

المحاضرة السادسة: مفهوم الجهد في الانجاز والتعلم

أهداف الدرس:

- أن يتعرف الطالب على مفهوم التعلم .
- أن يتعرف الطالب على مفهوم الجهد في التعلم .
- أن يتعرف الطالب على مفهوم الجهد في الانجاز والتعلم.

1. تعريف التعلم

هناك العديد من التعريفات لمفهوم التعلم، حيث يعرفه **ثورندايك** بأنه سلسلة من التغيرات في سلوك الإنسان. ويصف **أندرسون** التعلم بأنه: مجموعة تغيرات تكيفيه تحدث لسلوك الفرد وهي في محصلتها تعبير عن خبراته في التلائم مع البيئة.

ويعرف أيضا على أنه: تعديل للسلوك من خلال الخبرة والتجربة.

ويعرف **كرونباخ** 1977م التعلم على أنه: تغيير شبه ثابت في السلوك نتيجة الخبرة. كما عرفته **كليفن** على انه: تغيير شبه دائم في السلوك نتيجة الخبرة الناجحة.

أما **بيلفور** فعرفه: تغيير في السلوك يحدث نتيجة استثارة، وهذا التغيير قد يكون نتيجة لأثر منبهات بسيطة، وقد يكون لمواقف معقدة "يواجهها الإنسان في حياته.

ويعرف أيضا على أنه: عملية تغيير شبه دائم في سلوك الفرد، لا يمكن ملاحظته مباشرة. ولكن يستدل عليه من أداء الفرد، وينشأ نتيجة الممارسة .

وتعرف **مرسيل** التعلم على أنه: تحسنا في الأداء وأن طبيعة هذا الأداء يمكن ملاحظته نتيجة التغيرات التي تحدث أثناء التعلم.

وعرف **صالح أحمد زكي** العلم على أنه: تغيير في الأداء يحدث تحت شروط الممارسة ولا يمكن تفسيره في ضوء العوامل الوقتية مثل التعب أو عوامل النضج.

أما كلمة التعلم في القاموس الفرنسي **لاغوس**: تعني الدراسة واكتساب معارف.

فالتعلم إذن هو اكتساب العادات والخبرات والمعلومات والأفكار التي يحصلها الفرد بعد ولادته من خلال تفاعله مع بيئته المادية والاجتماعية التي يعيش فيها كما

المقياس: الدافعية للتعلم والمشروع الشخصي	المستوى: أولى ماستر	المتخصص: علم النفس التربوي
--	---------------------	----------------------------

يوصف التعلم كذلك بأنه عبارة عن تغير أو تعديل في السلوك أو في الخبرة أو في الأداء ويحدث هذا التغير نتيجة لقيام الكائن الحي بنشاط معين كالمران أو التكرار .

1.1. أهمية التعلم

تتطلب أهمية التعلم من الاعتبارات الآتية:

- أ. تحويل الدوافع الفطرية واكتساب الدوافع الاجتماعية.
- ب. اكتساب القدرة على التفكير السليم المنظم و المبدع.
- ت. التعلم وسيلة مهمة لاكتساب الشخص لمعارفه و مهاراته عاداته و تحقيق إنسانيته.
- ث. توجيه الشخص نحو الصحة النفسية وتحقيق التوافق النفسي-و الاجتماعي و صولا إلى الشخصية الناضجة.

2.1. شروط التعلم

توجد مجموعة من الشروط يجب توافرها حتى يحدث التعلم وهي:

- أ. وجود مشكلة تعترض طريق الفرد عليه حلها.
- ب. وجود دافع التعلم: مثل الدوافع الاجتماعية.
- ت. وجود مستوى النضج سواء (الحسي، الحركي، و الجسمي) ووجود مستوى القدرة سواء (البصرية أو الحركية...الخ) الملائم للتعلم.
- ث. الممارسة و التدريب.
- ج. الخبرة.

3.1. أنواع التعلم

هناك أنواع مختلفة للتعلم سوف نعرضها على النحو التالي:

- أ- **التعلم اللفظي:** هي ليست القدرة على تعلم الكلام فحسب، بل كذلك استيعاب بعض المعلومات، والحقائق واسترجاعها وتوظيفها في مواقف مختلفة، وتدريب الفرد على عمليات التفكير وإدراك العلاقات والمقارنة بين المعلومات وإصدار الحكم والتقييم السليم.
- ب- **التعلم الحركي:** يهدف إلى تنمية قدرة الفرد على استخدام عضلاته (الإرادية) مما يؤدي إلى توافق عضلي من نوع جديد، كنموذج للاستجابة المطلوبة لموقف مثل: تعلم الفرد الكتابة وتعلم السياقة.

