



**UNIVERSITATEA ECOLOGICĂ DIN
BUCUREȘTI
FACULTATEA DE Psihologie**

Program de studii universitare de licență: Psihologie

Forma de învățământ: cu frecvență redusă

Suport de curs pentru disciplina:

FUNDAMENTELE PSIHOLOGIEI 2

București

2022-2023

CUPRINS

Modul	Unitate de învățare	Tematică	Pag.
MODULUL I MECANISME PSIHICE INFORMAȚIONAL-OPERATIONALE DE PRELUCRARE A INFORMAȚIEI	<i>Mecanisme informațional-operaționale de prelucrare primară a informației</i>	1. Clarificări conceptuale	7
		2. Definiție, specific și mecanisme	8
	Unitatea de învățare 1 Senzațiile	3. Clasificarea senzațiilor	10
		4. Proprietățile senzației	12
		5. Legile senzației	13
	<i>Mecanisme informațional-operaționale de prelucrare primară a informației</i>	1. Definiție	20
		2. Relația senzație - percepție	20
		3. Accepțiunile noțiunii de percepție	21
		4. Determinanți ai percepției	23
		5. Legile percepției	25
		6. Rolurile percepțiilor	26
	<i>Mecanisme informațional-operaționale de prelucrare primară a informației</i>	1. Definiție	31
		2. Istoric	31
		3. Caracterizare psihologică	32
		4. Proprietățile reprezentărilor	35
		5. Clasificarea reprezentărilor	35
		6. Rolul reprezentărilor	36
	<i>Mecanisme informațional-operaționale de prelucrare secundară a informației</i>	1. Definire și caracteristici	40
		2. Mutații în psihologia gândirii	42
		3. Componentele și structura gândirii	43
		3.1. Latura informațională	43
	Unitatea de învățare 4 Gândirea (1)	3.2. Latura operațională	45
		4. Structurile cognitive ale gândirii	50
	<i>Mecanisme informațional-operaționale de prelucrare secundară a informației</i>	5. Activitățile gândirii	52
		5.1. Conceptualizarea	52
		5.2. Înțelegerea	52
		5.3. Rezolvarea de probleme	53
		5.4. Creația	54
		6. Rolurile gândirii	54
	Unitatea de învățare 5 Gândirea (2)	1. Definire	58
		2. Caracterizare	58
		3. Procesele memoriei	58
		3.1. Memorarea	58

MODULUL II MECANISME PSIHICE DE STIMULARE ȘI ENERGIZARE	Unitatea de învățare 6 Memoria	3.2. Stocarea	59
		3.3. Reactualizarea informațiilor	61
		4. Optimizarea memoriei	61
		5. Rolurile memoriei	63
		6. Uitarea	63
		7. Tendințe actuale în studiul memoriei	64
	<i>Mecanisme informațional- operaționale de prelucrare secundară a informației</i> Unitatea de învățare 7 Imaginația	1. Specificul psihologic	70
		2. Relația imaginației cu alte funcții psihice	70
		3. Procedeele imaginației	74
		4. Formele imaginației	74
		5. Caracteristicile produselor imaginative	75
	<i>Mecanisme psihice de stimulare și energizare a comportamentului</i> Unitatea de învățare 8 Motivația (1)	1. Conceptul de motivație	80
		2. Teorii asupra motivației	84
		2.1. Teorii instrumentaliste	84
		2.2. Teorii holist-umaniste	84
		2.3. Modelul relațional al motivației (J.Nuttin)	85
	<i>Mecanisme psihice de stimulare și energizare a comportamentului</i> Unitatea de învățare 9 Motivația (2)	3. Trebuințe, motive, interese, convingeri, ideal de viață	90
		3.1. Trebuințele	90
		3.2. Motivele	91
		3.3. Interese	92
		3.4. Convingeri	92
		3.5. Ideal de viață	93
		4. Motivație și performanță	93
	<i>Mecanisme psihice de stimulare și energizare a comportamentului</i> Unitatea de învățare 10 Afectivitatea	1. Definiție	98
		2. Specific psihologic	98
		3. Proprietățile proceselor afective	101
		4. Clasificarea trăirilor afective	104
		5. Rolul afectivității	107

MODULUL III MECANISME DE REGLAJ PSIHIC	<i>Mecanisme de reglaj psihic</i> Unitatea de învățare 11 Comunicare și limbaj (1)	1. Clarificări conceptuale	112
		1.1. Comunicarea	112
		1.2. Limba	114
		1.3. Limbajul	114
	<i>Mecanisme de reglaj psihic</i> Unitatea de învățare 12 Comunicare și limbaj (2)	2. Scopurile și rolurile comunicării	115
		3. Formele comunicării	120
		4. Funcțiile comunicării și limbajului	123
		5. Limbajul interior	124
	<i>Mecanisme de reglaj psihic</i> Unitatea de învățare 13 Atenția	1. Definiție	129
		2. Specificul psihologic al atenției	129
		3. Caracteristicile atenției	131
		4. Formele atenției	131
		5. Însușirile atenției	132
		6. Modele explicative ale atenției	133
		6.1. Modele fiziologice	133
		6.2. Modele psihologice	134
		6.3. Modele psihofiziologice	135
		7. Diferențe individuale în atenție	136
	<i>Mecanisme de reglaj psihic</i> Unitatea de învățare 14 Voința	1. Definiție	140
		2. Probleme controversate	140
		3. Specificul psihologic al voinței	142
		4. Structura actului voluntar	143
		5. Calitățile voinței	144
		6. Defectele voinței	144
		7. Realizarea reglajului voluntar în activități în care sunt implicate deprinderi și priceperi	146

Introducere

Cursul este destinat, în principal, studenților Facultății de Psihologie din cadrul Universității Ecologice din București – învățământ cu frecvență redusă (IFR), dar poate constitui un util material de studiu și pentru studenții la învățământ cu frecvență (IF).

a. Date privind titularul de disciplină

Nume și prenume:	Gherghinescu Ruxandra
E-mail:	ruxandra.gherghiunescu@ueb.education

b. Date despre disciplină

Anul de studiu:	I
Semestrul:	II

c. Obiectivele disciplinei

Obiectivul general al disciplinei	Cursul focusează asupra explicării și înțelegerii modului de funcționare al mecanismelor psihice informațional-operaționale, stimultiv-energizante și a celor reglatorii, ca elemente constitutive ale sistemului psihic uman
Obiectivele specifice	Obiective informaționale: - utilizarea corectă a aparatului conceptual referitor la descrierea și explicarea mecanismelor psihice; - argumentarea interdisciplinară, integrativ-sistemică și interacționistă a proceselor psihice - interpretarea / argumentarea specificului mecanismelor psihice ca procesualități dinamice; Obiective operaționale: - definirea corectă a conceptele aferente psihologiei generale; - clasificarea corectă a proceselor psihice - descrierea modalităților procesualităților psihice studiate;

	- dezvoltarea capacității de analiză critică a problematicilor ridicate de explicarea mecanismelor psihice
--	--

d. Competențe acumulate după parcurgerea cursului

Competențe profesionale	CP1. Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologiei - analiza comparativă a principalelor abordări teoretice referitoare la elementele constitutive ale sistemului psihic uman - explicarea și interpretarea fenomenelor psihice, utilizând adecvat concepte și teorii de bază din domeniu - utilizarea adecvată în comunicarea profesională a conceptelor și teoriilor referitoare la fenomenele psihice CP2. Proiectarea și realizarea unui demers de cercetare în psihologie CP3. Evaluarea critică a situațiilor problematice și a soluțiilor posibile în psihologie CP4. Evaluarea psihologică a individului CP5. Proiectarea și realizarea intervențiilor psihologice CP6. Relaționarea și comunicarea interpersonală specifică domeniului psihologiei
Competențe transversale	CT1. Executarea responsabilă a sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercitarea profesiei CT2. Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice CT3. Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica oricărui context social

e. Resurse și mijloace de lucru

Pentru o pregătire temeinică, vă sugerăm să efectuați toate testele de evaluare, astfel încât rezultatul pregătirii dumneavoastră să fie cât mai obiectiv. De asemenea, vă sugerăm să vă alcătuiți propriile dumneavoastră planuri și scheme, acestea ajutându-vă la o mai bună sistematizare a cunoștințelor dobândite.

Fiecare curs debutează cu prezentarea obiectivelor pe care trebuie să le atingeți – din punctul de vedere al nivelului de cunoștințe – prin studierea temei respective. Vă recomandăm să le citiți cu atenție și apoi, la sfârșitul cursului, să le revedeți pentru a verifica dacă le-ați atins în întregime.

Testele de evaluare prezente la sfârșitul fiecărui curs și pe parcursul unităților de învățare vă vor ajuta să verificați modalitatea specifică de învățare și să vă îmbunătățiți cunoștințele. Timpul recomandat rezolvării testelor este de 30 de minute. Rezolvați testele numai după studierea în întregime a unui curs și nu vă uitați la răspunsuri decât după rezolvarea testului și numai dacă nu reușiți să găsiți răspunsul prin recitirea cursului.

La fiecare unitate de învățare există indicată o bibliografie selectivă pe care vă sfătuim să o parcurgeți.

f. Structura cursului

Cursul Fundamentele psihologiei 2 este format din trei module și 14 unități de învățare.

La sfârșitul fiecărei unități de învățare beneficiați de modele de teste de autoevaluare care vă vor ajuta să stabiliți singuri ritmul de învățare și necesitățile proprii de repetare a unor teme. La sfârșitul suportului de curs sunt prezentate răspunsurile corecte la testele de autoevaluare a

De asemenea, sunt inserate teme de control pe parcursul unităților de învățare și este solicitată elaborarea unui referat intitulat ”Reprezentarea ca stație de tranzit între senzorial și logic”

Temele de pe parcursul unităților de învățare și referatul se prezintă de către fiecare student, iar rezultatele acestei evaluări se comunică de către cadrul didactic în mod direct și nemijlocit studenților.

Cursul de Fundamentele psihologiei 2 poate fi studiat atât în întregime, potrivit ordinii prestabilite a capitolelor, dar se poate și fragmenta în funcție de interesul propriu mai accentuat pentru anumite teme. În vederea susținerii examenului este obligatorie parcurgerea tuturor celor 14 unități de învățare și efectuarea temelor, testelor prezentate și a referatului.

Cerințe preliminare

Fundamentele psihologiei 1 este o disciplină care se studiază în anul I, semestru I și nu are precondiții de curriculum sau competențe.

g. Durata medie de studiu individual

Durata medie de învățare estimăm a fi de aproximativ 28 de ore.

Studierea fiecărei unități de învățare necesită un efort de cca. 2 ore, astfel încât cunoștințele specifice acestui domeniu să se fixeze temeinic.

h. Evaluarea

La încheierea studierii cursului, este obligatorie realizarea temelor de control, a testelor și a referatului.

Forma de evaluare (E-examen, C-colocviu/test final, LP-lucrări de control)		E
Stabilirea notei finale (procentaje)	- evaluarea finală	50%
	- activități aplicative /laborator/lucrări practice/proiect etc.	20%
	- teste pe parcursul semestrului	20%
	- teme de control	10%

MODULUL I: MECANISME INFORMAȚIONAL- Operaționale de prelucrare a informației

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 1

SENZAȚIILE



Plan de idei:

1. Clarificări conceptuale
2. Definiție, specific și mecanisme
3. Clasificarea senzațiilor
4. Proprietățile senzațiilor
5. Legile senzației

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al senzațiilor
2. Să cunoașteți și să explicați legile senzațiilor
3. Să prezentați aspecte legate de proprietățile senzațiilor
4. Să argumentați importanța și rolurile senzațiilor ca mecanisme informațional-operaționale de prelucrare primară a informațiilor

MECANISME PSIHICE INFORMAȚIONAL-OperaȚIONALE DE PRELUCRARE PRIMARĂ A INFORMAȚIEI



Conținut

Omul este o ființă informațională (informavor). El captează, stochează, prelucurează și transformă informațiile. Acest lucru se realizează cu ajutorul mecanismelor informaționale care îl informează despre variațiile mediului, cu 2 condiții:

- variațiile mediului să fie importante pentru organism;
- să se producă între anumite limite.

Captarea și prelucrarea primară a informației se face cu ajutorul mecanismelor de prelucrare primară a informațiilor:

- senzațiile, prin care se captează, se înregistrează, se efectuează o prelucrare inițială, precoce a informațiilor (nu sunt accesibile decât însușiri concrete, simple, izolate ale obiectelor și fenomenelor – insuficiente pentru o adaptare rapidă la solicitările mediului).

- percepțiile ca mecanisme de prelucrare aprofundată, nu a însușirilor, ci a obiectelor luate ca întreguri dinamice (la acest nivel devine accesibilă semnificația obiectelor în virtutea căreia obiectul capătă valoare adaptativă). Percepția este legată de "aici" și "acum".

- reprezentările prin care omul își prezintă sieși propria experiență (fără această capacitate, omul ar rămâne prizonierul prezentului).

SENZAȚIILE

1. CLARIFICĂRI CONCEPTUALE

La un moment dat în dezvoltarea organică apar forme sub care se reacționează la mediu.

1.1. Excitabilitate

1.1.1. Definiție

Excitabilitatea este proprietatea biologică generală care permite ființelor vii să recepționeze influențe externe și să răspundă selectiv la ele printr-o stare de modificare internă.

1.1.2. Caracterizare

Excitabilitatea este o reacție:

- difuză;
- nediferențiată;
- nespecializată.

Este reacția întregului organism care este și analizator și executor. Ea se realizează numai în contact direct cu stimuli biologici necesari.

Din această cauză, a apărut necesitatea de a evolua o capacitate care să permită căutarea și depistarea stimulilor biologici necesari – sensibilitatea.

1.2. Sensibilitate

1.2.1. Definiție

Sensibilitatea este proprietatea organismului de a recepționa factori indiferenți, de a stabili un raport cu sens biologic între ei și factorii necondiționați. Poate fi definită și ca fiind capacitatea de a avea senzații.

1.2.2. Caracterizare

Sensibilitatea este:

- diferențiată;
- se realizează prin analizatori specializați pentru diferite tipuri de excitații;
- analizatorii au:
 - segment receptor;
 - căi de conducere;
 - centru de prelucrare corticală a informațiilor.

Sensibilitatea este o formă superioară de adaptare. Este o componentă mijlocitoare a comportamentului pentru că orientează organismul în mediu.

Sensibilitatea este un produs al evoluției, dar și o condiție absolut necesară pentru adaptare.

1.3. Relația sensibilitate – motricitate - personalitate

Între sensibilitate și motricitate există o legătură funcțională:

- sensibilitatea se dezvoltă pentru varia demersuri motorii;
- motricitatea confirmă sau infirmă rezultatele sensibilității.

Wallon – drumul de la act la gândire trece prin exerciții senzori-motorii.

Piaget – stadiul senzori- motor în dezvoltarea copilului are o semnificație majoră în dezvoltarea inteligenței copilului.

Paul Popescu-Neveanu – relația sensibilitate – motricitate se situează la 2 niveluri:

- nivelul macrosistemului – adică relațiile organismului cu mediu (informațiile se coordonează cu conduita motorie);
- nivelul subsistemului analizatorului (ochiul imobil este un ochi mort, mâna inertă, care nu pipăie este o mână moartă).

Ca urmare microreacțiile mijlocesc macoreacțiile adaptative.

Nu doar activitatea își pune amprenta pe sensibilitate ci și personalitatea.

Ananiev folosește conceptul de ”senzitivitatea” – proprietate a persoanei care se referă la nivelul general al sensibilității ei (viteză, ritm, forța reacțiilor senzori-motorii, relație informație – senzație - afectivitate). Astfel, sensibilitatea devine o dimensiune a personalității și un factor în psihologia diferențială.

2. DEFINIȚIE, SPECIFIC ȘI MECANISME

2.1. Definiție

Senzațiile sunt procese psihice elementare care semnalizează separat în forma imaginilor simple și primare, însușirile concrete ale obiectelor și fenomenelor și stările interne ale organismului, în condițiile acțiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

Care sunt notele definitorii ale senzației, regăsite în definiția acestui concept?

2.2. Diferența excitație – senzație

- excitația – o modificare locală reversibilă sub influența stimulului;
- senzația – transmiterea mesajului nervos al excitației până la centrii care au capacitatea de a înregistra experiențele.

Exemplu: dacă lumina nu ajunge în zona centrală analizatorului vizual, senzația nu se produce, dar există reflexul pupilar.

În acest sens Pieron vorbește despre existența unei specificități presenzoriale, manifestată prin răspunsuri reflexe, care apar și când căile aferente sunt întrerupte sau zonele corticale distruse.

2.3. Stadiile senzației

Se pare că există 2 stadii ale unei senzații.

2.3.1. Stadiul presenzorial

Este stadiul de excitație și reflex caracterizat printr-o reacție locală.

2.3.2. Stadiul sensorial propriu-zis

Este stadiul în care se reflectă însușiri ale obiectului.

2.4. Categoriile de fapte implicate în senzație

În analiza unei senzații se țin cont de 3 categorii de fapte:

2.4.1. Fapte obiective

Senzația nu este o fantasmă pentru că corespunde unui obiect real.

2.4.2. Fapte nervoase

Pentru a se realiza, senzația are nevoie de participarea unui aparat nervos.

2.4.3. Fapte mentale

Are concomitențe subiective.

2.5. Analizatorii.

Ca să se producă o senzație trebuie să existe aparate specializate – analizatorii.

Definiție: Analizatorul este un ansamblu structural-funcțional care are următoarele componente:

- receptorul (ochi, ureche, papile gustative etc.) care sunt în legătură directă cu excitanții din mediu și transformă acțiunea acestora în impuls nervos;
- calea de conducere – nervi prin care se transmit impulsurile nervoase la creier;
- zona corticală de proiecție a analizatorului;
- conexiunea inversă – transmiterea de la creier la receptori a unor impulsuri care adaptează mai bine receptorii.

2.6. Procesele senzației

Funcționarea normală a senzației presupune parcurgerea mai multor procese.

2.6.1. Codarea primară

Are loc în receptorul analizatorului – semnalul extern se transformă în impuls nervos.

2.6.2. Procesul de recodare

Se realizează în veriga intermediară, de transmisie a analizatorului (mai ales în instanțe neuronale subcorticale). Are ca scop reorganizarea elementelor informaționale:

- elementele informaționale importante, principale, sunt reținute și transmise mai departe;

- elementele informaționale secundare sunt blocate la acest nivel.

2.6.3. Procesul de decodare

Se desfășoară la nivel cortical, în zonele de proiecție specifice analizatorului. Acest proces se finalizează printr-un cod-imagine care este izomorf cu însușirile obiectului.

3. CLASIFICAREA SENZAȚIILOR

La om nu avem senzații în stare pură (senzația este o abstracție rezultată dintr-un efort de analiză). Se poate vorbi de senzații pure:

- în primele zile după naștere;
- în stări patologice.

3.1. Principalele categorii de senzații:

Senzațiile vizuale sunt rezultatul acțiunii undelor electromagnetice asupra analizatorului vizual (unde se propagă de la surse naturale sau artificiale de lumină, de la obiecte luminate care reflectă o parte din undele primite și au astfel o culoare sau alta; dacă reflectă în mod egal pe toate, sunt albe; dacă le absorb pe toate sunt negre). Senzațiile vizuale:

- oferă informații despre lucruri;
- au efecte asupra sistemului nervos și efecte psihoterapeutice.

Senzațiile auditive sunt determinate de undele sonore asupra urechii. Sunetele:

- informează despre prezența obiectelor;
- au efect asupra sistemului nervos și pot fi folosite în psihoterapie.

Senzațiile cutanate pot fi împărțite în 2 categorii:

- senzații tactile (produse de atingerea și presiunea exercitată de obiecte).

Cele mai sensibile zone sunt: vârful degetelor, buzele, vârful limbii. Cele mai puțin sensibile sunt fruntea și spatele.

- senzații termice (produse de diferența dintre temperatura propriului corp și cea a obiectelor care ne înconjoară).

Aceste senzații:

- permit cunoașterea temperaturii din mediul extern;
- sunt incluse în mecanismele de termoreglare.

Senzațiile olfactive au ca excitant particularități chimice ale obiectelor prin particule de substanțe volatile ce pătrund în fosele nazale și stimulează receptorii olfactivi. Denumirea lor se face după substanța care le-a produs (miros de trandafiri, miros de benzină etc.). Rolul lor:

- apărarea organismului;
- reglarea apetitului.

Senzațiile gustative (reflectă calitățile chimice ale substanțelor solubile care pătrund în calitatea bucală). Se consideră că există patru feluri de senzații gustative: dulce, acru, sărat, amar, și din combinarea lor în diferite proporții rezultă toate celelalte gusturi. Rolul lor:

- apărarea organismului;
- reglarea apetitului.

Senzațiile proprioceptive informează despre starea de postură a membrilor, trunchiului, capului. Ele sunt provocate de tensiunea din mușchi care asigură postura.

Senzații chinestezice apar în cursul mișcărilor și informează despre direcția, durata și intensitatea efortului muscular. Formele de bază sunt:

- chinestezia aparatului motor;
- chinestezia manuală;
- chinestezia verbomotorie (care permite vorbirea).

Senzațiile de echilibru semnalizează schimbarea poziției capului față de trunchi și de tot corpul când se fac mișcări de rotire și balansare. Ele au următoarele roluri:

- stabilirea centrului de greutate când se petrec schimbări de poziție ale corpului;
- menținerea echilibrului vertical și a direcției de deplasare;
- redresarea stării de echilibru în situația în care se produc alunecări, căderi.

Senzațiile organice sunt determinate de modificări ale chimismului intern al organismului (scăderea concentrației de substanțe nutritive în sânge, a apei, a oxigenului). Rolul lor:

- determină pe om să acționeze în vederea restabilirii echilibrului.

Senzațiile de durere informează asupra tulburărilor funcționale sau distrugerilor de țesuturi organice. De aceea au o puternică tonalitate afectivă negativă. Rolul lor:

- stimulează omul în vederea înlăturării pericolului semnalat.

În concluzie, toate senzațiile au următoarele roluri fundamentale:

- informarea despre lumea externă și despre propriul organism;
- reglarea mișcărilor;
- implicare în satisfacerea trebuințelor fundamentale;
- bază pentru apariția și realizarea altor procese psihice mai complexe.

De-a lungul istoriei psihologiei, senzațiile au cunoscut diferite clasificări, după diferite criterii.

3.2. Criteriul structural (conform analizatorilor)

Până în secolul al XIX-lea senzațiile erau clasificate după cele cinci organe de simț (văz, auz, gust, miros și tact) – este un criteriu structural iar demersul teoretic mergea de la organ la funcție.

3.3. Criteriul funcțional

Adoptând acest criteriu se merge de la funcție la organ. Așa s-a procedat cu sensibilitatea chinestezică, vestibulară, organică.

3.4. Criterii situaționale

Aparțin sec. XX. Ele iau în considerare condițiile recepției. Astfel, s-au distins:

3.4.1. Senzații de contact

Ele apar în contact cu stimulul – tactul, gustul.

3.4.2. *Senzații de distanță*

Ele presupun receptori de distanță - auzul.

Încadrarea în această clasificare s-a dovedit dificilă deoarece, spre exemplu, ochiul este un analizator de distanță, dar ca să existe senzație este necesar contactul retinei cu cuantele luminoase.

3.5. **Locul de amplasare al receptorilor**

- senzații extraceptive;
- senzații introceptive;
- senzații proprioceptive – informații despre postura membrelor, trunchiului, capului vin de la tensiunea musculară (dar care au și sarcini extraceptive).

Ca atare, dihotomia interior/exterior la care s-a apelat este limitată.

3.6. **După natura stimulului**

Uhtomski utilizează o clasificare după natura stimulilor (mecanică, fizică, chimică, fiziologică).

- senzații cutanate – stimuli mecanic;
- senzații vizuale și auditive – stimuli fizici;
- senzații gustative și olfactive - stimuli chimici;
- senzații proprioceptive și interoceptive – stimuli fiziologici.

Se poate vorbi și despre modalități senzoriale intra-modale:

- în categoria senzațiilor cutanate există:
 - senzații tactile;
 - senzații termice;
 - senzații algice.
- în categoria senzațiilor gustative:
 - senzație de dulce;
 - senzație de acru;
 - senzație de sărat;
 - senzație de amar.

Se poate vorbi și despre modalități senzoriale inter-modale (exemplu: corelații între văz și pipăit – a pipăi cu ochii).

4. **PROPRIETAȚILE SENZAȚIEI**

4.1. **Calitățile senzației.** Cui se datorează calitatea experienței senzoriale?

Morgan consideră că își aduc contribuția la calitatea experienței senzoriale următoarele aspecte:

- selectivitatea receptorilor (unii receptori sunt sensibili la un tip de senzație, alții la alte tipuri de senzație);
- energia specifică a organelor de simț - este concepția lui Johannes Muller care consideră că fiecare organ de simț are o energie care îi este specifică. El a experimentat procedând în modul următor:
 - a aplicat un același stimul mai multor organe de simț și a obținut senzații diferite;
 - a aplicat stimuli diferiți aceluiași organ de simț și a obținut o aceeași senzație.

El a utilizat stimuli universali (electrici și mecanici), deci creierul nu a reflectat natura stimulului, ci natura mecanismului fiziologic perturbat prin aplicarea unui stimul nespecific.

Leontiev a înlocuit ”teoria energiei specifice a organelor de simț” cu principiul ”dezvoltării organelor energiilor specifice”.

- bazele centrale ale calității (sistemul nervos central determină calitatea senzației – senzațiile se perturbă când creierul este afectat).

4.2. Intensitatea senzației

Este legată de:

- intensitatea stimulului;
- amplitudinea influxului nervos (această amplitudine depinde de grosimea și metabolismul fibrelor nervoase).

Mai contribuie:

- condițiile concrete în care are loc recepția (o lumină este văzută mai puternică în condiții de întuneric și este abia sesizată la lumină);
- gradul de excitabilitate a sistemului nervos (o aceeași valoare a stimulului va avea cantități diferite de intensitate pentru un sistem nervos excitabil față de unul slab sau inert);
- existența sau nu a unei dominanțe organice pentru stimul (exemplu : când ne este foame o mică stimulare alimentară este trăită intens).

4.3. Durata senzației

Este vorba despre întinderea în timp a senzației. Ea durează, de obicei, atât timp cât durează stimulul. Există însă cazuri când senzațiile pot persista și după încetarea stimulului – prin imagini consecutive:

- imagini consecutive pozitive (corespund stimulării originale, exemplu: un cărbune învârtit în întuneric, dă senzația de cerc);
- imagini consecutive negative (sunt complementare stimulului original, exemplu: un pătrat roșu pe un perete alb, se va vedea un pătrat verde).

4.4. Tonul afectiv al senzației.

Poate fi plăcut/neplăcut, apropiere/respingere. Tonalitatea depinde de gradul de satisfacere sau nesatisfacere a trebuințelor noastre.

5. LEGILE SENZAȚIEI

5.1. Legea intensității

Ca să apară o senzație, stimulul trebuie să aibă o anumită intensitate.

5.1.1. Pragul absolut minimal

Se referă la cantitatea minimă de intensitate a stimulului necesară ca să producă o senzație (stimul vizual – 1,2 cuante ; stimul auditiv – 16-20 vibrații pe secundă). Stimulii care nu ating aceste intensități se numesc stimuli subliminali (produc efecte fiziologice, dar nu sunt integrați senzorial).

Pragul absolut minimal este un indicator al sensibilității – cu cât pragul este mai mic cu atât sensibilitatea este mai mare și invers.

Stimulii care nu depășesc pragul minimal se numesc stimuli subliminali.

5.1.2. Pragul absolut maximal

El se referă la cantitatea maximă de intensitate a stimulului care mai produce o senzație în cadrul acelei modalități senzoriale. Depășirea acestei intensități produce

durere sau distrugerea aparatului senzorial (pragul absolut maximal auditiv este de 20 000 de vibrații pe sec.)

5.1.3. Pragul diferențial

Se referă la relația dintre intensitatea inițială a unui stimul și intensitatea care trebuie adăugată sau scăzută pentru a produce o modificare sesizabilă a senzației.

Despre el au vorbit Bouguer la începutul sec. XVIII, apoi a redescoperit-o Weber în 1831, inițial pentru senzația de greutate și pe care apoi o generalizează. Pragul diferențial corespunde unei relații constante între intensitatea inițială și cea nou adăugată sau scăzută (la greutate, raportul este de 1/30, la senzațiile auditive este de 1/10, la senzațiile vizuale este de 1/100).

Fechner, în 1860 constată că senzația este proporțională cu logaritmul mărimii fizice a stimulului (în timp ce procesele fiziologice din corp rămân proporționale cu intensitatea stimulului). Altfel spus, dacă dorim ca senzația să crească în progresie aritmetică, trebuie să creștem intensitatea stimulului în progresie geometrică.

G. Zapan a generalizat legea pentru intensități foarte mici și foarte mari (el utilizează coeficienți biochimici ca variabile de care depinde modificarea influxului nervos și transformarea lui în senzație.)

5.1.4. Zona optimă de recepție

Se referă la nivelul de intensitate a stimulilor mai frecvenți sau mai semnificativi pentru om.

5.2. Legea adaptării și fenomenul de contrast

Adaptarea senzorială desemnează creșterea sau scăderea sensibilității, odată cu modificarea condițiilor din mediu. Este un fenomen de tip relațional pentru că ia în considerație:

- nivelul inițial al sensibilității;
- valoarea diferențelor funcție de intensitate și durata stimulului.

Fenomenul mai depinde de:

- particularitățile morfo-funcționale ale analizatorilor;
- locul analizatorilor în reflectarea informațiilor.

Legea postulează următoarele:

- la stimuli puternici, sensibilitatea scade (dacă se trece dintr-o încăpere slab luminată în una puternic luminată, la început nu se vede nimic, dar după 4-5 minute se produce scăderea sensibilității și se vede normal).

- la stimuli slabi, sensibilitatea crește (dacă se trece dintr-o încăpere puternic luminată în una slab luminată, la început nu se vede nimic, apoi adaptarea se produce în sensul creșterii sensibilității: în 10-15 sec. are loc o adaptare rapidă și încep să se distingă lucruri, în următoarele 3-4 minute adaptarea este mai lentă – în final sensibilitatea va crește de 200 000 de ori).

Avem analizatori:

- ușor adaptabili (tactil, termic, olfactiv, vizual);
- greu adaptabili (auditivi, algici).

Pe fondul adaptării apare fenomenul de contrast:

- contrast succesiv – crește intensitatea percepută a stimulului prezent, ca urmare a acțiunii îndelungate a unui stimul de același fel, dar diferit ca intensitate și calitate (exemplu: crește sensibilitatea pentru acru dacă s-a mâncat ceva dulce);

- contrast simultan – apare sub 2 forme:

- fie accentuarea reciprocă a clarității stimulilor în același câmp perceptiv (percepția simultană a albului și negrului);

- fie evidențierea unui stimul sub influența stimulilor învecinați (exemplu: o hârtie cenușie pe un fond colorat tinde să ia nuanța complementară fondului – cenușiul pe roșu tinde spre verde).

Adaptarea este un mecanism de optimizare a recepției:

- se poate răspunde stimulilor slabi;

- omul se poate proteja de cei vătămători.

Care ar fi explicația faptului că analizatorii auditivi și algici sunt greu adaptabili?

5.3. Legea sensibilizării

- se referă la creșterea sensibilității unei porțiuni dintr-un analizator prin stimularea specifică a altor segmente din același analizator.

Exemplu: excitarea periferică a retinei dintr-un ochi crește sensibilitatea părții centrale din celălalt ochi.

- această lege mai presupune și creșterea sensibilității unui analizator ca urmare a unei excitații adecvate a altuia.

Exemplu: stimularea analizatorului auditiv cu sunete de o anumită frecvență duce la creșterea sensibilității bastonașelor din retină.

5.4. Legea depresiei

Se referă la scăderea sensibilității prin aceleași mecanisme ca în sensibilizare.

Exemplu: frigul reduce sensibilitatea tactilă, durerea reduce alte senzații).

5.5. Legea sinesteziei

Ea exprimă o relație funcțională specială între analizatori.

Se referă la apariția unei senzații într-o modalitate senzorială ca urmare a excitației altei modalități.

Exemplu: audiție colorată, vedere sonoră care apare în special la artiști; în unele condiții este posibil ca auzitul unui susur de apă să producă senzația de răcoare).

5.6. Legea semnificației

Se mai numește și legea forței de semnalizare și contrazice legea intensității. Se referă la faptul că stimuli slabi, semnificativi sunt recepționați mai bine decât stimuli puternici, dar ne semnificativi.

Exemplu un depanator auto, puțin receptiv la fel de fel de sunete obișnuite, sesizează cea mai mică modificare a sunetelor generate de funcționarea motorului.

5.7. Legea compensării

Se referă la faptul că insuficienta dezvoltare a unei modalități senzoriale duce la perfecționarea alteia, care începe să-i preia funcțiile (la oamenii orbi și surzi se dezvoltă sensibilitatea tactilă, vibratorie, olfactivă).

5.8. Legea condiționării social-istorice

Senzațiile sunt comune omului și animalului. Această lege explică diferențele calitative între sensibilitatea animalelor și a omului.

Chiar dacă unele animale au performanțe crescute în funcționarea unor senzații, ele nu ating varietatea celor umane (vulturul vede departe, câinele are un miros foarte dezvoltat, dar celelalte senzații sunt slabe sau lipsesc).

Societatea a produs asupra omului următoarele schimbări privind capacitățile lui senzoriale, acestea suportând o influență a factorilor socio-istorico-culturali:

- unele modalități senzoriale ajung la mari performanțe (s-a dezvoltat auzul verbal sau cel muzical);
- s-a schimbat ponderea dezvoltării unor modalități senzoriale (la multe animale mirosul este cel mai dezvoltat, la om s-au dezvoltat senzațiile vizuale și auditive în detrimentul celor olfactive);
- au apărut noi stimuli și noi capacități discriminative (exemplu industria alimentară și cea a parfumurilor).

Alegeți trei legi ale senzației și demonstrați importanța lor din punct de vedere al adaptării.



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 156-186;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 95-109;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 166-184;

ZLATE, M., *Psihologia mecanismelor cognitive*, Ediția a II-a, Iași, Polirom, 2006, p. 29-38, 61-71;



Grilă de autoevaluare
(un singur răspuns este corect)

1. Care dintre următoarele caracteristici ale excitabilității nu este corect menționată?
 - a. excitabilitatea este o reacție difuză
 - b. excitabilitate presupune voință
 - c. excitabilitatea este o reacție nediferențiată
 - d. excitabilitatea este o reacție nespecializată

2. Transmiterea de la creier la receptori a unor impulsuri care adaptează mai bine receptorii se realizează prin următoarea componentă a analizatorilor:
 - a. calea de conducere
 - b. zona corticală de proiecție a analizatorului
 - c. receptorul
 - d. conexiunea inversă

3. Senzațiile proprioceptive informează asupra:
 - a. modificării chimismului intern al organismului
 - b. de posturii membrelor, trunchiului și capului
 - c. direcției, duratei și intensității efortului muscular
 - d. schimbării poziției capului față de trunchi și de tot corpul când se fac mișcări de rotire și balansare

4. Despre tulburările funcționale sau distrugerile de țesuturi organice informează:
 - a. senzațiile proprioceptive
 - b. senzații chinestezice
 - c. senzațiile organice
 - d. senzațiile de durere

5. Legea intensității nu ia în discuție:
 - a. pragul maximal
 - b. pragul diferențial
 - c. pragul figurativ
 - d. pragul minimal

6. Legea depresiei se referă la:
 - a. scăderea sensibilității unei porțiuni dintr-un analizator prin stimularea specifică a altor segmente din același analizator.

- b. creșterea sensibilității unei porțiuni dintr-un analizator prin stimularea specifică a altor segmente din același analizator
- c. perfecționarea unei modalități senzoriale, în caz de insuficientă dezvoltare a altei modalități senzoriale, pentru a-i prelua funcțiile
- d. apariția unei senzații într-o modalitate senzorială ca urmare a excitării altei modalități.

