

المحور الثامن

الإحساس و الانتباه

من العمليات الأساسية في تفاعل الإنسان مع بيئته تلك العملية التي تحكم استقبال الإنسان للمعلومات الخاصة بالمشيرات والأحداث والظواهر المحيطة به.

(طلعت، الشرقاوي، عادل، فاروق، ٢٠٠٣،

ص ١٦٠)

١- تعريف الإحساس:

هو عملية كشف وتشفير المشيرات الحسية التي تصل منا لعالم الخارجي، تكشف أعضاء الحواس هذه المشيرات ومن ثم تقوم بتحويلها إلى رموز والتي تحول إلى المخ، إن أول خطوة في عملية الإحساس هو عملية الخلايا المستقبلية والتي تستجيب لأنواع معينة من الطاقة الحسية، فهناك مثلاً خلايا خاصة بالأذن تستجيب وهي حساسة للأصوات الرنين، أخرى في العين تستجيب إلى الضوء، فهذه الطاقة الفيزيائية تتحول إلى نبضات كهربائية كيميائية تسري في النسيج العصبي إلى أن تصل إلى الجهاز العصبي المركزي وهنا تحول كل معلومة إلى المختصة في القشرة المخية.

إذا الإحساس عملية فيسيولوجية تتمثل في استقبال الإثارة الحسية من العالم الخارج وتحويلها إلى نبضات كهرو عصبية في النظام العصبي. (سلام، ٢٠١٧، ص ٦٧)

٢- طبيعة عملية الإحساس:

يعد الإحساس من عمليات التحكم التنفيذية التي تمكن الكائن الحي وبالأخص الكائن البشري من فهم العالم الخارجي والسيطرة عليه، فكل ما نخبره أو نتعلمه عن العالم الخارج تزودنا به الحواس المختلفة، حيث أن هذه الحواس تتقل الانطباعات

الحسية المختلفة عن المثيرات البيئية إلى المناطق المختصة في الجهاز العصبي كي يتم إجراء المزيد من العمليات عليها بهدف تفسيرها وإعطاءها المعاني الخاصة بها واتخاذ القرارات المناسبة حيالها. ويمكن النظر إلى الإحساس على أنه العملية الحيوية التي يتم من خلالها استقبال المعلومات عن العالم الخارجي عبر الحواس المتعددة والتي تمكن الفرد من الوعي بخصائص المثيرات المختلفة.

تعمل أعضاء الحس المختلفة على استشعار وجود المثيرات البيئية وخصائصها المتعلقة بها من خلال عدد من الوسائل كالضوء، الصوت، الرائحة، المذاق والاحتكاك المباشر. ويتم نقل هذه الإحساسات عبر الأعصاب الحسية إلى الجهاز العصبي. حيث يتم تفسيرها في المناطق المختصة بالدماغ، ويعمل الدماغ على إصدار الأوامر المناسبة بشأنها إلى المناطق الجسمية من أجل اتخاذ بعض الإجراءات الحركية حيالها، وهكذا فإن هذه الإحساسات يتم ترجمتها إلى خبرات يتم الاحتفاظ بها كي تشكل لاحقا نقطة مرجعية للسلوك.

٣- أنواع الإحساسات:

تختلف الإحساسات تبعا لاختلاف مصادرها ويمكن تصنيف هذه الإحساسات في ثلاث أنواع وهي:

أ- **الإحساسات الداخلية العامة:** وتتمثل بالإحساسات المرتبطة بالعمليات الحشوية الداخلية كالامتلاء، الجوع، العطش وتغير الحالة الكيميائية للدم بسبب التعب أو الألم وتغير درجة الحرارة.

ب- **الإحساسات الداخلية الخاصة:** وتمثل الإحساسات المرتبطة بعمل الجهاز العضلي للجسم كالإحساس بالحركة وعدم التوازن والثبات.

ت- الإحساسات الخارجية: وتتمثل في الإحساسات المرتبطة بالمشيرات البيئية الخارجية، ومثل هذه الإحساسات يتم استقبالها من قبل الحواس الخمسة المعروفة وهي البصر، السمع، الشم، الذوق واللمس.

