

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII

PSIHOLOGIE

Mielu Zlate - coordonator

Tinca Crețu

Nicolae Mitrofan

Mihai Aniței

**Manual
pentru
clasa
a X-a**

10

CUPRINS

<i>Scrisoare deschisă pentru elevi</i> (M. Zlate)	4
I. Introducere	7
1. Psihologia ca știință (M. Zlate)	7
2. Psihicul și ipostazele lui (M. Zlate)	13
II. Procesarea informațiilor	21
1. Senzații (Tinca Crețu)	21
2. Percepții (Tinca Crețu)	29
3. Reprezentări (Tinca Crețu)	36
4. Gândirea (M. Aniței)	41
5. Memoria (M. Zlate)	52
6. Imaginația (Tinca Crețu)	60
III. Stimularea și energizarea comportamentului	66
1. Motivația (M. Zlate)	66
2. Afectivitatea (M. Zlate)	73
IV. Reglarea psihică a comportamentului	80
1. Comunicarea și limbajul (M. Aniței)	80
2. Atenția (N. Mitrofan)	88
3. Voința (M. Aniței)	93
V. Personalitatea – ca mecanism psihic integrator	98
1. Conceptul de personalitate (M. Zlate)	98
2. Temperamentul (M. Aniței)	103
3. Aptitudinile (N. Mitrofan)	109
4. Caracterul (M. Aniței)	115
5. Inteligența (N. Mitrofan)	122
6. Creativitatea (N. Mitrofan)	128
VI. Personalitatea în contextul vieții sociale	132
1. Etape în dezvoltarea personalității (Tinca Crețu)	132
2. Relațiile interpersonale și rolul lor în formarea personalității (M. Zlate) ...	138
3. Imaginea de sine și de altul: rolul lor în dinamica personalității (T. Crețu) ..	146
4. Atitudinile și comportamentele pro- și antisociale (N. Mitrofan)	152



Senzațiile realizează cea dintâi și cea mai simplă legătură informațională cu lumea și cu sine. Prin procesele senzoriale, omului i se semnalizează însușiri cum ar fi lumină, sunete, vibrații etc. care-i orientează și reglează acțiunile cu lucrurile sau îi semnalizează stări organice legate de trebuințele de hrană, apărare etc.

1. Senzații

1.1. Definierea și caracterizarea psihologică generală a senzațiilor

Senzațiile au o foarte mare importanță pentru dezvoltarea altor procese cognitive mai complexe. O dovadă puternică a acestui rol al senzațiilor l-a constituit cazul unei femei care s-a născut fără mecanismele de realizare a senzațiilor. Singura zonă sensibilă era doar palma pe care cercetătorii au folosit-o pentru a începe comunicarea cu ea și a sprijini dezvoltarea sa psihică. Lipsa senzațiilor înseamnă inexistența legăturilor cu ambianța, stagnarea dezvoltării, instalarea, în cea mai mare parte a timpului, a stării de somnolență sau somn. De asemenea, se știe că persoanele care nu dispun de auz ori văz sau nici de una, nici de alta au dificultăți în dezvoltarea lor psihică și au nevoie de programe speciale de instrucție și educație.

Senzațiile sunt procese psihice elementare prin care se semnalizează separat, în forma unei imagini simple și primare, însușirile concrete ale obiectelor și fenomenelor în condițiile acțiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

Prin urmare, senzațiile sunt procese psihice ce se desfășoară în timp scurt și duc la apariția unui produs psihic specific și anume imaginea senzorială. Dar la omul adult în cea mai mare parte a timpului nu se produc senzații pure, ci ele sunt integrate în procese mai complexe, cum ar fi percepțiile. Senzații pure se obțin numai în laborator. De asemenea, imediat după naștere, copilul dispune numai de senzații, iar dezvoltarea acestora va fi o condiție necesară a

apariției percepțiilor și reprezentărilor. Cunoașterea însușirilor senzațiilor permite înțelegerea rolului lor în activitatea omului și găsirea unor căi de optimizare a desfășurării lor.

1.2. Însușirile senzațiilor

Calitatea este însușirea care diferențiază o senzație de alta și astfel vorbim de cele vizuale, auditive, olfactive etc. Această calitate este și un criteriu de clasificare a senzațiilor. Ea depinde de doi factori principali:

- natura stimulilor din mediul ambiant care pot fi: unde electromagnetice, vibrații ale aerului, substanțe volatile etc;
- specificul funcționării fiecărui analizator.

Există autori care vorbesc de o energie specifică a organelor de simț. În realitate, diversitatea senzațiilor este rezultatul adaptării analizatorilor de-a lungul filogenezei la condițiile de viață de pe Terra.

Intensitatea senzației este proporțională cu cea a stimulului. Dacă trebuie să crească intensitatea senzației, atunci trebuie să fie sporită și puterea stimulului. Dar intensitatea senzației mai depinde și de alți factori: starea generală a organismului, gradul de sensibilitate a analizatorului din acel moment. Așa de exemplu, în stare de oboseală chiar și stimulii puternici sunt mai slab recepționați. La fel se întâmplă și dacă doar analizatorul respectiv a fost suprasolicitat anterior.

