

الكلمات المفتاحية: تاريخ الاستلام: ٢٠٢٤ / ٥ / ١١

حفظ القرآن الكريم، علم النفس المعرفي، الاستراتيجيات المعرفية.

تاريخ القبول: ٢٠٢٤ / ٦ / ١١

الذاكرة، النسيان

تاريخ النشر: ٢٠٢٤ / ١٠ / ١

DOI: <https://doi.org/10.57026/mjhr.v4i2.81>

### ملخص البحث:

يهدف هذا البحث إلى استكشاف استراتيجيات علم النفس المعرفي في حفظ القرآن الكريم. يتناول البحث نظريات واستراتيجيات علم النفس المعرفي مثل الذاكرة العاملة، والترميز البصري والسمعي، والتنظيم وإعادة، والاسترجاع المتكرر، والإدراك والانتباه. يعتمد البحث على المنهج الوصفي التحليلي لتطبيق استراتيجيات علم النفس المعرفي في تحسين عملية حفظ القرآن الكريم. أظهرت النتائج أن تطبيق هذه الاستراتيجيات، مثل الكلمة المفتاحية والتكرار المتباعد، يعزز من عملية حفظ القرآن الكريم ويقلل من النسيان بشكل ملحوظ. توصي الدراسة بتبني هذه الاستراتيجيات في البرامج التعليمية لحفظ القرآن، مما يساهم في تحسين مهارات حفظ القرآن وتثبيتها واسترجاعها من الذاكرة لدى الأطفال والمراهقين والشباب. تشير هذا البحث إلى أن الجمع بين الاستراتيجيات المعرفية المختلفة يمكن أن يحقق تأثيراً إيجابياً أكبر، ويوفر نموذجاً تعليمياً فعالاً يمكن تطبيقه في مختلف المؤسسات التعليمية.

## Memorizing the Holy Quran through Cognitive Psychology Strategies

### Memorizing the Holy Quran through Cognitive Psychology Strategies

Muntadher Shukur Khudhur Al-Bayati

College of Islamic Sciences – University of Warith Al-Anbiyaa

Received: 11 /5/2024

Keywords:

Accepted: 11/6/2024

Memorizing the Holy Quran, Cognitive Psychology, Cognitive Strategies, Memory, Forgetting

Published: 1/10/2024

### Abstract

This research aims to explore the cognitive psychology strategies for memorizing the Holy Quran. The study addresses theories and strategies of cognitive psychology such as working memory, visual and auditory encoding, organization and repetition, spaced retrieval, perception, and attention. The research adopts a descriptive-analytical approach to apply cognitive psychology strategies in enhancing the process of memorizing the Quran. The results showed that the application of these strategies, such as the keyword method and spaced repetition, significantly enhances the memorization process and reduces forgetting. The study recommends adopting these strategies in educational programs for Quran memorization, which contributes to improving the skills of memorizing, consolidating, and retrieving Quranic verses from memory among children, adolescents, and young adults. This research indicates that combining different cognitive strategies can achieve a greater positive impact and provides an effective educational model that can be applied in various educational institutions.

## المقدمة

يعد حفظ القرآن الكريم من أعظم الأهداف في حياة المسلمين، باعتباره الثقل الأكبر في الأمة مع أهل البيت عليهم السلام، إذ يسعى العديد من المسلمين إلى نيل شرف حفظه بالكامل. رغم هذه الأهمية وتأثيره الإيجابي على الفرد والمجتمع، يواجه العديد من المسلمين تحديات تتعلق بالذاكرة والنسيان وصعوبة الاستذكار، مما تؤثر سلبيًا على فعالية عملية الحفظ وتعيقها وتقلل من كفاءتها.

في هذا السياق، يأتي علم النفس المعرفي ليقدم استراتيجيات فعالة لتحسين عملية الحفظ والاستذكار. استخدام هذه الاستراتيجيات المعرفية يعتبر أمرًا أساسيًا لتحسين حفظ القرآن الكريم، وعلم النفس المعرفي يلعب دورًا مهمًا في شرح كيفية القيام بذلك. وباستخدام المبادئ المستمدة من هذا العلم يمكن تطوير استراتيجيات حفظ القرآن الكريم التي تساعد على تحسين الذاكرة وزيادة الفهم وتحسين كفاءة الحفظ وتقليل النسيان. وقد أوصى الباحثون باتباع منهجية تتألف من خمس خطوات رئيسية لتعليم الاستراتيجيات المعرفية وفوق المعرفية، وهي:

- 1- الإعداد: تتضمن هذه المرحلة التهيئة النفسية والروحية لحفظ القرآن. ويتم فيها تحديد هدف الحفظ (مثل حفظ سورة معينة) مع إعداد بيئة مناسبة للحفظ من حيث الهدوء والتنظيم. والبرنامج المناسب للحفظ.
- 2- التقديم: في هذه المرحلة يجب التركيز على الفهم الصحيح للآيات والمعاني قبل البدء بالحفظ. ثم البدء بتقديم الآيات الجديدة للحفظ بشكل منظم. وذلك باستخدام تلاوة المعلم، الكتابة على السبورة، أو الاستماع إلى التلاوة المسجلة.
- 3- الممارسة: تتضمن الممارسة تكرار الآيات بصوت عالٍ، أو كتابتها، والتسميع لأجل الحفظ.
- 4- التقييم: هذه المرحلة تشمل اختبار الحافظ في الآيات التي حفظها للتأكد من صحتها ودقتها وتصحيح الأخطاء وتقديم التغذية الراجعة لتحسين الأداء.

٥- التوسيع: تتضمن هذه المرحلة ربط الآيات المحفوظة بالآيات الأخرى في القرآن الكريم، وتعزيز الفهم العميق للمعاني والتفسير.

يمكن تلخيص جميع المراحل في المخطط الآتي:

### أهمية الدراسة

تتجلى أهمية هذه الدراسة في تقديم استراتيجيات وأدوات تعليمية مستندة إلى علم النفس المعرفي، بهدف تحسين حفظ القرآن الكريم وتعزيز جودة التعليم الديني. كما تتيح فهماً عميقاً للعوامل المؤثرة على عملية الحفظ، مما يساعد المعلمين والحفاظ على تطوير استراتيجيات علاجية فعالة. ومن خلال تطبيق الاستراتيجيات المعرفية، يمكن تقليل الجهد والوقت اللازمين لحفظ القرآن الكريم، مما يجعل عملية الحفظ أكثر كفاءة وأقل تكلفة. إضافة إلى ذلك، تساهم الدراسة في تعزيز القدرات المعرفية لدى الأفراد، مما ينعكس إيجاباً على مجالات حياتهم الأكاديمية والشخصية.

### أهداف الدراسة

يسعى هذا البحث إلى فهم العمليات العقلية التي تحدث أثناء حفظ القرآن الكريم وكيفية تحسينها وتطويرها باستخدام أساليب علم النفس المعرفي. ويهدف إلى:

- تعزيز فهم المعلمين والحفاظ لمفاهيم واستراتيجيات علم النفس المعرفي وتطبيقها في عملية حفظ القرآن الكريم.
- تمكينهم من تحليل وتقييم الاستراتيجيات المعرفية المختلفة المستخدمة في حفظ واسترجاع آيات القرآن.
- تشجيعهم على استخدام استراتيجيات معرفية متنوعة، في حفظ القرآن الكريم. مما يساهم في تحسين مهاراتهم في الحفظ والتذكر.
- تحفيزهم على تحقيق أهدافهم في حفظ القرآن الكريم من خلال تعزيز الثقة بالنفس والاهتمام الذاتي و الشعور بالاستقلالية، وتشجيعهم على استخدام استراتيجيات الحفظ الذاتية وتنظيم حفظهم بشكل مستقل.

## سؤال البحث

- ما هي استراتيجيات علم النفس المعرفي في حفظ القرآن الكريم؟
- كيف يمكن تطبيق استراتيجيات علم النفس المعرفي في حفظ القرآن الكريم؟

## الدراسات السابقة

هناك دراسات كثيرة في مجال حفظ القرآن الكريم، تتضمن توصيات وأساليب حفظ القرآن الكريم، كما أن هناك دراسات عديدة في مجال استراتيجيات علم النفس المعرفي، نشير إلى بعضها حسب قربها لبحثنا:

- كراسة: القواعد الذهبية لحفظ القرآن الكريم، عبدالرحمن بن عبدالخالق، دار طيبة، مكة، ١٤٠٧هـ

شرح فيها المصنف احد عشر قاعدة لحفظ القرآن الكريم في ٢٠ صفحة: الاخلاص، تصحيح النطق والقراءة، تحديد نسبة الحفظ كل يوم، لا تجاوز مقررك اليومي حتى تجيد حفظه تماما، حافظ على رسم واحد لمصحف حفظك، الفهم طريق الحفظ، لا تجاوز سورة حتى تربط أولها بآخرها، التسميع الدائم، المتابعة الدائمة، العناية بالمتشابهات، اغتنام سني الحفظ الذهبية.

الفرق بين هذه الدراسة ودراستنا، أن دراستنا تشمل جميع مراحل الحفظ من التهيئة والحفظ والاستذكار من وجهة نظر علم النفس المعرفي واستراتيجياتها.

