

# Procese fundamentale în învățare

*Senzația, Percepția, Atenția și Memoria.*

***Natalia DANILIUC***

# Subiecte pentru discuții

1. **Psihicul.** Definire și caracterizare generală.
2. **Senzațiile.** Definire, proprietăți, clasificare și legitățile S.
3. **Percepția.** Definire, legitățile și tipurile P.
4. **Atenția.** Definiție, formele și însușirile A.
5. **Memoria și Uitarea.** Definiție, caracteristici și tipurile memoriei și a uitării.

# **Psihicul** – obiectul de cercetare a psihologiei

Conștientul

Subconștientul

Inconștientul

**Psihicul uman își desfășoară activitatea în câteva sfere:**

- cognitivă
- volitivă
- afectivă
- motivațională
- aptitudinală

**! Aceste sfere alcătuiesc SISTEMUL PSIHIC UMAN**

Funcția sferei ***cognitive*** constă în captarea, acumularea și punerea în circuit a informației despre schimbările din mediul intern și extern

**Sfera cognitivă** (de cunoaștere) este compusă din următoarele procese psihice:

- ***senzația***
- ***percepția***
- ***reprezentarea***
- ***memoria***
- ***gândirea***
- ***imaginația***
- ***limbajul***

# SENZAȚIILE

***Senzațiile*** – sunt procese psihice senzoriale, cognitive; esența cărora constă în reflectarea unor calități *izolate* ale subiectelor și fenomenelor în momentul acțiunii lor asupra organelor de simț.

# SENZAȚIILE

***Senzațiile*** – sunt procesele psihice elementare prin care se semnalizează, separat, în forma imaginilor simple și primare, însușirile concrete ale obiectelor și fenomenelor, în condițiile acțiunii directe a stimulilor asupra organelor de simț (analizatori).

Senzația presupune nu doar un organ senzorial, ci un întreg aparat, denumit de Pavlov – ***analizator***.

Acesta se compune din:

- organul senzorial
- nervul aferent (senzorial)
- o regiune corespunzătoare din scoarța cerebrală (zona de proiecție)
- nervul eferent (motor)
- organul efector (care îndeplinește acțiunea)



Senzațiile sunt elementele fundamentale ale oricărui proces de cunoaștere și se efectuează prin intermediul organelor de simț.

Senzațiile capătă o serie de proprietăți:

**1. Intensitatea senzațiilor-** această proprietate a senzațiilor este legată, în special, de *intensitatea* fizică a stimulilor care le provoacă.

**2. Calitatea senzațiilor** - care constă în *capacitatea lor de a fi vizuale, auditive, gustative, olfactive etc.* are mare importanță în *identificarea* corectă a obiectelor și persoanelor, dar mai ales în *ghidarea* comportamentului.

**3. Durata senzațiilor** - această proprietate se referă la *întinderea în timp* a senzației. De obicei, senzația persistă atâta vreme cât acționează și stimulul.

În timpul unei senzații au loc fenomene de *amplificare* sau de *diminuare, de declin*, al senzațiilor, finalizate fie prin *adaptarea senzorială*, fie prin *dispariția senzației*.

**4. Tonul afectiv al senzațiilor -** este proprietatea generală a senzațiilor de a *produce stări afective plăcute sau neplăcute*, de apropiere sau de respingere a realității pe care o reflectăm.

!!! ***Tonalitatea afectivă*** a senzațiilor depinde de gradul de satisfacere sau nesatisfacere a trebuințelor.

# CLASIFICAREA SENZAȚIILOR

În funcție de modul de excitare a organelor de simț:

- tangoreceptive – senzații ce presupun un contact direct al obiectului cu organele de simț

*(tactile, organice, gustative, chinestezice)*

- teleceptive – senzații ce presupun acțiunea obiectului de la distanță

*(vizuale, auditive, olfactive)*

## CLASIFICAREA SENZAȚIILOR

În funcție de situarea receptorilor pe suprafața corpului:

- exteroceptive – senzații ce furnizează informații cu privire la obiectele din exterior.
- interoceptive – senzații ce transmit informație despre modificările stării interne a corpului  
*(senz. de frig, foame, sete, căldură)*
- proprioceptive – senzații referitoare la poziția și mișcarea corpului nostru  
*(senz. de mișcare, de echilibru)*

## CLASIFICAREA SENZAȚIILOR

În funcție de analizatori:

- ***Olfactivi;***
- ***Auditivi;***
- ***Gustativi;***
- ***Vizuali;***
- ***Tactili***

## LEGITĂȚILE SENZAȚIILOR

**Se cunosc 6 legități ale senzațiilor.**

- *pragurile sensibilității*
- *adaptarea*
- *interacțiunea*
- *contrastul*
- *sinestezia*
- *semnificația*



**Percepția** - este o formă superioară a cunoașterii senzoriale.

Spre deosebire de senzație, care reproduce în subiectivitatea individului însușirile simple ale obiectivelor și fenomenelor,

percepția asigură

***conștiința unității și integralității obiectului.***

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

***Percepția*** – este un proces psihic cognitiv ( de cunoaștere), care constă în reflectarea obiectelor și fenomenelor în integritatea calităților lor în momentul acțiunii asupra organelor de simț.

