

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII AL REPUBLICII MOLDOVA
UNIVERSITATEA DE STAT DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE *NICOLAE TESTEMIȚANU*

CATEDRA ECONOMIE, MANAGEMENT ȘI PSIHOPEDAGOGIE

**C. EȚCO, IU. FORNEA, E. DAVIDESCU,
T. TINTIUC, N. DANILIUC, M. CĂRĂRUȘ**

PSIHOLOGIA GENERALĂ

Suport de curs

CHIȘINĂU
2007rul editorial – Polgrafic Medicina20

CZU 159.9 (075.8)

P 97

Aprobat de Consiliul metodic central al USMF

Nicolae Testemițanu din 20.04.06

Coordonator științific: *Constantin Ețco*, dr. habilitat în medicină,
profesor universitar

Autori: *Constantin Ețco*, dr.hab.mcd., profesor universitar

Iuliana Fornea, lector universitar

Elena Davidescu, lector universitar

Tatiana Tintiuc,

Natalia Damiliuc, lector universitar

Margareta Căraruș, lector universitar

Recenzenți: *Mihai Șleahțișchi*, dr. în psihologie, dr. în pedagogie,
conferențiar universitar, șef catedră Psihologie Socială, ULIM
Stratan Valentina, dr. în pedagogie, conferențiar universitar, vicedecan la facultatea Psihologie și
Psihopedagogie „Ion Creangă” UPS

Supportul de curs, pregătit în anul 2006, este un material complex despre totalitatea subiectelor discutate la Psihologia generală.

Este elaborat pentru studenții USMF „N. Testemițanu”, ai diverselor instituții de învățământ superior, specialiștii de psihologie, pedagogie, sociologie, cât și pentru toți cei care au tangențe sau sunt interesați de psihologie. Se propune să fie utilizat diferențiat pentru diverse instituții superioare și facultăți conform cerințelor programelor de studii respective.

Redactor: *Lidia Căssa*

Asistentă computerizată: *Ludmila Fediuc*

Machetare computerizată: *Veronica Istrati*

Descrierea CIP a Cămării Naționale a Cărții

Psihologia generală: Suport de curs / C. Ețco, Iu. Fornea, E. Davidescu,...; Univ. de Stat de Medicină și Farmacie *Nicolae Testemițanu*. Catedra Econ., Management și Psihopedagogie. – Ch.: USMF, 2007. – 366 p.

Bibliogr. p. 364–366 (40 tit.)

ISBN 978-9975-9528-4-2

300 ex.

159.9 (075.8)

ISBN 978-9975-9528-4-2

© CEP *Medicina*, 2007

© C. Ețco și alții, 2007

CUPRINS

Prefață	6
Compartimentul I. Introducere în psihologie	
Tema 1. Psihologia. Delimitarea domeniului. Probleme teoretico-metodologice ale psihologiei	7
1.1. Psihologia ca știință.....	7
1.2. Domeniile psihologiei.....	10
1.3. Metodologia cercetării în psihologie.....	12
Tema 2. Psihicul ca obiect de cercetare al psihologiei. Natura psihicului uman	19
2.1. Psihicul ca obiect de cercetare al psihologiei.....	19
2.2. Natura contradictorie a psihicului.....	24
2.3. Reflectarea psihică. Particularitățile reflectării psihice.....	26
2.4. Evoluția psihicului.....	27
Tema 3. Formele vieții psihice: conștiința, subconștientul și inconștientul	31
3.1. Conștiința.....	32
3.2. Subconștientul.....	33
3.3. Inconștientul.....	35
Compartimentul II. Procesele psihice senzoriale	40
Tema 1. Senzația	40
1.1. Definiție și caracteristica generală a senzațiilor.....	40
1.2. Mecanismele fiziologice ale senzațiilor.....	44
1.3. Clasificarea senzațiilor. Criterii de clasificare.....	47
1.4. Legitățile fundamentale ale senzațiilor.....	50
Tema 2. Percepția	52
2.1. Definiția și caracteristica generală a percepției.....	52
2.2. Bazele fiziologice ale percepției.....	53
2.3. Clasificarea percepțiilor. Criterii de clasificare.....	54
2.4. Însușirile (legile) generale ale percepției.....	55
2.5. Observarea și spiritul de observație.....	55
Tema 3. Reprezentarea	57
3.1. Reprezentarea ca proces și imagine mintală.....	57
3.2. Mecanismele psihologice ale reprezentării.....	58
3.3. Clasificarea reprezentărilor.....	59
3.4. Proprietățile (calitățile) reprezentărilor.....	60
Compartimentul III. Procesele cognitive superioare	62
Tema 1. Memoria	62
1.1. Memoria. Delimitări conceptuale.....	62
1.2. Procesele memoriei.....	64
1.3. Formele memoriei.....	68
1.4. Factorii și legile optimizării a memoriei.....	71
1.5. Diferențele individuale și calitățile memoriei.....	73

Tema 2. Gândirea.....	74
2.1. Delimitări conceptuale.....	74
2.2. Operațiile fundamentale ale gândirii.....	75
2.3. Formele logice ale gândirii.....	76
2.4. Clasificarea gândirii. Criterii de clasificare.....	78
2.5. Procesele gândirii.....	82
Tema 3. Imaginația.....	85
3.1. Caracteristica generală a imaginației.....	85
3.2. Funcțiile imaginației.....	86
3.3. Formele imaginației.....	87
3.4. Însușirile imaginației.....	88
3.5. Procedeele fundamentale ale imaginației.....	88
Tema 4. Limbajul.....	89
4.1. Noțiuni generale despre limbaj.....	89
4.2. Funcțiile limbajului.....	90
4.3. Formele limbajului.....	91
4.4. Corelația dintre gândire și limbaj.....	93
4.5. Activitatea comunicativă și elementele ei.....	94
Compartimentul IV. Activități și procese reglatorii...	95
Tema 1. Activitatea umană.....	95
1.1. Conceptul de activitate.....	95
1.2. Structura activității.....	96
1.3. Formele de bază ale activității umane.....	100
Tema 2. Motivația.....	102
2.1. Definirea și funcțiile motivației.....	102
2.2. Structura sferei motivaționale.....	103
2.3. Formele motivației.....	108
2.4. Motivație și performanță.....	109
Tema 3. Afectivitatea.....	110
3.1. Aspecte teoretice și metodologice generale.....	110
3.2. Proprietățile proceselor și stărilor afective.....	111
3.3. Clasificarea proceselor și stărilor afective.....	113
3.4. Teorii asupra naturii emoțiilor.....	117
3.5. Agresivitate – toleranță.....	119
3.6. Stresul, anxietatea și angoasa.....	120
Tema 4. Voința.....	122
4.1. Definirea și caracterizarea generală a voinței.....	122
4.2. Actele voluntare. Structura și fazele lor.....	125
4.3. Calitățile voinței.....	127
4.4. Voința socială.....	128
Tema 5. Atenția.....	129
5.1. Definiție și caracterizare psihologică generală.....	129
5.2. Mecanismele fiziologice ale atenției.....	130
5.3. Formele fundamentale ale atenției.....	131
5.4. Dimensiunile (atributele) atenției.....	133
Compartimentul V. Sistemul de personalitate.....	136
Tema 1. Personalitatea.....	136
1.1. Conceptul de personalitate: om, individ, persoană, personalitate, individualitate,	136

somitate.....	
1.2. Personalitatea ca obiect de studiu al psihologiei.....	137
1.3. Structura integră a personalității.....	140
1.4. Tipologia personalității.....	141
Tema 2. Temperamentul.....	154
2.1. Temperamentul – latura dinamico-energetică a personalității.....	154
2.2. Mecanismele fiziologice ale temperamentului.....	156
2.3. Portrete temperamentale. Caracteristica psihologică.....	158
Tema 3. Caracterul.....	161
3.1. Caracterul – latura relațional-valorică a personalității.....	161
3.2. Mecanismele fiziologice ale caracterului.....	162
3.3. Structura caracterului și complexul însușirilor lui.....	163
3.4. Formarea trăsăturilor de caracter.....	165
3.5. Tipurile accentuate de caracter.....	167
Tema 4. Aptitudinile.....	172
4.1. Aptitudinea – latura instrumental-operațională a personalității.....	172
4.2. Natura aptitudinilor.....	173
4.3. Clasificarea aptitudinilor.....	174
4.4. Inteligența – aptitudinea generală a personalității.....	176
Tema 5. Creativitatea.....	178
5.1. Definirea conceptului de creativitate.....	178
5.2. Structura creativității.....	180
5.3. Niveluri și stadii ale creativității.....	181
5.4. Factorii, ce stimulează sau inhibă creativitatea.....	182
BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ.....	185

PREFAȚĂ

Lucrarea a fost pregătită de către colectivul de autori ai catedrei Economie, Management și Psihopedagogie în Medicină a Universității de Stat de Medicină și Farmacie „N. Testemițanu”, denumită „Psihologia generală. Suport de curs”, având menirea să generalizeze studiile teoretice și experimentale din domeniul psihologiei atât din țară, cât și de peste hotarele ei, îndeosebi din România și Rusia.

Materialul dat s-a bazat pe selectarea și generalizarea unei colecții bogate de literatură, atât din psihologia clasică, cât și din cercetările psihologice de ultimă oră. Cercetările de psihologie clasică, după cum știm, servesc drept model de perfecțiune, fiind de mare valoare și păstrându-și importanța de-a lungul anilor, având asemenea caracteristici, cum ar fi: calitatea, ordinea, echilibrul, claritatea, etc.

Suportul de curs conține un material vast și complex de psihologie generală, acoperind toată aria de compartimente, teme, subteme, studiate la disciplina Psihologia generală, prevăzut de planurile de studii din învățământul superior atât din Republica Moldova, cât și de peste hotarele ei.

Lucrarea de față are următoarea structură: *prefață*, 5 capitole: Introducere în psihologie; Procesele psihice senzoriale; Procesele cognitive superioare; Activități și procese regulatorii; Sistemul de personalitate; Bibliografie selectivă.

Cunoștințele din domeniul psihologiei au o deosebită valoare pentru pregătirea viitorilor medici, de aceea sperăm că lucrarea prezentă va contribui la optimizarea acestui proces, va fi de un real folos profesorilor și studenților de la medicină.

Suportul de curs dat poate fi utilizat de asemenea de către psihologi, sociologi, pedagogi, specialiști din diverse domenii, care au tangență cu psihologia, de către studenții diferitor instituții și facultăți, care studiază psihologia, cât și de toți cei interesați de psihologie.

Autorii, care au pregătit materialul, sunt:

- C. Ețco – coordonator științific. Capitolul IV – Motivația;
- Iu. Fornea – Capitolul I – „Introducere în psihologie” (complet); Capitolul IV – „Activități și procese regulatorii” – Activitatea umană. Afectivitatea. Voința. Atenția.
- E. Davidescu – Capitolul V – Caracterul. Aptitudinile. Creativitatea.
- T. Tintiuc – Capitolul V – „Sistemul de personalitate” – Personalitatea. Temperamentul.
- N. Daniliuc – Capitolul II – „Procesele psihice senzoriale” (complet); Capitolul III – „Procesele cognitive superioare” – Imaginația. Limbajul.
- M. Căraruș – Capitolul III – Memoria. Gândirea.

Pregătirea către editare au realizat-o: C. Ețco, Iu. Fornea, Fediuc Ludmila. Aducem sincere mulțumiri și considerații colegilor de la catedră pentru susținerea și ajutorul acordat pe parcursul elaborării acestei lucrări.

Colectivul de autori vor fi recunoscători pentru referințele și obiecțiile critice, în clarificarea, optimizarea și dezvoltarea pe viitor a concepțiilor prezentate în această lucrare.

COMPARTIMENTUL I

INTRODUCERE ÎN PSIHLOGIE

Tema 1. PSIHLOGIA. DELIMITAREA DOMENIULUI. PROBLEME TEORETICO-METODOLOGICE ALE PSIHLOGIEI

1.1. Psihologia ca știință

Psihologia ca știință posedă calități deosebite, care o diferențiază de alte discipline. Ca sistem de cunoștințe demonstrate psihologia nu este cunoscută de prea mulți; în linii generale de cei, care se ocupă de ea în special, soluționând probleme teoretice și practice. În același timp drept sistem de evenimente vitale psihologia este cunoscută fiecărui om. Ea este reprezentată prin senzații proprii, imagini, fenomene ale memoriei, gândirii, vorbirii, voinței, imaginației, motivelor, necesităților, emoțiilor și sentimentelor etc. Fenomenele psihice de bază noi putem să le depistăm nemijlocit la sine și indirect să le observăm la alți oameni.

Dar ce studiază psihologia ca știință? În traducere din limba greacă psihologia a provenit din contopirea a două cuvinte grecești „*psiuhe*” (suflet) și „*logos*” (știință, învățătură), ceea ce înseamnă „*știința despre suflet*”.

Inițial noțiunea de „suflet” era înțeleasă (și azi mai este considerată de către idealisti și oamenii religioși) drept o ființă nemuritoare și materială, care există în corpul omului, iar în momentul morții îl părăsește. Se considera că fenomenele psihice sunt proprietățile, manifestările acestui suflet.

Psihologia este o știință foarte veche, care în același timp e și foarte tânără. Pe de o parte, vârsta ei numără cca 2400 ani, iar pe de altă parte, abia în secolul XIX ea se constituie ca știință independentă.

Prima expunere sistematică a fenomenelor psihice a fost efectuată de către savantul grec din antichitate Aristotel în tratatul său „Despre suflet” („De anima”). El a expus psihologia ca domeniu specific (original) de cunoștințe și pentru prima dată a înaintat ideea nedivizării sufletului și corpului viu.

Aristotel a făcut primele referiri consistente asupra psihicului. Sufletul (psihic) se manifestă în diverse capacități (abilități) spre activitate: hrănitor, simțitor, mișcător (mobil), gânditor; capacitățile superioare apar din cele inferioare și se dezvoltă pe baza lor.

Aristotel este considerat întemeietorul psihologiei. Termenul „psihologie” datează din secolul al XVI-lea (titlul unei cărți a lui M. Marulic, a. 1520) și se pare că era folosit destul de frecvent încă din a. 1560 de către Melanchton. Blancard (1693) a apelat la termenul „psihologie” pentru a desemna „acea cunoaștere, care se referă la suflet”.

Cu toate acestea, termenul s-a difuzat într-o concepție modernă începând abia cu secolul al XVIII-lea datorită filosofului german Cristian Von Wolff (1679–1754), pentru a desemna știința sufletului. Acest termen a fost utilizat în cartea sa „*Psychologia Rationalis*”.

Istoria psihologiei drept știință experimentală începe cu a. 1879, când a fost creat primul laborator de psihologie experimentală în lume, la Leipzig, Germania, de către psihologul german Wilhelm Wundt.

Psihologia s-a constituit ca știință independentă desprinsă de filosofie abia în secolul al XIX-lea, odată cu extinderea metodelor experimentale în studiul fenomenelor psihice (Ernst Weber, Gustav Fechner, Hermann Ebbinghaus, Herman L. Helmholtz, Wilhelm Wundt) și a devenit naturalistă și fiziologică. La puțin timp după aceasta, în a. 1885, Behterev V.M. a organizat asemenea laborator experimental în Rusia.

În România psihologia se constituie ca disciplină independentă, cu caracter experimental, la puțin timp după ce începe să se dezvolte ca știință experimentală pe plan mondial.

Pionierii psihologiei experimentale din România (E. Gruber, C. Rădulescu-Motru, F. Ștefănescu-Goangă) își fac ucenicia în primul laborator de psihologie experimentală al lui W. Wundt.

Din păcate, Eduard Gruber, fondatorul primului laborator de psihologie experimentală din România (la Iași, 1893), se stinge din viață în 1896, la numai 35 de ani, regretat, printre mulți alții, și de Dimitrie Anghel și Șt. O. Iosif.

Pentru a deveni științifică, psihologia s-a dezvoltat inițial ca o „știință naturală”, pe modelul biologiei sau fiziologiei, devenind experimentală, apoi și-a lărgit câmpul de activitate spre cele mai variate aplicații, devenind, pe lângă o știință teoretică, și o știință aplicată, chiar o psihotehnică.

După primul război mondial, în pofida condițiilor dificile create ca urmare a acestuia și apoi ale crizei economice prin care a trecut România activitatea științifică este reluată în cele două universități din București și Iași, la care se adaugă noul și puternicul centru universitar de la Cluj. Psihologia românească cunoaște acum un avânt deosebit, datorită dezvoltării celor trei centre de cercetare de pe lângă catedrele de psihologie ale celor trei universități.

La București, C. Rădulescu-Motru înființează Laboratorul de psihologie experimentală (în a. 1906), cu condiții vitrege de dezvoltare, în timpul războiului, o mare parte din aparatura cu care a fost înzestrat fiind distrusă. Imediat după război, C. Rădulescu-Motru intervine în repetate rânduri în scopul obținerii fondurilor necesare pentru refacerea laboratorului; intervențiile sale se soldează cu promisiuni, care nu sunt respectate decât în parte și cu mare întârziere.

Laboratorul nu devine unitate de cercetări științifice originale, decât după a. 1929, când au intrat în serviciul lui oameni ca I.M. Nestor, G. Zapan, G.C. Bontilă, C. Georgiade, C. Zahirnic, care au fost într-adevăr experimentalisti, adică psihologi de laborator, axați predominant pe genul acesta de cercetări.

Cartea lui C. Rădulescu-Motru „Curs de psihologie” (aparută în a. 1923, ediția a II-a, 1929), este după mărturisirea autorului „rezumatul cursului de psihologie” ținut în anii precedenți la Universitatea din București; cartea își propune să fie cu caracter strict științific.

„Cursul de psihologie” duce mai departe, dezvoltă și precizează unele idei din „Problemele psihologiei” (carte aparută în a. 1898), confruntându-le în permanență cu ultimele date ale științei și completându-le cu altele noi, care nu intraseră în preocupările cărții.

În problema metodelor de cercetare necesare pentru constituirea psihologiei ca știință, ce trebuie să descrie, să explice și să prevadă desfășurarea fenomenelor psihice, pledează pentru utilizarea concentrată a mai multor metode: observația internă/externă, metoda experimentală, comparativă, patologică etc. Ideile psihologice promovate în decursul întregii sale activități didactice și științifice, mai ales prin cărțile sale „Probleme de psihologie” (1898), „Curs de psihologie” (1923) și prin multe dintre studiile și articolele de psihologie publicate în revistele pe care le-a înființat – „Studii filozofice” (1897–1919), „Revista de filozofie” (1923–1943); „Revista de psihologie experimentală și practică” (1931); „Analele de psihologie” (1934–1943); „Jurnalul de psihotehnică” (1937–1941) – reprezintă una dintre cele mai importante contribuții la constituirea psihologiei ca știință experimentală în România.

Activitatea lui C. Rădulescu-Motru în domeniul psihologiei a fost precumpănitor pozitivă. El a înțeles importanța cercetărilor experimentale pentru dezvoltarea psihologiei și le-a sprijinit, organizând un *laborator de psihologie* în cadrul catedrei sale și contribuind la pregătirea unora dintre discipolii săi în această direcție. A încurajat și sprijinit aplicarea psihologiei în diverse domenii de activitate.

Aportul lui principal în istoria psihologiei românești constă în *ocuparea și organizarea celei dintâi catedre de psihologie specializată*, în formarea unor psihologi de profesie prin mijloace didactice naționale și asigurarea unor cadre organizatorice, instituționale (laborator, bibliotecă, asociații, reviste etc.) pentru desfășurarea unor activități permanente și profunde.


De numele lui C. Rădulescu-Motru se leagă primele eforturi de a asigura psihologiei condițiile obiective ale trecerii de la speculația filozofică spre știință, de la compilație spre cercetări originale.


Adevăratul întemeietor al psihologiei experimentale din România, deci nu numai precursor ca Gruber și Vaschide, nici cititor în toată puterea cuvântului, ca Rădulescu-Motru, a fost Fl. Ștefănescu-Goangă (1881–1958), doctor în filozofie tot de la Leipzig cu teza „Cercetări experimentale cu privire la tonalitatea afectivă a culorilor”, susținută în a. 1911 la W. Wundt (unde lucrase cinci ani). Goangă a ocupat apoi catedra Psihologie de la Universitatea din Cluj în a. 1919, pe lângă care a înființat, în a. 1921, un laborator, transformat, în a. 1922, în celebrul „Institut de psihologie experimentală, comparată și aplicată”. Abia de la această dată începe în chip neîndoielnic, o nouă perioadă în psihologia românească, cea experimentalistă.

În a. 1926 încep primele cercetări experimentale, „concepute însă mai mult în sensul unor cercetări de probă, care durează până în preajma anului a. 1927, dată care a precedat primele cercetări largi și intense, primele lucrări apărând după doi ani”. Începând din a. 1928, colaboratorii institutului sunt trimiși pentru specializare în străinătate, pentru studii aprofundate. Sub conducerea lui Ștefănescu-Goangă, în decurs de un deceniu, ca rezultat al neobositei sale activități, apar peste douăzeci de volume în colecția „Studii și cercetări psihologice”.

În unitățile didactice și științifice conduse de el, dar mai ales prin trimiteri sistematice în străinătate, s-au format o serie întregă de psihologi români: N. Mărgineanu, Al. Roșca, A. Chircev, M. Beniuc, M. Peteanu și alții. Institutul de psihologie din Cluj a avut un periodic propriu, „Revista de Psihologie”, precum și o colecție intitulată „Studii și cercetări psihologice” și alta „Teste, chestionare, fișe”.

Alexander Bain (1818–1903), scoțian de origine și tradiție filosofică, cu puternice interese pentru o psihologie „naturală”, a scris lucrări, două din care au fost recunoscute ca *cea mai elaborată gândire psihologică* a sec. al XIX-lea:

 The Senses and the Intellect (1855).

 The Emotions and the Will (1859).

Prestanța lui Al. Bain în istoria psihologiei este dată și de *fondarea primei reviste de psihologie* “Mind”, în a. 1876 (pe care a și susținut-o financiar până în a. 1892).

Problemele generatoare de divergențe în istoria psihologiei

Evoluția gândirii psihologice poate fi reprezentată ca o permanentă zbatere și pendulare în interiorul unei serii de raporturi dihotomice antagonice, a căror abordare și încercare de rezolvare nu puteau să nu genereze dispute și divergențe.

Divergența apare de îndată ce se optează în mod exclusiv și absolut pentru un termen al raportului sau altul. Iată care au fost (și sunt și în prezent) aceste raporturi, ce au pus și pun la încercare gândirea psihologică:

- 1) raportul derivat din natura psihicului: material-ideal (spiritual, supranatural, divin);
- 2) raporturile derivate din constituirea internă a vieții psihice: parte-întreg, senzorial-logic, cognitiv-dispozițional (afectivitate, motivație), conștient-inconștient;
- 3) raportul dintre planul subiectiv intern și planul obiectiv extern (comportamentul);
- 4) raportul inermism-genetism (psihicul este integral predeterminat – psihicul este integral rezultatul evoluției ontogenetice);
- 5) raportul biologic-cultural (psihicul determinat integral de factorii biologici-psihicul este determinat exclusiv de factorii socioculturali);
- 6) raportul individual (particular)-general, ideografic-nomotetic;
- 7) raportul cantitate-calitate, introspecționism, intuiționism-experimentalism.

Elaborarea unui sistem încheiat, unitar, intern necontradictoriu al științei psihologice reclamă parcurgerea tuturor acestor raporturi și găsirea la fiecare dintre ele a soluției, care să depășească limitele celor anterioare grevate de absolutizare unilaterală.

1.2. Domeniile psihologiei

Psihologia contemporană prezintă în sine un sistem dezvoltat de domenii, care includ o serie de discipline și direcții științifice diverse.

Structura psihologiei ca știință este formată din diverse ramuri atât *fundamentale*, care prezintă în sine direcții de cercetări științifice, dezvoltându-se relativ de sine stătător, cât și *aplicative (speciale)*.

Luând în considerare aceste circumstanțe, cât și faptul că în timpul prezent sistemul științelor psihologice continuă să se dezvolte activ (la fiecare 4–5 ani apare o nouă direcție), va fi mai corect să nu vorbim despre o singură știință – psihologia, dar de un sistem complex de științe psihologice în dezvoltare.

Ramurile fundamentale ale psihologiei au un sens general pentru înțelegerea și lămurirea psihologiei și comportării oamenilor, indiferent de faptul cine sunt ei și cu ce activitate concretă se ocupă. Aceste ramuri sunt menite să ofere cunoștințe, la fel de necesare pentru toți cei, care sunt interesați de psihologie și de comportamentul uman. În puterea unei astfel de universalități aceste cunoștințe uneori se unesc prin termenul de „psihologie generală.”

Aplicative sunt numite acele ramuri ale științei psihologice, realizările cărora sunt utilizate în practică.

Ramurile generale propun și rezolvă probleme, la fel de importante pentru dezvoltarea egală a tuturor direcțiilor psihologice fără excepții, iar cele speciale – evidențiază probleme, care prezintă un interes deosebit pentru cunoașterea uneia sau câtorva grupe de fenomene.

O să analizăm câteva ramuri fundamentale și applicative (speciale) ale psihologiei.

Psihologia generală (fig. 1) cercetează *individul*, accentuând în el procesele de cunoaștere și personalitatea. Procesele psihice cognitive cuprind senzația, percepția, atenția, memoria, imaginația, gândirea și vorbirea. Cu ajutorul acestor procese omul recepționează și prelucrează informația despre lume, ele participă de asemenea la formarea și reorganizarea cunoștințelor.

Personalitatea conține însușiri, care determină acțiunile și faptele omului. Acestea sunt emoțiile, dispozițiile, aptitudinile, mecanismele (directivele), motivația, temperamentul, caracterul și voința.

Ramurile applicative ale psihologiei (*fig. 2*) sunt strâns legate de teoria și practica de instruire și educație a copiilor, includ psihologia genetică, psihofiziologia, psihologia diferențială, psihologia etativă, psihologia socială, psihologia pedagogică, psihologia medicală, patopsihologia, psihologia juridică, psihodiagnostica și psihoterapia.

Psihologia genetică studiază mecanismele ereditare ale psihicului și comportamentului, dependența lor de genotip.

Psihologia diferențială determină și descrie deosebirile individuale ale oamenilor, predispozițiile lor și procesul de formare.

În *psihologia etativă (vârștelor)* aceste deosebiri sunt prezentate pe vârste. Această ramură a psihologiei studiază de asemenea și schimbările, transformările, care au loc în cadrul trecerii de la o vârstă la alta.

Psihologia genetică, diferențială și etativă, împreună luate, formează baza științifică a înțelegerii legilor de dezvoltare psihică a copilului.

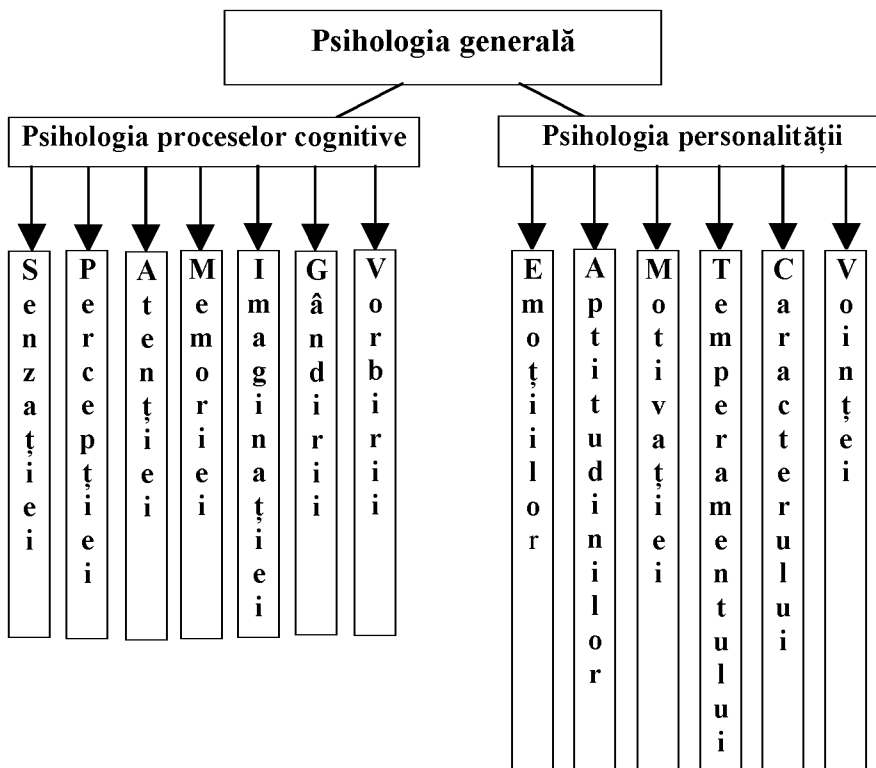


Fig. 1. Structura psihologiei generale.

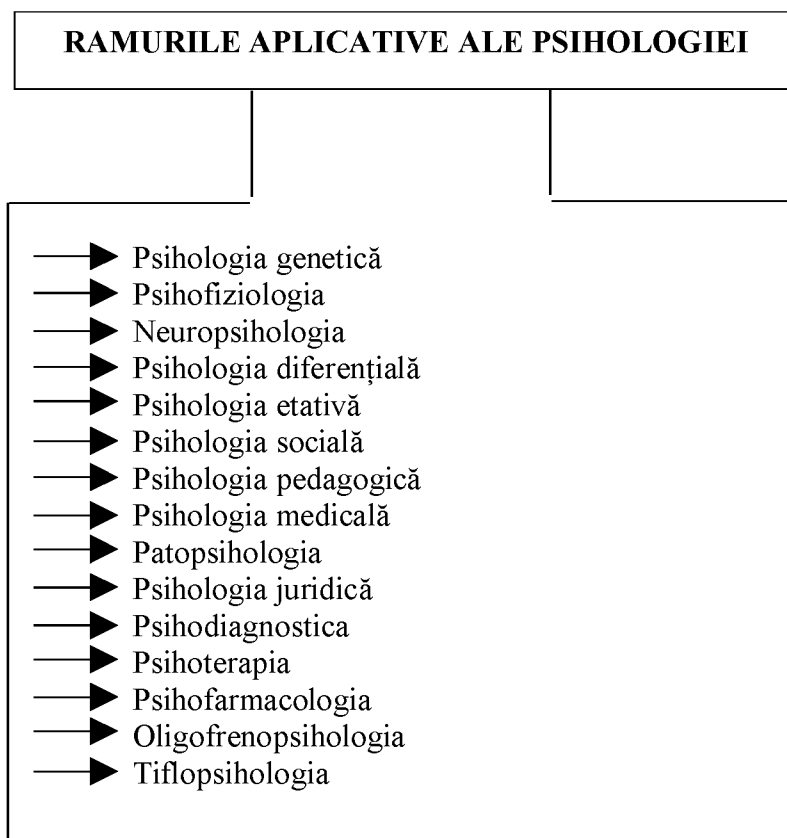


Fig. 2. Ramurile științei psihologice, care au atitudine față de instruire și educație.

Psihologia socială studiază interrelațiile umane, fenomenele, apărute în procesul comunicării și acțiunii reciproce ale oamenilor între ei în diverse grupe, în special în familie, școală, în colectivele de instruire și pedagogice. Asemenea cunoștințe sunt necesare pentru organizarea psihologică corectă a educației.

Psihologia pedagogică unește informația completă, legată de instruire și educație. Aici atenție deosebită se atrage asupra fundamentării și elaborării metodelor de instruire și educație a oamenilor de diferite vârste.

Alte trei ramuri ale psihologiei, cum sunt psihologia medicală, patopsihologia și psihoterapia, au de a face cu devierile de la normă în psihicul și comportamentul omului. Scopul acestor ramuri ale științei psihologice e să lămurească cauzele dereglărilor psihice posibile și să fundamenteze metodele de prevenție și de lecuire a lor.

Psihologia juridică cercetează însușirea de către persoane a normelor de drept și regulilor de comportare; de asemenea este utilă pentru educație.

Psihodiagnostica propune și rezolvă problemele aprecierii psihologice a nivelului de dezvoltare a oamenilor și diferențierea lor.

Studierea științelor psihologice începe cu psihologia generală, fiindcă fără cunoașterea profundă a noțiunilor de bază, lămurite în psihologia generală, va fi imposibil de înțeles acel material, care este oferit de domeniile speciale ale psihologiei.

Diferențierea psihologiei este completată de procesul de integrare reconvențional, în rezultatul căreia are loc îmbinarea psihologiei cu toate științele (prin psihologia inginerescă – cu științele tehnice, prin psihologia pedagogică – cu pedagogia, prin psihologia socială – cu științele sociale etc.)

Conform clasificării academicianului B.M. Kedrov, care a încercat să exprime grafic locul psihologiei în sistemul științelor prin situarea ei în interiorul unui triunghi echilateral. „Psihologia ocupă o poziție centrală nu numai ca produs al tuturor celorlalte științe, ci și ca sursă posibilă de explicare a formării și dezvoltării lor” (Piaget, 1966).