المقياس: الدافعية للتعلم والمشروع الشخصي	المستوى: أولى ماستر	المتخصص: علم النفس التربوي
--	---------------------	----------------------------

- ت- **التعلم الإدراكي:** إننا نتعلم كيف نرى الأشياء، وندرك المواقف والمواضيع بصورة جديدة، هذا النوع من التعلم يهدف إلى إعادة تنظيم المثيرات الحسية في نماذج إدراكية جديدة.
- ث- **تعلم الاتجاهات:** الاتجاهات هي الموجه والمحرك لسلوك الإنسان، نتعلمها من محيطنا الاجتماعي الثقافي، فميلنا أو نفورنا من بعض الأفكار مثلا هو ناتج تعلم، فالتأثير عليها وتغييرها هو التحكم في سلوك الإنسان. ويمكن اكتساب الفرد لاتجاهات عديدة عن طريق التقمص.
- ج- **تعلم حل المشكلات:** عند تغير المحيط يميل الفرد إلى تغير سلوكه حتى (يتكيف)، مع الوضعيات الجديدة أي إيجاد الحلول للمواقف الجديدة. هدفه التغلب على كل ما يصادف الفرد من مشكلات أثناء تفاعله مع بيئته.

4.1. مخرجات و نتائج التعلم

- يتم تصنيف نتائج ومخرجات التعلم على النحو التالي:
- **تكوين العادات:** يطلق لفظ العادة على أي نوع من السلوك المكتسب، وهو أي سلوك يقوم به الفرد بصفة سهلة وآلية نتيجة التكرار. ويمكننا القول أن العادة استعداد يكتسب بالتعلم ولا يحتاج إلى الجهد والتفكير والتركيز والانتباه.
 - **تكوين المهارات:** تكتسب على مستوى الحركي والتوافق الحركي العقلي حيث يلعب التكرار دورا كبيرا في تكوينها.
 - **تعلم المعلومات والمعاني:** يتزود الفرد بالمعلومات والمعاني من البيئة التي يتفاعل معها في محيطه الطبيعي، والأسري والمدرسي والاجتماعي والثقافي الحضاري.
 - **تعلم حل المشكلات:** يعتمد أسلوب حل المشكلات على فهم الموقف وتحليله ابتداء من الشعور بالمشكلة، والعمل على حلها ثم جمع المعلومات في موضوع المشكلة. ووضع الفروض الملائمة لها والتحقق من العزوف بالتجربة والممارسة للنشاط وأخيرا الوصول إلى النتائج أو القوانين أو القواعد اعتمادا على التحليل بالمقارنة وتنمية التفكير الاستدلالي والاستقرائي.
 - **تكوين الاتجاهات النفسية:** الاتجاه النفسي هو استعداد أو تهيؤ عقلي يتكون نتيجة عوامل مختلفة، مؤثرة في حياته تجعله يؤخذ موقفا نحو بعض الأفكار بحسب قيمتها الخلقية أو الاجتماعية.

ويتضمن تعلم الاتجاهات بالتخزين طويل المدى، بينما يتعرض تعلم المعلومات إلى الإلتلاف الناتج عن عوامل النسيان.

2. مفهوم الجهد Effort:

يعرف الجهد في المعاجم العربية على انه: "الوسع، والطاقة، والمشقة، أو المجهود"، يستعمل للدلالة على ما يبذله الإنسان من قدرة أو شدة في عمل ما (أي المجهود\البذل).

المقياس: الدافعية للتعلم والمشروع الشخصي	المستوى: أولى ماستر	المتخصص: علم النفس التربوي
--	---------------------	----------------------------

و الجَهدُ في (الفلسفة) : كلُّ نشاطٍ يبذلُه الكائنُ الواعي جسميًّا أو عقليًّا، ويهدف غالباً إلى غاية.

وقيل الجهد بالضم أيضاً بمعنى الطاقة، ومنه قوله تعالى: {وَالَّذِينَ لَا يَجِدُونَ إِلَّا جُهْدَهُمْ} [التوبة: 79].