- كتاب: احفظ القرآن كما تحفظ الفاتحة، دريد ابراهيم الموصلي، مصر، ٢٠١٩.
- وذكر المؤلف في ٢٤٦ صفحة، أهمية حفظ القرآن، وخطوات الحفظ الصحيح، صعوبات الحفظ، طريقة مراجعة وتثبيت القرآن، طريقة حفظ للكبار وللأطفال، وشرح طريقته بتخصيص مصحف للحفظ، حفظ وجه واحد فقط كل يوم، قراءة الصفحة ٢٠ مرة، حفظ كل سطر ومراجعته ١٠ مرات ثم مراجعة الصفحة ١٠ مرات، الاستمرار بالحفظ في اليوم التالي مع مراجعة الصفحة الاولى ١٠ مرات، وهكذا.

الفرق بين هذه الدراسة ودراستنا، أن دراستنا تشمل المراحل العلمية المستمدة من علم النفس المعرفي واستراتيجياتها، لتقليل العبء على الذاكرة وتعزيز قدرة الحفظ.

- كتاب: ٩ أسرار لحفظ القرآن الكريم، مجدي عبيد، المكتبة الوطنية، بحرين، ٢٠١٢
- ذكر المؤلف في ١٨٢ صفحة، وخمس فصول، لماذا نحفظ القرآن، أسرار حفظ القرآن النفسية، اسرار حفظ القرآن التقنية، اسرار حفظ القرآن التنظيمية، العوامل المساعدة على حفظ القرآن الكريم.

الفرق بين دراسته وهذا البحث، ان هذا البحث يعزز استراتيجيات علم النفس المعرفي في حفظ القرآن الكريم بشكل علمي، ويعطي أمثلة لتطبيقها في كل مرحلة.

### منهجية البحث

يتبع هذا البحث منهج الوصفي التحليلي، لتطبيق استراتيجيات علم النفس المعرفي في تحسين عملية حفظ القرآن الكريم. ويستهدف بشكل رئيسي الأطفال والمراهقين (١٠-١٨ سنة) والشباب (١٩-٢٥ سنة) لتطوير مهارات الحفظ والتذكر وتقليل النسيان، مما يساهم في توفير نموذج تعليمي يمكن تبنيه في المؤسسات التعليمية المختلفة.

### البحث الأول: المفاهيم

قبل البدء في ذكر المباحث الرئيسية، من الضروري توضيح المفاهيم المستخدمة في هذه الدراسة، وذلك:

المطلب الأول: مفهوم حفظ القرآن الكريم

تعريف الحفظ لغة:

الحِفظُ: "يدلُّ على مراعاة الشيء"<sup>٢</sup>. وهو "التعاهد و قلة الغفلة"<sup>٣</sup>. "ويقال تارة لهيئة النفس التي بها يثبت ما يؤدي إليه الفهم، أو لضبط الشيء في النفس، أو لاستعمال تلك القوة، فيقال: حَفِظْتُ كذا حِفْظًا، ثم يستعمل في كل تفقّد و تعهّد و رعاية، ويضاده النسيان"<sup>٤</sup>.

منها: "حَفِظْتُ الشَّيْءَ حِفْظًا، أَيْ حَرَسْتُهُ. وَتَأْتِي أَيْضًا بِمَعْنَى اسْتَظْهَرْتَهُ"<sup>٥</sup>. و"حَفِظْتُ: الْمَالُ وَغَيْرُهُ، مَنَعْتَهُ مِنَ الصَّيَاعِ وَالتَّلْفِ. وَحَفِظْتُهُ يَعْنِي صُنَّتُهُ عَنِ الْإِبْتِدَالِ"<sup>٦</sup>. و"حَفِظَ الْقُرْآنَ: اسْتَظْهَرَهُ، أَيْ وَعَاَهُ عَلَى ظَهْرِ قَلْبٍ"<sup>٧</sup>.

والفرق بين الحفظ و الرعاية: "أن الحفظ صرف المكاره عن الشيء لئلا يهلك وهو نقيض الاضاعة؛ والرعاية فعل السبب الذي يصرف به المكاره عنه، ونقيضه الاهمال. أي ما يؤدي الى الاضاعة"<sup>٨</sup>.

تعريف الحفظ اصطلاحا:

حفظ القرآن الكريم هو عملية تعلم واستذكار آيات القرآن الكريم بهدف القدرة على تلاوتها بدقة واسترجاعها من الذاكرة وبشكل صحيح وامتقن دون الرجوع الى المصحف.

أهمية حفظ القرآن في الروايات

يعتبر حفظ القرآن من أعظم العبادات في الإسلام ووسيلة للتعبد والتقرب الى الله سبحانه وتعالى. وجاء في كثير من الروايات أهمية ذلك، منها:

- قال نبي الرحمة (ص) "لا يعذب الله قلبا وعى القرآن"<sup>٩</sup>.
  - وعنه (ص): "حملة القرآن عرفاء أهل الجنة"<sup>١٠</sup>.
  - وعن أبي عبد الله (عليه السلام): "الحافظ للقرآن العامل به مع السفرة الكرام البررة"<sup>١١</sup>.
  - وعنه عليه السلام: "إن الذي يعالج القرآن ويحفظه بمشقة منه وقلة حفظ له أجران"<sup>١٢</sup>.
- فوائد حفظ القرآن:

لحفظ القرآن الكريم فوائد عديدة، منها:

- تحسين الذاكرة: يساعد الحفظ على تعزيز القدرة على تذكر المعلومات وتقوية الذاكرة.
- تعزيز مهارات التركيز: إذ يتطلب الحفظ قدرة عالية على التركيز والانتباه، مما يعزز هذه المهارات.
- الراحة النفسية: حفظ القرآن الكريم يمنح الشخص شعورًا بالطمأنينة والسكينة.
- تطوير التفكير النقدي: تدبر معاني الآيات واستيعابها يعزز قدرة التفكير النقدي والتحليلي.

### المطلب الثاني: مفهوم علم النفس المعرفي:

- علم النفس المعرفي (Cognitive psychology) هو فرع من فروع علم النفس يهتم بدراسة العمليات الذهنية، التي تشمل التفكير، الإدراك، التعلم، والذاكرة. وقد جاء في تعريفه:
- "انه العلم الذي يدرس العمليات التي من خلالها تدخل المعلومات الحسية إلى الدماغ وكيفية تنظيمها و تخزينها و استعادتها وتوظيفها في مجالات الحياة اليومية".
  - "انه الدراسة العلمية للكيفية التي نكتسب بها معلوماتنا عن العالم، وللكيفية التي نتمثل بها هذه المعلومات ونحولها الى علم ومعرفة، وكيفية تخزينها، وكيفية استخدام وتوظيف هذه المعلومات في إثارة انتباهنا وسلوكنا".<sup>١٣</sup>
  - "انه دراسة آلية معالجة المعلومات ومايتضمنها من عمليات الانتباه والتعرف والتذكر واللغة وحل المشكلات والمنطق".<sup>١٤</sup>
- على ضوء هذه التعاريف يمكن القول أن: علم النفس المعرفي هو علم الذي يدرس العملية المعرفية عند الإنسان، من حيث استقبال ونقل وتخزين المدخلات الحسية وترميزها ومعالجتها في الذهن، لأجل استدعائها واستخدامها واستخلاص نتائجها. وتنقسم موضوعاتها إلى:
- ١- الموضوعات التقليدية: الانتباه، الإدراك، الذاكرة، التفكير والتخيل، اللغة، حل المشكلات، تمثيل المعلومات، الأسس البيولوجية للمعرفة، النمو المعرفي، الأنماط المعرفية.
  - ٢- الموضوعات الحديثة: علم الأعصاب المعرفي، الذكاء الاصطناعي، اتجاه معالجة المعلومات، تنمية التفكير، اتجاه العمليات الموزعة الموازية.<sup>١٥</sup>

### المطلب الثالث: مفهوم الاستراتيجيات

- الاستراتيجيات، جمع كلمة "الاستراتيجية"، وتعود هذه الكلمة إلى الأصل اليوناني (Strategos)، والتي تعني "فن القيادة". وبصفة عامة كانت مصطلح عسكري بمعنى "فن القيادة العسكرية". ثم استخدمت في سياقات مختلفة أخرى، لوصف طرق وإجراءات منظمة لتحقيق غايات محددة. و في اللغة العربية، تعني الاستراتيجية "الخطة" أو "المنهج". وقد جاء في تعريفه، بأنه:
- "فن استخدام الاشتباك من أجل هدف الحرب".<sup>١٦</sup>