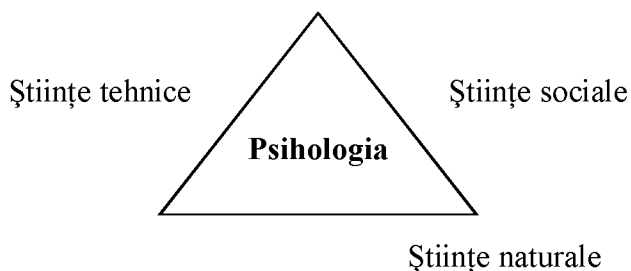


Fig. 3. Clasificarea lui B.M. Kedrov (1961).

Psihologia integrează toate aceste științe și la rândul ei are influență asupra lor devenind **modelul general al cunoștințelor umane**.

1.3. Metodologia cercetării în psihologie

În funcție de natura obiectului de studiu, orice știință elaborează propriile metode de cercetare. Metodele au însă în spatele lor niște norme, puncte de vedere principale, care le guvernează. Astfel putem vorbi de câteva principii ale cercetării psihologice:

Principiul determinismului pornește de la postulatul că toate fenomenele din natură și societate au anumite cauze, se supun necesității, fiind guvernate de legi obiective. Cauzele psihologice sunt multiple, complexe. Ele apar frecvent ca cauze finale.

Datorită complexității cauzalității psihice, cele mai multe legi, ce guvernează viața psihică, au un caracter probabilist (statistic). Deci fenomenele, depinzând de numeroși factori, sunt influențate și de legile probabilității.

Principiul dezvoltării – spre deosebire de lumea anorganică viața presupune o permanentă transformare, o succesiune de procese, prin care se realizează schimburi materiale și informaționale între o vietate și natură. Cu atât mai mult se aplică această observație a vieții psihice, care presupune o continuă activitate, o continuă evoluție. Această continuă transformare este în funcție de dezvoltarea biologică (creierul, ca orice organ își are evoluția sa), dar mai ales intervin factorii sociali, influența ambianței sociale. Un rol îl au chiar factorii psihologici: conștiința de sine, idealurile, speranțele influențează activitatea noastră și devenirea propriului psihic. Constatarea aceasta ne obligă să nu uităm „mobilitatea” psihică și să căutăm totdeauna să înțelegem procesul apariției și dezvoltării unui proces psihic.

Principiul organizării sistemice – psihicul formează un sistem hipercomplex. L. von Bertalanffy este autorul teoriei sistemelor, pentru el sistemul fiind „orice ansamblu de elemente aflate într-o interacțiune ordonată (nonîntâmplătoare)”.

Pentru a accentua un aspect esențial am putea defini *sistemul* drept un ansamblu de elemente, a căror interacțiune conduce la apariția unor proprietăți specifice, ce nu le posedă părțile constitutive ale ansamblului. Există sisteme: *închise* (au relații energetice) și *deschise*, care caracterizează ființele vii (schimburi de energie, de substanță și informație).

Psihicul este un sistem deschis, în cazul său aspectul informațional fiind cel hotărâtor. Totodată, este și un sistem dinamic, în continuă transformare.

Psihicul formează și un sistem hipercomplex, având un mare număr de elemente, fiecare dintre ele fiind la rândul lor sisteme (perceptive, conceptuale etc.).

O altă caracteristică importantă a sistemului psihic este faptul de a fi un ansamblu autoreglabil. Principiul sistematizării ne obligă să nu uităm dependența multiplă a oricărui proces de alte subsisteme și de sistemul cel mai cuprinzător – persoana, eul ei.

Cuvântul „metodă” vine de la grecescul „*methodos*”, care înseamnă „cale, drum spre ceva”.

După A. Lalande, metoda este „un program reglând dinainte o succesiune de operații și semnaland anumite greșeli de evitat în vederea atingerii unui rezultat determinat”.

Ca program, metoda este un sistem, o structură de noțiuni și judecăți vizând o activitate. Metoda are deci o existență rațională și nu presupune neapărat acțiuni practice. Totuși ea diferă de teorie prin faptul că are un caracter normativ, formulând unele indicații, reguli, dar metoda e strâns legată de teorie. O teorie coerentă conduce la o metodă precisă.

Există divergențe în legătură cu numărul de metode utilizabile în psihologie. După unii, există doar două metode fundamentale: observația și experimentul. Alții, dimpotrivă, enumeră 11 metode (G. Allport, 1981), din care mai multe sunt similare. De aceea vom adopta o poziție de compromis, descriind 6 metode: observația, experimentul, convorbirea, chestionarea, metoda biografică și testele.

Mai există și asemenea metode, cum ar fi: studierea produselor activității, metoda genetică și comparativă; metode statistice în psihologie etc.

Vom trece la analiza lor succesivă.

Metoda observației

Observația ca metodă constă în *urmărirea atentă și sistematică a unor reacții psihice cu scopul de a sesiza aspectele lor esențiale*.

În psihologie există două tipuri de observații, pe baza cărora:

- urmărim reacțiile psihice exterioare ale unei persoane (observația externă);
- urmărim propriile noastre procese psihice (observația internă sau autoobservarea).

Introspecția (autoobservarea) este tocmai această observare atentă a propriilor noastre trăiri, insesizabile din exterior, ea are la bază o proprietate unică și caracteristică omului: dedublarea – însușirea de a trăi o stare și de a fi conștient de ea, în același timp.

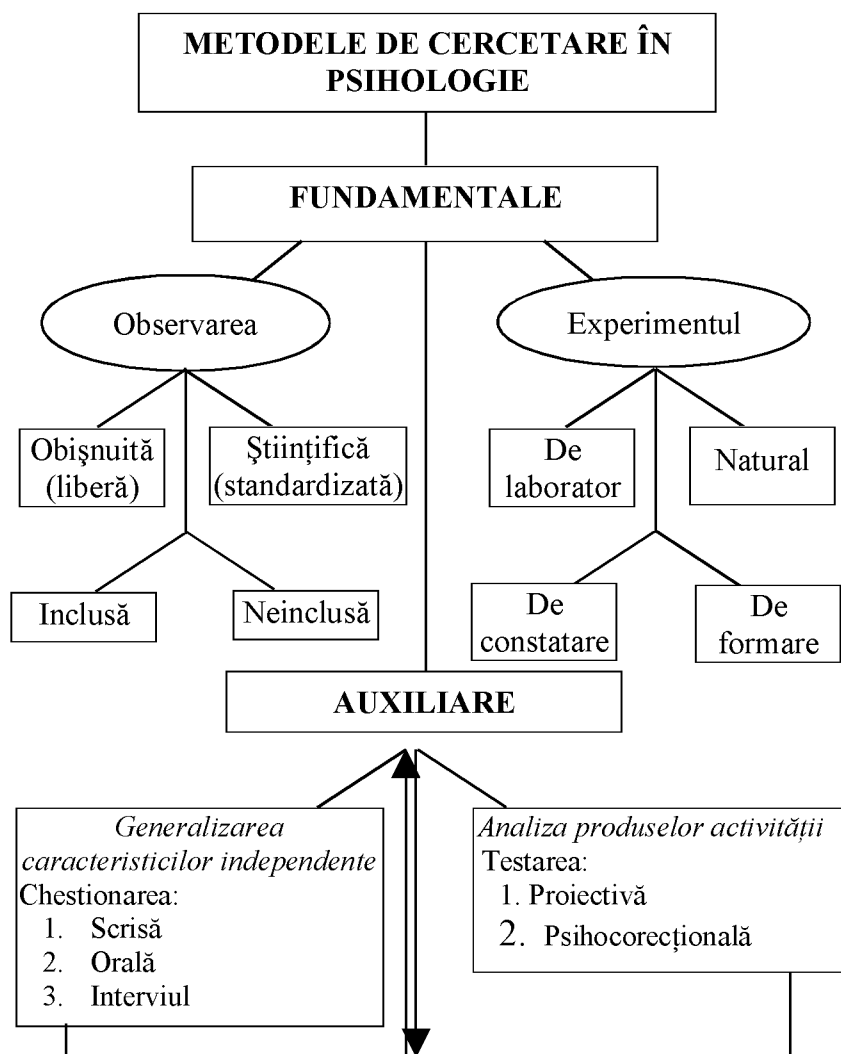


Fig. 4. Metodele de cercetare în psihologie.

Introspecția a fost și este mult utilizată de filosofi. Veacuri de-a rândul ea a constituit principala sursă de considerații psihologice. Sec. XX a început însă printr-o virulentă critică adusă acestei metode.

Cu toate deficiențele reale, practic nu s-a putut renunța niciodată la această metodă, deoarece e aproape imposibilă cunoașterea motivelor adevărate, a atitudinilor, a viselor, a aspirațiilor cuiva fără a recurge la datele introspective.

Când urmărim manifestările exterioare ale altor persoane, vorbim de *extrospecție*, de observarea externă. Suntem atenți la faptele, replicile, expresiile lor. Prezența unei persoane, care observă, poate schimba fundamental conduita celorlalți. Aproape nimeni nu se poartă la fel când se știe singur, ca atunci când este urmărit de alții.

Toate aceste aspecte fac evidentă necesitatea respectării anumitor condiții pentru ca să fim siguri de obținerea unor informații obiective, de valoare științifică.

Cerințele față de observare:

– să clarificăm din capul locului ce urmărim să constatăm, ce aspecte ale comportării, în ce situații și în care moment. În felul acesta evităm să scăpăm din vedere fapte, reacții importante pentru ipoteza pe care ne-o schițăm în legătură cu persoana observată ori cu fenomenul avut în vedere.

– să ne asigurăm de posibilitatea unor numeroase observații, pentru a putea deosebi ceea ce este esențial, caracteristic de ceea ce este secundar. În acest sens, este important nu numai numărul de fapte, ci și varietatea lor, varietatea condițiilor în care observăm.

– pentru a putea interpreta corect, se cere să notăm cât mai exact observațiile noastre, însă astfel încât să se distingă net-faptele de eventualele interpretări (necesare, însă posibil să fie modificate).

– e bine ca persoana observată să nu-și dea seama de această situație pentru a reacționa în mod firesc. Putem realiza acest lucru dacă facem parte dintr-un grup în care se află subiectul, ce ne preocupă și-l vom urmări prin scurte priviri în momentele favorabile (observarea inclusă, descrisă de psihologul Olșanski).

Pentru efectuarea observației vom folosi diverse aparate tehnice de înregistrare a datelor: cameră video, casetofon, săli speciale pentru observații, etc.

La interpretarea observațiilor ținem cont de context, de situație, cât și de atitudinile, expresiile subiecților. Pentru clarificarea datelor nesigure ne poate ajuta mult o convorbire cu persoanele studiate, convorbirea constituind ea însăși o metodă de cercetare psihologică.

Variantele observației:

- externă (extospecția);
- internă (introspecția);
- liberă;
- standardizată;
- inclusă;
- laterală.

Experimentul

Este considerat cea mai importantă metodă de cercetare, având posibilitatea de a furniza date precise și obiective.

Prin experiment înțelegem *provocarea deliberată a unui fenomen psihic, în condiții bine determinate, cu scopul de a găsi sau a verifica o ipoteză (studierea fenomenului)*. Aceasta este deosebirea esențială a experimentului față de observație, respectiv, autoobservație. Valoarea experimentului derivă din faptul că modificăm una din condiții și urmărim ce transformări rezultă; mărimea acestora ne indică ponderea factorului influențat în producerea efectului.

În experiment există două categorii (de bază) de variabile:

- independente (asupra lor acționează numai experimentatorul);
- dependente (cele ce depind de variabilele independente).

Numărul variabilelor ce pot fi luate în considerare este foarte mare: există diverși factori ai mediului natural, mediul social (diferite persoane), apoi variabile subiective. După scopul urmărit, experimentatorul modifică unele din ele, altele rămânând constante, ceea ce îi permite să inducă o serie de concluzii.

În conceperea și desfășurarea unui experiment distingem mai multe etape:

– *observarea inițială*, în care urmărim modul de manifestare a unui fenomen psihic și evidențiem o problemă, ce se cere soluționată;

– imaginăm o presupunere, *o ipoteză* vizând soluționarea problemei degajate; totodată, concepem și modul de verificare a ipotezei (descriem un *montaj experimental*);

– urmează *desfășurarea efectivă a experimentului*, în care observăm și înregistrăm rezultatele;

– ultima etapă constă în *organizarea și prelucrarea statistică a datelor* (experimentul psihologic se efectuează de obicei cu mai multe persoane), ce ne permit să facem anumite concluzii, generalizându-le în funcție de structura și amploarea populației. Deseori concluziile ne conduc la schimbarea ipotezei și conceperea unui alt experiment. Reușita experimentului depinde esențial de valoarea ipotezei și ingeniozitatea montajului experimental; aceasta implică uneori utilizarea mai multor grupe de subiecți, pentru a putea disocia o anumită variabilă

(A. Cosmovici, 1980). În același timp, e foarte importantă calitatea observațiilor. În experiment există două observații: cea inițială și cea finală (efectuată în timpul desfășurării experimentului). Comparația dintre ele ne permite să tragem anumite concluzii. Cl. Bernard definea experimentul ca fiind „o observație provocată”. Precizarea unor înregistrări a pus problema măsurării în psihologie, fiindcă o manifestare psihică nu e numai prezentă sau absentă, ci poate fi mai mult sau mai puțin intensă.

Se pot descrie 3 tipuri de experimente psihologice:

- **Experimentul de laborator** este realizat într-o încăpere amenajată, utilizându-se diferite aparate sau materiale. Avem avantajul posibilității de a elimina tot felul de factori perturbatori, însă subiectul se află în condiții artificiale și în fața unor sarcini neobișnuite, încât e greu să putem extinde rezultatele obținute și asupra comportamentului în condițiile vieții obișnuite.

Experimentul de laborator a fost introdus ca metodă specifică de cercetare în psihologie de către W. Wundt în a. 1879. Din timpul lui Wundt până în prezent experimentul de laborator a cunoscut o evoluție spectaculoasă, atât sub aspectul sferei de extensiune, cât și sub cel al structurii interne și al suportului tehnic. Modelele experimentale au cunoscut o continuă diversificare și perfecționare. Experimentul de laborator este integral controlat de cercetător.

- **Experimentul în condiții standardizate** e cel, care se desfășoară într-o ambianță obișnuită (un birou, o sală de clasă), dar subiectul e supus totuși unor probe cu care nu e familiarizat, premisele acestora sunt strict standardizate – aceleași pentru toți subiecții.
- **Experimentul natural sau de teren** se organizează după aceleași criterii și rigori ca și cel de laborator, dar se efectuează în cadrul natural de activitate al subiectului. A fost introdus pentru prima dată în cercetarea curentă de psihologul rus Lazurski, la înc. sec. XX. El constă în a urmări o persoană sau un grup de persoane în condițiile vieții sale obișnuite, în care a survenit o modificare.

De exemplu: un profesor s-a hotărât să utilizeze săptămânal filme didactice, câte ½ de oră. Psihologul poate examina efectele unor asemenea modificări.

Multă vreme școala a fost principalul cadru de aplicare a experimentului natural. În ultimele decenii, sfera experimentului natural s-a extins și asupra activităților profesionale (reorientarea și reprofilarea profesională), în studiul comportamentului organizațional, în psihoterapia comportamentală, etc.

Metoda experimentală este foarte valoroasă.

Experimentul psihologic întâmpină multiple obstacole. Dar cu perseverență și ingeniozitate se pot obține rezultate importante (Jean Piaget).

Este foarte important să îmbinăm experimentul cu alte metode (observarea, convorbirea, metoda biografică, testele proiective).

Metoda convorbirii

Pentru ca o convorbire să se ridice la rangul de metodă științifică ea trebuie să fie *premeditată* în vederea obținerii unor date cu privire la o persoană. Premeditată în sensul de a fi pregătită, gândită dinainte cu scopul îndeplinirii unor condiții, care să garanteze obținerea unor date valabile, importante pentru cercetarea ce o întreprindem.

Adesea pentru obținerea unor informații despre aspectele personalității, care nu pot fi nici nemijlocit observate, nici provocate experimental și nici obiectivate în produsele activității, recurgem la *interogarea* directă a subiectului, prin metoda interviului sau a convorbirii. Obiectul acestei metode îl poate constitui decelarea anumitor trăsături atitudinal-caracteriale globale de personalitate, sau traiectoria școlară, traiectoria și statutul profesional, viața de familie, comportamentul relațional, dimensiunea proiectivă – dorințe, așteptări, aspirații, idealuri etc.

Metoda poate fi aplicată în formă *liberă* (spontană), începând cu 2–3 întrebări introductive stabilite dinainte, apoi întrebările urmând a fi găsite și formulate pe loc, în funcție de răspunsurile și atitudinea subiectului. Forma liberă pare mai naturală, subiectul considerându-se

angajat într-o discuție amicală. Aceasta îl va determina să se cenzureze mai puțin și să dea răspunsuri mai sincere, mai puțin căutate și simulate. Dar pentru a fi aplicată cu naturalețea și dezinvoltura necesare și, în același timp, cu rigoarea corespunzătoare, forma liberă reclamă din partea psihologului o deosebită abilitate și o bogată experiență în domeniu. Orice crispare, orice stângăcie în ținută și în formularea întrebărilor devin stimuli inhibitori sau perturbatori, care fie că blochează tendința de destăinuire a subiectului, fie că-l obligă la răspunsuri formale, artificiale.

Cea de a doua formă a acestei metode este structurată (*convorbirea standardizată*). Cercetătorul își alcătuiește dinainte o schemă a interviului, în care menționează problema sau scopul de atins și formulează principalele întrebări, prin care urmărește obținerea unei informații suficiente, veridice și relevante (nu este permis să modificăm întrebările în timpul conversației).

O mare importanță pentru asigurarea sincerității răspunsurilor subiectului are modul de înregistrare a informației, pe care-l folosește psihologul. Recomandabil ar fi ca acesta să fie maxim discret, subiectul netrebuind să știe sau să vadă că ceea ce spune el este înregistrat. Convorbirile standardizate sunt utilizate dacă vrem să interogăm un mare număr de persoane, de obicei în cadrul unei anchete. Ele sunt preferate de sociologi.

Convorbirea cu o persoană este cea mai directă cale pentru a afla detalii referitoare la motive, aspirații, trăiri afective, interese. Este contraindicat ca psihologul să facă aprecieri și judecăți de valoare – de tipul „este greșit”, „este adevărat”, „foarte rău”, „este inadmisibil” etc. pe marginea răspunsurilor date de subiect.

Metoda convorbirii se consideră una din cele mai dificile, deoarece este nevoie de o colaborare din partea subiecților: nu e simplu să convingi o persoană, de obicei necunoscută, să colaboreze cu sinceritate în sondarea ființei sale. Există unele persoane cărora le place să-și povestească viața, necazurile, altele sunt însă foarte rezervate. Este necesar ca psihologul să le câștige încrederea; să-și dea seama că nu există nici un risc, fiind vorba de o cercetare în cadrul căreia ele vor fi subiecți anonimi. Uneori le putem trezi dorința de a contribui la succesul unei investigații științifice. Intervine tactul cercetătorului de a se face plăcut, de a inspira încredere; de el depinde în mare măsură succesul convorbirii.

Chestionarea

Convorbirea necesită mult timp. De aceea, când vrem să cuprindem o populație mai largă, se recurge la chestionare, acestea fiind de fapt convorbiri purtate în scris.

Mai exact, am putea defini un chestionar ca fiind un *sistem de întrebări elaborat în așa fel încât să obținem date cât mai exacte cu privire la o persoană sau un grup social*.

Există chestionare cu *răspuns deschis*, când subiectul are libertatea de a răspunde cum crede el de cuviință, și altele cu *răspuns închis*, în care i se dau mai multe răspunsuri posibile din care el alege pe cel considerat convenabil. Acest din urmă tip de chestionar are avantajul că se completează ușor de către subiect și poate fi „cuantificat” (prin acordarea de puncte se pot stabili diferențe cantitative între persoanele, care completează chestionarul). Însă are și dezavantajul că poate sugera răspunsuri la care subiectul nu s-ar fi gândit.

Asemenea convorbirii, chestionarul întâmpină două categorii de dificultăți: cele ce decurg din particularitățile introspecției și aceea de a câștiga încrederea subiectului pentru a răspunde în mod sincer și cu seriozitate. Acest din urmă dezavantaj este sporit la chestionar, întrucât, neavând un contact direct cu subiectul în timpul răspunsului, n-avem nici un fel de indiciu pentru a putea aprecia sinceritatea și angajarea sa efectivă. De aceea, prima și cea mai importantă condiție a unui chestionar este de a fi alcătuit în așa fel încât *să combată tendința de fațadă*, ceea ce nu este deloc facil. Unul dintre mijloace este acela de a evita întrebările directe; se prezintă o afirmație și se cere să se aprecieze dacă e corectă sau nu. Ca și la convorbire, va trebui să evităm sugestionarea persoanei.

Elaborarea unui chestionar se dovedește a fi un lucru complicat, cerând calificare și experiență.

Metoda biografică

Metoda biografică este denumită și *anamneză* după termenul folosit în medicină, unde ea desemnează reconstituirea istoricului unei maladii. În psihologie, metoda biografică implică o *analiză a datelor privind trecutul unei persoane și a modului ei actual de existență*. Acest studiu al trecutului e foarte important, fiindcă în primii ani ai vieții, îndeosebi în familie, se pun bazele caracterului, ale personalității.

Metoda biografică este destinată studiului personalității globale. Prin ea cercetătorul își propune să înțeleagă și să explice tabloul actual al organizării psihocomportamentale în funcție de istoria anterioară a individului. Analiza biografică devine absolut necesară și indispensabilă în cercetarea psihologică, în care orice reacție concretă trebuie interpretată și prin raportarea la personalitate în integritate.

Ca recomandare generală se poate formula exigența de orientare selectivă, urmărind evidențierea și înregistrarea nu a tuturor întâmplărilor, pe care le-a traversat individul, ci numai a celor semnificative, care prin conținutul și impactul avut au marcat structural cursul devenirii ulterioare a profilului de personalitate.

Informația primară în cadrul metodei biografice se poate recolta pe două căi: *una indirectă și alta directă*.

Calea indirectă constă în studiul documentelor (fișe școlare, fișe profesionale, caracterizări, recomandări, jurnale, date de familie etc.) și în discuții cu persoane cu care subiectul studiat se află în relații semnificative – rude, prieteni, colegi, șefi, etc.

Calea directă constă în obținerea datelor, care ne interesează de la însuși subiectul studiat, în cadrul unor convorbiri sau interviuri speciale. Calitatea și relevanța informației vor depinde atât de structura de personalitate a subiectului, cât și de capacitatea psihologului.

În cazul investigației biografice putem diferenția două aspecte fundamentale: culegerea datelor și interpretarea lor (aspect esențial și cel mai dificil al metodei biografice).

Psihologul german H. Thomae a elaborat un model de analiză a materialului biografic, el evidențiind posibilitatea utilizării a 29 de categorii, prin care putem privi trecutul persoanei, acestea au fost împărțite în patru grupe:

- *categorii formale* (monotonie – schimbare; armonie – agitație);
- *categorii cognitive* (închis – deschis; prietenie – dușmănie);
- *categorii existențiale* (probleme de motivație personală – probleme de creație);
- *categorii instrumentale* (procese de adaptare – mecanisme de apărare).

Întrucât se adresează personalității ca integritate, metoda biografică nu poate avea o schemă de tip algoritmic, ci numai una euristică, flexibilă, care să permită schimbarea unghiului de abordare, a seriei întrebărilor, a atitudinii. De aceea, eficiența ei va depinde, în primul rând, de experiența și pricepera psihologului.

Metoda testelor

Testul este o *probă standardizată, vizând determinarea cât mai exactă a gradului de dezvoltare a unei însușiri psihice sau fizice*. Am adăugat și însușirile fizice, deoarece medicii sau antrenorii sportivi utilizează și ei teste, vizând determinarea performanțelor de care sunt capabile unele persoane.

Standardizarea constă în obligația de a aplica exact aceeași probă, în exact aceleași condiții psihologice, utilizând un consemn identic pentru toți subiecții.

Această metodă își are originea în încercările antropologului englez Francis Galton, de la sfârșitul secolului trecut, de a înregistra și a măsura cu ajutorul unor probe anumite capacități intelectuale, pe care el le socotea predeterminate (înnăscute).

Termenul *test* a fost introdus de J. McKeen Cattell în a. 1890. Elaborarea metodei propriu-zise, în varianta sa modernă, se datorește însă psihologului francez Alfred Binet (1857–1911). Mai târziu, centrul mondial al testologiei devine SUA, acolo au preluat și dezvoltat cercetările realizate până atunci.

Putem deosebi *patru tipuri de teste*:

- teste de inteligență și dezvoltare intelectuală;
- teste de aptitudini și capacități;
- teste de personalitate (referindu-se la trăsături de caracter și temperamentale);
- teste de cunoștințe (utilizate de obicei în învățământ).

Structura probelor este extrem de variată: uneori se utilizează aparate, altele diverse materiale (cuburi, planșe, fotografii etc.); în unele cazuri se recurge doar la creion și hârtie, ca la orice probă de control.

Printre testele de personalitate cele mai răspândite sunt testele proiective, denumite astfel fiindcă au la bază în special fenomenul de proiecție (ne identificăm cu o persoană și tindem să proiectăm asupra ei felul nostru de a fi: așa cum facem la un spectacol când ne identificăm cu un personaj anumit).

Metoda testelor a cunoscut o continuă extindere și diversificare, fiind astfel folosită în toate ramurile psihologiei aplicate. Perfecționarea ei a mers în două direcții intercorelate:

1. Elaborarea unor probe noi, mai eficiente și mai adecvate scopului urmărit, ajungându-se în prezent la peste 10.000 de teste;
2. Perfecționarea procedurilor statistico-matematice de etalonare și validare.

Principalele caracteristici ale unui test sunt:

- α) validitatea;
- β) fidelitatea;
- χ) etalonarea;
- δ) standardizarea.

În clasificarea testelor se recurge la mai multe criterii:

- *După obiectul testării* delimităm două categorii mari de teste: *de performanță*, cu răspunsuri cuantificabile și a căror clasificare este univocă și *teste nonparametrice* (dispoziționale), cu răspunsuri, care reclamă o interpretare calitativă și după care subiecții nu pot fi categorisiți în buni și slabi, superiori și inferiori (ele permit o identificare individualizatoare sau tipologică).

Testele de performanță se divizează în:

- teste de cunoștințe;
- teste de nivel (de dezvoltare);
- teste de inteligență;
- teste de aptitudini (tehnice, matematice, artistice, etc.).

La rândul lor *testele nonparametrice* se împart în:

- teste de comportament;
- teste de personalitate.
- *După modul de aplicare*, se delimitează teste individuale și teste colective.
- *După modul de codificare a sarcinilor (itemilor)* se disting testele verbale și testele nonverbale.
- *După modul de dozare a timpului de aplicare* diferențiem: teste cu timp impus și teste cu timp liber.

O importanță semnificativă o are așa-numitul *interview post test*, care permite o interpretare mai corectă și individualizată a datelor finale, ceea ce sporește semnificativ veridicitatea judecăților diagnostico-prognostice.

Tema 2. PSIHICUL CA OBIECT DE CERCETARE AL PSIHOLOGIEI. NATURA PSIHICULUI UMAN

2.1. Psihicul ca obiect de cercetare al psihologiei

Problema obiectului de cercetare este esențială pentru orice știință. Atâta vreme cât ea nu-și delimitează un domeniu, un aspect distinct din realitate, atâta vreme cât nu-l convertește în

obiect al reflexiilor și investigațiilor empirice nu se poate considera că a ajuns la stadiul de știință. Însă asemenea demersuri nu sunt deloc simple și ușoare, ci extrem de complexe și dificile, cu atât mai mult atunci când este vorba despre psihologie. Iată de ce a răspunde la oricare altă întrebare înainte de cea referitoare la obiectul psihologiei ar fi un nonsens.

Psihologia în căutarea propriului ei obiect

Am dori să începem discuția referitoare la obiectul psihologiei prin relatarea unui fapt, care are, în opinia noastră, multiple semnificații. Între 18 și 20 septembrie 1985, Asociația de psihologie de limbă franceză a organizat la Lisabona un simpozion pe tema: „*Comportament, cogniție, conștiință*”. Cu acest prilej, un reputat psiholog francez, Paul Fraisse, a prezentat o comunicare științifică incitant intitulată: „*Psihologia în căutarea propriului ei obiect?*” (a se reține semnul de întrebare). La prima vedere, formularea lui Fraisse suscită o nedumerire. Cum, ne putem întreba, nici până astăzi psihologia n-a fost capabilă să-și delimiteze propriul ei obiect de cercetare? Încă se mai află în căutarea acestuia? Mai ciudat este însă un alt fapt. După doi ani, în a. 1987, lucrările simpozionului au fost publicate. Cartea apărută poartă titlul „*Comportament, cogniție, conștiință*” și subtitlul „*Psihologia în căutarea propriului ei obiect*” (fără semn de întrebare).

Așadar, incertitudinea lui Fraisse s-a transformat într-o certitudine la sfârșitul simpozionului. La întrebarea, dacă psihologia se află în căutarea obiectului ei de cercetare se răspunde afirmativ: da, psihologia se află în căutarea propriului ei obiect de investigare.

După părerea noastră, concluzia este parțial fondată. Nu faptul că psihologia nu are încă un obiect propriu de cercetare ar trebui să ne îngrijoreze, ci acela că *are prea multe*.

Să ne reamintim de cele 11 „psihologii” enumerate și analizate de Murchinson în 1925 și 1930; de celebra formulare a lui Spearman 8 „sinistră pluralitate”) vizavi de multitudinea psihologiilor, de îndemnul lui Erich Stern de a răspunde la întrebarea: „Care psihologie?” atunci când abordăm un asemenea subiect, întrucât nu există o singură psihologie, ci mai multe. Mergând mai departe, credem că nici existența prea multor obiecte de cercetare n-ar trebui să ne decepționeze, ci faptul că nu există încă un obiect unitar de cercetare a psihologiei.

Aceasta ar fi adevărata cauză, care ne-ar permite să fim de acord cu subtitlul lucrării coordonate de Miguel Seguan. Se află psihologia în căutarea propriului ei obiect de cercetare? Da, însă a unui obiect unitar.

Ajunși aici, o nouă întrebare se prefigurează: de ce a fost și este, poate, dificilă elaborarea unui obiect unitar al psihologiei? Din cauza incompetenței psihologilor? Fără îndoială că nu! Atunci, ce anume a îngreuiat sau chiar a împiedicat consensul psihologilor în ceea ce privește obiectul de cercetare al disciplinei lor?

Factorii, care au condus la elaborarea întârziată a obiectului unitar al psihologiei:

- Unul dintre aceștia, poate cel mai important, este de *ordin ontologic și se referă la complexitatea existențială a psihicului* în linii generale, a fenomenelor, proceselor, însușirilor, stărilor psihice în particular, investigate de psihologie.
- A doua categorie de factori sunt de *ordin gnoseologic, fiind legată de avatarurile (transformările neprevăzute) reflecțiilor teoretice și ale investițiilor empirice*. Printre aceștia, mai importanți sunt cei de mai jos.
- *Existența unor teorii, concepții, școli și orientări psihologice, care prezintă contracții externe*.

Dacă spre sfârșitul sec. al XIX-lea psihologia a început să-și afirme treptat statutul său de știință, delimitându-și problemele și stabilindu-și metodele de cercetare, la începutul sec. XX și apoi în decursul lui și-a elaborat și încheșat marile construcții teoretice, și-a rafinat metodele de investigație. Asociaționismul, behaviorismul, gestaltismul, psihanaliza, psihologia umanistă sunt marile curente și orientări, care au marcat întreaga istorie a psihologiei, fiecare dintre ele propunând diverse modele explicative asupra vieții psihice.

Dacă la acestea adăugăm și diferitele lor subdiviziuni (reflexologia, psihologia conținutului, psihologia actului, psihologia înțeleșului sau a explicării etc.), vom înțelege și mai bine dificultatea reală pe care o ridică în fața delimitării obiectului psihologiei.

- *Existența unor teorii, concepții, școli și orientări psihologice, care prezintă contradicții interne.*

Aproape fiecare orientare, dar cu precădere behaviorismul și psihanaliza, și-au dezvoltat, cu timpul, forme noi, care încearcă să depășească limitele variantelor inițiale. La ora actuală există nu numai behaviorism, ci și neobehaviorism, nu numai freudism, ci și neofreudism.

Linia behavioristă inaugurată de Watson a fost treptat înlocuită cu cea propusă de E.C. Tolman (1886–1959), Heinz Hartman (1894–1970) și mulți alții și a fost renovată de Karen Horney (1885–1952) și Erich Fromm (1900–1980).

Noile variante de behaviorism și freudism, deși nu renunță la postulatele inițiale, aduc modificări atât de importante, încât fac de nerecunoscut vechile orientări.