Durata senzației corespunde, în general, duratei acțiunii stimulului. Trebuie însă să se țină seama de existența altor două fenomene: perioada de latență și efectul de postacțiune. Primul se referă la faptul că senzația nu apare imediat după acțiunea stimulului, ci după un

Imaginați-vă că viața omului s-ar desfășura în mediul acvatic.

Care credeți că ar fi modalitățile senzoriale de care ar dispune?

De ce credeți că persoanele în vârstă sunt iritate de sunetele prea intense?

interval de cca. 100-150 miimi de secundă. Cel de-al doilea se referă la faptul că după încetarea acțiunii stimulului se menține câteva miimi de secundă o urmă, o imagine consecutivă. Aceasta



Explicați incidentul de la Observatorul Astronomic din Greenwich din 1795 când directorul acestui institut a concediat un tânăr asistent, acuzându-l de neglijență în serviciu pentru că a întârziat cu o jumătate de secundă înregistrarea trecerii unei stele peste primul meridian.

are o mare importanță în producerea percepției.

Oamenii se deosebesc după durata perioadei de latență. Cei mobili au o latență mică, iar cei inerți una mai mare decât valorile medii ale acesteia.

Tonalitatea afectivă se referă la faptul că senzațiile sunt însoțite de trăiri afective plăcute sau neplăcute. Aceasta depinde pe de o parte de natura stimulului și pe de altă parte de experiența anterioară a subiectului și de atitudinile pe care și le-a format. Astfel, sunetele stridente sunt însoțite de neplăcere, la fel mirosurile și



Exprimă propria tonalitate afectivă pentru fiecare din cele șapte culori ale spectrului luminii și găsește explicația lor.

gusturile dezagreabile. Experiența periculoasă a unui incendiu poate face ca cineva să nu suporte roșul aprins. Atitudinile culturale ale românilor explică neplăcerea lor față de negrul care este semnul doliului.

Valoarea informațională se referă la faptul că senzațiile reflectă: a) însușiri ale obiectelor exterioare și pe această bază mișcările și acțiunile pot fi eficiente; b) gradul de încordare musculară și direcția de orientare a mișcărilor; c) stări interne legate de satisfacerea trebuințelor fundamentale. De aceea senzațiile au fost



Grupate în cele trei categorii următoarele senzații: înțepătură, sunetul viorii, jenă stomacală, miros de portocale, rece ca gheața, încordarea bicepsilor.

grupate în următoarele categorii: *exteroceptive* (cum sunt cele auditive, vizuale, gustative, tactile provocate de însușirile obiectelor); *proprioceptive* (provocate de stările tensionale de la nivelul articulațiilor și al sistemului osteomuscular); *interoceptive* (cum sunt cele de foame, sete, durere viscerală).

Caracterul conștient este o însușire a senzațiilor care apare numai după ce s-au

dezvoltat alte procese psihice cum ar fi: gândirea, memoria și mecanismele limbajului. La începutul vieții, senzațiile nu pot fi conștientizate. Între 1 și 3 ani apare conștiința și senzațiile încep să aibă o astfel de calitate. La adult, multe senzații rămân inconștiente, doar unele ajung să fie conștientizate.

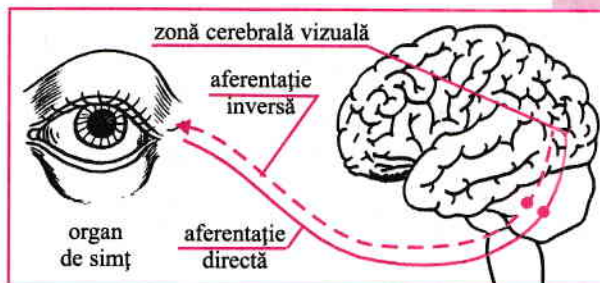
1.3. Mecanismele de producere a senzațiilor

De-a lungul filogenezei, s-au dezvoltat aparate specializate pentru recepționarea diferitelor categorii de stimuli.

Organismele vii au dobândit mai întâi în procesul evoluției o proprietate deosebită cea a excitabilității, caracteristică oricăror celule și care constă în a răspunde prin modificări biochimice la stimulările exterioare. Apoi, o dată cu apariția țesutului nervos a apărut sensibilitatea care a permis recepționarea nu numai a stimulilor cu semnificație biologică directă, ci și a altora, legați de primii. Mediul socio-cultural al omului a solicitat și dezvoltat și mai mult sensibilitatea. Omul dispune de cele mai multe feluri de senzații și cu cea mai diversă implicare în viața și activitatea lui. Totodată, s-au perfecționat și mecanismele de producere a lor, ale căror suporturi morfo-funcționale sunt analizatorii.

Analizatorul este un ansamblu structural-funcțional care face posibilă apariția senzațiilor.

În alcătuirea lui (vezi schema de mai jos) intră următoarele componente:



a. Receptorul este componenta care transformă energia excitanților exteriori în influx nervos. Din punct de vedere neuro-


cibernetic, această transformare este o codare: o trecere a stimulărilor exterioare într-un cod neurofiziologic, adică în impulsuri nervoase cu anumite caracteristici. Așa de exemplu, receptorul vizual este retina care are două feluri de unități receptoare: conurile – mecanisme ale vederii diurne – care conțin o substanță specială, iodopsina, ce se descompune sub influența luminii și se produc astfel biocurenți; bastonașele conțin rodopsină și funcționează în mod asemănător, dar în condițiile în care concentrația de lumină din mediul înconjurător este scăzută (mecanism al vederii nocturne).