## حفظ القرآن الكريم من خلال استراتيجيات علم النفس المعرفي

م. د منتظر شكر خضر البياتي / كلية العلوم الاسلامية – جامعة وارث الانبياء

muntadher.a@uowa.edu.iq



- "ايجاد موقف فريد وقيم، يتضمن مجموعة مختلفة من الأنشطة".<sup>١٧</sup>
- "علم وفن وضع الخطط العامة المدروسة بعناية، والمصممة بشكل متلاحق ومتفاعل ومنسق، لاستخدام الموارد لتحقيق الأهداف الكبرى".<sup>١٨</sup>
- على ضوء هذه التعاريف يمكن أن نقول: ان الاستراتيجية تعني مجموعة من الخطط والإجراءات المصممة في ضوء الإمكانيات المتاحة أو التي يمكن الحصول عليها، لتحقيق أهداف معينة على المدى البعيد، في أقل وقت ممكن وبأقل جهد مبذول. وتتضمن على تحليل البيئة الحالية، تحديد الأهداف، ووضع الخطط لتحقيق وتنفيذ هذه الخطط ومراجعتها وتعديلها عند الحاجة.
- المطلب الرابع: مفهوم استراتيجيات علم النفس المعرفي في حفظ القرآن الكريم
- ذكرنا ان علم النفس المعرفي يهتم بدراسة العملية المعرفية عند الانسان. وفي ضوء ذلك يمكن القول بأن استراتيجيات علم النفس المعرفي هي: مجموعة من الأساليب والتقنيات التي تم تطويرها بناءً على فهم العمليات العقلية والذهنية. تهدف إلى تحسين قدرة الأفراد على معالجة المعلومات لتحقيق أهداف طويلة الأمد.
- استراتيجيات علم النفس المعرفي في حفظ القرآن الكريم هي: الأساليب والتقنيات المستمدة من فهمنا للعمليات العقلية والمعرفية، تُستخدم لتعزيز وتحسين عملية حفظ وتذكر واسترجاع الآيات القرآنية. بهدف جعل عملية الحفظ أكثر فعالية وسهولة للتطبيق على المدى الطويل. منها:
- إستراتيجيات معرفية: وهي "الأساليب والإجراءات التي يستخدمها الطالب لتذكر وفهم ومعالجة المعلومات، وإنشاء الروابط بين المعلومات الجديدة والقديمة، وتخطيط التجارب التعليمية لتحقيق أهداف محددة. تتضمن هذه الاستراتيجيات خطوات تهدف إلى حل المشكلات وتتطلب تحليل وتركيب مواد التعلم لاكتساب المعلومات وترميزها ومعالجتها عقلياً. يمكن تصنيفها إلى فئات رئيسية تشمل: التجميع، التكرار، التنظيم، التحليل، التخيل، الربط، والاسترجاع".<sup>١٩</sup>
- إستراتيجيات مافوق المعرفية: وهي "مهارات عقلية معقدة تُعد من أهم مكونات السلوك الذكي في معالجة المعلومات وتقوم بمهمة السيطرة على نشاطات التفكير العاملة الموجهة لحل

المشكلة واستخدام القدرات المعرفية بفاعلية، وتنمو مع العمر والخبرة". وتشمل معرفة المتغيرات الشخصية ومتغيرات المهمة ومتغيرات الإستراتيجية لتحقيق الأهداف الرئيسية والفرعية.<sup>٢٠</sup>

تتعلق استراتيجيات المعرفية بالعمليات العقلية التي يستخدمها المتعلم عند معالجة مهمة معينة. أما استراتيجيات مافوق المعرفية، فتشير إلى وعي المتعلم بهذه العمليات العقلية، بالإضافة إلى قدرته على ضبطها والتحكم بها. إن استخدام هذه الاستراتيجيات، تساعد على تحسين عملية حفظ القرآن الكريم وتثبيت آياته في الذاكرة، وتقليل النسيان. كما أنها تراقب عملية الحفظ وتقييم ومراجعة الأنشطة المعرفية للتأكد من تحقيق الأهداف.

المبحث الثاني: البدء بحفظ القرآن

قبل البدء بحفظ القرآن الكريم يجب علينا رعاية بعض المقدمات المعرفية للحصول على أفضل النتائج، وسنشير في هذا المبحث إلى أهم المواضيع التي لا بد ان نراعيها في هذا المجال.

المطلب الأول: الانتباه Attention

الانتباه من المفاهيم الأساسية في علم النفس المعرفي، وهو يمثل القدرة على التركيز على معلومات محددة من بين مجموعة كبيرة من المثيرات الحسية المختلفة التي نتعرض لها يوميًا. لكن قدرات الجسدية والعقلية للإنسان محدودة ولا تسمح له بمعالجة جميع هذه المثيرات في نفس الوقت. كأن يستمع لشخصين أو يقرأ آيتين من القرآن في نفس الوقت. لذلك، يساعد الانتباه الفرد على اختيار المثيرات التي يريد التركيز عليها وتجاهل باقي المثيرات كأنها غير موجودة. وتجعل عملية الادراك ممكنة وفعالة وتوفر الطاقة والجهد الجسدي والعقلي.

يُعد الانتباه أمرًا حيويًا في عملية حفظ القرآن الكريم، حيث يتطلب الحفظ تركيزًا عاليًا ودقة في استرجاع المعلومات المحفوظة. قال تعالى في محكم كتابه: "وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ".<sup>٢١</sup> حيث تدعوا هذه الآية المسلمين إلى اختيار مثير واحد وتجاهل باقي المثيرات، وتوجيه الحاسة السمعية إلى الآيات القرآنية والتركيز والانتباه والإستماع والإنصات لها حين قراءة القرآن.

## حفظ القرآن الكريم من خلال استراتيجيات علم النفس المعرفي

م. د منتظر شكر البياتي / كلية العلوم الاسلامية – جامعة وارث الانبياء

muntadher.a@uowa.edu.iq



### تعريف الانتباه:

تعدد تعريفات الانتباه بحسب وجهات النظر، منها:

- "الاستجابة المركزة والموجهة نحو مثير معين يهم الفرد والتي يحدث في أثنائها معظم التعلم ويجري تخزينه في الذاكرة إلى حين الحاجة".<sup>٢٢</sup>
  - "تركيز الجهد العقلي على أحداث حسية أو عقلية".<sup>٢٣</sup>
  - "عملية معرفية تنطوي على تركيز الإدراك على مثير معين من بين عدة مثيرات من حولنا".<sup>٢٤</sup>
- يشير هذه التعريفات إلى أن عملية الانتباه، عملية تنطوي على خصائص كاختيار مثير من بين عدة مثيرات، مع التركيز والقصد والاهتمام لموضوع الانتباه دون غيرها. بعبارة أخرى، الانتباه هو القدرة على التركيز على مهمة أو جزء معين من البيئة المحيطة بنا، ومعالجة المعلومات الضرورية والتفاعل معها بشكل فعال. في سياق حفظ القرآن الكريم، يتطلب الانتباه توجيه الوعي والتركيز الكامل على الآيات القرآنية خلال عملية الحفظ والمراجعة.

### أهمية الانتباه في حفظ القرآن الكريم

يعتبر الانتباه من العمليات المعرفية الأساسية التي تساعد في تحسين الأداء العقلي وتسهيل التعلم والذاكرة، وهو أمر بالغ الأهمية في حفظ القرآن الكريم، إذ يتطلب حفظ القرآن الانتباه الإرادي والتركيز التام.

ويساعد الانتباه على حفظ الآيات بشكل أفضل واسترجاعها عند الحاجة، ويمنع التشتت ويعزز الفهم العميق للآيات وتذكر معانيها. إضافة إلى ذلك الانتباه يساعد في حدوث عملية العقلية العليا للحفظ، وتحويلها من الحالات اللا إرادية واللا شعورية إلى الحالات الشعورية. وبدونها يصبح عملية الحفظ والتركيز على الآيات وتذكرها أمرا صعبا، كما فقدانها يؤثر على قدرات الحفظ.

### العوامل المؤثرة على الانتباه في حفظ القرآن الكريم

هناك مجموعة من العوامل تؤثر في عملية الانتباه أثناء الحفظ وتساهم في حدوثه منها:

١- الدوافع والرغبات: كلما زادت رغبة الانسان في حفظ الايات، تزداد انتباهه وتسهل عملية

الحفظ.

٢- البيئية المحيطة: البيئة الهادئة والمريحة والخالية من الضوضاء تسهم بشكل كبير في تحسين الانتباه أثناء الحفظ.

٣- الوقت المناسب: اختيار الوقت المناسب للحفظ، مثل الفجر أو الأوقات التي يكون فيها العقل نشطاً وقادراً على التركيز، يعزز الانتباه و عملية الحفظ.

٤- التنظيم: أجراس وإيقاع الآيات المراد حفظها، تثير الانتباه وتسهل عملية الحفظ.

٥- التكرار: تكرار الآية المراد حفظها أكثر من مرة تجذب الانتباه وتعزز عملية الحفظ.

مشتملات الانتباه في حفظ القرآن الكريم

هناك عوامل متعددة تشتت الانتباه في عملية حفظ القرآن الكريم، منها:

١- العوامل الجسمية: التدهور الصحي، التعب والإرهاق، قلة النوم الكافي، يؤثران سلبيًا على قدرة الشخص على الانتباه. وبالتالي قد يعيق عملية الحفظ.

٢- العوامل النفسية: عدم الحفاظ على هدوء النفس والروح، وكثرة التوتر والقلق يشتت الانتباه ويقلل من قدرات الحفظ.<sup>٢٥</sup>

٣- العوامل التنظيمية: عدم وجود خطة واضحة ومنظمة للحفظ، يؤدي إلى تشتت الانتباه وصعوبة في متابعة التقدم.

وبرفع هذه الموانع يمكن التغلب على مشتملات الانتباه في حفظ القرآن الكريم، وتعزيز عملية الانتباه.