- *Închiderea în ele însele a școlilor și orientărilor psihologice, hegemonismul (supremația sau dominația) lor.*

Deși toate sunt parțiale, limitate, fiecare dintre ele se pretinde a fi generală totalitară; deși realitatea pe care o studiază este atât de complexă și diversă, ele o reduc la un singur model explicativ, îngustând astfel enorm de mult obiectul de studiu al psihologiei (vezi *tab. 1*).

Tabelul 1

Sinteza perspectivelor de abordare a obiectului psihologiei

Perspective de analiză Criterii de analiză	Viața psihică interioară	Comportamentul	Conduita / activitatea	Omul concret
	Introspecționismul, psihanaliza	Behaviorismul	Psihologia conduitei	Psihologia umanistă
Debut	– Europa (Germania, Leipzig-Wundt, 1879) – Europa (Austria, Viena – Freud, 1900–1904)	SUA (Watson – 1913)	Europa (Franța, Janet – 1912–1918; 1931–1932)	SUA (Maslow – 1954, Rogers – 1951)
Obiect	– Stări mintale conștiente – Inconștientul și sexualitatea	– Relația directă S-R – Comportamentele viscerele, motorii, laringeale	– Conduitele inferioare și superioare ale omului	– Sinele individual și unic al omului – Alegerea, creativitatea, valorizarea, autoactualizarea
Metodologii, metode	– Subiective – Metoda introspecției – Metoda psihanalitică	– Obiective (principiul holismului metodologic – Observația externă – Experimentul	– Obiective și subiective – Observația, Experimentul, Metoda clinică, Psihanalitică, Microsocio-logică	– Interpretative – (principiul individualismului metodologic) – Obiective, subiecte, proiective
Finalitate	– Descriptivă, explicativă – Terapeutică	– Descoperirea și formularea legilor cauzale – Ameliorarea și dirijarea comportamentului	– Descriptivă – Explicativă – Interpretativă, – Ameliorativă – Terapeutică	– Dezvoltarea și maturizarea personală – Cultura relațiilor interpersonale – Schimbarea societății

Dezvoltări ulterioare	– Introspecția experimentală (Binet, Școala de la Wurzburg)	– Neo-behaviorismul (Tolman)	– Psihologia acțiunează (Wallon, Piaget, Vâgotski, Leontiev, Rubinstein)	– Psihologia transpersonală (Vaughan, Walsh)
-----------------------	---	------------------------------	--	--

Termenul, ca atare, de *psihologie* a fost introdus de învățatul german Rodolphe Goglenius în sec. XVI.

Mulți cercetători au demonstrat că una dintre posibilele definiții ale psihologiei este cea *etimologică*. Pornind de la termenul de „psihologie” (l. greacă „*psyche*” – suflet, „*logos*” – știință) ajungem cu ușurință la definirea psihologiei ca „*știință a psihicului*.” Imediat apare însă întrebarea: Dar ce este psihicul? Și mai ales: care este natura psihicului?

Înainte de a formula un răspuns argumentat la întrebarea „Ce este psihicul?”, oamenii simpli, dar și savanții, gânditorii sau cercetătorii au sesizat, au intuit și au înțeles complexitatea și multilateralitatea acestui fenomen.

Încă de foarte timpuriu, s-a conștientizat polivalența extraordinară a psihicului, în general, și a celui uman în special, poziția excepțională, statutul de excepție al fenomenelor psihice și al corelatelor lor comportamentale în rândul celorlalte fenomene existente în univers.

La ora actuală se consideră chiar că în universul cunoscut nu există fenomene mai complexe decât cele psihice.

Mărturie în acest sens stau concepțiile contradictorii, care au fost elaborate asupra psihicului, disputele aprige, care au avut loc între religie, mitologie, filosofie și știință referitoare la specificul fenomenelor psihice.

Încă din timpurile străvechi omul a observat că există fenomene materiale – natura înconjurătoare, oamenii, diferite obiecte – și ideale – cum sunt imaginile, gândurile, retrăirile – fenomene ascunse, mai misterioase.

Nefiind în stare să-și explice aceste fenomene enigmatice, neînțelese, să dezvăluie natura și cauzele provenirii lor, oamenii au început să creadă că ele există independent de lumea reală ce-i înconjoară.

Astfel au apărut reprezentările despre trup și suflet, despre materie și psihic ca elemente independente și contrarii, așa au apărut două direcții principale contrarii în înțelegerea psihicului: cea materialistă și cea idealistă.

Esența concepției idealiste a fenomenelor psihice constă în faptul că psihicul este privit ca ceva primar, care există independent de materie.

Esența concepției materialiste despre psihic este exprimată în următoarele 3 principii:

1. Psihicul este conceput ca un fenomen secundar, care provine din materie, iar materia – ca fenomen primar, ca substratul, baza psihicului.
2. Psihicul se înțelege ca o însușire a materiei organizate într-un mod specific – a creierului.
3. Psihicul apare ca însușirea creierului de a reflecta lumea materială înconjurătoare.

Psihicul este însușirea materiei special superior organizate (MSSO), cu ajutorul căreia are loc reflectarea subiectivă și obiectivă a realității înconjurătoare.

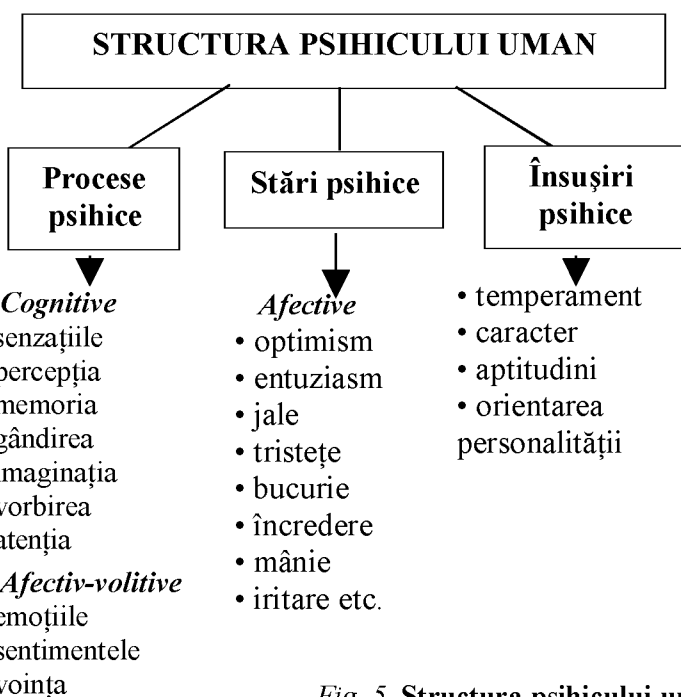


Fig. 5. Structura psihicului uman.

Procesele psihice reprezintă reflectarea dinamică a realității în diferite forme ale fenomenelor psihice.

Stările psihice sunt nivelul relativ stabil al activității psihice concretizat în momentul dat, care se exteriorizează printr-o activitate mai intensă sau mai slabă a personalității.

Însușirile psihice reprezintă niște formații stabile, care asigură un anumit nivel calitativ și cantitativ al activității și conduitei, caracteristic pentru omul respectiv.

Pentru a defini mai complex psihicul, o să recurgem la o definiție numită „tip caracterizare”, care își propune mai întâi inventarierea principalelor caracteristici sau note definitorii ale psihicului, apoi sintetizarea lor într-o formulare concisă.

Pentru a ajunge însă la descoperirea notelor definitorii ale psihicului este necesară respectarea unui anumit demers. Acesta ar consta în *raportarea psihicului la un criteriu exterior lui însuși, în vederea surprinderii propriei identități*.

- Dacă raportăm psihicul la ceea ce în mod obișnuit se numește conexiunea sau interacțiunea universală a lucrurilor, el apare ca fiind un caz particular al acestei conexiuni, o *formă sau o expresie a vieții de relație*.
- Dacă raportarea psihicului se face la materie, la substratul lui material, atunci el va apărea ca un produs (un rezultat) al materiei sau, cum este numit în mod curent, o *funcție a materiei superior organizate (creierul)*.
- Dacă îl raportăm la realitatea înconjurătoare naturală (la lumea obiectelor, lucrurilor și fenomenelor fizice, naturale), el va apărea ca o reproducere în subiectiv a acestei realități obiective.
- Dacă raportăm psihicul la realitatea socială, la lumea oamenilor, atunci el apare ca fiind *condiționat și determinat socio-istoric și socio-cultural*.

Cele patru note definitorii ale psihicului le redăm în *fig. 1*.

Strângerea la un loc a celor patru caracteristici ale psihicului ne-ar putea conduce la o posibilă definiție a acestuia. Așadar, cel mai simplu răspuns la întrebarea: „Ce este psihicul?” ar fi: **Pshicul este o expresie a vieții de relație, un fenomen inseparabil legat de structurile materiale și cuantice, o reproducere în subiectiv a realității naturale obiective, un produs al condiționărilor și determinărilor socio-istorice și socio-culturale.**

Aceste caracteristici sunt deocamdată generale, inexpressive. Însă pe măsură ce vor fi analizate, se vor completa în conținut și vor oferi în final posibilitatea înțelegerii adecvate a naturii și specificului psihicului uman.

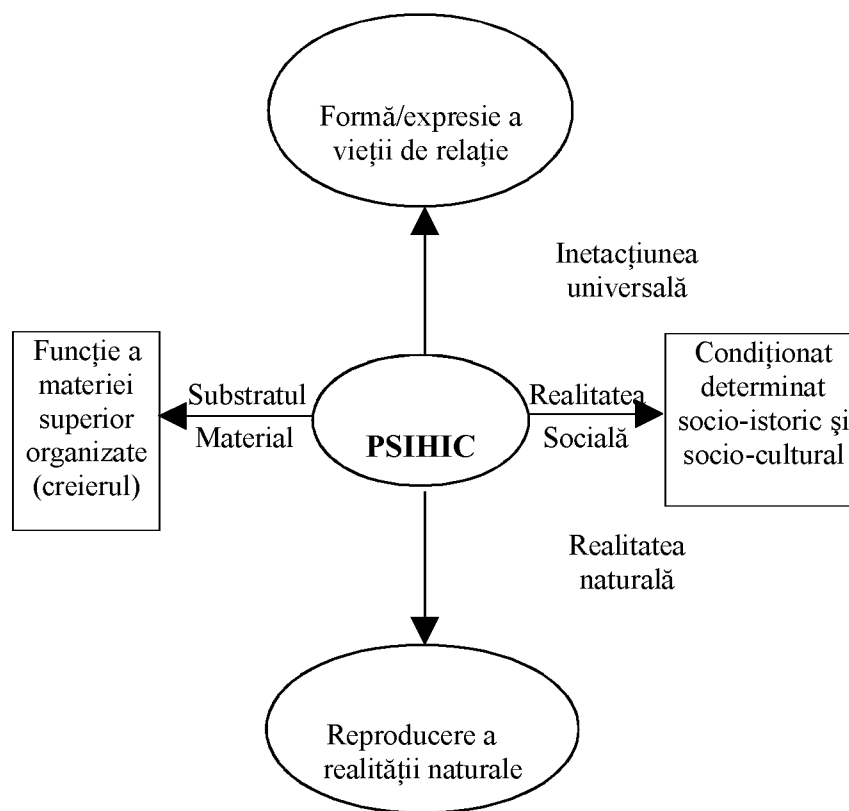


Fig. 6. Notele definitorii ale psihicului.

2.2. Natura contradictorie a psihicului

Dintre cele mai semnificative „perechi” de polarități, sub care este întâlnit psihicul, enumerăm:

- el este *obiectiv și subiectiv*: este obiectiv din punct de vedere ontologic, deci existențial (psihicul unei persoane dintr-o parte a lumii); este subiectiv din punct de vedere gnoseologic, deci din perspectiva cunoașterii (fiecare individ implicându-se în cunoașterea prin însușirile și particularitățile ce-i sunt proprii, specifice); psihicul este obiectiv prin conținutul lui preluat din afară, din realitatea înconjurătoare; el este subiectiv prin forma ideală cu ajutorul căreia obiectivul este transformat în subiectiv;
- psihicul este *material și ideal*: este material prin originea lui, în sensul că apare, se naște din materie și evoluează o dată cu ea, având la bază activitatea materială a creierului; este ideal, spiritual prin natura lui, fiind saturat de un conținut de imagini, idei dobândite în procesul cunoașterii (individuale sau sociale) organizate;
- apare atât în calitate de *proces*, cât și de *produs*: desfășurarea procesuală vizează curgerea de timp (serială, fizică) a fenomenului psihic, succesiunea transformărilor produse în subiectul purtător al psihicului; produsul reprezintă un concentrat, un condensat al caracteristicilor cantitative și calitative ale efectului final, ce se obține în urma interacțiunii subiectului cu obiectul; dacă privim aceste două aspecte în succesiunea lor temporală generală, constatăm că trec unele în altele; ceea ce la un moment dat a fost proces se finalizează la un alt moment dat într-un produs și invers,

ceea ce a fost produs se instituie într-o premisă sau într-o verigă componentă a unui nou proces; pornind de la analiza produsului, putem infera fazele procesului, punctele lui forte sau slabe, chiar erorile comise în desfășurarea lui;

- psihicul este întâlnit atât în stare *latentă (ascunsă, interiorizată)*, cât și în stare *manifestă (exteriorizată)*: complexitatea provine nu atât din existența celor două ipostaze ale psihicului, cât din faptul că nu întotdeauna starea latentă (virtuală) coincide cu starea manifestă (reală); dimpotrivă, uneori între ele există o netă contradicție (una gândim și alta spunem; una gândim, una spunem și alta facem); o asemenea situație creează mari dificultăți în interpretarea comportamentului, a relațiilor dintre trăirile psihice și corelatele lor comportamentale (un comportament poate fi cauzat de motive diverse, la fel cum mai multe comportamente pot avea la origine una și aceeași motivație); în astfel de împrejurări plutim în incertitudine, fapt care lezează prestigiul psihologiei;
- psihicul dispune de desfășurări *normale, firești*, dar și de desfășurări *surprinzătoare, patologice* (vise, halucinații, evocări spontane, stări emoționale și ideatice bizare, stranii): la fel ca în cazul anterior, complexitatea psihicului provine nu din existența acestor tipuri de desfășurări, ci din imposibilitatea (uneori) trasării unei limite între normal și patologic; pe un fond normal putem întâlni manifestări mai ciudate, dar aceasta nu înseamnă că persoana este psihopată, la fel cum și pe un fond patologic întâlnim suficiente momente de normalitate și luciditate, fără ca aceasta să însemne că persoana respectivă este normală; iată de ce este necesar să recurgem la o serie de criterii, care să permită diferențierea stărilor normale de cele patologice; cum însă un asemenea fapt este destul de greu de realizat, unii autori propun să se renunțe la delimitarea printr-o graniță fixă, rigidă a stărilor normale de cele anormale ale psihicului, în locul acesteia vorbind de un continuum, de o trecere treptată, gradată de la unele la altele;
- psihicul este atât *determinat*, cât și *determinant*: el este cauzat, provocat, influențat de factori și condiții (naturale și sociale) din afara sau chiar din interiorul lui, dar dispune și de inițiative și acțiuni determinative; el este produs al împrejurărilor, dar și producător de împrejurări;
- psihicul este *dat*, și *liber*: prin el, oamenii sunt pe de o parte încorsetați de deprinderile, stereotipiile și automatizările, ce capătă o dată cu trecerea timpului un caracter rigid, constrângător; pe de altă parte, prin psihic oamenii își propagă forța de inteligență și acțiune, de experiență și voință. La om, psihicul conduce și instrumentează viața, mijlocește depășirea naturii prin cultură.

La toate aceste ipostaze diferite, sub care apare psihicul se adaugă încă un element ce-i subliniază și mai pregnant complexitatea, și anume relația dintre spirit și corp, psihic și creier.

Din cele menționate se desprind ca *dăfinitorii* pentru psihicul uman următoarele *caracteristici*:

- psihicul este un model informațional intern al lumii externe cu rol adaptativ specific;
- apariția lui de înscrie ca un moment de apogeu pe scara evoluției animale;
- psihicul se supune legii generale a dezvoltării, modificându-și de-a lungul timpului (istoric și individual organizarea și funcțiile);
- esența psihicului, care nu posedă nici o proprietate substanțială (greutate, volum, densitate, gust, miros etc.), rămâne de natură ideală, nonsubstanțială; el este o entitate de ordin relațional, comunicațional, informațional.

În legătură cu problema esenței vieții psihice se află chestiunea raportului dintre suflet și creier. Aici se disting trei perspective filosofice:

1. *Poziția interacționistă* spiritul ar fi o substanță cu proprietăți net diferite de cele ale creierului, aflându-se în interacțiune cu acesta. Deși se află în subordine, creierul poate acționa asupra psihicului. După René Descartes, interacțiunea s-ar produce prin intermediul glandei pineale (epifiza); după K. Popper (filosof contemporan), ea ar avea loc prin mijlocirea unor moduli existenți în scoarța cerebrală. De ce K. Popper tinde să

accepte existența spiritului? Fiindcă neurofiziologia actuală nu poate explica (încă) sinteza proceselor nervoase ce face posibilă percepția, voința etc.

2. A doua concepție afirmă de asemenea deosebirea dintre spirit și materie, realități complet difetite, dar care nu interacționează. Situația este de așa natură încât oricărei modificări în spirit îi corespunde o modificare a materiei. De aceea se vorbește de *pararelism*. Problema este cum s-a asigurat această permanentă potrivire. Unii susțin că intervine voința divină, care a creat totul. Alții consideră că biologii, studiind misterele evoluției materiei vii, vor clarifica și această chestiune.
3. A treia poziție constă în postularea identității, *teoria identității*: nu există decât creierul. Activitatea sa explică fenomenele psihice. Dar activitatea creierului poate fi privită din două puncte de vedere. Când observăm activitatea nervoasă din exterior, vorbim de materie, guvernată de legi. Privită din interiorul fiecăruia din noi, vedem alte aspecte și ne referim la psihic, la spirit.

Dificultatea constă în posibilitatea stabilirii unei legături între cele două aspecte: cum e posibil ca o idee să declanșeze o acțiune, un act exterior, material? Este o problemă de mare complexitate. Ea s-ar putea rezolva dacă s-ar accepta că psihicul este expresia unei proprietăți caracteristice tuturor obiectelor și ființelor din univers: *forma*. Psihicul ar fi forma pe care o îmbracă succesiunea proceselor nervoase din creier. (A. Cosmovici, 1990).

Creierul este un organ material, între multiplele sale procese nervoase se stabilesc numeroase și variate raporturi, ce constituie *imagini*, deci procese psihice.

Psihicul este *imagine, formă* și ca atare intră în lanțul causal al reacțiilor umane. Cu alte cuvinte, psihicul este *informație*. Ceea ce este programul (soft) pentru un calculator este psihicul pentru creier, pentru organism. Spre deosebire de calculatoarele create de om, creierul este un calculator, ce se autoprogramează mereu în funcție de experiență.

Psihicul are un *rol activ, transformator*. Psihicul este un sistem de orientare și reflectare propriu animalelor superioare și omului. Psihicul este produs al adaptării și al activității precum și al funcției sistemului nervos. Instrumentarul său constituie totalitatea fenomenelor și proceselor, prin care se realizează formele cele mai complexe (psihice) de orientare și reflectare și care pot fi cognitive, afective și voliționale.

Aceste fenomene, de natură ideală, subiectivă, diferențiate de fenomenele materiale, obiectuale, sunt denumite *fenomene psihice*.

2.3. Reflectarea psihică. Particularitățile reflectării psihice

Reflectarea este o categorie fundamentală a gnoseologiei, ce se referă la esența raportărilor dintre subiect și obiect, dintre conștiință și lumea externă, la faptul că procesele psihice ale omului, oglindesc, reproduc, într-o formă sau alta, realitatea obiectivă, ele fiind imagini sau idei despre această realitate.

Deși reflectarea este o capacitate generală a ființelor vii (inclusiv a materiei anorganice), *reflectarea psihică* este cea mai înaltă formă, ce a apărut în urma unui proces îndelungat al evoluției, fiind însoțit de forme de organizare, de reacție ale organismului la mediu (iritabilitate, excitabilitate).

Reflectarea este caracteristică materiei în ansamblu. Interacțiunea oricăror corpuri materiale conduce la modificarea lor reciprocă. Acest fenomen se poate observa în domeniul mecanicii, în toate manifestările energiei electrice, în optică etc.

Faptul că psihicul este într-un anumit fel o reflectare accentuează încă o dată legătura lui indisolubilă și unitatea cu materia.

Psihicul nu este altceva decât reflectarea de către creier a mediului înconjurător. De aceea psihicul posedă *conținut* propriu, deci ceea ce reflectă omul în mediul înconjurător.

Reflectarea psihică se caracterizează printr-un șir de particularități:

- 1) ea oferă posibilitatea de a reflecta just (*adevărat*) lumea înconjurătoare;

- 2) are loc în procesul activității reflexe a personalității (*reflectarea subiectivă a lumii obiective*);
- 3) se aprofundează și se dezvoltă;
- 4) trece prin individualitate;
- 5) are un caracter mijlocit de anticipare. Aceasta este rezultatul acumulării și vizării experienței.

Reflectarea psihică este un proces activ, cu mai multe etape, care determină conștientizarea comportamentului și a activității. Psihicul devine reglator al comportamentului, atât a omului, cât și a animalelor.

Conținutul reflectării este obiectiv, în schimb forma sa este subiectivă.

Principalele funcții ale psihicului sunt :

- reflectarea;
- reglarea comportamentului și activității.

Sistemul psihic uman este un sistem dinamic, hipercomplex, autoreglabil cu capacitate de autoorganizare, relativ stabil, evolutiv și finalist.

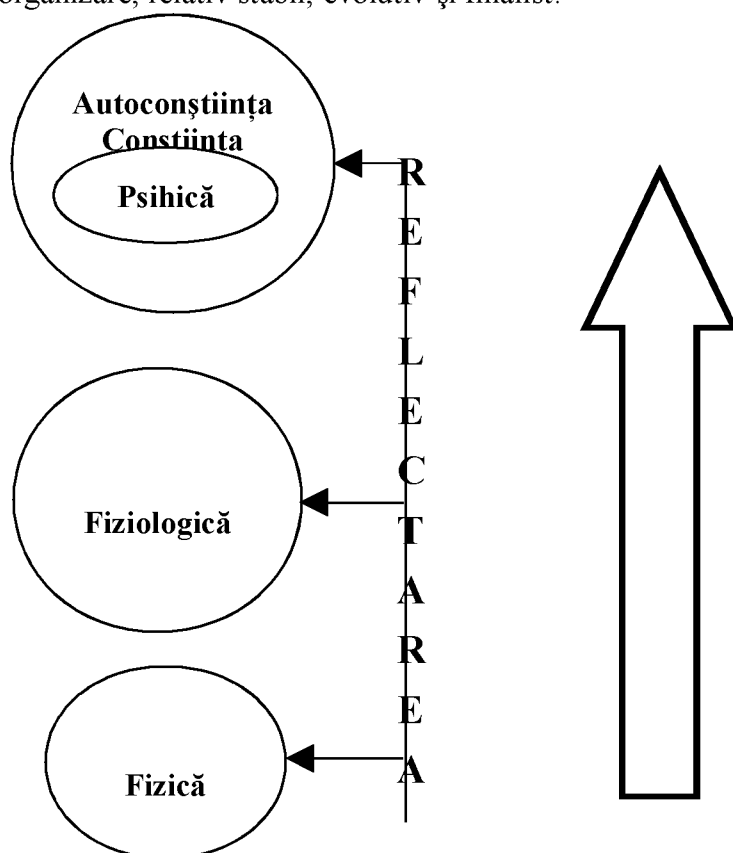


Fig. 7. Sistemul și nivelurile formelor fundamentale de reflectare.

2.4. Evoluția psihicului

Este foarte greu să stabilim anumite etape în dezvoltarea filogenetică a psihicului, deși este cunoscută evoluția speciilor. A.N. Leontiev a încercat să schițeze o schemă a formării psihicului, distingând 4 mari faze:

- a) *stadiul psihicului senzorial elementar;*
- b) *stadiul psihicului perceptiv;*
- c) *stadiul intelectual;*
- d) *stadiul psihicului conștient.*

Dezavantajul acestei clasificări este acela de a include în prima etapă imensa majoritate a speciilor, fiindcă stadiul perceptiv începe abia o dată cu păsările și mamiferele. Sau între o albină și o râmă diferența de comportament este foarte mare. Deocamdată, ne vom servi de punctul de vedere al lui Leontiev.

1. Stadiul psihicului senzorial

Stadiul psihicului senzorial elementar se caracterizează prin faptul că animalul reacționează în raport cu o proprietate din mediul ambiant, însușire caracteristică a unui obiect sau fenomen important pentru el. De pildă, păianjenul nu reacționează în mod deosebit, dacă un obiect îi atinge plasa, dar dacă o atingem cu un diapazon, care vibrează, el se repede asupra lui căutând să-l înșface, ca și cum ar fi o muscă. Deci vibrația pânzei este semnalul declanșator al acțiunii.

A. În acest stadiu predomină reacțiile înnăscute, iar experiența individuală joacă un rol mult mai mic decât la speciile mai evaluate. Acum predomină tropismele și instinctele.

Tropismele au fost studiate mult de americanul J. Loeb. E vorba de mișcări simple ale plantelor și ale unor animale inferioare, cărora Loeb le-a dat o explicație mecanicistă, considerându-le rezultatul unor fenomene pur fizico-chimice. La plante găsim *fototropism* (întoarcerea plantelor spre sursa de lumină solară) și *geotropism* (creșterea rădăcinilor în jos). La animale sunt evidente geotropismele, în cazul unor omizi (care se deplasează totdeauna vertical pe pomi), și fototropismele la fluturi, puternic atrași de o lumină strălucitoare, noaptea. După Loeb dacă lumina este în stânga fluturelui, ea acționează asupra retinei, care declanșează automat mușchii ce-l îndreaptă spre stânga, dacă a zburat prea mult spre stânga, lumina din partea dreaptă a retinei pune în mișcare mușchii din partea opusă etc. Acest mecanism nu explică însă o serie de fapte: fluturii nu se lipesc de felinar, ci se învârt în jurul lui, iar dacă se află în mijloc între două felinare nu zboară între ele, ci se orientează numai către unul.

Apoi experiențele făcute cu un mic animal de apă – *Dafnia* – sunt edificatoare. Introdus într-un acvariu și într-un tub îndoit, *Dafnia* se orientează spre lumină, dar acolo, fiind astupat tubul, se întoarce, merge în sens invers luminii și astfel poate scăpa. Acest mers este împotriva tropismului, ce se dovedește a nu fi un act mecanic.

Mai există și acte de *memorie organică*. E vorba de anumite ritmuri vitale. În plajele, ce mărginesc oceanul găsim niște viermi, care ies din nisip când se produce refluxul și intră în nisip atunci când vine fluxul. Puși într-un acvariu, ei continuă multă vreme mișcările lor periodice, deși acum și-au pierdut orice sens.

Apoi sunt *reflexele absolute*, legături constante între anumiți stimuli și anumite reacții. Dar ceea ce caracterizează speciile mai evolute sunt acte foarte complexe numite *instincte*. Ele sunt foarte bine dezvoltate la insecte, dar le întâlnim și la vertebrate, după cum (într-o formă mai puțin conturată) ele sunt prezente și în viața omului.

B. *Un instinct este un sistem de tendințe și acțiuni, identic la toți indivizii dintr-o specie, care se manifestă în mod spontan și într-un grad de perfecțiune destul de mare.*

Asupra acestui mod de reacție, acțiunea mediului nu are decât o influență minimă, deoarece își are originea într-un mecanism gata elaborat, transmis prin ereditate. Prin tendință înțelegem o pornire, un început de mișcare (mișcarea poate să nu fie vizibilă, să fie doar schițată printr-o creștere a tensiunii musculare).

Cele mai spectaculoase instincte le găsim la furnici și albine. Dar ele apar cu claritate și la păsări: clădirea cuibului, migrația etc. La mamifere sunt foarte vizibile instinctele sexuale și cele materne.

Un savant francez, J. Fabre (1823–1915), în lucrarea sa *Amintiri entomologice* și-a exprimat admirația față de instincte, reliefând două aspecte:

- a) *perfecțiunea* instinctului. De exemplu, viespea cu aripi galbene (numită sphex) caută un greier, îl răstoarnă pe spate și îi aplică trei împunsături exact în ganglionii nervoși, ce conduc picioarele, paralizându-l. Apoi îl trage de antene până în fața „viziunii” sale (o gaură în pământ), inspectează vizuina și împinge apoi greierul în ea. Pe trupul greierului paralizat își depune ouăle. În acest fel larvele vor putea consuma o hrană vie, proaspătă. Fabre subliniază precizia tuturor actelor.
- b) al doilea aspect îl constituie *finalitatea actelor*. Totul se subordonează perfect scopului. La viespe – asigurarea hranei corespunzătoare urmașilor, la albine – păstrarea mierii pentru a avea hrană iarna etc.

Se explică avântul explicațiilor idealiste, în special cele deiste: înțelepciunea lui Dumnezeu, care prevede totul, care a asigurat o ordine prestabilă etc. H. Bergson vorbește despre instinct ca manifestare a „elanului vital”, tendință de organizare a materiei.

Oamenii de știință însă au afirmat, în parte, constatările lui Fabre. Observându-se diferite situații, s-a constatat că uneori viespea nu are succes: greierul fuge și scapă; alții observă cum viespea are ezitări, face tatonări și înțeapă greierul în alte locuri, nu în ganglioni (ceea de n-are mare importanță, fiindcă veninul difuzează în corp și tot apare paralizia); alteori greierul paralizează doar parțial sau, dimpotrivă, e omorât – dar larvele îl consumă și așa.

Mai mult, printre strămoșii acestei viespi se observă multe variații: unii depun ouăle pe prada vie, dar alții adună insecte moarte; în alte cazuri lovesc prada în tot felul și o paralizează imperfect etc. Perfecțiunea instinctului și invariabilitatea sa sunt relative. Astfel, păianjenii nu-și construiesc pânza exact în același mod: unii fac o pânză verticală, alții orizontală, alții nu fac deloc pânză. Chiar aceeași varietate se comportă diferit, când se află în regiuni mult deosebite, ba chiar când se află în aceeași regiune. De altfel, totdeauna păianjenul își adaptează pânza specificului locului unde se află. Celulele stupului construit de albine se deosebesc mult, unele sunt foarte imperfecte. Nu sunt nici două furnicare construite exact la fel. În mod evident, *există o variabilitate* și în actele instinctive.

Și în ce privește *finalitatea* este posibilă o discuție. Desigur, comportamentul instinctiv e util individului și speciei, altfel nu s-ar fi păstrat, indivizii dispărând. Cu toate acestea, se poate observa uneori o pervertire a instinctului, apariția unuia cu efecte negative. Sunt cazuri, printre insecte, când masculii își vânează și consumă propria lor progenitură. Unele furnici își omoară regina și hrănesc cu grijă o femelă străină sau un parazit, care le devorează larvele. În ambele cazuri, furnicarul este condamnat la dispariție.

Așadar, acțiunea instinctelor nu e nici pe departe desăvârșită, ea fiind un rezultat al evoluției speciilor.

C. Ce sunt în esență insectele ? I.P. Pavlov nu făcea o diferență între reflexe și instincte. Pare a fi doar o chestiune de complexitate. Ca și reflexul, instinctul este declanșat de anumiți excitanți, externi sau interni. Este o *sensibilizare față de un stimul precis*. K. Lorenz a demonstrat că la unele animale, la păsări și chiar la unele mamifere apare reacția de urmărire, de atașament față de orice obiect mai mare, care se mișcă în preajma lor, în primele ore după ieșirea din ou (sau după naștere). Fenomenul numit *imprinting* (imprimare) a fost observat la puii de rață sau de găină, ce s-au atașat de o cutie pusă în mișcare în apropierea lor (S.A. Barnett). La fel s-a putut observa cazul unui mânz, care nu putea fi despărțit de... un automobil. Iată exemple în care excitantul declanșator este simplu, nu e vorba de o formă anumită ori de o culoare specifică (cum este cazul în alte instincte). Însă un instinct presupune deseori o succesiune de acte foarte complexe. E cazul albinilor, care, potrivit cercetărilor lui K. Von Frisch, atunci când descoperă o zonă cu flori pline de nectar, se întorc la stup și efectuează un dans al cărui viteză și înclinație exprimă distanța și direcția, unde se află plantele respective (M. Beniuc, 1970). În acest fel, lucrătoarele zboară în direcția indicată – ele „înțeleg” acest limbaj instinctiv. Nu e vorba de „raționament”, ci de reacții reflexe la anumite caracteristici ale zborului unei lucrătoare.