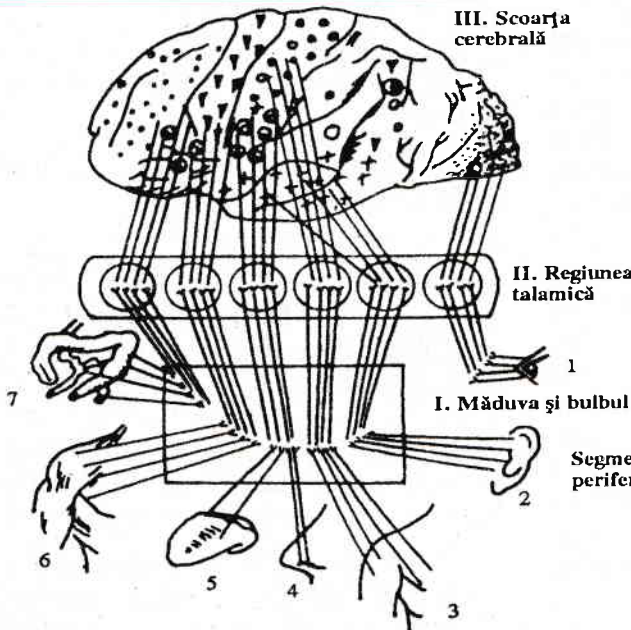
b. Calea de conducere a influxului nervos este componenta intermediară. Ea este alcătuită din fibre nervoase senzitive și mai mulți centri subcorticali care fac o analiză primară a influxului nervos și un prim filtraj senzorial, astfel că la scoarță se vor transmite numai anumite impulsuri. Aceste căi de conducere au fost numite specifice. Împreună cu ele sunt și căi nespecifice care transmit excitații în mod difuz la nivelul întregii scoarțe menținând gradul său de activare. Dacă ele nu ar funcționa, omul ar intra în stare de somn. Căile specifice de conducere transferă informația la scoarța cerebrală specializată.

c. Veriga centrală este cea mai importantă componentă a analizatorului. Ea este o zonă corticală specializată în decodificarea, adică transformarea impulsurilor nervoase în fapt psihic. Fiecare analizator are o zonă corticală proprie (cel vizual în occipital, cel auditiv în temporal, cel tactilo-chinestezic în circumvoluțiunea centrală posterioară etc.). Zona corticală are o porțiune centrală numită nucleul analizatorului în care se fac cele mai fine operații de decodificare și o alta periferică, mai extinsă, cu funcții de integrare a senzațiilor în ansambluri, numită zonă de asociație.

d. Conexiunea inversă (descoperită către a doua jumătate a secolului al XX-lea) asigură autoreglarea analizatorului, în vederea recepționării cât mai bune a stimulilor.

Analizatorul are o activitate reflexă unitară. Lipsa unei verigi, mai ales a celei centrale, face imposibilă apariția senzației specifică aceluia analizator. De asemenea, funcționarea insuficientă a unora sau altora dintre componente perturbă realizarea senzațiilor corespunzătoare (de exemplu, poate apare cecitate cromatică dacă nu funcționează conurile).

Precizați  componentele principalelor analizatori care lipsesc, din figura de mai jos.



Localizarea segmentelor corticale ale analizatorilor

Respect pentru **1.4. Legile generale ale senzațiilor**

Funcționarea analizatorilor și producerea senzațiilor implică acțiunea mai multor legi. Unele dintre ele sunt generale și ne vom referi la ele în continuare, altele sunt particulare, proprii diferitelor feluri de senzații.

Legea intensității a fost una dintre primele legi descoperite în psihologie. În laborator, s-a constatat că un excitant produce o senzație numai dacă atinge o anumită intensitate care depășește un anumit prag, denumit prag minimal absolut.

Pragul absolut minim este intensitatea cea mai mică a unui stimul care poate determina o senzație specifică pentru un analizator.

Pragul minimal absolut pentru sensibilitatea vizuală este de 1-2 cuante, pentru cea auditivă este de 16-20 cicluri/secundă, pentru cea tactilă, 3-4 gr/mm² etc. Cu cât acest prag este mai mic, cu atât sensibilitatea este mai mare, stabilindu-se o relație invers proporțională exprimată matematic astfel:

$$E = 1/I,$$

adică E = sensibilitatea, I = intensitatea stimulului.

S-a demonstrat că există și un prag absolut maxim.

Pragul absolut maxim este cea mai mare cantitate dintr-un stimul care mai determină încă o senzație specifică.



Găsiți exemple de stimuli subliminali ce acționează asupra noastră fie în anumite împrejurări, fie mereu.

Stimulii care depășesc pragul maxim produc durere și pot distruge analizatorul. Ei au mai fost numiți supraliminali. Cei care nu ating pragul minim, nu produc o senzație conștientizabilă, au fost numiți subliminali.

S-a descoperit și un prag diferențial.

Pragul diferențial este cantitatea minimă de excitant care adăugată la stimularea inițială determină o nouă senzație.