### المطلب الثاني: الإدراك Perception

عملية الإدراك جزء مهم من نظام معالجة المعلومات في علم النفس المعرفي، حيث ينطوي على عمليات الإحساس بالمشيربات البيئية ثم الانتباه لها إراديا أو لا إراديا ثم إدراكها. وورد في تعريفه:

- الإدراك هو "دراسة كيفية معالجة المعلومات الحسية لتحويلها إلى تجربة إدراكية. تشترك جميع الحواس في الهدف المشترك المتمثل في التقاط المعلومات الحسية من البيئة الخارجية ومعالجة تلك المعلومات لتحويلها إلى تجربة إدراكية".<sup>٢٦</sup>

- الإدراك هو "العملية التي يقوم من خلالها النظام المعرفي ببناء تمثيل داخلي للعالم الخارجي، وللقيام بذلك يستخدم بيانات مدخلة بسيطة من البيئة (الحواس) ويعالج هذه البيانات بقواعد".<sup>٢٧</sup>

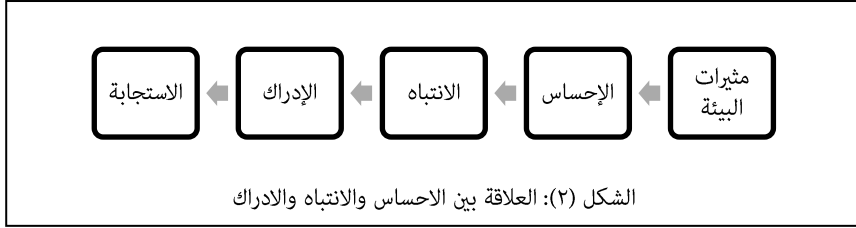
- "عملية معرفية تمكن الأفراد من فهم العالم الخارجي المحيط بهم والتكيف معه من خلال اختيار الأنماط السلوكية المناسبة في ضوء المعاني والتفسيرات التي يتم تكوينها للأشياء".<sup>٢٨</sup> الإدراك يلعب دورًا حيويًا في عملية حفظ القرآن الكريم، حيث يساهم في تحسين القدرة على فهم النصوص وتذكرها بشكل دقيق وفعال، من خلال تعزيز الفهم العميق، التركيز، التنظيم، واسترجاع المعلومات.

الفرق بين الانتباه والاحساس والإدراك:

الإحساس هو العملية الأولية لاستقبال المحفزات الحسية من البيئة، دون تفسيرها أو معالجتها. ويحدث عندما يستقبل الحواس (البصر، السمع، اللمس، الشم، والتذوق) مثيرات تشير إلى حدوث شيء ما في البيئة المحيطة. على سبيل المثال، تكون الموجات الصوتية (كصوت القرآن وأصوات أخرى معها) موجودة حولنا بشكل دائم تقريبًا، وتنتقل في الفضاء على شكل أمواج حتى تصل إلى الدماغ عبر العصب السمعي. أو عندما ننظر إلى مصحف مفتوح، تلتقط أعيننا الآيات القرآنية مع باقي المثيرات المرئية المحيطة بها وتنقلها إلى الدماغ عبر العصب البصري.

أما الانتباه، فيبدأ دوره عند وصول هذا الكم الهائل من المثيرات إلى الدماغ، حيث يقرر الفرد اختيار مثيرات معينة من بين العديد من المثيرات الحسية المتاحة وتجاهل الباقي الذي لا يتعامل معه. على سبيل المثال، أثناء حفظ القرآن، نختار التركيز على آية معينة من بين الآيات المتعددة ونكررها حتى نتقنها، مما يساهم في تعزيز حفظنا لآيات القرآن.

وأخيرًا، الإدراك هو العملية التي تبدأ بعد الانتباه، حيث يقوم الفرد بتحليل المثيرات القادمة وترميزها وتفسيرها ضمن نظام المعالجة المعرفي حتى تتكون وتظهر الاستجابة.<sup>٢٩</sup> على سبيل المثال: عند النظر إلى آية قرآنية والتركيز عليها، ندرك معاني الكلمات والتفسير اللغوي والنحوي لها. والشكل التالي يوضح العلاقة بين هذه المفاهيم مع البيئة والاستجابة.

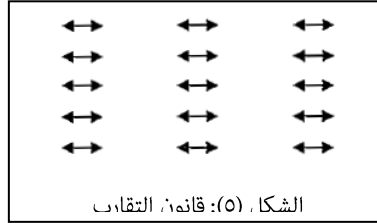
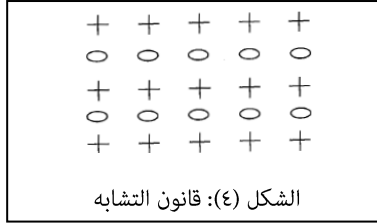


العوامل المؤثرة في الإدراك عند حفظ القرآن الكريم  
الإدراك عملية دقيقة ومعبرة وتكاملية وتتابعية تتضمن العوامل الذاتية والعوامل الخارجية التي  
تؤثر في نشأتها وتنظيمها وإصدار توجيهاتها، منها:

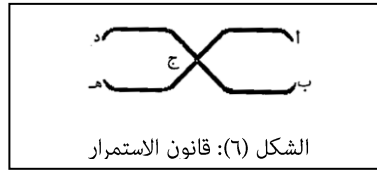
- ١- الصورة والخلفية: يُعتبر المثير البصري وحدة منظمة تتألف من صورة (شكل) وخلفية (حواف)، حيث تتفاعل عناصر الصورة والخلفية معًا لتشكل وحدة بصرية متكاملة.<sup>٣٠</sup>
- ٢- على سبيل المثال: في حفظ القرآن، يمكن التركيز على الآيات كعناصر رئيسية (الصورة) مع فهم السياق (الخلفية) الذي جاء فيه الآية. أو التركيز على معنى آية محددة كصورة والمعاني المرتبطة بها كسياق (خلفية).
- ٣- قانون التشابه: ينص هذا القانون على أن الفرد يدرك المثيرات التي تبدو متشابهة من حيث اللون أو الشكل أو الحجم أو السرعة أو الشدة أو النوع كوحدة واحدة. على سبيل المثال، في حفظ القرآن الكريم، يمكن تجميع الآيات التي تتناول موضوعًا واحدًا وحفظها حسب الموضوع. كما يمكن تجميع الآيات التي تحتوي على معانٍ متشابهة أو كلمات



الشكل (٣): الصورة والخلفية



متكررة وحفظها معًا. استخدام ألوان مميزة لتحديد الآيات يمكن أن يساعد في التعرف



عليها بسهولة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن تقسيم الآيات بناءً على أجراسها وإيقاع كلماتها لتسهيل عملية الحفظ والتذكر. قانون التقارب: يشير هذا القانون إلى أن المثيرات المتقاربة أو المتتالية مكانيا أو زمانيا تترك كوحدة واحدة. مثلا عندما نحفظ القرآن علينا بتقسيم السور أو الصفحات أو الآيات إلى مقاطع صغيرة يمكن حفظها كوحدات متكاملة.

٤- قانون الاستمرار: يشير هذا القانون إلى أننا ندرك المثيرات التي تبدو وكأنها استمرار لمثيرات سابقة كوحدة واحدة. على سبيل المثال، قد يجد البعض صعوبة في تذكر آية

معينة من سورة دون قراءة السورة من بدايتها. عند حفظ الآيات، يمكن التركيز على الروابط المعنوية واللغوية بينها لتعزيز عملية الحفظ والتذكر.

٥- قانون الاغلاق: قانون الإغلاق: يشير هذا القانون إلى ميل الأفراد لإكمال المثيرات الناقصة. فمعظم الناس يمكنهم قراءة خط الآخرين حتى مع نقص بعض الأحرف في كتابتهم. على سبيل المثال، يمكن التدريب على حفظ مقاطع من الآيات ثم محاولة إكمالها من الذاكرة، أو إخفاء بعض الكلمات من الآية ومحاولة استذكارها.

### المبحث الثالث: الذاكرة وتثبيت حفظ القرآن

#### المطلب الأول: الذاكرة Memory

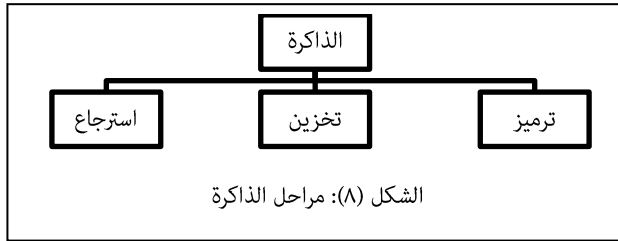
الذاكرة هي نعمة من الله تعالى تساعد البشر على التكيف وتوفير الوقت والجهد في معالجة المعلومات وتخزينها واسترجاعها. تلعب الذاكرة دورًا حاسمًا في حفظ القرآن الكريم، حيث تعتبر أساسًا لتثبيت الآيات واستذكارها عند الحاجة. وتعد الذاكرة "وسيلة للتعلم وأداة لقياسه، إذ لا يمكن حدوث التعلم بدونها، ولا يمكن تقييم التغيير في سلوك الإنسان بدونها".<sup>٣١</sup> كما تُعرف الذاكرة بأنها "الوظيفة العقلية التي تهدف إلى استحضار خبرات ماضية أو معلومات سبق تعلمها أو التعرف عليها، وهي العملية العقلية التي يتم بها تسجيل وحفظ واسترجاع الخبرات الماضية".<sup>٣٢</sup> ولها ثلاث مراحل:<sup>٣٣</sup>

١- مرحلة الترميز: وهي الطريقة التي تعالج بها المعلومات للاحتفاظ بها في الذاكرة. ويتم عبر إعطاء المعاني للمثيرات الحسية الجديدة من خلال عمليات التسميع والتكرار والتنظيم والتلخيص وغيرها.