Percepția are la bază 2 procese/operații:

- **analiza** – care constă în dezmembrarea obiectului în părți componente:
- **sinteza** – îmbinarea părților dezmembrate într-un tot întreg. Primară fiind sinteza.

*Datorită analizei și sintezei percepția se aseamănă mai mult cu gândirea decât cu senzațiile.*

Activitățile perceptive stau la baza tuturor comportamentelor.

Fără percepție prealabilă nu va fi posibil de a învăța, vorbi, memoriza, comunica [ ...].

Percepția permite de a lua cunoștință de mediu și de interacțiune cu el sau de a acționa asupra lui.

„ Percepția este punctul de plecare al oricărei activități umane, inclusiv al construcției unei civilizații.”

# Clasificarea percepțiilor

După *activitatea analizatorului*:

## **1. Externe**

- distanță (vizuală, auditivă, olfactivă)
- de contact (tactile, gustative)

## **2. chinestezice**

- de echilibru
- de mișcare

# Clasificarea percepțiilor

După *prezența sau absența scopului și a efortului volitiv.*

## ***voluntară***

care mai este numită observație, având un caracter dirijat, conștient planificat și prin rezultatul obținut;

## **involuntară.**

# Clasificarea percepțiilor

După formele de existență a materiei

**1. P. timpului:** obiectivă și subiectivă;

! În percepția timpului, omul folosește 3 sisteme de referință:

**sistemul fizic** reprezentat de repetarea fenomenelor naturale ( zi, noapte, anotimp)

**sistemul biologic**, funcțiilor organismului (starea de veghe și somn)

**sistemul socio-cultural** activitatea umană amplasată în istorie

**2. P. spațiului:** include - forma, mărimea, distanța, direcția, relieful.

**3. P. mișcării:** se referă, de fapt, la obiectele în mișcare și nu la mișcarea în sine.

! În aprecierea mișcării, sunt foarte importante reperele.

Dacă ele lipsesc, pot apărea iluzii ale mișcării.



# Legitățile generale ale percepției

***Integritatea*** — este o însușire obligatorie care completează structuraletă; dereglarea acestei însușiri duce la dereglarea întregului proces perceptiv și a funcției principale a percepției — ***de a reda obiectul în integritate.***

***Structuraletă*** — la baza ei stă procesul de analiză, ea asigură în cazul percepției evidențierea elementelor componente ale obiectului.

# Legitățile generale ale percepției

***Obiectualitatea*** – această însușire îi asigură omului evidențierea obiectului din fondal (gestalt).

***Subiectivitatea – Obiectivitatea*** – psihicul este reflectarea subiectivă a luminii obiective. Această teză se referă și la percepție, adică fiecare om, fiind un subiect irepetabil având trebuințele sale specifice, percepe lumea subiectiv.

! Omul percepe obiectiv lumea – subiectivitatea manifestându-se doar în atitudinea subiectivă față de ceea ce percepe.

# Legitățile generale ale percepției

***Constanța*** – este o însușire dobândită a percepției; ea se formează pe parcursul vieții ca rezultat al experienței perceptive.

***Caracterul conștient*** – orice obiect perceput și înțeles este neapărat nominalizat și repartizat la o anumită grupă, clasă de obiecte.

! Dacă subiectul percepe obiectul care îi este necunoscut și nu-l poate nominaliza - actul de cunoaștere se consideră nefinisat.

!!! **Trebuința cognitivă**, curiozitatea îl impune să se adreseze u întrebarea:

„ Ce este aceasta? ”

# Legitățile generale ale percepției

***Selectivitatea*** - se manifestă prin aceea că omul percepe nu totul deopotrivă. Unele obiective ce devin motive mai importante îi asigură selecția obiectelor din anturaj.

! Selectivitatea - se află în strânsă legătură cu subiectivitatea, cu trebuințele omului.

În cadrul percepției sociale când obiect al percepției devine alt om (alt subiect), mai poate fi evidențiată o însușire importantă a percepției, și anume: ***subiectualitatea***.