Prin urmare, dacă pe mâna unui subiect se așază mai întâi o greutate de 100 gr, acesta va

simți o nouă senzație numai dacă se va mai adăuga 1/30 din cea inițială, adică 3,3 gr. La sensibilitatea vizuală, acest prag este de 1/100, iar la cea auditivă de 1/10. Valoarea acestor praguri reflectă o constantă între intensitatea inițială a stimulului și cea adăugată, exprimată matematic astfel:

$$K = \frac{\Delta x}{x}$$

formulă legată de numele a doi autori E.H. Weber (vezi figura de mai sus) și G.T. Fechner (vezi figura alăturată). Comparându-se modificarea intensității stimulului și cea a senzației, s-a constatat că prima crește în progresie geometrică, iar cealaltă în progresie aritmetică. Dar legea Weber-Fechner se respectă numai la valorile medii ale excitațiilor, în timp ce la intensitățile care se apropie de pragul minim sau cel maxim, raportul nu mai este constant.



E.H. Weber, 1795-1878



G.T. Fechner, 1801-1887

Explicați de ce legea Weber-Fechner nu se mai respectă la intensitățile mari ale stimulilor.



Psihologul român Gh. Zapan a adus corectarea formulei inițiale, dobândind o recunoaștere mondială.

Legea pragurilor diferențiale a fost aplicată în psihologia industrială și s-a elaborat un nou concept: **pragul operațional** care este de câteva ori mai mare decât cel diferențial pentru că discriminarea senzațiilor trebuie să se facă foarte repede și clar.

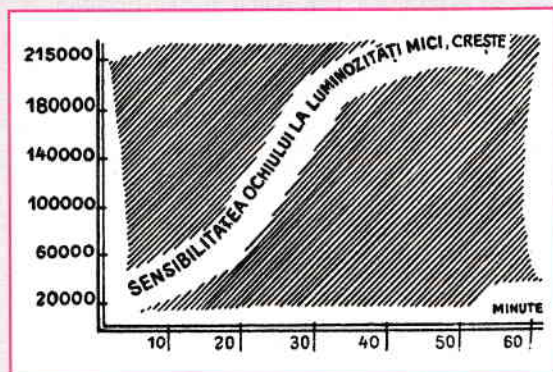
Legea adaptării se referă la modificarea sensibilității analizatorului sub acțiunea repetată a stimulului. Astfel, dacă un stimul slab acționează mai multă vreme (20-30 de minute), adaptarea se realizează în sensul creșterii sensibilității (astfel încât el să poată fi recepționat chiar dacă este mai slab). Dacă stimulul este puternic și acționează mai mult timp, sensibilitatea scade, dar stimulul este satisfăcător recepționat. Prin urmare, adaptarea senzorială permite realizarea legăturilor informaționale optime chiar când se schimbă condițiile de interacțiune cu

stimulii. Această lege acționează la nivelul tuturor analizatorilor, dar este mai deosebită la văz, tact și olfacție.



Cea mai puternică adaptare este cea vizuală.

Când într-o zi de iarnă cu multă zăpadă și soare, ieșim dintr-o încăpere întunecoasă în primele momente nu vedem nimic, dar după 4-5 minute vedem normal. Adaptarea la întuneric se realizează în mai multe etape: mai rapid în primele 10-15 minute, ceva mai lent în următoarele 3-4 ore și în ansamblu se produce o creștere de 200.000 de ori față de valoarea de la start. Adaptarea vizuală se explică prin mecanisme periferice (trecerea de la vederea cu ajutorul conurilor la vederea cu ajutorul bastonașelor și reflexele pupilare) și mecanisme centrale (antrenarea mai multor neuroni sau producerea inducției reciproce). Adaptarea olfactivă se realizează în 1-3 minute, iar la cea de atingere chiar după 3 secunde se produce o scădere cu 1/5. Senzațiile auditive și cele de durere se adaptează prea puțin.



Încercați să explicați de ce sensibilitatea auditivă și cea de durere se caracterizează prin adaptabilitate scăzută.

Legea contrastului senzorial constă în scoaterea reciprocă în evidență a doi stimuli cu caracteristici contrare. S-a constatat că în structura fiecărui analizator există mecanisme speciale de accentuare a contrastului și deci de optimizare a receptării stimulilor. Sunt două feluri de contrast: a) *contrastul succesiv* care constă în creșterea sensibilității pentru excitantul care urmează, așa cum este cazul cu relația dintre un sunet mai înalt care urmează unuia mai jos; b) *contrastul simultan* ce se realizează cel mai mult în cadrul sensibilității vizuale, cum ar fi negru

pe galben, verde pe alb, verde pe roșu. Contrastul cromatic este utilizat mult în industrie și transporturi, iar cel gustativ în industria alimentară.

Legea sensibilizării constă în creșterea sensibilității unui analizator datorită interacțiunii sale funcționale cu ceilalți. Așa de exemplu, dacă se consumă substanțe dulci acrișoare crește capacitatea de adaptare în trecere de la lumină la întuneric. Dacă se spală fața cu apă rece, crește acuitatea vizuală.

