



التشتت الذهني لدى الموهوبين: أسبابه، تأثيره، والأساليب الفعالة في التحيد من أثره وآثاره

اسم الكاتب

الدكتور حامد بن جاسم السهو

أستاذ التربية الخاصة المشارك، كلية التربية الأساسية، الكويت

تم نشره بواسطة

مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة والإبداع "موهبة"

© 2025 مؤسسة موهبة. جميع الحقوق محفوظة.

للاقتباس من هذه المقالة يمكن نسخ التالي:

السهو، حامد (2024، أكتوبر). التشتت الذهني لدى الموهوبين: أسبابه، تأثيره، والأساليب الفعالة في التحيد من أثره وآثاره. مؤسسة الملك عبدالعزيز ورجاله للموهبة والإبداع (موهبة). تم الاسترجاع من:

[/https://www.mawhiba.sa/qualitative-knowledge/digital-library/articles](https://www.mawhiba.sa/qualitative-knowledge/digital-library/articles)

موهبة.. حيث تنتمي.

التشتت الذهني لدى الموهوبين: أسبابه، تأثيره، والأساليب الفعالة في التحديد من أثره وآثاره

الدكتور حامد بن جاسم السهو، أستاذ التربية الخاصة المشارك، كلية التربية الأساسية، الكويت

المقدمة

من المتعارف عليه في الأوساط التربوية أن الموهوبين يمتازون بقدرات ذهنية وعمليات نفسية إدراكية تفوق أقرانهم من نفس الفئة العمرية، وعليه تطورت البرامج التربوية ونشأ منها برامج خاصة تهتم بتقديم خدمات تربوية إثرائية للموهوبين تتماشى مع قدراتهم الذهنية المتقدمة. وعلى الرغم من تلك القدرات إلا أن الموهوبين كغيرهم قد يواجهون حالة من الشتات الذهني باختلاف نوعه ودرجته. بل قد يرى البعض أن احتمالية تشتت الذهني عند الموهوبين تكون أعلى من زملائهم لتعرضهم لضغوط خاصة بهم كونهم موهوبين. لذا تسعى هذه المقالة إلى تسليط الضوء على مفهوم التشتت الذهني ومؤثراته وأسبابه المحتملة وكيفية التعامل معه والتقليل من تأثيره على الموهوبين، ومساعدتهم على تقوية التركيز لديهم بناءً على ما توصلت إليه الدراسات النفسية والتربوية.

مفهوم التشتت الذهني

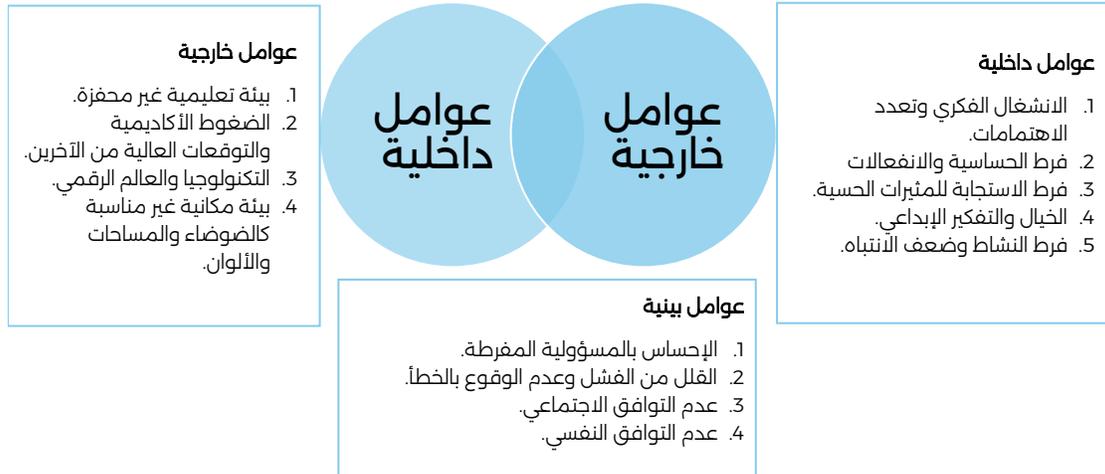
التشتت الذهني هو ظاهرة نفسية مرتبطة بصعوبة الحفاظ على التركيز المستمر على مهمة أو نشاط معين، حيث يبدأ الذهن في الانتقال بين الأفكار دون ارتباط مباشر بالمهمة الحالية. ومن الضروري هنا ذكر أن هذه الظاهرة قد تنشأ عند الموهوب لعدة أسباب مختلفة ابتداءً من الشعور بالضجر والملل من المهام المنوطة بالموهوب وانتهاءً بحالات تصنف على أنها مزدوج الاستثنائية (Twice exceptional) حيث يجمع الطالب قدرات الموهوب مع وجود صعوبة تعليمية خاصة SpLD متمثلة بفرط النشاط وفقد الانتباه ADHD. ولذلك قد تتنوع التعاريف الخاصة بمفهوم التشتت الذهني وفقاً للأسباب التي نشأ منها.