Se poate afirma că instinctul constă într-o *succesiune de reflexe*, în care o acțiune pune animalul într-o situație, ce declanșează actul următor. În cazul viespii sphex, vederea greierului declanșează atacarea și răsturnarea lui, agitația acestuia, răsturnat fiind, o stimulează la împungerea lui etc. Dacă modificăm o verigă, viespea devine dezorientată: când după răsturnarea greierului îi tăiem antenele, viespea nu știe ce să facă și-l abandonează (nu îl trage de un picior similar antenei).

De asemenea, o altă specie de viespe își clădește o celulă, în care depozitează nectar, iar când celula s-a completat, atunci o închide, acoperă intrarea. Dacă spargem celula în așa fel încât nectarul se scurge ușor, insecta o va umple la nesfârșit, fără a sesiza neregula.

Această *fixitate* a instinctului îl face să fie deosebit de actele învățate, inteligente. Instinctul s-ar caracteriza ca un act înnăscut, predeterminat, mecanic, fix, rigid, pe când actele inteligente, dimpotrivă, ar fi dobândite în cursul existenței, plastice, adaptate condițiilor variabile ale

mediului. Această opoziție este valabilă numai în linii mari. Cum am observat și mai sus, există o oarecare variabilitate și în ce privește instinctul. Să citim alte câteva fapte. De pildă, viespea sphex, ajungând cu greierul paralizat în fața vizuinii, îl lasă la intrare, intră în adăpostul pregătit, iar după ce constată că totul este neschimbat, se întoarce și introduce prada în înăuntru. Dacă, pe când ea se află în vizuină, noi târâm greierul mai departe, viespea îl caută, îl trage în fața adăpostului și iar se duce să-și facă inspecția; acest act mecanic se poate repeta și de 40 de ori la rând. Pe de altă parte, în alte regiuni, au fost observate viespi sphex, care, după 3–4 repetări mecanice ale inspecției, renunță la ea și introduc imediat greierul în locul de mult pregătit.

Există o *adaptare a instinctului în funcție de condițiile de mediu*. Un stup de albine de la ecuator, unde nu este iarnă, încetează după câteva generații să mai adune miere. O pasăre captivă, chiar dacă are la îndemână tot ce-i trebuie pentru a-și clădi un cuib, totuși nu construiește nimic. Un pui de câine crescut de la naștere pe o podea de ciment, după ce face mereu încercări de a scurma (pentru a-și ascunde surplusul de hrană), de la o vreme renunță și instinctul acesta nu mai apare, chiar dacă este eliberat într-o cutie cu pământ moale.

De asemenea, cântecul păsărilor nu e decât parțial înnăscut: lungimea cântecului, numărul de note este același cu cel al cântecului părinților, dar melodia este în funcție de un model, care poate fi cu totul altul când pasărea a crescut printre alte specii.

De altfel, la speciile superioare, instinctul se perfecționează prin exercițiu: e vorba de „jocul” puilor de pisică ori de câine, prin care indivizii își exersează repezeala, agerimea.

Așadar, nu se poate face o opoziție prea netă între comportamentul instinctiv și cel învățat, mai ales în cazul speciilor evolute. La acestea, învățarea ocupă un loc din ce în ce mai important și de aceea copilăria e din ce în ce mai lungă (cea mai lungă e la cimpanzeu și, desigur, la om). De altfel, omul are puține instincte și apar doar sub forma unor tendințe: tendințe de apărare (fugă la un zgomot puternic, la un cutremur), tendințe sexuale (care se mărginesc la actul în sine și nu determină nici măcar natura partenerului), iar tendințele materne (foarte puternice la animale) pot lipsi. Oricum, o cercetătoare (Margaret Mead), vizitând o insulă din Polinezia, a întâlnit o populație primitivă, unde relațiile sociale erau diferite de cele europene: femeile mergeau la vânătoare, la pescuit, iar bărbații se ocupau de gospodărie și de copii. Dându-le copiilor de ocolo diferite jucării, s-a observat că băieții au manifestat interes față de păpuși, pe când fetele au preferat armele sau uneltele în miniatură. Deci nici preferința pentru păpuși nu este legată de instinct, ci este efectul modelului social.

2. Stadiul psihicului perceptiv

După A.N. Leontiev se află în acest stadiu speciile, care sesizează caracteristicile obiectelor în integritatea lor și nu doar aspecte senzorial izolate. Aceasta se traduce în posibilitatea de a distinge un obiect vizat de condițiile, în care se poate ajunge la el. Este o discriminare între obiect și condițiile ambiante. De exemplu, dacă într-un acvariu punem între pește și hrană un paravan de sticlă, acesta poate învăța să-l ocolească. Dacă după aceea scoatem paravanul, peștele nu observă schimbarea și continuă să efectueze un drum ocolit. Un mamifer, pus într-o situație similară, sesizează deosebirea și recurge la calea directă către aliment.

A doua caracteristică o constituie predominarea actelor învățate la aceste specii, instinctele având un rol mai puțin important. De aceea, activitatea lor e mult mai plastică, mai adaptată, ținând cont de condițiile, situațiile concrete, în care ea se desfășoară.

3. Stadiul intelectual

Stadiul intelectual, al gândirii senzorio-motorii, îl găsim numai la maimuțele antropoide. El se caracterizează prin puținătatea încercărilor de a rezolva o problemă și apariția soluției dintr-o dată, pe neașteptate. Faptul a fost evidențiat prin experimentele cu cimpanzei, realizate de W. Kohler. Într-unul din ele, maimuței i se oferă o banană, dar în afara cuștii și la o distanță la care ea nu poate ajunge. În cușcă se află însă și un băț. Cimpanzeul nu face multe încercări, renunță, se învârtă prin cușcă; deodată observă bățul, îl înșfacă, trage banana către el și o consumă.

Se observă și un al doilea aspect: caracterul bifazic al acțiunii. Maimuța apucă un băț sau își clădește un postament din lăzi (într-o altă experiență în care banana se află pe tavan) și abia în al doilea moment își poate însuși fructul. De asemenea, odată folosind o astfel de „unealtă” improvizată, animalul reține procedeul și-l folosește imediat în situații asemănătoare.

4. Stadiul psihicului conștient

Stadiul psihicului conștient este ultima treaptă a evoluției, specifică omului. În legătură cu deosebirile dintre om și animal există controverse. Unii, printre care și H. Pieron, susțin că diferențele sunt de ordin pur cantitativ. Alții, printre care A.N. Leontiev, subliniază existența și a unor calitative.

După H. Pieron, cea mai categorică deosebire este cea referitoare la volumul creierului, existând destule asemănări. În ce privește senzațiile, animalele sunt chiar superioare omului. Vulturul, de pildă, are o acuitate vizuală mai bună. Memorie găsim și la furnică: așezăm o tufă în drumul furnicilor ieșind din furnicar și o lăsăm câțva timp. Când o înlăturăm, observăm că furnicile întorcându-se la furnicar sunt dezorientate, când ajung în locul unde fusese tufa peste care trebuiau să treacă.

Cât privește cimpanzeul, el recunoaște omul, care l-a îngrijit (și după doi ani). Expresiile emoționale ale omului le găsim și la cimpanzeu. Am putea vorbi de sentimente estetice și la unele păsări: ele își împodobesc cuibul nunțial cu frunze și flori. Tot așa afecțiunea și fidelitatea extremă a unor câini față de stăpânul lor e privită ca un sentiment religios în germene.

Ierarhia socială se observă la cimpanzei. Șeful merge înainte și este respectat, având prioritate în multe situații. Limbajul este prezentat sub forma țipetelor. La cimpanzei sunt manifestate și unele gesturi semnificative. Dar am amintit de existența unui limbaj (sub forma dansului) la albine.

În fine, observăm și animale folosind unelte: elefantul smulge frunze mari, cu care se apără de muște. Cimpanzeii aruncă cu pietre și își confecționează din fibrele frunzelor tije cu care scot termitile din cotloanele marilor lor construcții.

Ajunși la acest aspect, trebuie totuși să subliniem deosebiri esențiale. Omul modifică mult obiectele din natură pentru a-și confecționa o unealtă și mai ales o păstrează, ceea ce nu se întâmplă la nici un animal. Totodată, modul de confecționare și de utilizare a uneltei capătă consacrare socială, fiind *transmis de la o generație la alta*. În felul acesta s-a asigurat progresul uriaș al umanității, întrucât o nouă generație nu este nevoită să inoveze totul de la început, ea profită de experiența înaintașilor.

O altă deosebire netă este utilizarea limbajului independent de context, aspect inexistent în expresiile animale.

Un specific aparte îl constituie apariția gândirii abstracte, datorită căreia pregătirea unei acțiuni poate avea loc în gând, în afara situației prezentate, uneori cu ani înaintea desfășurării acțiunii.

În fine, activitatea omului e subordonată relațiilor sociale. În timpul vânătorii hăitașii gonesc animalele în direcția unde așteaptă cei cu arme. Acțiunea lor ar fi absurdă, dacă n-ar exista convenția cu ceilalți participanți la vânătoare.

Dintre toate aceste caracteristici specifice, două par să fie cele mai importante; *construirea*, inclusiv *păstrarea uneltelor* și *apariția gândirii abstracte*, a conștiinței reflexive. Ele au făcut posibile dominarea și transformarea profundă a mediului.

Tema 3. FORMELE VIEȚII PSIHICE: CONȘTIINȚA, SUBCONȘTIENȚUL ȘI INCONȘTIENȚUL

Psihicul nu este omogen, uniform, nediferențiat, linear, dimpotrivă, el există și se manifestă în variate forme. Uneori este mai clar, mai lucid, alteori mai tulbure, mai obscur; în anumite situații ne dăm seama de noi înșine, de trăirile noastre, în altele nu.

Diverse acțiuni sau gânduri, care ne-au captat cândva atenția și efortul încep, o dată cu trecerea timpului, să se realizeze aproape de la sine, fără a mai fi necesară concentrarea asupra lor. Sunt și cazuri când „ceva” din interiorul nostru, pe care nici măcar nu-l bănuiam, iese la suprafață, ne acaparează și ne chinuie existența.

Cu alte cuvinte, psihicul cunoaște o mare diferențiere și neuniformitate existențială și funcțională. Există următoarele *forme ale vieții psihice* (numite și ipostaze ale psihicului): **conștiința, subconștientul și inconștientul.**

3.1. Conștiința

Conștiința este una dintre cele mai importante niveluri de organizare a vieții psihice (nivelul superior de dezvoltare al psihicului). Deci conștiința este structura psihică de suport a vieții interioare și constituie nucleul vieții psihice.

Conștiința poate fi definită ca fiind *totul* (psihologia fără inconștient) sau *nimic* (psihologia fără conștiință).

Dintr-un termen esențial la debutul psihologiei științifice, conștiința s-a transformat într-un termen ignorat timp de mai bine de 70 de ani. „Conștiința a fost eliminată din psihologia științifică și a revenit în prim-plan numai în ultimii ani, după șapte decenii de exil” (Baars, 1998).

Este meritul lui Piaget (1974) de a-i fi redat statutul științific de prim rang. Astăzi termenul de „conștiință” și problematica fascinantă a conștiinței fac obiectul predilect al „științelor spiritului”, al psihologiei cognitive și al neuroștiințelor.

Autori precum D.C. Dennet (1991), D. Edelman (1992), O. Flanagan (1992), N. Humphrey (1992), R. Searle (1992), J. Paillard (1994), D. Pinkas (1995), B.J. Baards (1998) etc. au publicat articole și monografiile de specialitate dedicate problematicii conștiinței, cu mare audiență nu numai în lumea specialiștilor, ci și în cea a publicului larg. Așadar, conștiința își reia statutul central și fundamental în gândirea și cercetarea psihologică.

Dificultatea definirii conștiinței provine din faptul că ea este pură subiectivitate, din faptul că se manifestă în experiențele personale, nefiind, de regulă, accesibilă altuia. Conștiința este „locul senzațiilor și al percepțiilor noastre, realitatea subiectivă a acestora, materia primă a vieții noastre psihice: ea organizează datele simțurilor, ne situează în timp și spațiu, este cunoașterea a ceea ce însoțește activitatea spiritului” (Sillamy, 1980, vol. I, p.264). Definiția lui Sillamy, deși reușește să surprindă unele elemente esențiale ale naturii și funcțiilor conștiinței, sugerează cu mai mare acuitate întrebarea „Ce înseamnă a fi conștient?”. În vederea clasificării ei argumentate, o scurtă incursiune în istoria psihologiei poate fi instructivă. După opinia psihologilor români, în definirea conștiinței au fost parcurse trei mari etape: prima se înscrie în intervalul de la începuturile psihologiei științifice și până prin anii '30; a doua cuprinde perioada anilor '40-'60; a treia începe cu anii '70 și continuă până în zilele noastre.

Etimologia cuvântului (*con-scientia: con-science; so-znanie*) demonstrează că organizarea conștientă este o *reproducere cu știință*, în care individul dispune de o serie de informații, ce pot fi utilizate în vederea descifrării, înțelegerii și interpretării unui nou obiect, fenomen, eveniment. Sub raport psihologic, omul își *dă seama de* „ceva” anume și îl *reproduce* în subiectivitatea sa sub formă de imagini, noțiuni, impresii. În virtutea experienței anterioare obiectul are un ecou informațional în subiect, în sensul că este conștientizat aproape imediat. Conștiința presupune includerea particularului în general și identificarea generalului în particular.

Conștiința este nivelul psihic superior de reflectare a realității caracteristic doar omului și nu în toate cazurile.

Conștiința este forma cea mai superioară de reflectare psihologică, este rezultatul condițiilor social-istorice de formare a omului în cadrul activității de muncă, care se află permanent în comunicare (cu ajutorul limbajului) cu alți oameni.

În acest sens conștiința este „un produs social”. Omul este unicul dintre ființe, care este capabil de autoanaliză, autocontrol și autoapreciere.

Aptitudinea de a se reflecta pe sine însăși în complexul activității vitale este *aptitudinea de a fi conștient de sine*.

Reflectarea relațiilor sociale de către om se numește *conștiință socială*. Conștiința socială se prezintă sub două forme fundamentale:

- ideologică;
- psihologică.

Frecvent se spune că specificul psihicului uman este apariția conștiinței. Dar există două feluri de conștiință:

- *conștiința implicită* – primitivă, nediferențiată, care există și la animalele superioare;
- *conștiința reflexivă* – conștiința de sine, de „eu”, într-adevăr specific umană.

Conștiința de sine (explicită) e precedată de „sentimentul de sine”, stare confuză, dinaintea momentului, când persoana va judeca, va aprecia modul său de existență. La baza evoluției conștiinței stă formarea treptată a unei scheme corporale și a unei imagini a propriului corp.

Prin sistematizarea reflecțiilor asupra fenomenului de conștiință și a definițiilor diverse date acestuia se pun în evidență, implicit sau explicit, și *funcțiile conștiinței*:

- funcția de semnificare sau de cunoaștere;
- funcția de relație;
- funcția de sinteză;
- funcția de autosupraveghere;
- funcția de adaptare;
- funcția reglatorie (de autoreglaj voluntar);
- funcția informațional-cognitivă;
- funcția de orientare spre scop;
- funcția anticipativ-predictivă;
- funcția creativ-proiectivă;
- funcția finalistă.

Henri Ey (1900–1977) savant francez, teoretician al conștiinței, oferă în două dintre lucrările sale (*Conștiința*, 1963; *Manual de psihiatrie*, 1967, împreună cu Bernard și Brisset) o concepție profundă referitoare la conștiință.

A fi conștient ar fi un atribut distribuit tuturor aspectelor vieții psihice sau doar unora dintre acestea.

Savantul francez propune o definiție complexă a conștiinței, asigurând astfel unitatea și totodată eterogenitatea fenomenelor de conștiință. „A fi conștient înseamnă a trăi particularitatea experienței proprii, transformând-o în universalitatea științei ei. Cu alte cuvinte, conștiința trebuie descrisă ca o structură complexă, ca organizare a vieții de relație a subiectului cu alții și cu lumea.”

Ey demonstrează că „a fi conștient înseamnă a dispune de un model personal al lumii”. Așadar, individul își încorporează un model al lumii în care sunt incluse propriile sale experiențe și de care el dispune, în mod liber, ca persoană.

În sfârșit, fiind consecvenți ai unui punct de vedere mai vechi exprimat într-un manual de psihologie (1976), este preferabil să definim conștiința ca „o formă supremă de organizare psihică, prin care se realizează integrarea activ-subiectivă a tuturor fenomenelor vieții psihice și care facilitează raportarea / adaptarea continuă a individului la mediul natural și social”.

Prin această definiție cercetătorii au dorit să specifice că sfera conștiinței nu se suprapune peste sfera psihicului; conștiința este doar „o parte” a psihicului, desigur, cea mai importantă.

În al doilea rând, a fost subliniată *funcția generală a conștiinței* (integrarea activ-subiectivă), în fine, precizăm finalitatea conștiinței (adaptarea la mediu). Printr-o asemenea formulare s-a realizat un acord cu unele puncte de vedere foarte recente.

3.2. Subconștientul

Poziția subconștientului în psihologie este destul de imprecisă. Termenul a apărut la sfârșitul secolului al XIX-lea – începutul secolului XX, căpătând diferite denumiri. Astfel, el a fost considerat când o *postconștiință*, când o *preconștiință*. Unii autori l-au denumit chiar „*inconștient normal*”. În prezent, există tendința de a-l defini prin opoziție cu conștiința, spunându-ni-se mai degrabă ce nu este decât ce este. *Grand dictionnaire de la psychologie* (1994, p.760) definește subconștientul ca fiind „*ansamblul stărilor psihice, de care subiectul nu este conștient, dar care influențează comportamentul său.*”

Tot de acolo aflăm că conștientul reprezintă un conținut de gândire „mai puțin conștient,” aflat la limita accesibilității în spirit, la limita stabilității în conștiință. Termenul, în opinia autorului citat, este în momentul de față abandonat. Reber, în schimb, apropie subconștientul de inconștient. El afirmă că în anumite circumstanțe termenul de subconștient este sinonim cu cel de inconștient.

În aceste condiții, o serie de clarificări sunt absolut necesare. Noțiunea de subconștient, sub o formă sau alta, cu o denumire sau alta, se păstrează și este utilizată în psihologie. Unii autori o includ chiar în titlurile cărților lor. De exemplu, Ion Biberi a publicat în a. 1938 o lucrare intitulată *Funcțiile creatoare ale subconștientului*, iar în a. 1970 – o alta, cu titlul *Visul și structurile subconștientului*.

Conservarea noțiunii de subconștient în psihologie este firească, deoarece subconștientul reprezintă una dintre ipostazele importante ale psihicului, care nu poate fi nici ignorată, nici redusă sau identificată cu alte ipostaze ale acestuia. Subconștientul dispune nu numai de conținuturi specifice, ci și de mecanisme și finalități proprii.

Subconștientul se referă la structurile abisale ale personalității („psihologia adâncimilor”). Pentru psihanalisti, subconștientul este parte a psihicului, care tinde să revină în conștiință și presează în mod continuu asupra conștiinței omului. Este o zonă abisală (profundă) limitată, în care nu se posedă o conștiință clară.

Sigmund Freud și neofreudiștii consideră subconștientul ca fiind:

- 1) deschis și orientat spre conștiință;
- 2) presupune o oarecare transparență, putând fi considerat o conștiință latentă;
- 3) este un ansamblu de servo-mecanisme și implicații nemijlocite ale conștientului, rezervă de informații și operații din care se constituie faptele de conștiință.

Trăsăturile definitorii sunt: proximitatea față de conștiință și compatibilizarea cu aceasta.

Înțelegerea conținutului specific, mecanismelor și finalităților proprii subconștientului nu au fost realizate dintr-o dată, ci a parcurs o serie de etape. Într-o *primă etapă*, cei mai mulți autori concep subconștientul ca pe o formațiune sau un nivel psihic, ce cuprinde actele foste cândva conștiente, dar care în prezent se desfășoară în afara controlului conștient.

El este rezervorul unde se conservă amintirile, automatismele, deprinderile, ticurile, montajele intelectuale sau perceptiv stereotipizate, deci toate actele, ce au trecut cândva prin filtrul conștiinței, s-au realizat cu efort, dar care se află într-o stare latentă, de virtualitate psihică, putând însă să redevină oricând active, să pășească pragul conștiinței.

Această accepție transpare din cele mai multe definiții care i s-au dat. Astfel, Th. Ribot a definit *subconștientul* drept o „conștiință stinsă”. Lăsând la o parte faptul că o conștiință stinsă n-ar avea nici un fel de rol în viața psihică a individului (poate mai degrabă ar fi trebuit să fie considerat o „conștiință adormită”, capabilă oricând, în funcție de împrejurări și de solicitări, să se trezească), se remarcă definirea subconștientului pornind de la conștiință.

Și în viziunea altor autori, cum ar fi de pildă Janet și Pierce, subconștientul apare ca un fel de conștiință inferioară, ce coexistă cu cea centrală.

„O parte mai mult sau mai puțin considerabilă a acestor reacții continuă să rămână închisă în forma inferioară. Acestea sunt actele subconștiente.

S-a acreditat și ideea că, deși *amplasat între conștient și inconștient*, subconștientul este orientat mai mult spre conștiință. El nu este total obscur, ci presupune un anumit grad de transparență, putând fi considerat, de aceea, o „conștiință implicită”.

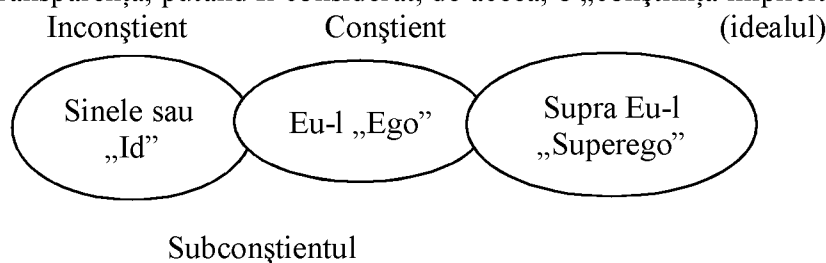


Fig. 8. **Reprezentarea schematică a psihicului uman (după Henri Ey).**

În a doua etapă a fost conștientizat nu numai caracterul limitat al definirii subconștientului, ci s-a trecut la elaborarea unei noi concepții.

Meritul cel mai mare îi revine lui Henri Wallon, care a formulat încă din a. 1924 o serie de idei extrem de interesante cu privire la subconștient. Subconștientul este definit de Henri Wallon (1924) ca o „cerebrație latentă”, ce are loc „sub simplitatea aparentă a percepțiilor”.

În afară de surprinderea și sublinierea caracterului dinamic al subconștientului, se conturează mai pregnant ideea existenței lui ca nivel de sine stătător, distinct atât de conștient, cât și de inconștient.

Acest punct de vedere, o dată câștigat, permitea concentrarea asupra caracteristicilor subconștientului, pe funcțiile lui specifice, care să-l diferențieze și să-l individualizeze în raport cu celelalte două ipostaze ale psihicului.

Principalele trăsături ale subconștientului apar din amplasarea lui topografică între conștient și inconștient. Acestea sunt:

- *latența și potențialitatea* (conținuturile subconștientului se mențin într-o stare latentă până când vor fi reactivate și disponibilizate de către conștiință);
- *coexistența cu conștiința* (de obicei, conținuturile subconștientului sunt o altă expresie a conținuturilor conștiinței, poate mai concentrată, mai condensată, ele neintrând în conflict cu conținuturile conștiinței, ci coexistând cu acestea);
- *facilitatea, servirea conștiinței* (subconștientul se pune în slujba conștiinței, devine un fel de „servitor” al ei);
- *filtrarea și medierea* conținuturilor, care trec dintr-un nivel în altul (conținuturile conștiinței nu trec direct în inconștient, ci „se opresc” pentru perioade de timp mai scurte sau mai lungi în subconștient, la fel petrecându-se lucrurile și cu conținuturile inconștientului, care mai întâi tranzitează subconștientul și abia apoi pătrund în conștiință).

Toate aceste particularități ale subconștientului au fost bine sintetizate de Paul Popescu-Neveanu, care vorbea de *proximitatea subconștientului față de conștiință* și de compatibilitatea cu ea. Aceasta demonstrează că, deși se amplasează între conștient și inconștient, subconștientul este mai *aproape* de conștient, iar conținuturile lui sunt mai *asemănătoare* cu cele ale conștientului decât cu cele ale inconștientului.

Subconștientul este considerat din această perspectivă un *servo-mecanism al conștiinței*, o ipostază a psihicului aflată în slujba conștiinței, o rezervă de informații și operații din care se constituie, uneori, faptele de conștiință, aceasta din urmă avându-și totuși izvorul în afara ei, în realitatea materială și socială înconjurătoare. Această idee apare și la alți autori. „Subconștientul conține ceea ce nu se află în centrul atenției, dar care poate avea efecte asupra conștiinței” (Atkinson et al., 1993).

În fine, subconștientul nu este un simplu dublet al conștientului, ci dispune de o fizionomie proprie, de conținuturi și legități de funcționare bine individualizate.

3.3. Inconștientul

Inconștientul constituie cel mai controversat nivel de organizare a vieții psihice, în legătură cu care pozițiile de negare sunt de afirmare abundă în literatura de specialitate. Discuțiile cu privire la accepțiile noțiunii, la natura psihică a inconștientului, la rolul lui în existența umană sunt atât de numeroase, prolix și contradictorii, încât creează un tablou deconcertant referitor la inconștient.

Se afirmă chiar că psihologia a renunțat să mai plaseze în centrul preocupărilor sale teoretice și practice noțiunea de conștiință, în favoarea celei de inconștient. Chiar dacă inconștientul a captat în ultima vreme într-o mai mare măsură atenția psihologilor, nu se poate susține fără a greși că ei au încetat să se mai preocupe de studiul conștiinței. Vom încerca să analizăm câteva dintre problemele mai importante ale inconștientului ca ipostază a psihicului.

Există un număr destul de mare de fenomene și reacții psihice, care intervin în activitatea noastră, fără a ne da seama de prezența lor. Ansamblul lor, ca și al posibilităților de acțiune existente, neactualizate îl denumim, în mod obișnuit, *inconștient*.

Astăzi includem în inconștient mai întâi tot bagajul de cunoștințe, imagini, idei achiziționate și care nu ne sunt utile în prezent. Ele rămân într-o stare de *latență*; unele vor fi actualizate frecvent, altele poate niciodată. Apoi găsim toată rezerva de acte automate, priceperi și deprinderi, care nu sunt necesare pentru moment (știu să dansez, dar nu e cazul etc.). Ele intervin când o cere situația prezentă.

Tot inconștiente sunt unele percepții *obscure* (sub pragul, la care devin conștiente), dar influențând comportamentul (mulți excitanți condiționați pot rămâne în afara conștiinței).

În fine, afectivitatea este în mare măsură inconștientă: scopuri, dorințe, sentimente, care n-au legătură cu momentul prezent.

În ce privește sentimentele, chiar când sunt actualizate, când intervin în conduită, ele nu sunt conștiente în întregime lor (îmi dau seama că țin la tatăl meu, dar nu știu ce sacrificii aș fi în stare să fac pentru a-l ști mulțumit.)

Psihologul japonez Tanenari Chiba (1884–1972) susținea că funcțiile conștiente și inconștiente ale vieții psihice nu diferă fundamental, ele fiind guvernate de legi, ce dispun de aceeași natură.

Conștiința și inconștientul au aceeași orientare și conținuturi de aceeași natură. Identificarea celor două niveluri de organizare a vieții psihice echivalează practic cu negarea specificului ambelor.

Aceste obstacole epistemologice au frânat constituirea și evoluția concepțiilor asupra inconștientului.

Afirmarea inconștientului se sprijină, în principal, pe concepția lui Sigmund Freud, medic-psihiatru vienez (părintele psihanalizei), care, deși nu a introdus noțiunea respectivă în psihologie, a elaborat o concepție structurată cu privire la conținutul și rolul inconștientului în viața psihică a individului, furnizând chiar și o metodă de sondare și asanare a lui.

Teoria inconștientului a fost multă vreme dominată de concepția lui S. Freud, acesta are meritul incontestabil de a fi subliniat rolul important al inconștientului, dar a ajuns la mari exagerări și unilateralitate.

În ultima sa teorie asupra structurii psihicului, el a descris trei instanțe.

1. *Sinele* („*id*”) – care ar fi principalul sediu al inconștientului, imaginat ca un rezervor unde „clocotesc” dorințele noastre, instinctele. Freud a caracterizat două instincte esențiale:

– *instinctul vieții* – tendința spre plăcere („*Libido*”), pe care mereu a identificat-o cu tendințele sexuale;

– *instinctul morții* – („*Thanatos*”), tendința spre distrugere.

Ambele instincte încearcă mereu să treacă la acțiune, dar sunt ținute în frâu de a doua instanță;

2. *Supraeul* „*superego*” – acesta este alcătuit din normele, imperatiivele morale, din idealul eului. El se formează datorită intervenției părinților, care înfrânează tendințele copiilor neconforme cu moralitatea;

3. *Eul* („*ego*”) – principalul sediu al conștiinței. El ține cont de dorințele prezente în „sine”, de interdicțiile supraeului, căutând un compromis între ele, în funcție de realitate. Acest *compromis* obligă eul să alungă în inconștient (sinele) toate tendințele, aspirațiile, care nu se pot realiza (fenomen numit de Freud „*refulare*”).

Concepția lui Freud are o bază reală: există mereu conflicte între dorințele noastre și obligațiile morale *Eul*, în funcție de conștiința morală și de realitate, caută mereu o soluție optimă. Dar Freud susține o supremație a sinelui, a forțelor inconștiente.

Investigațiile și cercetările directe asupra inconștientului au fost precedate de „lansarea” filosofică a noțiunii respective de către marii metafizicieni germani din epoca postkantiană (Schelling, Hegel, Schopenhauer). „Filosofia inconștientului” (mai cunoscută este cea a lui Hartman) a creat o ambianță favorabilă recunoașterii inconștientului. De asemenea, cercetările experimentale efectuate după a. 1880 de școala de la Salpetriere (Charcot) sau de cea de la Nancy (Bernheim) au constituit solul fertil în care și-a înfipt rădăcinile, mai târziu, psihanaliza centrată pe „psihologia profunzimilor” și pe găsirea unui conținut specific noțiunii de inconștient.

Din „filosofia inconștientului” două idei prezintă interes: una dintre ele consideră că prin natura sa inconștientul este irațional, cealaltă vede în inconștient o adevărată forță, ce guvernează întreaga viață a individului. Prima idee se conturează cel mai bine în opera lui Arthur Schopenhauer (1788–1860), în lucrarea *Lumea ca voință și reprezentare* (1819). Pentru filosoful german voința reprezintă o forță irațională și activă, omul însuși fiind o voință fără conștiință. Intellectul uman se află în serviciul voinței. „Voința este profesorul, iar intelectul servitorul” (după Schopenhauer).

Acest mod de a concepe inconștientul va contamina multe concepții psihologice elaborate ulterior. Cea de-a doua idee va avea însă o mai mare răspândire. Carl-Gustav Carus (*Vorlesungen über Psychologie*, 1831) consideră că „viața psihică conștientă își are cheia în regiunea inconștientului”. Pentru E. von Hartman (1842–1906) (*Philosophie de l'Inconștient*, a. 1869), atât viața organică, cât și cea spirituală (psihică) sunt dominate de inconștient. În opinia lui Hartman, inconștientul este prezent în percepții, în formularea conceptelor, în raționamente; el guvernează sentimentele; în el își au sursa descoperirile geniale. Mulți alți filosofi au avut contribuții remarcabile la fundamentarea filosofică a inconștientului. Kant folosea expresia „reprezentări întunecate” pentru a desemna inconștientul. Fichte vorbea despre „intuirea fără conștiință a lucrurilor”, Schelling despre „inconștientul etern” ca temei absolut al conștiinței, Nietzsche, în prelungirea moraliștilor francezi, despre „impuritățile spiritului”. Informațiile pertinente cu privire la fundamentarea filosofică a inconștientului găsim într-o lucrare semnată de V.D. Zamfirescu (1998).

Primele rezultate ale cercetărilor medicale făcute în cea de-a doua jumătate a secolului al XIX-lea asupra isteriei, hipnotismului, somnambulismului și disocierii personalității au conturat mult mai bine premisele unei psihologii a inconștientului. Binet și Janet, elevii lui Charcot, psihiatrul american Morton Prince (1854–1929), care a studiat la Nancy, vedeau în inconștient reversul conștiinței, incapabilă de a sintetiza ansamblul vieții psihice, unele fenomene scăpându-i de sub focarul analizei. Inconștientul apărea în viziunea acestor autori mai degrabă ca o slăbiciune a Eului și a conștiinței, ca o deficiență psihologică, în sfârșit, ca un automatism psihic. Oricum, rolul inconștientului nu mai putea fi negat, din moment ce începuseră a se aduce probe experimentale sau cvasiexperimentale în sprijinul existenței lui.

Freud va fi însă cel, care va da o definiție și o fundamentare științifică inconștientului. Inspirat și influențat de ideile filosofilor, psihologilor și psihopatologilor dinaintea lui, Freud a propus o asemenea concepție despre inconștient.