Legea sinesteziei constă în faptul că stimularea unui analizator produce efecte senzoriale specifice într-un alt analizator, deși acesta nu a fost stimulat. De exemplu, o stimulare sonoră muzicală poate produce și efecte de vedere cromatice și invers. În limbaj curent se spune că unele sunete sunt catifelate, unele culori sunt dulci etc. Sinestezia pare a fi o premisă a dotației artistice în pictură, muzică, coregrafie (P. Popescu-Neveanu).

Ce fenomen de sinestezie credeți că se produce la coregrafi?

Legea compensației constă în faptul că insuficiența dezvoltare a unei modalități senzoriale sau chiar lipsa ei duce la perfecționarea alteia care preia funcțiile celei dintâi. De exemplu, persoanele lipsite de văz își dezvoltă mult sensibilitatea tactilă și olfactivă.

Ce compensări credeți că se produc la persoanele lipsite de auz?

Legea semnificației se referă la faptul că dacă un stimul este foarte important pentru o persoană, atunci el este repede și bine recepționat chiar dacă intensitatea lui este mai mică. La animale, semnificația rezultă din valoarea biologică a stimulilor. La om se adaugă și o semnificație socio-culturală și profesională. De exemplu, un mecanic auto cu experiență, sesizează cu ușurință modificări ale zgomotului motorului.

Găsiți și alte exemple care ilustrează funcționarea acestei legi.

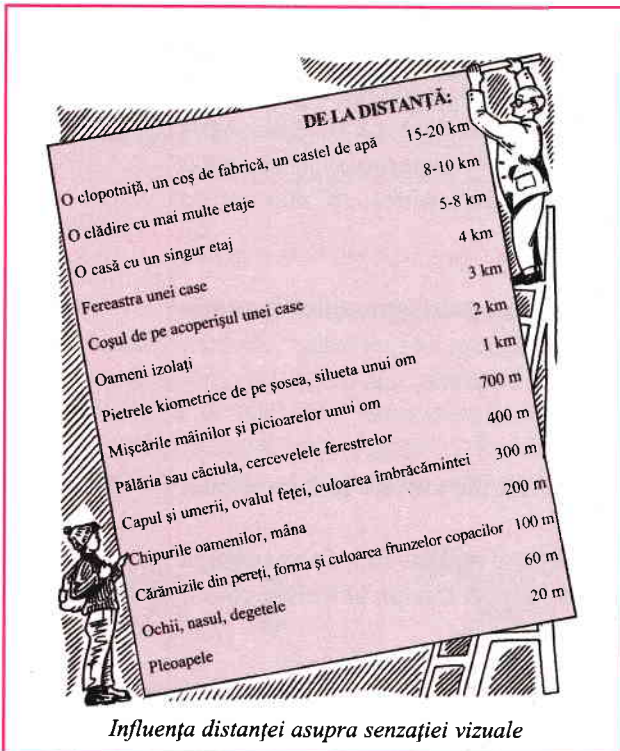
1.5. Principalele modalități senzoriale

În clasificarea senzațiilor s-au folosit mai multe criterii, însă două s-au impus: a) *tipul aparatului specializat pentru recepție* distingându-se astfel senzații vizuale,

auditive, olfactive etc; b) *natura conținutului informațional*, adică ce fel de însușiri concrete sunt semnalizate prin respectivele senzații, stabilindu-se următoarele categorii:

- senzații care furnizează informații despre obiectele și fenomenele lumii externe: vizuale, auditive, olfactive, gustative, cutanate;
- senzații care furnizează informații despre poziția și mișcarea propriului corp: proprioceptive, chinestezice, de echilibru;
- senzații care ne informează despre modificarea mediului intern: foame, sete, durere.

Senzațiile vizuale sunt rezultatul acțiunii undelor electromagnetice din registrul 390-800 milimicroni asupra analizatorului. Aceste unde se propagă de la sursele naturale (mai ales de la soare) sau artificiale (corpuri de iluminat) sau de la obiectele luminate. Acestea din urmă pot absorbi toate razele de lumină și nu reflectă nimic, ele sunt văzute negre; le poate reflecta pe toate și sunt văzute albe; le reflectă selectiv și generează senzații cromatice corespunzătoare spectrului culorilor. Distanțele la care se află obiectele influențează, de asemenea, producerea senzațiilor vizuale (vezi figura de mai jos).



Dar orice senzație vizuală se caracterizează prin următoarele proprietăți: 1) *tonul cromatic* dat de lungimea de undă ce stimulează ochiul (760 milimicroni pentru roșu, 500 milimicroni pentru verde etc); 2) *luminozitatea* care exprimă locul ocupat de acea culoare pe o scală în care cea mai luminoasă este albul și cea mai puțin luminoasă este negrul; 3) *saturația* ce exprimă puritatea culorii, adică neamestecul ei cu alte lungimi de undă. Combinarea acestor trei proprietăți duce la un număr foarte mare de nuanțe cromatice. Senzațiile vizuale au cea mai mare pondere și o foarte mare importanță pentru viața omului.

Senzațiile auditive. Excitantul care le determină sunt undele sonore cuprinse în registrul 16-20.000 cicli/sec, (infrasunetele, adică cele sub 16 cicli/sec, și ultrasunetele, cele peste 20.000 cicli/sec, nu sunt percepute).

