خامساً: نظرية العبء او الحمل البيئي:

أن هذه النظرية مشتقة من الدراسات التي أجريت على الانتباه والتركيز وتجهيز المعلومات، وإحدى نتائج الافراط في الاثارة ان يضيق وينحصر انتباه الأفراد بحيث يتركز على مثير واحد ويقل الالتفات إلى مثيرات اخرى اكثر هامشية ولكنها وثيقة الصلة بأداء الكائن الحي لوظيفته، وقد طور (كوهن 1968 وميلجرام 1970) عملية تضييق وحصر الانتباه هذه في نماذج تعالج معظم البيانات التي جمعت عن التعرض لمثيرات بيئية جديدة وغير مطلوبة، واقترحوا فكرة بأن لدى الأفراد قدرة محدودة على تجهيز المعلومات، و عندما تزيد المعلومات الصادرة عن البيئة وتتعدى قدرة الفرد على معالجة وتجهيز كل ما له أهمية وعلاقة بموضوع معين فانه يحدث زيادة في عبء المعلومات .

وان الاستراتيجية الأولية للتصدي لهذا العبء او التحمل الزائد هو تجاهل بعض المدخلات من المثيرات، وهذا التجاهل للمدخلات هو الذي يفسر الآثار الموجبة والسالبة للإثارة البيئية المفرطة أو لتجاوز هذه الاثارة. ووضع (كوهن 1968) مسلمات اربعة هي:

1 . لدى الناس قدرة محدودة على تجهيز المثيرات التي يتعرضون لها ويستطيعون استثمار مجهودهم للالتفات إلى المدخلات في وقت واحد.

٢ . عندما تزيد المدخلات البيئية على قدرة الفرد للالتفات اليها، فأن الاستراتيجية المعتادة هي تجاهل تلك المدخلات ذات الأهمية الاقل وان يكرس انتباه اكبر للمدخلات ذات الأهمية اكبر او ذات العلاقة الأوثق بالنسبة للموضوع المعالج، وكثيرا ما تتخذ خطوات لمنع المثيرات المشتتة أو الأقل أهمية من الحدوث فالمدرسون يعدلون بيئة الصف لانقاص مشتتات الانتباه إلى الحد الأدنى.

٣ . عندما يحدث مثير يتطلب نوعاً من الاستجابة التكيفية فان الفرد المثار يقوم بعملية مراقبة ويتخذ قراراً عن استجابات التصدي إذا كان سيستخدم أياً منها، وهكذا فانه كلما ازدادت شدة مدخل لا يمكن التنبؤ به او السيطرة عليه زاد مغزاه التكيفي وزاد الانتباه له.

4 . ان مقدار الانتباه المتوافر لشخص ليس ثابتاً وقد يستنزف مؤقتاً بعد فترة طويلة من العبء او الحمل المفرط عليه، فبعد الانتباه لمطالب معينة لفترة طويلة قد تعاني القدرة على الانتباه لمطالب اخرى فمثلا بعد الدراسة الجادة لعدة ساعات يصعب أن تعمل أي شيء يتطلب قدراً كبيراً من الانتباه.

سلوك الانسان عند تعرضه لعبء زائد:

بصفة عامة أن المثيرات الأكثر أهمية للموضوع تلقى قدراً كبيراً من الانتباه ويتم تجاهل المثيرات الاقل اهمية، وإذا اتجهت المثيرات الاقل اهمية لتعطيل العمل الرئيسي فان تجاهلها سيحسن الأداء، واذا تطلب العمل مدى متسعاً من الانتباه كما يحدث حينما نكلف بعملين في وقت واحد فمباشرة سيقل او يضعف الأداء على الأعمال الأقل أهمية.

ووفقا لنظرية العبء او الحمل الزائد فانه متى تعرضت القدرة على الانتباه للضعف نتيجة للمطالب والمقتضيات عليها لفترة طويلة فان المطالب المتواضعة للانتباه قد تشعر الفرد بعبء او حمل زائد فوق طاقته، ومتى توقف التعرض للمثيرات المفرطة أو غير السارة فإن الآثار السلوكية اللاحقة عندها قد تحدث كنقصان الاحباط ونقصان اخطاء الاداء العقلي.

ويعتبر (مليجرام ١٩٧٠) تدهور الحياة الاجتماعية في المناطق الحضرية والمدن الكبيرة نتيجة تجاهل العلاقات الاجتماعية الهامشية ونقصان القدرة للالتفات لها بسبب تزايد مطالب الحياة اليومية. وهكذا فان تجاهل النظر لمساعدة الآخرين الذين هم في أشد الحاجة اليها قد يرجع جزئياً عبء وحمل بيئي زائد لان حياة المدينة المعقدة والصاخبة تتطلب قدراً كبيراً من الانتباه الامر الذي يجعل الاهتمامات الاجتماعية تحتل موضوعا هامشيا.

مزايا نظرية العبء والحمل البيئي:

1 . تساعد على التنبؤ بالعواقب السلوكية للإثارة المفرطة.

2 . قدرتها على مواجهة صعوبات كثيرة مثل / هل سيحدث موقف معين عبء زائد على الانتباه أم لا ؟ وهل هذا العمل هام أم لا.

3 . تتصف النظرية بالعمومية لأنها تنطبق على الأداء العقلي والحركي وعلى بعض الأنماط السلوكية الاجتماعية.

4 . أن للنظرية امكانيات تيسر البحوث وتقويم البيئات والتي يزداد او يقل احتمال حدوث العبء الزائد على الفرد والقصور في الانتباه للمشكلات الاجتماعية والبيئية.