Fără a intra în amănunte, considerăm că principalele merite ale lui Freud în investigarea inconștientului sunt: descoperirea unui *inconștient dinamic, conflictual și tensional*, corelativ procesului refulării; trecerea de la interpretarea inconștientului ca *substantiv*, ce desemnează faptele mintale refulate la interpretarea lui ca *adjectiv*, ca o calitate psihică, ceea ce înseamnă că proprietatea, „calitatea” de a fi inconștiente o au nu numai amintirile, ci și mecanismele de refulare sau ceea ce pornește de la Supraeu; multiplicarea zonelor, ce se sustrag conștiinței, considerarea inconștientului ca fiind profund, abisal, și nu doar un simplu „automatism psihic”, cum apărea el la Janet.

În jurul concepției lui Freud asupra inconștientului s-a păstrat multă vreme o tăcere aproape jenantă. Austriecii Bleuler (1857–1939) și Jung (asistentul său), ungarul Sandor Ferenczi (1873–1933), englezul Alfred Ernest Jones (1879–1958) încep să utilizeze metodele lui Freud. În a. 1910 a luat ființă Asociația Psihanalitică Internațională, al cărei președinte a fost ales Jung, asociație, care va reuni primii freudieni (Alfred Adler, Otto Rank, Theodor Reik etc.). Totodată, încep să se contureze și primele disidențe, ceea ce face ca cercetările asupra inconștientului să intre într-o nouă etapă, pe care am putea-o denumi postfreudiană. Pentru Adler, psihismul inconștient este determinat de voința de putere și de sentimentul de inferioritate, acestea fiind mecanismele compensatoare fie ale unor deficiențe fizice, fie ale inferiorității reale sau presupuse ale Eului.

Omul dispune de o tendință importantă de superioritate, astfel încât dezvoltarea lui psihică se datorează luptei, ce are loc la nivel inconștient între o tendință negativă (sentimentul de inferioritate) și o tendință pozitivă (sentimentul de superioritate), aceasta din urmă fiind orientată spre compensare. În concepția lui Adler, compensarea joacă același rol, pe care îl avea refularea la Freud, numai că Adler cade în aceeași greșeală săvârșită și de Freud: *absolutizarea acestui mecanism*.

Mulți alți autori (Melanie Klein, Anna Freud, Daniel Zagache, Jacques Lacan etc.) au adus contribuții importante la teoria inconștientului, făcând din psihanaliză, așa cum se exprima un exeget francez, un umanism, punând bazele unei morale și unui comportament nou.

Françoise Dolto, fondatoarea psihanalizei copilului în Franța, propune o tratare a inconștientului dintr-o perspectivă foarte extinsă (*Inconscient et destins, 1988*).

Mai recent, în Franța a început să prindă contur *o psihologie socială clinică* de inspirație psihanalitică.

Două dintre lucrările unor autori, ce aparțin acestei noi orientări, au apărut și în traducere românească (Barus-Michel, Giust-Desprairies și Ridel, 1998; Sirota, 1998). Adrian Neculau, inițiatorul traducerii acestor lucrări în limba română, scrie în prefața primei lucrări citate: „Psihologia socială clinică se simte bine în vecinătatea psihanalizei. Utilizează multe dintre conceptele acesteia, metodele sale de investigație, are predilecții pentru problematica acesteia. Inconștientul, fantezmele, comportamentele defensive, ca și cele ofensive sunt tărâmul lor comun” (Neculau, 1998). Expansiunea problematicii inconștientului, în linii generale, și a psihanalizei, în particular, până și în psihologia socială clinică, justifică poate cel mai elocvent „triumfurile psihanalizei”.

Totuși, prin diversitatea lor, cercetările psihanalitice exprimă dificultatea conceperii într-o manieră unitară a inconștientului.

Unii autori, printre care se numără însuși Freud, au definit inconștientul într-o *manieră restrictivă și exclusivistă*, considerându-l doar rezervorul tendințelor înfrânate, înăbușite, refulate, frustrate. Inconștientul este cel care explică lapsusurile, pseudoamneziile, actele ratate, visele etc.

Alți autori definesc inconștientul într-o *manieră negativă*, insistând mai mult asupra rolului său în ansamblul vieții psihice. În viziunea acestor autori inconștientul apare ca haos, ca irațional, învolburare de pulsuni oarbe, ce nu cunosc nici o organizare, cu efecte dezorganizatorice și inhibitive asupra vieții psihice, ca ținând chiar de patologia mintală.

Psihologia contemporană definește inconștientul într-o *manieră extensivă și pozitivă*, ca fiind o formațiune psihică, ce cuprinde tendințele ascunse, conflictele emoționale generate de resorturile intime ale personalității. „Inconștientul nu trebuie conceput ca un receptacul de amintiri, ca un refulat oarecare, ci ca o structură asimilatoare, o schemă dinamică deschisă lumii,

organizând elementele primite (biologice, sociale, culturale), modelându-le, integrându-le în psihic și dând un sens ființelor și lucrurilor” (Sillamy, 1980).

- Din faptul că inconștientul are o funcționalitate mai puțin previzibilă, o desfășurare mai haotică, nu trebuie să deducem că el ar fi lipsit de ordine, de orice rânduială. El nu este lipsit de organizare, ci dispune de un alter ego, el neagă ordinea impusă de conștiință, dar aceasta nu înseamnă dezordine, ci faptul că aduce o altă ordine, adică ordinea propriei sale subiectivități.
- Din faptul că inconștientul se manifestă impulsiv sau spontan nu trebuie să se tragă concluzia că structurile sale nu sunt suficient de bine conturate.

Ei, de exemplu, consideră că principalele „structuri” ale conștientului sunt:

- sistemul neurovegetativ sau autonom cu funcțiile sale (respirație, circulație, digestie etc.);
- automatismele psihologice sau „inconștientul subliminal” exprimat de organizarea normală a câmpului conștiinței;

– baza inconștientă a persoanei, care conține stadii arhaice. Așadar, experiența psihosomatică inconștientă, infrastructura câmpului conștiinței și formele primitive ale existenței persoanei sunt sisteme de forțe, care constituie inconștientul.

Deși structurile sale sunt mai simple decât cele ale conștiinței, inconștientul îndeplinește următoarele roluri:

- *rol de energizare și dinamizare* a întregii vieți psihice a individului;
- *rol de facilitare a procesului creator*, contribuind la realizarea unor combinații și recombinații spontane;
- *rol de asigurare a unității Eului*, prin faptul că este principalul depozitar al programelor informaționale și al tensiunilor motivaționale pe baza cărora, prin organizare specifică, se emancipează conștiința.

Inconștientul face parte integrantă din ființa umană, nelăsând-o neinfluențată în nici una din ipostazele sale existențiale normale sau patologice.

Faptul că inconștientul este diferit în manifestările sale nu putea să scape celor, care s-au ocupat cu abordarea lui. Așa încât foarte curând a început să se vorbească nu de inconștient în linii generale, ci de variate tipuri sau moduri de inconștient. Însuși Freud deosebea trei *tipuri de inconștient*:

- unul *latent* sau *preconștient*, care cuprinde stările psihice susceptibile de a deveni conștiente;
- altul format din *faptele psihice refulate*;
- al treilea, constituind partea cea mai *importantă a eului ideal*.

Dwelshauvers prezenta în lucrarea sa *L'inconscient*, apărută în a. 1919, o multitudine de tipuri de inconștient. Ralea, care s-a referit în a. 1926 la clasificarea lui Dwelshauvers, le-a redus la două forme fundamentale:

- inconștientul *funcțional*, cu subdiviziunea în inconștientul *fiziologic* și inconștientul *psihic*;
- inconștientul *adaptiv*, tot cu două subdiviziuni: inconștientul *automatic* și inconștientul *afectiv*.

Pavelcu, în lucrarea sa din a. 1941, utilizând criteriul dimensiunilor vieții spirituale (verticală, orizontală, longitudinală), deosebea trei forme ale inconștientului, și anume: inconștientul *abisal*; inconștientul *periferic*; inconștientul *temporal* (Pavelcu, 1982). Nu ne mai referim și la alte clasificări, ci specificăm doar faptul că diferențierile dintre tipurile sau modurile de inconștient provin din felul, în care este rezolvată problema naturii inconștientului și cea a rolului acestuia în viața psihică.

În cursul noilor orientări psihologice se disting doar trei tipuri de inconștient: inconștientul *cerebral*; inconștientul *colectiv*; inconștientul *cognitiv*, ele revenind în actualitate.

Constatări concluzive

În dinamica vitală a conștientului principalul sistem de referință rămâne conștiința, deoarece prin intermediul ei omul reproduce în mod adecvat realitatea, așa cum este ea, și numai în virtutea acestui fapt el își poate conduce și regla corespunzător conduita. Este necesar să consemnăm, susținea Ei, „subordonarea organică a inconștientului față de conștient” (Ey, 1983), deoarece numai în felul acesta vom ajunge în posesia conștiinței morale și vom evita pierderea libertății adusă de dezorganizarea ființei conștiente o dată cu maladiile mintale. Conștiința se implică în însăși realizarea destinului uman, acesta din urmă nefiind altceva decât „conștiința acțiunii și a scopurilor” sau „conștiința personalității întregită în dimensiunea ei temporară” (Pavelcu, 1982).

Conștiința superioară a conduitei sale îi oferă omului posibilitatea de a se conduce în viață.

COMPARTIMENTUL II

PROCESELE PSIHICE SENZORIALE

Tema 1. SENZAȚIA

1.1. Definiere și caracteristica generală a senzațiilor

Necesitatea de adaptare a organismului, de a face față unor solicitări exterioare din ce în ce mai complexe au condus la apariția unor forme de captare și prelucrare a informațiilor, la structurarea unor modalități de răspuns la influențele externe. La nivelul elementar al dezvoltării organice, forma sub care se reacționează este iritabilitatea simplă, proprietatea biologică generală, care permite ființelor vii să recepționeze influențele externe și să răspundă selectiv la ele printr-o modificare internă.

Iritabilitatea simplă reprezintă tocmai proprietatea organismului de a răspunde prin procese active interne la acțiunile din afară. Se observă că iritabilitatea simplă reprezintă o formă de interacțiune între organism și mediu, esențială pentru asigurarea vieții. Reacția manifestată de organism la acțiunea substanțelor și formelor de energie externă este difuză, nediferențiată, nespecializată, o reacție a întregului organism, care este în același timp atât analizator, cât și executor.

Când un stimul din exterior acționează asupra oricărei porțiuni a organismului, în interiorul acestuia din urmă au loc modificări biochimice și biofizice, care dau naștere unei stări de excitație, ce se propagă prin difuziune, din aproape în aproape, în tot organismul.

Iritabilitatea nu înseamnă însă reacția organismului la orice stimul, ci numai la stimulii, care au o semnificație biologică vitală pentru organism și care satisfac prin ei înșiși trebuințele biologice ale organismului; în interiorul acestuia din urmă au loc modificări biochimice și biofizice, ce dau naștere unei stări de excitație, care se propagă prin difuziune, din aproape în aproape, în tot organismul.

Iritabilitatea simplă satisfăcea cerințele vieții într-un mediu relativ simplu, omogen, în care chiar resursele de viață erau încă neformate. Cum însă condițiile de mediu încep să se complice, organismul este „forțat” să-și elaboreze noi forme de reacție la mediu. Cel puțin două împrejurări au impus apariția cu necesitate a unei noi forme de reacție a organismului la mediu. Prima o reprezintă existența într-un *număr limitat a stimulilor biologici necesari*, ce prin ei înșiși satisfac trebuințele biologice ale organismului, la care se adaugă *dispersiunea lor mare în mediul inconjurător*. A doua constă în faptul că stimulii biologici necesari *apar împreună* sau *amestecați* cu alți factori indiferenți, ce prin ei înșiși nu satisfac trebuințele biologice ale organismului, dar care au o mare valoare în depistarea primilor. O bucată de carne dispune de proteine, glucide etc., care prin ele însele satisfac trebuința de hrană a animalului, dar și de alte proprietăți, cum ar fi forma, culoarea, mărimea, mirosul etc., care prin ele însele nu satisfac trebuința de hrană, dar pot semnaliza prezența în mediu a stimulului, ce va satisface această trebuință. Semnificativă din acest punct de vedere ni se pare a fi distincția făcută de A.N. Leontiev (1903–1979) între sursele de viață neformate și sursele de viață formate ca lucruri, primele fiind cele, ce întrețin existența organismului, celelalte fiind neutre din punct de vedere biologic, dar mediind în mod obiectiv însușirile esențiale pentru viață ale unei anumite substanțe având formă de lucru. „*Un corp format, înainte de a exercita o acțiune asupra organismului prin proprietățile sale chimice, de exemplu ca substanță nutritivă, acționează asupra lui prin alte proprietăți ale sale – ca un corp, ce are volum, elasticitate* etc. „Acest fapt face obiectiv necesară apariția relațiilor mediate cu mediul” (A.N. Leontiev, 1964).

La un anumit moment al evoluției a fost necesară apariția unei noi capacități, care să permită organismului atât căutarea și depistarea stimulilor biologici necesari în mulțimea celor indiferenți, cât și recepționarea și reacția la stimulii indiferenți, dar care au o mare valoare de semnalizare în raport cu ceilalți. Această nouă capacitate este sensibilitatea.

Proprietatea organismului de a recepționa factorii indiferenți, de a stabili un raport cu sens între ei și cei neconștienți poartă denumirea de sensibilitate. Spre deosebire de iritabilitatea simplă, care este o *proprietate* biologică, sensibilitatea este o proprietate psihică. Ea constituie, după cum se exprimă Leontiev, „*forma embrionară a reflectării psihice*”, prima formă de psihic, ce stă la baza celorlalte procese superioare de relaționare a individului la mediu. Dacă la nivelul iritabilității simple e reacția ce va fi generalizată, realizată cu întreg organismul, la nivelul sensibilității ea este *diferențiată*, realizată prin intermediul organelor de simț *specializate* pentru recepționarea anumitor modalități de energie externă. Sensibilitatea este proprietatea de reacție a organismului, la acțiunea mediului exterior, ce stimulează și dirijează activitatea organismului, deci la *stimulii neutri*, dar care devin puncte de sprijin și de reper în depistarea și descoperirea celorlalți. Sensibilitatea este o formă evoluată a adoptării, întrucât îndeplinește funcții de semnalizare în raport cu schimbul de substanțe. Sensibilitatea reprezintă un produs al evoluției materiei vii, dar și o „*condiție*”, un „*mecanism*” absolut necesar de interacțiune la nivelul adaptiv optim al procesului vital și de asigurare a dezvoltării biopsihice a individului.

Cea mai simplă legătură informațională a omului cu realitatea este realizată prin intermediul senzațiilor.

- *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).

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

Izolarea unui aspect al realității (lumină, gust sau miros) se datorează faptului că există organe de simț diferențiate, specializate pentru a recepționa în condiții optime o anumită categorie de excitanți (optim = prielnic, de mijloc, nu prea puternic și nici prea slab). În realitate senzația presupune nu doar un organ senzorial, ci un întreg aparat denumit de Pavlov **analizator**. Acesta se compune din:

- 1) organul senzorial;
- 2) nervul aferent (senzorial);
- 3) regiune corespunzătoare din scoarța cerebrală (zona de proiecție);
- 4) nervul eferent (motor);
- 5) organul eferent (care îndeplinește acțiunea).

Senzații separate nu întâlnim la omul adult, ele există la animalele inferioare și la copii în primele săptămâni ale vieții, când mielinizarea incompletă a fibrelor asociative din cortex împiedică o comunicare neîntreruptă între diferite porțiuni ale sale.

Odată cu maturizarea mai avansată a conexiunilor interneuronale, fiecare senzație se sintetizează cu altele; produse simultan, precum și cu urmele excitațiilor anterioare, formând o percepție ce este cunoașterea sintetică a obiectului în integritatea lui (exemplu: Senzația de cald și Percepția de cuptor cald)

Senzațiile nu sunt unica formă de reflectare a lumii. Formele superioare ale reflectării senzoriale (percepția, reprezentarea) nu pot fi reduse la suma sau combinația senzațiilor.

Fiecare formă de reflectare are un specific calitativ, dar fără senzații ca *formă inițială de reflectare* – este imposibilă existența oricărei activități cognitive. Fără senzații e imposibil activismul psihic al omului.

Numeroase experimente ce relevă influența izolării senzoriale (lipsa totală sau parțială a excitațiilor) asupra psihicului și organismului uman, ne demonstrează că după mai puțin de 24 ore de izolare senzorială totală (IST) se observă dereglări ale conștiinței, apar halucinații, idei fixe. *Exemplu:* Experiențele de izolare efectuate în laboratorul lui Hebb sunt f. sugestive din acest punct. Subiecții au fost culcați pe o canapea într-o cameră, în care se întrerupsese orice contact senzorial cu realitatea înconjurătoare (nu vedeau, nu auzeau, nu se mișcau, nu puteau să pipăie). După 20 de ore de absență a contactului cu lumea exterioară a obiectelor, psihicul

funcționa prost, iar subiecții nu gândeau normal. Au apărut tulburări emoționale, halucinații. Prin urmare, permanenta transformare a energiei exterioare (deci a excitantului) într-un fapt de conștiință, ce se realizează în situații, este o condiție necesară a activității normale a psihicului.

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

Senzațiile reflectă doar însușiri separate, dar omul trăiește într-o lume a obiectelor și de aceea, la necesitate, le integrează în procese perceptive. Senzațiile mai sunt și imagini primare, întrucât ele reprezintă rezultatul imediat al acțiunii stimulului asupra analizatorilor și nu apar decât în aceste condiții. Senzațiile capătă o serie de proprietăți, care le individualizează și le acordă totodată un anumit specific, și anume (4 proprietăți): intensitatea senzațiilor, calitatea senzațiilor, durata senzațiilor, tonul afectiv al senzațiilor.

1. Intensitatea senzațiilor – această proprietate a senzațiilor este legată, în special, de *intensitatea* fizică a stimulilor, care le provoacă. Studiul relației cauzale dintre intensitatea fizică a stimulului și intensitatea experienței subiective, deci a senzației, a făcut obiectul nenumăratelor investigații finalizate prin formularea unei legi mai generale a senzațiilor, legea intensității.

Intensitatea senzației nu depinde exclusiv de intensitatea stimulului, ci de o multitudine de alte variabile, care acționează independent sau corelat cu intensitatea fizică a stimulului. Unele din ele se referă la *alte caracteristici ale stimulului*, cum ar fi durata aplicării lui.

Un stimul, chiar dacă nu dispune de o intensitate necesară producerii senzației, poate totuși produce senzația prin aplicarea repetată. Alte variabile ale intensității senzațiilor se referă la *modul de aplicare a stimulului*. Se pare că aplicarea intermitentă (discontinuu, la anumite intervale) a unui stimul este mai productivă decât aplicarea lui continuă. Un sunet sau un flux de lumină vor atinge pragul la cea mai mică intensitate, aceasta din urmă fiind net-superioară comparativ cu cea a unui stimul, ce acționează continuu, desigur nu independent de durata și frecvența întreruperilor.

Cea de-a treia categorie de variabile, care influențează intensitatea senzației, o reprezintă unele *particularități ale mecanismelor anatomo-fiziologice ale senzației*, începând cu mărirea suprafeței receptoare stimulate, continuând cu numărul neuronilor puși în funcție de mesaj (deoarece fiecare fibră se articulează cu o mulțime de neuroni) și terminând cu variația potențialului la nivelul neuronilor receptivi ai cortexului senzorial.

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. Savoarea unui aliment, vocea unui prieten, mirosul unui animal influențează reacțiile noastre de căutare sau de evitare a alimentelor, prietenilor, animalelor. Iată de ce descoperirea mecanismelor, cărora le poate fi atribuită calitatea experienței senzoriale umane, a constituit o preocupare constantă a cercetătorilor. Clifford T. Morgan (în 1941) face sinteza acestor mecanisme, menționând faptul că cel puțin trei mecanisme par a explica mai adecvat calitatea senzațiilor:

• **Selectivitatea receptorilor** – constă în specificitatea diferențiată a receptorilor în raport cu diversele specii de stimuli. Selectivitatea receptorilor se explică, la rândul ei, prin mai multe aspecte, dintre care mai importante sunt:

a) localizarea receptorilor – (unii sunt localizați la suprafața organismului, deci nu vor putea obține decât informațiile, ce vin din afara corpului, pe când alții, fiind localizați în interiorul organismului, în organele interne, în tendoane, articulații, mușchi, vor fi sensibili doar la stimulii, ce vin din propriul organism);

b) structurile asociate receptorilor (ochelarii nu filtrează sunetele, la fel cum aparatele acustice nu sunt adaptate pentru lumină);

c) caracterele chimice și structurale ale receptorilor (celulele vizuale conțin o serie de substanțe chimice, care le conferă proprietățile lor fotosensibile, celulele labirintului nonauditiv dispun de o structură adaptată stimulilor mecanici);

d) caracteristicile funcționale ale receptorilor (terminațiile nervoase libere din piele dau senzații diferite; de contact, de temperatură, de durere, datorate nu numai structurii și

consistențelor lor chimici, ci, probabil, și echilibrului polarizat al membranelor nervilor). Sensibilitatea organismului la stimulii non-specificali nu este gratuită, dimpotrivă, îndeplinește funcții adaptative. De exemplu, faptul că o căldură excesivă excită receptorii durerii avertizează organismul asupra unui pericol, care îl amenință.

• **Energia specifică a organelor de simț** este alt mecanism, care explică calitatea senzației. Se pornește de la premisa că fiecare organ de simț posedă o energie specifică, proprie lui, care este transmisă creierului, indiferent de maniera în care este stimulat. Energia specifică a fibrelor determină sau imprimă calitatea senzației după ce selecția a fost făcută. O asemenea idee a fost însă contestată de alți cercetători, care considerau că particularitățile calitative ale stimulului se imprimă receptorilor și fibrelor independent de proprietățile particulare ale acestora din urmă. Deci nu energia specifică a receptorilor sau a fibrelor nervoase determină calitatea senzației, ci specificul stimulului. Ewald Hering (1834–1918) în teoria sa asupra vederii colorate demonstrează că unul și același receptor poate da două tipuri diferite de impresii colorate, în funcție de stimulii, care sunt aplicați. El propune, *teoria fibrelor non-specifice*, care intră în felul acesta în dispută cu teoria fibrelor specifice formulată de Helmholtz.

Morgan e înclinat să creadă că din aceste două teorii cea, care are dreptate, este teoria fibrelor specifice, confirmată de fapte și demonstrată prin probe experimentale. Sunt invocate drept argumente investigațiile efectuate asupra grupurilor de fibre senzoriale. Pentru fiecare fibră a neuronului auditiv există, de exemplu, o anumită frecvență, care declanșează reacția sa maximă. De asemenea, fiecare fibră optică are propria ei curbă de vizibilitate, aceste curbe diferă de la o fibră la alta. Morgan duce însă ideea mai departe: chiar dacă, în esență, calitatea experienței senzoriale depinde de receptorul, care intră în joc, este foarte probabil ca o calitate senzorială dată să depindă, în condiții normale, de „*diferite combinații de receptori specifice sau de combinarea numeroase la fibre specifice diferite*” (Morgan, 1949). De exemplu, senzația de arsură cauzată de căldura sau de frigul intens poate fi explicată prin combinarea activității receptorilor pentru cald și pentru rece.

• **Energia specifică centrală** este un al treilea mecanism implicat în explicarea calității senzațiilor. Aceasta din urmă se datorează, cred unii autori, nu numai unor mecanisme periferice (energia specifică a receptorului sau a fibrei nervoase), ci și unor mecanisme centrale, corticale (energii specifice a instanțelor superioare prezente în realizarea senzațiilor). În sprijinul acestui punct de vedere se aduc argumente de ordin *anatomo-fiziologic* (localizarea spațială mai riguroasă a capetelor corticale ale diferitelor organe de simț) sau de ordin *neurologic* (tulburarea vederii colorate în condițiile perturbării cortexului, indiferent de alte defecțiuni vizuale).

Mai plauzibil însă decât acest mecanism biochimic este cel al *conexiunilor* stabilite în sistemul nervos central (SNC). Calitatea senzațiilor este diferită, deoarece ele suscită comportamentele diferite care, la rândul lor, sunt dependente tocmai de calitatea (frecvența, rapiditatea etc.) conexiunilor nervoase.

3. Durata senzațiilor – această proprietate se referă la *întinderea în timp* a senzației. De obicei, senzația persistă atâta vreme cât acționează și stimulul. În acest interval, ea variază în ceea ce privește unele dintre caracteristicile enumerate, dependent de nenumărați factori. Creșterea progresivă a intensității stimulului va duce la creșterea intensității senzației, în timp ce descreșterea progresivă a acesteia – la descreșterea intensității senzației. Însă intensitatea experienței senzoriale poate scădea nu doar în urma reducerii intensității stimulului, ci și datorită intrării în funcțiune a fenomenului de adaptare, de obișnuire cu stimulul. Așadar, 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*. Nu întotdeauna însă senzația dispare după începerea acțiunii stimulului; dimpotrivă, ea *persistă și după ce stimulul încetează* a mai acționa asupra individului.

Persistența senzațiilor este extrem de variabilă. Se pare că cele mai persistente după încetarea acțiunii directe a stimulului sunt senzațiile gustative. Un gust amar se păstrează chiar după ce gura a fost clătită cu apă. Sensibilitatea tactilă superficială este însă foarte puțin persistentă.

Imaginile, care se păstrează și după încetarea acțiunii stimulului, poartă denumirea de *imagini consecutive*. Există nenumărate efecte consecutive pozitive de mișcare sau de culoare. Ele sunt de două feluri: pozitive și negative. *Imaginile consecutive pozitive* sunt cele, care corespund senzației originare. De exemplu, un cărbune încins învârtit în întuneric dă impresia unui cerc luminos. *Imaginile consecutive negative* sunt cele, care nu corespund senzației originare, ci sunt complementare acesteia. Dacă vom privi cu un ochi 1–2 min un pătrat roșu și apoi ne vom fixa privirea pe un perete alb, vom vedea culoarea verde. Analiza acestor efecte evidențiază prezența a două aspecte. Primul: efectele consecutive sunt întotdeauna opuse sau complementare, fapt care sugerează existența a două sisteme antagoniste. Al doilea: efectele consecutive necesită stimularea prelungită a unuia dintre sistemele antagoniste, fapt care sugerează modificarea capacității de răspuns a mecanismelor senzoriale, fie în sensul adaptării ei, fie în cel al obosirii până la scăderea sensibilității la datele senzoriale.

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.

Ne deschidem ochii mari, ne încordăm și ascuțim auzul când intrăm în contact cu stimuli vizuali și auditivi, ce produc senzații plăcute; ne acoperim ochii, ne astupăm urechile, ne protejăm nasul și gura când energiile înconjurătoare sunt foarte intense sau neplăcute. Simțurile produc așadar atât experiențe agreabile, cât și experiențe supărătoare, dezagreabile. În consecință, stimulii, care se asociază cu senzații plăcute, vor fi căutați, apropiați, recepționați, preferențial, cei ce generează experiențe senzoriale neplăcute vor fi evitați sau respinși.

Tonalitatea afectivă a senzațiilor depinde de gradul de satisfacere sau nesatisfacere a trebuințelor. Satisfacerea senzațiilor de foame, de sete, a celor sexuale se va asocia întotdeauna cu apariția unor stări afective plăcute, pe când nesatisfacerea lor cu stări afective neplăcute. Tonul afectiv al senzațiilor este proprietatea, care *specifică și individualizează* senzațiile în general, dar și pe unele în raport cu altele.

Definirea senzației prin opoziție cu percepția

Raportarea senzației la percepție reprezintă cea mai răspândită modalitate de definire și individualizare a senzației. Punerea față în față a două mecanisme cognitive reușește să conducă la surprinderea notelor distinctive ale fiecăruia dintre ele.

Tomas Reid (1710–1796), de exemplu, concepea senzațiile ca fiind unități psihice elementare și primitive, care, combinându-se și asociindu-se între ele, conduc la percepții. El sesiza astfel caracterul primitiv al senzațiilor elementare comparativ cu caracterul complex și structural al percepțiilor. Inspirându-se din chimie, Reid deriva percepția din senzație, ca pe un corp compus din corpuri mai simple.

Reid a sesizat însă și o altă diferență existentă între senzații și percepții. Astfel, în timp ce senzațiile sunt experiențe mentale pur subiective, percepțiile permit o priză de conștiință directă a obiectelor fizice, care există independent de cel ce le percepe. Chiar dacă distincția dintre cele două mecanisme psihice este simplistă, ea sugerează nivelul calitativ superior al percepțiilor comparativ cu cel al senzațiilor.

Senzația este „o simplă experiență conștientă asociată stimulilor”, pe când percepția este „experiența conștientă asupra obiectelor și a relațiilor obiectelor” (Coren, Porac și Ward, 1984).

Senzația este procesul, cu ajutorul căruia stimulii sunt detectați și codați, spre deosebire de percepție, care este procesul mintal al organizării și interpretării senzațiilor.

1.2. Mecanismele fiziologice ale senzației

La nivelul senzațiilor legătura dintre fiziologic și psihologic este atât de strânsă, încât cu greu ar putea fi făcute unele delimitări, fiziologicul convertindu-se în psihologic, iar psihologicul declanșând noi manifestări ale fiziologicului. Se și afirmă, de altfel, că senzațiile sunt domeniul, în care studiul psihologic se află în „*cel mai lung și mai fericit mariaj cu fiziologia*”. (Gray, 1991). La producerea senzației participă numeroase instanțe și mecanisme, fiecare din ele îndeplinind roluri specifice. În principal, *aparatură morfo-funcțională*, care contribuie la realizarea

senzației este **analizatorul**, cu părți și funcții distincte. Rolul lui este de a converti energia exterioară sau interioară într-un fapt de conștiință, fie și simplu, cum este senzația.

Senzațiile sunt rezultatul activității reflexe a analizatorilor ca răspuns la stimulările exterioare simple. *Analizatorul este un ansamblu structural-funcțional, care face posibilă producerea senzațiilor.*

1. Recepția stimulilor (receptorul)

Organele esențiale, prin intermediul cărora se realizează captarea informațiilor, sunt **receptorii**, extrem de numeroși (cca 400.000.000) și *specializați* pentru recepționarea diverselor forme de energie.

Receptorul este componenta, care transformă energia excitațiilor exteriori în flux nervos.

Celulele receptoare ale analizatorului vizual (conurile și bastonașele din retină) recepționează, de pildă, undele electromagnetice cu lungimi cuprinse între 390 și 800 milimicroni; organul Corti (receptorul analizatorului auditiv) recepționează undele sonore cu frecvențe cuprinse între 16 și 20.000 Hz. etc.

Cel puțin două caracteristici ale receptorilor rețin atenția:

a) ei sunt sensibili față de stimuli adecvați, specifici, dar nu și pentru stimuli inadecvați specifici, sau nespecifici față de care rămân insensibili (cu excepția stimulilor electrici și mecanici, considerați ca fiind universali și deci aplicabili pe orice receptor);

b) rolul esențial al receptorilor este de a converti energia fizică, externă a stimulilor în activitate neutră, proces numit *transducție*.

Prin transducție celulele receptoare produc o schimbare electrică în răspunsul la un stimul. De exemplu, receptorii din ochi răspund luminii, cei din ureche sunetului etc. Concomitent cu transducția are loc și *codarea primară* a informațiilor, prin urmare transpunerea proprietăților fizice ale stimulilor într-o structură a activității neurale, care identifică specificul proprietăților fizice calitative și cantitative ale obiectelor.

Proprietățile cantitative se referă la tăria, intensitatea, forța lor (lumina poate fi puternică sau slabă, moleculele, care stimulează gustul sau olfacția pot fi concentrate sau diluate).

Proprietățile calitative – se referă la tipul, felul de energie (contactul cu undele electromagnetice permite perceperea culorilor, în timp ce contactul cu sunetele permite percepția frecvenței acestora).

2. Conducerea influxului nervos la creier

Reprezintă un al doilea mecanism implicat în producerea senzațiilor. Transmiterea la creier a influxului nervos se face prin intermediul *fibrelor aferente*, mai puțin numeroase, decât receptorii. Se consideră că ar exista în total 4.000.000 de asemenea fibre, deci fiecare fibră nervoasă vine în contact cu circa 100 de celule receptoare.

Traseul cerebral, care pornește de la receptor la creier, nu este continuu, ci prezintă 3–4 întreruperi sinaptice, amplasate la diferite niveluri ale sistemului nervos central.