- ٢- مرحلة التخزين (الاحتفاظ): فيقصد به حفظ المعلومات التي تم ترميزها في الذاكرة لفترة من الزمن، ويكون هذا التخزين إما مؤقتاً أو دائماً. وتجعل المعلومات جاهزة ومنظمة للإستخدام وقت الحاجة، أو لفهم المعلومات اللاحقة.
- ٣- مرحلة الاسترجاع (التذكر): فهو عملية استعادة المعلومات التي تم ترميزها وحفظها في الذاكرة بواسطة الاحتفاظ والاستدعاء والتعرف.



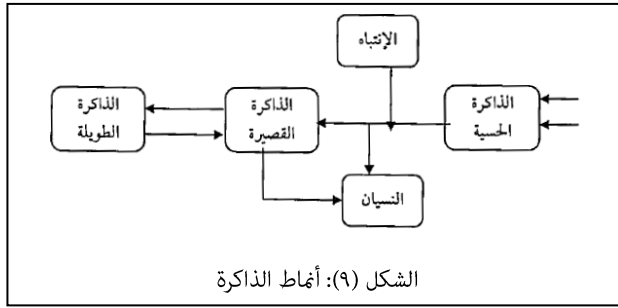
معرفة مراحل الذاكرة تُعد أساسية لفهم كيفية تحسين وتقوية عملية حفظ القرآن الكريم. فكل مرحلة من مراحل الترميز والتخزين والاسترجاع تلعب دوراً حيوياً في كيفية تذكر واسترجاع المحفوظات. هذا الفهم يساهم في إيجاد حلول علمية للتغلب على مشاكل الذاكرة وتعزيز عملية حفظ القرآن. على سبيل المثال، يمكن قياس معدل الاحتفاظ (الوفر) في حفظ القرآن الكريم باستخدام المعادلة التالية:<sup>٣٤</sup>

$$\text{علامة الوفر} = \frac{\text{الزمن اللازم للتعلم الأول} - \text{الزمن اللازم للتعلم الثاني}}{\text{الزمن اللازم للتعلم الأول}} \times 100$$

على سبيل المثال: إذا استغرق ٦ ساعات لحفظ صفحة من القرآن الكريم في المرة الأولى، ثم تمكن الفرد من حفظها في ٣ ساعات فقط عند إعادة التعلم بعد فترة زمنية معينة، فإن مؤشر الوفر كمقياس لحجم الذاكرة سيكون ٥٠%. (يتم حساب ذلك عن طريق طرح الوقت المستغرق في إعادة التعلم (٣ ساعات) من الوقت المستغرق في التعلم الأول (٦ ساعات)، ثم قسمة الناتج على الوقت المستغرق في التعلم الأول (٦ ساعات) وضرب النتيجة في ١٠٠).

### أنماط الذاكرة:

تحدث علماء النفس المعرفي عن ثلاثة أنماط للذاكرة تتمثل ثلاثة نظم في تخزين المعلومات وهذه الأنماط هي: الذاكرة الحسية، الذاكرة القصيرة (العاملية)، الذاكرة الطويلة.



### أولاً: الذاكرة الحسية:

تستقبل الذاكرة الحسية كميات هائلة من المعلومات وتخزنها لفترة وجيزة، حيث تدوم المعلومات فيها لبضع ثوانٍ فقط (ثانية واحدة للمعلومات البصرية، وثانيتين للمعلومات السمعية). نتيجة لذلك، تتلاشى جميع المعلومات التي تصل إلى هذه الذاكرة ويتم نسيانها، باستثناء تلك التي تجذب انتباه الفرد، والذي يعد المسؤول عن نقل المعلومات من الذاكرة الحسية إلى الذاكرة قصيرة المدى.<sup>٣٥</sup> من أهم خصائص الذاكرة الحسية:<sup>٣٦</sup>

١ - تنظيم تمرير المعلومات بين الحواس والذاكرة القصيرة، مما يسمح بتمرير ٤-٥ وحدات معرفية في الوقت الواحد. قد تكون الوحدة المعرفية كلمة أو حرفاً أو جملة أو صورة، حسب نظام المعالجة.

٢ - بعد زوال المثير الحسي، تحتفظ المعلومات بفترة قصيرة لا تتعدى بضع ثوانٍ.

٣ - الحواس الخمسة تنقل الصور الحقيقية عن العالم بدقة عالية.

٤ - لا تقوم بأية معالجات معرفية للمعلومات بل تترك ذلك للذاكرة القصيرة.

تطبيق استراتيجيات الذاكرة الحسية في حفظ القرآن

يمكن تعزيز حفظ القرآن بواسطة استراتيجيات المعرفية للذاكرة الحسية من خلال عدة طرق،  
منها:

١- الاستماع المتكرر إلى التلاوة القرآنية لتحسين القدرة على حفظ الآيات من خلال الذاكرة السمعية.

٢- يمكن للمتعلم أن يستخدم التكرار البصري (القراءة) لتعزيز حفظ القرآن وترميز الآيات في الذاكرة.

٣- تلاوة الآيات من المصحف بصوت مرتفع عدة مرات لتسهيل مرور المعلومات من الذاكرة السمعية والبصرية إلى الذاكرة العاملة.

٤- التركيز على الآيات وعدم السماح للمشتتات الخارجية بالتأثير على عملية الحفظ.

ثانياً: الذاكرة قصيرة المدى (العاملة):

سميت الذاكرة القصيرة بهذا الاسم نظرًا لقدرتها على الاحتفاظ بالمعلومات لفترة قصيرة، تتراوح ما بين ١٥ إلى ٣٠ ثانية، قبل استبدالها بمعلومات أخرى أو بعد انقطاع المعالجة. وتعرف أيضًا بأسماء أخرى مثل: "الذاكرة الفاعلة" و"الذاكرة العاملة". إذ تُعتبر الذاكرة الوحيدة التي تُجري معالجات معرفية بشكل مستمر، بما في ذلك الترميز والتحليل والتفسير، حتى تُصبح المعلومات جاهزة للتخزين في الذاكرة الطويلة أو للاستجابة الفورية بناءً عليها. ومن أهم خصائصها: <sup>٣٧</sup>

١- مدة احتفاظها بالمعلومات محدودة، إذ تبقى لفترة تتراوح بين ١٥ إلى ٣٠ ثانية، ما لم يتم تكرارها أو معالجتها.

٢- سعة التخزين فيها محدودة، حيث يُقدر بحوالي ٧ (±٢) وحدات معرفية، أي ما بين ٥ و ٩ وحدات.

٣- إذا مرت فترة زمنية تبلغ حوالي ١٨ ثانية على وصول مثير لها، ولم يتم معالجته أو تكراره أو التدريب عليه، فإنه سيتم نسيانه.

٤- حدوث أي مشتتات للانتباه خلال معالجة المعلومات فيها يقلل من احتمالية معالجتها وتخزينها في الذاكرة الطويلة أو تذكرها لاحقاً.

- ٥- سرعة توالي دخول المعلومات الجديدة إليها يجبر المعلومات القديمة على الخروج، مما يعني أنها فقدت أو تمت معالجتها بسرعة عالية اعتمادا على القدرات الفردية.
- تطبيق استراتيجيات الذاكرة العاملة في حفظ القرآن
- يمكن تعزيز حفظ القرآن باستخدام استراتيجيات المعرفية وفوق المعرفية للذاكرة العاملة من خلال:
- ١- تجزئة وتقسيم الآيات القرآنية إلى مقاطع قصيرة، تتراوح عادة بين ٥ إلى ٩ آيات (اجزاء من الآية)، لتسهيل حفظها، ثم تجميعها تدريجيًا.
  - ٢- تكرار الآيات والمقاطع الصغيرة بشكل منظم.
  - ٣- تدوين وكتابة الآيات بعد قراءتها بصوت عال، لتثبيت حفظها.
  - ٤- تقييم مدى التقدم في الحفظ ومراقبة الأخطاء التي تحدث أثناء التكرار.
  - ٥- تحديد أوقات للمراجعة اليومية والأسبوعية لضمان تثبيت المعلومات في الذاكرة طويلة المدى.

ثالثًا: الذاكرة طويلة المدى:

- تُعتبر الذاكرة طويلة كمخزن يحتوي على كم هائل من المعلومات التي يكتسبها الفرد عبر مراحل حياته المختلفة. تستمد معلوماتها من الذاكرة العاملة، كما تقوم بتزويد الذاكرة العاملة بالمعلومات عند الحاجة إليها لإتمام عمليات الترميز عند التعامل مع المثيرات الحسية الجديدة، ولمساعدة الفرد في مواقف التفكير والتعلم وحل المشكلات. وتتميز بعدة خصائص، منها:<sup>٣٨</sup>
- ١- ليس هناك حدود لكمية المعلومات التي يمكن استيعابها.
  - ٢- ليس هناك حدود زمنية لمدة احتفاظها بالمعلومات.
  - ٣- يتم تخزين جميع المعلومات التي تصل إليها، حتى لو لم نتمكن من استدعائها لاحقًا.
  - ٤- يتأثر استرجاع المعلومات منها بعدة عوامل، منها فعالية الترميز في الذاكرة العاملة، والحالة المزاجية للشخص عند الترميز أو الاسترجاع، ودرجة أهمية المعلومات للشخص، والسياق الذي تم فيه الترميز أو الاسترجاع.