فعلى سبيل المثال، يُعرف هذا المفهوم أيضًا بالـ "Mind-wandering" كما ورد في دراسة مارترلي و بيلفارد (Martarelli & Baillifard, 2024)، حيث يظهر كرد فعل استكشافي لحالة الملل، إذ يلجأ الأفراد إلى التشتت الذهني كوسيلة للهروب من المهام غير المثيرة للاهتمام أو التي لا تشكل تحديًا. ولذلك تلعب البيئة المحيطة بالموهوب دور تفاعلي يسهم في أما زيادة فرص الوقوع في حالات التشتت وفقد التركيز أو استثمار طاقاته عبر الذهنية بالشكل المناسب عبر أنشطة ومهام تلائم حاجات الموهوب.

وحتى الأطفال الموهوبين الذين يعانون من ADHD، فإن التشتت الذهني يمكن أن يظهر كاستجابة لعدم التحفيز الناتج عن البيئة التعليمية التي لا تتلاءم مع مستوى إمكاناتهم الفكرية، مما يؤدي إلى الشعور بالملل والانشغال بأفكار أخرى. كما أشارت دراسة قوميز وآخرون (Gomez et al., 2020) إلى أن الموهوبين الذين يعانون من ADHD غالبًا ما يكون لديهم توجه للانخراط في "التشتت الذهني" بسبب تفوقهم في بعض المهام مقارنةً بأقرانهم، مما يخلق لديهم شعورًا بعدم الرضا وعدم التحفيز نحو الأنشطة المقدمة. وتوضح الأبحاث أن التشتت الذهني ليس مشكلة عرضية فحسب، بل يرتبط بمشكلات في الأداء التنفيذي، خاصة عند الأطفال الذين يعانون من اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD)، حيث يؤثر هذا الاضطراب على قدرتهم في التحكم والتركيز على المهام لفترات طويلة، كما أشار فيرت (Fert, 2023) إلى أن هؤلاء الأطفال يظهرون مستوى متزايد من الاستجابة للمثيرات الخارجية وصعوبة في أداء الأعمال التي تتطلب التزامًا زمنيًا، مما يعزز من احتمالية تعرضهم للتشتت الذهني المستمر.

عوامل التشتت الذهني

يتعرض كل فرد منا إلى مثيرات كثيرة قد تشكل عائقًا يمنعنا من المحافظة على قوة التركيز لدينا وذلك من خلال صرف أذهاننا نحو موضوعات أخرى قد تكون جانبية أو غير مهمة متناسين بقصد أو عن غير قصد المواضيع الرئيسية. تعتبر تلك المثيرات عوامل لتشتت الانتباه وفقد التركيز عند الموهوب تختلف بطبيعتها وحجم تأثيرها من موهوب إلى آخر. كما أنها تتنوع طبيعتها فمنها العوامل المادية الفيزيائية ومنها العوامل المعنوية المجردة ومنها عوامل تفاعلية وعوامل وراثية وأخرى مكتسبة. ولكثرة تلك العوامل فإننا أفضل تصنيفها حسب نشأتها إلى ثلاث أنواع رئيسية: عوامل خارجية، عوامل داخلية، وعوامل متداخلة أو بينية كما هو موضح في الشكل التالي:



شكل 1. عوامل التشتت الذهني

ولا يسعنا في هذا المقال التطرق إلى جميع العوامل التي توصلت إليها الدراسات النفسية والتربوية بإسهاب، إلا أن الشكل السابق يلخص العلاقة بين العوامل الخارجية والعوامل الداخلية وتعلل أسباب وقوع الموهوب في حالات التشتت الذهني.

الإرشادات التربوية والإستراتيجيات العلمية لتعزيز التركيز الذهني

في الحقيقة، لا تقتصر برامج رعاية الموهوبين على تقديم مناهج إثرائية لمنتسبيها، بل تقدم برنامج متكامل يراعي الحاجات النفسية والاجتماعية والأكاديمية للموهوبين لضمان نمو متكامل تتماشى جوانبه مع النمو المعرفي لديهم. ولذلك يجب أن تكون البرامج التي تسعى إلى رعاية الموهوبين مبنية على أسس صلبة قائمة على تلبية الحاجات بالدرجة الأولى وتوفير بيئة داعمة لها.