والجهد اصطلاحاً يمكن أن يفهم على أنه تعبئة الموارد أثناء التعلم، ويشمل عدة جوانب مثل الانتباه، والتركيز، والمثابرة، والقدرة على التحمل. يُطبق الجهد بطريقة تعتمد على الموقف لتحقيق الأهداف المرجوة. ونتيجة لذلك، يمكن أن يختلف الجهد اختلافاً كبيراً بين المهام التعليمية المختلفة وكذلك داخل نفس المهمة. يمكن أن يكون للتعلم بالجهد تأثير فعال جداً على نتائج التعلم. ومع ذلك، غالباً ما يفسر المتعلمون الجهد كعلامة على عدم فاعلية التعلم أو نقص القدرة.. ينشأ هذا الفهم الخاطئ بسبب محدودية إدراك المتعلمين لأدائهم الفعلي. يُوصف الجهد أحياناً بأنه مزعج، على الرغم من فوائده المحتملة، إلا أن الأدلة النظرية والتجريبية تشير إلى أن الناس يتجنبون أساساً الجهد غير الضروري أو المهدور بدلاً من الجهد نفسه. لذلك، يُبذل الجهد فقط عندما يكون ضرورياً ومبرراً. ولكن بسبب الاستعداد الشخصي، أو الاجتهاد المتعلم، أو التعلم الناتج عن انتقال المكافأة، يميل بعض الأفراد إلى استثمار الجهد طوعاً – حتى عندما لا يكون ذلك ضرورياً أو مبرراً بشكل صارم. أكد ديوي أن الشخص "الذي يربط بين الصعوبات والجهد مع تعمق واتساع التفكير لن يخطئ كثيراً". تشير النتائج التجريبية إلى أن استراتيجيات التعلم الأكثر فاعلية غالباً ما تُعتبر أكثر جهداً وأقل مساعدة على التعلم، إلا أن الجهد يظل مؤشراً مستقراً وإيجابياً على التحصيل الأكاديمي.

2.1. تصنيف الجهد، مثل الاهتمام، إلى مراحل ذاتية مميزة داخل عملية التعلم:

❖ **الجهد المخطط** – هو الاستعداد الذاتي لبذل الجهد قبل التعامل مع موضوع التعلم، بناءً على الخبرة والمعتقدات السابقة. في هذه المرحلة، لا يمكن تحديد مقدار الجهد المطلوب بدقة بعد. بدلاً من ذلك، يوفر الجهد المخطط تقديراً للموارد المطلوبة لإكمال المهمة وما إذا كانت هذه الموارد تستحق الإنفاق. وفقاً لنظرية شدة الدافعية، يمثل تقييم الجهد المبرر الدافعية المستثمرة في المهمة.

❖ **الجهد الفعلي المُجرب** (أو بالجهد الفعلي): هو الإدراك الذاتي وإنفاق الموارد أثناء العمل على المهمة التعليمية. نظراً لأنه يُختبر في الوقت الحقيقي عند استخدام الموارد، يمكن تقييمه بدقة أكبر. هنا، يعمل الجهد كوسيلة لتقييم ما إذا كانت الموارد المستنفذة متناسبة مع الهدف المرغوب وما إذا كان ينبغي الاستمرار في النشاط أم التوقف. مع زيادة صعوبة المهمة، يُبذل جهد أكبر ما دامت الموارد المصروفة مبررة.

❖ **الجهد المُجرب**: هو تقييم تراجمي تلخيصي لعملية التعلم. هذا الإدراك الذاتي للجهد يتأثر بنتائج التعلم وبإسقاط تلك النتائج على القدرات الشخصية. الجهد في

المقياس: الدافعية للتعلم والمشروع الشخصي	المستوى: أولى ماستر	المتخصص: علم النفس التربوي
--	---------------------	----------------------------

هذه المرحلة ذو حدين؛ فبينما يُعتبر بذل جهد كبير في التعلم مرغوبًا عمومًا، يمكن أيضًا تفسيره كمؤشر على تدني القدرة. تجدر الإشارة إلى أن هذه المراحل تشير إلى الجهد الذاتي، أي إدراك المتعلمين الذاتي لجهودهم، ولا تتناول الجهد الموضوعي القابل للقياس. يعتمد الجهد الذاتي والموضوعي على عمليات مختلفة ويمكن أن ينفصلا. ونظرًا لتعدد العوامل المؤثرة في مختلف مراحل التعلم، قد تختلف تقييمات الجهد الذاتي بشكل كبير.