7. Mai buna recepționare a unor stimuli slabi dar semnificativi a unor stimuli puternici, dar nesemnificativi constituie:

- a. legea condiționării social-istorice
- b. legea semnificației
- c. legea intensității
- d. legea compensării

8. Care dintre următorii analizatori sunt greu adaptabili?

- a. analizaroel chinestezi
- b. analizatorul vizual
- c. analizatorul olfactiv
- d. analizatorii algici

9. Ce lege contrazice legea semnificației?

- a. legea sensibilizării
- b. legea adaptării
- c. legea intensității
- d. legea compensării

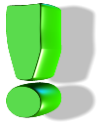
10. Procesul de creșterea sau scădere a sensibilității, odată cu modificarea condițiilor din mediu, se referă la:

- a. legea semnificației
- b. legea sensibilizării
- c. legea adaptării
- d. legea compensării

MODULUL I: MECANISME INFORMAȚIONAL- Operaționale de prelucrare a informației

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 2

PERCEPȚIILE



Plan de idei:

1. Definiția percepțiilor
2. Relația senzație-percepție
3. Accepțiunile noțiunii de percepție
4. Determinanți ai percepției
5. Legile percepției
6. Rolurile percepțiilor

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al percepțiilor
2. Să explicați diferențele dintre senzații și percepții
3. Să prezentați aspecte legate de proprietățile senzațiilor
4. Să argumentați importanța și rolurile percepțiilor ca mecanisme informațional-operaționale de prelucrare primară a informațiilor
5. Să corelați aspectele teoretice referitoare la percepții cu aspecte ale practicii cotidiene

PERCEPȚIILE



Conținut

1. DEFINIȚIE

Percepția este o formă superioară a cunoașterii senzoriale prin imagini sintetice, unitare, în care obiectele și fenomenele care acționează direct asupra analizatorilor sunt reflectate ca totalități integrale, în individualitatea lor specifică.

Care sunt notele definitorii ale percepției, regăsite în definiția acestui concept?

2. RELAȚIA SENZAȚIE - PERCEPȚIE

- senzația – rezultatul imediat al intrării în funcțiune a analizatorilor (în sfera intero- și proprio-ceptivă avem preponderent senzații);

- percepția – etapa finală însoțită de recunoașterea și identificarea stimulului (imagine 3D în cazul percepției vizuale). Avem percepții în exterocepție.

Changeaux vorbea despre ”obiect mental” – starea creată de intrarea în activitate a unor neuroni din diferite arii corticale. În această categorie intră:

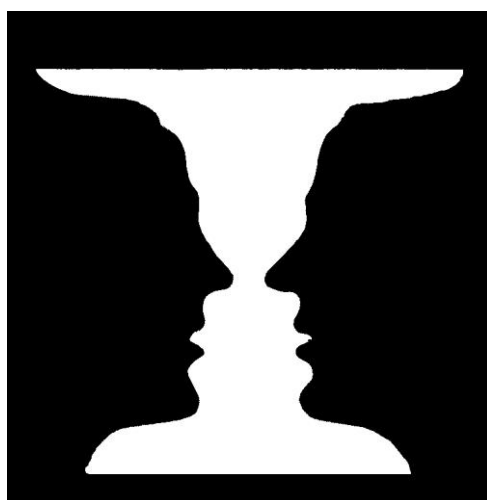
- perceptul primar – percepția;
- imaginea – este obiect al memoriei (reprezentarea);
- conceptul – tot obiect al memoriei, dar cu slabe componente senzoriale.

Proba realității o constituie corespondența dintre:

- imagine și concept, cu
- perceptul

2.1. Diferențe

Diferențele senzație-percepție apar bine în cazul figurilor duble.



Percepțiile sunt superioare senzațiilor pentru că sunt:

- sintetice (unesc mai multe feluri de senzații într-o imagine unitară, permițând să se dea răspunsuri adecvate la mediu);
- pot completa informația care lipsește prin mecanisme proprii de prelucrare;
- pot interpreta imaginile rezultate în raport cu importanța lor pentru activitate.

Percepțiile reflectă concomitent obiectul și contextul în care se află acesta (se poate acționa astfel asupra unui obiect ținând cont și de tot ce îl înconjoară).

Procesul perceptiv este mai complex decât cel al senzației:

- stimularea mai multor analizatori de către obiecte și context;
- desfășurarea unor explorări perceptive și scheme de a căuta informații;
- prelucrare complexă la nivel cortical al informațiilor obținute prin senzații;
- implicarea unor date ale experienței anterioare cu categoria respectivă de obiecte;
- intervenția limbajului.

2.2. Trecerea de la senzații la percepții

Această trecere se face atunci când impresii, senzații nu mai funcționează doar în calitate de semnale ci încep să funcționeze ca imagini ale obiectelor.

Desfășurarea procesului perceptiv parcurge mai multe faze:

- detecția – sesizarea prezenței stimulului în câmpul perceptiv, prin intensificarea atenției și orientarea analizatorilor în acea direcție ("parcă aș vedea ceva");

- discriminarea – se disting însușiri și obiectul se diferențiază de ceea ce îl înconjoară ("da, este ceva rotund și verde" etc.);

- identificarea - stabilirea categoriei din care face parte, prin comparare cu modelele din memorie ("da, este un semnalizator rutier");

- interpretarea – stabilirea semnificației pentru activitatea omului ("da, pot traversa").

Căutați asemănări și deosebiri între senzații și percepții.

3. ACCEPȚIUNILE NOȚIUNII DE PERCEPȚIE

3.1. Percepția ca activitate

3.1.1. Încadrarea în activitatea omului

Percepția nu este un eveniment izolat, ci o fază a unei acțiuni în desfășurarea vieții.

Unii autori vorbesc despre "angajarea omului în percepție pentru a căuta informații utile".

Piaget folosește conceptul de "activitate perceptivă".

R. Frances utilizează conceptul de "conduite perceptive":

- conduite de identificare (legate de un răspuns din memorie);
- conduite de diferențiere (se compară mai multe obiecte – lectura unui cuvânt scris greșit este o conduită de diferențiere).

3.1.2. Fazele perceptive

Elemente de activitate apar și în fazele percepției.

Bourdon vorbește despre:

- faza identificării primare (recunoașterea semnalelor);
- faza identificării secundare (înțelegerea lor).

După alți autori este vorba despre:

- senzația brută (recunoașterea unei simple pluralități de însușiri);
- percepția formei;
- conștientizarea unui sens (identificarea secundară).

Forgus definește percepția ca fiind procesul extragerii informației și consideră că există cinci etape:

- detecția;
- discriminarea;

Sunt determinate senzorial.

- rezoluția;
- identificarea;
- manipularea formelor identificate.

Ultimele trei etape presupun învățare și experiență. Aceste cinci etape demonstrează că acțiunea este:

- mijloc de realizare a percepției;
- element constitutiv al ei.

Această viziune este un pas înainte față de concepțiile tradiționale unde percepția era o reflectare directă (nemijlocită) a realității:

- cvasiautomată;
- unde importantă era forța excitatoare a stimulului;
- iar informațiile sunt introduse fortuit/întâmplător în subiect.

Deci, percepția :

- nu este un efect al stimulilor, ci rezultanta implicării active a subiectului (în caz contrar, percepția este deformată, vagă, confuză, eronată – ”mi s-a părut că...”). Corectitudinea ei nu depinde de forța excitatoare a stimulului, ci de gradul de implicare a subiectului.

- produsul percepției nu este o poză identică la toți cei care percep. Elementele stimulului sunt selecționate și structurate în funcție de experiența subiectului.

Datorită activismului subiectului, percepția este un mecanism reglator necesar pentru anticipare.

3.2. Percepția ca deformare a obiectului

Se vorbește despre:

- ”varierea obiectului după dispoziția celui ce percepe”;
- ”alterarea obiectului”.

La această poziție s-a ajuns pornindu-se de la iluziile perceptive definite ca percepții deformate. Dar, iluziile apar atunci când apar factori perturbatori la nivelul:

- obiectului;
- subiectului;

- relației subiect – obiect.

Corect este să vorbim nu despre variabilitatea obiectului, ci despre stabilitatea sa (invariabilitatea sa) în cursul varierii punctelor de vedere din care se face percepția.

3.3. Percepția ca expresie a personalității

Această concepție a fost dezvoltată de J. Nuttin. El afirmă că omul trăiește într-o lume pe care o percepe ca o situație de viață, iar comportamentul său este influențat nu doar de lumea în sine, ci și de felul în care o percepe (și lumea este percepută cu toată personalitatea fiecăruia – interese, scopuri, prejudecăți).

4. DETERMINANȚI AI PERCEPȚIEI

Percepția este influențată de:

- factori externi (obiect, mișcare, organizare a stimulilor);
- factori interni (set, atenție, motivație);
- factori relaționali (interacțiunile dintre factorii externi și cei interni).

4.1. Factori externi

În categoria factori externi se înscriu:

4.1.1. Caracteristicile stimulului

Caracteristicile stimulului se referă la intensitate, durată, frecvență

4.1.1.1. *intensitate* - cea mai favorabilă intensitate este cea medie (intensitatea scăzută face stimulul greu accesibil; intensitatea ridicată tocește acuitatea perceptivă și produce disconfort psihic);

4.1.1.2. durată

- dacă durata scade sub o limită, identificarea și diferențierea sunt dificile;
- dacă durata depășește o valoare, percepția devine ștearsă datorită saturației.

4.1.1.3. *frecvență* – un stimul care apare frecvent se percepe mai repede decât dacă apare la intervale mari de timp

4.1.2. Particularitățile contextului

Particularitățile contextului se referă la volumul câmpului perceptiv, omogenitatea/heterogenitatea lui, raportul spațio-temporal dintre stimuli.

Obiectul se percepe cel mai bine când se detașează de fond.

Experimentul Berlyne – perechi de stimuli prezentați la tahistoscop cu un timp de expunere de 0,14 s,m prezentați o singurădată sau repetit. Stimulii se diferențiau după:

- mod de dispunere (simetric/asimetric);
- cantitatea elementelor (mai puține sau mai multe elemente constitutive);
- natura materialului (omogen/neomogen);
- contururi regulate/neregulate;
- familiaritate (reale, absurde, familiare, noi etc.).

Cea de-a doua categorie de elemente a fost mai greu percepută. Ca atare, asimetria, complexitate, neomogenitatea, noutatea stimulilor a făcut mai dificilă percepția.

4.2. Factori interni

Sunt foarte mulți factori interni (atenție, motivație, trăsături dispoziționale de personalitate), dar cei mai importanți sunt cei legați de set.

4.2.1. *Setul*. Conceptul este întâlnit sub denumiri precum: montaj, ustanovka, expetancy, tendency, attitude.

4.2.1.1. definiție:

- stare de pregătire pentru percepție;
- o predispoziție capabilă să orienteze activitatea subiectului într-o anumită direcție;

- stare de așteptare a obiectelor, a trăsăturilor lor caracteristice, a evenimentelor sigure și presupune restrângerea numărului de evenimente pentru care subiectul este pregătit.

Setul de exprimă în:

- pregătirea de a percepe sau de a răspunde într-un anumit fel;
- promptitudinea răspunsului perceptiv.

4.2.1.2. efectele setului:

- asimilarea pozitivă (integrarea adecvată a stimulului);
- asimilarea negativă (identificarea eronată a stimulului);
- transformarea (rezultă din îmbinarea celor 2 efecte anterioare – imaginea percepută concordă categorial cu stimulul, dar acesta rămâne neidentificat pentru că anumite însușiri ale sale sunt denaturate).

Experiment P. Fraisse – se prezintă simultan la tahistoscop cifre, litere și semne de punctuație în 3 situații experimentale:

- fără set;
- cu set (subiecții știau că trebuie să relateze numărul de cifre);
- cu set diferențiat (subiecților li se atrăgea atenția asupra unei categorii de stimuli, dar li se cerea să relateze despre ea în ultimul rând).

Cele mai multe răspunsuri corecte au apărut în a doua situație experimentală.

4.3. Factori relaționali

Carmichael, Hoga și Walter au prezentat la tahistoscop imagini ambigue, precedate de denumiri diferite la două loturi de subiecți.

Figură
reprodusă



Cuvânt
însoțitor

Ochelari

Figură
stimul



Cuvânt
însoțitor

Haltere

Figură
reprodusă



Unui lot i se spunea că este vorba despre ochelari, celuilalt, că este vorba despre haltere.

După prezentare, subiecții trebuiau să deseneze stimulul prezentat. S-a constatat deformarea lui de către stimulul verbal. Acest lucru se datorează coincidenței unor trăsături ale stimulului cu starea de set formată prin cuvânt.

Încercați să exemplificați, bazându-vă pe experiența dvs. o categorie de determinanți ai percepției vizuale, la alegere.

4.4. Tipuri de comportamente perceptive

După predominanța unora dintre factorii care influențează percepția sau după coincidența lor se pot determina tipuri de comportament perceptiv.

- comportament de detectare și diferențiere adecvată a însușirilor stimulului (depinde de natura stimulului);
- comportamente oscilatorii sau deformante (depinde de condițiile interne ale subiectului);
- comportamente corective – menținerea invarianței imaginii chiar în condițiile variației stimulilor;
- comportament de clasificare a stimulului în diferite categorii pe baza unui referențial;
- comportament de identificare categorială – se face cu ajutorul cuvântului (exemplu: acest stimul este un măr).

5. LEGILE PERCEPȚIEI

Existența legilor în percepție a fost demonstrată de gestaliști.

5.1. Legile gestaltiste

5.1.1. Legea proximității

Stimulii apropiați sunt percepuți ca aparținând aceleiași forme.

5.1.2. Legea similarității

Stimulii asemănători sunt percepuți ca aparținând aceleiași forme.

5.1.3. Legea continuității

Stimulii orientați în aceeași direcție tind să se organizeze în aceeași formă.

5.1.4. Legea simetriei

Figurile cu 1 sau 2 axe simetrice sunt ”forme bune” și se percep ușor.

5.1.5. Legea închiderii

Percepția evită interpretări care duc la trasee incomplete, preferă configurațiile închise.

Aceste legi nu intră în funcțiune brusc, ci se află într-un proces de constituire.

Ele nu se aplică întotdeauna (exemplu: la un triunghi lacunar legea închiderii funcționează doar când lacuna este mică, dacă este mare nu apare închiderea).

5.2. Legile psihologiei moderne

5.2.1. Legea integralității perceptive

Percepția creează conștiința unității și integralității obiectului (percepția nu lucrează cu însușiri izolate, ci cu obiecte unitare/întregi). Este reflectat obiectul împreună cu contextul în care se află. Datorită acestei legi se poate acționa adecvat și față de un obiect care este pe jumătate acoperit privirii noastre de către un altul. Se poate recunoaște și un obiect incomplet (exemplu: citim CARTE, chiar dacă este scris CRTE).

5.2.2. Legea structuralității perceptive

Numai organizate și ierarhizate, însușirile obiectului creează percepția (nu toate însușirile sunt la fel de importante pentru percepția obiectului, ci doar cele cu cea mai mare concentrare informațională, care ajută la identificarea rapidă a stimulului și care sunt primele explorate perceptiv).

5.2.3. Legea selectivității perceptive

Selectivitatea derivă din activismul omului care percepe. Ca atare, nu toate obiectele sunt percepute, ci doar o parte dintre acestea. Factori care influențează selecție:

- factori externi (forța stimulului, contrastul cromatic, mișcarea, indicarea verbală prealabilă);
- factori interni (semnificația acordată – interesul, atitudinea favorabilă, conștiința importanței).

Obiectul percepției nu este fixat odată pentru totdeauna (în funcție de necesități ceea ce a fost obiect al percepției poate deveni element de câmp și invers).

Deci, dacă în fiecare moment omul este bombardat cu mulți stimuli percepțivi, el reflectă doar pe unii dintre ei care devin ”obiect al percepției” (rapid, corect și clar perceput), iar toți ceilalți formează ”câmpul perceptiv” (și sunt semnalati mai vag, mai slab, mai global).

5.2.4. Legea constanței perceptive

Se referă la menținerea invarianței imaginii, chiar dacă există variații ale obiectului de perceput, la schimbarea poziției lui în câmpul perceptiv (dacă nu ar exista acest fenomen, diferențierea și identificarea ar fi greoaie).

Deci, legea afirmă că între anumite limite, dacă se produce schimbarea distanței față de obiect, a poziției de percepere sau a cantității de lumină, se conservă în percepție mărimea, forma, culoarea obiectelor (exemplu: constanța de mărime se păstrează în limitele de 23-30 , distanță).

5.2.5. Legea proiectivității

Conform acestei legi imaginea perceptivă se formează la nivelul scoarței cerebrale, dar este proiectată la nivelul obiectului și suprapusă acestuia datorită sistemului de mușchi care reglează curbura cristalinului și asigură convergența axelor oculare (efectul stereopsis).

5.2.6. Legea semnificației

Se percep mai bine și mai rapid obiectele care au o semnificație pentru subiect (cele indiferente se percep mai greu).

Alegeți trei legi ale senzații și demonstrați importanța lor din punct de vedere al adaptării.

6. ROLURILE PERCEPȚIILOR

Rolurile percepțiilor sunt de natură informațională și reglatorie:

- oferă informații despre însușirile obiectelor (formă, mărime, culoare, poziție, desfășurare în timp);
- permite cunoașterea directă a caracteristicilor corporale ceea ce permite construirea imaginii Eu-lui fizic, ce stă la baza conștiinței de sine și a identității de sine;
- permite să ne diferențiem de mediu și să avem conștiința realității obiectelor;
- reglează mișcările și acțiuni;
- constituie o formă principală de control a rezultatelor acțiunilor;
- ca și senzațiile se află la baza sistemului cognitiv.

Mecanismele psihice informațional-operaționale reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume, reflectă percepțiile?



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 220-235;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 110-124;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 353-363;

MICLEA, M., *Psihologie cognitivă. Modele teoretico-experimentale*, Iași, Polirom, 1999, p. 80-105;

ZLATE, M., *Psihologia mecanismelor cognitive*, Ediția a II-a, Iași, Polirom, 2006, p. 109-117, 158-164.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Care dintre următoarele faze de desfășurare a procesului perceptiv nu este corect menționată?
 - a. detecția
 - b. excitabilitatea
 - c. identificarea
 - d. interpretarea

2. Care dintre următoarele caracteristici ale stimulilor care pot influența percepția este incorect menționată?
 - a. particularitățile contextului de stimulare
 - b. intensitate stimulului
 - c. durată stimulului
 - d. frecvență stimulului

3. „Starea de pregătire pentru percepție, predispoziția capabilă să orienteze activitatea subiectului într-o anumită direcție, starea de așteptare a obiectelor, a trăsăturilor lor caracteristice, a evenimentelor sigure ceea ce presupune restrângerea

numărului de evenimente pentru care subiectul este pregătit” constituie note definitorii ale:

- a. senzațiilor
- b. stimulilor
- c. percepției
- d. setului

4. Care dintre următoarele efecte ale setului este incorect menționată?

- a. asimilarea pozitivă
- b. omogenizarea câmpului perceptiv
- c. asimilarea negativă
- d. transformarea

5. Faptul că numai organizate și ierarhizate, însușirile obiectului creează percepția se referă la funcționarea legii:

- a. selectivității perceptive
- b. structuralității perceptive
- c. constanței perceptive
- d. proiectivității

6. Legea integralității perceptive se referă la faptul că:

- a. se percep mai bine și mai rapid obiectele care au o semnificație pentru subiect
- b. imaginea este proiectată la nivelul obiectului și suprapusă acestuia, chiar dacă ea se formează la nivelul scoarței cerebrale
- c. se menține invarianța imaginii, chiar dacă există variații ale obiectului de perceput
- d. percepția creează conștiința unității și integralității obiectului reflectând obiectul împreună cu contextul în care acesta se află

7. Legea gestaltistă a proximității se referă la faptul că:

- a. figurile cu 1 sau 2 axe simetrice sunt ”forme bune” și se percep ușor
- b. stimulii asemănători sunt percepuți ca aparținând aceleiași forme
- c. stimulii apropiați sunt percepuți ca aparținând aceleiași forme
- d. percepția preferă configurațiile închise.

8. Ce lege gestaltistă a percepției afirmă că stimulii orientați în aceeași direcție tind să se organizeze în aceeași formă?

- a. legea continuității
- b. legea închiderii
- c. legea simetriei
- d. legea similarității

9. Care dintre următoarele legi nu constituie o lege gestaltistă a percepției?

- a. legea proximității
- b. legea proiectivității

c. *legea similarității*

d. *legea închiderii*

10. Care dintre următoarele legi nu constituie o lege modernă a percepției?

a. legea proiectivității

b. legea semnificației

c. legea constanței perceptive

d. legea simetriei

MODULUL I: MECANISME INFORMAȚIONAL- OPERAȚIONALE DE PRELUCRARE A INFORMAȚIEI

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 3

REPREZENTĂRILE



Plan de idei:

1. Definiție
2. Istoric
3. Caracterizare psihologică
4. Proprietățile reprezentărilor
5. Clasificarea reprezentărilor
6. Rolul reprezentărilor

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al reprezentărilor
2. Să cunoașteți și să explicați proprietățile reprezentărilor
3. Să argumentați importanța și rolurile jucate de reprezentări în SPU
4. Să explicați poziționarea reprezentărilor între senzorial și logic

REPREZENTĂRILE



Conținut

Omul nu poate să-și desfășoare activitatea dacă:

- nu se desprinde de concret;
- nu se desprinde de prezent;
- dacă nu poate opera mental cu obiectul în absența lui.

Dar acest lucru este posibil datorită reprezentărilor.

1. DEFINIȚIE: Proces psihic care permite acțiunea mentală cu obiectul în absența lui, dar cu condiția ca acesta să fi acționat cândva asupra analizatorilor.

Care sunt notele definitorii ale reprezentării, regăsite în definiția acestui concept?

Reprezentarea presupune atât mecanisme senzoriale, cât și altele mai complexe aparținând gândirii – face legătura între senzorial și logic.

De aceea, ea apare mai târziu decât percepțiile în viața psihică.

2. ISTORIC

2.1. Atitudini de supraapreciere și subapreciere a reprezentărilor

Unii autori au *exagerat* importanța reprezentărilor:

- Hypolitte Taine a denumit-o celula întregului sistem psihic ”așa cum un organism este un poliper de celule mutual dependente, tot așa spiritul este un poliper de imagini mutual dependente”.

- Herbart – reprezentarea este elementul constitutiv al psihicului (este material pentru asociații). În concepția lui:

- gândirea este o asociere de reprezentări;
- afectivitatea – produs al ciocnirilor dintre reprezentări.

Alte atitudini sunt *reducționiste* și de *subapreciere*:

- reprezentarea a fost redusă la percepție și considerată a fi o prelungire a ei;
- a fost considerată ca o reactualizare a ”engramelor perceptive”.

Dacă raportăm reprezentarea la gândire vom găsi:

- supraapreciere – Galton: reprezentarea este o suprapunere și contopire a imaginilor;

- subapreciere – Binet și Școala de la Wurzburg: gândire fără imagini și în cel mai bun caz, un auxiliar al gândirii.

2.2. Poziția psihologiei cognitive

Psihologia cognitivă i-a conferit o multitudine de sensuri care au adus cu ele ambiguitatea. Le Ny vorbea despre ”fragmente de informații structurate, stocate, existente în principiu în memoria subiectului; percepțiile, semnificațiile cuvintelor, noțiunile sau conceptele, cunoștințele, fiind clase de reprezentări”. Acestea dispun

de posibilitatea de a fi conștiente chiar dacă nu sunt întotdeauna. Structura lor este propozițională, chiar dacă nu exclus figurativitatea. După un timp, Le Ny revine asupra definiției: ”reprezentările sunt un ansamblu structurat de simboluri care întrețin – separat sau prin grupuri – o relație biunivocă de corespondență cu universul”. Este o definiție valabilă pentru psihologi, logicieni, neurologi, lingviști, specialiști în inteligența artificială, dar este golită de conținutul psihologic specific al reprezentărilor.

Diferențe în ceea ce privește:

- elementele comune la om și animal;
- elementele specific umane.

În această problemă există 2 tendințe care depind de modul în care este definită reprezentarea:

- în sens restrictiv este specific umană;
- în sens extensiv este valabilă pentru toate organismele și pentru calculator.

Aceste neconcordanțe în gândirea reprezentărilor se datorează naturii lor contradictorii.

2.3. Relevarea naturii contradictorii a reprezentărilor

Reprezentările:

- au început în percepție, dar se extind până la nivelul conceptelor abstracte;
- după conținut se apropie de percepție, dar prin mecanisme se apropie de gândire, iar prin nivelul de organizare depășesc percepția;
- din punctul de vedere al discursului sunt inferioare lui, pentru că nu au capacitate de departajare secvențială și de integrare în flux;
- obiectul fiind absent, reprezentarea are aproximări (nu reflectă toate însușirile ci pe cele mai importante). Acest lucru duce însă spre generalizare pentru că presupune prelucrarea informațiilor furnizate de obiect și o selectare a informațiilor cu grad mare de generalitate. Reprezentarea nu este o percepție trecută și reprodusă ci o percepție trecută, prelucrată, îmbogățită, reelaborată și apoi reprodusă;
- natura contradictorie vine și din faptul că reprezentarea face trecerea dintre senzorial și logic. Reprezentările au fost numite ”stații intermediare între senzorial și logic”. Consecința acestui fapt va fi că în reprezentări se vor întâlni:
 - caracteristici ale proceselor senzoriale de cunoaștere;
 - caracteristici care vor anticipa procesele logice, raționale de cunoaștere (fără a fi însă ale acestor procese).

3. CARACTERIZARE PSIHOLOGICA

3.1. Conținutul informațional (comparație cu percepția)

Multă vreme reprezentările au fost considerate a fi un dat nemijlocit al conștiinței (o creație pur subiectivă). Dar ele sunt determinate de realitate.

- percepția reflectă însușiri exterioare, accidentale ale obiectelor;
- reprezentarea reflectă tot însușiri concrete, dar cele mai importante, mai caracteristice pentru obiect sau chiar pentru o clasă de obiecte. Acest lucru pregătește saltul spre esențial ca apanaj al gândirii.

3.2. Forma ideal-subiectivă

Conținutul informațional al reprezentărilor apare sub formă de imagini.

Experiment Kosslyn – o hartă cu o insulă în care se găseau: un pâlci de copaci, o colibă, un schelet, niște stânci etc. Subiecții memorau harta și apoi o scanau mental. S-a constatat că durata explorării mentale este proporțională cu distanța parcursă pe hartă. Ca urmare, desenul mental conține aceleași informații ca și cel real.

3.2.1. Caracteristici (Ebbinghaus)

El compară imaginile perceptive cu reprezentarea pe care o consideră:

- mai ștersă, palidă;
- instabilă (apare și dispare repede);
- lacunară (lipsesc amănunte).

Dar:

- caracterul șters și palid depinde de numărul de percepții care i-au stat la bază și de semnificația acordată lor;
- și instabilitatea este legată de semnificațiile acordate (fluctuante sunt reprezentările fără semnificație) și de numărul de evocări (reprezentările evocate mai rar sunt mai fluctuante);
- faptul că sunt lacunare se datorează efortului selectiv al psihicului sau slăbiciunii sistemului nervos de moment.

În plus față de caracterizarea lui Ebbinghaus, la reprezentări:

- nuanțele cromatice sunt reduse la tonuri fundamentale (polarizare spre capetele spectrului);
- s-a descoperit că diverse caracteristici ale percepției se realizează maximal în cadrul reprezentării cum ar fi detașarea obiectului de fond (se conservă obiectul și se estompează fondul până ajunge un spațiu vid – cercetătorii spun că este vorba despre o radicalizare a legii selectivității);
- contururile se degajează de restul detaliilor – este un proces de schematizare;
- nu se redau în reprezentări dimensiunile absolute ale obiectului ci cele medii (obiecte de dimensiuni diferite sunt vizualizate la dimensiuni mijlocii; exemplu: elefant și șoarece) și cam la aceeași distanță de subiect – standardizarea planului de proiecție.

Aceste aspecte ne arată că:

- reprezentarea este o percepție pe jumătate realizată pentru că:
 - utilizează urmele obiectului;
 - nu obiectul ca atare.
- are performanțe care nu sunt accesibile percepției, apropiindu-se de gândire.

În acest sens, deficitele reprezentărilor:

- nu sunt niște lipsuri;
- sunt plusuri care duc spre o imagine mai generalizată, pregătind gândirea.

De menționat că nu întotdeauna reprezentările sunt mai palide și instabile. O motivație puternică duce la strălucire, stabilitate și, din păcate, la fixații obsesionale.

Din cele spuse trebuie reținută ascendența reprezentărilor spre gândire.

3.2.2. Caracterul generalizat

La cele trei caracteristici menționate de Ebbinghaus se poate adăuga o a patra, cea a caracterului ei generalizat.

Generalizarea se realizează și la animale – se generalizează experiența reușită și repetată pentru trebuințele biologice.

La om generalizarea este determinată de legile vieții sociale – se selectează însușiri necesare în practica socială (însușiri funcționale, utile social).

Generalizarea se referă și la faptul că reprezentarea înlocuiește mai multe obiecte de același fel (reprezentările sunt simboluri de primă instanță – noțiunile fiind simboluri de ordinul 2, simboluri prescurtate).

O nouă etapă în generalizarea reprezentărilor este fixarea semnificației lor în cuvinte, ceea ce permite:

- conștientizarea lor;
- reprezentări comune pentru mai mulți oameni;
- abstragerea din situația concretă (din nou menționăm că reprezentările constituie o verigă de trecere spre logic).

Prin gradul ei de generalizare, reprezentarea este cea mai înaltă imagine senzorială în comparație cu percepția.

Care sunt caracteristicile reprezentărilor?

3.3. Mecanisme (prelucrări, sinteze, combinări, recombinații)

Reprezentările nu sunt copii ale unor percepții trecute, ci rezultatul se referă la:

- prelucrări și sintetizări;
- combinări și recombinații;

de însușiri senzoriale care permit:

- reținerea și amplificarea unor însușiri;
- estomparea și eliminarea altora.

Secenov spunea despre reprezentări: ”ansambluri medii de percepții diferențiate (se rețin însușirile comune).

Selecția nu se face aleator, ci după:

- semnificația acordată de subiect unor însușiri;
- semnificația obiectivă pe care o au însușirile în practica socială.

3.3.1. Cuvântul

Cuvântul este mecanismul esențial pentru:

- declanșarea reprezentărilor;
- formarea reprezentărilor.

3.3.2. Acțiunea

Acțiunea are o mare contribuție la:

- fixarea reprezentărilor;
- evocarea reprezentărilor.

Exemplu: reprezentarea unei mișcări (mișcări ideomotorii, micromișcări) nu apare dacă mâna este anesteziată sau ocupată cu altceva.

Tot acțiunea obligă la accentuarea selectivității (este un proces primar de abstracție).

Tot acțiunea determină condensarea informațiilor (este o generalizare intuitivă prin care se depășesc situații singulare; exemplu: cățeeii sunt reprezentați cu 4 picioare, cu toate că există și Cuțu Șchiop)

De aici rezultă că reprezentările pot apărea numai după ce au fost interiorizate:

- acțiuni senzori-motorii;
- acțiuni verbale.

Enumerați rolurile jucate de cuvânt, pe de o parte, și acțiune, pe de altă parte în cadrul reprezentărilor.

4. PROPRIETAȚILE REPREZENTĂRILOR

4.1. Figurativitatea: se redă ceea ce este tipic pentru obiect, caracteristicile cu mai mare încărcătură informațională, eliberându-se de elementele particulare.

Reprezentarea este un portret rezumativ al unei clase de obiecte, dar oricât de accentuată este schematizarea și generalizarea, ea rămâne cantonată în configurații obiectuale.

4.2. Operativitatea: reprezentările dau posibilitatea simultaneizării succesivului și transformarea simultaneității într-o succesiune coerentă. Acest lucru se poate realiza doar în prezența operațiilor intelectuale și a limbajului.

Piaget spunea că "reprezentarea este o reconstrucție operatorie pentru că în realizarea ei există :

- mecanisme de asociere prin asemănare, contrast și contiguitate;
- motricitate și mai ales ideomotricitate.

4.3. Panoramizarea: reprezentările presupun îmbinarea în imaginea mentală a unor dimensiuni ce nu pot fi percepute decât succesiv (la un cub nu se pot percepe decât câteva fețe deodată, în reprezentare sunt "văzute" toate).

De ce se afirmă despre reprezentări că sunt stații intermediare între senzorial și logic?

5. CLASIFICAREA REPREZENTĂRILOR

5.1. După analizator (vizual, auditiv, kinestezic etc.)

După acest criteriu avem reprezentări:

- vizuale;
- auditive;
- kinestezice (durata, direcția, intensitatea unei mișcări);
- gustative;
- viscerele.

5.2. După tipul de activitate în care sunt implicate (muzical, literar etc.)

- artistică;
- literară;
- muzicală.

5.3. După gradul de generalitate

5.3.1. Individuale

5.3.2. Generale

5.4. După procesele psihice în care se realizează

5.4.1. Reprezentări ale memoriei

Aceste reprezentări evocă fapte cunoscute anterior.

5.4.2. Reprezentări ale imaginației

Aceste reprezentări evocă fapte pe care nu le-am cunoscut.

5.5. După prezența sau absența intenției și voinței

5.5.1. Reprezentări voluntare

5.5.2. Reprezentări involuntare

6. ROLUL REPREZENTĂRIILOR

6.1. Material concret pentru procesele psihice

Reprezentările constituie puncte de plecare pentru majoritatea proceselor psihice.

Ele:

- completează percepția;
- sunt materie primă pentru gândire și imaginație.

6.2. Rol în adaptare

Reprezentările servesc ca instrument de adaptare la realitate.

Mecanismele psihice informațional-operaționale reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume, reflectă reprezentările?



Referințe bibliografice

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 126-132;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Mâine, 2007, p. 409-421;

MICLEA, M., *Psihologie cognitivă. Modele teoretico-experimentale*, Iași, Polirom, 1999, p. 160-186;

ZLATE, M., *Psihologia mecanismelor cognitive*, Ediția a II-a, Iași, Polirom, 2006, p. 203-218.



Grilă de autoevaluare
(un singur răspuns este corect)

1. Din punct de vedere al mecanismelor reprezentarea se plasează între:
 - a. excitabilitate și sensibilitate
 - b. senzații și percepții
 - c. senzorial și logic
 - d. nici unul dintre răspunsuri nu este corect

2. Reprezentarea este:
 - a. o formă superioară a cunoașterii senzoriale prin imagini sintetice, unitare, în care obiectele și fenomenele care acționează direct asupra analizatorilor sunt reflectate ca totalități integrale, în individualitatea lor specifică
 - b. proprietatea biologică generală care permite ființelor vii să recepționeze influențe externe și să răspundă selectiv la ele printr-o stare de modificare internă
 - c. procesul psihic care permite acțiunea mentală cu obiectul în absența lui, dar cu condiția ca acesta să fi acționat cândva asupra analizatorilor.
 - d. procese psihice elementare care semnalizează separat în forma imaginilor simple și primare, însușirile concrete ale obiectelor și fenomenelor și stările interne ale organismului, în condițiile acțiunii directe a acestora asupra analizatorilor

3. Care între următoarele caracteristici ale reprezentărilor nu a fost menționată de Ebbinghaus?
 - a. reprezentările sunt mai șterse, mai palide
 - b. reprezentările sunt instabile
 - c. reprezentările sunt lacunare (lipsesc amănunte).
 - d. nuanțele cromatice sunt reduse la tonuri fundamentale

4. Fixarea semnificației reprezentărilor în cuvinte, permite:
 - a. reprezentări comune pentru mai mulți oameni
 - b. conștientizarea lor
 - c. abstragerea din situația concretă
 - d. toate răspunsurile sunt corecte

5. Conținutul informațional al reprezentărilor se referă la faptul că:
 - a. reprezentările sunt o creație pur subiectivă
 - b. reprezentările reflectă însușiri exterioare ale obiectelor
 - c. reprezentările reflectă însușiri accidentale ale obiectelor
 - d. reprezentarea reflectă cele mai importante, mai caracteristice însușiri concrete pentru obiect sau chiar pentru o clasă de obiecte.