Caracteristicile undei sonore determină următoarele proprietăți ale senzațiilor auditive: 1) *frecvența vibrațiilor* (numărul de vibrații/sec) determină înălțimea sunetului; 2) *amplitudinea undei* (gradul de deplasare a undei față de poziția de echilibru) va da intensitatea; 3) forma undei (constând dintr-o undă fundamentală și altele mai scurte) ce depinde de natura sursei sonore (vioară, pian, diapazon) se va exprima în *timbrul* care permite identificarea aceluși sunet.

Senzațiile cutanate sunt de două feluri:

- tactile, generate de atingerea și presiunea obiectelor;
- termice.

Cele tactile informează asupra însușirilor, cum ar fi: netezimea, asperitatea, duritatea obiectelor. Cele termice sunt determinate de diferența dintre temperatura propriului corp și cea a obiectelor exterioare cu care omul vine în contact.

Senzațiile olfactive semnalizează proprietăți chimice ale obiectelor. Excitantul care le provoacă sunt particule de substanțe volatile ce pătrund în fosele nazale o dată cu aerul respirat și se intensifică o dată cu accelerarea inspirației. Ele poartă numele substanțelor care le produc.

Ce rol credeți că joacă senzațiile olfactive?



II Procesarea informațiilor

Respect pentru oamenii săraci

Senzațiile gustative reflectă calitățile chimice ale substanțelor solubile care pătrund în cavitatea bucală. Există patru senzații gustative fundamentale: dulce, acru, sărat, amar din combinarea cărora rezultă nenumărate nuanțe. Au rol în apărarea de substanțe nocive și reglarea comportamentului alimentar.



Analizați gustul ciocolatei, identificând prezența unora dintre senzațiile de bază enumerate mai sus.

Senzațiile proprioceptive semnalizează postura membrelor, trunchiului și capului. Excitantul lor este intern, reprezentat de tensiunea musculară din acei mușchi antrenati în poziția statică și în poziția de lucru.

Senzațiile chinestezice apar în cursul efectuării mișcărilor și informează despre direcția, durata și intensitatea efortului pentru realizarea lor. Rolurile lor principale sunt: a) reglarea mișcărilor; b) integrarea lor în acțiuni voluntare complexe.

Formele de bază ale chinesteziei sunt:



Intuiți solicitările aparatului de echilibru în cazul zborurilor cosmice.

- chinestezia aparatului locomotor;
- chinestezia manuală;
- chinestezia verbo-motore.

Senzațiile organice sunt determinate de modificări ale biochimismului intern al organismului: scăderea concentrației de substanțe nutritive în sânge, a apei, a oxigenului etc, semnalizând deficitul, ele stimulează omul să acționeze în vederea restabilirii echilibrului și menținerea bunei funcționări a organismului și a sănătății sale.



Amintiți-vă și descrieți o situație în care ați fost lipsit de apă și ați avut o sete foarte mare.

Senzațiile de durere semnalizează tulburări funcționale sau distrugerii de țesuturi organice. După sursa lor pot fi grupate astfel:

- dureri periferice cutanate;
- dureri profunde musculare;
- dureri viscerale.

După intensitate pot fi ușoare și puternice;

după durată – fulgerătoare și continue. Au o tonalitate afectivă negativă puternică concretizată în suferință. Au rol fundamental în apărarea organismului.



Amintiți-vă situația în care v-ați tăiat la un deget și descrieți după parametrii de mai sus durerea resimțită.

APLICAȚII

1. Fixați un punct pe pardoseala clasei. Așezați o persoană în acel loc, cu ochii închiși sau legați. Apropiati din lateral un ceas până când persoana declară că îl aude. Apoi îndepărtați-l până când nu-l mai aude. Porniți apoi de la depărtat la apropiat până spune că aude tic-tacul. Măsurați distanța de fiecare dată. Procedați astfel cu mai multe persoane. Calculați distanța individuală și apoi pe cea medie.

2. Analizați relațiile de contrast și efectul lor de ușurare a receptării stimulilor în următoarele două cazuri:

- a) un panou alb și scrisul negru;
- b) un panou negru și scrisul alb.

3. Enumerați câteva situații de viață și activitate în care senzațiile vizuale sunt implicate.

4. S-a făcut următorul experiment: o persoană a ținut un timp o mână într-un vas cu apă rece și alta într-unul cu apă caldă. Apoi le-a introdus pe amândouă într-un al treilea vas cu apă la temperatura intermediară.

Cum credeți că a reacționat fiecare mână la temperatura apei din al treilea vas?

Cum explicați?

2. Percepții



Omul trăiește într-o lume diversă de obiecte și fenomene care există în spațiu și se desfășoară în timp. Pentru a stabili relațiile informaționale cu acestea și a se adapta la ele, dispune de capacitatea de a avea percepții.

2.1. Definierea și caracteristicile generale ale percepțiilor

Percepțiile sunt procese senzoriale complexe și totodată imagini primare, conținând totalitatea informațiilor despre însușirile concrete ale obiectelor și fenomenelor în condițiile acțiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

Cu privire la relația dintre senzații și percepții, s-au formulat de-a lungul timpului puncte de vedere diferite. Unii psihologi au acordat o mai mare importanță senzațiilor și au considerat percepția numai ca o simplă sumă a lor. Alții au considerat că de fapt există doar percepții, iar senzațiile reprezintă separația artificială a unor componente din ansamblul perceptiv. În realitate, percepția nu este posibilă fără contribuția senzațiilor, dar ea nu se reduce la o simplă sumă a acestora.