**Grație acestor însușiri, percepția are o funcție mult mai complexă decât senzațiile.**

# ***Senzații / Percepții***

Realitatea și acțiunea ei asupra organismului  
angajează noi capacități cognitive care le  
depășesc pe cele perceptive prin  
***capacitatea organismului de a avea o  
experiență psihică în lipsa contactului actual  
cu obiectul.***

# Reprezentările

Noul mecanism psihic care permite  
***reflectarea și cunoașterea obiectului în absența  
lui, dar cu condiția ca acesta să fi acționat  
cândva asupra organelor de simț, poartă  
denumirea de reprezentare.***

# Reprezentările

**Reprezentarea** – se definește ca proces cognitiv – senzorial de semnalizare în forma unor imagini unitare dar schematice a însușirilor concrete și caracteristice ale obiectelor și fenomenelor în absența acțiunii directe a acestora asupra analizatorilor.

**Reprezentarea** – este o imagine schematică, o închipuire despre obiectul perceput anterior, dar care în momentul de față nu acționează asupra organelor de simț.



# Clasificarea reprezentărilor

- I. după analizatorul dominant în producerea lor:  
*vizuale, auditive, gustative, olfactive, chinestezice*
- II. după gradul de generalizare:  
*reprezentări individuale și generale*
- III. după nivelul operațiilor implicate în geneza lor:  
*reproductive și anticipative.*

Atenția

**Atenția** – este fenomenul psihic de activare selectivă, de concentrare și orientare a energiei psihonervoase în vederea desfășurării optime a activității psihice, cu deosebire a proceselor senzoriale și cognitive.

## Caracterizare generală

- Atenția face parte din categoria fenomenelor psihice care susțin energetic activitatea.

Este o funcție prin care se modulează tonusul nervos, necesar pentru desfășurarea celorlalte procese și structuri psihice.

Lipsa atenției sau atenția slabă duce la omisiuni în receptare stimulilor, la erori în reacțiile de răspuns, la confuzii în descifrarea sensurilor etc.

# Formele atenției

Atenția nu se manifestă în unul și același fel în toate activitățile omului.

I. după direcția ei principală de orientare:

- *externă;*
- *internă.*

II. după natura reglajului care poate fi:

- *Involuntar*
- *Voluntar;*
- *Post-voluntar.*

Factorii ce determină apariția atenției:

- Voluntare
- Involuntare

## Formele atenției

*Atenția involuntară* – este o formă mai simplă, întâlnită și la animale. Ea poate apărea sub influența a două categorii de factori: externi și interni.

*Factorii externi ce determină apariția atenției involuntare sunt:*

- intensitatea deosebită a stimulilor;
- noutatea și neobișnuitul stimulator;
- apariția sau dispariția bruscă a stimulului
- gradul de complexitate al stimulului etc.

*Factorii interni care stimulează și mențin atenția involuntară sunt:*

- interesul pe care-l prezintă pentru persoană acel obiect sau fenomen;
- actualizarea motive și trăirea afectivă pozitivă a relației cu obiectele prin care se satisfac și se menține nivelul energiei și gradul ei de concentrare fără efort, timp îndelungat și fără să apară oboseala etc.



## Formele atenției

*Atenția voluntară nu apare spontan, ca cea involuntară, ci este intenționată și autoreglată conștient.*

Această formă a atenției este superioară atât prin mecanismele de producere, cât și prin efectele ei pentru activitatea omului.

Atenția voluntară susține activitatea în toate momentele ei (atrăgătoare, dar și neplăcute, ușoare, dar și grele).

Se consideră că atenția voluntară este esențială pentru desfășurarea activității.

## Formele atenției

Atenția post-voluntară – este un nivel superior de manifestare a atenției pentru că este la fel de bine organizată ca și atenția voluntară, dar nu necesită încordare voluntară, obositoare.

# Însușirile atenției

- ***Volumul atenției*** – înseamnă cantitatea de elemente asupra cărora se poate orienta și concentra atenția simultan.
- *Volumul mediu al atenției este de 5-7 elemente.*
- ***Stabilitatea atenției*** – se referă la persistența, în timp, a posibilității de a menține atenția asupra unui obiect, fenomen, acțiune.
- Stabilitatea atenției este condiționată de complexitatea și bogăția stimulului, de natura sarcinii, de motivația pentru activitatea desfășurată.

## Însușirile atenției

*Concentrarea atenției* – presupune delimitarea între o dominantă, un focar de excitație și zonele apropiate, relativ inhibate și inaccesibile la factori perturbatori.

Distragerea și oscilația atenției sunt opusul concentrării.

# Însușirile atenției

- *Distributivitatea atenției* – este acea însușire care permite unei persoane să desfășoare, concomitent, mai multe activități cu condiția că măcar unele din ele să fie relativ automatizate.
- *Mobilitatea sau flexibilitatea atenției* constă în deplasarea și reorientarea ei de la un obiect la altul în intervale cerute de desfășurarea activității cerute.

## *Definiții:*

**Memoria** – este un proces psihic cognitiv, care constă în memorarea, păstrarea, reproducerea și uitarea informației.

***Memoria*** este procesul psihic, care reflectă lumea și relațiile omului cu lumea prin: întipărirea, păstrarea și reactualizarea experienței anterioare.