6. Figurativitatea, ca proprietate a reprezentărilor se referă la:

- a. reconstrucția operatorie
- b. îmbinarea în imaginea mentală a unor dimensiuni ce nu pot fi percepute decât succesiv
- c. redarea a ceea ce este tipic pentru obiect, a caracteristicilor cu mai mare încărcătură informațională
- d. posibilitatea simultaneizării succesivului și transformarea simultaneității într-o succesiune coerentă

7. Existența unor mecanisme de asociere prin asemănare, contrast și contiguitate precum și prezența motricității și mai ales a ideomotricității se manifestă denotă faptul că reprezentarea este o reconstrucție operatorie, ceea ce se manifestă pregnant în:

- a. operativitate
- b. panoramizare
- c. figurativitate
- d. nici un răspun nu este corect

8. Reprezentările fac posibi:

- a. desprinderea de concret
- b. desprinde reade prezent
- c. operarea mentală cu obiectul în absența lui
- d. toate căspunsurile sunt corecte

9. În reprezentare:

- a. obiectele sunt mărite
- b. nu se redau dimensiunile absolute ale obiectului ci cele medii
- c. obiectele sunt micșoarate
- d. imaginile sunt suprapuse stimulului

10. În cadrul reprezentării acțiunea contribuie la:

- a. fixarea și evocarea reprezentărilor
- b. accentuarea selectivității
- c. generalizări intuitive prin care se depășesc situații singulare
- d. toate răspunsurile sunt corecte

MODULUL I: MECANISME INFORMAȚIONAL- Operaționale de prelucrare a informației

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 4

GÂNDIREA (1)



Plan de idei:

1. Definire și caracterizare
2. Mutații în psihologia gândirii
3. Componentele și structura gândirii
 - 3.1. Latura informațională a gândirii
 - 3.2. Latura operațională a gândirii

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al gândirii
2. Să explicați istoricul devenirii acestui concept
3. Să prezentați latura informațională și pe cea operațională a gândirii
4. Să corelați aspectele teoretice referitoare la latura informațională și la cea operațională a gândirii cu aspecte ale practicii cotidiene
5. Să argumentați rolul jucat de gândire în calitate de mecanism informațional-operațional de prelucrare secundară a informației

MECANISME PSIHICE DE PRELUCRARE SECUNDARĂ A INFORMAȚIILOR



Conținut

Tratarea superioară a informațiilor se face cu ajutorul proceselor logico-raționale. Ele depășesc experiența senzorială cu toate că se bazează pe ea:

- gândire;
- memorie (capacitatea de conservare și reutilizare a informațiilor);
- imaginație (combinarea și transformarea mentală a informației).

Aceste mecanisme interacționează atât cu procesele senzoriale cât și între ele.

Astfel:

- produsele gândirii și imaginației sunt stocate și reactualizate de către memorie;
- memoria ajută la elaborarea și construirea produselor gândirii și imaginației.

GÂNDIREA (1)

1. DEFINIRE

1.1. Istoric

În anii 1920, 1930, pentru procesele superioare de cunoaștere se folosea termenul de "gândire". Ulterior, acest concept a fost integrat în termenul mai general de "intelență".

În 1946, Viod vorbea despre mai multe forme de gândire:

- gândire conceptuală ca formă superioară de intelență caracterizată prin:
 - suspendarea provizorie a tendinței de acțiune;
 - proiecția situației reale în plan mental;
 - raționamente asupra acestei situații;
 - proiectarea acțiunilor anticipate considerate ca eficiente.
- gândire speculative, care se caracterizează prin:
 - desfășurarea într-o lume abstractă și imaginară;
 - îndepărtată de prezent;
 - se produc ajustări de idei, înainte de a fi adoptări de mișcări.

Piaget a descoperit diferite forme de gândire (preconceptuală, intuitivă, concretă, formală) considerate a fi stadii, părți ale intelenței.

Oleron înlocuiește conceptul de "gândire" cu cel de "activități intelectuale", pe care le caracterizează în modul următor:

- se desfășoară după circuite lungi spre deosebire de cele reflexe care se fac imediat;
- comportă utilizarea de modele ale obiectelor percepute, asupra cărora se intervine;

- prezența invenției (mai ales în rezolvarea de probleme);
- mijlocitorul activităților intelectuale este limbajul.

Paul Popescu-Neveanu introduce gândirea în noțiunea de "intelect" (noțiune mai veche) și o consideră trăsătură distinctivă a psihicului uman pentru că:

- produce modificări de substanță a informațiilor;
- face saltul de la neesențial la esențial;
- face saltul de la individual și particular la general;
- face saltul de la concret la abstract;
- reintroduce propriile produse (idei, concepte, teorii) în circuitul informațional, declanșând noi procese intelectuale.

Gândirea comportă dificultăți de definire și caracterizare deoarece:

- este imposibilă stabilirea frontierei între senzorial și logic, deoarece:
 - procesele senzoriale se intelectualizează fiind integrate verbal;
 - procesele logice capătă forme de manifestare intuitivă.
- structura internă a gândirii este contradictorie și insuficient cunoscută.

Exemplu: gândirea merge spre esențial (opus accidentalului), general (opus singularului). Deci spre invariant, dar invariant există și în percepție și reprezentare.

1.2. Definiție de tip descriptiv – explicativ: proces psihic de reflectare a însușirilor esențiale și generale ale obiectelor și fenomenelor, a relațiilor dintre ele în mod mijlocit, generalizat, abstract și cu scop, prin intermediul noțiunilor, judecăților și raționamentelor.

În aceste definiții se precizează:

- conținutul informațional al gândirii;
- formele ideal-subiective cu care operează;
- caracteristicile care o diferențiază de procesele senzoriale.

Care sunt notele definitorii ale gândirii, regăsite în definiția descriptiv-explicativă acestui concept?

1.3. Definiție operațională: sistem ordonat de operații de prelucrare, interpretare și valorificare a informațiilor, bazat pe principiile abstractizării, generalizării și anticipării și subordonat sarcinii alternativei optime din mulțimea celor inițiale. Această definiție subliniază faptul că gândirea este determinată de situații problematice.

Cele două tipuri de definiții sunt complementare și din ele se pot extrage caracteristicile gândirii.

Care sunt notele definitorii ale gândirii, regăsite în definiția operațională a acestui concept?

1.4. Caracteristicile gândirii

1.4.1. Caracter informațional - operațional

- gândirea este un proces de prelucrare și interpretare a informației;
- izolează generalul și necesarul și îl pune în raport cu singularul și accidentalul;

- diferențiază categorii;
- reconstruiește mental relațiile obiective;
- introduce în realitate noi relații, pe baza anticipării posibilului.

1.4.2. Caracter mijlocit

- gândirea nu operează asupra realului, ci asupra informațiilor furnizate de senzații și percepții și a reprezentărilor memoriei și imaginației;

- este mijlocită de limbaj, care:
 - favorizează interiorizarea informațiilor;
 - favorizează exteriorizarea lor.
- gândirea este mijlocită prin propriile scheme mentale.

1.4.3. Caracter mijlocitor

Gândirea mijlocește celelalte procese psihice:

- atribuie înțeles imaginilor perceptive;
- utilizează limbajul;
- se mijlocește pe sine prin propriile produse.

1.4.4. Caracter generalizat și abstract

- operează cu însușiri generale și abstracte, care nu pot fi traduse în reprezentări intuitive și nu au un corespondent obiectual, concret (noțiuni, concepte);

- se îndepărtează de realitate (aparent), ceea ce este necesar pentru a scăpa de elementele nesemnificative. Dar, saltul în abstract pe care îl face ea:

- îmbogățește cunoașterea realității ;
- înțelegerea legilor realității.

1.4.5. Caracter finalist

Gândirea nu produce numai alegerea alternativei optime, ci:

- realizează o anticipare a scopului. Înainte de a fi executată, activitatea este gândită, adică :

- planificată;
- fundamentată din punct de vedere al scopului, oportunităților,

eficienței, consecințelor.

- realizează o justificare (motivare) a acțiunilor deja executate.

1.4.6. Caracter sistemic

Gândirea are elemente:

- structurate;
- ierarhizate;
- are posibilități de varia combinații.

Aceste lucruri îi asigură autoreglabilitatea.

2. MUTAȚII ÎN PSIHOLOGIA GÂNDIRII

2.1. Asociaționiștii

Asociaționiștii vedeau în gândire un joc de asociații între imagini. Ulterior, s-a trecut la interpretarea ei în termeni de structuri operatorii (judecăți,

raționamente, numite astăzi operații. Acest lucru a constituit o mare mutație în psihologie.)

2.2. Caracterul operatoriu al gândirii

Primul care s-a apropiat de caracterul operatoriu al gândirii a fost Wertheimer, care a folosit termenul de operație.

Otto Seltz considera că gândirea este o oglindă a logicii, căzând în logicism.

J. Piaget în "Psihologia inteligenței" face o fundamentare teoretică și experimentală a caracterului operatoriu al gândirii.

- prima caracteristică a gândirii este caracterul operatoriu. "Caracteristica esențială a gândirii este de a fi operatorie, adică de a prelungi acțiune, interiorizându-o.

Caracterul operatoriu scapă introspecției, iar analiza comportamentului, recurge doar la descrieri. Ca atare, singura metodă de analiză a gândirii este studiul genezei și dezvoltării structurilor mentale.

- o a doua caracteristică a gândirii este faptul că este întotdeauna structurată în sisteme de ansambluri (cele superioare sunt pregătite de cele inferioare). Trecerea de la unele la altele este posibilă datorită intrării în funcțiune a unui grup de 4 transformări (I – identificare; N – negație; R – reciprocitate; C - corelație) plus operații combinatorii (implicație, disjuncție, incompatibilitate).

Și alți autori au subliniat caracterul operatoriu al gândirii vorbind despre decizii sau strategii de gândire.

2.3. Psihologia cognitivă

În psihologia cognitivă, gândirea este abordată în termeni de:

- procese informaționale;

- scheme, strategii, inferențe (transformare de informații), reguli.

Gândirea este definită ca procesul prin care se execută anumite operații centrate asupra reprezentărilor ce conțin informații din mediul exterior. Unghiul din care este analizată gândirea este cel al strategiilor rezolutive.

3. COMPONENTELE ȘI STRUCTURA GÂNDIRII

Gândirea are:

- o latură informațională (conținutul ei fiind unități informaționale despre obiecte, fenomene, evenimente);

- o latură operațională (această latură se ocupă cu transformarea de informații, prin care se obțin produse datorită cărora se depășesc problemele).

3.1. Latura informațională

3.1.1. Definirea laturii informaționale: ansamblul noțiunilor și conceptelor (acestea sunt forme generalizate de reflectare a însușirilor obiectelor). Ele nu reprezintă obiecte singulare, ci clase de obiecte.

Care sunt notele definitorii ale laturii informaționale a gândirii, regăsite în definițiile de mai sus?

Munn definea conceptele ca fiind produse ale raționamentelor sau condensări de experiență trecută. Vinacke ia în considerare șapte caracteristici ale

conceptelor:

- nu constituie date senzoriale;
- utilizarea lor presupune aplicarea experienței trecute la situații actuale;
- reunesc date senzoriale independente;
- aceste date sunt legate prin cuvânt;
- conceptele au două moduri de utilizare:
 - extensivă (comună tuturor oamenilor);
 - intențională (variază de la individ la individ).
- nu există fără a fi formulate într-o manieră conștientă.

3.1.2. Definirea și caracterizarea conceptelor

Rosch definea conceptul ca fiind prototip al obiectului.

Changeaux considera conceptual ca ”o imagine simplificată, schematică, scheletică redusă la trăsăturile esențiale, formalizate ale obiectului desemnat.

Pentru logicieni, conceptele reflectă clase de obiecte date (exemplu: mere) sau constituite (exemplu: tacâmuri). În viziunea lor, conceptele sunt comune tuturor oamenilor.

Conceptele nu sunt izolate, ci legate între ele în sisteme conceptuale.

Vigotski vorbea despre ”piramida noțiunilor”. Este vorba despre o organizare și ierarhizare a lor, în așa fel încât o noțiune cu cât este mai spre vârf, cu atât are un grad mai mare de generalitate (și implicit, valoare cognitivă mai mare).

Gândirea poate avea 2 feluri de noțiuni:

- noțiuni empirice – sunt rezultatul activității practice a omului care îi permit să desprindă ceea ce este general și important pentru o categorie de obiecte (ele pot rezulta și din comunicarea cu cei din jur). Gândirea participă la apariția lor, dar fără a avea vigoarea și precizia necesară – ca urmare, sunt imperfecte, adică amestecă însușiri esențiale și necesare cu cele concrete, neimportante. Sunt utile în situații obișnuite, dar în situații noi și dificile sunt insuficiente.

- noțiunile științifice caracterizează cu adevărat gândirea umană. Ele sunt unități cognitive ale gândirii care reflectă însușiri necesare, esențiale și generale ale unei clase de obiecte sau fenomene. Sunt produsul gândirii întregii societăți și sunt însușite în cadrul procesului de instrucție. Noțiunile științifice au următoarele caracteristici de bază:

- sunt formate în activitatea de învățare, din surse științifice;
- se însușesc în mod conștient și voluntar, presupunând o prelucrare complexă de informații;
- în conținutul lor intră doar însușirile

necesare și esențiale ale unei clase de obiecte;
- noțiunile științifice intră între ele în relații logice;
- rezultă dintr-un proces lung de gândire care se încheie cu definirea lor clară.

Încercați să dați exemple de noțiuni empirice și de noțiuni științifice

3.2. Latura operațională

3.2.1. *Definirea laturii operaționale*: ansamblul operațiilor și procedeele mentale de transformare a informațiilor, de relaționare și prelucrare, combinare și recombinație a schemelor și noțiunilor pentru obținerea unor cunoștințe noi sau pentru rezolvarea de probleme.

Care sunt notele definitorii ale laturii operaționale a gândirii, regăsite în definițiile mai sus?

Gândirea utilizează 2 categorii de operații:

3.2.2. Operații

3.2.2.1. *fundamentale* (prezente în orice act de gândire):

- analiza – constă în dezmembrarea mentală a unui obiect sau fenomen în părți componente cu ajutorul semnelor verbale pentru a descoperi semnificația lor;
- sinteza – operația inversă, de reunire mentală a părților în întreg, tot cu ajutorul semnelor verbale, pentru a descoperi legăturile dintre ele;
- comparația – confruntarea mentală a obiectelor și fenomenelor după un anumit criteriu, în vederea descoperirii asemănărilor și deosebirilor dintre ele;
- clasificarea – urmează comparației și constă în gruparea obiectelor în categorii/clase după unele însușiri asemănătoare;
- abstractizarea – cea mai importantă/specifică operație a gândirii. Este asemănătoare cu analiza în sensul că sunt desprinse în plan mental părți sau însușiri ale obiectelor și, data aceasta, sunt supuse unor transformări – cele care rămân constante exprimă ceea ce este esențial și necesar în obiecte și fenomene și sunt reținute. De celelalte se face abstracție, adică sunt date la o parte.

Deci, abstractizarea are 2 laturi: una pozitivă, de conservare și una negativă, de eliminare.

Gândirea realizează abstractizări succesive și astfel se ating niveluri tot mai înalte ale ei.

- generalizarea – constă în atribuirea însușirilor descoperite prin abstractizare la o întreagă clasă de obiecte;
- concretizarea – operația prin care se trece de la ceea ce s-a generalizat la cazuri concrete. Aceasta este exemplificarea (există și o formă superioară de concretizare, ce se numește concretizare logică).

3.2.2.2. *instrumentale* (doar în anumite acte de gândire și în funcție de domeniul de cunoaștere în care se gândește:

- reproductive (ele relevă un nivel stereotipizat al gândirii);

- productive (ele implică o altă relaționare a informațiilor și au ca scop obținerea rapidă de informații);
- divergente (presupun căutarea, îndepărtarea în mai multe direcții de la punctul de plecare);
- convergente (parcursul este de la diversitate la unitate, de la disociație la sinteză);
- modalități algoritmice (se trece de la o stare la alta univoc, iar efectuarea corectă duce la soluție – ele corespund principiului economiei gândirii – se aplică la sarcini care apar frecvent)
- euristice (ele se desfășoară arborescent, și se alege o posibilitate la fiecare nod – ele corespund principiului autoorganizării gândirii și se aplică la sarcini noi).

Gândirea este guvernată de reguli după care se produc operațiile gândirii, numite ”logica naturală”.

Cele 2 laturi ale gândirii nu sunt independente ci sunt într-o relație de interdependență și interacțiune. Ele se intrică una în alta și nasc structuri numite ”structuri cognitive ale gândirii”.

Care este diferența între operațiile fundamentale și cele instrumentale ale gândirii?



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 423-434;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 178-197;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 115-120

ZLATE, M., *Psihologia mecanismelor cognitive*, Ediția a II-a, Iași, Polirom, 2006, p. 273-297



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Caracterul mijlocit al gândirii se referă la faptul că:
 - a. gândirea operează cu însușiri generale și abstracte
 - b. gândirea nu operează direct asupra realului ci asupra informațiilor primite prin senzații și percepții, a celor din memorie sau asupra combinărilor imaginative
 - c. gândirea mijlocește celelalte procese psihice
 - d. gândirea nu are un caracter mijlocit

2. Definiția de tip descriptiv-explicativ a gândirii postulează că:

- a. gândirea este un proces psihic de reflectare a însușirilor esențiale și generale ale obiectelor și fenomenelor, a relațiilor dintre ele în mod mijlocit, generalizat, abstract și cu scop, prin intermediul noțiunilor, judecăților și raționamentelor.
- b. gândirea este un sistem ordonat de operații de prelucrare, interpretare și valorificare a informațiilor
- c. gândirea se bazează pe principiile abstractizării, generalizării și anticipării și este subordonată sarcinii alternativei optime din mulțimea celor inițiale.
- d. nu există o definiție descriptiv-explicativă a gândirii

3. Latura informațională a gândirii se referă la:

- a. ansamblul operațiilor și procedeele mentale de transformare a informațiilor
- b. aptitudinea de a avea reprezentări
- c. capacitatea de a sesiza și releva relații esențiale dintre obiecte și fenomene
- d. ansamblul de noțiuni și concepte ca forme generalizate de reflectare a însușirilor obiectelor și fenomenelor

4. Caracterul informațional – operațional al gândirii se referă la faptul că:

- a. gândirea este un proces de prelucrare și interpretare a informației izolând generalul și necesarul și punându-l în raport cu singularul și accidentalul
- b. prin gândire se diferențiază categorii
- c. prin gândire se reconstruiesc mental relațiile obiective
- d. toate variantele de răspuns sunt corecte

5. Caracter generalizat și abstract al gândirii se referă la faptul că:

- a. operează cu însușiri generale și abstracte, care nu pot fi traduse în reprezentări intuitive și nu au un corespondent obiectual, concret
- b. gândirea introduce în realitate noi relații, pe baza anticipării posibilului
- c. gândirea este mijlocită prin propriile scheme mentale
- d. prin gândire se realizează înțelegerea legilor realității

6. Care dintre următoarele afirmații nu constituie o caracteristică a gândirii?

- a. caracterul generalizat și abstract
- b. caracterul finalist
- c. sistemicitatea
- d. operarea asupra realului

7. Latură operațională a gândirii se ocupă cu:

- a. unități informaționale despre obiecte, fenomene, evenimente
- b. transformarea de informații, prin care se obțin produse datorită cărora se depășesc problemele
- c. concepte și noțiuni
- d. toate răspunsurile sunt corecte

8. "Ansamblul operațiilor și procedeele mentale de transformare a informațiilor, de relaționare și prelucrare, combinare și recombinație a schemelor și noțiunilor pentru obținerea unor cunoștințe noi sau pentru rezolvarea de probleme" este o definiție a laturii:

- a. operaționale a gândirii
- b. informaționale a gândirii
- c. sincronică a gândirii
- d. excitativă a gândirii

9. Din categoria operațiilor instrumentale cuprinse în latura operațională a gândirii face parte:

- a. analiza
- b. sinteza
- c. generalizarea
- d. modalitățile algoritmice și euristice

10. Vâgotski surprinde trei etape (cu sub-etapele aferente) ale procesului de formare a noțiunilor. Formarea imaginii pe baza de încercări și erori aparține etapei:

- a. gândirii sincretice
- b. gândirii complexe
- c. gândirii noționale
- d. gândirii simbolice

MODULUL I: MECANISME INFORMAȚIONAL- Operaționale de prelucrare a informației

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 5

GÂNDIREA (2)



Plan de idei:

- 4. Structurile cognitive ale gândirii
- 5. Activitățile gândirii
 - 5.1. Conceptualizarea
 - 5.2. Înțelegerea
 - 5.3. Rezolvarea de probleme
 - 5.4. Creația
- 6 Rolurile gândirii

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

- 1. Să înțelegeți specificul psihologic al gândirii
- 2. Să explicați activitățile gândirii
- 3. Să corelați aspectele teoretice ale gândirii cu aspecte ale practicii cotidiene
- 4. Să argumentați rolul jucat de gândire în calitate de mecanism informațional-operational de prelucrare secundară a informației



Conținut

GÂNDIREA (2)

4. STRUCTURILE COGNITIVE ALE GÂNDIRII

4.1. Definiția structurilor cognitive

Structurile cognitive sunt sisteme organizate de operații care presupun organizare și diferențiere interioară între elemente, coerență, operativitate și tendința de a se asocia cu alte sisteme cognitive din intelect.

4.2. Caracteristici

Structurile cognitive diferă prin:

4.2.1. Completitudine

Ele pot fi bogate sau sărace, articulate sau dezarticulate, complexe sau simple.

4.2.2. Operativitate

Operativitatea se referă la flexibilitatea sau rigiditatea lor.

4.2.3. Grad de formare

Unele structuri sunt stabilizate deja, altele sunt în formare.

4.2.4. Finalitate

Ele pot avea finalitate adaptativă sau nu (exemple: judecăți iraționale).

Structurilor cognitive pot facilita sau perturba gândirea.

4.2.5. Efecte negative

4.2.5.1. orbirea gândirii

Constă în imposibilitatea de a vedea ceea ce este esențial într-o problemă cu multe elemente superflue, de prisos, ascunse, mascate, așezate dezordonat.

Exemplul 1.” O fată avea 360 de timbre. A dăruit $\frac{1}{4}$ prietenelor sale Elena și Maria. Elenei i-a dat $\frac{2}{3}$ și Mariei $\frac{2}{4}$. Câte timbre au primit împreună Elena și Maria”

În această problemă, de obicei, nu se observă că soluția este dată chiar în problemă.

Exemplul 2 : Imaginați-vă că sunteți vatmanul unui tramvai:

- la prima stație urcă 7 persoane;
- la a 2-a stație urcă 2 și coboară o persoană;
- la a 3-a stație urcă 9 și coboară 5 persoane;
- la a 4-a stație nu urcă nimeni dar coboară 3 persoane;
- La 5-a stație coboară toată lumea pentru că era cap de linie.

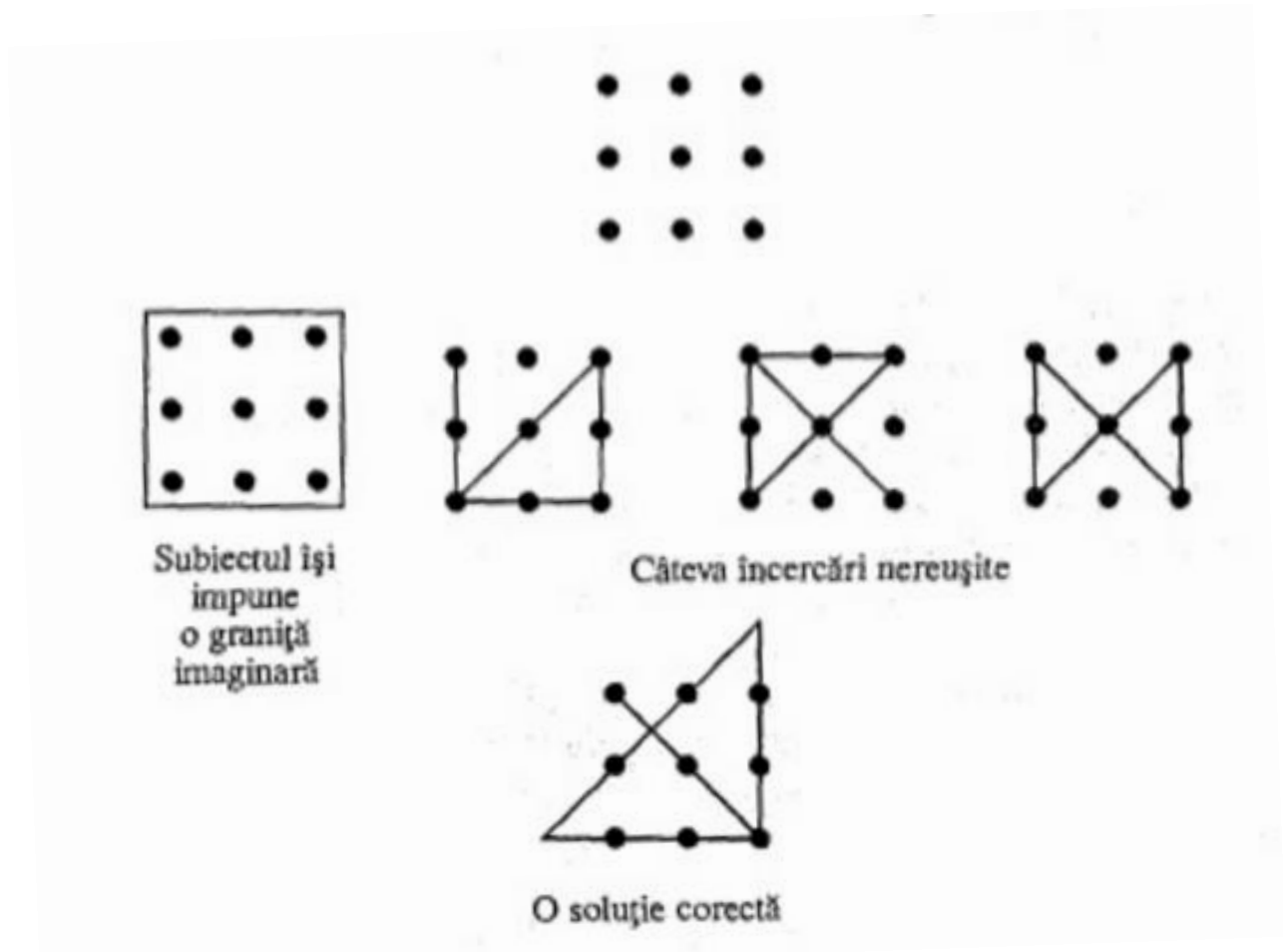
Subiecții se așteaptă la întrebări de tipul:

- câți oameni au urcat/coborât din tramvai;
- care a fost cel mai mare/mic număr de oameni din tramvai;
- câți oameni au coborât până la stația a 4-a.

Întrebarea este : Câți ani avea vatmanul?

Exemplul 3. problema colierului de perle: într-un colier de perle erau 3 perle albe și una neagră. Din greșală, la un moment dat s-au pus 2 perle negre. Cum se poate reface colierul fără a fi deșirat?

4.2.5.2. stereotipia gândirii.



Constă în perseverarea în aceeași direcție sau manieră de lucru, chiar când condițiile s-au schimbat.

Se cere ca toate punctele să fie legate prin 4 linii fără a se ridica creionul sau a reveni pe o linie.

4.2.5.3. fixitatea funcțională

Constă în imposibilitatea de a conferi unor obiecte alte utilizări decât cele normale.

Ea se datorează:

- rigidității gândirii;
- sărăciei ei;
- lipsei de suplețe a structurilor cognitive.

Exemplu: Sarcină: dintr-o cutie de chibrituri, pioneze și lumânări să se facă o candelă, dar să nu curgă ceară jos.
Rezolvare: cutia de chibrituri, fără chibrituri este suport, ca să nu curgă ceară pe jos, pe ea se pun 2 lumânări și

totul se fixează cu pioane pe perete.

5. ACTIVITĂȚILE GÂNDIRII

5.1. Conceptualizarea

5.1.1. *Definiție*: capacitatea de a forma și integra concepte.

Galton considera că este vorba despre suprapunerea și contopirea imaginilor obiectelor.

Ach se referă la scopul acțiunii ("tendința determinantă") care orientează formarea noțiunilor.

5.1.2. *Vîgotski* consideră că modul de formare a lor este cuvântul, ca reflectare generalizată, într-un sistem de relații a realității. El consideră că există 3 etape în formarea noțiunilor, fiecare cu subetapele sale.

5.1.2.1e gândirii sincretice – formarea imaginii pe baza:

- încercării și erorii;
- întâlnirii spațio-temporale a obiectului;
- aducerii la aceiași semnificație a reprezentărilor.

5.1.2.2. etapa gândirii complexuale:

- complexul asociativ;
- colecțiile;
- complexul în lanț;
- complexul asociativ difuz;
- pseudonoțiunea.

5.1.2.3. etapa gândirii noționale se bazează pe:

- separarea, abstractizarea, izolarea elementelor;
- noțiuni potențiale.

Psihologia modernă consideră că noțiunile se formează în procesul acțiunii cu obiectele, în chiar procesul aplicării lor, prin interiorizarea treptată a acțiunilor practice și verbale.

Galperin - unitatea de bază a gândirii este acțiunea care se realizează prin 2 verigi:

- veriga de orientare (se sprijină pe imagini și conduce acțiunea);
- veriga de executare (semnifică transformarea reală a materialului inițial).

5.2. Înțelegerea

5.2.1. *Definiție*: activitate a gândirii care constă în descoperirea relațiilor esențiale și necesare dintre obiecte și fenomene pe baza integrării informațiilor noi în cele deja asimilate.

Pentru a se realiza înțelegerea există câteva condiții de bază:

- existența unui volum de cunoștințe anterioare în care vor fi integrate noile informații;
- extragerea unui volum suficient de informații de la un nou obiect sau fenomen pentru a-l înțelege;
- actualizarea selectivă a informațiilor anterioare (doar a celor care au legătură cu noul obiect sau fenomen);
- realizarea unei analize și sinteze unitare a informației actualizate cu informația nouă, provenită de la obiectul sau fenomenul ce trebuie înțeles.

5.2.2. *Mecanisme*

Înțelegerea presupune:

5.2.1.1. *asocierea cuvintelor cu obiectele.*

5.2.1.2. *încorporarea cunoștințelor noi în cele vechi.*

Aceasta se face prin:

- subsumare derivată (ideea nouă este un caz particular al celei vechi);
- subsumare corelativă (ideea nouă presupune transformarea celei vechi);
- supraordonare (ideea nouă este mai generală decât cea veche);
- relații combinatorii (se referă la idei congruente cu ideea ancoră).

5.2.3. *Trăirea subiectivă*

Înțelegerea este o nouă sinteză, o nouă constatare a legăturii dintre obiecte. Ea este trăită subiectiv va o clarificare, o iluminare, un moment de maximă luciditate. Ea se poate realiza:

- instantaneu (înțelegere imediată);
- după un travaliu mental (înțelegere discursivă).

5.2.4. *Factori facilitatori sau care blochează înțelegerea*

Intervenția acestor factori depinde de:

- particularitățile structurilor cognitive vechi (au/nu au ancoră, sunt puține/multe);
- după materialul nou ce trebuie înțeles:
 - dacă are asociativitate;
 - dacă are constanță (se folosesc aceleași cuvinte, sau cuvinte echivalente);
 - dacă relațiile nou/vechi sunt arbitrare sau nu.

5.3. Rezolvarea de probleme

Este activitatea esențială a gândirii, care intră în funcțiune când avem o problemă.

5.3.1. *Definiție:* problema este dificultatea teoretică sau practică ce se cere a fi depășită cu mijloace intelectuale.

Altă definiție: a rezolva o problemă – a trece de la o structură la alta, a reorganiza câmpul perceptiv.

Problema este unul din factorii care declanșează procesul de rezolvare – acesta constă în organizarea și desfășurarea acțiunilor și activităților de gândire care transformă stările inițiale (datele problemei) în stări finale (soluția problemei).

Procesul de rezolvare al problemelor presupune parcurgerea mai multor faze:

- faza punerii problemei – se analizează enunțul problemei (se stabilește ce se cunoaște, ce se cere și ce este implicit cunoscut și trebuie scos la lumină pentru rezolvare);
- faza formulării ipotezelor de rezolvare și testarea mentală a lor în vederea selectării celei mai plauzibile;

- faza elaborării modelului rezolutiv (este vorba despre planul de rezolvare și se prevăd sarcinile și succesiunea lor);

- faza rezolutivă sau executivă (se realizează planul, se aplică procedeele, operațiile, strategiile și se ajunge la soluție).

În cazul problemelor complexe, mai există și a cincea fază – verificarea și generalizarea principiului de rezolvare.

Încercați să exemplificați fazele procesului de rezolvare a unei probleme din viața dvs. cotidiană.

Cum soluționarea unei probleme echivalează cu umplerea golurilor, Piaget consideră că această umplere a golurilor se face prin operațiile grupărilor descoperite de el în studiul inteligenței. În concepția sa, problema apare atunci când un fapt nou, neclarificat duce la relații de dezechilibrare a grupărilor. Când acest fapt este integrat în vechile structuri cognitiv-operatorii, adică clarificat, se rezolvă problema. Prin urmare structurile operatorii se extind, își corectează erorile.

5.4. Creația.

5.4.1. *Definiție:* formă extremă de rezolvare de probleme, care duce la un nou nivel de sinteză.

6. ROLUL GANDIRII

- gândirea are cea mai mare funcție informațională, făcând posibilă cunoașterea esențialului și necesarului din obiecte și fenomene;

- asigură înțelegerea, explicarea și interpretarea fenomenelor;

- are o funcție rezolutivă, caracteristică numai ei;

- are cel mai mare rol în luarea deciziilor;

- este una dintre cele mai importante componente ale creativității;

- contribuie la realizarea conștiinței, caracteristică doar ființelor umane.

Mecanismele psihice informațional-operatorii reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume reflectă gândirea?



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 423-434;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 178-197;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 497-516;

RUSU, E.C., *Psihologie cognitivă*, ed. II-a, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 291-297;



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Sistemele organizate de operații care presupun organizare și diferențiere interioară între elemente, coerență, operativitate și tendința de a se asocia cu alte sisteme cognitive din intelect se numesc:
 - a. reprezentări
 - b. structuri cognitive
 - c. seturi
 - d. percepții
2. Imposibilitatea de a vedea ceea ce este esențial într-o problemă cu multe elemente superflue, de prisos, ascunse, mascate, așezate dezordonat.
 - a. orbirea gândirii
 - b. fixitatea funcțională
 - c. stereotipia gândirii
 - d. nici un răspuns nu este corect
3. Fenomenul „fixității funcționale” constă în:
 - a. imposibilitatea sesizării a ceea ce este esențial într-o problemă cu multe date superflue
 - b. perseverarea într-o aceeași direcție atunci când condițiile problemei se schimbă
 - c. concentrarea privirii într-un punct fix în timpul meditației
 - d. imposibilitatea de a da unor obiecte și alte utilizări decât cele normale
4. Care dintre următoarele caracteristici nu aparțin structurilor cognitive?
 - a. completitudine
 - b. operativitate
 - c. excitabilitatea
 - d. finalitate
5. Operativitatea structurilor cognitive se referă la:
 - a. articularea sau dezarticularea lor
 - b. flexibilitatea sau rigiditatea lor
 - c. finalitate adaptativă sau nu
 - d. la faptul că unele structuri sunt stabilizate deja, altele sunt în formare
6. Vâgotski surprinde trei etape (cu sub-etapele aferente) ale procesului de formare a noțiunilor. Formarea imaginii pe baza de încercări și erori aparține etapei
 - a. gândirii sincretice
 - b. gândirii complexe

- c. gândirii noționale
- d. gândirii simbolice

7. Etapele gândirii sincretice, gândirii complexuale și gândirii noționale fac parte din procesul de:

- a. înțelegere
- b. conceptualizare
- c. rezolvare de probleme
- d. creație

8. Înțelegerea se referă la:

- a. capacitatea de a forma și integra concepte
- b. rezolvarea de probleme
- c. activitatea gândirii care constă în descoperirea relațiilor esențiale și necesare dintre obiecte și fenomene pe baza integrării informațiilor noi în cele deja asimilate.
- d. forma extremă de rezolvare de probleme, care duce la un nou nivel de sinteză

9. "Dificultatea teoretică sau practică ce se cere a fi depășită cu mijloace intelectuale" este o definiție a:

- a. problemei
- b. conceptualizării
- c. reprezentării
- d. setului

10. Existența unui volum de cunoștințe anterioare în care vor fi integrate noile informații este o condiție de bază pentru a realiza:

- a. creația
- b. conceptualizarea
- c. înțelegerea
- d. panoramizarea

MODULUL I: MECANISME INFORMAȚIONAL- Operaționale de prelucrare a informației

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 6

MEMORIA



Plan de idei:

1. Definire
2. Caracterizare
3. Procesele memoriei
4. Optimizarea memoriei
5. Rolurile memoriei
6. Uitarea
7. Tendințe actuale în studiul memoriei

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al memoriei
2. Să explicați istoricul devenirii acestui concept
3. Să prezentați procesele memoriei
4. Să corelați aspectele teoretice referitoare la memorie cu aspecte ale practicii cotidiene
5. Să argumentați rolul jucat de memorie în calitate de mecanism informațional-operational de prelucrare secundară a informației

MEMORIA



Conținut

Conduitele actuale depind de experiența anterioară fixată și reactualizată în memorie.