لذا هذا المقال يقدم عدد من الإرشادات التي يجب أن يتضمنها البرنامج للسيطرة على حالات التشتت الذهني المحتملة لدى الموهوبين ويمكن تلخيصها بالتالي:

- 1- الحرص على ملائمة الخدمات التعليمية المقدمة للموهوبين بحيث تتناسب مع قدرات العقلية والعملية لتفادي الوقوع بالملل والضجر من الأنشطة غير الملائمة.
- 2- تقديم خدمات للموهوبين وفقاً لمبدأ الموهوبين فئة غير متجانسة وبالتالي تفعيل مبادئ تفريد عمليات التعلم والتعليم.
- 3- استخدام الخطط التربوية الفردية للطلاب الذين يعانون من بعض المشاكل مبنية على أحد المنهاج الإرشادية المعروفة سواء كان منهج وقائي أو نمائي أو علاجي أو تأهيلي.
- 4- تفعيل دور مشرف الفصل بحيث يجتمع مع كل موهوب بحده لرسم الأهداف أكاديمية طويلة وقصيره المدى بحيث يساهم المشرف في إعادة توجيه الطالب نحو الأهداف المنطقية والملائمة.
- 5- يساهم القائمين على البرنامج في التخفيف من وطئت التصنيف Labeling على الموهوب من خلال عمل كل من الباحث الاجتماعي والأخصائي النفسي. فقد يشكل التصنيف ضغط على الطالب مما يسبب التوتر والخوف من الخطأ ومن ثم التشتت الذهني.
- 6- تقديم إرشادات للوالدين حول تشكيل توقعات والدية منطقية لا تؤثر سلباً على صفاء ذهن الطالب وذلك من خلال توفير ودورات او ورش عمل خاصة بأسر الموهوبين.
- 7- تقليص المثيرات الخارجية السلبية وموائمة البيئة التعليمية لتكون أكثر تحفيزاً.

هذه الإرشادات قد تكون كفيلة في حماية الموهوبين من الوقوع في التشتت الذهني أو على الأقل السيطرة عليه و مع ذلك يجب أن يتضمن البرنامج على خدمات مساندة مبنية على بعض الاستراتيجيات النفسية المناسبة لتدريب الطلبة على مجموعة من المهارات التي تحسن من أدائه الأكاديمي و من بين هذه الاستراتيجيات ما يلي:

- 1- تدريب الطلاب الموهوبين على مهارات التنظيم الذاتي.
- 2- تدريب الطلاب الموهوبين على مهارات إدارة الوقت.
- 3- تدريب الطلاب الموهوبين على مهارات رسم الأهداف والخطط والكيفية تنفيذها.
- 4- تدريب الطلاب الموهوبين على مهارات اليقظة الذهنية وتطوير مهارات خاصة.

الخاتمة

في النهاية، يمكن القول إن هناك عوامل كثيرة قد تسبب التشتت وفقدان التركيز عند الموهوب إلا أن دور البرامج الخاصة بالموهوبين تلعب دور رئيسي في توفير بيئة تعليمية داعمة تضمن نمو متزن لمنتسبيها. ولذلك يجب أن تتبع برامج الموهوبين خطوات إجرائية تهتم في الجانب النمائي والوقائي والعلاجي من خلال العمل وفق إرشادات تربوية فاعلة واستراتيجيات علمية قائمة على تنمية مهارات الطالب الموهوب التنظيمية.

المراجع

- Alnaim, F. A. (2022). Educational services for gifted students with ADHD: Reality, challenges, and prospects. *Journal of Educational and Social Research*, 12(4), 202-210. <https://doi.org/10.36941/jesr-2022-0107>
- Cornoldi, C., Giofrè, D., & Toffalini, E. (2023). Cognitive characteristics of intellectually gifted children with a diagnosis of ADHD. *Intelligence*, 97, 101736. <https://doi.org/10.1016/j.intell.2023.101736>
- Fert, O. (2023). The main aspects of pedagogical support of children with ADHD, including children with double exclusivity – gifted children with ADHD. *Social Work and Education*, 10(1), 134-145. <https://doi.org/10.25128/2520-6230.23.1.12>
- Fugate, C. M., Zentall, S. S., & Gentry, M. (2013). Creativity and working memory in gifted students with and without characteristics of attention deficit hyperactive disorder: Lifting the mask. *Gifted Child Quarterly*, 57(4), 234-246. <https://doi.org/10.1177/0016986213500069>
- Gomez, R., Stavropoulos, V., Vance, A., & Griffiths, M. D. (2020). Gifted children with ADHD: How are they different from non-gifted children with ADHD? *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 1467-1481. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00125-x>
- Martarelli, C. S., & Baillifard, A. (2024). Mind-wandering as an exploratory response to boredom. In M. Bieleke, W. Wolff, & C. S. Martarelli (Eds.), *The Routledge International Handbook of Boredom* (Chapter 12). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003271536-12>