(الزغول، الهنداوي، ٢٠١٤، ص. ص

(١٠٦-١٠١)

الحساسية والعتبات الفارقة:

الحساسية من الموضوعات الهامة في دراسة الإحساس وهي تنقسم إلى

شكلين:

✓ الحساسية المطلقة وتعني القدرة على الإحساس بالمشيرات الضعيفة.

✓ الحساسية للاختلاف أو الفارقة وتعني القدرة على الإحساس بالفروق بين المشيرات.

فليس كل مشير يستدعي إحساسا، فنحن لا نحس بلمس ذرات الغبار التي تقع على جلدنا، ونحن لا نسمع أحيانا تككة ساعة الجيب أو اليد الموجودة في مكان ما بالحجرة، فلكي ينشأ إحساس، ينبغي أن تصل قوة الاستثارة إلى قدر محدد معين. هذا القدر الأدنى للاستثارة الذي يستدعي إحساسا ملحوظا يعرف بالعتبة المطلقة للإحساس، أما حالة الاستثارة التي تكون في مستوى أقل من العتبة الفارقة، فلا تستدعي إحساسا.

(طلعت، الشرقاوي، عادل، فاروق، ٢٠٠٣، ص. ص ١٦٥-١٦٦)

٤- خصائص الإحساس:

- الإحساس يسبق عمليتي الانتباه والإدراك
- الإحساس نشاط قابل للدراسة من النواحي التالية:

○ ناحية فيزيائية: التي تدرس ما يحدث من شروط خارجية التي تعطي الإحساس.

○ ناحية فيسيولوجية: التي تدرس ما يحدث في داخل العضو الحسي من أحداث.

○ ناحية نفسية: التي تدرس ما يحدث من تفاعل داخلي وتعامل يغير من طبيعة السلوك الاستجابي.

● يحدث الإحساس نتيجة قدرة معينة من طاقة المثيرات التي تؤثر في الأجهزة الحسية.

● يحدث تكيف حسي باختلاف مدى استمرار المثير، فإذا استمر المثير ضعفت الحساسية وإذا امتنع المثير زادت الحساسية. (سلام، ٢٠١٧،

ص ٦٩)

٥- خطوات الإحساس:

توجد أربع خطوات رئيسية لكي يحدث الإحساس، وإذا تعطلت أية خطوة منها تعطل حدوث الإحساس، وهي:

(١) وجود منبه أو مثير: هو نوع خاصة من الطاقة التي تؤثر في الخلايا

المستقبلية كالطاقة الضوئية أو الميكانيكية أو الكيميائية.

(٢) أن يؤثر المثير في الخلايا المستقبلية وهي خلايا حسنة متخصصة لاستقبال

تنبيهات حسية معينة تدفعها إلى النشاط، وتتطلق منها نبضات عصبية،

فالموجات الصوتية تؤثر في خلايا السمع، الموجات الضوئية تؤثر في خلايا البصر ... الخ.

(٣) تقوم الأعصاب بنقل النبضات العصبية من الخلايا المستقبلة إلى المخ.

(٤) يحدث تنبيه في المراكز الحسية بالمخ، يؤدي إلى الشعور بالإحساس وبالتالي يكون إدراكنا لما يحدث فينا أو ما حولنا.

وهذه الخطوات تبين لنا الاتصال العضوي بين الحياة النفسية والجسمية للإنسان.

(الزغول، الهنداوي، ٢٠١٤، ص. ص ١٠٦-١٠٧)

الانتباه:

تعد عملية الانتباه عملية عقلية هامة كونها احد المتطلبات الرئيسية للعديد من العمليات العقلية الأخرى مثل: الإدراك والتذكر والتعلم، فبدون هذه العملية قد لا يكون إدراك الفرد لما يدور حوله واضحا وجليا، وربما يواجه صعوبة في عملية

التذكر مما ينتج عنه الوقوع في العديد من الأخطاء، سواء على صعيد التفكير أو أداء السلوك وتنفيذه.