1. DEFINIRE: memoria este procesul cognitiv de întipărire, păstrare și reactualizare a experienței anterioare.

Altă definiție: mecanismul prin care o achiziție rămâne disponibilă, putând fi reamintită și utilizată (Reuchlin).

Care sunt notele definitorii ale memoriei, regăsite în definiția acestui concept?

2. CARACTERIZARE

Și animalele au memorie, dar la om aceasta este superioară. Caracteristicile memoriei umane:

2.1. Memoria este mijlocită

Memoria operează cu instrumente care o organizează și o dirijează.

2.2. Caracter inteligibil

Informațiile reamintite au semnificație. Memoria presupune organizarea și sistematizarea materialului de memorat, apel la judecată, sistematizare, clasificare, procedee logice. În plus, conduitele mnemonice se asociază cu acțiuni cognitive (se citește, se privește, se aude).

2.3. Caracter activ și selectiv

Memoria nu este o simplă înmagazinare de cunoștințe, ci presupune:

- confruntarea cunoștințelor cu necesitățile actuale;
- o nouă organizare a cunoștințelor.

Memoria readuce trecutul ținând cont de condițiile prezente.

2.4. Facilitează amintirea

Este vorba despre amintirea:

2.4.1. Acțiunilor trecute

2.4.2. Acțiunilor viitoare

2.5. Ariile de implicare

- cunoaștere și învățare;
- înțelegere;
- rezolvare de probleme;
- inteligență și creație.

3. PROCESELE MEMORIEI

3.1. Memorarea

Se mai numește întipărire, fixare, engramare.

3.1.1. *Definiție:* introducerea informațiilor în memorie. Ea se poate realiza sub mai multe forme.

3.1.2. *Forme*

3.1.2.1. *după prezența/absența atenției, voinței, intenției* există:

- memorare automată/involuntară (spontană) - întipărire fără un scop stabilit și fără efort. Ea este mai mult întâmplătoare, mai puțin organizată și mai puțin sistematică. Marele său avantaj este că se pot întipări foarte multe informații, fără efort. Ea contribuie la formarea experienței noastre personale;

- memorare voluntară – presupune stabilirea unor scopuri și a intenției de a le atinge, se face cu efort și cu aplicarea unor procedee specifice de memorare. Este organizată și sistematică. Cea mai mare parte a experienței anterioare se datorează memoriei voluntare.

3.1.2.2. *după prezența/absența înțelegerii* există:

- memorare logică – presupune o legătură strânsă cu gândirea care asigură înțelegerea materialului. Memorând logic se consumă mai puțin timp și energie iar materialul nu se uită repede și poate fi ușor actualizat;

- memorare mecanică – este o formă elementară de întipărire, constând în repetarea de mai multe ori a materialului, dar fără sesizarea sensului acestuia. Poate părea productivă, dar în realitate este consumatoare de timp și energie iar ceea ce s-a întipărit mecanic se uită repede.

Craik și Lockhard văd memorarea ca pe o activitate și accentuează asupra nivelului de procesare a informației (în experimentul lor, au cerut memorarea unor cuvinte. Sarcina unui grup de subiecți consta în prelucrări de natură fizică a cuvintelor, a altui grup, de natură fonologică iar sarcina celui de-al treilea grup era de natură semantică – niveluri de prelucrare din ce în ce mai profunde. Rezultatele cele mai bune în reamintire le-a avut cel de-al treilea grup).

3.2. Stocarea

3.2.1. *Definiție:* proces de păstrare a informațiilor în memorie. Se utilizează procedee active de conservare:

- integrarea celor memorate în structuri cognitive mai ample;
- întărirea celor conservate prin însușirea de noi cunoștințe care au legătură cu ele;
- restructurarea celor conservate prin antrenarea lor în activități mentale sau practice;

De reținut faptul că:

- inteligibilitatea materialului memorat asigură păstrarea mai îndelungată decât a celui fără sens;

- ideile generale se păstrează mai bine decât aspectele textuale;

Evenimentele care generează trăiri afective puternice se țin mai bine minte decât cele neutru afectiv;

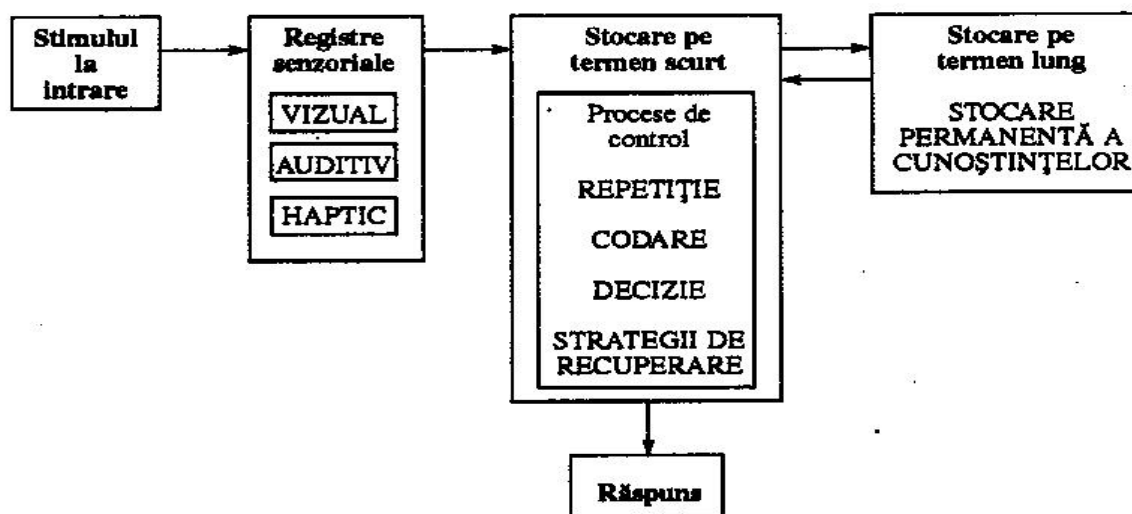
- ideile se păstrează mai bine decât imaginile, mai ales începând cu adolescența;

- este importantă verbalizarea a ceea ce nu trebuie uitat.

Stocarea se poate caracteriza după durată:

3.2.2. Memoria de scurtă durată (MSD)

3.2.2.1. există un model explicativ al memoriei de scurtă durată a lui Atkinson și Shiffrin.



Modelul structural (modal) al memoriei

Acest model postulează:

- trecerea treptată a informației dintr-un stadiu în altul, succesiunea stadiilor fiind obligatorie;

- locul central ocupat de MSD, care închide circuitul între registrul senzorial și memoria de lungă durată;

- rolul fundamental al proceselor de control care au loc în MSD (repetiția);

- caracterul specific al MSD: ea nu se delimitează doar de memorarea pentru o scurtă perioadă de timp a informațiilor, ci reprezintă un adevărat *spațiu de lucru* pentru repetiții, codare, reactualizare, luarea deciziilor. Ea nu este pasivă, ci *activă* prin excelență. Are o capacitate limitată atât în ceea ce privește durata stocării, cât și cantitatea itemilor stocați;

- existența a două sisteme *mnezice diferite*, unul de scurtă durată și altul de lungă durată, fiecare dintre ele necesitând un set distinct de principii pentru a putea fi înțeles.

MSD asigură continuitatea dintre actele pe care le facem.

3.2.2.2. teoria lui Baddeley despre memoria de lucru (ML) formată din:

- un administrator central;

- 2 subsisteme sclave:

- bucla fono-articulatorie;

- calea vizuo-spațială.

3.2.3. Memoria de lungă durată (MLD)

În MLD se găsesc mai multe tipuri de memorie.

3.2.3.1. memorie episodică/semantică (clasificare făcută de Tulving):

- memoria episodică păstrează experiența noastră concretă în spațiu și timp și biografia vieții noastre;

- memoria semantică păstrează cunoștințele de care le avem.

3.2.3.2. memorie declarativă/procedurală

- memoria declarativă – cunoștințe declarative depozitate sub formă de modele propoziționale și semantice ("a ști că", "savoir", "know that");

- memorie procedurală – cunoștințe care ne spun cum să operăm cu cunoștințele declarative ("a ști cum", "savoir-faire", "know how").

3.2.3.3. memorie prospectivă este memoria acțiunilor viitoare.

3.3. Reactualizarea informațiilor

3.3.1. *Definiție:* Scoaterea la iveală a informațiilor memorate, reactualizarea informațiilor.

3.3.2. *Forme*

Reactualizarea se face prin:

3.3.2.1. *recunoaștere*

Recunoașterea se face în prezența obiectului. Este relativ mai ușoară (de 2, 3 ori mai ușoară decât reproducerea) și utilizează percepția (presupune suprapunerea obiectului pe modelul din minte).

3.3.2.2. *reproducere*

Reproducerea se face în absența obiectului. Este complexă și face apel la gândire (presupune confruntarea, compararea mentală a obiectelor din memorie pentru a extrage pe cel optim).

Atât recunoașterea cât și reproducerea au forme:

- voluntare sau involuntare;
- grade diferite de precizie după condițiile memorării și păstrării.

Reactualizarea este un proces activ (presupune adăugiri, sistematizări, amplificări) și face apel la reconstrucții.

3.3.3. *Eșecuri*

Există 2 tipuri de eşecuri mnezice:

3.3.3.1. absența informațiilor din memorie

3.3.3.2. dificultăți de recuperare a informațiilor

Distincția dintre cele 2 tipuri de eşecuri mnezice ține de:

- disponibilitate (în prima situație);
- accesibilitate (în a doua situație).

4. OPTIMIZAREA MEMORIEI

În optimizarea funcționalității memoriei sunt implicate diferite modalități și procese:

4.1. Intensificarea relației dintre subiect și materialul de memorat

Se face apel la nivelul de prelucrare a materialului.

Exemplul 1. Simpla citire repetată a unui text nu este

suficientă pentru o bună memorare (mai trebuie făcut planul textului, fragmentarea lui etc.).
Exemplul 2. frazele dintr-o limbă străină se memorează mai repede prin retroversiuni decât prin traduceri.
Exemplul 3. o demonstrație matematică se reține mai bine prin reconstruirea ei decât prin citirea ei.

4.2. Stabilirea unor puncte de sprijin

Acestea mai sunt numite repere sau mediatori (nod la batistă, creștături pe răboj, scriere pictografică, asociații, sublinieri de text, imaginea mentală a unei scheme). Toate acestea au funcții de aducere aminte și folosite îndelungat duc la optimizarea memoriei.

4.3. Fixarea conștientă a scopului

Înainte de a începe memorarea trebuie stabilit:

- pentru cât timp se memorează (există o lege care afirmă că memorarea până la o anumită dată condiționează uitarea după acea dată);
- cât de precis trebuie memorat;
- care este succesiunea de memorare.

4.4. Sistematizarea cunoștințelor

Cunoștințele trebuie să fie:

- legate unele de altele rațional;
- ordonate;
- clasificate, ierarhizate;
- segmentate în unități de sens (microteme);
- organizate pe baza unui plan.

4.5. Calitatea sistemului atitudinal-motivațional

Trebuințele, motivele, interesele determină:

- caracterul selectiv al memoriei;
- trăinicia memoriei.

Exemple: emoțiile intense se memorează mai bine.

Activitățile întrerupte sunt reținute mai bine decât cele duse la bun sfârșit (efectul Zeigarnik).

Ce modalități de optimizare a memoriei ați utilizat, în mod spontan, de-a lungul vieții și în ce categorie științifică de optimizare a memoriei se încadrează acestea?

4.6. Activitățile prin care se face memorarea

În procesul memorării au loc și activități de cunoaștere (se citește, se privește, se aude) și aceasta influențează capacitatea memoriei.

Astfel reținem:

- 10% din ce citim;
- 20% din ce auzim;
- 30% din ce vedem;
- 50% din ce vedem și auzim în același timp;
- 80% din ce spunem;

5. ROLURILE MEMORIEI

- memoria este o condiție de bază a dezvoltării tuturor celorlalte procese psihice (cognitive, afective și voliționale);
- asigură constituirea experienței personale și a celei însușite fără de care nu se poate realiza adaptarea ;
- este necesară realizării stării de conștiință;
- pe baza ei se formează principalele componente ale personalității (aptitudini și caracter) ;
- este indispensabilă formării identității de sine;
- fără memorie nu se pot desfășura activitățile fundamentale ale omului (joc, învățare, muncă și creație).

6. UITAREA

Fenomenul uitării este un fenomen:

- natural;
- normal;
- necesar.

”Uitarea este scrisă în legile omenesci”. Uitarea este necesară pentru că depozitul memoriei se supraîncarcă, iar uitarea este o supapă care lasă să iasă ceea ce nu mai corespunde noilor situații și solicitări.

6.1. Formele uitării

- uitarea totală;
- recunoaștere și reproducere parțială (puțin adecvate sau chiar eronate);
- lapsusul (uitare pe moment a unei informații necesare).

6.1.1. *Uitare totală*

Este vorba despre ștergerea integrală a datelor

6.1.2. *Reactualizare parțială*

Este vorba despre recunoaștere și reproducere parțială (puțin adecvate sau chiar eronate).

6.1.3. *Lapsusurile*

Este vorba despre uitarea momentană a unei informații necesare.

6.2. Conținuturile uitate

6.2.1. *Informații care și-au pierdut actualitatea* (nu mai au semnificație, nu mai răspund necesităților actuale);

6.2.2. *Amănunte, conținuturi neesențiale;*

6.2.3. *Informație necesară.*

6.3. Cauzele uitării

6.3.1. *Cauze funcționale ale organismului* - oboseală cronică, perioade de convalescență, suprasolicitare, anxietate, boli neurologice;

6.3.2. *Insuficiență sau proastă organizare a materialului de învățat*

Există 2 situații:

- subînvățare (mai puțin repetiții decât este necesar);
- supraînvățare (mai multe repetiții decât optim, care pot duce la apariția inhibiției de apărare);

- apel la memoria mecanică în locul celei logice;
- învățarea logică a unui material, dar nerealizarea legăturii cu celelalte cunoștințe;

6.4. Ritmul uitării – curba lui Ebbinghaus

Ebbinghaus afirmă că uitarea este masivă după învățare și apoi lentă.

Amintiți-vă din cursul de Istoria psihologiei cum a studiat experimental memoria și uitarea Ebbinghaus.

Uitarea are ritmuri diferite după:

- material;
- vârstă;
- profile psihologice individuale.

6.5. Combaterea uitării

Se referă la eliminarea cauzelor uitării. Un procedeu îl constituie repetiția.

- dar, doar cea optimă ca număr (repetițiile suplimentare nu trebuie să depășească 50% din numărul necesar de repetiții);
- separarea în timp a repetițiilor este mai bună decât comasarea lor (intervalele de timp care asigură productivitatea sunt 5-20 min. sau 1-2 zile);
- repetiția activă (redarea pe dinafară a textului cu propriile cuvinte) este superioară repetiției pasive (recitirea textului);
- repetiția cu sens (redarea materialului în diferite forme) este superioară repetiției mecanice (în aceeași formă).

7. TENDINȚE ACTUALE ÎN STUDIUL MEMORIEI

7.1. Metameoria

7.1.1. Definiție: Metamemoria se referă la cunoștințele pe care fiecare le are despre propria memorie

7.1.2. Caracterizare

Flanell clasifică acest tip de cunoaștere:

- conștientizarea faptului că în rezolvarea problemelor particulare sunt necesare strategii mnezice particulare (variabila ”decizie”);
- conștientizarea memoriei (variabila ”subiect”);
- cunoștințe despre particularitățile materialelor care pot influența performanța (variabila ”sarcină”);
- înțelegerea unor strategii mnezice (variabila ”strategie”).

Toate aceste cunoștințe pot fi combinate în varia forme.

Exemplu: Cineva știe că reține nume (variabila ”subiect”), că 20 de nume este mai greu să fie reținute (variabila ”sarcină”), că este nevoie de strategii bazate pe imaginație (variabila ”strategie”).

Alți cercetători s-au concentrate pe informațiile care sunt necesare în realizarea unei sarcini de memorie (ce trebuie să știm ca să recuperăm o informație din memorie):

- uneori acest lucru se face spontan, automat;
 - alteori, implică procese active de căutare, cu faze:
 - decizia de căutare;
 - evaluarea exactității a ceea ce găsim în memorie;
 - cunoașterea strategiilor eficiente de recuperare.

7.1.3. Fenomenul FOK (*Felling of Knowing*)

Se referă la faptul că suntem capabili să decidem dacă avem sau nu o informație (pe care nu ne-o putem aminti) în memorie.

Mecanisme utilizate în recuperare;

În faza 1 :

- asociative (forța asociației);
- inferențiale (nu se centrează pe informații care nu trebuie ci pe informații legate sau contextuale cu informația căutată).

În faza 2 – evaluarea rezultatelor, cu distingerea corectitudinii sau incorectitudinii lor.

În faza 3 – cunoașterea strategiilor de recuperare eficiente (strategii directe, strategii de plauzibilitate, strategii de tipul rezolvării problemelor). După particularitatea informației căutate se utilizează:

- strategii directe – când informațiile sunt familiare și puține;
- strategii de plauzibilitate – când informațiile sunt nefamiliare și diverse.

Corelațiile memorie – metamemorie sunt puțin ridicate.

Deseori, cu toate că avem metameorie, nu o folosim (exemplu: copiii cunosc importanța grupării pe categorii când au de învățat o listă de cuvinte, dar nu o folosesc).

7.2. Studiul ecologic al memoriei

7.2.1. *Definiție*: Memoria studiată înafara laboratorului

7.2.2. *Caracterizare*

Ea se concentrează pe:

- dezvoltarea unor teorii care să țină seama de date despre memorie în mediul natural (punctul de plecare îl constituie însă tot paradigmele dezvoltate în laborator);
- cercetarea memoriei în perspectivă darwinistă. 3 probleme sunt abordate:
 - diferențe interindividuale;
 - procesele memoriei care operează în sarcinile cotidiene pentru a răspunde la întrebarea: ”De ce memorăm”?;
 - diferențe între specii.

7.3. Memoria prospectivă

Ea funcționează cu precădere în viața cotidiană.

7.3.1. *Definiție*: că uitarea este masivă după învățare și apoi lentă 7.3.2. *Caracterizare*

Conținutul informațional ce trebuie amintit este facil, dar respectarea momentului când trebuie actualizat este dificilă (exemplu: să iei un medicament la ore fixe). Pentru a realize acest lucru, oamenii își furnizează de obicei indicii (alarmă la telefon, flaconul cu medicamente la loc vizibil).

Cercetări experimentale

- subiecții trebuiau să trimită cărți poștale sau mail-uri la o anumită dată cercetătorului;

- aplicarea unui chestionar de opinie, cu cerința ca la sfârșit să se indice locul nașterii.

Datele de cercetare arată slăbiciunea memoriei prospective.

Memoria prospectivă are 2 activități:

- obișnuite (acte de rutină);
- episodice (activități ocazionale, mai rare).

S-a constatat că indicii de recuperare externi sunt mai eficienți decât cei interni. Important este ca indicii de recuperare externi să fie specifici, clari, eficienți, să fie perceptibili și să fie recunoscuți ca indicii.

Care sunt diferențele dintre memoria acțiunilor trecute și memoria acțiunilor viitoare?

Mecanismele psihice informațional-operaționale reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume reflectă memoria?



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p. 368-381;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 134-153;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Mâine, 2007, p. 552-564;

MICLEA, M., *Psihologie cognitivă. Modele teoretico-experimentale*, Iași, Polirom, 1999, p. 228-231;

ZLATE, M., *Psihologia mecanismelor cognitive*, Ediția a II-a, Iași, Polirom, 2006, p. 464-472.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Care din următoarele afirmații constituie o caracteristică a memoriei?

- a. memoria este mijlocită
- b. memoria are caracter inteligibil
- c. memoria are caracter activ și selectiv

d. toate afirmațiile de mai sus sunt corecte

2. Care dintre următoarele procese nu este un proces al memoriei

- a. reactualizarea
- b. memorarea
- c. conceptualizarea
- d. srocarea

3. „Administratorul central”, „bucla articulatorie” și „calea vizuală-spațială” sunt elemente constitutive ale:

- a. memoriei de lucru
- b. memoriei de lungă durată
- c. percepției
- d. reprezentării

4. Procesarea la un nivel cât mai profund a materialului de memorat constituie:

- a. o formă de memorare pe termen scurt
- b. o tehnică de menținere a atenției
- c. o tehnică de întărire a voinței
- d. o tehnică de optimizare a funcționalității memoriei

5. Uitarea poate fi determinată de:

- a. subînvățarea
- b. oboseala
- c. supraînvățare
- d. toate afirmațiile de mai sus sunt corecte

6. Cunoștințele pe care oamenii le au despre propria memorie constituie conținutul:

- a. memoriei prospective
- b. memoriei de scurtă durată
- c. metamemoriei
- d. memoriei implicite

7. Care dintre următoarele cauze ale uitării nu este corect menționată?

- a. suprasolicitarea
- b. un număr mai mare de repetiții decât cele optime
- c. apelul la memorare logică
- d. insuficientă sau proastă organizare a materialului de învățat

8. Fenomenul FOK (Felling of Knowing) se referă la faptul că:

- a. uitarea este masivă după învățare și apoi lentă (Ebbinghaus)
- b. în rezolvarea problemelor particulare sunt necesare strategii mnezice particulare
- c. suntem capabili să decidem dacă avem sau nu o informație, pe care nu ne-o putem aminti, în memorie

d. indicii de recuperare externi sunt mai eficienți decât cei interni în cazul memoriei prospective

9. Studiul memoriei înafara laboratorului poartă numele de:

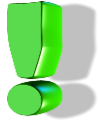
- a. studiu ecologic al memoriei
- b. studiul metamemoriei
- c. studiul memoriei prospective
- d. studiul memoriei de lucru

10. Memoria prospectivă se referă la memoria:

- a. cunoștințelor procedurale
- b. cunoștințelor declarative
- c. acțiunilor viitoare
- d. la nici una dintre acestea

MODULUL I: MECANISME INFORMAȚIONAL- Operaționale de prelucrare a informației

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 7



IMAGINAȚIA

Plan de idei:

1. Specificul psihologic
2. Relația imaginației cu alte funcții psihice
3. Procedeele imaginației
4. Formele imaginației
5. Caracteristicile produselor imaginative

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al imaginației
2. Să explicați relația imaginației cu celelalte funcții psihice
3. Să corelați aspectele teoretice referitoare la imaginație cu aspecte ale practicii cotidiene
4. Să argumentați rolul jucat de imaginație în calitate de mecanism informațional-operational de prelucrare secundară a informației

IMAGINAȚIA



Conținut

1. SPECIFICUL PSIHOLOGIC

Imaginația se referă la capacitatea omului de a produce imagini.

Ceea ce produce ambiguitate este faptul că în această definiție se poate vorbi despre două forme ale imaginației:

- simpla reproducere a senzației în absența obiectului;
- creații libere ale fanteziei.

Gaston Bachelard - imaginația nu este doar capacitatea de a forma imagini, dar și de a deforma imaginile furnizate de percepție. Pentru el conceptul-cheie nu este "imaginea" ci "imagarul", închipuitul.

Imaginația a fost interpretată ca un tip de mobilitate spirituală sau ca o formă de experimentare mentală (centrată pe previziune). Acest lucru a dus spre considerarea actuală a imaginației ca pe o combinatorică mentală.

P. Popescu-Neveanu: " Ceea ce primează în abordarea imaginației este dinamismul ei, potențialul combinatoric și transformativ ce duce la apariția de imagini noi".

1.1. Definiție: Imaginația este procesul de combinare și recombinație a datelor din experiența anterioară în vederea obținerii unor imagini și proiecte noi.

Care sunt notele definitorii ale imaginației, regăsite în definiția acestui concept?

1.2. Caracteristici definitorii

1.2.1. Caracter constructiv și transformativ

Prin imaginație:

- se proiectează, se anticipează produsele muncii înainte de efectuare;
- se stabilesc planuri de rezolvare a problemelor;
- se proiectează traiectoria propriei vieți.

Unii autori (Dewey) consideră că imaginația nu se ocupă de ireal, ci servește la extinderea și completarea realului.

Imaginația nu este același lucru cu imagarul (imagarul = termen acreditat de Sartre) și care se referă la produsul creat de imaginație (care nu este un echivalent al realității obiective, ci o ficțiune) și care are 2 funcții:

- permite omului să se închidă în sine și să trăiască în ficțiune;
- permite omului să recurgă la expresie și realizare (atunci când este nesatisfăcut de viață).

2. RELAȚIA IMAGINAȚIEI CU ALTE FUNCȚII PSIHICE

În istoria sa, s-a spus despre imaginație că:

- este amestecată în toate funcțiile psihice;
- este o combinație a câtorva funcții prin intermediul unor relații specifice.

Se observă că relațiile cu celelalte funcții a fost surprinsă demult.

Ceea ce a fost dificilă însă, a fost diferențierea de celelalte funcții (aici găsim o multitudine de atitudini). Astfel:

- asociaționiștii "s-au pierdut" în fața imaginației – ei o explicau prin asociații, dar relațiile dintre elemente (unele îndepărtate) erau neașteptate și sfidau legile asociaționiste;

- Școala de la Wurzburg a dizolvat imaginația în gândire și înțelegere;

- psihanaliza a redus simbolurile imaginative la libido. Astfel, Freud, Adler și Jung, derivând imaginația din libido, au devalorizat integrarea cognitivă (au separat imaginația de cognitiv).

2.1. Relația cu memoria și percepția

Cel mai des imaginația a fost redusă și identificată cu memoria și percepția.

2.1.1. Diferențe față de memorie

Dar, imaginația nu se confundă cu amintirea concretă, pentru că nu rezultă dintr-o percepție, ci este o reconstrucție. Astfel:

- amintirile sunt reproductive;

- produsele imaginației sunt prospective și atemporale.

Ca atare, ca proces și produs al restructurării experienței, imaginația depășește memoria.

2.1.2. Diferențe față de percepție

- în percepție, conștiința își întâlnește obiectul - în imaginație conștiința își dă sieși obiectul;

- obiectul perceput are o infinitate de determinări și raporturi posibile – în imaginație, obiectul imaginației nu are decât determinările pe care i le dă conștiința;

- în percepție, elementul reprezentativ (imaginea) corespunde unei pasivități a conștiinței – în imaginație, el este produsul unei activități conștiente.

Ca atare, obiectul din percepție nu este obiectul din imaginație.

2.1.3. Legături cu memoria și percepția:

Această distincție nu înseamnă că nu există legături între aceste mecanisme psihice – imaginația își extrage materialul din experiența anterioară furnizată de percepție și stocată în memorie, deci elementele imaginației au origine obiectivă.

2.2. Relația cu gândirea

Identificarea imaginației cu gândirea este foarte răspândită.

Alain – a imagina înseamnă a gândi un obiect și a reprezenta acțiunea sa posibilă asupra organelor de simț.

Spier integrează imaginația în gândirea concretă ca formă a simbolismului intelectual.

Pieron – imaginația este un produs al gândirii.

Deci, imaginația era văzută ca o ilustrare fragmentară și accidentală a activității de gândire, ca un fel de producție parazitară, care ar putea dispărea fără pierderi pentru procesele de cunoaștere – dar această poziție diminuează până la negare rolul imaginației în procesele de cunoaștere.

Dar, imaginația și gândirea constituie un continuum (granițele dintre ele nu pot fi trasate cu precizie) iar dificultățile rezidă în aparenta contradicție dintre cele 2 procese, mai ales între cele 2 produse.

De fapt, deși rezultatul imaginației este o imagine plastică, intuitiv concretă, ea se bazează pe scheletul logic furnizat de gândire (e o imagine construită pe un schelet logic).

Subiectiv, imaginație este o construcție sui-generis între date senzoriale și generalizări logice, abstracte, combinare realizată cu ajutorul cuvântului.

Concluzie – imaginația se construiește în interiorul gândirii, ca o latură absolut necesară a acesteia, iar gândirea se articulează într-o zonă centrală a câmpului imaginației și servește ca:

- mijlocitoare;
- susținătoare a produsului imaginativ.

2.3. Relația cu procesele afectiv-motivaționale

Unii psihologi au înțeles această relație:

2.3.1. Concepția lui:

2.3.1.1 Ribot definea imaginație – ”proprietate pe care o au imaginile de a se reuni în combinații noi” prin mecanisme de:

- disociere;
- resociere

susținute afectiv – ”emoția este fermentul fără de care nici o creație nu este posibilă”. La baza asocierii și disocierii dintre imagini stau relații emoționale de tipul preferință sau repulsie.

2.3.1.2. Freud

El raportează imaginația exclusiv la afectivitate (imaginația nu are legătură cu nici un alt proces psihic, în concepția lui).

Pentru el, imaginația este proiecția libidoului, a conflictelor inconștiente în sfera cunoașterii.

Visele sau reveria sunt:

- dramatizări ale trăirilor afective;
- modalități de satisfacere a tendințelor refulate.

Deci, Freud concepe imaginația ca o realizare pe plan mental a dorințelor refulate sau frustrate – iar sublimare sau compensarea sunt procese ce stau la baza imaginației creatoare.

Astăzi se consideră că:

- stările afective (emoții, sentimente, pasiuni) declanșează, facilitează sau inhibă imaginația. Când influența tensiunilor emotive este mare și se depășesc schemele rigide ale gândirii, atunci imaginația se supune logicii afective (și nu a celei raționale);

- stările afective sunt o sursă energetică majoră pentru imaginație (în situații de indiferență, neutralitate afectivă, nu se realizează produse imaginative de calitate). Dar, la o emoție prea mare (șoc emoțional) se pot produce:

- fantasme;
- viziuni cvasi-onirice;
- viziuni cvasi-halucinante.

Stările afective influențează diferit imaginația. Astfel, la o mare emoție:

- imaginația reproductivă este pradă unei emoții paralizante și se blochează;
- imaginația creatoare este prada unei emoții precipitative și dorește să acționeze.

Efectele sunt negative în ambele cazuri.

Relația dintre imaginație și emoție nu este unilaterală, în sensul că imaginația este doar un simplu derivat al emoției, ci imaginația participă la apariția stărilor afective (le declanșează și le întreține), ceea ce se observă în artă.

Imaginația este legată și de motivație (de segmentul direcțional al motivației):

- interesele (structuri motivaționale) își recrutează imaginativ obiectul;
- stările de expectanță, aspirație produc imagini corespunzătoare;
- obiectele dorinței, speranței, dragostei, urii, geloziei, fricii pot fi construite

imaginativ.

2.4. Imaginația și personalitate

Produsele imaginației poartă amprenta personalității.

2.4.1. Influența personalității asupra imaginației

2.4.1.1. trăsături caracteriale

Trăsăturile caracteriale influențează:

- evoluția;
- productivitatea imaginației

Teama paralizează imaginația.

De asemenea, s-a demonstrat importanța încrederii în sine și în ceilalți.

2.4.1.2. atitudinea față de propria activitate constituie factori reglatorii ai comportamentului creativ, pentru că:

- declanșează;
- orientează;
- gradează;
- susțin sau creează dificultăți imaginarului.

2.4.1.3. autoritarismul (atitudini rigide și intolerante) inhibă imaginația.

2.4.1.4. atitudinile cognitive (nonconformismul epistemic, asumarea riscului, curiozitatea) potențează pozitiv imaginația.

Concluzia este că personalitatea influențează imaginația.

2.4.2. Influența imaginației asupra personalității

Dar, și imaginația contribuie la formarea personalității, pentru că:

- creează modele ideale de interacțiune cu alții;
- creează programe și metode de viață.

Alegeți un proces psihic studiat deja și dezvoltati relația sa cu imaginația.

2.5. Locul imaginației în sistemul psihic uman

Imaginația este tributară:

- reflectării realității naturale/ fizice din care se extrag conținuturi și scheme;
- reflectării realității sociale de unde ia:
 - scopuri;
 - modele;
 - cerințe prospective.

2.5.1. Relația lume obiectivă/lume subiectivă

Dar, imaginația se opune realului natural și social – lumii obiective i se opune lumea subiectivă, care se va transforma la un moment dat în lume obiectivă.

2.5.2. Funcțiile imaginației (Blazer)

- descărcare tensională;
- proiectare a tendințelor conflictuale;
- substituirea acțiunilor imposibile sau interzise prin alte scopuri;
- compensarea sau satisfacerea fantastică a dorințelor nesatisfăcute.

Se observă perspectiva psihanalitică.

3. PROCEDEELE IMAGINAȚIEI

Imaginația are un ansamblu de procedee transformative proprii:

- *aglutinarea* – deprinderea unor părți aparținând diverselor obiecte sau ființe și reunirea mentală a lor într-un nou întreg (exemplu: centaurul, sirena);
- *amplificarea sau diminuarea* – măbind sau diminuând diferitele dimensiuni ale obiectelor sau fenomenelor se obțin efecte noi (exemplu: Setilă, Flămânzila, pinguinul din Madagascar care rezolva toate problemele cu bombe);
- *multiplicarea sau omisiunea* – presupune modificarea numărului componentelor unui întreg (exemplu de multiplicare: Coloana infinitului; exemplu de omisiune: vehiculul pe pernă magnetică);
- *divizare și rearanjare* a părților într-un întreg ce nu are corespondent în realitate (exemplu: brațul electronic în tehnica roboților);
- *adaptare și substituire* – constă în înfăptuirea unui principiu în alt context material față de cel în care a fost descoperit;
- *empatia* – transpunerea imaginativă în plan perceptiv, intelectual și afectiv într-o altă persoană sau obiect material, relevând astfel proprietăți sau semnificații noi ale acestuia.

De reținut faptul că numărul procedeelor imaginative este nelimitat și succesiunea lor este schimbată de fiecare dată, motiv pentru care ele generează permanent noul.

Încercați să găsiți și alte exemple pentru procedeele imaginației.

4. FORMELE IMAGINAȚIEI

4.1. După prezența/absența intenției și efortului voluntar

4.1.1. Voluntară

Imaginația voluntară (cu scop și efort voluntar). Este:

- superioară datorită conducerii conștiente;
- săracăcioasă;
- schematică pentru că se conformează modelelor raționale;
- mai puțin liberă și originală;
- efortul voluntar poate fi penibil și, în situație de încordare și forțare, imaginația este mai puțin productivă.

4.1.2. Involuntară

Imaginație involuntară (fără scop și efort voluntar) are următoarele caracteristici:

- beneficiază de structuri inconștiente care sunt libere și flexibile;

- se bazează pe regresie la niveluri inferioare ale psihicului, unde combinatorica nu are restricții.

4.2. După starea de activism a subiectului

4.2.1. Forme pasive de imaginație

Aici se încadrează visul și reveria.

4.2.2. Forme active de imaginație

Aici se încadrează:

- *imaginația reproductivă* – construirea mentală a imaginilor unor obiecte sau fenomene existente în realitate, dar care nu pot fi percepute direct. Pentru a le obține se combină date ale experienței proprii orientați fiind de indicatori concreți, schițe, desene, descrieri. Susține interesul atunci când citim cărți de literatură.;

- *imaginația creatoare* – spre deosebire de cea reproductivă este orientată spre posibil, probabil, viitor, dispune de multe procedee de transformare și este puternic stimulată de afectivitate și motivație, valorifică și combinațiile inconștientului și poartă amprenta personalității. Este componenta cea mai importantă a creativității;

- *visul de perspectivă* – proiectarea mentală a drumului propriu de dezvoltare pornind de la posibilitățile personale și de la condițiile și cerințele sociale. Contribuie la construirea idealului de viață și prin aceasta la motivarea activităților cotidiene, a eforturilor pentru autoformare.