2.2. Caracteristicile imaginii perceptive

Ca și senzațiile, percepțiile semnalizează însușiri concrete, intuitive. Dar spre deosebire de senzații (vezi figura a.), percepția reflectă obiectele în totalitatea însușirilor lor în mod unitar și integral (vezi figura b.). În imaginea perceptivă apar și proprietăți care nu aparțin

elementelor care-i stau la bază, așa cum este configurația sau structura.

Percepția este considerată a fi o *imagine primară*, pentru că apare numai în relația directă cu obiectul. Dacă relația este optimă, atunci și percepția este clară și precisă. Dacă legătura este tulburată de distanța prea mare, de intensitatea prea slabă a stimulării, percepția este neclară și imprecisă.

Interacțiunea directă cu obiectul dă imaginii perceptive caracteristica de a fi *obiectuală*, adică de a fi întotdeauna imaginea unui obiect anume. Întărește astfel conștiința realității mediului și de aceea, în limbaj curent, se aduce, drept argument al certitudinii privind existența lucrurilor, precizarea: *am văzut cu ochii mei, am auzit cu urechile mele.*

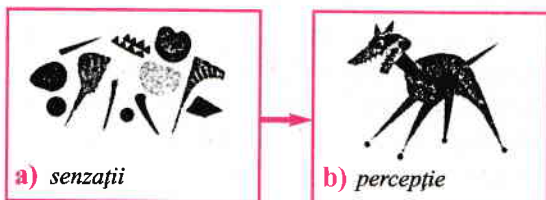
Imaginea perceptivă este *bogată în conținut*. Ea cuprinde atât însușirile semnificative, cât și pe cele mai puțin importante, mai de detaliu. Caracteristicile cromatice ale obiectelor sunt realizate în varietatea nuanțelor lor, a intensității și luminozității condiționate de contextul în care se află acele obiecte.

Percepția unui anumit obiect este concomitentă cu aceea a elementelor care îl înconjoară și cu care se află într-un anumit spațiu și timp; prin urmare, orice percepție este realizată totdeauna *aici și acum* și astfel ea asigură o și mai bună adaptare a omului la realitate.

Durata percepției corespunde duratei acțiunii stimulului, a prezenței acestuia. Dacă ea s-ar prelungi după dispariția obiectului, atunci ar fi expresia îmbolnăvirii psihice și ar tulbura relațiile cu ambianța.

La fel, *intensitatea percepției* este proporțională intensității stimulilor și asigură, și din acest punct de vedere, adaptarea la ambianță.

Prin toate calitățile sale, imaginea perceptivă îndeplinește o funcție informațională specifică, mai complexă ca a senzației și are un rol reglator deosebit pentru activitate.



Imaginea obiectului și a contextului în care el se află conduce desfășurarea mișcărilor, reglează traiectoria, amplitudinea, ritmicitatea și coordonarea acestora.



Analizați implicarea percepțiilor vizuale și auditive în realizarea scris-cititului.

Totodată, percepțiile auditive, vizuale și tactilo-chinestezice sunt absolut indispensabile pentru realizarea vorbirii, citirii, scrierii.



Arătați cum calitățile generale ale percepțiilor se realizează atunci când priviți o carte de pe masa sau pupitrul vostru.

Ca și senzația, percepția este o bază absolut indispensabilă pentru dezvoltarea celorlalte capacități cognitive ale omului.

2.3. Procesul perceptiv

Imaginea perceptivă nu este rezultatul *amprentelor* obiectului în creier, a unei întipăririi mecanice, ci a unui proces complex și activ, orientat și subordonat scopurilor concrete ale activităților desfășurate de către om.

Acest proces complex este plurimodal, adică antrenează mai mulți analizatori pentru că orice obiect concret posedă o multitudine de însușiri ce sunt semnalate de către aceștia. Informația obținută este analizată și sintetizată la nivel central prin mecanisme mult mai complexe ca ale senzației.

Psihologia cognitivă, una dintre orientările cele mai noi, relevă faptul că procesarea informației în percepție antrenează mecanisme care depășesc simpla funcționare a analizatorilor.

Astfel, desfășurarea procesului perceptiv este influențată de acțiunile și operațiile pe care le desfășurăm chiar asupra obiectelor percepute, cum ar fi: deplasare, așezare, ordonare, măsurare, compunere și descompunere etc. Datorită acestor manevrări directe, imaginea percepută reflectă mai bine anumite însușiri.

Totodată, în mod obișnuit, percepția este integrată în activitatea pe care o desfășoară omul și de aceea ceea ce este mai important

pentru desfășurarea acesteia devine obiectul central al percepției și este perceput clar, complet, precis.