3. مفهوم الجهد في الانجاز والتعلم

يسعى الطلاب إلى تعظيم قدراتهم بطرق متعددة من أجل حماية شعورهم بقيمة الذات، إذ تُعد القدرة عاملاً أساسيًا في الإنجاز والنجاح والذي يُنظر إليه على أنه يعكس قيمة الفرد. وبينما يُثمن الأفراد قدرتهم الناتجة عن الذكاء، فإن الجهد الناتج عن الاجتهاد لا يُقدّر بنفس القدر؛ بل يُعتبر مساوٍ للقيمة فقط في الحالات التي يكون الهدف النهائي فيها هو **اكتساب المعرفة**. وبالنسبة للطلاب الأصغر سنًا الذين يُساوون بين قيمة الجهد والقدرة، فإن جهدهم يُعزّز شعورهم بقيمة الذات من خلال دعم تنمية القدرة. ومع ذلك، فإن الطلاب الأكبر سنًا غالبًا ما يفوتون فرصة الحصول على هذا التعزيز لأنهم يمتنعون عن بذل الجهد بسبب “خطر الإذلال” الذي قد ينجم عن الفشل.

بالنسبة لغالبية الطلاب الذين يتجنبون الفشل، فإن قيمة الذات تنبع من تحقيق الأداء، ويعتمد الأداء على قدراتهم. وبما أن الأداء الناتج عن القدرة يؤدي إلى الشعور بقيمة الذات، ففي المواقف التي يفشل فيها الطلاب في تحقيق أداء ناجح، يحاولون أن يظهروا كما لو أنهم قادرون على تحقيق النجاح حفاظًا على احترامهم لذاتهم. ويسعى الطلاب الذين يتجنبون الفشل إلى الظهور بمظهر الكفاءة من خلال استخدام استراتيجيات تجنب الفشل مثل التشاؤم الدفاعي والتقليل الذاتي للقدرة، حيث تُعتبر العجز تهديدًا كبيرًا لقيمة الذات.

يُعد التعليم بطريقة تفصل هوس الطلاب بالقدرة عن رغبتهم في التعلم دورًا مهمًا للمُعلمين. من خلال استخدام بُنى تعلم غير تنافسية، يمكن للمُعلمين تحفيز الطلاب على السعي للنجاح بدلًا من محاولة تجنب الفشل.

تؤدي النتائج المختلفة لأداء الطالب – سواء النجاح أو الفشل – الناتجة عن القدرة أو الجهد إلى آثار متباينة على احترام الذات والمشاعر. فالنجاح الناتج عن قدرة وكفاءة عالية يؤدي إلى الشعور بقيمة الذات والإحساس بالفخر. وبالمثل، فإن النجاح الناتج عن بذل جهد منخفض يمنح شعورًا بقيمة الذات والفخر أيضًا، لأنه يُظهر القدرة العالية. ومن ناحية أخرى، فإن الفشل الناتج عن قلة الجهد يؤدي إلى الشعور بالذنب، بينما يؤدي الفشل الناتج عن ضعف القدرة إلى مشاعر من الخزي والإذلال. وتُفضل الغالبية من الطلاب الشعور بالذنب الناتج عن قلة الجهد على الشعور بالإذلال الناتج عن بذل جهد عالٍ والفشل رغم ذلك.

المقياس: الدافعية للتعلم والمشروع الشخصي	المستوى: أولى ماستر	المتخصص: علم النفس التربوي
--	---------------------	----------------------------

وللحيلولة دون لجوء الطلاب إلى تقليل الجهد، يُعد التعليم بطريقة تفصل بين هوس الطالب بالقدرة ورغبته في التعلم من الأدوار المهمة للمعلمين. وتشمل هذه الطرق استخدام بُنى تعلم غير تنافسية، والتي تُعرف بأنها تُحفز الطلاب على السعي للنجاح بدلاً من تجنب الفشل. فعلى سبيل المثال، يُتيح “التعلم بالإتقان” للطلاب فرصاً مستمرة للاختبار والدراسة لرفع كفاءتهم في المادة إلى المستوى المطلوب. ويتطلب ذلك جهداً مستمراً، ويقترح التقييم بناءً على المقارنات الذاتية بدلاً من المقارنة بين الأقران.

ومن الأمثلة المعروفة الأخرى على بنى التعلم غير التنافسية ما يُعرف بالتعلم التعاوني. حيث يُقسّم أعضاء الفريق إلى مهام جزئية من الواجب الكلي ويُطلب من كل عضو إتقان جزء معين. بعد ذلك، يُتوقع من كل عضو أن يتحمل المسؤولية ويقوم بتعليم المعرفة التي اكتسبها لبقية أعضاء الفريق. ويهدف هذا النوع من التعلم التعاوني إلى إتاحة الفرصة للطلاب لتجربة مكافأة الإسهام في فائدة الآخرين، مما يؤدي إلى استنتاج مفاده أن هذه المكافأة يمكن أن تتجاوز الشعور بالتفوق على الآخرين.