4.3. După calitatea produsului

Conform Osborn:

4.3.1. Forme absurde

- forme absurde (halucinații, vis, reverie);

4.3.2. Forme ușor constructive

- forme ușor constructive (imaginația voluntară ce tinde spre imaginație creatoare);

4.3.3. Forme constructive

- forme constructive (imaginația voluntară și creatoare).

4.4. După tipul de activitate în care se încadrează

Este vorba despre imaginație artistică, literară, științifică, muzicală etc.

4.5. După tipul de reprezentări dominante

Este vorba despre reprezentări plastic-vizuale, auditive, sau despre reprezentări ce țin de motricitate etc.

5. CARACTERISTICILE PRODUSELOR IMAGINATIVE

Produsele imaginației se deosebesc de produsele gândirii:

- reprezintă o interacțiune specială între imagini și idei;
- constituie întotdeauna un rezultat nou chiar dacă este vorba doar de experiența persoanei respective. Noul cel mai valoros este cel ce apare față de experiența întregii omeniri;
- are un anumit grad de originalitate;
- exprimă caracteristicile persoanei care a creat-o și o reprezintă.

Prin urmare, imaginația prin toate formele ei contribuie la reglarea comportamentului în perspectiva viitorului.

Mecanismele psihice informațional-operăționale reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume reflectă imaginația?



Referințe bibliografice

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 154-169;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 522-529;

ZLATE, M., *Psihologia mecanismelor cognitive*, Ediția a II-a, Iași, Polirom, 2006, p. 514-518.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. "Procesul de combinare și recombinaire a datelor din experiența anterioară în vederea obținerii unor imagini și proiecte noi" este definiția:

- a. reprezentării
- b. imaginației
- c. percepției
- d. senzației

2. Care dintre următoarele accepțiuni ale caracterului constructiv și transformativ al imaginației nu este corect?

- a. proiectarea, anticiparea produsele muncii înainte de efectuare
- b. stabilirea de planuri de rezolvare a problemelor
- c. proiectarea traiectoriei propriiei vieți
- d. reactualizarea informațiilor.

3. Deprinderea unor părți aparținând diverselor obiecte sau ființe și reunirea mentală a lor într-un nou întreg, constituie un procedeu al imaginației care se numește:

- a. divizare și rearanjare
- b. adaptare și substituie
- c. aglutinarea
- d. empatia

4. Multiplicarea sau omisiunea, ca procedee ale imaginației presupun:
- modificarea numărului componentelor unui întreg
 - transpunerea imaginativă în plan perceptiv, intelectual și afectiv într-o altă persoană sau obiect material, relevând astfel proprietăți sau semnificații noi ale acestuia.
 - divizarea și rearanjarea părților într-un întreg ce nu are corespondent în realitate
 - deprinderea unor părți aparținând diverselor obiecte sau ființe și reunirea mentală a lor într-un nou întreg
5. Care dintre următoarele afirmații nu constituie o formă activă a imaginației?
- imaginația creatoare
 - reveria
 - imaginația reproductivă
 - visul de perspectivă
6. Capacitatea de construirea mentală a imaginilor unor obiecte sau fenomene existente în realitate, dar care nu pot fi percepute direct, este un apanaj al:
- visului
 - imaginația creatoare
 - imaginația reproductivă
 - visului de perspectivă
7. Imaginația diferă față de memorie prin faptul că:
- imaginația constă în dramatizări ale trăirilor afective în timp ce memoria cuprinde modalități de satisfacere a tendințelor refulate
 - imaginația este independentă de celelalte procese psihice în timp ce memoria este în interacțiune cu acestea
 - amintirile sunt reproductive în timp ce produsele imaginației sunt prospective și atemporale
 - nu există diferențe între imaginație și memorie
8. După calitatea produsului imaginativ există mai multe forme conform Osborn. Care dintre formele de mai jos nu este corect menționată?
- forme absurde (halucinații, vis, reverie)
 - forme ușor constructive (imaginația voluntară ce tinde spre imaginație creatoare)
 - forme amorfe
 - forme constructive (imaginația voluntară și creatoare)
9. Imaginația voluntară este:
- superioară datorită conducerii conștiente
 - schematică pentru că se conformează modelelor raționale
 - mai puțin liberă și originală
 - toate afirmațiile de mai sus sunt corecte
10. Care dintre următoarele caracteristici ale imaginației involuntare nu este corect menționată

- a. nu are scop și nu beneficiază de efort voluntar
- b. beneficiază de structuri inconștiente care sunt libere și flexibile
- c. este mai puțin productivă
- d. se bazează pe regresie la niveluri inferioare ale psihicului

MODULUL II: MECANISME PSIHICE DE STIMULARE ȘI ENERGIZARE A COMPORTAMENTULUI

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 8



MOTIVAȚIA (1)

Plan de idei:

1. Conceptul de motivația
2. Teorii asupra motivației
 - 2.1. Teorii instrumentaliste
 - 2.2. Teorii holist umaniste
 - 2.3. Modelul relațional al motivație (J. Nutin)

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al motivației
2. Să prezentați și să analizați critic diferite teorii asupra motivației
3. Să corelați aspectele teoretice referitoare la motivație cu aspecte ale practicii cotidiene
4. Să argumentați rolul jucat de memorie în calitate de mecanism informațional-operational de prelucrare secundară a informației

MECANISME PSIHICE DE STIMULARE ȘI ENERGIZARE A COMPORTAMENTULUI



Conținut

Se poate întâmpla ca;

- percepția să fie bună;
- gândirea să fie dezvoltată;
- capacitățile mnezice și imaginația să fie bune;

Dar, persoana să fie inefficientă, să nu aibă performanță. Acest lucru se întâmplă pentru că nu se află într-o stare de receptivitate optimă în momentul:

- receptării;
- stocării;
- prelucrării informației;

Iar acest lucru se întâmplă pentru că persoana nu este stimulată, mobilizată, împinsă.

În plus, o persoană poate să se descurce în situații obișnuite, dar nu și în situații noi.

În aceste ultime cazuri este vorba despre:

- reactivarea energetică;
- restructurarea energetică;
- redistribuirea energetică.

Este vorba despre tensionarea sau detensionarea organismului pentru a desfășura activitatea respectivă.

Ca urmare, pentru o activitate eficientă este nevoie de mecanisme de:

- stimulare, activare;
- energizare și susținere.

Există un sistem activator, cu efecte de intensificare a activității:

- în plan fiziologic – formațiunea reticulată;
- în plan psihologic – motivația și afectivitatea (atenție, când depășesc o anumită limită, ele dezorganizează activitatea).

MOTIVAȚIA (1)

1. CONCEPTUL DE MOTIVAȚIE

1.1. Definiție: Motivația cuprinde totalitatea mobilurilor interne ale conduitei, fie că sunt înnăscute sau dobândite, conștientizate sau nu, simple trebuințe fiziologice sau idealuri abstracte.

Care sunt notele definitorii ale motivației, regăsite în definiția acestui concept?

Nuttin plasează punctul de plecare al motivației nu în stimuli intra-organici și nici în mediu, ci în caracterul dinamic al relației om-mediu. ”Motivație este responsabilă de faptul că un comportament se orientează de preferință, mai mult spre o categorie de obiecte decât spre alta”.

Motivația constă deci în ansamblul de factori interni care determină comportamentul.

Stimulii exteriori capătă valențe motivaționale doar dacă au semnificație în raport cu condițiile interne (un obiect poate fi motivant pentru unii, dar indiferent pentru alții).

Sunt 3 funcții principale pe care le îndeplinește motivație în viața psihică:

- semnalizează un dezechilibru fiziologic sau psihologic, producând o stare de alertă generală predispozantă pentru activitățile ce vor urma;
- declanșează efectiv acțiunile menite să restabilească echilibrul;
- autoreglează conduitele prin direcționarea, selecționarea stimulilor și condițiilor prin ponderarea energiei necesare pentru desfășurarea activităților mentale și practice.

1.2. Istoric

Pentru unii este o noțiune superfluă și o să dispară din psihologie.

Pentru alții este o noțiune fundamentală a psihologiei.

În istorie, motivația a fost considerată:

- stimulare și descărcare de energie (Freud și Lorenz);
- reacție învățată, asociată cu un stimul (behavioriștii);
- factor psihic ce influențează comportamentul (Brown);
- activitate spontană de energizare care explică trecerea de la repaos la acțiune (Hebb).

Astăzi, motivația nu se reduce la:

- o cantitate de energie;
- impulsuri oarbe și inconștiente;

ci este o structură cognitivă dinamică ce dirijează acțiunile spre scopuri concrete.

1.3. Conținutul sferei motivaționale (stările de necesitate)

Legătura intern-extern se formează în filogeneza și ontogeneza prin elaborarea unor stări de necesitate sau sensibilizări ale organismului pentru diferite obiecte (nevoia de substanțe nutritive, oxigen, anumită temperatură, de semnale informaționale, de comunicare, mișcare, relaxare) – acestea sunt trebuințe.

Ca atare în sfera motivațională găsim:

1.3.1. Trebuințe

Trebuințele sunt procese pulsionale fundamentale care semnalizează perturbări de tipul privațiunilor sau exceselor din sistemul organism sau din sistemul personalitate.

Alături de ele se mai dezvoltă:

1.3.2. Impulsuri

Impulsurile sunt trebuințe aflate în stare de excitabilitate accentuată;

1.3.3. *Intenții*

Intențiile sunt implicări proiective ale subiectului în acțiune;

1.3.4. *Valențe*

Valențele sunt orientări afective spre anumite rezultate;

1.3.5. *Tendențe*

Tendențele sunt forțe direcționale mai mult sau mai puțin precise.

Toate acestea constituie stări de necesitate și formează sfera motivației unei persoane. Este vorba despre o nouă categorie de stimuli – stimuli interni care determină pe individ să facă o serie de acțiuni (căutare, apropiere, evitare, respingere).

În acest sens, Michotte a definit motivația ca o "cauză internă a comportamentului".

Unele dintre formele motivației (puțin și simple) s-au format în filogeneză și se capătă la naștere.

Cele mai numeroase și complexe se formează însă în viață – ele sunt inițial stimulări exterioare care acționează repetat și, satisfăcând anumite cerințe de autoreglare, sunt interiorizate și transformate în condiții interne (când copiilor li se spune "trebuie să te speli pe mâini", "trebuie" este interiorizat și transformat în stimulator interior).

În acest context M. Golu definea motivația "Model subiectiv al cauzalității obiective, cauzalitate reprodusă psihic, acumulată în timp, transformată și transferată prin învățare și educație în achiziție internă a persoanei".

Motivația este.

- o pârgă în procesul autoreglării;
- o forță motrică a dezvoltării psihice.

1.4. **Tipuri de motivație** (care se nasc din stările de necesitate)

Există mai multe tipuri de motivație:

- trebuințe (sunt structuri motivaționale bazale ale personalității, forțele ei motrice cele mai puternice, reflectând cel mai clar echilibrul biopsihosocial al omului în condițiile solicitărilor externe) ;

- motive (sunt reactualizări și transpuneri în plan subiectiv a stărilor de necesitate);

- dorințe (stare sufletească a celui care tinde, râvnește ceva);

- aspirații (dorințe, așteptări, scopuri care vizează un model a cărui realizare constituie un progres);

- interese (sunt orientări selective, relative stabile și active către anumite domenii de activitate);

- convingeri (sunt idei adânc implantate în structura personalității, puternic trăite afectiv, care impulsionează spre acțiune);

- idealuri (reprezintă proiecții ale individului în sisteme de imagini și idei care îl ghidează întreaga existență);

- concepție despre lume și viață (un angajament, o orientare fundamentală, care poate fi exprimată sub forma unei narațiuni sau printr-un set de presupoziii - presupuneri care pot fi adevărate, parțial adevărate sau în întregime false - pe care le susținem cu privire la structura fundamentală a realității și care asigură temelia pe care trăim, ne mișcăm și ființăm (James Sire, 2005) etc.

Acestea au:

- structuri diferite;
- funcționalități diferite;
- complexitate diferită
- rol diferit.

Creați un tabel cu opt coloane pe care puneți cele opt tipuri de motivație și completați-l cu notele definitorii ale fiecăreia dintre acestea.

Motivația poate fi:

- motivație intrinsecă – este cea care se satisface prin însăși desfășurarea activității (exemplu: plăcerea pentru joc). Motive intrinseci pot fi: curiozitatea epistemică sau interesul cognitiv.

- motivație extrinsecă – nu este legată de conținutul activității, care este doar mijlocul satisfacerii acestor motive (exemplu: un copil se comportă într-un anumit fel ca să primească un cadou).

1.5. Funcțiile motivației

1.5.1. Activare internă și semnalizarea unui deficit

Este vorba despre funcția de activare internă difuză și de semnalizare a unui dezechilibru fiziologic sau psihologic. Starea de necesitate nu declanșează încă acțiunea. Ea este specifică trebuințelor care au următoarea dinamică: alertă internă – agitație crescândă – satisfacere.

1.5.2. Factor declanșator al acțiunii

Funcția de declanșare a acțiunii efective este specifică motivului (probantă pentru existența motivului este declanșarea acțiunii).

1.5.3. Factor de autoreglare a conduitei

Prin motivație, conduitei i se imprimă un caracter activ și selectiv. Eficiența reglatorie a motivului depinde de:

- nivelul de energizare;
- direcționare.

Motivația impulsionează și declanșează acțiunea, dar prin FB se influențează și:

- însăși baza motivațională;
- dinamica ei.

1.6. Efectele motivației

1.6.1. Cantitative

Efectele cantitative se exprimă prin faptul că:

- pune organismul în situația de a trece la acțiune (mai ușor sau mai greu);

- susține activitatea pentru un timp (mai scurt sau mai lung) în ciuda obstacolelor (mai mult sau mai puțin dificile).

1.6.2. Calitative

Efectele calitative se exprimă prin faptul că:

- permite persoanei să treacă de la un scop la altul;
- ierarhizează diferitele scopuri posibile.

Explicați virtuțile adaptative ale motivației.

2. TEORII ASUPRA MOTIVAȚIEI

2.1. Teorii instrumentaliste

Aceste teorii propun o listă, un inventar de trebuințe.

2.1.1. Teoria lui H.A. Murray

H.A. Murray a stabilit o astfel de listă cu 2 categorii de trebuințe:

- primare (viscerogenice) cu 12 trebuințe (apă, aer, hrană, sex etc.);
- secundare (psihologice) cu 27 de trebuințe (nevoia de afiliere, recunoaștere, realizare, autonomie etc.). Unele țin de exercițiul puterii (conducere, acceptarea puterii) altele reglează relațiile afective.

2.1.2. Teoria lui Cattell

Este o listă asemănătoare cu 3 categorii:

- trebuințe organice;
- înclinații organice apetitive;
- înclinații neapetitive (sunt tipuri de comportament motivate social sau psihosocial).

2.1.3. Critica teoriilor instrumentaliste a venit din partea teoriilor holist-umaniste.

2.2. Teorii holist-umaniste

2.2.1. Teoria lui Maslow

Maslow a criticat aceste liste atomare deoarece:

- fiecare trebuință are probabilitate egală de a se manifesta, ceea ce nu este conform realității;
- trebuințele sunt izolate fiecare cu comportamentul său, pe când în conduită ele se contopesc, se amestecă, se întretaie.

Ca atare el a creat piramida trebuințelor. Piramida are 5 niveluri distincte:

- trebuințe organice;
- trebuințe de securitate;
- trebuințe de apartenență la grup;
- trebuințe de stimă și apreciere (statut);
- trebuință de autorealizare.

Primele 4 sunt trebuințe de deficit. Ultima este trebuință de creștere.

Maslow face următoarele precizări:

- trebuința este cu atât mai improbabilă, cu cât este mai continuu satisfăcută;
- o trebuință nu apare ca motivație decât dacă cea inferioară ei a fost satisfăcută;
- pentru a trece la altă trebuință, precedentă nu trebuie în întregime sau durabil satisfăcută;
- apariția unei trebuințe noi se face gradual.

2.2.2. Limitele teoriei lui Maslow

- teoria lui Maslow propune o lume statică, în care trebuințele se satisfac într-o ordine secvențială și apoi par a fi abandonate;
- dar, după ce se satisfac, trebuințele nu se dau la o parte;
- teoria generalizează unele valori ale culturii occidentale (ca atare, teoria are un caracter cultural limitat deoarece nu în toate culturile se păstrează ierarhia lui Maslow);
- la Maslow apariția unor noi trebuințe lasă neschimbate pe cele vechi sub raportul modului de satisfacere și al relațiilor dintre ele (C. Mamali) – ori în realitate apariția unei trebuințe noi restructurează pe cele vechi și duce la creșterea piramidei.

Există, de fapt o dublă determinare a trebuințelor umane:

- de jos în sus ca o simplă actualizare a unor noi trebuințe;
- de sus în jos – o presiune de la vârful piramidei spre trebuințele vechi care duce la îmbogățirea și restructurarea întregii piramide.

2.2.3. Teoria dinamico-evolutivă a motivației a lui C. Mamali

Teoria este bazată pe evoluția sistemului motivațional al individului ca urmare a interacțiunii cu ceilalți.

Mamali introduce conceptul de ”balanță motivațională”: ”raportul dinamic existent între nivelul ierarhic al motivelor proprii pe care părțile aflate în interacțiune și le satisfac și respectiv, de nivelul ierarhic al motivelor pe care le satisfac ceilalți”

Balanța devine sursă generatoare de noi motive specifice interacțiunii.

Principalele stări ale balanței:

- stagnarea motivațională (părțile rămân la același nivel motivațional pe care îl aveau);
- dezvoltare motivațională inegală sau contradictorie (o persoană evoluează, cealaltă stagnează sau intră în regresie);
- involuție motivațională reciprocă (ambele părți trec spre niveluri inferioare ale motivației);
- co-evoluție motivațională (ambele părți trec spre niveluri superioare).

2.3. Modelul relațional al motivației (J.Nuttin)

Motivația este abordată în termeni psihologici, și nu psihofiziologici sau psihopatologici, adică:

- relaționali;
- comportamentali.

Punctul de plecare al modelului sunt relațiile preferențiale stabilite cu lumea.

Aserțiunile modelului:

- individul și mediul = unitate bipolară și celulă de bază a comportamentului:
 - individul = subiect în situație;
 - situația = situația unui subiect.

- sistemul relațiilor subiect-mediu este dinamic. Relațiile preferențiale se manifestă sub:

- aspect negativ (insuficiențe funcționale);
- aspect pozitiv (prin căutare, întărire).

- originea ultimă a dinamismului sistemului individ-mediu se situează în trebuințele subiectului;

- trebuințele, înainte de a se canaliza spre un obiect specific există sub formă precomportamentală (orientare spre o categoria de obiecte, iar această orientare implicită conferă coloratură afectivă întâlnirii cu un obiect).

- motivul nu este un proces declanșator, ci de reglare continuă prin direcționarea comportamentului;

- comportamentele sunt intrinsec motivate în măsura în care tind să atingă obiectivul;
- orientarea fundamentală a trebuințelor este innăscută, dar se dezvoltă și se diferențiază în viață;
- procesul motivațional fiind relațional, activarea lui își are originea în individ și obiect;
- modelul acordă o importanță mare personalizării motivației ("trebuința este o afacere personală"). Opusul personalizării motivației este alienarea motivațională (acțiuni contra dorințelor sub presiuni sociale, ale autorității sau nevoii de conformism).



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 452-463;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 198-218;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 151-160.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Care dintre următoarele afirmații referitoare la rolurile mecanismelor psihice stimulator –energizante nu este corectă?

- a. reactivare energetică
- b. rol informațional-operațional
- c. restructurare energetică
- d. redistribuire energetică

2. ”Totalitatea mobilurilor interne ale conduitei, fie că sunt înnăscute sau dobândite, conștientizate sau nu, simple trebuințe fiziologice sau idealuri abstracte” este o definiție a:

- a. afectivității
- b. aptitudinilor
- c. motivației
- d. imaginației

3. Teoria lui A. Maslow asupra motivației denumită „piramida trebuințelor” face parte din:

- a. teoriile holist-umaniste
- b. teoriile instrumentaliste
- c. modelul relațional al motivației
- d. modelul balanței caracteriale

4. Care dintre principalele funcții pe care le îndeplinește motivație în viața cotidiană nu este corect menționată?

- a. semnalizează un dezechilibru fiziologic sau psihologic, producând o stare de alertă generală predispozantă pentru activitățile ce vor urma
- b. declanșează efectiv acțiunile menite să restabilească echilibrul
- c. informează asupra schimbărilor din mediu
- d. autoreglează conduitele prin direcționarea, selecționarea stimulilor și condițiilor prin ponderarea energiei necesare pentru desfășurarea activităților mentale și practice

5. Structurile motivaționale bazale ale personalității, care reflectă cel mai clar echilibrul biopsihosocial al omului în condițiile solicitărilor externe sunt:

- a. dorințe
- b. aspirații
- c. trebuințe
- d. idealuri

6. Motivele sunt:

- a. reactualizări și transpuneri în plan subiectiv a stărilor de necesitate)
- b. dorințe, așteptări, scopuri care vizează un model a cărui realizare constituie un progres
- c. orientări selective, relative stabile și active către anumite domenii de activitate
- d. proiecții ale individului în sisteme de imagini și idei care îl ghidează întreaga existență);

7. Funcțiile motivației sunt:

- a. activare internă și semnalizarea unui deficit
- b. factor declanșator al acțiunii
- c. factor de autoreglare a conduitei
- d.toate răspunsurile de mai sus sunt corecte

8. Teoriile instrumentaliste asupra motivației:

- a. abordează motivația în termeni psihologici, adică relaționali, comportamentali
- b. sunt bazate pe evoluția sistemului motivațional al individului ca urmare a interacțiunii cu ceilalți
- c. propun o listă, un inventar de trebuințe
- d. nu există trebuințe instrumentaliste asupra motivației

9. Conceptul de ”balanță motivațională” aparține teoriei:

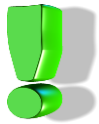
- a. holist –umanistă a lui Maslow
- b. dinamico-evolutivă a motivației a lui C. Mamali
- c. modelului relațional al motivației (J.Nuttin)
- d. nu există în psihologie acest concept

10. Funcția de factor declanșator al acțiunilor efective este o funcție a:

- a. motivației
- b. gândirii
- c. imaginației
- d. percepției

MODULUL II: MECANISME PSIHICE DE STIMULARE ȘI ENERGIZARE A COMPORTAMENTULUI

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 9



Plan de idei:

MOTIVAȚIA (2)

3. Trebuințe, motive, interese, convingeri, ideal de viață
4. Motivație și performanță

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al diferitelor structuri ale sferei motivaționale
2. Să definiți și să faceți diferența între motive, interese, convingeri, ideal de viață
3. Să explicați legea optimum-ului motivațional
4. Să corelați aspectele teoretice referitoare la motivație cu aspecte ale practicii cotidiene
5. Să argumentați rolul jucat de motivație în calitate de mecanism stimulator – energizant al comportamentului

MOTIVAȚIA (2)



Conținut

3. TREBUINȚE ȘI MOTIVE, INTERESE, CONVINGERI, IDEAL DE VIAȚĂ

3.1. Trebuințele

3.1.1. *Definiție:* structuri motivaționale bazale și fundamentale ale personalității reflectând echilibrul biopsihosocial al individului cu mediul.

A avea o trebuință = a simți nevoia de a obține un lucru sau un rezultat.

Altă definiție (Nuttin) – ”o relație preferențială a individului cu un obiect, în sensul că absența lui deranjează funcționarea individului și declanșează o activitate orientată spre reinstalarea relației preferențiale”.

Sunt unele dintre cele mai importante structuri motivaționale. Se manifestă primele după naștere și evoluează continuu de-a lungul vieții. Ele semnalizează în plan subiectiv un dezechilibru organic sau psihic, generează o stare de alertă inițială, insuficientă momentan pentru a produce o activitate. Când dezechilibrul crește, trebuința atinge o asemenea intensitate încât devine *impuls*, capabil să declanșeze activitatea de restabilire a echilibrului. Sub influența impulsului se formează intenția de a acționa, dar care poate rămâne doar atât dacă în ambianță nu sunt condiții și obiecte ce pot satisface trebuința. Dacă acestea există, atunci trebuința devine *motiv* în adevăratul înțeles al cuvântului, adică declanșează și susține energetic activitatea până se atinge starea de reechilibrare.

3.1.2. Clasificare

3.1.2.1. după relația cu obiectul:

- trebuințe fiziologice (schimburi biochimice pentru menținerea echilibrului intern);

- psihologice (rezultă din relații cu situațiile semnificative ale lumii).

3.1.2.2. după geneză și conținut:

- trebuințe primare (sunt înnăscute, asigură integritatea fizică a organismului):

- trebuințe biologice sau organice (foame, sete, sex etc.);

- trebuințe fiziologice (mișcare, relaxare etc.)

Ele sunt comune omului și animalului, dar la om sunt instrumentate socio-cultural.

- trebuințe secundare (se formează în cursul vieții și asigură integritatea psihologică și socială a individului):

- trebuințe materiale (locuință, confort, instrumente de lucru);

- trebuințe sociale (comunicare, integrare socială, cooperare, competiție);

- trebuințe spirituale (cunoaștere, estetică, etică, autodezvoltare).

3.1.2.3. după nivelul de realizare a relației individ-mediul:

- la nivel biologic (sunt trebuințe biologice care se realizează cu mijloace fiziologice înscrise în anatomie);

- la nivelul relațiilor psihosociale dintre oameni (trebuințe sexuale, erotice, de apreciere, ajutor, altruism, atașament);

- la nivelul construcțiilor cognitive și informaționale ale oamenilor (trebuința de informație, nevoia de realitate, nevoia de valori).

3.1.2.4. după nivelul de generalitate:

- generale (apar în multe tipuri de activități – exemplu: trebuința de performanță);

- specifice (au caracter mai restrâns, exemplu: trebuința de a mânca ceva anume.)

3.1.2.5. după gradul de independență:

- trebuințe independente (de sine stătătoare, nu derivă din alte trebuințe);

- trebuințe derivate (iau naștere din modalități de satisfacere a altor trebuințe, exemplu: bibliofilul cumpără cărți, dar nu le citește).

Trebuințele au un caracter istoric pentru că apar, se modifică și dispar odată cu apariția și dispariția obiectelor care le satisfac.

Găsiți alte exemple de trebuințe și precizați în ce categorie se încadrează, în urma clasificărilor făcute.

3.1.3. Fazele funcționale ale trebuințelor

Trebuințele au 2 faze:

- creșterea tensiunii pe măsura apropierii momentului satisfacerii;

- reducerea tensiunii după satisfacere.

Această dinamică este valabilă mai ales la trebuințele biologice, care sunt ciclice.

La trebuințele psihosociale tensiunea poate să persiste și după satisfacerea trebuinței.

Trebuințele nu sunt constante, ci dinamice. Ele se pot:

- amplifica;

- diminua;

- supradimensiona;

- subdimensiona.

Acest lucru se face independent de gradul de satisfacere.

Satisfacerea firească duce la reducerea tensiunii:

Nesatisfacerea duce la:

- dilatarea și exacerbară lor;

- stingerea lor (ca reacție de apărare).

Trebuințele se pot satisface și pe căi indirecte, simbolice.

3.2. Motivele

Sunt transpuneri în plan subiectiv a stărilor de necesitate (când se conștientizează deficitul de substanțe hrănitoare și omul se orientează spre rezolvarea problemei, trebuința s-a transformat în motiv).

Leontiev denumea motivele ”trebuințe conștientizate”. Dar nu toate motivele sunt conștiente (psihanaliza o demonstrează).

Există diferențe între trebuințe și motive:

- după raportul lor cu acțiunea (motivul asigură efectuarea comportamentului, trebuința nu reușește întotdeauna să-l declanșeze);

- după gradul de generalitate (trebuințele se orientează spre o categorie de obiecte, exemplu: trebuința de contact social în timp ce motivul se orientează spre un anumit obiect – motivul pare a fi o concretizare a trebuinței).

Care este cea mai importantă diferență între trebuință și motiv?

3.2.1. Definiție: mobilul care declanșează, susține energetic și orientează acțiunea
Motivul are 2 segmente:

- un segment energizant, dinamogen;
- un segment orientativ, direcțional.

Cele 2 segmente se susțin reciproc (slaba energizare este la fel de dăunătoare ca și insuficienta direcționare).

3.2.2. Caracterizarea motivelor

- caracter personalizat;
- caracter generalizat (în sensul că rezultă din complexitatea vieții psihologice și sociale);
- au autonomie funcțională (la adult sunt sisteme care se susțin singure).

3.2.3. Fenomen derivate din funcționarea motivelor

3.2.3.1. saturarea – apare în urma persistenței aceleiași relații preferențiale. Ca urmare, se caută schimbarea:

- obiectului;
- modului de satisfacere.

3.2.3.2. substituirea - devierea structurii motivaționale spre alte obiecte decât cele care au stat inițial la baza lor (exemplu: după multe eșecuri într-o sarcină se trece la sarcini mai simple; agresivitatea față de tată se substituie cu agresivitatea față de un coleg);

3.2.3.3. perfecționarea structurilor motivaționale – se urmărește nu numai realizarea unui scop, dar și gradul de perfecțiune cu care se realizează (se tinde spre progres).

3.2.3.4. diferențierea structurilor motivaționale. Se realizează:

- pe plan orizontal (trecerea de la un obiect la altul);
- pe plan vertical (unul și același obiect urmărit la diferite niveluri de perfecțiune).

3.3 Interese

Interesele sunt structuri motivaționale care constă în orientări selective, active și relativ stabile spre obiecte, fenomene, domenii de activitate.

Ele se exprimă prin tendința și preferința pentru obiectul interesului, și întreține atenția, mobilizează procesele cognitive, amână oboseala.

3.4. Convingerile

Sunt idei implantate în structura personalității, puternic trăite afectiv, care se impun cu necesitate și stimulează puternic activitate, pozițiile personale, opiniile etc. Sunt susținute de valori, de judecăți morale și certitudini intelectuale. Sunt considerate a fi idei forță.

3.5. Idealul de viață

Este un tip de motiv care constă în proiectarea în imagini și idei a propriei deveniri, pornind de la posibilități prezente și de la condițiile oferite de societate. El se sprijină pe trebuința de autorealizare, care stimulează căutarea de modele, și merge spre autocunoaștere și elaborarea propriului mod de realizare.

Credința în propriul ideal este și un factor motivațional pentru acțiuni autoformative și pentru a înfrunta momente mai dificile și insuccese.

Extrageți caracteristicile specifice ale intereselor, convingerilor și ale idealurilor de viață.

4. MOTIVAȚIE ȘI PERFORMANȚĂ

4.1. Optimum-ul motivațional

Motivația nu este un scop în sine, ci este importantă în performanță.

Performanță = nivel superior de îndeplinire a scopului.

Relația intensitatea motivației – nivelul de performanță este dependentă de complexitatea sarcinii:

- la sarcinile simple (repetitive, rutiniere, cu puține alternative de soluționare) pe măsură ce crește motivația, crește și performanța;
- la sarcinile complexe (creative, cu multe alternative de rezolvare) creșterea motivației se asociază până la un punct cu creșterea performanței, după care performanța scade. Acest lucru se întâmplă pentru că intensitatea mare a motivației este defavorabilă:

- discriminării;
- discernământului;
- evaluărilor critice.

Relația intensitatea motivației – nivelul de performanță este dependentă și de dificultatea sarcinii – cu cât între dificultatea sarcinii și intensitatea motivației există corespondență, cu atât performanța este mai bună.

Analizând acest aspect, a apărut ideea optimum-ului motivațional (Legea Yerkes - Dodson). Această lege ia în considerație 2 situații:

- când dificultatea sarcinii este percepută corect – optimum-ul constă într-o relație de corespondență între cele 2 dimensiuni;
- când dificultatea sarcinii este percepută incorect:
 - în caz de subapreciere apare submotivația – deficit energetic care duce la nerealizarea sarcinii;
 - în caz de supraapreciere apare supramotivația – surplus de energie care duce la dezorganizare, stres sau la cheltuirea energiei înainte de activitatea propriu-zisă.

Optimum-ul cere o ușoară dezechilibrare (necorespondență) între intensitatea motivației și dificultatea sarcinii.
Exemplu:

- sarcină medie, dar apreciată ca fiind de mare dificultate – intensitatea medie a motivației este suficientă

(ușoară submotivare);
- sarcină medie, dar apreciată ca fiind ușoară –
intensitatea medie a motivației este suficientă (uș

Obținerea optimum-ului se face prin:

- antrenare pentru o percepție corectă a sarcinii;
- manipularea intensității motivației (ținând cont că emoția, anxietatea, frica cresc motivația).

4.2. Nivelul de aspirație

În activitate ne dorim performanțe cât mai bune. Stimulul motivațional care împinge spre realizarea unor progrese și autodepășiri se numește nivel de aspirație. Acesta trebuie raportat la posibilități și aptitudini, de aceea este diferit de la om la om.

Ca să aibă efect pozitiv, nivelul de aspirație trebuie stabilit puțin peste posibilitățile de moment.

Discrepanța prea mare între posibilități și aspirații este periculoasă (La Fontaine – ”când broasca își propune să se umfle ca să ajungă cât un elefant, pocnește”).

Mecanismele psihice stimulator-energizante reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume reflectă motivația?



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 452-463;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 198-218;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Mâine, 2007, p. 681-693;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 161-167.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. "O relație preferențială a individului cu un obiect, în sensul că absența lui deranjează funcționarea individului și declanșează o activitate orientată spre reinstalarea relației preferențiale" este definiția dată de către Nuttin:

- a. intereselor
- b. trebuințelor
- c. convingerilor
- d. idealurilor de viață

2. Care dintre următoarele trebuințe nu fac parte dintre trebuințele secundare, care se formează în cursul vieții și asigură integritatea psihologică și socială a individului:

- a. trebuințe materiale (locuință, confort, instrumente de lucru)
- b. trebuințe spirituale (cunoaștere, estetică, etică, autodezvoltare).
- c. trebuințe fiziologice (mișcare, relaxare etc.)
- d. trebuințe sociale (comunicare, integrare socială, cooperare, competiție)

3. Leontiev denumea motivele:

- a. "aspirații conștientizate"
- b. "gândire conștientizată"
- c. "trebuințe conștientizate"
- d. "interese conștientizate"

4. Care dintre următoarele fenomene derivate din funcționarea motivelor nu este corect menționat:

- a. diferențierea structurilor motivaționale
- b. refularea
- c. substituirea
- d. saturarea

5. Fenomenul de deviere a structurii motivaționale spre alte obiecte decât cele care au stat inițial la baza lor se numește:

- a. perfecționarea structurilor motivaționale
- b. euristică
- c. diferențierea structurilor motivaționale
- d. substituire

6. Structurile motivaționale care constă în orientări selective, active și relativ stabile spre obiecte, fenomene, domenii de activitate se numesc:

- a. idealuri de viață
- b. convingeri
- c. interese
- d. motive

7. Convingerile sunt:

- a. idei implantate în structura personalității, puternic trăite afectiv, care se impun cu necesitate și stimulează puternic activitate, pozițiile personale, opiniile etc.
- b. structuri motivaționale care constă în orientări selective, active și relativ stabile spre obiecte, fenomene, domenii de activitate
- c. factori care activează manifestarea segmentului energizant al motivului
- d. factori care activează manifestarea segmentului orientativ, direcțional al motivului

8. Legea Yerkes-Dodson se referă la:

- a. pragul diferențial
- b. optimul motivațional
- c. organizarea percepției într-o formă bună
- d. procesul de învățare

9. Optimul motivațional apare în situația când:

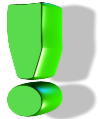
- a. motivația este foarte puternică pentru orice tip de sarcină
- b. motivația este foarte slabă pentru orice tip de sarcină
- c. nu se ia în considerație complexitatea sarcinii
- d. între mărimea intensității motivației și gradul de dificultate a sarcinii (corect perceput) există corespondență și adecvare

10. Stimulul motivațional care împinge spre realizarea unor progrese și autodepășiri se numește:

- a. trebuință fiziologică
- b. nivel de aspirație
- c. stimul exogen
- d. motivație de adecvare

MODULUL II: MECANISME PSIHICE DE STIMULARE ȘI ENERGIZARE A COMPORTAMENTULUI

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 10



AFECTIVITATEA

Plan de idei:

1. Definiție
2. Specific psihologic
3. Proprietățile proceselor afective
4. Clasificarea trăirilor afective
5. Rolul afectivității

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al mecanismelor afective
2. Să analizați proprietățile mecanismelor afective
3. Să argumentați importanța și rolurile afectivității ca mecanism stimulator-energizant al comportamentului
5. Să corelați aspectele teoretice referitoare la afectivitate cu aspecte ale practicii cotidiene

AFECTIVITATEA



Conținut

Între stimulii interni (motive) și realitate au loc confruntări și ciocniri al căror efect sunt procesele afective:

- satisfacerea cerințelor interne – conferă un ton pozitiv proceselor afective (plăcere, mulțumire, bucurie);
- nesatisfacerea sau contrazicerea cerințelor interne – conferă un ton negativ proceselor afective (tristețe, nemulțumire, indignare).