Rolul esențial al căilor de conducere sau aferente este acela de prelucrare succesivă tot mai complexă a semnalelor nervoase. Dacă în receptor are loc codarea primară a informațiilor, în căile de conducere asistăm la *recodificarea* informațiilor, la reorganizarea elementelor informaționale, la filtrarea lor. Unele dintre ele, cele cu mare încărcătură informațională, sunt reținute, în timp ce altele, mai puțin semnificative, sunt eliminate, fie blocate la nivel subcortical. Cercetările au demonstrat că pe căile aferente circulă o cantitate imensă de informații (100.000.000 biți pe secundă), în timp ce creierul nu poate opera decât cu o cantitate relativ mică de informații (100 biți pe secundă). Aceasta înseamnă că travaliul realizat de etajele inferioare în prelucrarea informațiilor este imens. În căile de conducere are loc elaborarea neurogramelor, ce cuprind informația senzorială menită a fi transmisă spre creier.

3. Interpretarea informațiilor nervoase de către creier.

Acesta este mecanismul cel mai important al senzației. Interpretarea informațiilor se produce în *zonele de proiecție corticală ale analizatorului*, compusă dintr-o porțiune centrală sau primară, numită nucleul analizatorului, și alta periferică.

Aria senzorială primară cuprinde aria vizuală (lobul occipital), aria auditivă (lobul temporal) și aria somatosenzorială (lobul parietal). În imediata vecinătate a ariei senzoriale se află aria motorie principală, neuronii din ea controlând motricitatea voluntară rapidă, precisă și coordonată a musculaturii scheletice din partea opusă corpului. Localizarea segmentelor corticale ale analizatorilor este redată în *figura 9*.

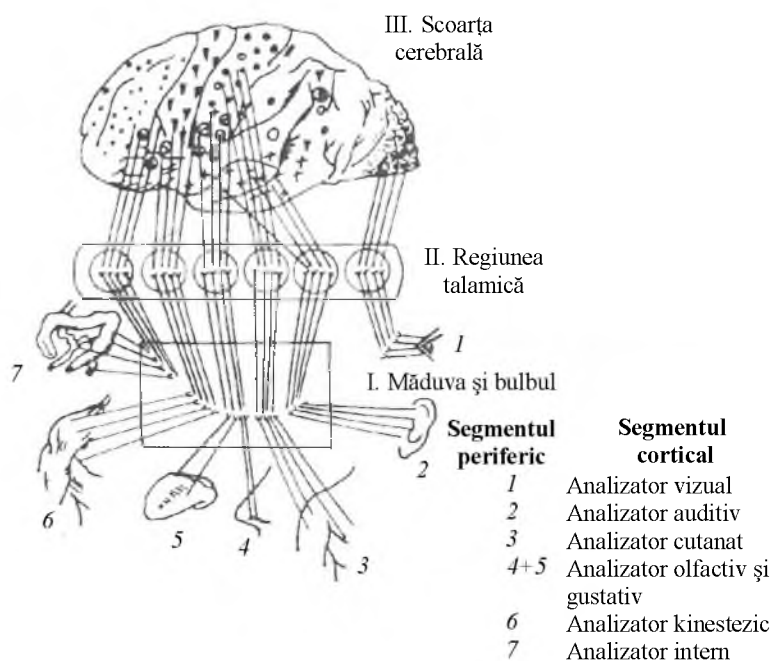
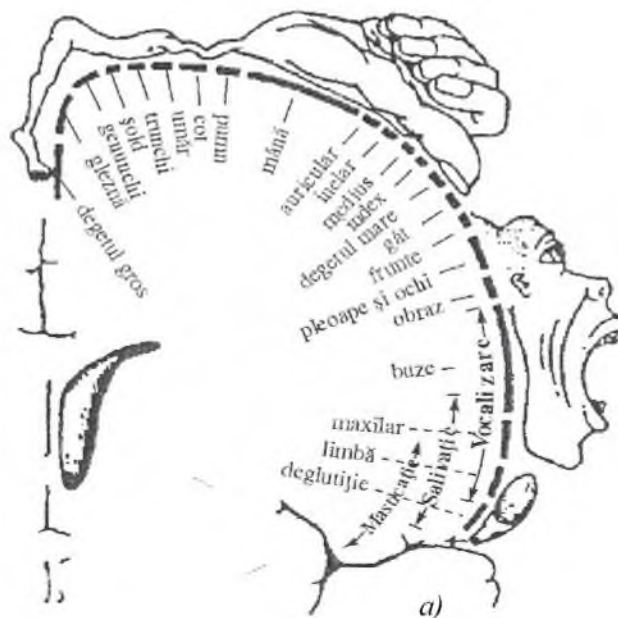


Fig. 9. Localizarea segmentelor corticale ale analizatorilor.



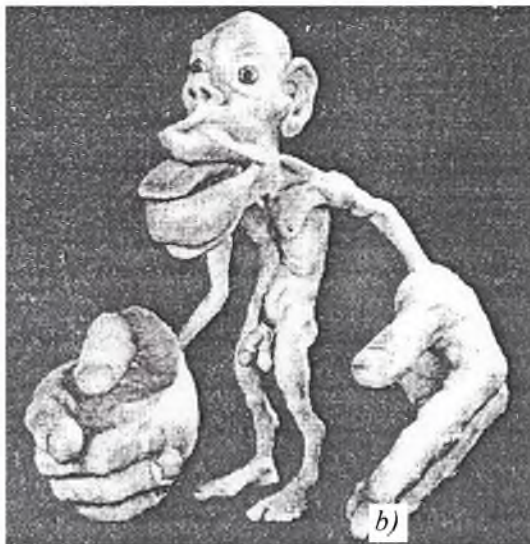


Fig. 10. Homunculus motor (a) și homunculus somato senzorial (b).

4. Sancționarea activității verigilor periferic (receptoare și efectoare)

Aceasta reprezintă mecanismul final al senzației. Ea se produce prin intermediul *conexiunii inverse*, care constituie un mecanism reglator. **Instanțele superioare** ale creierului controlează activitatea receptorilor, obligându-i la modificarea stărilor funcționale, în sensul amplificării sau eliminării excitabilității, selectivității etc., în funcție de necesitățile momentane ale organismului (trebuințe, expectații etc). În acest caz, receptorul devine și efector, deoarece sub influența semnalelor de comandă sosite de la creier el își schimbă starea funcțională.

Confruntarea dintre influxurile nervoase aferente declanșate de stimuli și influxurile nervoase eferente comandate de scoarța cerebrală permite reproducerea adecvată, optimă a realității.

Toată scoarța cerebrală reprezintă un analizator gigantic, verigile căruia sunt specializate în reflectarea anumitor însușiri ale obiectului.

Analizatorul are o activitate reflexă unitară. Lipsa oricărei verigi, și mai ales a celei centrale, face imposibilă apariția senzației, pentru care este specializat acel analizator

1.3. Clasificarea senzațiilor. Criterii de clasificare

Senzațiile au mai multe însușiri, sunt de mai multe feluri, deci necesită o clasificare. Delimităm anumite criterii:

I. 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).

II. În funcție de prezența sau absența scopului și a efortului volitiv:

- voluntare;
- involuntare.

III. În funcție de situarea receptorilor pe suprafața corpului:

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

Caracteristica senzațiilor proprioreceptive:

Din categoria lor fac parte:

a) S. somatoestezice – senzații, ce permit cunoașterea poziției membrelor. Se datoresc unor organe situate în mușchi, tendoane, ligamente. Astfel ne dăm seama de contractarea sau relaxarea musculară, de poziția membrelor, de diferite mișcări.

b) S. chinestezice – senzații, ce permit cunoașterea mișcării membrelor. Ele au rol hotărâtor în controlul muscular, fac posibilă îndemânarea manuală.

c) S. statice (de echilibru) – ne fac conștienți de poziția capului, corpului în spațiu. Sunt provocate de excitarea organelor de simț aflate în canalele semicirculare ale urechii interne. Nervul specific este cel vestibular.

Caracteristica senzațiilor interoreceptive

a) Senzații, ce traduc trebuința de funcționare a organelor interne (senzații de sete, foame, sufocare, frig).

b) S. discrete – legate de funcțiile organelor, se simt când respirăm, când suntem atenți la bătăile inimii.

c) S. provocate de excese – abuz de ceva (senzație de greață, oboseală).

d) S. cauzate de boli patologice (îmbolnăviri, dureri interne, numai anumiți excitanți provoacă durerea)

Ex: Inima nu e sensibilă la lezare, dar este foarte sensibilă la creșterea fluxului sangvin.

Caracteristica senzațiilor exteroreceptive:

1. **S. tactile** – sunt provocate de receptorii aflați în piele. Ele sunt de:

a) contact și presiune – e greu de stabilit dacă sunt 2 senzații diferite sau este una și aceeași de intensitate diferită.

Sunt identificate 2 categorii de corpusculi în piele:

– corpusculii Meiser – situați la suprafața pielii, ce reacționează la contacte ușoare;

– corpusculii Pacine – situați mai în profunzime, ce reacționează la contacte mai puternice;

b) durere – își au originea în terminațiile libere ale nervilor senzoriali ai pielii. Sunt cele mai numeroase și apar în legătură cu orice excitant puternic (presiune, arsură);

c) temperatură. Nu există receptori distincți pentru cald și pentru rece. Corpusculii lui Kraus și ale lui Ruffini par a avea relații și cu senzații de presiune. Temperatura (t^0) pielii este sesizată tot de terminațiile libere ale nervilor.

Unele puncte ale pielii simt senzații de cald, altele de rece. În piele sunt mult mai mulți receptori pentru rece.

1 cm² ↙ 12 puncte de senzații pentru rece;
↘ 2 puncte pentru cald.

2. **S. gustative** – apar datorită excitării mugurilor gustativi (2–12 celule gustative), care sunt plasați în papilele gustative de pe suprafața limbii.

Există 4 categorii de senzații gustative: dulce, amar, sărat, acru. Suprafața limbii este inegal sensibilă.

Există o mare varietate de gusturi, care se obțin din amestecul gusturilor elementare. Pentru ca o substanță să aibă gust trebuie să se dizolve în salivă sau apă, să acționeze un timp suficient asupra papilelor gustative și să aibă o anumită concentrare. De aceea nu toate corpurile au gust.

3. **S. olfactive** – organul mirosului este alcătuit din mucoasa olfactivă, în care se găsesc celulele nervoase olfactive. Mirosul este provocat de particulele gazoase, emanate de către corpurile mirositoare.

Senzațiile olfactive apar când aerul, conținând asemenea particule, se mișcă pe suprafața mucoasei. Sensibilitatea mirosului este foarte mare, dar depinde de substanțele mirositoare.

Senzațiile olfactive se amestecă cu cele de durere (mirosurile usturătoare, ce irită mucoasa nazală cu cele gustative – parfumuri dulci, amăruți) datorită excitației receptorilor gustativi situați pe faringe.

Clasificarea mirosurilor după Henning:

- parfumate (florile);
- eterate (fructele);
- aromatice (mărar, chiper);
- balsamice (rășinoasele, caniforul);
- empireumatice (peridina – product. chimic);
- putrede respingătoare (suflură de carbon, mirosuri râncede).

4. S. auditive – au la bază un complex analizator compus din:

- urechea externă (pavilionul urechii), care acumulează vibrațiile auditive;
- urechea medie, care le transmite la melc;

• urechea internă – partea sensibilă la sunete, alcătuită din melcul membranos, aflat în cel osos cu membrana bazilară și fibrele senzitive.

Partea din cortex unde ajung excitațiile din ereche se află în lobii temporali. La baza excitației terminațiilor senzitive ale melcului stă principiul rezonanței.

Terminațiile nervului auditiv diferite după grosime și lungime sunt puse în mișcare (vibrații la un anumit timp). Vibrațiile apar de la mișcările corpului, apoi ele sunt transmise spre ureche de către mediul de aer.

Se disting 3 feluri de senzații auditive:

- s. verbale;
- s. muzicale;
- zgomotele.

Analizatorul auditiv distinge 4 calități ale sunetului:

- intensitate (tare, slab);
- înălțime (înalt, jos);
- tembrul;
- durata (timpul rezonanței);

Zgomotele pot:

- provoca o anumită tonalitate emoțională;
- semnala un pericol;
- împiedica evidențierea în conștiință a semnalului util.;
- pot provoca oboseala SN (sistemul nervos).

Localizarea direcției (dreapta, stânga) de unde provine sunetul, se datorează faptului că avem 2 urechi.

Poziția sursei sonore (în spate sau în față) e detectată datorită reliefului urechii (180°). Dacă astupăm pavilionul urechii cu ceară, lăsând liber numai canalul auditiv, nu vom mai putea stabili dacă sunetul vine din spate sau nu.

Importanța:

- Ne dă informații privind fenomenele foarte îndepărtate.
- Asigură comunicarea și colaborarea între oameni.

5. S. vizuale

Receptorul luminii este ochiul – organ cu o structură foarte complexă. Undele de lumină reflectate se refractă, trecând prin cristalul ochiului și se focalizează pe retină sub formă de imagini, retina fiind foarte sensibilă la lumină.

În ea sunt 2 tipuri de celule fotosensibile:

- 6 mln. – celule conuri;
- 115 mln. – celule bastonașe.

Conurile asigură vederea culorilor, sunt situate în centrul retinei și constituie aparatul vederii diurne (alb, negru). Bastonașele sunt situate în jurul conurilor mai aproape de marginea retinei, reflectă lumina, sunt aparate ale vederii crepusculare (lumină slabă).

Unele animale au numai conuri în retină, de aceea ele văd culorile, dar cum începe să se întunece nu mai văd nimic și se adăpostesc. Alte animale au numai bastonașe, nu văd culorile, dar se descurcă bine și noaptea, la lumina slabă (câinii, bufnițele).

Oamenii au ambele posibilități. Există și acromatopsia – deficiența văzului:

- 1) *parțială* – daltonism (nu distinge verdele și roșu);
- 2) *totală* – nu deosebesc culorile (doar alb, negru).

Calitățile luminii:

- 1) tonul – felul culorii în raport cu lungimea de undă;
- 2) luminozitatea – intensitatea radiației;
- 3) puritatea – saturația în raport cu cantitatea de alb amestecată cu culoarea dominantă.

În sesizările cromatice se exprimă evident și tonul emotiv. Influența emotivă a culorii e legată de sensul biologic și psihologic (culori calde, reci):

- *neagră* – semnalizează primejdia, apasă, ceea ce exprimă dificultatea orientării la întuneric;
- *verde* – culoarea plantelor, calmează, ca semnal a ceva viu, a hranei (calmare, liniștire);
- *azurie* (albastru pal) – e legată de culoarea spațiului deschis poate calma, bucura, dar poate provoca neliniștea (culoarea profunzimii, liniștii);
- *roșie* – provoacă excitația, sentimentul de neliniște, deoarece e culoarea sângelui.

Dat fiind faptul că problematica fiecărui tip de senzații este mult prea abundentă, M. Zlate a sintetizat câteva categorii de informații privitoare la senzații.

Tabelul 2

Caracterizarea modalităților senzoriale
<p>Prezintă caracterizarea modalităților senzoriale după următoarele criterii:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>rolul</i> îndeplinit în existența și activitatea umană; • <i>stimulii</i>, ce le declanșează; • <i>receptorii</i>, ce asigură codarea informațiilor; • <i>proiectarea corticală</i> a analizatorului specific fiecărui tip de senzații; • <i>dimensiunile experienței subiective</i>; • principalele <i>teorii</i> formulate.

1.4. Legitățile fundamentale ale senzațiilor

Se cunosc **6 legități** ale senzațiilor:

- pragurile sensibilității;
- adaptarea;
- interacțiunea;
- contrastul;
- sinestezia;
- semnificația.

a) Pragurile sensibilității. Nu orice stimul provoacă o senzație. Un stimul foarte slab nu poate fi simțit, în timp ce acțiunea unui excitant foarte puternic conduce la dispariția senzației sau poate cauza durerea.

Senzațiile apar la influența excitantului cu o anumită intensitate. Pragul sensibilității este caracteristica psihologică a dependenței dintre intensitatea senzației și forța excitantului. Se deosebesc 4 feluri de praguri:

- absolut de intensitate;
- calitativ (inferior și superior);

- de discriminare;
- diferențial.

Pragul absolut de intensitate este cea mai mică intensitate a unei excitații capabilă să provoace o senzație. Cu cât acest prag este mai mic, cu atât sensibilitatea este mai mare. *Ex.*: Un fir de păr, căzând pe pielea noastră, nu e sesizat, dar o musculiță, o simțim. Deci greutatea insectei depășește pragul senzațiilor tactile, de contact.

Pragul calitativ

- a) inferior – cea mai mică forță a excitației, la care apare o senzație abia perceptibilă;
- b) superior – este cea mai mare forță a excitației, la care încă mai există o senzație.

Ex.: Două lumânări se contopesc la o distanță .

Pragul diferențial – mărimea minimă, cu care trebuie să se modifice intensitatea pentru a se percepe o diferență.


Ex.: 1) Dacă avem în mână o greutate de 1 kg și cineva va adăuga (fără să vedem) încă 10 g, noi nu vom sesiza deosebirea. Pentru a o observa, ar fi nevoie să se adauge 33 g, deci $\frac{1}{30}$ din mărimea inițială.

2) Încălțăm în loc de pantofi cizmele.

b) Adaptarea – este acomodarea sensibilității la un excitant, ce acționează permanent; acomodare ce se manifestă prin coborârea sau ridicarea pragurilor. Când stimulii sunt puternici, sensibilitatea scade, când sunt slabi – crește.

Ex.: Când intrăm în apă rece, treptat ne acomodăm. Gradul adaptării sistemelor de analizatori este diferit:

- gradul înalt de adaptare – s. tactile, de lumină;
- gradul mediu de adaptare – s. auditive, s. de durere (la durere nu ne adaptăm).

La analizatorul vizual se distinge: adaptare la  întuneric;

Într-un întuneric absolut pupila crește de 17 ori, iar după o oră sensibilitatea vizuală sporește de 2000 ori, datorită intrării în funcțiune a celulelor cu bastonașe. Descrește sensibilitatea, când trecem de la obscuritate la lumină, se produce mult mai repede.

Asupra sporirii sensibilității vizuale influențează:

- schimbările în receptori;
- mărimea orificiului pupilei;
- intensificarea muncii bastonașelor;
- munca reflex-condiționată a mecanismelor centrale ale analizatorilor.

Adaptarea la întuneric e legată de sporirea sensibilității la întuneric.

c) Interacțiunea senzațiilor este schimbarea sensibilității unui sistem de analizatori sub influența activității altui sistem de analizatori.

Astfel, sensibilitatea unui organ senzorial se modifică nu numai datorită unei stimulări specifice lui, ci și prin excitarea altui organ senzorial, fenomen, ce demonstrează existența unei interacțiuni între diverși stimuli. Această modificare se explică prin legăturile corticale între analizatori, prin legea inducției concomitente.

Legătura generală a interacțiunii senzațiilor: excitanții slabi într-un sistem de analizatori măresc sensibilitatea altui sistem, cei puternici o micșorează. Lazarev a demonstrat că sunetul constant al unui diapazon este auzit mai tare, când simultan se aprinde o lumină și mai slab, când ea se stinge.

Senzațiile gustative slabe măresc sensibilitatea vizuală. Sporirea sensibilității, ca rezultat al interacțiunii analizatorilor, precum și în urma exersărilor sistematice se numește sensibilizare.

Ex.: Când ne ștergem fața, gâtul cu apă rece (se produce o excitare a simțului termic). Când mestecăm tablete dulci-acrii (stim.gustativ).

d) Contrastul senzațiilor este schimbarea intensității și calității sub influența excitantului anterior sau concomitent. La acțiunea concomitentă a 2 excitanți apare contrastul *sincronic*. Un astfel de contrast se observă în senzații vizuale.

Ex.: Verdele pe roșu – pare și mai verde;

Verde pe alb – aceeași intensitate;

O bilă cafenie pe negru – pare a fi mai mică.

Contrastul consecutiv este atunci când după un excitant rece acționează altul ușor – cald, dar care pare a fi fierbinte. Senzațiile de acru sporesc senzațiile de dulce.

e) Sinestezia este excitarea de către senzațiile de aceeași modalitate a senzațiilor de altă modalitate. Deci, în același timp un stimul, ce acționează asupra unui receptor, poate produce și senzații caracteristice unui alt analizator (acționarea t° conduce la apariția senzației vizuale).

Sinestezia poate fi interpretată ca un caz particular al interacțiunii senzațiilor, care se manifestă nu numai în schimbarea nivelului de sensibilitate, ci și în intensificarea senzațiilor, modalității date, prin coexcitarea senzațiilor, altor modalități.

Ex.: Vorbim de voci ascuțite, voci catifelate, reci.

f) Semnificația este un stimul semnificativ pentru subiect sesizat mai ușor și mai repede dintre un șir de alți stimuli cu intensitate mai mare, chiar dacă are intensitate mică.

Tema 2. PERCEPȚIA

2.1. Definirea și caracteristica generală a percepției

Omul trăiește într-o lume diversă de obiecte și fenomene, care există în spațiu și se desfășoară în timp. Pentru a stabili relații informaționale cu ele și a se adapta lor, el dispune de capacități perceptive, cu mult mai complexe decât ale animalelor.

Omul matur nu are senzații pure. Orice senzație evocă altele, plus experiența anterioară ajungând la percepție.

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*. Dat fiind faptul că în jurul nostru nu se află însușiri separate, ci obiecte materiale ca întregimi specifice, percepția reproduce obiectul, atât în elementele lui componente, cât și în integralitatea lui individuală.

Percepția constă în cunoașterea obiectelor și fenomenelor în totalitatea însușirilor lor, atunci când ele influențează nemijlocit asupra organelor de simț. Drept rezultat al senzațiilor, omul capătă cunoștințe despre însușirile *izolate* ale obiectelor, atunci percepția oferă o imagine integră a obiectului. Percepția nu este posibilă fără capacități senzoriale, dar nu se reduce la o simplă sumă de senzații.

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.

Această interacțiune directă cu obiectul dă imaginii perceptive caracteristica de a fi obiectuală, deci de a fi întotdeauna imaginea unui obiect anume, pe care îl reflectă unitar, cu toate proprietățile lui și în configurația reală a acestora.

Percepția este considerată a fi o imagine primară, pentru că apare numai în relația directă cu obiectul. Dacă relația este optimă, percepția este clară și precisă, dacă legătura este tulburată de distanța prea mare, de intensitatea slabă a stimulărilor, percepția este neclară și imprecisă. Durata percepției corespunde duratei acțiunii stimulului, a prezenței acestuia. Dacă se prelungește după dispariția obiectului, înseamnă ieșirea din normalitatea vieții psihice.

Imaginea perceptivă este *bogată în conținuturi*. Ea cuprinde atât însușirile semnificative, cât și cele mai puțin importante. Percepția unui anumit obiect este concomitentă cu cea a elementelor, care îl înconjoară și cu care se află într-un anumit spațiu și timp. Imaginea obiectului și a contextului în care el se află conduce la desfășurarea mișcărilor și reglează traiectoria, amplitudinea, succesiunea, ritmicitatea și coordonarea acestora.

Percepția ocupă *locul central* în cadrul mecanismelor psihice informațional-operaționale de prelucrare primară a informațiilor și aceasta deoarece senzații în stare pură nu prea există (poate doar în primele zile ale existenței sau în cazurile patologice), iar reprezentările, care urmează în ordine ontogenetică după ele, nu sunt decât tot percepții trecute, reactualizate și refolosite în funcție de necesitățile prezentului. La fel de importante sunt percepțiile și pentru mecanismele psihice informațional-operaționale de prelucrare secundă a informațiilor. Gândirea, memoria, imaginația sunt greu de conceput în afara percepției. Este aproape imposibil să desfășurăm o activitate psihică oricât de simplă ar fi ea (jocul) sau oricât de complexă (învățarea, munca, creația) fără suportul perceptiv.

Percepția are la bază 2 operații:

- *analiza*, constă în dezmembrarea obiectului în părți componente;
- *sinteza*, constă în îmbinarea părților dezmembrate într-un tot întreg, primară fiind sinteza.

Datorită analizei și sintezei percepția se aseamănă mai mult cu gândirea decât cu senzațiile, deoarece procesul de gândire de asemenea începe de la analiză și sinteză.

Ca și senzațiile, *percepția* este numită activitate cognitivă. Pe bună dreptate se consideră că: „*activitățile perceptiv stau la baza tuturor comportamentelor. Fără percepție prealabilă nu va fi posibil să înveți, să vorbești, să memorizezi, să comunici [...]. Percepția permite să luăm cunoștință de mediu și de interacțiune cu el sau să acționăm asupra lui*” (Steri, 1998).

Autoarea citată merge și mai departe, afirmând că „*percepția este punctul de plecare al oricărei activități umane, inclusiv al construcției unei civilizații*”.

În cadrul percepției sunt mult mai vizibile elementele componente specifice oricărei activități. În activitatea perceptivă se evidențiază:

- subiectul – cel, care face activitatea;
- obiectul – ceea ce este perceput.

În cadrul percepției poate fi evidențiat scopul, dacă percepția este voluntară – orientată de către subiect. Acțiunile numite perceptiv asigură căutarea și evidențierea obiectului din fundal, analiza lui minuțioasă.

Fără de acțiuni perceptiv nu poate exista activitatea perceptivă (ochiul nemișcat nu vede). În procesul percepției analizatorul efectuează în mod obligatoriu acțiuni perceptiv.

Trebuința are rădăcini înnăscute, omul se naște nu numai cu capacitatea de a avea senzații, dar și cu trebuința de a mai avea noi impresii. Pe parcursul întregii vieți trebuința, numită cognitivă, nu se stinge, nu dispăre.

Motiv în activitatea perceptivă devin calitățile obiectului și îndeosebi acelea, care îi satisfac omului trebuința.

Interesele influențează puternic selecția perceptivă. Există tendința de a vedea ceea ce ne convine și de a remarca mult mai greu ceea ce contrazice aspirațiilor noastre.

Rezultatul activității perceptiv este imaginea obiectului sau fenomenului, ca un produs psihic, care apare în urma transformării obiectului material într-o imagine psihică.

Într-un proces perceptiv, care se află în desfășurare, sunt integrate întotdeauna elemente de experiență anterioară a subiectului cu categoria receptivă de obiecte. Aceasta cuprinde, cel mai adesea, o schemă perceptivă a cărei reactualizare și implicare determină o mare operativitate și rapidă organizare a percepției actuale.

2.2. Bazele fiziologice ale percepției

Baza fiziologică a percepției o constituie activitatea complexă a sistemelor de analizatori.

Analiza primară, care se efectuează în receptori, se completează cu activitatea analitico-sintetică complexă a verigilor cerebrale ale analizatorului.

La baza percepției stau *reflexele condiționate* și *legăturile nervoase temporale*, care se formează în scoarța emisferelor mari, când acționează direct diferiți stimulenți.

În nucleele sectoarelor corticale se efectuează analiza și sinteza informației survenite din exterior. Percepția oricărui obiect nou are loc pe baza experienței, cunoștințelor, pe care le

posedă omul. De aceea în procesul perceptiv are loc înviorarea unor legături temporale elaborate anterior.

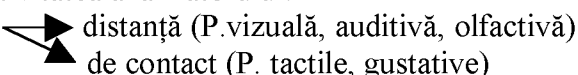
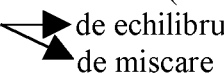
Ca urmare, se formează **procesele nervoase integrativ-complexe**, în care excitația apare de la excitații complexe, ce acționează și dinamizează legăturile nervoase temporare elaborate în trecut.

Pavlov menționează că baza fiziologică a percepției este **reflexul de relații**; el de asemenea susține că la perceperea anumitor fenomene au însemnătate nu atât excitanții, cât semnalizatorul și relațiile dintre ei. Cel de-al II-lea sistem de semnalizare (cuvântul) contribuie la **conștientizarea și înțelegerea** obiectelor reflectate și reglează procesul imaginii perceptive.

Din punct de vedere psihologic, reflectarea unor obiecte depinde de: orientarea percepției (interese, autoaprecieri, autoconvingeri) motivație, necesități, starea sufletească, vârsta, predispozițiile native, condițiile social-economice.

2.3 Clasificarea percepțiilor. Criterii de clasificare

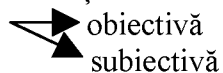
I. După activitatea analizatorului:

- 1) *externe* 
- 2) *chinestezice* 

II. După prezența sau absența scopului și a efortului volitiv:

- 1) *voluntară*, care mai este numită observație, având un caracter dirijat, conștient planificat și prin rezultatul obținut.
- 2) *involuntară*.

III. După formele de existență a materiei:

- 1) *Percepția timpului* 

Percepția timpului obiectiv are la bază niște etaloane stabile de către omenire:

- I. secol
- II. an
- III. lună
- IV. săptămână
- V. zi
- VI. oră
- VII. minută
- XIII. secundă....

În percepția timpului, omul folosește 3 sisteme de referință:

- a) *sistemul fizic*, reprezentat de repetarea fenomenelor naturale (zi, noapte, anotimp);
- b) *sistemul biologic*, ce constă din ritmicitatea funcțiilor organismului (starea de veghe și somn);
- c) *sistemul socio-cultural* (activitatea umană amplasată în istorie).

2) *Percepția spațiului* include următoarele proprietăți: forma, mărimea, distanța, direcția, relieful, ele fiind semnalizate prin mecanisme perceptive foarte complexe și relativ distincte.

a) *Percepția formei* se realizează atât pe cale vizuală, cât și tactilo-chinestezică. Între cele două modalități perceptivă se stabilesc relații de întărire, control și confirmare reciprocă. Văzul are o funcție integratoare, deoarece prin specificul recepției vizuale pe retină se proiectează cu punct forma obiectului. *Fondul* în percepție este multitudinea obiectelor, fenomenelor, din care percepem doar unul – obiectul percepției. Fondul și obiectul ei dinamic. Obiectul face parte din fond. Obiectul trece în fond, când e inutil sau își termină activitatea. Dinamismul corelării dintre obiect și fond se explică prin comutarea atenției de la un stimul la altul.

b) Pentru *perceperea mărimii* obiectelor sunt importante mai multe componente: imaginea retiniană, chinestezică oculară, experiența tactilo-chinestezică. Două obiecte, care au aceeași formă, dar mărimi diferite, vor determina diferențe în explorarea conținuturilor lor în funcție de mărimea pe care o au.

c) *Tridimensionalitatea* sau *relieful obiectelor* este reflectat în percepție prin corelarea următoarelor componente: disparitatea (lipsit de legătură, de armonie) imaginilor retiniene, gradul de iluminare a suprafețelor diferit orientate spre sursa de lumină, față de cele îndepărtate (fețele obiectului), la care se asociază experiența perceptivă tactilo-chinestezică.

d) *Perceperea poziției* obiectelor într-un spațiu dat și a unora față de altele necesită repere de tipul: sus, jos, la dreapta, la stânga, în față, în spate.

e) În *perceperea distanțelor mari* intervin mai mulți factori, și anume: mărimea imaginii retiniene, care este semnificativ micșorată la distanțe mari, ea ne mai fiind compensată; prezența detaliilor de structură la obiectele apropiate și lipsa lor la cele îndepărtate; existența unor obiecte interpușe și care devin un fel de repere pentru evaluarea distanței până la cel îndepărtat etc.

3) *Percepția mișcării* se referă, de fapt, la obiectele în mișcare și nu la mișcarea în sine. Un obiect, care se mișcă, își schimbă poziția față de altele, care rămân fixe și devin repere și jalonează traiectoria sa de mișcare. Se produc, astfel, mai multe mecanisme: imaginea retiniană și persistența excitației datorită urmării obiectului prin mișcările capului și globurilor oculare etc. Persistența imaginii retiniene (postefectul) are o foarte mare importanță în crearea impresiei de continuitate.

În aprecierea mișcării sunt foarte importante reperele. Dacă ele lipsesc, pot apărea iluzii ale mișcării. Este cunoscută iluzia plecării trenului în care ne aflăm, când de fapt pleacă cel de lângă el.

2.4. Însușirile (legile) generale ale percepției

Superioritatea și complexitatea percepției față de senzații se manifestă evident prin însușirile de bază ale percepției, enumerate și caracterizate în continuare.

1. **Integritatea**, este o însușire obligatorie, care completează structura; dereglarea acestei însușiri conduce la dereglarea întregului proces perceptiv și a funcției principale a percepției – *de a reda obiectul în integritate*.

S-a constatat că integritatea este asigurată de anumiți centri corticali – lezarea acestora conduce la pierderea acestei însușiri a percepției.

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

Însușirile obiectului nu au aceeași intensitate și nu comunică aceeași cantitate de informație. De aceea, cele relevante ocupă în structura imaginii, primul plan, în timp ce toate celelalte trec pe un plan secund. Astfel, imaginea perceptivă este organizată ierarhic, iar exploatarea operativă a unui obiect se face având mai ales în vedere punctele de maximă concentrare informațională.

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

4. **Subiectivitatea – Obiectivitatea**. Psihul reflectă subiectiv lumea obiectivă. Această teză se referă și la percepție, deci fiecare om, fiind un subiect irepetabil, având trebuințele sale specifice, percepe lumea subiectiv. Aceasta însă nu înseamnă că el n-o percepe și obiectiv. Omul percepe obiectiv lumea, subiectivitatea manifestându-se doar în atitudinea subiectivă față de ceea ce percepe.