ونظرا للأهمية التي تكتسبها عملية الانتباه في العمليات العقلية الأخرى، وفي توافق الفرد وتكيفه، فمن المهم تسليط الضوء على هذه العملية، التي وإن كان العامة يستعمل مفهومها، إلا أن تحديد معناها يقتضي من الدقة ما هو كثير، ورغم هذه الأهمية إلا أن البحث في الانتباه لم يكن بأوسع منه من البحث في العمليات العقلية الأخرى، وذلك نظرا لسيادة الاتجاه البنيوي السلوكي، الذي كان يعتبر الانتباه مجرد معلم لتوظيف النفسي، أي أنه لم يكن نشاطا له إنتاج خاص كالإدراك والذاكرة وتتضح القواعد النظرية لهذه العملية المعرفية، إلا في الفترة التي أخذ فيها مشكل التوظيف العقلي المكانة الأولى لدى الباحثين، ويعد "وليام جيمس" "W. James" من أوائل علماء النفس في العصر الحديث الذين اهتموا بدراسة عملية الانتباه بطريقة موضوعية على اعتبار أنها إحدى الظواهر النفسية الهامة في السلوك الإنساني، وازداد الاهتمام بدراسة الانتباه بصورة كبيرة مع تطور علم النفس الصناعي، وكان هذا بالضبط في الخمسينات.

وتختلف الآراء ووجهات النظر حول طبيعة الانتباه وخصائصه بحيث نجد عدة اتجاهات ترى كل واحدة منها الانتباه من وجهة نظرها الخاصة ومن منبع فلسفتها.

(اسماعيلي، قشوش، ٢٠١٤، ص. ٧٥-٧٧)

الانتباه هو أول عملية معرفية نمارسها عند التعامل مع مثيرات البيئة الحسية (قبل الإدراك) حيث يصبح أول هدف لنا هو التعرف على طبيعة المثيرات التي سيتم الاهتمام بها ومعالجتها وإدراكها. (التميمي، ٢٠١٤، ص ٣٦)

يعرف "دينيس تشايلد" بأنه ميكانيزم الاختيار الذي ينظم هذه العملية بشكل إرادي حينما تقبل البشرية على تناول بعض المحسوسات الوافدة على أعضاء الحس وإهمال أي شيء آخر عداها.

أما "أندرسون" "Anderson" فيعرفه على أنه عملية عقلية بدونها لا يستطيع الطالب تنفيذ المتطلبات العقلية للمهمة. (سالم، ٢٠٠٦، ص ٧٣)

ويشير معجم علم النفس والتحليل النفسي إلى أن الانتباه عملية تلقي الإحساس بمنبه أو مثير سواء كان الإحساس على مستوى الإدراك الذهني أو الحواس أو كليهما بحيث يشعر به الفرد متبلورا واضحا. (الخالدي، مفتاح، ٢٠١٠، ص ٦٠)

كما أنه " عملية شعورية في الأصل وتتمثل في تركيز الوعي على نقطة معينة دون غيرها ويكون انتقائي حتى تتم معالجة المثيرات، ويمكن أن تصبح عملية أوتوماتيكية في بعض الحالات المتكررة".

أما "برودبنت" "Brodhant" يعرفه على أنه ميكانيزم ترشيحي يعمل على انتقاء المعلومات يمنع المعلومات المشوشة من المرور إلى النظام المركزي للمعالجة، وبالتالي فإن الانتباه عنده عبارة عن عملية انتقائية للمعلومات تعمل على تجنب القناة الإدراكية ذات القدرة المحدودة دخول المعلومات.

وهناك من ينظر إلى الانتباه على أنه " مجهود عقلي أو حالة من الاستثارة الحسية تحدث من خلال استقبال الاستشعارات الحسية الصادرة من الحواس الخمس لتصبح مجموعة من الانطباعات الحسية لتصل إلى الذاكرة الحسية بعد ذلك".

والانتباه مصطلح يشير إلى التنبه (Alerte) أو حالة عامة من الإثارة، أو هو القدرة على ثبات التركيز (Focus) وتوجيه المثيرات الحسية للمعالجة العامة (Procession) للمدخلات الحسية الصادرة من الحواس الخمس.

وقد عرفه أحمد عزت بأنه: " توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعداداً لملاحظته أو أدائه أو التفكير فيه ".

وعرف فاخر عاقل " الانتباه هو العملية النفسية التي تقوم باختيار عدد المثيرات المتواردة على النفس والتركيز عليها وتجاهل المثيرات الأخرى".