Dar, afectivitatea nu este doar o umbră a trebuințelor noastre. Important nu este obiectul în sine, ci valoarea și semnificația pe care o are pentru subiect – deci importantă este relația obiect-subiect (un obiect poate produce stări afective diferite, diferitelor persoane și chiar pentru un același subiect, un obiect poate produce stări diferite în diferite momente).

Spre deosebire de alte fenomene psihice furnizoare de energie, cele afective o disponibilizează imediat, în chiar timpul confruntării omului cu lumea. Ea se manifestă în forme elementare chiar de la naștere, iar de-a lungul vieții gama proceselor afective se lărgeste și se diferențiază calitativ.

1. DEFINIȚIE: Procese psihice generate de relațiile dintre obiect și subiect sub formă de trăiri, uneori atitudinale.

2. SPECIFIC PSIHOLOGIC

2.1. Afectivitate și cogniție

2.1.1. Interacțiuni

Interacțiunea dintre afectivitate și cogniție a fost sesizată de mult.

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Herbart – afectivitatea este produsul ciocnirii reprezentărilor.- Schachter a făcut un experiment cu injecții cu epinefrină, subiecții fiind în condiții de informare, semiinformare, ignoranță și placebo și a constatat că apar emoții mai puternice în condiții de semiinformare și ignoranță. S-a tras concluzia că nu trezirea fiziologică (efectul injecțiilor cu epinefrină) este important, ci interpretarea cognitivă a acestora.- Piaget – afectivitatea este o sursă energetică a inteligenței. |
|--|

Deci procesele afective și cognitive sunt în interacțiune – s-a constatat că atunci când conflictul afectiv (ciocnire de emoții, sentimente, pasiuni) este solidar

cu conflictul cognitiv (ciocniri de idei, concepții, modalități de rezolvare de probleme) randamentul intelectual este mare.

Când scade tensiunea afectivă mergând spre indiferență se reduce capacitatea de rezolvare de probleme noi.

Dezacordul rațional-afectiv duce la dezadaptare tranzitorie (mai ales atunci când un nivel intelectual superior se cuplează cu emoții primare, violente, oarbe).

2.1.2. Diferențe

Psihologia modernă este cea care a sesizat diferențele dintre afectivitate și cogniție. Spre deosebire de procesele cognitive care reflectă în mod dominant obiectele și fenomenele lumii exterioare, procesele afective reflectă relația dintre obiect și subiect (de concordanță sau neconcordanță între caracteristicile obiectului și motivele omului) într-o formă specifică numită trăire afectivă. De aceea în fața acelorași obiecte, oameni diferiți rezonează diferit, și chiar față de același obiect, aceeași persoană poate reacționa diferit datorită constelațiilor motivaționale (exemplu: un apus de soare poate să nu fie nici măcar observat de un copil, un adolescent at putea fi impresionat de el, iar un bătrân s-ar putea lăsa cuprins de tristeți).

În cogniție se operează cu instrumente specializate:

- gândire (analiză, sinteză, abstractizare, generalizare);
- imaginație (aglutinări, tipizări, divizări);

În afectivitate se operează cu toată ființa:

- organic;
- psihologic;
- comportamental.

Afectivitatea este o tensiune a întregii ființe cu efecte de atracție, căutare sau respingere, evitare.

- în cogniție subiectul se subordonează obiectului, încercând să-l epuizeze, să-l stăpânească cognitiv;

- în afectivitate subiectul se subordonează relației cu obiectul (adică sieși) pentru că el conferă semnificație obiectului.

Deși procese afective sunt declanșate de fapte cognitive, nu sunt reductibile la ele – importante fiind:

- organizarea motivațională;
- raportul obiect (perceput, gândit, imaginat) și necesitatea și gradul de satisfacere a trebuințelor.

Care sunt cele mai importante diferențe între afectivitate și cogniție?

2.2. Afectivitate și motivație

Fiecare proces afectiv este legat de o anumită motivație.

2.2.1. Interacțiuni

- Pavelcu afirma: ”motivul devine afectiv și tensional în procesul de realizare al scopului”.
- Ion Radu considera că:

- motivul are un caracter vectorial;
- afectul are aspectul unui câmp.

S-a subliniat faptul că emoția este atât cauză cât și efect a motivației.

- P. Popescu-Neveanu considera că:
 - procesele afective sunt motive activate și desfășurate într-o situație dată;
 - motivele sunt procese afective solidificate, cristalizate.
- Hurlock – într-un experiment a utilizat 3 grupuri de elevi care trebuiau să rezolve sarcini simple 5 zile:
 - un grup a fost lăudat;
 - un grup a fost dojenit;
 - un grup a fost ignorat.

Rezultate și concluzii:

- lauda a fost cea mai eficace (s-a asociat cu stări afective pozitive);
- dojana, utilizată continuu a scăzut randamentul (s-a asociat cu stări afective negative);
- indiferența a fost cea mai neeficientă (au lipsit stările afective).

Deci, există o strânsă legătură între motivație și afectivitate, dar ele nu trebuie să fie confundate.

2.2.2. Diferențe

Există sări de motivație fără emoție:

- în situația în care se cunosc deja mijloacele de atingere a scopului;
- în situația în care atingerea scopului presupune o perioadă lungă de timp.

De asemenea, există emoții care nu se asociază cu stări motivaționale (exemplu: situația în care o persoană este spectatoare la o acțiune în care nu este implicată).

2.3. Afectivitatea și alte funcții psihice

Afectivitatea se află în relație de interacțiune și interdependență cu toate procesele psihice și cu personalitatea.

Componenta afectivă a personalității a dus la chiar la constituirea unor profiluri emoționale:

- personalitate echilibrată;
- personalitate hiperemotivă;
- personalitate hipoemotivă.

Afectivitatea este componenta bazală, infrastructurală a psihicului și nota lui definitorie. La roboți, calculatoare, inteligență emoțională nu există.

2.4. Teoria asupra emoțiilor a lui R. Phutchik

Este o teorie generală valabilă la om și animal pentru situații universale.

Postulatele teoriei lui R. Phutchik:

- în orice tip de emoție apar paternuri prototipice sau elemente comune;
- fiecare emoție poate varia în intensitate;

- există un număr mic de emoții de bază – din a
căror combinație rezultă celelalte.

Parametrii utilizați de el în analiza emoțiilor sunt:

- situațiile universale;
- emoțiile primare rezultate;
- stimulul declanșator;
- cogniția inferată;
- comportamentul produs;
- efectul în supraviețuire.

3. PROPRIETĂȚILE PROCESELOR AFECTIVE

Procesul afectiv produce la sfârșitul său o trăire afectivă.

Definiție: trăirea afectivă este vibrația concomitent organică, comportamentală și subiectivă a ființei umane în relațiile sale cu ambianța.

Comportamentele organice ale trăirilor afective sunt:

- modificarea bioelectrică a creierului;
- modificări ale pulsului, tensiunii arteriale;
- modificări respiratorii;
- motilitate gastro-intestinală;
- tensiune musculară;
- secreție lacrimală și salivară;
- creșterea cantității de hormoni în sânge;
- schimbarea aspectului epidermic și înroșire sau paloare.

Componentele comportamentale sunt:

- mimică specifică;
- pantomimică (postură, mers, gesturi);
- modificări ale vorbirii (intensitate, ritm, expresii verbale caracteristice).

Componenta subiectivă constă în conștientizarea stării afective și autoevaluarea ei.

Proprietățile proceselor afective sunt următoarele:

3.1. Polaritate

Este tendința de a gravita în jurul polului pozitiv sau a polului negativ, ca urmare a satisfacerii sau nesatisfacerii trebuințelor.

Procesele afective sunt cuplate 2 câte 2 în perechi:

- bucurie/tristețe;
- simpatie/antipatie;
- entuziasm/deprimare;
- iubire/ură.

Polaritatea se exprimă în:

- caracterul plăcut/neplăcut;
- caracterul stenic/astenic (unele procese afective împing spre acțiune, altele demobilizează);
- caracter încordat/destins (unele procese afective sunt tensionante, altele sunt relaxante).

Se pot comite câteva greșeli de interpretare, spre exemplu:

- o emoție plăcută nu înseamnă că este și stenică (exemplu: succesul poate fi și astenic);

- emoțiile nu sunt exclusiv și absolut polare, ci predominant polare (exemplu: un eveniment plăcut provoacă bucurie, dar și regret să s-a terminat);
- nu există emoții plăcute sau neplăcute pentru toată lumea (depinde de particularitățile persoanei).

3.2. Intensitate

Se referă la forța, tăria, profunzimea pe care o are la un moment dat trăirea emoțională (reflectă amploarea mecanismelor de producere și cantitatea de energie psihofiziologică pe care o manifestă).

Intensitatea este în funcție de:

- valoarea afectivă a obiectului;
- semnificația lui în raport cu trebuințele subiectului;
- capacitatea afectivă a subiectului (unele persoane vibrează intens la lucruri comune, altele rămân reci chiar și la evenimente dramatice).

Uneori trebuie să se crească intensitatea unei emoții pentru ca ea să furnizeze mai multă energie, alteori este necesar să se reducă intensitatea ei pentru adaptare la situație.

Creșterea intensității stărilor afective nu se face prin repetarea stimulului (ca la memorie) pentru că acest lucru tocește afectivitatea, ci prin schimbarea sau amplificarea semnificațiilor afectogene.

Există un optim afectiv iar depășirea lui perturbă activitatea.

3.3. Durată

Se referă la persistența în timp a proceselor afective:

- un sentiment poate dura 1,2 ani sau chiar toată viața;
- o emoție poate dura câteva clipe sau ore,
- frica poate să persiste și după ce pericolul a trecut;
- dragostea poate să rămână și după ce a dispărut ființa iubită.

3.4. Mobilitate

Mobilitatea exprimă:

- trecerea rapidă de la o fază la alta în interiorul aceleiași stări emoționale.

Trecerea se face în 2 faze:

- faza 1 – trăire nespecifică, de incertitudine (deficit de informații);
- faza 2 – trăire specifică (relevanță informațională).
- trecerea rapidă de la o stare afectivă la alta. Poate fi vorba despre:
 - trecere de la emoție la sentiment;
 - trecere de la un tip de sentiment la altul (dragoste - ură).

Mobilitatea presupune condiții de necesitate, în sensul că situația o cere. Dacă nu este vorba despre condiții de necesitate, atunci este vorba despre fluctuația trăirilor afective (se trece de la o stare la alta fără motiv), ceea ce este un semn de:

- slăbiciune;
- imaturitate;
- patologie a proceselor afective.

3.5. Expresivitate

Este vorba despre capacitatea de exteriorizare a trăirilor afective. Unele componente ale conduitelor emoțional-expresive sunt înnăscute, altele învățate (cele învățate sunt dezvoltate în interiorul unei comunități și sunt încărcate cu o anumită semnificație care trebuie asimilată de fiecare membru al comunității).

3.5.1. Tipuri de expresii emoționale

Expresivitatea se realizează prin intermediul unor semne exterioare numite expresii emoționale:

3.5.1.1. *mimica* (modificări expresive la care participă elementele mobile ale feței);

3.5.1.2. *pantomimica* (reacții la care participă tot corpul, exemplu: mers sprintar – bucurie, bună dispoziție; mers încet - tristețe);

3.5.1.3. *modificări de natură vegetativă* (respirație, tensiune, tonus muscular, compoziția chimică a sângelui) care se manifestă prin paloare, înroșire, tremurături, lacrimi, transpirație, ”fluturași în stomac”.

3.5.1.4. *schimbarea vocii* (intensitate, ritm, intonație, timbru, exemplu: un DA poate fi mai negativ decât un NU).

Expresiile emoționale nu sunt izolate unele de altele, se corelează și dau naștere conduitei emoționale.

Exemple de conduite emoționale:

-
conduita de tristețe: cap plecat, brațe atârdate, buze orientate în jos, ochi stinși, față pământie, lipsă de tonus;
- conduita de bucurie: corp drept, ochi deschiși și strălucitori, mobilitatea brațelor, tonus.

Expresiile și conduitele emoționale se învață:

- prin imitație;
- prin efort voluntar (actorii).

Există și capacitatea de a le provoca și dirija voluntar și a le folosi convențional pentru a transmite o stare emoțională, chiar dacă ea nu există. Această convenționalizare socială a expresiilor și conduitelor are o valoare adaptativă pentru că facilitează comportamentele așa cum se cer sau cum trebuie ele să fie într-o situație.

3.5.2. Rolul expresiilor emoționale

3.5.2.1. *comunicarea* (fac cunoscute în exterior stările afective);

3.5.2.2. *influențarea conduitei altora pentru săvârșirea unui act*:

Exemple:

- plânger pentru a obține mângâiere;
- exprimi frica pentru a obține ajutorul altuia.

Este vorba despre utilizarea socială a expresiilor cu scop, pentru a obține ceva anume.

3.5.2.3. *autoreglarea pentru adaptarea la situație* (exemplu: se plânge în situații triste; se râde în situații vesele; dacă se procedează invers, se obține dezaprobare socială).

3.5.2.4. *contagiunea* (este vorba despre transmiterea și trezirea unor reacții similare la alte persoane).

Contagiunea produce stări afective pozitive (au ca efect coeziunea grupului) sau negative (au ca efect dezbinarea grupului).

3.5.2.5. *accentuarea/diminuarea însăși a stării afective* (exemplu: plânsul poate produce încărcare afectivă dar și descărcare afectivă).

Unele expresii emoționale și conduite sunt întărite social, altele sunt inhibate și respinse (diferă de la cultură la cultură).

Exemplu de expresii emoționale și conduite întărite social – în cultura occidentală plânsul este rezervat femeilor.

Unele expresii se standardizează, se asociază cu semne afectogene, formând un limbaj afectiv.

Exemplu 1 – tristețea în urma unui deces este semnalizată prin doliu.

Exemplu 2 – sărutul s-a standardizat în specii :

- amical;
- fratern;
- părintesc;
- colegial;
- oficial;
- erotic.

Deci expresiile emoționale au o dublă semnificație: individuală și socială.

4. CLASIFICAREA TRĂIRILOR AFECTIVE

Criteriile clasificării:

- după proprietățile de care dispun (intensitate, durată, mobilitate, expresivitate);
- după gradul de conștientizare (sub control conștient, scăpate de sub control);
- după nivelul calitativ al formelor motivaționale din care izvorăsc:
 - nesatisfacerea trebuințelor;
 - nesatisfacerea idealurilor, convingerilor;
 - nesatisfacere concepției despre lume și viață.

Conform acestor criterii, trăirile afective se pot împărți în 3 categorii.

4.1. Procese afective primare

4.1.1. *Definiție*: procese afective cu un caracter elementar, spontan, slab organizate, mai puțin elaborate cultural și care tind să scape controlului.

Ele se manifestă imediat după naștere, au expresivitate înăscută și sunt în mare măsură inconștiente.

4.1.2. Clasificare:

4.1.2.1. *Tonusul afectiv al proceselor cognitive* (însoțesc orice act de cunoaștere; exemplu: înțelegerea unei probleme produce bucurie);

4.1.2.2. *Trăiri afective de proveniență organică* (sunt cauzate de buna/proasta funcționare a organelor).

Exemple de trăiri de proveniență organică:

- în cardiopatii – stări de alarmă afectivă;
- în boli gastro-intestinale – mohorală;
- în hepatită – euforie;
- în boli pulmonare – iritare.

4.1.2.3. *Afectele* (forme afective simple, primitive, impulsive, intense și violente, de scurtă durată, cu apariție bruscă și desfășurare impetuoasă, expresivitate bogată, pot duce la acte necugetate, dar ele pot fi controlate).

Exemple de afecte: groază, mânie, frică, plâns zgomotos, râs zgomotos.

Ele sunt numeroase în mica copilărie. Ele au fost reorganizate cultural, dar au rămas mai aproape de instincte.

Pentru a le elimina se recomandă :

- angajarea în alte activități ;
- mișcări preventive.

4.2. Procese afective complexe

4.2.1. *Definiție:* procese afective cu un grad mare de conștientizare și intelectualizare, au polaritate clară, intensitate medie, durată corespunzătoare celei a relației cu ambianța.

4.2.2. Clasificare

4.2.2.1. Emoții curente

Sunt forme afective de scurtă durată, active, intense, cu orientare bine determinată spre lucruri sau persoane. Pot avea o desfășurare tumultuoasă sau calmă.

Exemplu de emoții curente: bucurie, tristețe, simpatie, entuziasm, dispreț, speranță, dezgust, deznădejde.

Se manifestă după tipare socio-culturale.

4.2.2.2. Emoții superioare

Sunt legate mai puțin de obiecte cât de activități (activități intelectuale, contemplarea frumosului, realizarea comportamentului moral).

Presupun evaluări și acordări de semnificații valorice activității.

Spre deosebire de afecte se supun învățării (învățare afectivă).

Șocul emoțional este un conflict între:

- așteptări și obișnuințe emoționale și;
- caracterul inedit al unei situații.

4.2.2.3. Dispoziții afective

Sunt stări difuze cu intensitate variabilă și durată relativă.

Dacă emoțiile au o orientare clară, dispozițiile afective au o orientare mai vagă (aceasta nu înseamnă că nu au o cauză, dar este posibil ca momentan să nu ne dăm seama de aceasta).

Dacă dispozițiile se repetă ele se pot transforma în trăsături de caracter (firi închise, deschise, taciturne, anxioase, mohorâte, blazate, vesele etc.).

4.3. Procese afective superioare

4.3.1. *Definiție:* procese afective caracterizate printr-o restructurare valorică ce nu ține de obiect sau de activitate, ci de personalitate.

4.3.2. Clasificare

4.3.2.1. Sentimentele

Stări afective intense, de lungă durată, relativ stabile, specific umane, condiționate socio-cultural.

Exemplu de sentimente: dragoste, ură, gelozie, admirație, recunoștință.

Pot lua forma unor atitudini afective prin stabilitate și pe baza lor se pot anticipa conduite afective. Ele includ elemente de ordin intelectual, motivațional și voluntar – caracterizează omul ca personalitate.

Sentimentele se nasc din emoții repetate care:

- se stabilizează și se generalizează;
- persistă în timp;
- rezistă la factori perturbatori.

Procesualitatea sentimentelor:

- faza de cristalizare;
- faza de maturizare;
- faza de decristalizare (dezorganizare prin sațietate și uzură la care se pot adăuga decepții și deziluzii).

Sentimentele pot fi:

- intelectuale (curiozitate, mirare, dragoste de adevăr);
- estetice (admirație, extaz);
- morale (reflectă atitudini față de bine și rău, exemplu: datorie).

Maisonneuve clasifică sentimentele în:

- sentimente despre propria persoană (inferioritate/superioritate);
- sentimente psihosociale (vanitate, încredere, simpatie, sociabilitate).

Rolul sentimentelor:

- asigură susținere energetică pe timp îndelungat a comportamentelor de relaționare cu obiectul sentimentelor;
- orientarea asigurată de ele este clară, fiind de cele mai multe ori legată de valori.

4.3.2.2. *Pasiunile*

Sunt sentimente cu orientare clară, intensitate mare, grad de stabilitate mare, grad de generalitate mare. Au un obiect spre care se orientează exclusiv, tinzând să diminueze sau să elimine alte legături afective, domină câmpul vieții subiective a unei persoane și antrenează întreaga personalitate.

Rolurile pasiunilor:

- asigură susținere energetică nu numai de lungă durată, dar și foarte puternică;
- orientarea dată de pasiune este foarte clară, dar de multe ori poate să fie exclusivă, și poate duce la îngustarea preocupărilor și relațiilor persoanei.

Există și pasiuni negative care se numesc patimi sau vicii.

Extrageți notele definitorii ale proceselor afective primare, a celor complexe și a celor superioare și căutați exemple din viața dvs.

5. ROLUL AFECTIVITĂȚII

5.1. Discuții asupra dezorganizării conduitei

S-a considerat un timp că emoțiile dezorganizează conduita:

- Janet (perspectiva psihopatologică) – emoțiile produc conduite dezadaptative (lucru valabil, dar doar pentru stări afective primare);
- Pieron (funcționalist) – emoțiile sunt descărcări anormale de energie nervoasă;
- Wallon (psihologie și psihiatrie infantilă) – emoțiile sunt acumulări de tonus muscular care dacă nu este consumat adecvat degenerază în spasme, râs, plâns.

5.2. Discuții asupra organizării conduitei

Alții consideră că emoțiile, prin mobilizare energetică organizează conduita:

- Darwin vorbește despre rolul adaptativ al emoțiilor și consideră că originile lor sunt în tipare vechi comportamentale, păstrate pentru că au dovedit că au utilitate;

- Cannon – emoțiile sunt modalități de activare a organismului pentru restabilirea echilibrului;

- Pavelcu adoptă o poziție contradictorie.

Pe de-o parte, consideră că emoțiile au rolul:

- de a preveni psihicul de tulburări și dezorganizare durabilă;
- de a restabili echilibrul prin risipirea energiei pe căi vegetative, prin reacții inutile sub raportul conduitei, dar utile prin efectul de liniștire.

Pe de altă parte, consideră emoția ca fiind un proces de:

- degradare a psihicului spre fiziologie;
- dezintegrare atât pe planul de adaptare individ-mediu, cât și pe plan intrapsihic.

Prezența problematica rolului dezorganizator vs. rolului organizator al afectivității asupra conduitei.

5.3. Concluzii

În realitate, afectivitatea joacă ambele roluri, dar în condiții diferite:

- emoțiile dezorganizează conduita:
 - când sunt foarte intense;
 - în situații noi, neobișnuite.

Stările de groază, furie, depresie crescute, paralizază, fac pe individ neputincios sau agresiv – constituie o piedică în calea activității.

- funcția esențială a emoțiilor este să pună organismul în acord cu situația – deci adaptează și reglează conduita.

Se poate afirma chiar că dezorganizarea inițială poate duce în final la o organizare superioară (în sensul că individul va ști cum să reacționeze în viitor).

În concluzie, procesele afective au rol:

- în susținerea energetică a activității;
- potențează și condiționează acțiunea;
- reglează schimburile cu ambianța;

- chiar și situațiile stresante sau frustrante moderat îl ajută pe individ să se adapteze (pot duce la creație, performanță, autorealizare).

Mecanismele psihice stimulator-energizante reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume reflectă afectivitatea?



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 452-463; 515- 525;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 219-242;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 657-663;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 168-182.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Afectivitatea reflectă:

- a. însușiri esențiale și generale ale obiectelor și fenomenelor
- b. relații dintre obiect și subiect sub formă de trăiri, uneori atitudinale
- c. imagini sintetice, unitare, în care obiectele și fenomenele care acționează direct asupra analizatorilor
- d. perturbări de tipul privațiunilor sau exceselor din sistemul organism sau din sistemul personalitate

2. ”Vibrația concomitent organică, comportamentală și subiectivă a ființei umane în relațiile sale cu ambianța” definește:

- a. trăirea afectivă
- b. gândirea algoritmică
- c. interesele
- d. idealurile de viață

3. Tipuri de expresii emoționale sunt:

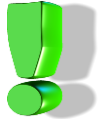
- a. modificări de natură vegetativă
- b. schimbarea vocii
- c. mimica
- d. toate cele de mai sus

4. Capacitatea de exteriorizare a trăirilor afective se numește:
- a. mobilitate facială
 - b. contagiune
 - c. expresivitate
 - d. trăirile afective nu se exteriorizează
5. Care dintre următoarele roluri aparțin expresiilor emoționale?
- a. comunicarea
 - b. autoreglarea pentru adaptarea la situație
 - c. accentuarea/diminuarea însăși a stării afective
 - d. toate afirmațiile sunt corecte
6. Sentimentele cu orientare clară, intensitate mare, grad de stabilitate mare, grad de generalitate mare se numesc:
- a. emoții curente
 - b. pasiuni
 - c. procese afective complexe
 - d. procese afective primare
7. Formele afective simple, primitive, impulsive, intense și violente, de scurtă durată, cu apariție bruscă și desfășurare impetuoasă, expresivitate bogată, pot duce la acte necugetate, dar ele pot fi controlate se numesc:
- a. afecte
 - b. dispoziții afective
 - c. sentimente
 - d. trăiri afective de proveniență organică
8. Ce proces afectiv nu face parte din categoria proceselor afective primare?
- a. afectele
 - b. tonusul afectiv al proceselor cognitive
 - c. trăirile afective de proveniență organică
 - d. emoțiile curente
9. Care dintre următoarele roluri nu este un rol jucat de procesele afective?
- a. susținerea energetică a activității
 - b. reglarea schimburilor cu ambianța
 - c. potențarea și condiționarea acțiunii
 - d. nici unul dintre acestea
10. Emoțiile dezorganizează conduita:
- a. în situații noi, neobișnuite
 - b. când sunt foarte intense
 - c. ambele răspunsuri de mai sus sunt corecte
 - d. emoțiile nu dezorganizează niciodată conduita

MODULUL III: MECANISME DE REGLAJ PSIHIC

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 11

COMUNICARE ȘI LIMBAJ (1)



Plan de idei:



1. Clarificări conceptuale

1.1. Comunicarea

1.2. Limba

1.3. Limbajul

2. Scopurile și rolurile comunicării

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al comunicării
2. Să faceți diferențe între conceptele de ”comunicare”, ”limbă” și ”limbaj”
3. Să argumentați importanța și rolurile comunicării ca mecanism reglator
5. Să corelați aspectele teoretice referitoare la comunicare cu aspecte ale practicii cotidiene



MECANISME DE REGLAJ PSIHIC

Conținut

Chiar cu mecanisme informațional-operaționale și cu mecanisme de stimulare și energizare bine dezvoltate, activitatea poate rămâne la nivel mediu. Mai este nevoie de o categorie de mecanisme psihice – mecanismele de reglare a comportamentului.

Intrarea lor în funcțiune este necesară în 2 situații :

- necesitatea efectuării de acțiuni complexe. În viață ne întâlnim cu secvențe de :

- stimulare/reacți;
- proiectare/realizare;
- detectare/diferențiere;
- identificare/interpretare;
- selecție/control;
- comandă/decizie.

Se poate observa cum al 2-lea termen este mai complex decât primul și nu se poate realiza fără reglare.

- trecerea de la un moment la altul al activității. Această trecere se face:
 - uneori spontan;
 - alteori dificil (trebuie ajutată);
 - alteori intervin factori perturbatori și este și mai dificil de realizat.

Ultimele două situații necesită intervenția mecanismelor de reglaj.

Forme de reglare;

- reglare de stabilizare (menținerea unor coordonate la valori date);
- reglare de optimizare (perfecționarea comportamentului);
- reglare de dezvoltare (transformarea unor organizări inițiale).

Fiecare dintre acestea funcționează la niveluri diferite:

- nivelul bio-fiziologic (legat de satisfacerea trebuințelor fiziologice);
- nivelul psihic (legat de satisfacerea trebuințelor psiho-spirituale).

Fiecare din aceste niveluri are sub-nivelurile sale:

- reglajul bio-fiziologic:
 - sub-nivelul reflex necondiționat (declanșare automată a reacțiilor);
 - sub-nivelul reflexului condiționat (interven factori de întărire).
- reglajul psihic:
 - sub-nivelul inferior (coechilibrare cu factori cu semnificație biologică, prin semnalizare, explorare, orientare) – animal și sugăr;
 - sub-nivelul superior (coechilibrare cu factorii vieții sociale, prin simbolizare și axiologizare).

Toate mecanismele psihice studiate până acum îndeplinesc și funcții reglatorii, pentru că reglarea este o caracteristică generală a SPU.

Unele dintre ele intervin mai pregnant:

- comunicarea și limbajul, care permit:

- proiectarea anticipată a unui rezultat;
- obținerea unor modificări psihocomportamentale.
- atenția, care asigură orientarea, focalizarea și selecția actelor și activităților;
- voința – formă superioară de reglaj, care vizează atingerea unui scop conștient propus, atunci când este necesară învingerea unor obstacole.

COMUNICARE ȘI LIMBAJ (1)

1. CLARIFICĂRI CONCEPTUALE

Noțiunile de ”comunicare”, ”limbă” și ”limbaj” sunt polisemantice. Această pluralitate de sensuri se datorează:

- complexității lor;
- faptului că fac obiectul de studiu a mai multor discipline (lingvistică, psihologie, sociologie, semiotică).

1.1. Comunicarea

1.1.1. *Definiție.* Formă a relației de schimb între persoane și grupuri.

Levi-Strauss afirma că în societate există 3 tipuri de schimburi:

- femei între grupuri;
- bunuri materiale;

Cele 2 tipuri largesc prea mult sfera comunicării.

- mesaje într-o limbă comună.

Ultimul tip îngustează sfera comunicării pentru că aceasta pare a fi doar între oameni și doar verbală.

Flament aduce precizarea: ”Există comunicare atunci când există schimb de semnificații”. În această definiție se păstrează cuvântul ”schimb” și se precizează conținutul – semnificații (care pot fi transmise atât verbal cât și non-verbal).

Altă definiție: comunicarea reprezintă trecerea informației de la o persoană la alta.

Alți autori insistă pe punerea în relație și pe FB, care modifică emitentul.

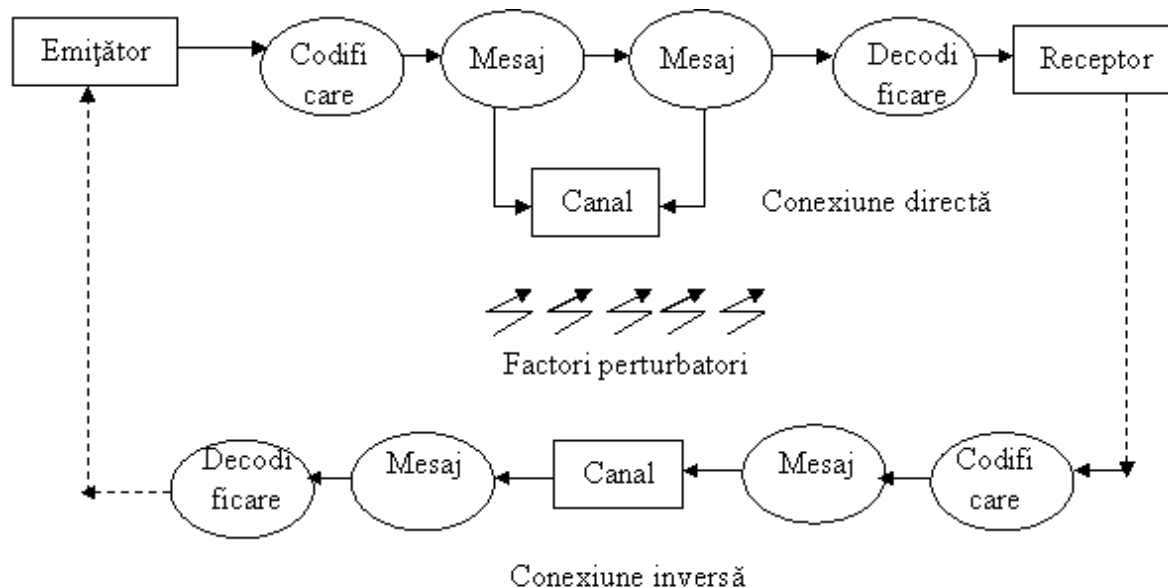
Ca atare, esențial pentru actul comunicării sunt:

- relația dintre indivizi/grupuri;
- schimbul (transmiterea și receptarea de informații);
- modificarea voită sau nu a comportamentului celor ce comunică.

Pentru a se realiza comunicarea trebuie să existe câteva componente:

- un emițător (persoană, grup) care vrea să transmită ceva;
- un cod în care să se exprime cele ce vor fi transmise;
- un canal de comunicare (acesta poate fi bruiat de ”zgomote”);
- mesajul care reprezintă unitatea dintre conținutul de informație și exprimarea sa cu ajutorul semnelor aparținând codului;
- receptorul sau destinatarul (persoană sau grup) la care trebuie să ajungă informația;
- conexiunea inversă, adică informația pe care o primește emițătorul de la receptor despre recepționarea mesajului și înțelegerea lui.

Care sunt notele definitorii ale comunicării, regăsite în definițiile acestui concept?



1.1.2. Conținut

Conținutul comunicării este variat:

- informațional (imagini, noțiuni, idei);
- afectiv-emoțional (comunicarea produce conduite afective consonante/disonante, de acceptare sau refuz);
- motivațional (se transmite trebuințe, aspirații, imbold spre acțiune);
- volitiv (se inițiază, declanșează, stopează acțiuni, face posibilă rezistența la efort).

În general se comunică 3 tipuri de informații:

- cognitive (este vorba despre conținutul semnelor lingvistice);
- indiceale (centrate pe locutor, îi definesc și îi controlează locul în comunicare);
- injonctive, conative (au rolul de a face să progreseze comunicarea spre atingerea unui scop).

1.1.3. Mijloace de comunicare – clasificare

- vocal/nonvocal (cuvânt vs. gesturi, atitudini);
- verbal/nonverbal (cuvânt vs. non-cuvânt).

Din combinarea acestora rezultă următoarele mijloace de comunicare:

- vocal – verbal (unitatea lingvistică este cuvântul);
- vocal – nonverbal (importantă este intonația,

calitatea vocii);

- nonvocal – verbal (unitatea lingvistică este cuvântul scris);
- nonvocal – nonverbal (expresia feței, gesturi, atitudini).

Altă clasificare a mijloacelor de comunicare:

- lingvistice (limba);
- paralingvistice (mai mult sau mai puțin conștient):
 - nonverbal – vocale (tonul vocii);
 - nonvocale (gesturi).
- extralingvistice (scapă locutorului în timpul comunicării):
 - vocale (calitatea vocii care transmite informații biologice, psihologice, sociale);
 - nonvocale (maniera de a se îmbrăca).

Combinarea conținutului cu mijloacele de comunicare arată că:

- informația cognitivă este legată de mijloace lingvistice și paralingvistice (gesturile = substitut al cuvintelor);
- informația indiceală se transmite prin toate mijloacele;
- informația injonctivă este legată de mijloacele paralingvistice (gesturi, mișcări) dar și de mijloace lingvistice (infinitivul și imperativul au valoare injonctivă; exemplu: fraze din ritualurile de primire: ”luați loc”, ”simțiți-vă ca acasă”).

1.2. Limba

1.2.1. Definiție: totalitatea mijloacelor lingvistice (fonetice, lexicale, gramaticale); un sistem de semne (cuvinte) și de reguli gramaticale stabilite social-istoric.

Limba este un dat obiectiv și este extraindividuală.

1.3. Limbajul

1.3.1. Definiție: Activitate psihică de comunicare între oameni prin intermediul limbii. Implică utilizarea unor semne verbale pentru a reprezenta în minte obiectele și fenomenele lumii reale și pentru a exprima rezultatele activității mentale.

Limbajul poartă amprenta personalității fiecăruia, adică este influențat de gradul de dezvoltare psihică, inteligență, cultură, existența unor aptitudini literare, a unor intenții, dorințe, particularități de pronunție, viteză, ritm.