تطبيق استراتيجيات الذاكرة طويلة المدى في حفظ القرآن

يمكن تعزيز حفظ القرآن بواسطة استراتيجيات الذاكرة طويلة المدى، نحو:

- ١- مراجعة الآيات بشكل دوري مما يساعد في تثبيتها في الذاكرة طويلة المدى. وذلك باستخدام جداول زمنية للمراجعة تشمل تكرار المراجعة على فترات مختلفة (يومي، أسبوعي، شهري).
- ٢- فهم معاني الآيات والسياق الذي وردت فيه.
- ٣- استخدام التصور الذهني لتكوين صور بصرية للآيات ومعانيها.
- ٤- التفاعل مع الآيات من خلال التدريس أو النقاش مع الآخرين.
- ٥- ممارسة الاسترجاع المتكرر للآيات عن طريق التلاوة من الحفظ.
- ٦- المشاركة في جلسات مراجعة دورية واختبارات ذاتية.

المبحث الرابع: استرجاع المحفوظات واستنكار الآيات

المطلب الأول: النسيان

النسيان هو ظاهرة نفسية إنسانية لها جوانب إيجابية وسلبية. فهو العملية المعاكسة للتذكر والاستدعاء، ويتمثل في فقدان الكلي أو الجزئي، الدائم أو المؤقت لبعض الخبرات.<sup>٣٩</sup> كما أنه عملية طبيعية يمكن أن تحدث في جميع مراحل الذاكرة: الترميز، التخزين، والاسترجاع. وعادة يتم قياس النسيان من خلال الفرق بين ما يتم اكتسابه وما يتم تذكره، كما هو موضح في المعادلة

$$\text{النسيان} = \text{كمية التذكر} - \text{مقدار التعلم}$$

التالية:

## حفظ القرآن الكريم من خلال استراتيجيات علم النفس المعرفي

م. د منتظر شكر خضر البياتي / كلية العلوم الإسلامية – جامعة وارث الأنبياء

muntadher.a@uowa.edu.iq



إذا حفظ طالب ٢٠ صفحة من القرآن، وعند التذكر تمكن من استذكار ١٢ صفحة، فمقدار نسيانه تساوي ٨ صفحات أي ٤٠%. (٢٠ صفحة ناقص ١٢ صفحة، مقسوما على ٢٠ صفحة، والحاصل مضروبا في ١٠٠).

يعتقد العديد من الباحثين أن التجارب التي يمر بها الفرد أثناء تفاعلاته المستمرة تترك آثارًا دائمة في الذاكرة. ومع ذلك، قد يكون من الصعب تذكرها بسبب عدة عوامل، مثل ظروف الاكتساب والتركيز، أو عدم ترميز المعلومات بشكل صحيح منذ البداية، أو فقدانها بمرور الوقت بعد تخزينها، أو عدم القدرة على استرجاعها.

المطلب الثاني: نظريات النسيان وحفظ القرآن الكريم

أولا: نظرية التعفن أو الضمور:

تشير هذه النظرية إلى أن المعلومات المخزنة في الذاكرة طويلة المدى تبدأ بالتلاشي والضمور مع مرور الوقت. وذلك لأن الوصلات العصبية تتعرض للتلف والتمزق مع التقدم في العمر أو عند عدم استخدامها، مما يجعل المعلومات المرتبطة بهذه الوصلات العصبية غير قابلة للاسترجاع والتذكر.<sup>٤٠</sup>

في عملية حفظ القرآن الكريم، إذا تم التوقف عن مراجعة الآيات المحفوظة، فإنها تبدأ في النسيان مع مرور الوقت. للتغلب على هذا الأمر، يجب إعداد جدول زمني منظم لمراجعة الآيات، مما يساعد في الحفاظ على قوتها في الذاكرة وضمان بقائها في الذاكرة طويلة المدى.

ثانيا: نظرية التداخل

هذه النظرية تشير إلى أن المعلومات الجديدة تتداخل مع المعلومات السابقة أثناء معالجتها في الذاكرة العاملة، أو خلال تخزينها في الذاكرة طويلة المدى. بالإضافة إلى ذلك، يعمل النشاط الزائد والمهام التي يقوم بها الفرد خلال اليوم على زيادة هذا التداخل، مما يؤدي في النهاية إلى نسيان المعلومات.<sup>٤١</sup> وهناك نوعان من التداخل:<sup>٤٢</sup>

١- التداخل البعدي أو الكف البعدي:

## حفظ القرآن الكريم من خلال استراتيجيات علم النفس المعرفي

م. د منتظر شكر خضر البياتي / كلية العلوم الاسلامية – جامعة وارث الانبياء

muntadher.a@uowa.edu.iq



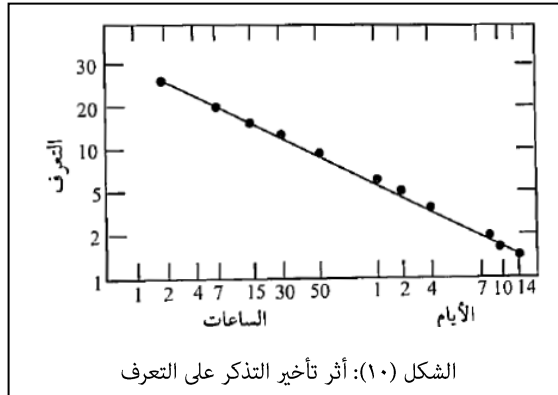
ويحدث ذلك عندما تؤثر المعلومات الجديدة على استرجاع المعلومات القديمة. وقد يحدث ذلك في عملية حفظ القرآن الكريم، حينما تؤدي حفظ الآيات الجديدة إلى نسيان الآيات القديمة. وللتغلب على ذلك، يمكن تنظيم المراجعات الدورية تجمع بين الآيات القديمة والجديدة لتقليل تأثير التداخل.

### ٢- التداخل القبلي أو الكف قبلي:

ويحدث ذلك عندما تؤثر المعلومات القديمة على تعلم المعلومات الجديدة. ويمكن أن يحدث ذلك في عملية حفظ القرآن الكريم، حينما تعيق الآيات المحفوظة مسبقاً عملية حفظ الآيات الجديدة. ولتجنب ذلك، يمكن تخصيص وقت محدد لحفظ آيات جديدة بشكل منفصل عن مراجعة الآيات القديمة.

### المطلب الثالث: منحى النسيان

يتعلق مفهوم النسيان بالزمن، حيث يزداد احتمال النسيان كلما زادت المدة الزمنية بعد عملية التعلم. قد أكدت هذه العلاقة إيبينجهاوس في عام ١٨٨٥ من خلال منحى النسيان. ووفقاً لدراسات ويكليرين عام ١٩٧٥، تبين أن تكليف الأشخاص بدراسة سلسلة من المفردات ومن ثم التعرف عليها بعد فترة زمنية معينة، سواء كانت دقائق محدودة أو أيام، يؤدي إلى تناقض كمية الاحتفاظ في التعرف على المفردات بزيادة المدة الزمنية للتأخير، كما يظهر في الشكل التالي:<sup>٢</sup>



إذاً، مع مرور الوقت، تفقد الذاكرة قدرتها على الاحتفاظ بالمعلومات، حيث يمكن أن تخسر حوالي ٧٠% من المعلومات بعد يوم واحد فقط، ويبقى حوالي ٣٠% منها فقط. يمكن أن تختلف هذه النسبة من شخص لآخر، فقد تزيد أو تقل حسب الفرد.

المطلب الرابع: تعزيز استراتيجيات الذاكرة في حفظ القرآن الكريم  
 هناك استراتيجيات متعددة في علم النفس المعرفي لتعزيز قدرة أداء الذاكرة. تركز بعض هذه الاستراتيجيات على التمهيدات قبل عملية الحفظ، مثل ممارسة التأمل أو التنفس العميق لتقليل التوتر وزيادة التركيز، واختيار مكان هادئ ومريح بعيداً عن الضوضاء والمشتتات، بالإضافة إلى تخصيص أوقات محددة للحفظ اليومي. بالإضافة إلى ذلك، توجد استراتيجيات تعزز عمليات الترميز والتخزين والاسترجاع، منها:٤

أولاً: استراتيجية التنظيم والتجزئة

تقسيم المعلومات إلى وحدات صغيرة ومنظمة يجعل حفظ الآيات واسترجاعها أسهل. لتطبيق هذه الاستراتيجية، يمكن تقسيم صفحات القرآن (١٥ سطرًا) إلى مقاطع أصغر (٤ مقاطع)، ومن ثم تقسيم آيات كل مقطع إلى أجزاء أصغر لتسهيل حفظها. بعد ذلك، يمكن تجميع هذه الأجزاء تدريجيًا. انظر الشكل التالي لتقسيم المقطع الأول من سورة الملك:

تَبْرَكَ الَّذِي يَدِّهِ الْمَلَكُ  
 وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ١

الَّذِي خَلَقَ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ طِبَاقًا  
 مَا تَرَى فِي خَلْقِ الرَّحْمَنِ مِنْ تَفَوتٍ ٢  
 فَأَرْجِعِ الْبَصَرَ هَلْ تَرَى مِنْ فُطُورٍ  
 ٣

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ  
 لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا  
 وَهُوَ الْعَزِيزُ الْعَفُورُ ٢

الشكل (١١): تقسيم المقطع الأول من سورة الملك

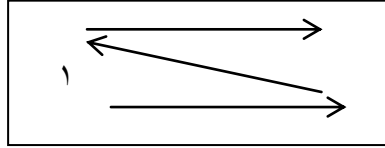


ثانيا: استراتيجية الربط البصري والسمعي

استخدام الصور والأصوات لربط المعلومات يعزز عملية استقبال الذاكرة الحسية. كذلك، يساعد الاستماع إلى التلاوة القرآنية أثناء النظر إلى المصحف الشريف في عملية حفظ القرآن الكريم، حيث يُدخِل عددًا أكبر من المثيرات إلى الذاكرة العاملة.

