية أثناء التأثر والملاحظة . فكثيراً ما نعجز عن تذكر الأسماء أو الناس أو الأشياء لأننا لا ننتبه إليها عند سماعها أو رؤيتها انتباهاً كافياً ، وتلك هي الحال أيضاً في تذكر الحوادث أثناء الشهادات القضائية . وفي تذكر مايقع أثناء الحوادث المزعجة أو المثيرة ، لكن لنفرض أن الملاحظة أو الإدراك قد تم بانطباع كافٍ و دون صدمات انفعالية ن فلماذا يحدث النسيان في هذه الأحوال ؟ هناك نظريات ثلاث تحاول تليل النسيان هي :

### أولاً - نظرية الترك والضمور :

ترى ان الذكريات والخبرات السابقة تضعف آثارها وتضمّر نتيجة لعدم استعمالها كما تضمّر العضلة إن تركت مدة طويلة من الزمن دون استعمال . هذه النظرية ربما تفسر بعض حالات النسيان في عقابيل بعض الأمراض وفي الشيخوخة . غير أن هناك أدلة كثيرة على خطئها من ذلك ما تدل عليه الملاحظات الكلينيكية من أن الطفل إن فقد بصره في سن الرابعة أو الخامسة وصل الى سن النضوج دون أن يفقد ما تعلمه عن طريق حاسة الإبصار ، بحيث يمكن تمييزه بوضوح في سن النضج عن شخص ولد أعمى . وهذا يعني أن الترك لا يحدث أثراً .

## ثانياً - نظرية التداخل والتعطيل :

لوحظ ان النسيان في أثناء النوم يكون أبطأ منه في أثناء اليقظة ، كما لوحظ أن الأطفال يتذكرون في سهولة ووضوح ما يروى لهم من قصص قبيل النوم على حين لا يتذكرون تفاصيل ما يتلى عليهم من قصص أثناء النهار . وقد فسّر ذلك بأن أوجه النشاط المتعاقبة التي يقوم بها الفرد أو التي تعرض له أثناء النهار يتداخل بعضها في بعض كما تتداخل ألوان الطيف فينتجم عن هذا التداخل أن يطمس بعضها بعضاً . ومنها :

### التعطيل الرجعي Retroactive inhibition

كما لوحظ أيضاً أن الشخص إن أتم حفظ موضوع معين كقصيدة من الشعر مثلاً ، ثم شرع بعد ذلك مباشرة ودون أن يأخذ فترة من الراحة في حفظ مادة أخرى كقائمة من الأرقام ، فإن نسبة ما ينساه من الشعر تكون أكبر بكثير منها لو كان قد استراح فترة بعد حفظ الشعر كأن حفظ الأرقام قد تداخل في حفظ الشعر فطمس عليه فساعد على نسيانه . وقد سميت هذه الظاهرة التي أيدتها التجريب بالتعطيل الرجعي ، ويقصد به تداخل التعلم اللاحق في التعلم السابق مما يؤدي الى نسيان بعض ما تم تعلمه . لذا يتعين على الطالب ألا يبادر بتحصيل موضوع بعد آخر إلا بعد أن يأخذ فترة من الاستجمام الكافي .

## التعطيل البعدي Proactive inhibition

وقد دل التجريب أيضاً على أن التعلم السابق قد يحرف أو يعطل التعلم اللاحق ويساعد أيضاً على نسيانه أو تشويبه بقدر قليل أو كثير . فتعلم السباحة قد يعطل تعلم كرة القدم وحفظ درس في اللغة الانكليزية قد يعطل حفظ درس يتلوه في اللغة الفرنسية ويساعد أيضاً على نسيانه .

## ثالثاً - نظرية الكبت :

يرى فرويد أنا ننسى - عن طريق الكبت - ما لانهتم به ، وما لانريد تذكره ، وما هو مصطبغ بصبغة وجدانية منفرة أو مؤلمة ، خاصة ما يجرح كبرياءنا .

المحاضرة السادسة  
الدراسة المسائية  
الدراسة الصباحية

شكرا لكم ولمتابعتكم  
تمنياتي لكم دوام النجاح  
والتوفيق

أ.م.د. تهاني أنور السريح  
٢٠٢١ / ٥ / ٢٣