Într-un proces perceptiv în desfășurare, sunt integrate totdeauna elemente ale experienței anterioare a subiectului cu categoria respectivă de obiecte. Aceasta cuprinde cel mai adesea scheme perceptive a căror reactualizare determină o mare operativitate și o rapidă organizare a percepției actuale. Așa se explică de ce reușim să identificăm rapid persoana pe care o așteptăm într-o gară dacă am mai văzut-o și dispunem de o schemă perceptivă ce cuprinde principalele caracteristici fizionomice distinctive și invers să avem mari dificultăți de a o detecta. Experiența anterioară mai cuprinde cunoștințe, clasificări, relaționări spațio-temporale după diverse criterii care se vor implica mai ales în momentul în care percepția se va integra în activități mentale și practice mai complexe.

Procesul perceptiv nu este însă numai efectul acțiunii stimulilor și inter-relațiilor obiective dintre aceștia și a acțiunii directe a omului asupra lor, ci și a implicării subiectului ca personalitate, cu tot ce îi este caracteristic și-l diferențiază de semenii săi. De aceea perceperea unuia și aceluiași obiect de către persoane diferite va duce la formarea la toți a unei imagini adecvate realității, dar conținând și aspecte specifice pentru fiecare.

Astfel, cercetările au demonstrat influența *pregătirii anticipate* a subiectului care generează o predispoziție a sa de a explora obiectul mai mult sau mai puțin profund și care va genera o imagine mai superficială sau mai precisă.

Interesele stabile pentru o categorie de stimuli generează un grad corespunzător de atenție și o mobilizare a altor mecanisme mentale care fac să se obțină o percepție bogată și corectă.

Presupuneți că vedeți împreună cu alți patru prieteni (de fapt doi băieți și două fete) un brad înalt. Stabiliți care vor fi însușirile percepute obligatoriu de toți și care vor fi cele ce vor aparține percepției fiecăruia.



În desfășurarea percepțiilor umane intervin, totdeauna, mecanisme verbale care au o funcție integratoare și de relevanță.



Imaginea alăturată dovedește rolul integrator al cuvântului. Cine o percepe prima dată vede numai niște pete fără organizare și sens. Dacă se spune că este un vânător și câinele său, toate petele par să se organizeze și imaginea are un înțeles clar.

Nivelul general al dezvoltării percepției contribuie la diferențierea percepției unuia și aceluiași obiect de către un copil și un adult.

Specializarea profesională este un factor ce asigură profunzimea și finețea percepției.

Gradul de cultură generală este alt factor ce ajută perceperea unor obiecte complexe cum ar fi o pictură celebră, o sculptură, o partitură.

2.4. Fazele procesului perceptiv

În condițiile percepției curente a realității, omul are impresia că imaginile apar instantaneu. În realitate, orice proces perceptiv presupune parcurgerea mai multor faze. Acestea se desfășoară foarte rapid și omul nu le sesizează prezența decât în condiții dificile de percepere sau în cele din laborator. Cercetările din domeniul psihologiei inginerești au relevat următoarele faze.

Detecția este prima fază care constă în sesizarea și conștientizarea doar a prezenței stimulului în câmpul perceptiv, fără să se poată spune ceva despre caracteristicile lui.

Ce poate spune cineva care parcurge această fază în perceperea unei siluete umane aflate la mare distanță?

În timpul acestei faze, subiectul se orientează spre stimul, își fixează privirea, își încordează atenția. Acum abia se depășește pragul de **minimum-vizibile**.

Discriminarea constă în detașarea stimulului de fond și remarcarea acelor însușiri care-l deosebesc de alții asemănători.

Se depășește astfel pragul **minimum-separabile**.

Identificarea se referă la realizarea unui nivel mai înalt de procesare și la cuprinderea într-o imagine unitară a informațiilor obținute anterior și raportarea acesteia la modelul perceptiv corespunzător din experiența anterioară, iar subiectul poate recunoaște ceea ce percepe. Se depășește astfel un al treilea prag numit **minimum cognoscibile**. Faza se încheie cu realizarea a două feluri de identificări:

- *identificarea categorială*, adică stabilirea clasei din care face parte obiectul;
- *identificarea individuală*, adică stabilirea componentelor individualizatoare ale acelui obiect.

Gândiți-vă la ce poate spune cineva după parcurgerea acestei faze când percepe aceeași siluetă umană (ca în exercițiul anterior).

Interpretarea este de fapt condiționată de legătura naturală a percepției cu activitatea omului. Constă în stabilirea semnificației obiectului perceput, a importanței lui pentru subiect, a posibilei sale utilizări în activitate. Intervin, deci, de această dată, mecanismele înțelegerii, confruntarea cu planul mintal al desfășurării activității.

Prin urmare, percepția se dovedește a fi o formă superioară a cunoașterii senzoriale și un proces complex de extragere și prelucrare a informației în vederea adaptării și desfășurării activităților diverse ale omului.

2.5. Legile percepției

Implicarea tuturor factorilor externi și interni, ca și desfășurarea fazelor procesului perceptiv sunt guvernate de următoarele legi generale ale percepțiilor.

Legea integralității percepției exprimă faptul că însușirile obiectului sunt semnalate nu separat, ci în interrelații complexe alcătuind o imagine unitară, cuprinzând atât însușirile principale, cât și pe cele secundare, atât obiectul respectiv, cât și contextul spațio-temporal în care acesta se află. Însușirile se percep împreună și se impun împreună, așa că dacă un