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

6. **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-și adreseze întrebarea: „Ce este aceasta?”

7. **Selectivitatea**. Se manifestă prin faptul că omul percepe nu totul deopotrivă. Unele obiecte, ce devin motive mai importante, îi asigură selecția obiectelor din anturaj. Selectivitatea în percepție este dependentă de o serie de factori, cum ar fi: interesul pentru un lucru sau o

persoană; *conturarea specială* a unui element ajută la rapida lui diferențiere dintr-o imagine complexă; *contrastul cromatic* al elementului căutat față de fond grăbește perceperea lui etc.

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

Grație acestor însușiri, percepția are o funcție mult mai complexă decât senzațiile. Senzațiile îi asigură omului doar reacția la stimul (de ocrotire, apărare); funcțiile percepției rezultă din redarea integră a obiectelor, formarea imaginilor. Anume imaginea asigură nu numai reacția omului, dar și dirijarea acțiunilor.

În desfășurarea reală a procesului perceptiv, toate aceste legi funcționează în corelare și se exprimă în calitatea imaginii perceptive: intuitivă, bogată, complexă, directă, relaționată cu contextul, desfășurată în prezența obiectului, semnificativă.

2.5. Observarea și spiritul de observație

Relația foarte strânsă cu activitatea, limbajul și gândirea explică trecerea de la formele simple, spontane, superficiale ale percepției la cele complexe și la observație.

Observarea – activitatea perceptivă intenționată, *orientată spre un scop*, reglată prin cunoștințe generale, organizată și condusă sistematic, conștient și voluntar.

Scopul dă o anumită semnificație acestor elemente și aceasta stimulează concentrarea activității perceptive și activitatea mecanismelor discriminative.

Observația se realizează, de obicei, asupra unor obiecte și fenomene complexe, ceea ce presupune că explorarea perceptivă este derulată în timp, prezintă anumite faze și este necesar un plan de desfășurare.

În activitatea observativă, un rol deosebit îl au mecanismele verbale:

- prin intermediul limbajului se stabilesc scopul observației și planul desfășurării acesteia;
- prin indicatori verbali propuși subiectului sau elaborați de către el se explorează, activ, câmpul perceptiv, scoțându-se în evidență însușirile mai slabe din punct de vedere fizic, dar mai importante din punct de vedere al scopului urmărit;
- prin cuvânt, sunt actualizate acele cunoștințe, care vor fi integrate actelor observative;
- cuvântul fixează rezultatele parțiale și finale ale observației;
- simbolurile verbale fac posibilă generalizarea schemelor logice ale activităților perceptive.

Diferența dintre percepția spontană și observație se reflectă și în expresii diferite. Pentru *percepția* spontană se folosesc verbe: a vedea, a auzi, a simți un miros, a simți o atingere etc. Pentru *observație*: a privi, a asculta, a mirosi, a palpa.

Observația mai presupune și *o pregătire prealabilă* a observatorului, prezența la el a anumitor abilități, cunoștințe, posedarea metodicii.

Este util a însoți observarea cu notițe, adunarea materialelor documentale, care mai apoi se supun unei analize minuțioase. *Observația* presupune abilitatea omului de a surprinde legitățile și raporturile dintre obiectele analizate, asigurând astfel baza pentru activitatea analitico-sintetică a gândirii.

Pe baza organizării anterioare a activității de observare, a exersării și antrenării ei se dezvoltă **spiritul de observație** – definit ca *aptitudinea de a sesiza cu ușurință, rapiditate și precizie ceea ce este slab ascuns, nerelevant, dar semnificativ pentru scopurile omului*.

Legătura reciprocă dintre observație și spiritul de observație o reflectă pe cea dintre procesele psihice și particularitățile personalității. Cultivarea observației ca activitate psihică independentă și ca metodă de cunoaștere a realității constituie baza dezvoltării spiritului de observație – ca însușire a personalității. (Observarea – fenomen de cunoaștere, iar spiritul de observație – se analizează ca o însușire a personalității). Astfel observarea din manifestare instabilă trece în una din însușirile stabile, conștiente a personalității.

Omul cu spirit de observare vede mai multe, înțelege mai temeinic, deoarece percepe semnele puțin vizibile, dar esențiale ale observațiilor.

Tema 3. REPRESENTAREA

3.1. Reprezentarea ca proces și imagine mintală

Sistemul cognitiv al individului a evoluat permanent. Dacă la un moment dat el și-a elaborat o serie de mecanisme capabile a face față solicitărilor adresate organismului în condiții favorabile, cu timpul, el a fost nevoit să-și elaboreze și să-și perfecționeze unele mecanisme, care să-i permită realizarea funcțiilor psihice și în condiții nefavorabile.

Sistemul cognitiv al individului, după cum demonstrează Shepard (1984), a evoluat astfel încât să poată face față nu doar situațiilor prezente, celor care se petrec „aici” și „acum”, dar și celor absente, deci acelor situații în care informația senzorială nu este însă prezentată sau nici n-a fost prezentată.

Așadar, omul trebuia să-și elaboreze o nouă capacitate, care să-i permită accesul la informațiile datului (prezentate) imediat stocat, la relațiile dintre el și mediul înconjurător. Informația elaborată ad-hoc avea o mare importanță în activitatea adaptivă, ea era însă limitată din perspectiva solicitărilor mai complexe.

Realitatea și acțiunea ei asupra organismului trebuiau reexaminată nu doar într-o formă adecvată, ci într-una avantajoasă, operativă, productivă. Un asemenea fapt angajează noi capacități cognitive, care le depășesc pe cele perceptivă. Este vorba despre *capacitatea organismului de a avea o experiență psihică în lipsa contactului actual cu obiectul*. 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*.

Creierul uman dispune de mecanisme prin care se pot evoca realități, ce nu mai sunt prezente, deci este capabil de reprezentare.

Reprezentarea se definește ca proces *cognitiv-senzorial de semnalizare în forma unor imagini unitare, dar schematică 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*.

Imaginea, în reprezentare, păstrează o mare asemănare cu cea perceptivă prin faptul că ea cuprinde însușiri intuitive, figurative, dar aceasta nu este o simplă urmă a percepției, ci un proces psihic mai complex, în desfășurarea căruia se implică și operațiile intelectuale.

Formele mai complexe ale reprezentărilor apar numai atunci când și operațiile mentale ating un anumit nivel de dezvoltare. Totuși, reprezentările nu derivă automat din gândire.

În același timp, imaginea reprezentării este *secundară* în raport cu cea perceptivă, ea apărând pe baza percepției. Din punct de vedere al valorii pentru cunoaștere, reprezentarea este mai importantă. Bogăția experienței perceptivă este numai o condiție pentru dezvoltarea reprezentărilor. Procesul reprezentării este puternic influențat de acțiunile practice ale subiectului cu obiectele, în cadrul cărora se realizează selecția unor însușiri și estomparea altora.

O altă condiție cu caracter de lege în formarea reprezentărilor este funcția reglatoare a cuvântului, manifestată astfel:

- 1) cuvântul evocă reprezentarea deja formată și cerută de sarcini cognitive și practice;
- 2) dirijează construirea unor imagini mai bogate sau mai schematică, mai fidele obiectului reprezentat sau mai îndepărtate;
- 3) asigură înlănțuirea și organizarea unei serii întregi de imagini;
- 4) este instrument de organizare și transformare a imaginilor;
- 5) prin cuvânt, reprezentările sunt integrate cu procesele de gândire și imaginație.

Reprezentarea apare în două situații: atunci când un obiect sau un ansamblu de obiecte se găsesc reexprimate sub forma unui nou obiect sau a unui nou ansamblu de obiecte și atunci când este realizată o corespondență între obiectul de la care s-a pornit și imaginea rezultată, aceasta

din urmă conservând în ea anumite relații existente în obiectul inițial. De aici derivă cel puțin două concluzii.

Prima: reprezentarea *nu este o simplă reproducere* a obiectului, dimpotrivă, ea angajează o anumită *transformare* a obiectului, de la care s-a pornit.

A doua: transformarea obiectului *nu este radicală*, în reprezentare *perseverând structura de informații din obiectul reprezentat*.

Dacă transformarea ar fi radicală, atunci ar fi vorba nu de reprezentarea obiectului, ci de imaginarea sau crearea lui.

Reprezentarea implică interiorizarea experienței perceptive la un nivel superior, chiar abstract. Ea nu este o simplă reproducere a unei experiențe perceptive particulare în absența stimulului corespunzător.

Ceea ce se interiorizează sunt constrângerile, care, într-un spațiu tridimensional, guvernează proiecțiile și transformările posibile ale unui obiect.

3.2. Mecanismele psihologice ale reprezentării

Multă vreme reprezentarea a fost considerată un potențial, indivizibil al conștiinței, o creație pur subiectivă a individului. Reprezentarea este determinată de realitatea înconjurătoare. Spre deosebire de percepție, al cărei conținut informațional îl constituie însușirile concrete, dar exterioare, fenomenale, accidentale ale obiectelor și fenomenelor, conținutul informațional al reprezentării este format tot din însușirile concrete ale obiectelor, însă mai importante, mai reprezentative pentru obiect. Reprezentarea are drept conținut informațional **caracteristica concretă a obiectului**. Specificul acestui conținut poate fi pus în evidență, apelând și la argumente din domeniul filosofiei. Încercând să stabilească relația dintre esență și fenomen, filosofia afirmă că „esența se fenomenalizează,” se „proiectează în fenomen.” Aceasta permite ca, odată cu surprinderea fenomenului, să se surprindă *implicit* și esența obiectului. De aceea, am putea considera că reprezentarea reflectă *fenomenul îmbibat de esență*.

Mecanismele, prin intermediul cărora se produc reprezentările, sunt:

1. Prin natura lor, reprezentările nu sunt simple copii ale percepțiilor din trecut, reproduceri pasive ale acestora, ci rezultatul unor *prelucrări* și *sistematizări*, al unor *combinări* și chiar *recombinări* ale însușirilor senzoriale, fapt care permite reținerea și amplificarea unor însușiri, estomparea și eliminarea altora.

Psihologia cognitivă consideră reprezentările drept *modele interiorizate ale lumii*, utilizate ca *surse de informare* și *instrumente de reglare și planificare a conduitelor*.

2. Un alt mecanism îl constituie *selecția* însușirilor obiectelor. Aceasta nu se face întâmplător, ci reflectă semnificația acordată de subiect însușirilor respective sau semnificația obiectivă, pe care ele o au în raport cu practica socială. Reprezentarea relevă din obiecte, mai ales din însușirile lor funcționale, în care este înglobată experiența socio-istorică a oamenilor.

3. Mecanismul esențial, care asigură declanșarea și formarea reprezentărilor, este cuvântul. El asigură structurarea lăuntrică a elementelor reprezentării; organizează reprezentările în sisteme, le fixează în conștiința individului, contribuie la creșterea caracterului lor generalizat, ceea ce permite ca reprezentarea să fie purtătoarea unui sens.

4. Mecanismele, la care ne-am referit (prelucrarea percepțiilor anterioare, selecția însușirilor, cuvântul), nu funcționează în vid, ci în consens cu activitatea individului uman. Cu cât omul acționează mai mult cu obiectele, cu atât acestea sunt mai pregnant raportate la necesitățile lui și, ca urmare, posibilitatea formării unor reprezentări clare, corecte, intens crește. Acțiunea este cea, care *fixează* și *face posibilă evocarea* reprezentărilor. Acțiunea determină **o condensare congruentă a informației**, fapt asemănător unei generalizări intuitive, prin construcțiile sale mintale, subiectul putându-se apropia de toate situațiile analoge posibile, depășind astfel situațiile singulare. Tocmai de aceea acțiunea a fost numită „*mediul de incubație al reprezentării*”.

5. Mecanismele reprezentărilor se diferențiază între ele în funcție de *sursa lor generatoare*. Unele imagini din reprezentări sunt generate de realitate, altele de memoria de lungă durată, unde au fost stocate.

3.3. Clasificarea reprezentărilor

Omul dispune de o mare varietate de reprezentări. Clasificarea lor s-a făcut după mai multe criterii, cel mai des folosit fiind:

a) după analizatorul dominant în producerea lor:

1. *Reprezentările vizuale* – sunt cele mai numeroase în experiența fiecărei persoane. Ele exprimă cel mai bine multe din calitățile generale ale reprezentărilor. Reprezentarea vizuală este detașată de fond și proiectată pe un ecran intern uniform, este degajată de detalii cromatice, culorile reducându-se la cele fundamentale. Reprezentarea vizuală este mai ales bidimensională. Cea tridimensională, a corpurilor, este mai greu de realizat, necesitând o dotare mai specială și un exercițiu mai îndelungat.

Reprezentările vizuale sunt prezente în foarte multe activități ale omului, dar au o dezvoltare deosebită la pictori, arhitecți și la inginerii proiectanți. Însușirea diferitor discipline școlare necesită dezvoltarea reprezentărilor specifice pentru acestea, așa cum sunt reprezentările geografice, geometrice, tehnice, etc.

2. *Reprezentările auditive* – reproduc atât zgomotele, cât și sunetele muzicale și verbale singulare, mai ales structurile melodice sau verbale. O melodie este reprezentată sub aspectul ritmului, al variației de intonație sau al vârfurilor de înălțime. Reprezentările verbale se referă la ritmuri, intensități, particularități fonetice. Sunt deosebit de utile în procesul însușirii limbilor străine, întrucât modelul pronunției sau al accentuării, păstrat în reprezentare, reglează vorbirea în curs de desfășurare. Cele melodice au un rol asemănător în munca dirijorilor și compozitorilor.

3. *Reprezentările chinestezice* constau în imagini mentale ale propriilor mișcări. Pe aceasta se bazează realizarea antrenamentelor ideomotorii, care presupun doar repartizarea mișcărilor. Rezultate importante s-au obținut pe această cale în activitatea sportivă.

b) după gradul de generalizare distingem reprezentări individuale și reprezentări generale:

1. *Reprezentările individuale* – sunt ale acelor obiecte, ființe, fenomene deosebit de semnificative pentru o persoană. Fiecare păstrează în minte reprezentarea părinților, a casei părintești, a școlii, etc. Ceva ce este de un deosebit interes sau produce o puternică emoție poate fi întâlnit doar o singură dată, iar reprezentarea se formează rapid și este ușor de evocat. În linii generale, această categorie de reprezentări cuprinde multe detalii, iar însușirile caracteristice nu se detașează prea ușor și evident.

2. *Reprezentările generale* – cuprind în structura lor, mai ales însușirile comune pentru o întreagă clasă de obiecte și pe baza acestora orice nou exemplar poate fi recunoscut ca aparținând aceluiași grup. Gradul de generalitate poate fi diferit. Unele reprezentări, cum sunt cele geometrice, ating cel mai înalt grad de generalitate și sunt foarte aproape de concept. Ele au cea mai mare importanță în formarea conceptelor.

c) după nivelul operațiilor implicate în geneza lor: reproductivă și anticipativă. Cercetările asupra acestor categorii de reprezentări au fost făcute de J. Piaget și colaboratorii săi.

1. *Imaginile reproductivă* evocă obiectele sau fenomenele percepute anterior. Aceste evocări pot fi foarte simple, cum sunt cele denumite *statice* – care reflectă obiectul în mișcare, așa cum se vede o bilă așezată pe suprafața unei mese. Cele, care reflectă mișcarea, au fost numite *cinetice* – exemplu: rostogolirea mingei. Dacă reflectă schimbările, pe care le-a suferit obiectul, se numesc de *transformare*. Imaginile reproductivă cinetice și de transformare sunt posibile începând cu vârsta de 7–8 ani.

2. *Imaginile anticipativă* – sunt mult mai complexe. Ele se referă la mișcări sau schimbări, care încă nu au fost percepute. Sunt rezultatul intervenției operațiilor gândirii și

procedeele imaginației. Sunt, la rândul lor, *cinetice* și *de transformare*. Apar, de asemenea, mai târziu, deci în jurul vârstei de 7–8 ani. Sunt deosebit de importante în activitatea mintală.

Alte criterii folosite în clasificarea reprezentărilor sunt:

- tipul de activitate, în care se integrează (reprezentări literare, istorice, geografice etc);
- procesul psihic mai complex, în care integrează (reprezentări ale memoriei, reprezentări ale imaginației);
- după prezența sau absența intenției și a efortului voluntar (reprezentări involuntare, reprezentări voluntare).

3.4. Proprietățile (calitățile) reprezentărilor

Cele mai importante proprietăți generale ale reprezentărilor sunt: *figurativitatea*, *operativitatea*, *panoramizarea*.

1. *Figurativitatea*

Reprezentările redau ceea ce este *tipic pentru un obiect, caracteristicile cu cea mai mare încurcătură și saturație informațională*. Ele se eliberează de anumite elemente particulare ale obiectelor, devenind un fel de *portret rezumativ* al acestora și chiar al unei clase întregi de obiecte. Imaginea obiectelor devine reprezentativă pentru ceea ce acestea au comun în structura lor concretă. Oricât de accentuată ar fi însă schematizarea și generalizarea, coerența și congruența obiectului individual se păstrează. În timp ce ideea gravitează spre abstract, reprezentarea rămâne cantonată (se limitează) în configurațiile obiectuale. Această proprietate este atât de pregnantă, încât se caută a fi identificată și în cazul reprezentării unor stimuli cu un grad mare de abstractizare, cum ar fi, de exemplu, numerele. Interesul pentru numere rezidă în simplitatea lor, în cadrul limitat al lexicului folosit în denumirea lor, în absența ambiguității semantice. Tocmai de aceea ele constituie un câmp privilegiat pentru a pune în evidență elaborarea modelelor reprezentărilor mintale.

2. *Operativitatea*

Această proprietate este surprinsă cel mai bine de Piaget, care definește reprezentarea ca o „*reconstrucție operatorie*”. În realizarea ei sunt implicate mecanisme de asociere prin asemănare și contiguitate (care asigură reducerea necunoscutului la cunoscut), mecanisme de contrast (ce permit relevarea, trecerea în prim-plan a unor însușiri ale obiectelor). Prezente sunt și motricitatea și mai ales ideomotricitatea (care facilitează reproducerea mișcărilor și transformărilor, ca și a rezultatelor lor). În virtutea acestei proprietăți, reprezentarea dă posibilitatea *simultanizării succesivului* (prin prescurtări și comprimări), dar și a *transformării simultanității într-o succesiune coerentă* (prin redevelopări într-o cinematică imagistică). De exemplu, un dirijor își poate reprezenta în câteva minute (2–3) o simfonie, care de fapt durează circa o oră. Un scriitor, care are în minte structura integrală a unui roman, și-o poate reprezenta în scene, secvențe, capitole, ce se derulează unele după altele într-o anumită succesiune. Este ca și când pe ecranul minții ar avea loc o proiecție cu încetinitorul. Operativitatea reprezentărilor nu se poate realiza decât în prezența operațiilor intelectuale și a limbajului exterior.

Așadar, caracterul operatoriu al reprezentărilor asigură trecerea reprezentărilor într-un stadiu superior al evoluției lor, conducând la cunoașterea dincolo de ceea ce ar fi, la un moment dat, aparență înșelătoare.

3. *Panoramizarea*

B.F. Lomov susține că reprezentarea presupune îmbinarea în imaginea mintală a unor dimensiuni ale obiectelor, ce nu pot fi percepute decât succesiv. Un cub, de exemplu, indiferent din ce parte ar fi privit, nu poate fi perceput decât având trei fețe. În reprezentare, în schimb, datorită coordonării și aglutinării informațiilor, acesta va fi „văzut” cu toate fețele lui. Se pare că panoramizarea este limita superioară a performanțelor posibile în reprezentare.

Reprezentările joacă un rol important în cunoaștere. Ele constituie *puncte de plecare, puncte de sprijin, material concret* pentru majoritatea mecanismelor psihice. Astfel, ele pot completa noile percepții, constituie „*materia primă*” pentru gândire și operațiile ei, ca și pentru imaginație.

Reprezentările îi dau omului posibilitatea să-și construiască propriul său mediu interior, pornind de la care el își poate elabora acțiunile asupra mediului exterior.

Totodată, reprezentările sunt *instrumente de planificare și reglare a conduitei umane*. Integrate în diferite tipuri de activități (de joc, de învățare, de rezolvare a problemelor, de muncă, de creație) ele ajută la finalizarea performantă a acestora.

Apărute ca urmare a relației dintre subiect și obiect, dintre organism și mediu, reprezentările servesc ca instrumente (psihice) de adaptare la realitate. Reprezentările apar în șirul proceselor de cunoaștere nu doar ca un simplu moment, doar ca o treaptă, ca o etapă a contemplării vii, ci și ca un *rezultat*, un *bilanț al cunoașterii*, care, pe de o parte, sedimentează în ele toate achizițiile de până acum ale cunoașterii, iar pe de altă parte, pregătesc și deschid calea spre cunoașterea logică, rațională.

COMPARTIMENTUL III

PROCESELE COGNITIVE SUPERIOARE

Tema 1. MEMORIA

1.1. Memoria. Delimitări conceptuale

Cunoștințele despre memoria, pe care o avem astăzi, nu au aceeași semnificație ca și în secolele trecute. În acest mileniu percepem memoria altfel decât oamenii Greciei Antice, Evului Mediu, Renașterii. Aceste cunoștințe au evoluat în timp și cercetătorii de domeniu au evidențiat 2 etape ale psihologiei memoriei:

I etapă – preștiințifică (Evul Mediu – 1885);

a II-a etapă – științifică (1885 – prezent).

Prima etapă se caracterizează prin faptul că înțelegerea memoriei se făcea prin abordări mitologice sau filosofice. În mitologia greacă memoria era gestionată de către o zeiță investită în mod special cu această funcție – zeița *Mnemosina*, „care regla memoria *cum dorea*”. Alt mit despre memorie a fost alcătuit de către Socrate: „*Memoria nu este altceva decât o tablă de ceară, pe care se înscriu diferite evenimente. La unii ceara este tare, la alții moale, mare-mică, neagră-albă etc.*”.

Memoria a mai fost studiată și de către filosofi. Aristotel în „Tratatul despre suflet” definește memoria „ca o forță a sufletului, ce descrie lucrurile care nu mai sunt”. Alți filosofi au tratat memoria din punct de vedere gnosiologic, deci ca pe o *forță de cunoaștere*.

Prin procesele senzoriale de cunoaștere, omul are posibilitatea să trăiască mai ales în prezent, să reflecte acele însușiri ale obiectelor, ce acționează nemijlocit, „aici” și „acum”, asupra organelor de simț. Impresiile, imaginile, emoțiile, gândurile, mișcările prezente, actuale, nu se pierd însă, nu dispar complet fără a lăsa nici o urmă în creier, dimpotrivă, ele se sedimentează, se cristalizează, pentru ca mai apoi să fie scoase la lumină și refolosite, contribuind, în felul acesta, la amplificarea conținutului vieții psihice, la desfășurarea normală și mai ales eficientă a activității umane. Omul, pe lângă multe alte capacități, de care dispune (de a simți, a gândi, a vorbi, a imagina, a dori, a voi), o posedă și pe cea de a reține, conserva și reutiliza propria sa experiență de viață (cunoștințe, imagini, idei, acțiuni și operații), cât și experiența întregii omeniri. Acest lucru este realizat cu ajutorul memoriei.

Memoria este un fenomen psihic, prin care oamenii și alte organisme vii codifică, depozitează și reutilizează informații. H. Bergson a considerat că întreaga existență și materie posedă memorie. La organismele vii, în afară de om, există doar două tipuri de memorie: genetică și mecanică.

Omul are limbajul ca un mijloc puternic de memorizare, modalitate de reținere a informației în formă de texte și diverse moduri de însemnări tehnice. El nu are nevoie să se bazeze pe posibilitățile sale organice, deoarece mijloacele de bază de îmbunătățire a memoriei și de păstrare a informației necesare se găsesc în exterior și în același timp în mâinile lui: el este în stare să îmbunătățească aceste mijloace practic la infinit, neschimbând natura sa.

Psihologi, filozofi, scriitori și alți gânditori au fost fascinați de-a lungul secolelor de memorie. Studiarea memoriei a fost una din primele diviziuni ale științei psihologice, unde a fost aplicată metoda experimentală.

Etapă științifică, ce începe cu a. 1885, a fost desemnată de H. Ebbinghaus, care pentru prima dată a studiat experimental memoria.

Hermann Ebbinghaus (1850–1909) – *psiholog german*, pe dreptate este considerat unul din fondatorii psihologiei experimentale. A fost pasionat de cercetările psihofizice ale lui Fehner. În rezultat, a putut realiza ideea despre studiarea cantitativă și experimentală nu numai a proceselor psihice elementare (senzațiile), ci și *a memoriei*.

H. Ebbinghaus a studiat experimental (chiar pe sine) procesele de memorizare și uitare, elaborând metode, care permit a stabili particularitățile memoriei. A elaborat „curba uitării”, care

demonstrează că procentul cel mai mare de material se uită în perioada, care urmează nemijlocit după memorizare (învățare pe de rost). Această curbă a primit valoarea de model, pe baza căruia ulterior au fost construite curbe de elaborare a percepției, rezolvării problemei etc. Cercetările experimentale ale memoriei au fost reflectate de el în cartea „Despre memorie” (1885).

Rezultatele cercetărilor experimentale ale memoriei, realizate de alt psiholog rus Smirnov A.A. (1894–1980), specialist în psihologia memoriei, au fost relatate într-un șir de lucrări științifice:

- „Psihologia memorizării” (1948);
- „Problemele psihologiei memoriei” (1966).

Memoria este capacitatea unui sistem de tratament natural sau artificial de a encoda (memoriza) informația extrasă din experiența sa cu mediul, de a o stoca într-o formă apropiată și apoi de a o recupera și utiliza în acțiunile sau operațiile, pe care le efectuează (Lecocq, Leconte și De Schonen, 1997).

Memoria cuprinde „mecanismele, prin care o achiziție oarecare rămâne disponibilă, putând fi reamintită și utilizată” (Reuchlin, 1988).

Memoria umană este în mod obișnuit definită ca o capacitate de a reactiva, parțial sau total, într-o manieră veridică sau eronată, evenimentele trecutului” – scriu patru autori francezi (Tiberghien, Mendelsohn, Ans, George, 1990)”.

Memoria este procesul psihic cognitiv de memorizare (encodare), stocare (reținere, depozitare) și reactualizare a informațiilor și trăirilor noastre. Ea nu se reduce însă numai la atât. Dacă prezentăm unor subiecți silabe fără sens, în reamintirea lor, ei vor apela la gruparea silabelor. Dacă le prezentăm cuvinte, ei le vor regrupa după o serie de criterii. Așadar, nu este un simplu mecanism psihic *structurat, constructiv, ci poate fi chiar creativ.*

Memoria este o *capacitate psihică absolut necesară*, fără de care viața ar fi practic imposibilă. Întru a înțelege această caracteristică esențială a ei, să ne imaginăm pentru o clipă ce s-ar întâmpla fără memorie. Omul ar trăi într-un continuu prezent, fără trecut, dar și fără viitor, numai sub influența datelor nemijlocite de reflectare, comportamentul său fiind haotic, spontan, fără stabilitate și finalitate, fără durabilitate în timp; totul ar părea absolut nou și necunoscut. Caracterul necesar al memoriei decurge din faptul că ea este implicată în marile *comportamente* ale vieții omului: cunoaștere și învățare, înțelegere și rezolvare de probleme, inteligență și creativitate. memoria asigură continuitatea vieții psihice a individului.

Memoria se află în strânsă *interacțiune și interdependență* cu toate celelalte procese, însușiri și capacități psihice, fiind influențată de ele și influențându-le totodată. O mare parte a materialului, care se stochează și se păstrează în memorie. Memoria este de fapt materialul provenit din contactul organelor de simț cu realitatea înconjurătoare, fapt care ne evidențiază legătura memoriei cu procesele psihice senzoriale.

Memoria este ca o coloană vertebrală a personalității fiind implicată în conturarea identității.

Memoria nu înseamnă numai acumularea de informații, ci și organizarea și chiar structurarea lor, prin aceasta ea raportându-se la gândire. Nu reținem și nu reactualizăm orice, doar ceea ce ne place, ceea ce corespunde unor dorințe, aspirații, fapt care relevă legătura memoriei cu procesele afectiv-motivaționale. Memoria implică și prezența unui efort voluntar, realizându-se astfel legătura ei cu voința. În sfârșit, trăsăturile personalității își vor spune cuvântul în ceea ce memorăm sau actualizăm: un optimist va reține anumite aspecte ale realității din lectura unui roman, spre deosebire de un pesimist.

Memoria are o serie de caracteristici, care o individualizează în raport cu alte procese psihice. Memoria este:

- *activă*, deci aduce modificări și transformări atât în subiectul care memorează, cât și în materialul memorat. Informațiile memorate sunt supuse unei organizări și restructurări continue. Memoria nu este ca o bibliotecă, în care cărțile stau fixate o dată pentru totdeauna, ci ca o bibliotecă, în care acestea își schimbă mereu locul în funcție de necesitățile celui, care o folosește. Pentru a stoca o informație subiectul trebuie să depună efort;

▪ *selectivă*, în sensul că nu reținem și nu reactualizăm absolut totul, ci doar o parte din solicitările, ce vin spre noi: stimulii puternici sau ceea ce corespunde vârstei, sexului, gradului de cultură, preocupărilor, dorințelor, intereselor noastre;

▪ *situatională*, deci în concordanță cu particularitățile de timp și spațiu ale situației, dar și cu starea internă a subiectului (dimineața–seara, într-o ambianță liniștită sau zgomotoasă, în condiții de sănătate sau boală);

▪ *relativ fidelă*, ceea ce înseamnă că informațiile nu sunt reținute și reactualizate exact în forma, în care ne-au fost prezentate, ci cu o oarecare aproximație, deoarece intervine caracterul activ al memoriei și păstrării, trăsăturile de personalitate ale individului și uitarea;

▪ *mijlocită*, ceea ce înseamnă că pentru a memoriza și a reproduce mai ușor utilizăm de o serie de instrumente, care îndeplinesc funcția unor autentice mijloace de memorare. În calitate de „stimuli-mijloc” pot apărea obiectele concrete („nodul la batistă”) cuvântul sau gândul;

▪ *inteligibilă*, deoarece presupune înțelegerea celor memorate și reactualizate, organizarea materialului memorat după criterii de semnificație. Omul apelează la o serie de procedee logice, scheme raționale, planuri mnezice (de exemplu: împărțirea unui text în fragmente, încadrarea fragmentelor mici în cele mari, realizarea asociațiilor etc.), care pun în evidență prezența unei conduite inteligente.

Prin toate caracteristicile ei, dar mai ales prin ultimele două, memoria devine un proces psihic specific uman, diferențiat aproape total de memoria animalelor, fapt care justifică încadrarea ei în rândul proceselor logice de cunoaștere.

Prin imensa *valoare adaptativă*, prin rolul ei enorm în direcția *echilibrării organismului cu mediul*, memoria își merită caracterizarea, pe care i-a dat-o marele psihofiziolog rus I.M. Secenov, de „condiție fundamentală a vieții psihice” sau, într-o formulare și mai plastică, de „piatră unghiulară a vieții psihice”.

1.2. Procesele memoriei

Ideea, potrivit căreia memoria este un mecanism, ce se derulează în timp, parcurgând în dinamica sa o serie de procese, s-a impus în psihologie de timpuriu. Este poate unul din puținele domenii, în care cercetătorii au căzut de acord asupra *numărului, naturii, funcțiilor și specificului* acestor procese. Singura diferență se referă la denumirea lor. Astfel, în timp ce psihologia tradițională preferă termenii de *memorare* (sau întipărire, fixare, engramare), *păstrare* (sau reținere, conservare), *reactualizare* (sau reactivare), psihologia modernă, dintr-o perspectivă psihocognitivă, a procesării informațiilor, recurge la termeni cum ar fi: *encodare, stocare și recuperare*.

Echivalența acestor termeni este evidentă, de aceea utilizarea unora în locul altora nu reprezintă o eroare. Pentru a ne aminti o informație aceasta trebuie mai întâi fixată mintal, apoi *stocată* și, în final, reactualizată.

1. Encodarea, înseamnă traducerea informației într-un anumit cod (material sau ideal). Encodarea reprezintă primul proces sau prima fază parcursă de mecanismele mnezice în dinamica lor. În general, se recurge la trei tipuri de coduri – vizuale, auditive, semantice, înseamnă că există trei tipuri de encodare:

- 1) encodarea vizuală, care face apel la codul imagine;
- 2) encodarea auditivă, ce folosește codul sunet (fizic și verbal);
- 3) encodarea semantică, căreia îi este specific codul propoziției.

În afara acestor coduri, asupra cărora psihologia tradițională s-a concentrat mai mult, există desigur multe altele. Diverse îndemănări (mersul pe bicicletă sau pe schiuri, înotul, dactilografierea etc.) se fixează într-un cod *motor*. Alte informații senzoriale (olfactive, gustative, tactile, termice etc.) recurg și ele la o serie de coduri mnezice, chiar dacă acestea sunt mai puțin cunoscute și cercetate.

