محاضرة عن: (الإحساس، الإدراك، والإدراك الحسي)
إعداد/ أ.د. ثناء بهاء الدين عبد الله

1. الإحساس (Sensation)

مفهومه :

عملية بيولوجية أساسية تستقبل فيها الأعضاء الحسية (العين، الأذن، الجلد، إلخ) المُنبهات الخارجية (كالضوء، الصوت، الحرارة) أو الداخلية (كالألم)، وتحولها إلى إشارات عصبية تنتقل إلى الدماغ .
مثال: عند لمس كوب ساخن، تنتقل إشارات الحرارة عبر الأعصاب إلى الدماغ .

أنواعه :

- الحواس الخمس التقليدية: البصر، السمع، اللمس، التذوق، الشم .
- حواس إضافية: كالإحساس بالتوازن، أو الألم الداخلي .

أهميته :

- البوابة الأولى لتلقي المعلومات من العالم المحيط .
- أساس بقائي (كالإحساس بالخطر).

2. الإدراك (Perception)

مفهومه :

عملية عقلية معقدة تُفسر وتنظم الإشارات الحسية الواردة من الإحساس، لتعطيها معنىً وفهماً متماسكاً .
مثال : رؤية خطوط سوداء على ورقة بيضاء وإدراك أنها حروف تكوّن كلمة مفهومة .

خصائصه :

- ذاتي: يتأثر بالخبرات السابقة، الثقافة، والتوقعات .
- انتقائي: يركز الدماغ على منبهات معينة ويتجاهل أخرى (مثل سماع اسمك في ضجيج).

أهميته :

- تحويل البيانات الخام إلى معلومات قابلة للاستخدام .
- تمكين التفاعل الذكي مع البيئة .

3. الإدراك الحسي (Sensory Perception)

مفهومه: التكامل بين الإحساس والإدراك؛ أي العملية الكاملة من استقبال المُنبهات الحسية إلى تفسيرها في الدماغ بشكل مُنظم .
مثال : سماع نغمة موسيقية (إحساس) → التعرف على أنها لحن أغنية مألوفة (إدراك).

مراحله :

1. التنبيه الحسي: وجود منبه (كصوت أو ضوء).
2. النقل العصبي: نقل الإشارة عبر الأعصاب .
3. التفسير الدماغي: تحليل الإشارة وإعطائها معنى .

عوامل تؤثر فيه :

1. سلامة الحواس (خلل في السمع يضعف الإدراك الحسي للصوت).
2. الحالة النفسية (القلق قد يشوه تفسير المنبهات).
3. السياق البيئي (رؤية ظل في الظلام قد يُفسر كخطر).

الفرق بين الإحساس والإدراك:

الإحساس	الإدراك
عملية فيزيولوجية (استقبال المنبهات).	عملية عقلية (تفسير المنبهات).
موضوعي (نفس الإشارة للجميع).	ذاتي (يختلف بتجربة الفرد).
مثال: رؤية ألوان.	مثال: تمييز لون فستان كـ "أزرق".

أهمية فهم هذه العمليات :

1. تصميم تجارب مستخدم أفضل (في التكنولوجيا أو الفن).
2. تحسين التعلم (كاستخدام حواس متعددة في التعليم).
3. تشخيص الاضطرابات (كصعوبات الإدراك البصري أو السمعي).

كيف تطور الإدراك الحسي؟

1. تنوع الخبرات الحسية:
 - التعرض لبيئات جديدة (أصوات، روائح، مناظر).
2. تدريب الحواس:
 - تمارين التركيز على تفاصيل دقيقة (كتمييز نغمات موسيقية).
3. تعزيز الوعي الذاتي:
 - التأمل لملاحظة كيفية تفسير العقل للمنبهات .
4. حماية الحواس:
 - تجديد التعرض للضوضاء العالية أو الأضواء الساطعة .

وخلاصة القول: الإحساس هو البذرة، والإدراك هو الثمرة، والإدراك الحسي هو الشجرة التي تربطهما. فهم هذه العمليات يفتح نافذة على كيفية تعامل الإنسان مع العالم، ويظهر إعجاز الخليقة في تكامل العقل والجسد .