(اسماعيلي، قشوش، ٢٠١٤، ص. ص ٧٧-٨١)

ويمكننا أن نستخلص من التعريفات السابقة مجموعة سمات أو خصائص تتعلق بالانتباه وهي:

- الانتباه استجابة حسية عقلية.
- في الانتباه توجيه الشعور نحو مثير معين.
- في الانتباه تركيز ومقاومة للتشتت.
- الانتباه عملية انتقائية للمثيرات ذات العلاقة.
- يرتبط بالإدراك لأنه يتطلب من أجل عملية التعلم. (سالم، ٢٠٠٦، ص ٧٣)

الانتباه كعملية فيسيو عصبية:

توجد العديد من الأطر النظرية خاصة الفيسيولوجية منها والتي أخذت بالحسبان ظاهرة الانتباه، حيث نجد النظرية الكلاسيكية والتي رأت بأن الانتباه هو زيادة النشاطات العصبية في المنطقة اللحائية والمختصة بإدراك المنبهات نحو ما يتوجه إليه الفرد من موضوعات مختلفة. وهناك بعض الاكتشافات نادت إلى تغير تصوراتنا حول الانتباه حيث اكتشفت بأنه يوجد لدى الفرد مناطق دماغية عند إثارتها تلغي إثارة المجالات الأخرى، وهذه العملية تسمى بعملية الكبح وهذا ما نجده في المنطقة البصرية فإن الإثارة في المنطقة ١٩ تسبب في آثار المنطقة ١٧ و ١٨. ويضاف إلى ذلك أن الانتباه يتم من خلال شبكة من المناطق التشريحية لا تقع في مركز معين، ويبدو أن مناطق الدماغ المتضمنة في الانتباه تقوم بوظائف معرفية مختلفة ورأى "السيد" (١٩٩٩) أن التعرف على مصدر التنبيه مركزه العصبي في الفصوص الخلفية للمخ بينما توجيه الإحساس للمنبه مركزه العصبي وسط المخ، أما التركيز على المنبه مركزه العصبي في الفص الجبهي الأيمن، وكل مركز عصبي من المراكز العصبية السابقة يقوم بمعالجة العملية الانتباهية الخاصة به. (اسماعيل، قشوش، ٢٠١٤، ص. ص ٨٢-٨٣)

٢- عوامل الانتباه:

هناك مجموعة عوامل تؤثر في الانتباه منها ما يرتبط بخصائص المثيرات والمواقف وبعضها الآخر يرتبط بخصائص الأفراد، وفيما يلي عرض لهذه العوامل:

أولاً: العوامل الموضوعية الخارجية المرتبطة بالمثير:

- كاللون والشكل والحجم والشدة والموقع بالنسبة للخلفية: فالمثيرات القوية تجذب الانتباه أكثر من المثيرات الضعيفة، فمثلاً الأصوات العالية والحادة تحنل بؤرة الاهتمام أكثر من الأصوات الخافتة، كما أن الضوء الشديد يجذب الانتباه

أكثر من الضوء الخافت والألوان الفاقعة تتال اهتمام الأفراد أكثر من الألوان الداكنة.

- التباين أو التغير في شدة المثير: حيث أن المثيرات التي تسير حسب وتيرة ثابتة لا تجذب الانتباه، ولكن التغير في هذه الوتيرة يؤدي إلى جذب الانتباه إليها.

- التوقع: عادة ما يصرف انتباهه عن الكثير من المثيرات ويركز انتباهه فقط في عدد محدد من المثيرات المرتبطة بالتوقع، ويحدث ذلك عندما يتوقع الفرد حدوث شيء ما.

- الجودة والحدثة والتغير في المثيرات: يقل انتباه الفرد عادة إلى المثيرات المألوفة أو الاعتيادية ولا سيما التي يخبرها على نحو مستمر، في حين يزداد انتباهه إلى المواقف والمثيرات الجديدة وغير المألوفة، كذلك المنبهات المتغيرة أو المتحركة تثير الانتباه أكثر.

- الألوان: تمثل الدراسات على أن اللون المفضل لدى معظم البالغين هو اللون الأزرق يليه اللون الأحمر، ثم الأخضر فالبنفسجي فالبرتقالي فالأصفر، أما بالنسبة للأطفال فإن تفضيلهم يبدأ بالأحمر يليه الأزرق ثم يسير في نفس الترتيب السابق.