ثالثا: الكلمة المفتاحية

يمكن قراءة الآيات واختيار كلمة منها بمثابة مفتاح يدل على الفقرة أو الآية الكاملة. ويفضل أن



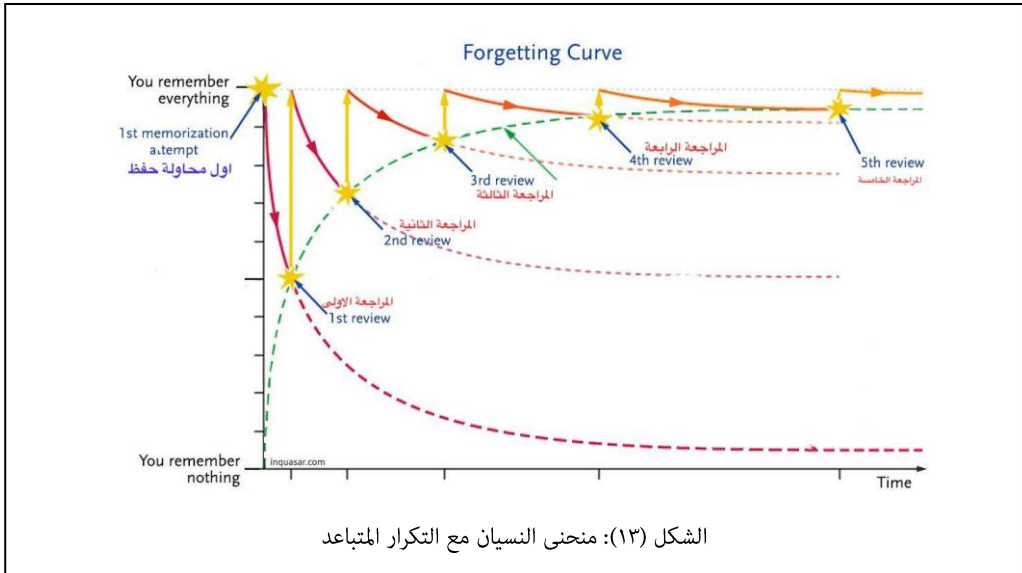
الشكل (١٢): تقسيم المقطع الأول من سورة الملك

تكون هذه الكلمة من نهاية الآية لتعزيز عملية الحفظ. ويمكن أن تكون من بداية الآية، أو كلاهما معا. على سبيل المثال: لحفظ الآية الأولى من سورة الملك، نختار كلمة "القدير" لتكون الكلمة المفتاحية، ثم نرجع ونحفظ من نهاية الآية إلى بدايتها.

رابعا: التكرار المتباعد

إحدى الطرق التي يمكن أن تحسن بشكل كبير من الاحتفاظ بالمعلومات هي التكرار المتباعد. يتضمن هذا الأسلوب مراجعة ما تحاول حفظه على فترات زمنية معينة ومتزايدة، مما يعزز الذاكرة طويلة المدى. لتثبيت حفظ القرآن باستخدام تقنية التكرار المتباعد، يمكن تقسيم الآيات إلى مجموعات صغيرة وفهم معانيها، بحيث تكون تمارين الحفظ أكثر تكرارًا في البداية، ثم تتباعد تدريجيًا حتى يصل التعلم إلى المستوى المطلوب. انظر الجدول (١) والشكل (١١).

الجدول (١) خطاطة التكرار المتباعد	
التكرار الأول	بعد ١٥ - ٢٠ دقيقة
التكرار الثاني	بعد ٦ - ٨ ساعات
التكرار الثالث	بعد ٢٤ ساعة
التكرار الرابع	بعد ٢ - ٣ أسابيع
التكرار الخامس	بعد ٢ - ٣ أشهر
التكرار السادس	بعد ٦ - ٨ أشهر
التكرار السابع	بعد سنة



هناك برامج يساعد في عملية التكرار المتباعد، استخدم الرابط التالي لحفظ الصفحة الأولى من سورة الملك:

[https://ankipro.net/shared\\_deck/kQTTwge1](https://ankipro.net/shared_deck/kQTTwge1)



#### الخاتمة

من خلال توضيح مفاهيم حفظ القرآن الكريم وعلم النفس المعرفي، يتضح لنا:

- 1- الاستراتيجيات المعرفية وفوق المعرفية، تسهم بشكل كبير في تعزيز حفظ واسترجاع آيات القرآن الكريم.
- 2- يقدم علم النفس المعرفي أدوات وأساليب هامة، مثل الانتباه والإدراك وتنظيم المعلومات، التي يمكن تطبيقها لتحسين عملية الحفظ.
- 3- تتداخل هذه العوامل المعرفية بشكل كبير في عملية حفظ القرآن الكريم، مما يعزز أهمية تكامل هذه العمليات لتحقيق نتائج مثمرة في حفظ القرآن الكريم.
- 4- معرفة العوامل الرئيسية التي تؤثر على عملية الحفظ، مثل ضعف التركيز، التشتت الذهني، ونقص استراتيجيات التذكر، تساعد في تحديد وتطوير طرق علاجية فعالة للتعامل معها.
- 5- استخدام الاستراتيجيات المستندة إلى علم النفس المعرفي، مثل التنظيم والتجزئة، الكلمات المفتاحية، والتكرار المتباعد، يُحسن عملية التذكر ويسهم في تقليل الجهد والوقت اللازمين لحفظ القرآن الكريم.

## الهوامش

- ١ العفون والجليل، التعلم المعرفي واستراتيجية معالجة المعلومات، ص ٥٣.
- ٢ ابن فارس، معجم مقاييس اللغة، ج ٢، ص: ٨٧
- ٣ الفراهيدي، كتاب العين، ج ٣، ص: ١٩٨؛ الأزهرى، تهذيب اللغة، ج ٤، ص: ٢٦٥
- ٤ ينظر: الراغب الأصفهاني، مفردات ألفاظ القرآن، ص: ٢٤٤
- ٥ الجوهري، الصحاح: تاج اللغة و صحاح العربية، ج ٣، ص: ١١٧٢
- ٦ الفيومي، المصباح المنير فى غريب الشرح الكبير للرافعى، ج ٢، ص: ١٤٢
- ٧ الزبيدي، تاج العروس من جواهر القاموس، ج ١٠، ص: ٤٦٦
- ٨ ينظر: العسكري، الفروق فى اللغة، ص: ١٧
- ٩ الطوسي، الأمالي، ص: ٧
- ١٠ الكليني، الكافي، ج ٢، ص: ٦٠٦
- ١١ الصدوق، ثواب الأعمال، ص: ١٠١
- ١٢ الحر العاملي، وسائل الشيعة، ج ٦، ص: ١٧٦
- ١٣ سولسو، علم النفس المعرفي، ص: ٥
- ١٤ العتوم، علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق، ص: ٢٥
- ١٥ ينظر: المصدر السابق، ص: ٣٤-٣٧
- ١٦ الحمداني، الابعاد الاستراتيجية، ص: ٢٠
- ١٧ مجموعة مؤلفين، عن الاستراتيجية، ص ١٢
- ١٨ الابعاد الاستراتيجية، ص ٢١
- ١٩ ينظر: التعلم المعرفي واستراتيجية معالجة المعلومات، ص ٢٧
- ٢٠ ينظر المصدر السابق، ص ٢٧ و ٤٠
- ٢١ الاعراف: ٢٠٤
- ٢٢ محمد وعيسى، اتجاهات حديثه في علم النفس المعرفي، ص ١٠٠
- ٢٣ سولسو، علم النفس المعرفي، ص: ١٩٣

- ٢٤ العتوم، علم النفس المعرفي، ص: ٧٥  
٢٥ ينظر: التميمي، علم النفس المعرفي، ص: ٤٨  
41: p. A Student's Handbook ٢٦ W. Eysenck, Cognitive Psychology  
٢٧ Gobet, Foundations of Cognitive Psychology, p:47  
٢٨ محمد وعيسى، اتجاهات حديثة في علم النفس المعرفي، ص: ١٢٧  
٢٩ ينظر: العتوم، علم النفس المعرفي، ص: ٧٤  
٣٠ ينظر: المصدر السابق، ص ١١٣  
٣١ ينظر: المصدر السابق، ص: ١٢٧  
٣٢ التميمي، علم النفس المعرفي، ص: ٦٠  
٣٣ ينظر: أبوغزال، علم النفس العام، ص ١٢٩-١٣١  
٣٤ ينظر: العتوم، علم النفس المعرفي، ص ١٣٢  
٣٥ ينظر: أبوغزال، علم النفس العام، ص: ١٣٣  
٣٦ العتوم، علم النفس المعرفي، ص: ١٣٤  
٣٧ ينظر: المصدر السابق، ص: ١٣٨-١٣٩  
٣٨ ينظر: المصدر السابق، ص: ١٤٣  
٣٩ ينظر: الزغلول، علم النفس المعرفي، ص: ٧٤  
٤٠ ينظر: العتوم، علم النفس المعرفي، ص: ١٥٠  
٤١ أبوغزال، علم النفس العام، ص ١٤٥  
٤٢ ينظر: الزغلول، علم النفس المعرفي، ص ٧٦  
٤٣ ينظر: العتوم، علم النفس المعرفي، ص: ١٥٠  
٤٤ ينظر: المصدر السابق، ص ١٥٣-١٥٧  
المصادر

- ١ القرآن الكريم  
٢ ابن فارس، احمد بن فارس، معجم مقاييس اللغة، قم، مكتب الإعلام الإسلامي. مركز النشر، ط١،  
١٤٠٤هـ.