1.3.2. Diferențe limbă/limbaj

- limba este un fenomen social (elaborat de societate) – limbajul este un fenomen individual (individualizarea lui se realizează în plan fiziologic prin diferențe de pronunție și în plan psihologic prin manifestări individuale);

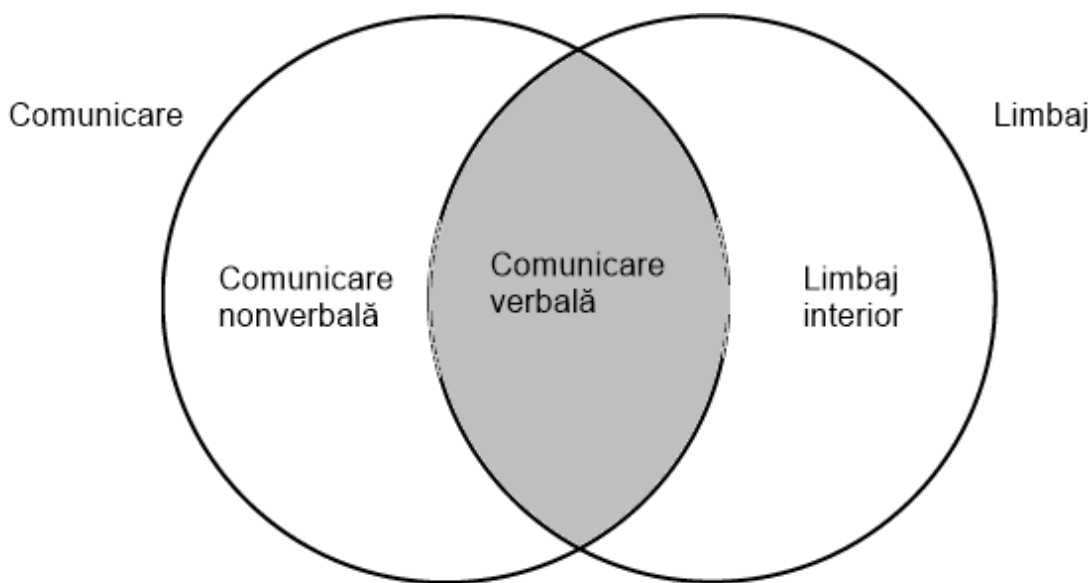
Materialul limbii este același pentru toți oamenii, în limbaj diferă selecția cuvintelor și dispunerea lor în frază. Rubinstein spune: ”limbajul este limba în acțiune”.

- dacă limba este extraindividuală – limbajul este mijlocit de vehicularea limbii (presupune transformarea elementelor limbii în elemente proprii).

1.3.3. Diferențe comunicare/limbaj

- după sfera de cuprindere, comunicarea are sferă mai largă pentru că se face și nonverbal în timp ce limbajul se face doar prin mijloace lingvistice;

De fapt, există între comunicare și limbaj relații de coincidență parțială a sferelor, dar conțin și elemente proprii ireductibile unele la altele.



- limbajul depășește limitele comunicării pentru că funcționează și atunci când nu se comunică (limbajul interior);
- comunicarea depășește limitele limbajului verbal angajând comportamente specifice vieții psihice (imitație, contaminare).

2. SCOPURILE ȘI ROLURILE COMUNICĂRII

2.1. Rațiuni de comunicare la nivelul:

2.1.1. Individual

- formarea și dezvoltarea personalității pentru că prin comunicare se transmite experiența socială;
- influențarea educativ-formativă (fără comunicare omul rămâne la nivelul dezvoltării biologice, inapt pentru interacțiuni sociale);
- comunicarea îi permite omului să devină un constructor al realității.

2.1.2. Social

- se realizează uniformitate de informare;
- se realizează uniformizarea de opinie în grup, care va duce la uniformitate de acțiune.

Precizați diferențele limbă-limbaj-comunicare.

2.2. Scopurile comunicării (De Vito)

De Vito vorbește despre 5 scopuri ale comunicării:

- 2.2.1. *Descoperire personală* (învățăm despre noi de la alții, ne comparăm, ne evaluăm în raport cu alții);

2.2.2. *Descoperirea lumii* (se obține o mai bună înțelegere a obiectelor și evenimentelor externe);

2.2.3. *Stabilirea relațiilor cu sens* (se facilitează menținerea relațiilor cu alții);

2.2.4. *Schimbarea*

- atitudinilor;
- comportamentelor.

Se realizează prin persuasiune, mass-media.

2.2.5. *Joc și distracție* (glume, destindere).

Nu atât fiecare din aceste scopuri este important, ci combinarea lor.

2.3. Rolul comunicării verbale

Limbajul joacă rol de mediator în desfășurarea tuturor mecanismelor psihice conștiente sau nu. Astfel, cu ajutorul cuvintelor:

- percepția se transformă în observație;
- reprezentarea devine generalizată când reprezentările sunt evocate cu ajutorul cuvântului;
- fără cuvânt nu există noțiune, judecată, raționament;
- memorăm formulând verbal;
- cuvântul este vehiculul combinatoricii imaginației;
- prin cuvânt se definesc motive și scopuri;
- voința este o autoreglare verbală;
- personalitatea se formează și se exteriorizează prin cuvânt.

Argumentați rolul pe care îl joacă acest mecanism reglator în adaptare.



Referințe bibliografice

ATKINSON, R.L. SMITH, E.E., BEM, D.J., *Introducere în psihologie*, Ed. Tehnică, București, 2002, p 404-411;

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 170-176;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 681-693;

RUSU, E.C., *Psihologie cognitivă*, ed. II-a, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 227-235;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 185-191.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Care dintre următoarele componente nu este necesar pentru a se realiza comunicarea?
 - a. un cod în care să se exprime cele ce vor fi transmise
 - b. un canal de comunicare
 - c. conexiunea inversă, adică informația pe care o primește emițătorul de la receptor despre recepționarea mesajului și înțelegerea lui
 - d. un iphone

2. Unitatea dintre conținutul de informație și exprimarea sa cu ajutorul semnelor aparținând codului se numește:
 - a. expeditor
 - b. destinatar
 - c. mesaj
 - d. canal de comunicare bruiat de zgomote

3. Activitate psihică de comunicare între oameni prin intermediul limbii se numește:
 - a. limbaj
 - b. comunicare non-verbală
 - c. comunicare scrisă
 - d. comunicare orală

4. Conceptul de "limbă" poate fi definit după cum urmează:
 - a. activitate psihică de comunicare între oameni
 - b. fenomen individual, individualizarea realizeazăndu-se în plan fiziologic prin diferențe de pronunție și în plan psihologic prin manifestări individuale
 - c. totalitatea mijloacelor lingvistice, fonetice, lexicale, gramaticale
 - d. activitate de schimb de semnificații

5. Din categoria mijloacelor de comunicare fac parte:
 - a. mijloacele paralingvistice
 - b. mijloacele extralingvistice
 - c. mijloace lingvistice
 - d. toate răspunsurile sunt corecte

6. Care dintre următoarele scopuri al comunicării conform De Vito nu este corect?
 - a. schimbarea de atitudini
 - b. joc și distracție
 - c. descoperire personală

d. recepționarea influențelor externe la care se răspunde selectiv printr-o stare de modificare internă

7. Conținutul comunicării se referă la aspecte:

- a. informaționale (imagini, noțiuni, idei)
- b. afectiv-emoționale (comunicarea produce conduite afective consonante/disonante, de acceptare sau refuz)
- c. motivațională (se transmit trebuințe, aspirații, imbold spre acțiune)
- d. toate răspunsurile sunt corecte

8. Care rațiune de comunicare nu se plasează la nivelul individual?

- a. formarea și dezvoltarea personalității pentru că prin comunicare se transmite experiența socială
- b. influențarea educativ-formativă (fără comunicare omul rămâne la nivelul dezvoltării biologice, inapt pentru interacțiuni sociale)
- c. comunicarea îi permite omului să devină un constructor al realității
- d. se realizează uniformizarea de opinie în grup, care va duce la uniformitate de acțiune.

9. Care dintre următoarele afirmații referitoare la limba nu este corectă?

- a. limba este mijloc de vehicularea limbajului
- b. limba este un fenomen social
- c. limba este extraindividuală
- d. limba este elaborată de societate

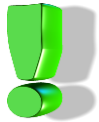
10. Care dintre următoarele afirmații referitoare la limbaj nu este corectă?

- a. limbajul este un fenomen individual
- b. în limbaj diferă selecția cuvintelor și dispunerea lor
- c. limbajul este extraindividual
- d. "limbajul este limba în acțiune" (Rubinstein)

MODULUL III: MECANISME DE REGLAJ PSIHIC

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 12

COMUNICARE ȘI LIMBAJ (2)



Plan de idei:

3. Formele comunicării
4. Funcțiile comunicării și limbajului
5. Limbajul interior

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să prezentați și să explicați formele comunicării
2. Să argumentați funcțiile comunicării
3. Să descrieți și să explicați importanța existenței limbajului interior
4. Să corelați aspectele teoretice referitoare la comunicare cu aspecte ale practicii cotidiene

COMUNICARE ȘI LIMBAJ (2)



Conținut

3. FORMELE COMUNICĂRII

3.1. După numărul de persoane

3.1.1. Interpersonală

Este vorba despre comunicare intimă, profesională, oficială, autentică sau nu.

3.1.2. De grup

Ea este reglată de optica grupului, este supraindividuală și poate să se desfășoare intragrup sau inter-grup.

3.2. După obiectiv

3.2.1. Incidentală

Se furnizează informații despre sine fără intenție (rol, statut, aspirații, trăsături).

3.2.2. Consumatorie

Acest tip de comunicare nu oferă informații, ci se exprimă stări afective, este un schimb cu altul de plăcere.

3.2.3. Instrumentală

Acest tip de comunicare are obiectiv și scop riguros. Are cele mai mari virtuți reglatorii.

3.2.4. Comunicare-comuniune

Vizează atmosfera emoțională.

Diferențe între comunicarea instrumentală și cea consumatorie.

În comunicarea instrumentală:

- mesajele sunt variate după efectele urmărite asupra destinatarului;
- alter este obiect de exploatat.

În comunicarea consumatorie:

- mesajele sunt emise după starea emițătorului;
- alter este perceput ca subiect pe care dorim să-l întâlnim.

3.3. După instrument

3.3.1. Comunicare nonverbală

Se realizează prin mijloace nonverbale.

3.3.1.1. *Comunicarea prin corp*. Corpul nu este doar un obiect natural ci și un produs voluntar prin: îmbrăcăminte, machiaj, tatuaj, mutilări.

Comunicarea prin corp recurge la mijloace ca:

- aparență fizică (importantă este îmbrăcăminte care poate comunica aspecte precum: fuga de originalitate, intenții de a se distinge, de a plăcea, statut socio-economic).

- gesturi

Există 3 categorii de gesturi:

- autice (se trădează starea afectivă; exemplu: a

roade creionul la un test);

- obișnuite (înclinarea diplomatului, ridicatul degetelor la școală);

Știința gesturilor se numește kinezica și Birdwhistell a studiat această problematică.

- mimică, expresia feței (privirea este elementul central – susținere, ocolire, fixare, mobilitate).

După expresia feței se pot decodifica și înțelege intențiile partenerului. Tot prin expresia feței putem stimula, orienta o altă persoană.

3.3.1.2. *Comunicarea prin spațiu și teritoriu*

Se referă la modul de delimitare și amenajare a spațiului, care comunică informații despre om. Studiul relațiilor spațiale ca mod de comunicare se numește proxemică și se ocupă cu maniera de a percepe spațiul în diferite culturi, cu distanțele fizice ale comunicării.

E.T. Hall a studiat rolul distanțelor în comunicare. El consideră 4 tipuri de distanțe care reglează comunicarea în funcție de respectarea sau încălcarea lor.

- distanță intimă (corp până la 15-45 cm.; vocea are un rol minor);
- distanță personală (45-75 cm până la 125 cm.; vocea este normală);
- distanță socială (125 cm până la 210 – 360 cm.; vocea este distinctă și intensă);

- distanță publică (360 cm. Până la 750 cm.; discurs formalizat, gesturi stereotipe, receptorul este un spectator).

3.3.1.3. *Comunicarea prin imagini* (afișe, fotografii, cinematograf, televiziune etc.)

Deși este mai puțin interactivă (este într-un singur sens) este mai eficientă pentru că are impact asupra unui număr foarte mare de persoane. Important este și mesajul lingvistic care însoțește imaginea și o completează.

După unii, comunicarea prin imagini este un fenomen de regresie culturală (se pierde gustul pentru citit, se preferă filmele, benzile desenate etc.).

3.3.1.4. *Rolul mijloacelor nonverbale de comunicare*

- de a transmite idei, informații, trăsături de caracter;
- de a nuanța și preciza comunicarea;
- ajută persoanele să se exprime și să se înțeleagă mai bine.

DeVito consideră 6 funcții ale comunicării nonverbale: accentuează, completează, contrazice, reglează, repetă, substituie comunicarea verbală.

3.3.2. *Comunicare verbală*

Limbajul este mai mult decât un mijloc de transmisie, este un tip de conduită – conduită verbală (implică activități: vorbire, ascultare, schimb de idei, reproducerea mesajelor, traducerea lor).

Conduita verbală face parte din familia conduitelor simbolice (desen, gest și alte coduri).

O problemă controversată legată de limbaj este problema achiziției lui. Există 2 concepții:

- ideea limbajului ca fiind înnăscut;
- ideea construirii treptate a lui.

3.3.2.1. *Teorii ineiste*

Aceste teorii insistă pe rolul echipamentelor biologice înnăscute:

- structuri aflate la gât (laringe, faringe, corzi vocale);
- capacitate de a distinge sunetele de bază ale limbii, auz fonematic;
- mecanisme ce permit gânguritul, trecerea la lalațiune;
- arii specializate pentru vorbire, în creier (Broca și Vernicke).

Noam Chomsky și-a propus:

- să găsească structurile non-aparente ale vorbirii (structurile profunde) care să explice structurile de suprafață;
- să găsească regulile care transformă structurile profunde în structuri de suprafață.

El a teoretizat o gramatică generativă (aflată în spatele gramaticii de suprafață).

El face distincție între:

- competență lingvistică (cunoașterea care prezidează orice act verbal și care are forma unei gramatici, unui sistem de reguli);
- performanță lingvistică (capacitatea de a pune în practică sistemul de reguli în diferite situații; ea este studiată de psiholingvistică).

El face această distincție pentru că în limbajul vorbit există fraze gramaticale, dar și fraze negramaticale, diferențierea dintre ele făcând-o intuiția subiectului, care optează pentru forma bună.

Chomsky consideră că structurile profunde și competența sunt înnăscute. Deci, omul se naște predispus să învețe limba (regulile lingvistice sunt prea complexe pentru a fi învățate de copii, aceștia fiind ajutați de o înțelegere înnăscută a regulilor gramaticale comune tuturor limbilor și de un ghid înnăscut care facilitează achiziția regulilor unui limbaj specific unei culturi).

Chomsky pierde însă din vedere faptul că dezvoltarea cognitivă și a limbajului sunt interactive.

3.3.2.2. *Teorii ale învățării limbajului*

Aceste teorii au fost dezvoltate de behavioriști și constructiviști.

- Skinner – pentru el comportamentul verbal nu este diferit de altă formă de comportament (este un comportament achiziționat prin condiționare operantă).

Comportamentul operant este folosit ca instrument pentru a opera în mediu ca să se obțină o întărire a stimulului.

- Piaget – adept al modelului autoorganizării psihicului.

Teoria lui Piaget se bazează pe 3 concepte:

- interacționism (relația organism-mediu);
- constructivism (rolul activ al organismului, caracterul progresiv al elaborărilor structurilor cognitive și de limbaj);
- echilibru (sisteme reglatorii cu ajutorul cărora se rezistă factorilor perturbatori și se reechilibrează structurile interne).

Ipoteza lui Piaget relativ la originea limbajului afirmă o continuitate între sistemul reprezentativ și tratarea de informații. Datorită perfecționării tratării de informații, se construiesc întâi imagini mentale (reprezentări), apoi simboluri și la sfârșit semnele vorbirii, semnificația fiind legată de activitatea cognitivă.

3.3.2.3 Disputa Chomsky-Piaget

În 1975 s-a lansat disputa Piaget- Chomsky, numită controversa ineism-constructivism.

Concluziile teoriei lui Chomsky duc către unele bizarerii:

- limbajul este cuprins în genomul individului și se poate însuși în condiții de educație limitată;
- toate ipotezele despre regulile sintactice pe care le-ar putea inventa copilul sunt incluse în moștenirea genetică;
- limbile vorbite sunt în toată lumea aceleași;
- mediul are un rol minim, doar declanșator.

Teoria lui Piaget conduce spre concluzii realiste:

- structurile intelectului se construiesc prin organizare de acțiuni succesive asupra obiectelor;
- există o inteligență general-umană aptă să transforme potențialitățile în forme din ce în ce mai complexe.

Ideea lui Piaget este: ”minim de preformare, maxim de autoorganizare”.

4. FUNCȚIILE COMUNICĂRII ȘI LIMBAJULUI

Eficiența comunicării depinde de gradul de implicare în ea, grad de implicare care exprimă caracterul funcțional al comunicării.

4.1. K.Buhler

A clasificat funcțiile comunicării după natura procesului psihic dominant:

- funcția emoțional-expresivă;
- funcția conativă;
- funcția referențial-designativă.

4.2. A. Ombredane

El face o ierarhizare de la primitiv și spontan la elaborat și voluntar:

- funcția afectivă;
- funcția ludică;
- funcția poetică;
- funcția reprezentativă;
- funcția dialectică.

4.3. R. Jakobson

În clasificarea sa, el se concentrează pe anumite elemente ale comunicării:

- funcția emoțional-expresivă – centrată pe emițător
- funcția conativ-persuasivă – centrată pe receptor (incită la acțiune, se dau ordine, interdicții – presupune inducerea la o altă persoană a unor idei și stări emoționale; exemple: propunere, sfat, părere, rugămintă, ordine, interdicții, pledoarii argumentate);
- funcția denotativ reprezentativă – centrată pe obiectul desemnat (sunt informații despre lumea reală: interpretări, știri);
- funcția poetică – centrată pe mesaj (se pune accent pe ”cum” se spune, nu pe ”ce” se spune – reclame la turism, poezie, literatură);

- funcția fatică – centrată pe canalul de comunicare (se menține comunicarea fără a se transmite ceva);

- funcția metalingvistică – centrată pe elementele codului.

Toate acestea au funcții reglatorii.

4.4. G.Wackenheim

Analizează funcțiile limbajului și comunicării:

4.4.1. În raport cu individul

- funcția de integrare a individului în mediul său;
- funcția de dezvoltare și autodezvoltare (prin limbaj și comunicare se face cunoașterea proprie și a altora, se corectează percepții și atitudini greșite);
- funcția de valorizare (individul se afirmă, este apreciat, atrage atenția asupra sa);
- funcția de reglare a conduitei altora;
- funcția terapeutică (virtuțile curative ale limbajului și comunicării).

4.4.2. În raport cu grupul:

- funcția productiv-eficientă (ajută la realizarea sarcinilor, mai ales când este necesară cooperarea);
- funcția facilitatoare a coeziunii grupului (dacă încetează sau se perturbă comunicarea în grup, grupul dispare; grupul se naște și subzistă prin comunicare);
- funcția de valorizare a grupului (își afirmă prezența, justifică existența, se pune în evidență);
- funcția de rezolvare a problemelor grupului (este un mijloc terapeutic – sociodrama).

Scoala de la Palo Alto (Don Jackson, Paul Watzlawick, Erving Goffman) a studiat comunicarea. Pentru ea "a comunica" înseamnă "a intra în orchestră" (a face ceva împreună cu alții).

Căutați informații despre Școala de la Palo Alto și concepția sa asupra comunicării.

Influența reglatoare a limbajului se vede cel mai bine în cadrul proceselor persuasive (unde importantă este argumentarea).

5. LIMBAJUL INTERIOR

O situație specială și de mare importanță, o constituie existența limbajului interior, pe care l-am găsit și îl vom găsi în continuare menționat în discuțiile purtate asupra tuturor mecanismelor psihice.

5.1. Descriere

Limbajul interior apare după cel extern, cam pe la 4-5- ani, dar odată format influențează vorbirea și scrierea. Este considerat o vorbire cu sine și despre sine. Este:

- asonant;
- este centrat pe înțelesurile dominante;
- este eliptic;
- folosește prescurtări și condensări verbale,

- cuvintele pot fi substituite cu imagini cu o viteză foarte mare de desfășurare.

5.2. Funcțiile limbajului interior

- funcție cognitivă – este principalul instrument al gândirii și al întregii activități mentale;
- funcția de anticipare, conducere și coordonare a limbajului oral și scris.

Menționați câteva diferențe între limbajul interior și cel extern.

Argumentați influența reglatoare a limbajului.



Referințe bibliografice

COSMOVICI, Andrei, *Psihologie generală*, Ed. Polirom, Iași, 1996, p. 170-176;

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 584-600;

RUSU, E.C., *Psihologie cognitivă*, ed. II-a, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 227-235; 235-251;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 201-204.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Tipul de comunicare, cu obiectiv și scop riguros și cu cele mai mari virtuți reglatorii se numește:

- a. comunicare instrumentală
- b. comunicare incidentală
- c. comunicare consumatorie
- d. comunicare-comuniune

2. Comunicarea incidentală:

- a. este o comunicare prin imagini
- b. vizează atmosfera emoțională
- c. furnizează informații despre sine fără intenție
- d. se realizează prin limbaj interior

3. Care dintre următoarele mijloace nu aparțin comunicării prin corp?
- a. aparență fizică
 - b. gesturi
 - c. comunicarea prin spațiu și teritoriu
 - d. mimică
4. Ce tip de comunicare se referă la modul de delimitare și amenajare a spațiului, care comunică informații despre om?
- a. comunicare prin limbajul interior
 - b. comunicare prin spațiu și teritoriu
 - c. comunicare prin imagini
 - d. comunicare prin gesturi
5. Proxemica:
- a. se ocupă cu maniera de a percepe spațiul în diferite culturi, și de distanțele fizice ale comunicării
 - b. se ocupă de funcția comativă a comunicării
 - c. se ocupă de comunicarea prin imagini
 - d. se ocupă de funcția poetică a comunicării
6. Care dintre următoarele funcțiile ale limbajului și comunicării, în raport cu individul, conform G.Wackenheim, nu este corect menționată?
- a. funcția de dezvoltare și autodezvoltare
 - b. funcția de valorizare
 - c. funcția productiv-eficientă
 - d. funcția de reglare a conduitei altora
7. Afirmând faptul că prin limbaj și comunicare se realizează cunoașterea proprie și a altora, se corectează percepții și atitudini greșite, se face referire la:
- a. funcția terapeutică
 - b. funcția de reglare a conduitei altora
 - c. funcția de valorizare
 - d. funcția de dezvoltare și autodezvoltare
8. Care dintre următoarele funcțiile ale limbajului și comunicării, în raport cu grupul, conform G.Wackenheim, nu este corect menționată?
- a. funcția de rezolvare a problemelor grupului
 - b. funcția de integrare a individului în mediul său
 - c. funcția facilitatoare a coeziunii grupului
 - d. funcția de valorizare a grupului
9. Care dintre următoarele caracteristici nu aparține limbajului interior?
- a. asonor
 - b. este poetic
 - c. este centrat pe înțelesurile dominante

d. este eliptic

10. Conform R. Jakobson, funcția emoțional-expresivă a comunicării și limbajului este centrată pe:

a. emițător

b. pe elementele codului

c. pe canalul de comunicare

d. pe receptor

MODULUL III: MECANISME DE REGLAJ PSIHIC

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 13



ATENȚIA

Plan de idei:

1. Definiție
2. Specificul psihologic al atenției
3. Caracteristicile atenției
4. Formele atenției
5. Însușirile atenției
6. Modele explicative ale atenției
7. Diferențe individuale în atenție

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al atenției
2. Să prezentați caracteristicile, însușirile și formele atenției
3. Să analizați critic modelele fiziologice, cele psihologice și cele psihofiziologice ale atenției
4. Să argumentați importanța și rolurile atenției ca mecanism reglator
5. Să corelați aspectele teoretice referitoare la atenție cu aspecte ale practicii cotidiene



ATENȚIA

Conținut

1. DEFINIȚIE: Proces psihic de orientare selectivă, de concentrare a energiei psihonervoase, asupra unor obiecte, însușiri sau procese, menit să conducă la sporirea activității psihice, mai ales a celei cognitive.

Care sunt notele definitorii ale atenției, regăsite în definiția acestui concept?

2. SPECIFICUL PSIHOLOGIC AL ATENȚIEI

2.1. Istoric

De-a lungul timpului, atenția a fost considerată când facultate psihică centrală, când a fost ignorată și izgonită din psihologie.

Introspecționiștii o considerau:

- facultate de sine stătătoare;
- independentă;
- cu conținut specific;
- cu rol determinant, decisiv în desfășurarea celorlalte procese psihice.

Wundt și Ebbinghaus considerau că atenția este tributară clarității stărilor de conștiință.
James (funcționalist) a subliniat natura selectivă a atenției, bazată pe motivație.
Structuralismul (Titchener) considera că atenția este o stare a conștiinței bazată pe creșterea concentrării și clarității senzoriale.

Behavioriștii au ignorat-o și au scos-o din psihologie (Rubin, 1925 a susținut comunicarea "Non-existența atenției"). Ca urmare, ea a dispărut din multe tratate de psihologie.

Acest traseu sinuos se explică prin complexitatea atenției – psihologii nu se puteau hotărî dacă este:

- proces;
- activitate;
- stare psihică;
- condiție facilitatoare sau perturbatoare pentru celelalte procese psihice.

Cum nici una dintre alternative nu a fost satisfăcătoare, atenția a fost declarată proces psihofizic.

Legat de specificul psihologic al atenției au existat 2 tendințe.

1. Reducerea atenției la alte fenomene și confundarea cu ele:

- Ribot – Atenția este un act motor pentru că este însoțită de mișcări (vasomotorii, respiratorii, contracția mușchilor feței, orientarea aparatelor

senzoriale spre sursă). Este adevărat, dar mișcarea întreține și intensifică atenția (dacă mișcarea este suspendată sau împiedicată, activitatea este perturbată). Dar mișcările nu sunt elemente constitutive ale atenției.

- alți psihologi au considerat atenția ca fiind proces cognitiv și creativ.

- alții au redus-o la personalitate și au definit-o ca: "aspectul selectiv al personalității, care orientează individul spre percepția unui stimul particular" (Delay, Pichot). Dar, atenția apare și în memorie și în gândire.

2. S-a încercat depistarea elementelor psihice proprii și s-a pornit de la două aspecte:

- cantitatea imensă de informații și capacitatea limitată de tratare pentru răspunsuri adaptative (ținând cont și de faptul că unele informații nu au valoare adaptativă, dar suntem bombardați cu ele). Această situație face necesară selecția informațiilor. Selecția este procesul esențial evocat atunci când vorbim despre atenție.

Reuchlin definea atenția ca "reacție generală de alertă prin care se relevă informația pertinentă, care devine prioritară, cea nepertinentă fiind marginalizată sau respinsă.

- în viața cotidiană ne confruntăm cu:

- stimuli cunoscuți, familiari, previzibili pentru care avem răspunsuri deja achiziționate;

- stimuli noi, nefamiliari, imprevizibili, cu cantitate mare de informație, iar experiența trecută nu este de ajutor.

În această ultimă situație organismul se activează pentru a explora noii stimuli, iar omul va deveni atent pentru a decide ce va face cu noii stimuli și ce interes prezintă pentru organism.

Un stimul nou determină:

- reacție de orientare (funcție generală de facilitare senzorială și motorie);
- reacție de focalizare (concentrare pe stimul);
- reacție de selecție (preferențială după nevoi și activitate).

Acestea sunt notele definitorii ale atenției care poate fi definită ca orientare și focalizare pe stimuli în vederea selectării informațiilor pertinente.

Totuși explicația este insuficientă:

- nu se precizează în ce constă orientarea activității psihice;
- se pierde din vedere faptul că concentrarea din punct de vedere neurofiziologic este o îngustare a câmpului conștiinței, o inhibiție temporală și parțială.

Problema centrală a atenției constă în mecanismele de reliefarea și facilitare a unor stimuli.

2.2. Delimitări conceptuale

2.2.1. Atenție/reacția de orientare

Orientarea nu este încă atenție – între reacția de orientare și atenție apare activarea (selecția, concentrarea, creșterea performanței senzo-motorii).

2.2.2 Atenție/set

O importanță mare în atenție o are starea de pregătire pentru un act (starea de pregătire se mai numește set sau atenție preperceptivă).

Setul nu este același lucru cu atenția efectivă – este doar o etapă care poate trece în atenție efectivă, dar care se poate și întrerupe.

Diferențe atenție-set:

Atenția înseamnă:

- concentrare pe un stimul prezent;
- adaptare la situații date, prezente.

Setul înseamnă:

- așteptarea unor semnale viitoare;
- anticipare în raport cu stimulii probabili.

Exemplu: Într-o sarcină de așteptare a apariției unui stimul pe monitor și de urmărire a lui cu mouse-ul, așteptarea apariției stimulului - setul, urmărirea lui – atenția efectivă.

2.2.3. Atenție/vigilență

Vigilența este o stare caracterizată prin grad înalt de eficiență fiziologică și Pieron a asimilat-o cu atenția.

Se pare însă că atenția presupune mai mult decât vigilență crescută și anume orientarea selectivă a personalității.

Extrageți notele diferențiatore ale atenției în raport cu reacția de orientare, setul și vigilența.

3. CARACTERISTICILE ATENȚIEI

- este întotdeauna orientată spre ceva din exterior sau din interior, orientarea fiind determinată de sarcina pe care o are persoana de îndeplinit;
- energia psihonervoasă caracteristică pentru o stare de atenție nu este statică ci este dinamică și se poate comuta în funcție de cerințele activității;
- orientarea este selectivă (ce corespunde sarcinii se află în centrul atenției, în timp ce restul stimulilor sunt vag percepuți, sau omiși în totalitate);
- starea de atenție presupune și un optim al ei care să asigure buna funcționare a tuturor proceselor psihice;
- starea de concentrare se exprimă prin mimică și pantomimică.

4. FORMELE ATENȚIEI

4.1. Atenția involuntară – cea mai simplă formă de atenție, care este comună omului cu animalele. Se declanșează spontan, fără efort. Mecanismul ei de bază este reflexul de orientare.

Factori declanșatori externi:

- intensitatea mare a stimulilor;
- noutatea sau neobișnuitul factorilor din ambianță;
- apariția sau dispariția bruscă a stimulilor (factori folosiți mult în reclame și avertizări rutiere);
- mobilitatea unor stimuli pe fondul altora statici;

- gradul de complexitate al stimulilor (stimulii simpli pot păstra atenția involuntară 1-2 minute)

Factori declanșatori interni:

- interesul unei persoane pentru anumiți stimuli îi declanșează atenția involuntară imediat;

- experiența afectivă pozitivă cu un obiect, fenomen, ființă furnizează imediat energia psihonervoasă necesară atenției.

4.1.1. Avantajele atenției involuntare:

- declanșare rapidă;

- lipsa efortului;

- relativă eficiență.

4.1.2. Dezavantajele atenției involuntare:

- nu satisface cerințele pentru stimularea și reglarea energiei necesare desfășurării activităților complexe și dificile.

4.2. Atenția voluntară – nu apare spontan ci presupune intenție de a fi atent și apoi reglare voluntară pentru a o menține și a-i adecva intensitatea și dinamica la cerințele activității.

Pentru a o declanșa și menține este necesar:

- stabilirea clară a sarcinilor;

- semnificarea importanței activității care va condiționa gradul de concentrare a atenției;

- precizarea momentelor activității care urmează să se desfășoare, cu indicarea celor care cer atenție maximă;

- crearea intenționată a unei ambianțe favorabile;

- dezvoltarea specială a capacităților de a rezista voluntar la tentații și perturbări.

4.2.1. Avantajele atenției voluntare

- satisfacerea cerințelor activității menținându-se atât în momente agreabile cât și în momentele dificile;

- se menține pe toată durata activității;

- este eficientă.

4.2.2. Dezavantajele atenției voluntare:

- consumă energie psihonervoasă și de aceea nu este nelimitată în timp;

- după perioade îndelungate de manifestare este urmată de oboseală și somnolență.

4.3. Atenția postvoluntară – este considerată deprinderea de a fi atent.

După perioade lungi de menținere a atenției voluntare, se ajunge la consolidarea ei și chiar la automatizarea mecanismelor de declanșare și menținere a ei, ceea ce reduce reglajul voluntar și controlul conștient.

4.3.1. Avantajele atenției postvoluntare:

- este eficientă ca cea voluntară;

- nu consumă multă energie psihonervoasă la fel ca cea involuntară – se poate desfășura pe perioade lungi de timp, fără să apară oboseala.

5. ÎNSUȘIRILE ATENȚIEI

5.1. Volumul atenției – cantitatea de elemente asupra căreia se orientează simultan atenția într-un timp limitat. La adult volumul este de 7 ± 2 elemente. Volumul depinde de: organizarea elementelor, gradul lor de complexitate, interesul pentru acele elemente, antrenarea specială a atenției în acest sens;

5.2. Stabilitatea atenției – persistența ei un timp cât mai îndelungat. Ea depinde de complexitatea stimulilor și de gradul de motivare pentru activitate;

5.3. Concentrarea atenției – este în relație cu formarea unui focar de excitație optimă la nivelul creierului. Ea este legată de: importanța activității, interesul pentru ea, structurarea și conducerea optimă a activității, antrenarea atenției;

5.4. Distributivitatea atenției – este însușirea care permite unei persoane să desfășoare concomitent mai multe activități cu condiția ca măcar unele să fie automatizate;

5.5. Mobilitatea și flexibilitatea atenției – deplasarea rapidă de la un obiect la altul dacă desfășurarea activității o cere. Mobilitatea minimă este de $1/16$ din secundă. Dacă acest prag este mai mare, avem de a face cu inerția atenției (contraindicată în unele profesii).

6. MODELE EXPLICATIVE ALE ATENȚIEI

6.1. Modele fiziologice

Ele explică atenția prin mecanisme fiziologice și neurologice.

6.1.1. Pavlov și reacția de orientare

Pavlov a considerat că atenția (mai ales cea involuntară) poate fi explicată prin reflexul de orientare (reacția "Ce este?") descoperit de el în 1910. El arată cum intervin componentele reflexului de orientare (somatomotrice, vegetative, senzoriale, electroencefalografice) în fazele atenției.

În fazele inițiale, un rol important îl joacă componentele motrice, care apoi se inhibă. S-a constatat că componentele somatomotrice nu sunt specifice atenției – ele produc modificări exterioare (ex: privire încordată), care pot avea loc însă și fără concentrarea atenției.

Cele mai stabile și caracteristice sunt componentele electroencefalografice (frecvența undelor bioelectrice):

- în stare de veghe și repaos sunt 8-13 cicli/sec.;

- în stare de atenție sunt 14-18 cicli/sec. Iar când se stinge reacția de orientare, acestea dispar.

Pentru că reacția de orientare este necondiționată, ea se realizează în etajele inferioare ale creierului și produce o reacție difuză (neconcentrată în sfera analizatorului excitat), teoria este nesatisfăcătoare și s-a trecut la analiza mecanismelor fiziologice corticale pentru explicarea atenției.

6.1.2. Uhtomski și "principiul dominantei"

"Dominanta" este o zonă corticală caracterizată prin excitabilitate crescută. Dominanța sa crește pe baza excitațiilor din alte zone și pe seama lor. Astfel, "dominanta" acumulează energiile diferiților centrii și inhibă reacțiile pe care aceștia le-ar produce.

Prin "dominantă" se poate explica posibilitatea concentrării atenției în condiții relativ nefavorabile (excitațiile colaterale, în loc să dezorganizeze activitatea, o favorizează).

Mobilitatea, stabilitatea sau dispariția atenției este explicată prin unele caracteristici ale ”dominantei” (capacitatea de a se muta dintr-o zonă în alta, de a se menține relativ mult timp, de a se stinge dacă nu este întărită).