(الزغول، الهداوي، ٢٠١٤، ص ١١٨)

- التضاد (التباين) ويتمثل بوجود شيء يختلف عن المحيط الذي يوجد فيه كالاختلاف في اللون كوجود بقعة سوداء في أرضية بيضاء ووجود رجل في مجتمع نساء، ووقوف رجل نحيف مع رجل بدين وغيرها، فالتباين والتضاد يلفت الانتباه.

- التكرار: تكرار المنبه أكثر من مرة فتستعمل كلمة واحدة لأكثر من مرة لجذب الانتباه والصراخ لأكثر من مرة يكون تأثيره لجذب الانتباه أكثر من مرة.

(التميمي، ٢٠١٤، ص ٤١)

ثانيا: العوامل الذاتية (الداخلية) المرتبطة بالمشير بالشخص أو بالفرد:

- الحالة الانفعالية والمزاجية التي يمر بها الفرد: حيث يقل انتباه الفرد إلى كثير من المثيرات. ولا سيما الخارجية منها في حالة كون الفرد يعاني من حالة انفعالية معينة أو يمر في مزاج متقلب وسيء، أو يعاني من ألم أو مرض معين.
- الحاجات والدوافع الشخصية: إن وجود دافع ملح لدى الفرد كالجوع أو العطش أو التعب أو غير ذلك من الدوافع عادة ما يصرف انتباه الفرد عن المثيرات الخارجية بحيث يتوجه في انتباهه إلى كيفية إشباع مثل هذه الدوافع والحاجات.
- التعب: للتعب تأثيره الضار على الانتباه، ويعد سببا رئيسيا في نقص درجة التيقظ في أي حاسة لدينا فالطالب الذي لم ينل كفايته من النوم يكون أقل انتباها داخل حجرة الدراسة من غيره من التلاميذ.
- العوامل الاجتماعية المحيطة بالفرد: فالمشكلات العائلية المزمنة والصعوبات المالية الشديدة، كثيرا ما تشتت انتباه الأفراد المتصلين به.

(الزغول، الهنداوي، ٢٠١٤،

ص ١١٩)

٣- خصائص الانتباه:

- إن طاقة الإنسان العقلية أو الجسدية محدودة.
- لكل حاسة قناة حسية خاصة بها.
- لا يستطيع الفرد أن ينقل أكثر من معلومة واحدة.
- يمكن للفرد أن يتابع أكثر من مهمة.
- في الانتباه الإرادي الانتقائي فمثلا نحن لا نستطيع أن نحل مسألتين جبريتين في نفس الوقت لأنهما بحاجة إلى طاقة وجهد عقلي عالي.

٤- وظائف الانتباه:

- تعزيز عملية الإدراك وزيادة دقتها ووضوحها.
- زيادة فعالية التذكر للموضوعات والأفكار المتعددة.
- يساعد في حدوث العمليات العقلية العليا وتحويلها من الحالات اللاشعورية إلى الحالات الشعورية.
- يساعد في نجاح الفرد في حياته وتطوير نفسه.
- يساعد في نجاح العلاج.
- يحافظ على حياة الفرد.

٥- محددات الانتباه:

- أ-المحددات الحسية العصبية: أي خلل يصيب الحواس الخمس أو الجهاز العصبي بشكل عام والدماغ بشكل خاص يؤثر على قدرة الفرد في التركيز على المثير وذلك اعتمادا على درجة الخلل أو الإصابة.

ب- **المحددات العرضية:** أو تسمى العقلية المعرفية وهو وجود عدد من العوامل التي تحرف القدرة على الانتباه كدرجة الذكاء والخبرة السابقة.

ج- **المحددات المتعلقة بالدافعية:** كلما زادت الدافعية للأفراد لنوع معين من المثيرات كما سهلت عملية الانتباه لهذه المثيرات، وكلما أصبح هذا الانتباه أقرب للانتباه التلقائي.