## حفظ القرآن الكريم من خلال استراتيجيات علم النفس المعرفي

م. د منتظر شكر خضر البياتي / كلية العلوم الاسلامية – جامعة وارث الانبياء

muntadher.a@uowa.edu.iq

- ٣ أبو غزال، معاوية محمود، علم النفس العام، عمان، دار وائل للنشر والتوزيع، ط٢، ٢٠١٥م.
- ٤ الأزهرى، محمد بن احمد، تهذيب اللغة، بيروت، دار إحياء التراث العربي، ط١، ١٤٢١هـ.
- ٥ التميمي، محمود كاظم، علم النفس المعرفي، عمان، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط١، ٢٠١٤م.
- ٦ الجوهري، اسماعيل بن حماد، الصحاح تاج اللغة و صحاح العربية، بيروت، دار العلم للملايين، ط٣، ١٤٠٤هـ.
- ٧ الحر العاملي، محمد بن الحسن، وسائل الشيعة، قم، مؤسسة آل البيت ع لإحياء التراث، ط٤، ١٤٣٨هـ.
- ٨ الحمداني، عمر حميد عبد، الأبعاد الاستراتيجية الأوروبية في الشراكة الأورومتوسطية، رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، ٢٠١١م.
- ٩ الراغب الاصفهاني، حسين بن محمد، مفردات ألفاظ القرآن، بيروت، دار الشامية، ط١، ١٤١٢هـ.
- ١٠ الزبيدي، مرتضى، تاج العروس من جواهر القاموس، بيروت، دار الفكر، ط١، ١٤١٤هـ.
- ١١ الزغول والزرغول، رافع النصير و عماد عبدالرحيم، علم النفس المعرفي، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، بلاطبع وتاريخ.
- ١٢ سولسو، روبرت، علم النفس المعرفي، ترجمة: محمد نجيب الصبورة وآخرون، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ط٢، ٢٠٠٠م.
- ١٣ الشيخ الصدوق، محمد بن علي بن بابويه، ثواب الأعمال و عقاب الأعمال، قم، دار الشريف الرضي للنشر، ط٢، ١٤٠٦هـ.
- ١٤ الطوسي، محمد بن الحسن، الأمالي، قم، دار الثقافة، ط١، ١٤١٤هـ.
- ١٥ العتوم، عدنان يوسف، علم النفس المعرفي النظرية والتطبيق، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط٣، ٢٠١٢م.
- ١٦ العسكري، حسن بن عبد الله، الفروق في اللغة، بيروت، دار الآفاق الجديدة، ١٤٠٠هـ.
- ١٧ العفون و جليل، نادية حسين ووسن ماهر، التعلم المعرفي وإستراتيجية معالجة المعلومات، عمان، دار المناهج للنشر والتوزيع، ط١، ٢٠١٣م.
- ١٨ الفراهيدي، خليل بن احمد، كتاب العين، قم، مؤسسة دار الهجرة، ط٢، ١٤٠٩هـ.
- ١٩ الفيومي، احمد بن محمد، المصباح المنير في غريب الشرح الكبير للرافعي، قم، مؤسسة دار الهجرة، ط٢، ١٤١٤هـ.
- ٢٠ الكليني، محمد بن يعقوب بن إسحاق، الكافي، طهران، دار الكتب الاسلامية، ط٤، ١٤٠٧هـ.
- ٢١ مجموعة مؤلفين، عن الإستراتيجية، ترجمة: خليل سمرين، الرياض، العبيكان للنشر، ط١، ٢٠١٦م.
- ٢٢ محمد وعيسى، شذى عبدالباقي ومصطفى محمد، اتجاهات حديثة في علم النفس المعرفي، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط١، ٢٠١١م.

23 Gobet & Chassy, Fernand & Philippe, Foundations of Cognitive Psychology. Uk, McGraw Hill Education, 2011.

24 W. Eysenck & T. Keane, Michael & Mark, **Cognitive Psychology A Student's Handbook**, London, Psychology Press, 8 Edition, 2020.

-----  
**Sources:**

1. **The Holy Quran**
2. Ibn Faris, Ahmad bin Faris, **Ma'jam Maqayis al-Lughah**, Qom, Islamic Information Office, Center for Publishing, 1st Edition, 1404 AH.
3. Abu Ghazal, Muawiya Mahmoud, **General Psychology**, Amman, Dar Wael for Publishing and Distribution, 2nd Edition, 2015.
4. Al-Azhari, Muhammad bin Ahmad, **Tahdhib al-Lughah**, Beirut, Dar Ihya al-Turath al-Arabi, 1st Edition, 1421 AH.
5. Al-Tamimi, Mahmoud Kazim, **Cognitive Psychology**, Amman, Dar Safa for Publishing and Distribution, 1st Edition, 2014.
6. Al-Jawhari, Ismail bin Hammad, **Al-Sihah Taj al-Lughah wa Sahah al-Arabiyyah**, Beirut, Dar al-Ilm lil-Malayin, 3rd Edition, 1404 AH.
7. Al-Hurr al-Amili, Muhammad bin al-Hasan, **Wasa'il al-Shi'ah**, Qom, Al-Bayt Foundation for Reviving Heritage, 4th Edition, 1438 AH.
8. Al-Hamdani, Omar Hamid Abdul, **The European Strategic Dimensions in the Euro-Mediterranean Partnership**, Master's Thesis, Mu'tah University, 2011.
9. Al-Raghib al-Isfahani, Hussein bin Muhammad, **Mufradat Alfaz al-Quran**, Beirut, Dar al-Shamiyah, 1st Edition, 1412 AH.
10. Al-Zabidi, Murtada, **Taj al-Arus min Jawahir al-Qamus**, Beirut, Dar al-Fikr, 1st Edition, 1414 AH.
11. Al-Zughul and Al-Zughul, Rafi' al-Nasir and Imad Abdulrahim, **Cognitive Psychology**, Amman, Dar al-Shorouk for Publishing and Distribution, No Edition or Date.
12. Solso, Robert, **Cognitive Psychology**, Translated by: Muhammad Najib Al-Sabbura et al., Cairo, Anglo-Egyptian Library, 2nd Edition, 2000.
13. Al-Sheikh al-Saduq, Muhammad bin Ali bin Babawayh, **Thawab al-A'mal wa Iqab al-A'mal**, Qom, Dar al-Sharif al-Radi for Publishing, 2nd Edition, 1406 AH.
14. Al-Tusi, Muhammad bin al-Hasan, **Al-Amali**, Qom, Dar al-Thaqafa, 1st Edition, 1414 AH.

15. Al-Attoum, Adnan Youssef, **Cognitive Psychology: Theory and Application**, Amman, Dar Al-Masirah for Publishing, Distribution and Printing, 3rd Edition, 2012.
16. Al-Askari, Hassan bin Abdullah, **Al-Furuq fil-Lughah**, Beirut, Dar Al-Afaq Al-Jadida, 1400 AH.
17. Al-Afun and Jalil, Nadia Hussein and Wosn Maher, **Cognitive Learning and Information Processing Strategy**, Amman, Dar Al-Manahij for Publishing and Distribution, 1st Edition, 2013.
18. Al-Farahidi, Khalil bin Ahmed, **Kitab al-Ain**, Qom, Dar al-Hijrah Foundation, 2nd Edition, 1409 AH.
19. Al-Fayoumi, Ahmad bin Muhammad, **Al-Misbah al-Munir fi Gharib al-Sharh al-Kabir lil-Rafi'i**, Qom, Dar al-Hijrah Foundation, 2nd Edition, 1414 AH.
20. Al-Kulayni, Muhammad bin Ya'qub bin Ishaq, **Al-Kafi**, Tehran, Dar al-Kutub al-Islamiyya, 4th Edition, 1407 AH.
21. Group of Authors, **About Strategy**, Translated by: Khalil Samrin, Riyadh, Obeikan Publishing, 1st Edition, 2016.
22. Muhammad and Issa, Shatha Abdul-Baqi and Mustafa Muhammad, **Modern Trends in Cognitive Psychology**, Amman, Dar Al-Masirah for Publishing, Distribution and Printing, 1st Edition, 2011.
23. Gobet & Chassy, Fernand & Philippe, **Foundations of Cognitive Psychology**, UK, McGraw Hill Education, 2011.
24. Eysenck, Michael W. & Keane, Mark T., **Cognitive Psychology: A Student's Handbook**, London, Psychology Press, 8th Edition, 2020.