”Dominanta” se formează prin:

- însumarea excitațiilor de pe scoarță;
- influențe primite de la substanța/formațiunea reticulată.

Formațiunea reticulată joacă un rol mare în explicarea atenției. Rolul ei este dublu:

- primește toate mesajele de la receptori și creier;
- emite mesaje facilitatoare sau inhibitoare.

Formațiunea reticulată are 2 structuri morfofuncționale:

- sistemul reticulat activator (mezencefal, trunchiul cerebral, bulb, protuberanță) – are efecte tonice de lungă durată, se prelungește și după încetarea stimulării. Din punct de vedere psihologic, declanșează și menține atenția;

- sistemul reticulat difuz, de proiecție (diencefal) – are efecte de scurtă durată și este egal ca durată cu stimularea senzorială în timp. Din punct de vedere psihologic, asigură comutarea și mobilitatea atenției.

Pornind de la aceste mecanisme s-au elaborat câteva teorii.

6.1.3. Teoria activării (Hebb)

Teoria stipulează că impulsurile aferente în drum spre cortex au 2 funcții:

- de informare, semnalizare;
- funcție activatoare, cu rol tonic, corespunzând atenției.

6.1.4. Teoria filtrului (Broadbent)

Teoria pleacă de la ideea că există o selecție a informațiilor senzoriale:

- o parte sunt lăsate să treacă;
- o altă parte (cele irelevante sunt blocate, eliminate).

Ca atare, atenția funcționează ca un filtru ”tot sau nimic”.

Problema este unde se află amplasat acest filtru și ce rol joacă.

Treisman l-a amplasat la nivel central.

În ceea ce privește rolul:

- Broadbent – filtrul blochează informațiile nerelevante;
- Neisser – filtrul este tonigen, amplifică semnalele relevante;
- Treisman – filtrul slăbește semnalele care nu sunt urmărite atent și care, ca urmare, nu mai ajung la proiecție corticală – prin filtru cortexul este ferit astfel de suprasolicitare.

6.2. Modele psihologice

Aceste modele sunt de dată recentă și de inspirație cognitivistă. Ideile lor de bază:

- omul este un sistem de tratare a informațiilor;
- atenția este una din funcțiile psihice ce intervine în tratarea informațiilor.

În experimentele de ascultare diotică (ce simulează situațiile firești din viața cotidiană) s-a constatat că în urechea neatentă:

- nu se reține conținutul;
- nu se remarcă faptul că textul trece din engleză în germană;
- nu se remarcă faptul că textul este redat invers;
- se remarcă doar că este o voce feminină sau masculină (acestea constituie caracteristici fizice ale mesajului luat ca o înșiruire de sunete).

Astfel de experimente au dus la ”metafora comutatorului” în explicarea atenției.

6.2.1. Metafora comutatorului

Teoria afirmă că omul poate deschide și închide canale de comunicație, lăsând informații să treacă sau barându-le. Comutatorul este plasat între receptor (care preia caracterele fizice ale stimulilor) și înainte de decodarea caracteristicilor semantice.

6.2.2. Atenuatorii

Dar, experimentele de ascultare diotică au pus în evidență și aspecte ce nu corespund cu teoria, și anume subiecții își aud și rețin propriul nume. Aceasta înseamnă că la nivelul fiecărui canal de conducere a stimulului există atenuatori, care lasă o parte din informații să treacă pentru a fi comparate cu:

- așteptări sau trebuințe ale subiecților;
- conținuturi din memoria de lungă durată.

Atenuatorii vor fi mai mult sau mai puțin deschiși după rezultatele acestor comparații (astfel, ceea ce este important pentru noi este reținut și cu urechea neatentă).

6.2.3 Modelul cognitiv al atenției (teoria operatorilor cognitivi) (J.Pascual-Leone)

Această teorie consideră că tratarea informațiilor se face secvențial, iar în fiecare secvență atenția are funcții generale și speciale.

Operatorii cognitivi pot fi:

- senzoriali – produc un răspuns preatențional, automat;
- inhibitori – filtrează și inhibă informațiile nepertinente;
- de vigilitate (de energizare mentală) – duc la mărirea activării pentru informațiile pertinente pentru rezolvarea unei probleme și care nu au fost activați la intrarea senzorială sau prin factori motivaționali.

6.3. Modele psihofiziologice

Aceste modele iau în considerare și mecanisme fiziologice și mecanisme psihologice.

6.3.1. Strategia luării de mostre de informației (Moray)

Teoria consideră că se aplică o strategie de luare de mostre de informații, la intervale de timp, din mulțimea de mesaje la care nu suntem atenți tot timpul. Este vorba despre o deplasare rapidă a atenției de la un mesaj la altul, ceea ce face posibilă cunoașterea relativ adecvată și a mesajului care nu ne preocupă, în momente redundante ale mesajului la care suntem atenți.

Alegeți unul dintre modelele fiziologice, psihologice sau psihofiziologice ale atenției și dezvoltăți-l.

7. DIFERENȚE INDIVIDUALE ÎN ATENȚIE

Manifestările atenției, în ciuda caracteristicilor generale sunt particularizate, diferite de la om la om. Acest aspect are importanță atât din punct de vedere teoretic (pentru psihologia diferențială) cât și din punct de vedere practic-acțional. Fiind implicată în personalitate, atenția s-a contaminat cu caracteristici ale acesteia.

7.1. Atenție de detaliu/atenție globală

Astfel:

- unele persoane mențin mult timp atenția asupra unui stimul particular, explorându-l în detaliu;
- alte persoane au atenția fluctuantă, sunt predispuse spre percepții globale, de scurtă durată.

Aceste aspecte sunt importante în școală, unde cele două tipuri de atenție trebuie îmbinate.

7.2. După natura stimulului

Unele persoane sunt mai atente la anumite categorii de stimuli (vizuali, auditive) ceea ce afectează activitatea ce implică stimuli de altă natură decât înclinația naturală.

7.3. Atenție concentrată/atenție distributivă

- există teste de atenție concentrată – ele cer parcurgerea unor stimuli care apar întotdeauna în aceeași parte a câmpului perceptiv (exemplu: testul Toulouse-Pieron);

- există teste de atenție distributivă/difuză – care cer baleierea a diferite zone ale câmpului perceptiv pentru a găsi stimulul semnificativ (exemplu: testul Praga).

7.4. După tipul sistemului nervos

Tipul de sistem nervos influențează atenția:

- sistemul nervos puternic – stimulii accesorii favorizează concentrarea atenției (exemplu: zgomotul nu afectează performanța);
- sistemul nervos slab – stimulii accesorii defavorizează concentrarea atenției (exemplu: zgomotul scade performanța).

Aceste diferențe interindividuale în atenție nu trebuie să fie considerate ca fiind defecte.

Argumentați rolul reglator al atenției.



Referințe bibliografice

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 619-632;

MICLEA, M., *Psihologie cognitivă. Modele teoretico-experimentale*, Iași, Polirom, 1999, p. 109-122;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 206-214.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. Cei care au considerat atenția ca fiind o facultate de sine stătătoare, independentă, cu conținut specific și cu rol determinant, decisiv în desfășurarea celorlalte procese psihice au fost:
 - a. psihologia umanistă
 - b. behavioriștii
 - c. introspecționiștii
 - d. psihanaliștii

2. Care dintre următoarele afirmații constituie caracteristici ale atenției?
 - a. orientarea este selectivă
 - b. starea de concentrare se exprimă prin mimică și pantomimică
 - c. energia psihonervoasă caracteristică pentru o stare de atenție nu este statică ci este dinamică și se poate comuta în funcție de cerințele activității
 - d. toate afirmațiile sunt corecte

3. Stare caracterizată prin grad înalt de eficiență fiziologică se numește:
 - a. set
 - b. reacție de orientare
 - c. atenția
 - d. vigileanță

4. Așteptarea unor semnale viitoare și anticipări în raport cu stimulii probabili constituie caracteristici ale:
 - a. reacției de orientare
 - b. atenției
 - c. setului
 - d. imaginației

5. Care dintre următoarele afirmații nu constituie un avantaj al atenției voluntare?
 - a. se menține pe toată durata activității
 - b. nu presupune efort
 - c. este eficientă
 - d. satisfacerea cerințelor activității menținându-se atât în momente agreabile cât și în momentele dificile

6. Care factor nu este implicat în declanșarea atenției involuntare?
 - a. intensitatea mare a stimulilor
 - b. noutatea sau neobișnuitul factorilor din ambianță

- c. prezența intenției
- d. mobilitatea unor stimuli pe fondul altora statici

7. Deplasarea rapidă a atenției de la un obiect la altul, dacă desfășurarea activității o cere, se numește:

- a. mobilitatea și flexibilitatea atenției
- b. distributivitatea atenției
- c. stabilitatea atenției
- d. concentrarea atenției

8. Teoria operatorilor cognitivi a lui J.Pascual-Leone face parte din modelele:

- a. nu există o astfel de teorie
- b. modelele fiziologice ale atenției
- c. psihologice ale atenției
- d. modele psihofiziologice ale atenției

9. Care dintre următoarele teorii nu face parte din categoria modelelor fiziologice asupra atenției?

- a. teoria activării
- b. teoria filtrului
- c. teoria lui Pavlov
- d. strategia luării de mostre de informații

10. zonă corticală caracterizată prin excitabilitate crescută și utilizată de Uhtomski în explicarea atenției se numește:

- a. filtru
- b. dominantă
- c. atenuator
- d. comutator

MODULUL III: MECANISME DE REGLAJ PSIHIC

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 14



VOINȚA

Plan de idei:

1. Definiție
2. Probleme controversate
3. Specificul psihologic al voinței
4. Structura actului voluntar
5. Calitățile voinței
6. Defectele voinței
7. Realizarea reglajului voluntar în activități în care sunt implicate deprinderi și priceperi

Obiective:

La sfârșitul acestui curs veți fi capabili:

1. Să înțelegeți specificul psihologic al voinței
2. Să explicați istoricul acestui concept
3. Să analizați critic structura unui act voluntar
4. Să corelați aspectele teoretice referitoare la calitățile și defectele voinței cu aspecte ale practicii cotidiene
5. Să argumentați importanța voinței ca mecanism reglator
6. Să cunoașteți modul de formare și etapele formării deprinderilor



VOINȚA

Conținut

1. DEFINIȚIE: Proces psihic de reglare/autoreglare a conduitei, a cărei rol principal constă în optimizarea comportamentului orientat spre atingerea unui anumit obiectiv cu valoare adaptativă.

Definiție alternativă: Voința este procesul psihic complex de reglaj superior, realizat prin mijloace verbale și constând în activități de mobilizare și concentrare a energiei psihonervoase în vederea depășirii obstacolelor și atingerii scopurilor conștient stabilite.

Care sunt notele definitorii ale voinței, regăsite în definițiile acestui concept?

Voința este forma superioară de reglaj psihic. Este cel mai recent, sintetic, complex mecanism de reglaj, dar și cel mai fragil și mai puțin organizat. Ea reflectă relația dintre om și obstacolele cu care se confruntă presupunând o mobilizare energetică și o organizare a acesteia în concordanță cu natura obstacolului.

2. PROBLEME CONTROVERSATE

2.1. Determinarea voinței

Întrebarea care se pune este dacă voința este un act determinat, iar dacă da, de unde este determinat, din interior sau din exterior.

2.1.1. Concepția filosofică

Filosofii au considerat voința ca o ”forță universală primordială”, un ”principiu spiritual”, o ”forță care pune lumea în mișcare” atât pe cea materială, cât și pe cea spirituală.

Fichte consideră că voința înseamnă liber arbitru, și ca atare este situată în afara determinismului.

Hartman și Schopenhauer consideră că voința este dirijată de un principiu divin, care îl orientează pe om spre anumite scopuri, fără legătură cu rațiunea omului.

Bergson afirmă că voința are un caracter original și este independentă.

2.1.2. Concepția psihologică

Psihologii, opunându-se liberului arbitru, acceptă determinismul în diferite forme:

- determinism psihic (psihanaliza);
- determinism ambiental (behavioristii).

Inițial, se afirma că omul nu este liber să se determine el însuși, ci este determinat de forțe din afara controlului său (materiale sau psihologice) – această idee e valoroasă pentru că introduce voința în circuitul determinismului. Întrebarea rămânea dacă voința este:

- forță imaterială și autonomă;
- mecanism determinat, dar inapt de autodeterminare.

Această poziție se accentuează: voința este capacitatea de a decide un comportament, în așa fel încât deciziile sunt cauze ale acelui comportament? În această situație, autodeterminarea implică procesul utilizării voinței.

2.2. Natura voinței

Natura voinței s-a căutat în procese care nu au caracter voluntar:

- senzualiștii – voința este rezultatul tendințelor aflate în conflict;
- Condillac – voința este o dorință determinată ;
- raționaliștii – doar tendințele filtrate rațional au capacitatea de a determina acte (voința = rațiune). Numai actele gândite erau considerate voluntare, și nu și forțele care ne împing să le facem.

Ca urmare a acestor idei au apărut în psihologie teorii afective și teorii intelectualiste ale voinței.

2.2.1. Teorii afective ale voinței

Wundt a fondat o teorie afectivă asupra voinței. El considera că procesele afective fundamentale, cele mai active, angajează pe om în activitate.

2.2.2. Teorii intelectualiste ale voinței

Ebbinghaus și Herbart au fondat voința pe procese intelectuale.

- Ebbinghaus (asociaționist) – explica voința prin asociații dintre stimuli;
- Herbart – explica voința prin participarea rațiunii.

2.2.3. Critica teoriilor

Ambele tipuri de teorii sunt reduționiste:

- reduc voința la alte fenomene psihice și o confundă cu ele;
- nu explică cum acte involuntare pot deveni voluntare.

Astfel:

- Wundt nu a înțeles că voința nu emerge întotdeauna din afect, ci îl poate și reprima;
- Herbart nu a înțeles că, în ciuda faptului că voința presupune gândire, judecată, nu se rezumă însă la ele (chiar dacă o acțiune este judecată ca bună, este posibil să nu se execute automat pentru că e bună).

De aici, a derivat efortul psihologilor de a separa voința de afectivitate și intelect și s-a ajuns la concluzia că voința este o capacitate psihică ireductibilă, cu propriul specific (simțul comun spune: ”vreau pentru că vreau”). Mai mult, argumente științifice au demonstrat că:

- voința nu se identifică cu afectivitatea și inteligența, dar nici nu se rupe de ele;
- voința nu se confundă cu tendințele.

Concluzia este că conceperea voinței ca sinteză de afectivitate și raționalitate nu poate explica natura ei.

2.3. Locul voinței în sistemul de personalitate

Voința se elaborează odată cu personalitatea și prin intermediul ei – de aceea este văzută ca o caracteristică sau capacitate a personalității de a acționa. Însă, topirea ei în personalitate anulează specificul ei.

Alți psihologi văd voința ca pe o caracteristică sau capacitate a personalității de a acționa, amalgamată cu altele – această viziune duce la estomparea diferențelor dintre ea și alte procese psihice.

Poziția lui Zorgo depășește aceste limitări: ”voința este o funcție care rezultă din integralitatea și unitatea personalității, implicând participarea tuturor funcțiilor psihice și dobândind o funcționalitate de autoreglare și autodeterminare a personalității”.

3. SPECIFICUL PSIHOLOGIC AL VOINȚEI

Specificul psihologic este reprezentat de efortul voluntar (ideea a fost conturată de James când a teoretizat momentul *fiat* – ”facă-se”). *Fiat*-ul este un antecedent mental care comandă voința și apare când există simultan idei antagoniste, pentru a inhiba pe una dintre ele.

James vrea să știe cine determină apariția lui *fiat* și introduce noțiunea de ”efort interior” sau ”efort voluntar” – deci momentul fiat, deși esențial pentru voință se produce numai în strânsă legătură cu efortul voluntar.

3.1. Efortul voluntar și dinamica lui

Eficacitatea efortului voluntar constă în menținerea conștientă a unui motiv, prelungirea, intensificarea, înclinarea balanței spre o alternativă din mai multe alternative. K. Lewin și școala sa au studiat efortul voluntar.

Dar, specificul psihologic al voinței nu constă numai în efortului voluntar ci și în dinamica lui. Dinamica efortului voluntar se referă la starea de tensiune, încordare internă și aceasta depinde de mularea pe mărimea obstacolului, care nu este nici piedică exterioară, nici rezistență interioară. El constă în relația dintre piedicile exterioare sau interioare și posibilitățile persoanei. În funcție de obstacol se definește și efortul voluntar.

Obstacolul rezultă din confruntarea posibilităților individuale cu condițiile obiective ale acțiunii (aceiași barieră poate fi obstacol pentru unii, nu și pentru alții).

Când între mărimea efortului voluntar și mărimea obstacolului există concordanță apare un reglaj voluntar eficient.

Când cele două mărimi sunt discrepante, reglajul voluntar este deficitar:

- supramobilizare voluntare – consum energetic mare;
- submobilizare voluntară – nu se finalizează activitatea.

Transpare ideea unui optim volițional.

3.2. Precizări legate de efortul voluntar

- ca urmare a confruntării cu sarcini de același fel, efortul voluntar se specializează (devine capabil să se manifeste doar în acele tipuri de sarcini, care sunt căutate);

- capacitatea de efort voluntar este mare, dar nu nelimitată (efortul voluntar puternic și îndelung duce la surmenaj);
- în rezolvarea sarcinilor contează nu numai mărimea efortului voluntar, ci și ușurința cu care poate fi disponibilizat (nu persoana care se mobilizează greu, cu consum mare energetic dispune de o mare voință);
- se poate vorbi și de o oarecare automatizare a capacității de utilizare a efortului voluntar (sursa de energie necesară voinței este produsă de nevoia care a motivat comportamentul la origine).

4. STRUCTURA ACTULUI VOLUNTAR

4.1. Etape

- *actualizarea unor motive și proiectarea pe baza lor a unui scop* - la baza acțiunii voluntare stă întotdeauna o stare de necesitate care se condensează sub forma motivului. În funcție de specificitatea motivului se stabilește un scop ce trebuie atins și planul necesar atingerii acestuia;

- *analiza și lupta motivelor, compararea și evaluarea alternativelor prezente la momentul dat în câmpul conștiinței* - nu de puține ori la nivelul conștiinței se activează mai multe motive care orientează subiectul spre stabilirea unor scopuri diferite. Apariția mai multor motive la un moment dat este un fapt de viață curent, ceea ce implică o ierarhizare a lor, stabilirea unei priorități în funcție de care subiectul se va angaja la un moment dat într-o activitate dată. Nu de puține ori imposibilitatea de a stabili o ierarhie a motivelor ce se cer a fi satisfăcute la un moment dat, reprezintă una din principalele cauze ale eșecului (școlar, profesional, social etc.).

- *deliberarea sau luarea deciziei* - această etapă este concretizată prin alegerea unui singur motiv care va determina stabilirea scopului care va fi atins printr-o activitate adecvată. Decizia poate consta, fie în a întreprinde o acțiune, fie în abținerea de a acționa la o anumită provocare sau tentație, care în mod natural, incită la acțiune.

- *executarea deciziei* - prin această etapă, cea a execuției, se transformă decizia în act, în acțiune constructivă. Acțiunea se poate desfășura în plan intern – acțiune mentală –atunci când scopul îl constituie rezolvarea unei probleme sau efectuarea unui proces de învățare, sau în plan extern –atunci când realizarea scopului implică operarea asupra unor obiecte sau situații din afara noastră. De cele mai multe ori acesta etapă presupune un consum energetic (psihic, fizic) susținut tocmai pentru a putea depăși diferitele obstacole care pot apărea în calea atingerii scopului sau pentru a putea rămâne implicați în activitate până la finalizarea ei. Sunt foarte multe situații în care, deși acțiunea este declanșată, să se oprească la un moment dat tocmai datorită faptului că subiectul nu dispune de calitățile necesare voinței (forța, intensitatea, perseverența) care să îl susțină în ceea ce întreprinde.

- *evaluarea rezultatelor (feed –back –ul)* - evaluarea rezultatelor se poate face atât secvențial, cât și global. Evaluarea secvențială se realizează după executarea fiecărei secvențe dintr-o activitate dată. Evaluarea globală se realizează la finalizarea acțiunii prin care s-a propus atingerea unui scop. Această formă de evaluare are caracter de *feed –back*, informând în ce măsură scopul a fost atins și în ce măsură activitatea selecționată se dovedește a fi utilă.

4.2. Comentarii asupra etapelor

- nu toate aceste faze presupun prezența voinței, deci a efortului voluntar. După unii autori acesta există doar în decizie, care este considerată faza fundamentală (pentru James este momentul *fiat*), celelalte etape fiind doar condiții necesare actului voluntar:

- nu toate fazele sunt acceptate în structura actului voluntar. Spre exemplu, psihanaliza contestă această schemă și mai ales momentul deliberării (Sartre afirma că "atunci când eu cred că deliberez, jocurile sunt deja făcute"). În concepția psihanalizatorilor actele sunt determinate inconștient, deliberarea nefiind decât o justificare post-factum;

- fazele nu parcurg întotdeauna ordinea prescrisă (se poate sări peste unele, se poate reveni asupra altora);

- dacă decizia este momentul esențial, ne putem întreba ce se întâmplă cu decizia nepusă în practică. Părerea actuală este că toate fazele sunt importante, dar cea mai importantă este execuția (punerea în practică a actului voluntar) – dacă procesualitatea se oprește, nu se mai poate vorbi de un act voluntar propriu-zis. Există procese cognitive, afectiv-motivaționale, rațional-decizionale care necontrolate de efortul volitiv, nu se convertesc în act, ci rămân de sine stătătoare;

- reglajul se consideră a fi mai puternic atunci când voința înseamnă capacitatea de a inhiba acțiuni, comportamente, sau în a le amâna (pentru că uneori este vorba despre acțiuni impulsive).

Exemplificați etapele actului voluntar, utilizând un moment din viața dvs. în care a trebuit să apelați la voință.

5. CALITĂȚILE VOINȚEI

5.1. Puterea voinței – menținerea intensității corespunzătoare a efortului voluntar până la finalizarea activității.

5.2. Perseverența – desemnează realizarea efortului voluntar timp îndelungat în ciuda unor dificultăți care pot lăsa impresia imposibilității continuării activității. Presupune conștiința realizării scopului, încredere în forțele proprii, analiza cu luciditate a condițiilor desfășurării activității.

5.3. Independența voinței – tendința de a lua hotărâri pe baza propriei decizii, în cunoștință de cauză. Se bazează pe aprecierea reală a condițiilor activității și a propriilor posibilități și pe judecata critică față de idei impuse din exterior.

5.4. Promptitudinea deciziei – rapiditatea cu care se deliberează într-o situație complexă, în condiții de urgență. Se sprijină pe rapiditate și profunzime a gândirii, încrede în sine, curaj, experiență personală în confruntarea cu obstacolele.

6. DEFECTELE VOINȚEI

Voința comportă:

- o putere de impulsivitate;
- o putere de inhibiție.

Raportul dintre cele 2 forțe este important pentru starea de normalitate sau starea patologică a voinței.

Astfel:

- când forțele excitative sunt puternice – voință precipitată;
- când raporturile sunt neechilibrate – voință pervertită sunt 2 forme:
 - obstrucția voinței (acțiuni normale sunt imposibile);
 - explozia voinței (acțiuni anormale nu pot fi reprimare).

Voința normală presupune echilibru. Dar, în viață se pot observa dezechilibre în exces sau deficit (cel mai grav este când deficitul unei puteri se întâlnește cu excesul celeilalte; exemplu: deficit de inhibiție și exces de excitație).

6.1. Defecte derivate din exces de inhibiție

Se caracterizează prin:

- controlarea fiecărui detaliu și nu a actului în întregime ;
- prelungirea deciziei.

Este vorba despre suprainhibat care:

- fie nu ajunge la nici o concluzie;
- fie nu ia decizii.

Blocajul se poate produce:

- în momentul deciziei. Aici se găsesc:
 - îndărătnicii (rigizi, fără suplețe dependenți de sine);
 - încăpățânații (ignoră utilizarea logicii).
- după decizie. Aici se găsesc:
 - timorații (așteaptă ca evenimentele să decidă pentru ei);
 - scrupuloși (au temeri de ordin moral, se lasă în seama celor cu voință puternică).

6.2. Defecte derivate din deficit de inhibiție

Este vorba despre persoane subinhibate – decizii rapide, dar instabile, imprezizibilitatea acțiunilor, angajare după prima impresie, insuficientă evaluare a consecințelor.

Din deficit de inhibiție apare:

- versatilitatea (lipsa de fermitate, fluctuația comportamentului, nestatornicia);
- sugestibilitatea (imposibilitatea de a degaja de influențe externe).

6.3. Defecte derivate din exces de impulsivitate

Se referă la situația în care o excitație puternică îl împinge de individ spre acțiune.

Se prezintă sub mai multe forme:

- reactivă (individul se comportă ca un automat, imediat, reflex);
- explozivă (reacția nu este imediată, ci explozia are loc după o perioadă de inhibiție);
- emotivă (apare la persoane sensibile, la care sentimentele se joacă cu ele);
- ideativă (persoane cu mare mobilitate intelectuală, care schimbă rapid ideile, nu se fixează pe ele ceea ce duce la o incoerență a conduitelor și ideilor).

Excesul de impulsivitate are efecte analoage deficitului de inhibiție. (exemplu: impulsivul este instabil ca și subinhibatul, dar nu este pasiv; dacă impulsivitatea se opune schimbării, impulsivul poate fi mai stabil ca subinhibatul).

6.4. Defecte derivate din deficit de impulsivitate

Ele derivă din slăbiciunea voinței în a lua decizii. Ca urmare, persoanele se simt:

- pierdute în situații noi, când trebuie să facă o alegere;
- au nevoie de sfătuitor.

De aici apare docilitatea și devoțiunea pentru alții.

Concluzii:

- excesul sau deficitul de excitație sau inhibiție face ca voința să fie imperfectă, prin lipsa echilibrului, nu prin lipsa voinței, astfel:

- impulsivul are voință – defectul lui nu este că nu vrea, ci că vrea prea repede și fără să gândească;

- suprainhibatul este voluntar, dar voința lui se concretizează pe frâne.

Educarea voinței se face în direcția stabilirii echilibrului între cele 2 categorii de forțe.

Vă facem o invitație la autocunoaștere! Efectuați o autoanaliză și evidențiați care este cea mai mare calitate a voinței dvs. și care este cel mai mare defect al acesteia. Explicați și exemplificați.

7. REALIZAREA REGLAJULUI VOLUNTAR AL ACTIVITĂȚII CÂND SUNT IMPLICATE DEPRINDERI ȘI PRICEPERI

Când se realizează pentru prima dată o activitate, reglajul voluntar este complex și aplicat în toate momentele desfășurării acesteia.

Dacă activitatea se repetă, unele secvențe ale ei dobândesc o structură constantă, repetabilă și începe să se desfășoare automatizat – aceste secvențe s-au transformat în deprinderi (exemple: mers, apucarea și manevrarea diverselor obiecte, scriere, citire, calcul, conducere autovehicule, activitate la calculator).

7.1. Definiția deprinderilor: Componente automatizate ale activității, conștient elaborate, consolidate prin exercițiu, dar desfășurate apoi fără control conștient permanent

7.2. Caracteristicile deprinderilor:

- se formează în cursul vieții, prin învățare conștientă și voluntară în fazele de început;

- o deprindere propriu-zisă ajunge la o organizare unitară, dobândește o structură stabilă și o desfășurare precisă și corectă (un segment al deprinderii îl declanșează automat pe următorul și așa mai departe);

- deprinderea bine elaborată nu mai are nevoie de reglaj conștient și voluntar de detaliu, ci de unul global (exprimat în alegerea celei mai bune deprinderi pentru activitate, declanșarea ei când este necesar, oprirea ei când nu mai corespunde);

- deprinderea automatizată se produce cu o reducere a consumului de energie psihonervoasă, fiind reglată, dacă este necesar de o zonă a subconștientului.

7.3. Efectele prezenței deprinderilor într-o activitate

- asigură viteză și corectitudine;

- reduce consumul activității;

- conferă coerență, siguranță și eficiență întregii activități;

- eliberează în mare parte câmpul conștiinței pentru ca acesta să se orienteze spre previziuni și spre control de ansamblu;

- deprinderile funcționează perfect dacă sunt aplicate la același fel de activitate.

7.4. Condiții pentru formarea deprinderilor:

- instruirea verbală prealabilă (conținut, condiții de dobândire, exigențe ce se cer în realizarea ei);
- demonstrare efectivă a deprinderii (odată cu instruirea verbală sau după);
- organizarea exercițiilor pentru formarea și consolidarea ei;
- asigurarea controlului și autocontrolului pe parcursul formării ei;
- conectare la interesele pentru acea activitate;
- păstrarea constantă a metodelor de formare;
- perfecționarea deprinderii până la zona optimă de manifestare a ei.

7.5. Etape ale procesului formării deprinderilor

7.5.1. *Etapa familiarizării cu conținutul deprinderii* (presupune realizarea cu precădere a primelor 2 condiții);

7.5.2. *Etapa învățării analitice* – executarea unor fragmente ale deprinderii (viteza de execuție este mică, încordarea este mare, consumul energetic este mare, concentrarea atenției este mărită, apar erori multe);

7.5.3. *Etapa organizării și sintetizării* - integrarea într-un tot al fragmentelor și eliminarea erorilor (încordarea și consumul de energie este încă mare iar controlul conștient este centrat pe legăturile dintre părți);

7.5.4. *Etapa sistematizării și automatizării* – se dobândește pe deplin deprinderea;

7.5.5. *Etapa perfecționării* - se ating toți parametrii deprinderii la nivelul cel mai înalt în ceea ce privește viteza, corectitudinea, precizia.

Mecanismele psihice de reglare reflectă anumite aspecte ale realității. Ce anume reflectă voința?



Referințe bibliografice

GOLU, M. *Fundamentele psihologiei*, București, Editura Fundației România de Mâine, 2007, p. 710-715;

MICLEA, M., *Psihologie cognitivă. Modele teoretico-experimentale*, Iași, Polirom, 1999, p. 265-280;

RUSU, E.C., *Psihologie cognitivă*, ed. II-a, București, Editura Fundației România de Mâine, 2007, p. 319-326;

ZLATE, M., *Fundamentele psihologiei*. București, Editura Pro humanitate, 2006/mielu-zlate-fundamentele-psihologiei.pdf, p. 215-227.



Grilă de autoevaluare

(un singur răspuns este corect)

1. „...funcția care rezultă din integrarea și unitatea personalității, implicând într-o formă specifică participarea tuturor funcțiilor psihice și dobândind prin aceasta o funcționalitate specifică de autoreglare și autodeterminare deosebit de importantă în autorealizarea personalității” (Zorgo, 1980) este:
 - a. memorarea
 - b. rezolvarea de probleme
 - c. voința
 - d. aspirația
2. Care dintre următoarele caracteristici nu corespunde efortului voluntar?
 - a. capacitatea limitată
 - b. polaritatea
 - c. diferite grade de ușurință în a fi disponibilizat
 - d. automatizarea capacității de folosire
3. Specificul psihologic al voinței constă în:
 - a. efortul voluntar
 - b. structurarea unor probleme nestructurate
 - c. caracterul informațional-operational
 - d. empatia
4. Deliberarea sau luarea deciziei se referă la:
 - a. actualizarea unor motive și proiectarea pe baza lor a unui scop
 - b. alegerea unui singur motiv care va determina stabilirea scopului care va fi atins printr-o activitate adecvată
 - c. transformarea deciziei în act
 - d. evaluarea rezultatelor punerii deciziei în act
5. Componente automatizate ale activității, conștient elaborate, consolidate prin exercițiu, dar desfășurate apoi fără control conștient permanent se numesc:
 - a. ideal de viață
 - b. deprinderi
 - c. memorare prospectivă
 - d. atenție voluntară
6. Din ce categorie de defecte ale voinței face parte impulsivitatea, sub formă reactivă sau explozivă, emotivă sau ideativă?
 - a. defecte derivate din excesul de pulsioni
 - b. defecte derivate din excesul de inhibiție

- c. defecte derivate din deficitul de pulsioni
- d. defecte derivate din instabilitatea atenției

7. Care dintre următoarele afirmații nu este un efecte al prezenței deprinderilor într-o activitate:

- a. asigurarea vitezei și corectitudinii activității
- b. reducerea consumului de energie
- c. eliberarea în mare parte a câmpului conștiinței pentru ca acesta să se orienteze spre previziuni și spre control de ansamblu
- d. toate afirmațiile sunt corecte

8. Defecte derivate din deficit de inhibiție apar la persoane:

- a. care se comportă ca un automat, imediat, reflex
- b persoane subinhibate cu decizii rapide, dar instabile, imprevizibilitatea acțiunilor, angajare după prima impresie, insuficientă evaluare a consecințelor.
- c. la persoane sensibile, la care sentimentele se joacă cu ele
- d. persoane cu mare mobilitate intelectuală, care schimbă rapid ideile, nu se fixează pe ele ceea ce duce la o incoerență a conduitelor și ideilor

9. Versatilitatea (lipsa de fermitate, fluctuația comportamentului, nestatornicia) și sugestibilitatea (imposibilitatea de a te degaja de influențe externe) apar din cauza defectelor

- a. deficit de inhibiție
- b. exces de inhibiție
- c. exces de impulsioni
- d. deficit de impulsioni

10. Defecte derivate din deficit de impulsioni se referă la:

- a. slăbiciunea voinței în a lua decizii
- b. așteptarea ca evenimentele să decidă ele
- c. ignorarea utilizării logicii
- d. prelungirea deciziei

Răspunsuri corecte la grilele de autoevaluare

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 1. Senzațiile

- 1. b**
- 2. d**
- 3. b**
- 4. d**
- 5. c**
- 6. a**
- 7. b**
- 8. d**
- 9. c**
- 10. c**

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 2. Percepțiile

- 1. b**
- 2. a**
- 3. d**
- 4. b**
- 5. b**
- 6. d**
- 7. c**
- 8. a**
- 9. b**
- 10. d**

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 3. Reprezentările

- 1. c**
- 2. c**
- 3. d**
- 4. d**
- 5. d**
- 6. c**
- 7. a**
- 8. d**
- 9. b**
- 10. d**

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 4. Gândirea (1)

- 1. b**
 - 2. a**
 - 3. d**
 - 4. d**
 - 5. a**
- 153

- 6. d
- 7. b
- 8. a
- 9. d
- 10. a

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 5. Gândirea (2)

- 1. b
- 2. a
- 3. d
- 4. c
- 5. b
- 6. a
- 7. b
- 8. c
- 9. a
- 10. c

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 6. Memoria

- 1. d
- 2. c
- 3. a
- 4. d
- 5. d
- 6. c
- 7. c
- 8. c
- 9. a
- 10. c

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 7. Imaginația

- 1. b
- 2. d
- 3. c
- 4. a
- 5. b
- 6. c
- 7. c
- 8. c
- 9. d
- 10. c

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 8. Motivația (1)

- 1. b
 - 2. c
 - 3. a
- 154

- 4. c
- 5. c
- 6. a
- 7. b
- 8. c
- 9. b
- 10. a

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 9. Motivația (2)

- 1. b
- 2. c
- 3. c
- 4. b
- 5. d
- 6. c
- 7. a
- 8. b
- 9. d
- 10. b

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 10. Afectivitatea

- 1. b
- 2. a
- 3. d
- 4. c
- 5. d
- 6. b
- 7. a
- 8. d
- 9. d
- 10. c

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 11. Comunicare și limbaj (1)

- 1. d
- 2. c
- 3. a
- 4. c
- 5. d
- 6. d
- 7. d
- 8. d
- 9. a
- 10. c

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 12. Comunicare și limbaj (2)

- 1. a**
- 2. c**
- 3. c**
- 4. b**
- 5. a**
- 6. c**
- 7. d**
- 8. b**
- 9. b**
- 10. a**

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 13. Atenția

- 1. c**
- 2. d**
- 3. d**
- 4. c**
- 5. b**
- 6. c**
- 7. a**
- 8. c**
- 9. d**
- 10. b**

UNITATEA DE ÎNVĂȚARE 14. Voința

- 1. c**
- 2. b**
- 3. a**
- 4. b**
- 5. b**
- 6. a**
- 7. d**
- 8. b**
- 9. a**
- 10. a**