د- **المحددات الانفعالية والشخصية:** إن الأفراد الذين يعانون من إفراط الحساسية للنقد والانطواء والاكتئاب والقلق الزائد يواجهون صعوبات أكثر في تركيز الانتباه بسبب انشغالهم الانفعالي وتشتت طاقتهم العقلية نتيجة هذه الاضطرابات.

(التميمي، ٢٠١٤، ص. ص ٣٨-٤٠)

٦- مراحل عملية الانتباه:

إن تتبع عملية الانتباه يشير إلى حدوث عدة مراحل للانتباه كعملية معرفية وهي:

- **مرحلة البحث (الكشف والإحساس):** ويحدث في هذه المرحلة عملية الكشف من طرف الفرد عن وجود أية مثيرات حسية في البيئة المحيطة به من خلال الحواس الخمسة، وتعد هذه المرحلة لا ترقى إلى المستوى المعرفي لأنها لا تنطوي على أية عمليات معرفية سوى الإحساس بوجود المثيرات فقط.
- **مرحلة التعرف:** أو يسمى بالانتباه الانتقائي أو الموجه ويحاول الفرد هنا التعرف على طبيعة المثيرات من حيث نوعها وشدتها وعددها وأهميتها

بالنسبة للفرد، وتعتبر هذه المرحلة مرحلة نشاط معرفي أولي يتطلب انتقاء ومعالجة أولية للمثيرات وذلك لتحديد مدى الأهمية والحاجة إليها.

- **مرحلة الاستجابة للمثير الحسي:** ويحدث في هذه المرحلة بأن يقوم الفرد باختيار مثير حسي معين من ضمن مجموعة من المثيرات الأخرى، وتهيئة هذا المثير ليتم بعد ذلك معالجته المعرفية الشاملة والتي في الغالب تحدث في الذاكرة قصيرة المدى ضمن عملية الإدراك. (اسماعيلي، قشوش، ٢٠١٤، ص. ٨٩-٩٠)

٧- أنواع الانتباه:

يمارس الفرد عادة أنواعا مختلفة من الانتباه تبعا لحالة التهيؤ العقلي والظروف الانفعالية والمزاجية التي يمرون بها، أو وفقا لطبيعة المواقف والمثيرات التي يواجهونها، ويتحتم عليهم التعامل معها، ويمكن تصنيف الانتباه إلى الأنواع التالية:

٧-١ - الانتباه الانتقائي: (الإرادي)

تمتاز قدرة الفرد على الانتباه بأنها محدودة، فالفرد لا يستطيع أن يركز انتباهه على أكثر من موقف مثير واحد في الوقت نفسه، ففي أغلب الحالات، يختار الفرد موقفا مثيرا معينا أو بعض أجزاء من هذا الموقف ويوجه انتباهه له، وهذا ما يسمى بالانتباه الانتقائي، ويحدث هذا النوع على نحو إرادي وغالبا ما يرتبط بدوافع وحاجات قوية وملحة لدى الفرد أو تبعا لخصائص فيزيائية معينة يمتاز بها المثير، فالطالب الذي يسعى لحل مسألة رياضية، لا يستطيع أن يشتت انتباهه إلى أي مثير آخر غير المسألة الرياضية، والشخص الذي يحاول تجنب خطر ما، لا يأبه إلى أي شيء سوى تجنب مصدر ذلك الخطر، كما أن المثيرات التي تمتاز بخصائص معينة ربما تجذب الانتباه إليها بحيث يركز عليها الفرد دون غيرها من المثيرات الأخرى.

٧-٢ - الانتباه الإجباري (الإرادي):

يحدث هذا النوع من الانتباه على نحو لا إرادي عندما يجذب الفرد إلى مثيرات بالغة الشدة، حيث ينتبه الفرد رغما عنه لهذه المثيرات، ومن الأمثلة الانتباه إلى رائحة شديدة، أو الانتباه إلى ضوء مبهر، أو لمعان شديد، أو صوت مدو وغير ذلك من المثيرات الأخرى كآلم شديد أو حالة انفعالية يعاني منها.

٧-٣ - الانتباه الاعتيادي (التلقائي):

يمارس الأفراد هذا النوع من الانتباه في ظروفهم الاعتيادية وفي حالات الاسترخاء العام، وذلك عندما يكون العالم المحيط بهم منتظما ليس فيه تغير واضح في مثيراته ولا يوجد مثير معين يجذبون إليه، ففي مثل هذا النوع من الانتباه، عادة يوزع الأفراد انتباههم بين عدة مثيرات على نحو منتظم، ومن الأمثلة على هذا النوع الجلوس في الحديقة وتأمل محتوياتها.