## **Memoria:**

*reține și organizează datele oferite de simțuri;  
le sistematizează cu ajutorul gândirii, prin  
eforturi de voință și în funcție de anumite  
interese.*

# Caracteristicile memoriei

**Activă** – memoria nu este o simplă depozitare a informațiilor ca într-o bibliotecă, dar le prelucrează;

**Situațională** – constă în faptul că unele aspecte le vom ține minte în situația în care suntem implicați într-un conflict, și cu totul altfel când suntem simpli spectatori la același incident;



# Caracteristicile memoriei

**Selectivă** – nu reținem și nu ne reamintim totul. Memorăm în funcție de cultura noastră și mai ales în raport cu dorințele, interesele pe care le avem.

**Relativ fidelă** – (amintirea nu este ca o fotografie). Datorită caracterului activ și al selectivității, amintirile prezintă deosebiri mai mari sau mai mici față de datele percepute inițial;

# Caracteristicile memoriei

**Mijlocită** – prin faptul că asocierea a ceva nou cu ceva bine cunoscut ne înlesnește reamintirea;

**Inteligibilă** – fixarea și reamintirea sunt mult facilitate de stabilirea unei legături logice între două evenimente sau fenomene.

# Procesele și formele memoriei

*Memoria – este un proces ce cuprinde mai multe etape:*

- **întipărirea (fixarea) materialului;**
- **păstrarea lui;**
- **reactualizarea informațiilor;**
- ***uitarea.***

# Memorarea (întipărirea, fixarea) este un proces activ și selectiv.

După prezența sau absența intenției de a memora deosebim:

- ***Memorare involuntară*** – înregistrează tot ceea ce ni se întâmplă, dar nu ne mai putem reaminti totul. Se fixează mult mai bine ceea ce ne interesează în mod deosebit.
- ***Memorarea voluntară*** – intervine, atunci când trebuie să asimilăm cunoștințe dificile, neinteresante.

În dependență de prezența sau absența efortului de înțelegere, distingem:

- ***Memorarea mecanică*** – este voluntară, bazându-se pe simpla repetare a materialului; astfel se ajunge la o învățare formală – memorând cuvinte, fraze fără a sesiza pe deplin conținutul logic al cuvintelor.
- ***Memorarea logică*** – la baza ei stă înțelegerea; constă în stabilirea de asemănări și deosebiri, descifrarea unor raporturi cauzale etc.

# Păstrarea (conservarea) informațiilor

Reținerea a ceea ce a fost memorat poate dura un timp scurt (15-18 sec.) sau pentru o perioadă mult mai îndelungată (*pentru toată viața*).

***Materialul inteligibil***

***se păstrează mai bine decât cel fără sens; dar și cel cu sens se reține pentru mai mult timp dacă este învățat și prelucrat logic.***

# Reactualizarea informațiilor

Se realizează prin recunoașterea unor persoane, obiecte sau a unui text, prin posibilitatea de a reda ceea ce a fost perceput sau de a reproduce textul învățat.

**Reproducerea** – consolidează păstrarea informațiilor și are loc în absența obiectelor, fenomenelor etc.

**Recunoașterea** – are loc în prezența obiectului, situației etc.

# UITAREA

+/-



# Raportul Memorie - Uitare

Între memorie și uitare există relații dinamice, fiecare acționând asupra celeilalte, facilitându-se sau împiedicându-se reciproc.

***Uitarea (proces al memoriei) este un fenomen natural, normal și mai ales necesar.***

Uitarea intervine ca o supapă care lasă să se scurgă, să se elimene ceea ce nu mai corespunde noilor solicitări.

## Care sunt formele uitării?

- - Uitare totală sau amnezia;
- - Recunoașteri și reproduceri parțiale, puțin adecvate sau chiar eronate;
- - Lapsusul - uitarea momentană, exact pentru acea perioadă când ar trebui să ne reamintim.

# Ce uităm? De ce uităm? Care este ritmul uitării?

Uităm acele informații care își pierd actualitatea, care nu mai au semnificație; dar uităm și informațiile care ne sunt necesare și care au o mare semnificație pentru ***reușita*** noastră.

Psihologul german **H. Ebbinghaus**, a arătat că – uitarea este destul de mare, masivă chiar, imediat după învățare și apoi din ce în ce mai lentă.

**Cel mai sigur mod de combatere a uitării este repetarea.**

*! Natura procedelor, și a acțiunilor cognitive*

*SE MEMORIZEAZĂ:*

**10 % - când citim;**

**20% - când ascultăm;**

**30% - din ceea ce privim;**

**50% - din ceea ce privim și ascultăm;**

**80% - din ceea ce rostim;**

**90% - din ceea ce explicăm și efectuăm  
simultan.**