٧-٤ - الانتباه التوقعي:

يحدث هذا النوع من الانتباه على نحو استباقي وذلك عندما يتوقع الفرد حدوث مثير معين، ويعد هذا النوع من الانتباه إراديا، حيث أن الفرد يختار الاستجابة ويوجه انتباهه إلى مصدر معين متوقعا حدوث المثير في أي لحظة، ومن الأمثلة على ذلك مراقبة شاشات الرادار من قبل الموظف المسؤول أو الانتظار سماع نبا معين في الأخبار.

٧-٥ - الانتباه من حيث الموضوع:

- **الانتباه الحسي:** ويحدث عندما يكون الموضوع المنتبه إليه مدركا حسيا كالسمعيات والمرئيات، وكل ما تتأثر به حواس الإنسان.
- **الانتباه العقلي:** ويحدث عندما يكون موضوعه فكرة أو ذكرى أو انفعالا وكل ما يدركه الإنسان من غير طريق الحواس.

أي ترشيح مبكر يرجعه "نورمان" "Norman" ١٩٦٨ و"دوتشن" "Deutsch" ١٩٦٣ بعد مرحلة التعرف على المثيرات أو الأشكال أي ترشيح متأخر.

وفي إطار النظريات أحادية القناة كلها تتفق على وجود المرشح الانتقائي، ولكنها تختلف في موقعه، وتبنى كلها عموماً على نموذج "برود بنت" "Brodent" (يمكن الرجوع إلى هذه النماذج والاختلاف الموجود بينهما في نفس المرجع المأخوذ منه هذه المعلومات).

٨-٢- نظرية قابلية ومرونة توزيع المثيرات:

وقد برهن الفرضية سنة ١٩٧٣ "كاهنمان" "Kahneman" حيث أثبت أن قابلية الانتباه تتغير طبقاً لمتطلبات المثير والمهمة المطلوب التعامل معها، فعند ظهور مثيرين في وقت واحد فإن ذلك يتطلب قابلية لتوزيع المثيرات بشكل تعاقبي أي الواحد بعد الآخر ولكن إذا كان مستوى المثيران أكبر من قابلية الفرد على التعامل معهما فسيحدث تداخل مما يؤدي إلى ظهور حركات واستجابات غير صحيحة. (اسماعيلي، قشوش، ٢٠١٤، ص. ٦٤-٩٩)

ويفترض "كاهنمان" أن سعة الانتباه يمكن أن تتغير على نحو مرناً كنتيجة لتغيير متطلبات المهمة، ففي الوقت الذي يواجه فيه الفرد مثيرين معاً، يمكن لسعة الانتباه أن تتزايد إلى أحدهما دون إهمال الآخر، ويرى "كاهنمان" أن المعالجة لمثيرين مختلفين يمكن أن تستمر على نحو متواز خلال جميع مراحل المعالجة، ومن هنا، فإن هذه النظرية تفترض أن كمية الانتباه المخصص لمهمة ما ليست محددة وثابتة، وإنما يمكن أن تتغير تبعاً لتغير متطلبات هذه المهمة.

٨-٣- نظريات المصادر المتعددة:

تفترض هذه النظريات أن الانتباه ليس مجرد قدرة ذات سعة محددة أو مصدر أحادي القناة، وإنما هو مجموعة متعددة من القنوات لكل منها سعتها الخاصة وكل منها مخصص لمعالجة نوع معين من المعلومات أو المثيرات، ففي هذا الصدد يرى " مكلود " " Mcload " ١٩٧٧ " ووكنز " " Wikenz " ١٩٩٢، وغيرهم أن الانتباه يمكن أن يكرس إلى المراحل المختلفة من معالجة المعلومات لعدة مثيرات في الوقت نفسه، وذلك دون أي تداخل فيما بينها بحيث لا تتأثر عملية الانتباه إلى المثيرات المختلفة. (الزغول، الهنداوي، ٢٠١٤، ص ١١٧)