Formele encodării

Există 2 forme ale encodării, una *automată* și alta, care presupune *efortul subiectului*, optimizarea ei putându-se obține prin repetarea informațiilor. Știm și din experiența cotidiană că uneori memorăm fără să depunem nici un efort, oarecum spontan, în timp ce alteori este necesar să ne propunem dinainte acest lucru, să mobilizăm și să concentrăm toate capacitățile noastre psihice. Diferențierea celor două forme de encodare se face nu doar după prezența sau absența atenției, intenției, controlului voluntar, ci și după natura materialului, ce urmează a fi fixat.

Numim prima formă encodare (memorare) incidentală (involuntară), iar pe cea de a doua – encodare (memorare) intențională (voluntară).

În encodarea *incidentală* contează nu atât faptul că individul nu-și propune dinainte scopuri mnezice, că el nu se mobilizează expres pentru a memora, cât *gradul de interacțiune cu activitatea*, pe care el o desfășoară, *gradul de implicare și angajare* a lui în rezolvarea sarcinilor. *Cu cât activismul intelectual și profunzimea înțelegerii sunt mai mari, cu atât mai productivă va fi memorarea incidentală.*

În encodarea *intenționată* sunt importante 3 elemente: stabilirea conștientă a scopului, mobilizarea și consumarea unui efort voluntar în vederea realizării lui, utilizarea unor procedee speciale, care să faciliteze memorarea.

Învățarea pentru o anumită perioadă condiționează uitarea după trecerea acelei perioade.

Relațiile dintre cele două forme de encodare – incidentală și intențională – sunt relații de *interdependență*. Adeseori memorarea incidentală este numai începutul celei intenționale. Alteori memorarea intențională, ca urmare a exersării, a organizării începe să se realizeze cu o mare economie de timp și de efort, intrând în funcțiune aproape de la sine. Astfel, alături de cea intențională, memoria incidentală trebuie considerată un important mijloc psihic, cu ajutorul căruia omul își finalizează activitățile întreprinse, economisindu-și astfel energia.

2. Stocarea este procesul de reținere a informațiilor până în momentul, în care este necesară punerea lor în disponibilitate. *Durata stocării* (timpul, care se scurge între intrare și ieșirea informației din memorie) este extrem de variată. Uneori este foarte scurtă, materialul memorat ștergându-se aproape imediat, alteori medie, sunt și cazuri când aceasta acoperă chiar întreaga viață a individului.

Durata variabilă a stocării a stat la baza distingerii diferitelor tipuri de memorie: memoria de scurtă durată, memoria de durată medie, memoria imediată sau operațională, memoria tactică (similară cu cea de durată medie) și memoria strategică (similară celei de lungă durată), memoria de durată medie (scopul ei este de a realiza o confruntare, o sinteză între urmele stimulilor și experiențelor similare stocate anterior și datele noi, care urmează a fi memorate).

Unii autori sunt tentați să vorbească chiar de existența unei stocări permanente, în sensul că o informație, o dată intrată în memorie, rămâne permanent în ea, uitarea datorându-se incapacității de a găsi informația și nu procesului degradării sau dispariției ei. Faptul că o informație este inaccesibilă la un moment dat nu înseamnă că ea va fi în permanență indisponibilă, reamintirea ei fiind posibilă în alte momente.

Variabilitatea duratei stocării se explică în funcție de o serie de factori:

- natura și semnificația informațiilor memorate (cu sens sau fără sens, etc.);
- evenimentele cu un caracter personal se rețin mai mult timp decât cele neutre, impersonale (colegi de școală).

Una dintre problemele cu rezonanță practic aplicativă este cea a creșterii duratei stocării, în vederea sporirii productivității ei, care s-ar putea realiza prin:

- fixarea imediată a informației receptate, fie senzorial, prin legarea ei de alte informații, fie senzorial, prin notarea ei;
- repetarea mentală a informației de mai multe ori, fapt, care asigură atât reținerea mai îndelungată, cât și reactualizarea ei cu ușurință;
- verbalizarea conținutului informației;
- mărirea duratei de prezentare a stimulului sau pe cea a intervalelor dintre elementele lui etc.

Dinamica stocării implică fidelitate, amplificare și diminuare a materialului stocat.

• **Fidelitatea stocării** depinde de calitatea encodării (condiții corespunzătoare). Cel mai important mecanism al encodării și care îi asigură acesteia calitatea este cel al legării între ele a informațiilor, ce urmează a fi reținute (principiul asociațiilor). Recent a fost introdus chiar și termenul de memorie asociativă de către M.Kosslyn (1995). De exemplu, legăm obiectele de localizările lor spațiale, de alte obiecte sau de părți ale lor, memorăm prin asemănare și prin contrast.

Un alt mecanism, ce explică fidelitatea stocării, este cel al **consolidării**. Dacă asociațiile nu sunt întărite, consolidate în timp, ele se pot restructura astfel încât la „ieșire” să nu mai semene cu cele de la „intrare”. Consolidarea poate fi comparată cu dezvoltarea unui film: imaginea latentă existentă pe placa fotografică poate să dispară, dacă nu este stabilizată printr-un fixator chimic.

• Faptul că de-a lungul timpului conținutul materialului memorat nu rămâne identic cu cel însușit, ci suportă o serie de transformări și restructurări, ce conduc la *amplificarea, îmbogățirea și sistematizarea lui este evident*.

Rearanjarea activă a datelor (cuvintelor, informațiilor) permite ca la reactualizare ele să fie reamintite pe categorii chiar dacă fusesse prezentate aleatoriu. Fenomenul poartă denumirea de „clustering” („înmănunchere”) – organizarea materialului pe categorii. Gruparea informațiilor în timpul stocării se realizează în funcție de o serie de criterii, cum ar fi:

- familiaritatea;
- relevanța personală;
- forma și sonoritatea;
- gradul de asemănare sau diferențiere.

Rolul pozitiv al organizării informațiilor are 2 argumente:

1) **economia de spațiu**; informația organizată, grupată în categorii, ocupă un spațiu mai mic decât cea neorganizată;

2) **facilitarea recuperării**: organizarea oferă posibilitatea de a recupera toată informația conținută de o unitate.

• Diminuarea, degradarea și dispariția (ștergerea) din memorie a materialului stocat are la bază *mecanismul uitării*. Cele mai frecvente „semne” ale uitării sunt: imposibilitatea reamintirii unor evenimente, date, informații etc. (fie în totalitate, fie doar parțial); recunoașterile și reproducerile mai puțin adecvate sau chiar eronate (informația inițială este înlocuită cu un substitut asemănător); lapsusul sau uitarea momentană, care durează doar o perioadă de timp, după care informațiile sunt reamintite.

Cele trei fenomene, la care ne-am referit – fidelitatea stocării, îmbogățirea conținutului stocat, degradarea materialului memorat – concomitent cu mecanismele adiacente lor, pun în lumină caracterul activ, dinamic al stocării. Totodată, ele relevă semnificația procesului stocării în șirul proceselor memoriei, de calitatea conservării depinzând în mare măsură calitatea procesului următor.

3. **Recuperarea** este procesul memoriei, care constă în scoaterea la iveală a conținuturilor encodeate și stocate în vederea utilizării lor în funcție de solicitări și necesități. Unii autori consideră că procesul de „căutare” a informației în memorie se produce automat pe o traiectorie predeterminată. Pentru alții recuperarea este un proces activ, în care subiectul stabilește indicii de recuperare. Și alți autori au conceput recuperarea ca un proces desfășurat în cel puțin 2 etape: o etapă de *căutare inițială* și o etapă de *decizie* bazată pe caracterele apropiate ale informației recuperate.

Într-adevăr, uneori recuperarea are loc automat, aproape spontan, fără nici un fel de efort din partea subiectului, în timp ce alteori ea implică discursivitate, căutare, tatonare, efort. Simpla menționare a unui eveniment personal, cu mare încărcătură emoțională, este capabilă să declanșeze automat reamintirea lui cu nenumărate detalii („reactualizarea instantanee”).

Sunt însă și situații când simpla menționare a unui eveniment nu mai este suficientă pentru readucerea lui bruscă în minte, ci, dimpotrivă, apare necesitatea căutării lui asidue în memorie cu ajutorul unor întrebări, a revederii unor obiecte sau a evocării diferitelor împrejurări, în care a

avut loc encodarea. Fenomenul cunoscut sub denumirea „îmi stă pe vârful limbii” ilustrează un tip de „recuperare cu efort,” atunci când oamenii sunt convinși că știu ceva, dar par a nu fi în stare să-l extragă din memorie.

Recunoașterea și reproducerea reprezintă mecanisme ale recuperării:

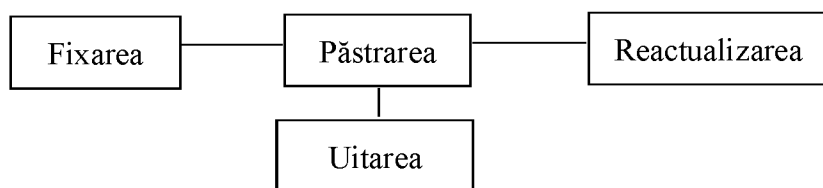


Fig. 11. Procesele memoriei.

Diferența dintre recunoaștere și reproducere constă în faptul că recunoașterea se realizează în prezența obiectului material (stimulului material, imaginii etc.), iar reproducerea se realizează în absența lui (stimulului ce trebuie reactualizat). De exemplu, elevul răspunde tema cu ajutorul caietului sau fără. Recunoașterea este relativ mai simplă, implicând doar procese de percepție, pe când reproducerea este mai complexă și dificilă, deoarece presupune apelul la gândire.

Un experiment a demonstrat că subiecții recunosc 42 de silabe și reproduc 12; recunosc 65 de cuvinte și reproduc 39; recunosc 67 de proverbe și reproduc 22. Iată de ce majoritatea studenților preferă testele de alegere multiplă (identificarea, recunoașterea conținuturilor prezentate), decât testele de compoziție sau de completare a cuvintelor lipsă, mult mai dificile (recuperarea, găsirea, descompunerea informației învățate anterior).

Recunoașterea presupune suprapunerea modelului actual peste cel aflat în mintea subiectului, pe când reproducerea – confruntarea și compararea mintală a modelelor în vederea extragerii celui optim. Ele se aseamănă prin aceea că dispun de forme involuntare și voluntare. Uneori recunoaștem pe cineva dintr-o dată, fără efort, altele trebuie să depunem efort pentru a ne reaminti cine este, unde l-am cunoscut, cu ce ocazie, cum îl cheamă etc.

De asemenea, uneori reproducem fără efort o poezie numai auzindu-i titlul sau autorul, altele este nevoie să facem apel și la alte informații pentru a ne-o reaminti. Atât recunoașterea, cât și reproducerea dispun de grade diferite de precizie. Astfel, ele pot fi foarte precise, riguroase, dar și vagi, imprecise memorării și păstrării.

Între procesele memoriei există o strânsă interacțiune și interdependență. Condițiile și conținutul memorării și reactualizării sunt strâns legate între ele, totuși dependența ultimului de primul nu trebuie absolutizată (nu este obligatoriu ca un material memorat ușor să fie la fel de ușor și repede reprodus).

Nici succesiunea lor (memorare – păstrare – reproducere) nu merită a fi absolutizată (sunt cazuri când un material memorat nu mai este reprodus, fiind „împins” în rezervorul inconștientului, nemaifiind reactualizat sau un material poate fi stocat, reprodus, dar nu și recunoscut, individul nedându-și seama de faptul că materialul respectiv a mai făcut obiectul conștiinței sale). Dereglarea succesiunii și a funcționării normale a proceselor memoriei stă adeseori la baza îmbolnăvirii ei. Interacțiunea normală, firească a proceselor memoriei reprezintă de aceea garanția funcționării optime și eficiente a ei.

4. Uitarea

Uitarea a fost studiată de H. Ebbinghaus (1885) și Jost (1897).

Multe din datele experienței anterioare se diminuează, se dezagregă, dispar din mintea noastră. Intervine așa-numitul fenomen al uitării, fenomen *natural, normal* și mai ales *relativ necesar*.

Uitarea intervine, aşadar, ca o supapă, care lasă să se scurgă, să se elimine, ceea ce nu mai corespunde noilor solicitări. Între memorie și uitare există relații dinamice, fiecare acționând una asupra celeilalte, facilitându-se sau împiedicându-se reciproc.

Care sunt formele uitării ?

- Uitarea totală (ștergerea, dispariția, suprimarea integrală a datelor memorate și păstrate);
- Uitarea parțială (reproduceri mai puțin adecvate sau chiar eronate);
- Lapsusul (uitarea momentană, exact pentru acea perioadă când ar trebui să ne reamintim).

Ce uităm?

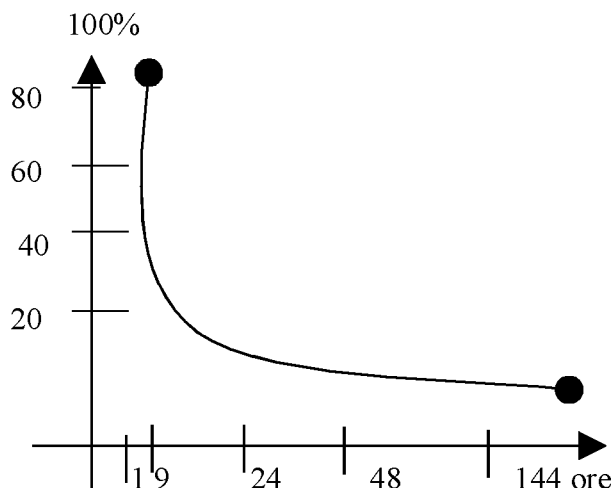
- Informațiile, care își pierd actualitatea, se devalorizează, nu mai au semnificație sau informațiile neesențiale, amănuntele, detaliile.

De ce uităm ?

- Cauza principală este insuficiența sau proasta organizare a învățării, sau stările de oboseală, surmenaj, anxietate.

Care este ritmul uitării?

Psihologul german H. Ebbinghaus, utilizând silabe fără sens, a demonstrat că uitarea este destul de mare, masivă chiar imediat după învățare și apoi din ce în ce mai lentă, aproape stagnantă (vezi *figura*); însă poate avea ritmuri foarte diferențiate în funcție de particularitățile materialului de memorat, cât și pe cele de vârstă și psihoindividuale. Curba uitării după H. Ebbinghaus:



Uitarea poate fi combătută prin eliminarea cauzelor, care conduc la instalarea ei și prin repetiție eficientă.

În principiu, memorarea și uitarea au un caracter selectiv. Nu uităm ceea ce este foarte important pentru noi. Interesele și sentimentele influențează puternic uitarea. S. Freud citează cazul unei fete, care, în ziua nunții, și-a amintit că uitase să se ducă în ajun la croitoreasă, să facă ultima probă la rochia de mireasă. Probabil ea nu dorea să se mărite cu acel tânăr, scrie Freud. Și într-adevăr, căsătoria lor s-a destrămat chiar din primul an.

Deși deseori e supărătoare, uitarea este indispensabilă. În lipsa ei, percepțiile s-ar amesteca mereu cu imagini vii, și orientarea în prezent ar deveni foarte dificilă. Apoi, uitarea e indispensabilă pentru că după moartea unei persoane îndrăgite să putem totuși continua o existență normală.

1.3. Formele memoriei

Pentru a organiza formele memoriei s-au elaborat numeroase criterii de clasificare:

I. După natura materialului memorat, stocat și reactualizat:

- a) memorie senzorială;
- b) memorie cognitivă;

- c) memorie afectivă;
- d) memorie motorie.

a) Între înregistrarea informației de către organele (senzoriale) receptoare și recunoașterea stimulului trece un oarecare timp, chiar dacă acesta este foarte scurt (de la $\frac{1}{3}$ din secundă până la 1–2 sec). Dacă n-ar exista un mecanism, care să stocheze informația receptată, aceasta n-ar putea fi prelucrată și, ca urmare, stimulul nu ar fi recunoscut. Funcția esențială a memoriei senzoriale constă în păstrarea informației senzoriale până când alte procese cognitive sunt capabile s-o preia, s-o analizeze, s-o interpreteze și să-i dea înțeles. Există tot atâtea tipuri de memorii senzoriale câte tipuri de senzații cunoaștem, însă cele mai frecvent studiate sunt: memoria vizuală sau iconică și memoria auditivă sau eocică.

De exemplu, să ne gândim la o conversație, pe care o purtăm cu cineva. Dacă nu am dispune de memorie senzorială auditivă, multe dintre cuvintele, care se rostesc succesiv, ar fi pierdute, pentru că suntem preocupați tocmai de determinarea înțelesului a ceea ce ni s-a spus. Să presupunem în continuare că în timpul conversației o persoană introduce pentru o fracțiune de secundă capul pe ușa încăperii, în care ne aflăm, în același timp informația vizuală despre interlocutorul nostru nu dispăre.

S-a constatat că are loc *specializarea în timp a anumitor analizatori* folosiți în activitățile mnezice: unii operează mai frecvent cu analizatorul vizual, alții cu cel auditiv, olfactiv sau tactil. Ideal ar fi ca fiecare om să dispună în egală măsură și la un înalt nivel de dezvoltare de toate formele memoriei senzoriale. Însă deoarece aceasta este aproape imposibil, atunci este bine ca fiecare să utilizeze acea formă, care-l servește mai bine și să-și dezvolte acea formă a memoriei cerută de profesiunea sau activitatea sa.

b) Unii oameni memorează și reactualizează cu o mai mare ușurință imaginile, desenele, figurile, în timp ce alții – noțiunile, conceptele, judecățile și raționamentele, ideile abstracte. În acest caz vorbim de existența memoriei cognitive (de cunoaștere), care în funcție de conținutul ei poate lua forma memoriei *intuitiv-plastice*, fie forma memoriei *verbal-logice*.

c) Dar oamenii nu rețin doar faptele de cunoaștere, ci și propriile lor trăiri afective (emoțiile, dispozițiile, sentimentele, pasiunile). Trăsăturile afective nu sunt doar momentane, ele nu se pierd o dată cu consumarea lor, ci lasă urme în psihic și pot fi scoase din nou la lumină, re trăite chiar, desigur nu cu aceeași intensitate, durată și expresivitate. Aceasta este memoria *afectivă sau emoțională*.

a) Alături de informația cognitivă și de trăiri afective, omul reține în memoria sa și descrie mișcări, operații sau acțiuni efectuate. Acest lucru n-ar fi posibil în absența memoriei *motorii* (de exemplu scrisul, înotul, mersul pe bicicletă).

II. După durata menținerii informației există:

- a) memorie de scurtă durată (efemeră);
- b) memorie de lungă durată;
- c) memoria operativă.

a) S-a demonstrat că o secvență scurtă de informații este repede uitată (după mai puțin de 20 sec.) dacă subiectul execută o altă sarcină înainte de reamintire. Deci înainte de a fi fixată și depozitată informația este vehiculată pentru scurt timp și mai la suprafață, constituind conținutul memoriei de scurtă durată. De exemplu, în cursul unei conversații uităm numele unor persoane, care ne-au fost prezentate câteva clipe mai înainte; dacă formăm un număr de telefon obținut de la informații fără a-l fi notat și postul respectiv sună ocupat, ne vom afla în situația de a solicita din nou numărul de la informații, deoarece l-am uitat. Memoria de lungă durată este tezaurul cunoștințelor noastre (*tab. 3*).

Tabelul 3

Deosebirile memoriei de scurtă durată și de lungă durată

MSD	MLD
informații imediate, recente, mai mărunte, momentan	informații semnificative, valoroase și utile pentru individ

semnificative	
limitată, redusă (7 unități – valoarea medie optimă)	practic nelimitată
maximum 15–20 sec.	practic nelimitată (chiar și o viață întreagă)
fonologică (sunete)	semantică (înțelesuri)
prin repetiție de menținere	prin repetiție elaborată (organizare)
fragilă, puțin productivă; predispusă degradării rapide	trainică, extrem de productivă, predispusă la extindere și întărire
directă și imediată	indirectă și care necesită efort, încordare
primară	secundară

Unii cercetători consideră că memoria de scurtă durată nu este structural distinctivă de memoria de lungă durată, ea este practic o parte a memoriei de lungă durată, și anume partea ei activă, deci o memorie de lucru.

Memoria operativă este prevăzută pentru păstrarea informației pe un anumit termen, predeterminat, necesar pentru efectuarea unor operații. Durata memoriei operative este de la câteva secunde până la câteva zile.

III. După posibilitatea verbalizării conținutului activității de memorie există:

- a) memorie *explicită*;
- b) memorie *implicită*.

a) memoria *explicită* este *memoria conștientă* (memorarea unui material, de care cineva este conștient), directă, voluntară. Memoria explicită este cea verbalizată, cea, care poate fi exprimată în cuvinte, conținutul căreia poate fi declarat;

b) memoria *implicită* este *memoria inconștientă* (memoria unui material, de care cineva nu este conștient), indirectă, involuntară. Ea are un conținut, ce nu poate fi verbalizat, ea se mai numește memoria procedurală (exemplu: este mai ușor uneori să arăți, să prezinți, decât să vorbești despre o acțiune).

S-a constatat că amnezicii obțin performanțe slabe la testele de memorie explicită (reamintirea cuvintelor învățate anterior) și rezultate bune la testele de memorie implicită (completarea cuvintelor lipsă dintr-o listă, în care erau cuvinte noi pe lângă cele din lista inițial învățată).

IV. După criteriul complexității memoriei există:

- a) memorie *inferioară*;
- b) memorie *superioară*.

Memoria inferioară o constituie formele simple ale memoriei și cele ale animalelor.

Memoria superioară este un produs al vieții sociale, ea rezultă din educație, învățare.

V După existența unui mijlocitor între subiect și obiect există:

- a) memorie *nemijlocită*;
- b) memorie *mijlocită*.

Memoria nemijlocită reprezintă relația directă dintre subiect și obiectul de memorat.

Memoria mijlocită presupune prezența semnelor, simbolurilor în calitate de unealtă.

Această clasificare se suprapune foarte mult cu clasificarea precedentă (memoria inferioară = memoria nemijlocită).

VI. După factorul implicării inteligenței în actul memoriei există:

- a) memorie *mecanică*;
- b) memorie *logică*.

Memoria mecanică este acea memorie, care refuză implicarea inteligenței, nu pune pe prim-plan înțelegerea conținutului, este de obicei, memorie tip fotografiere, toceală.

În acest sens, materialul de memorizat este de 2 feluri:

- inteligibil, care se pretează înțelegerii și
- neinteligibil sau fără sens (de exemplu: șiruri de numere.)

Memoria logică apelează la inteligență.

VII. După numărul de subiecți ai memoriei există:

- a) memorie *individuală*;
- b) memorie *colectivă*.

Memoria *individuală* este memoria unui individ concret.

Memoria *colectivă* presupune un subiect colectiv, unde sunt prezenți doi sau mai mulți subiecți ai memoriei: o națiune, un popor, un grup academic.

VIII. După originea apariției memoriei există:

- a) memorie *biologică*;
- b) memorie *social-culturală*.

Memoria *biologică* are la bază genele, cromosomii, deci informația biologică, codul genetic al persoanei (de exemplu: copiii răpiți de animale au o memorie de tip biologic).

Memoria *social-culturală* este un produs al aflării în societate și în condițiile culturii, deci existența limbajului, anumitor proceduri de memorare a materialului, este o memorie elaborată.

IX. După prezența intenției de a memora există:

- a) memorie *voluntară*;
- b) memorie *involuntară*.

Memoria voluntară are două caracteristici:

- prezența scopului, a intenției;
- prezența efortului volitiv.

Memoria involuntară reprezintă procesul, ce se produce de la sine și presupune lipsa scopului și efortului.

X. După logica conținutului memoriei există:

- a) memorie *episodică*;
- b) memorie *semantică*.

Memoria *episodică* este cea a evenimentelor, în care am fost implicați, memoria întâmplărilor, faptelor, pe care le-am săvârșit, anume această memorie ne formează autobiografiile și se mai numește memorie bibliografică.

Memoria *semantică* este memoria cunoștințelor de tot felul, legităților, ce nu sunt legate de timp, de loc și de persoană (de exemplu; „Cine este Newton?” – fizician).

1.4. Factorii și legile optimizării memoriei

Procesele memoriei se realizează mai ușor sau mai greu, mai repede sau mai încet, cu un consum mai mare sau mai mic de energie și timp, cu o eficiență crescută sau scăzută în funcție de o serie de factori.

Aceștia ar putea fi împărțiți în 2 mari categorii:

1) particularitățile materialului de memorizat;

2) trăsăturile psihofiziologice ale subiectului.

▪ Prima categorie include: *Natura materialului*, care poate fi intuitiv obiectual sau abstract, descriptiv sau explicativ-rațional, semnificativ sau lipsit de sens logic, teoretic sau utilitar-pragmatic. Cercetările au demonstrat că se întipărește mai ușor un material intuitiv-senzorial (imagini ale obiectelor) decât unul simbolic-abstract (cuvinte). Vârsta modifică însă această legitate, studenții reproducând mai ușor cuvintele abstracte decât imaginile intuitive. Un material verbal semnificativ (un poem, un fragment în proză) – mai bine decât altul nesemnificativ (grupaje de litere fără sens logic).

▪ *Organizarea materialului* (grad mare, mediu, redus). Se înțelege că un material, care dispune de un grad mare de organizare și structurare, va fi mai bine memorat decât altul cu organizare și structurare mai reduse. Organizarea în serie a materialului produce un efect interesant, în funcție de poziția *ocupată de materialul în serie*. Investigațiile au demonstrat că elementele de la începutul și sfârșitul seriei sunt mai bine memorate decât cele de la mijlocul ei.

Reținerea mai bună a elementelor de la începutul seriei a fost numită *efect de primaritate* (MSD), iar cea de la sfârșitul seriei, *efect de recență* (MLD).

▪ **Omogenitatea materialului** produce următoarele 3 efecte: 1) efectul Robinson (1924) – o serie omogenă (numai litere, cuvinte sau figuri geometrice) este memorată mai rapid; 2) efectul Restorff (1932) – elementele eterogene plasate într-o serie mai mare de elemente omogene sunt reținute mai bine decât acestea din urmă (exemplu: perechile neomogene, decât cele omogene); 3) efectul Underwood (1950) materialele cu un grad mare de omogenitate se rețin mai greu comparativ cu cele cu un grad mai scăzut de omogenitate.

▪ **Volumul materialului.** S-a constatat că numărul de repetiții necesar memorării unui material este cu atât mai mare cu cât materialul este mai amplu. S-au stabilit două legi în acest sens:

1) dacă materialul de memorat crește în progresie aritmetică, timpul de memorare crește în progresie geometrică (Lyon a demonstrat deja din a. 1914 că pentru a memora 50 de cuvinte sunt necesare 2 minute, pentru 100 de cuvinte 9 minute, iar pentru 1000 de cuvinte 165 de minute);

2) în condiții egale de exersare, materialul lung se amintește mai bine decât materialul scurt (Robinson a demonstrat că 6 silabe se reamintesc în proporție de 71%, 12 silabe – 78%, iar 18 silabe în proporție de 81%), deci dificultatea unei sarcini nu este direct proporțională cu lungimea ei.

Miller a remarcat că volumul informațiilor reținute în același timp este de 7+2 unități informaționale, pe care le-a denumit prin termenul (intraductibil) de *chunk*. Un chunk este o structură integrată de informații. Dacă îmi amintesc o parte a unui chunk, îmi voi aminti întregul ansamblu. Așadar, chunkul se referă la unitățile de semnificații.

▪ Alte particularități ale materialului:

- familiaritatea (frecvența utilizării în plan verbal sau acțional a stimulului);
- semnificația (ca și în cazul familiarității, gradul înalt de semnificație influențează pozitiv memorarea);
- caracterul agreabil sau dezagreabil al materialului de memorat influențează de asemenea productivitatea memorării. Astfel, materialul agreabil se reține mai bine decât cel dezagreabil, iar cel dezagreabil este reținut mult mai bine în raport cu cel indiferent.

A doua categorie include *trăsăturile psihofiziologice ale subiectului*:

- gradul de implicare în activitate;
- starea subiectului (oboseală, sănătate);
- modul de învățare;
- motivația;
- atitudinile și înclinațiile acestuia;
- repetarea optimă (subînvățarea creează „iluzia învățării”, iar supraînvățarea conduce la instalarea inhibiției de protecție, la apariția stării de saturație și a trebuinței de evitare. Deci dacă pentru memorarea unui material au fost necesare 10 repetiții, cele suplimentare nu trebuie să depășească 5).

În urma datelor experimentale se pot formula următoarele concluzii: intervalul optim de efectuare a repetițiilor este fie de minute (5–20), fie de zile (1–2 zile); repetiția activă, realizată independent (cu redarea pe dinafară a textului) este superioară repetiției pasive (bazată doar pe recitirea textului); repetiția încărcată cu sens, cu semnificație este mai productivă comparativ cu cea mecanică; repetiția planificată, ritmică este în avantaj față de cea accidentală; în sfârșit, repetiția făcută din plăcere, din nevoia resimțită din interior de a reține informațiile este mai eficientă, decât repetiția făcută din obligație.

Cercetările au demonstrat că reținem 10% din ceea ce citim, 20% din ce auzim, 30% din ce vedem, 50% din ce vedem și auzim în același timp. Deci cu cât acțiunile cognitive sunt mai complexe, crește și productivitatea memoriei.

Sintetizând factorii facilitatori ai memorării, am putea concepe modul de organizare optim al învățării unui curs, în condițiile, în care ne este complet necunoscut.

Prima etapă ar constitui-o *familiarizarea cu textul*, presupunând o lectură rapidă a întregului material, pentru orientare. Apoi se impune *aprofundarea ideilor*: se fragmentează cursul după principalele teme și se urmărește deplina înțelegere și sistematizare a primei teme etc. până la înțelegerea întregului curs. Înțelegerea aprofundată asigură în mare măsură memorarea. Totuși, sunt date, definiții, clasificări, care cer o muncă specială de fixare. Prin urmare, a treia fază implică o *memorare analitică*, când memorăm ceea ce nu am reținut și revedem fișele întocmite anterior, subliniind ceea ce ne interesează.

Penultima etapă reprezintă o *fixare în ansamblu*, când recapitularea întregului material e însoțită de întocmirea unor scheme (idei principale).

În fine, în ajun de examen se impune recapitularea acestor scheme, care ne ajută să putem aborda subiecte de sinteză, presupunând cunoștințe din diferite lecții.

În cazul însă când audiem cursul și participăm la seminarii, învățarea se desfășoară puțin altfel. Familiarizarea se realizează audiind prelegerile. Faza de aprofundare analitică se produce pregătind seminariile și participând la discuții. În perioada de pregătire a examenului ar trebui să fie necesare doar memorarea analitică, fixarea în ansamblu și recapitularea schemelor.

1.5. Diferențele individuale și calitățile memoriei

1. Nu toți oamenii memorizează, păstrează și actualizează experiența la fel.

Aceasta face ca oamenii să se diferențieze între ei, să apară diferențe individuale. Unii întipăresc mai ușor, alții – mai greu, unii într-un timp mai scurt, alții într-un timp mai lung, unii au o memorie vizuală, auditivă, gustativă, olfactivă mai bună, alții dimpotrivă. Este necesar cu fiecare să se folosească acel tip de memorie, care-l avantajează mai mult, să-și dezvolte acea formă a memoriei pe care îl solicită profesia sa.

Calitățile memoriei se concretizează diferit la fiecare individ. Uneori, atunci când aceste proprietăți sunt sau foarte puternice sau foarte slabe, ele pot deveni elemente distinctive în descrierea personalității noastre.

2. În procesul funcționării sale memoria își formează o serie de calități, cele mai importante fiind:

- *volumul memoriei* – cantitatea de material, pe care-l putem memoriza, păstra și reactualiza. Există persoane, cărora li se spune că sunt niște „enciclopedii ambulante”, având un volum de informație stocată extrem de bogat;

- *elasticitatea, mobilitatea și suplețea memoriei* – capacitatea de a acumula cunoștințe mereu noi, a le organiza și reorganiza eficient pe cele vechi; capacitatea de a corela informația nouă cu cea deja cunoscută și de a modifica în corespundere cu necesitățile actuale.

3. *Viteza (rapiditatea) memorizării* – viteza (ușurința) fixării informației. Persoanele cu o viteză înaltă de memorizare depun un efort redus, engramarea (întipărirea) se realizează cu economie de timp și de repetiții.

Exactitatea reactualizării indică gradul de precizie, corectitudine și acuratețe a recunoașterii și reproducerii materialului anterior memorat.

Fidelitatea redării se referă la măsura, în care informația actualizării corespunde cu cea întipărită.

Promptitudinea reactualizării se referă la viteza, cu care reușim să actualizăm un material învățat. Persoanele, la care promptitudinea reactualizării are un nivel înalt de dezvoltare, realizează foarte rapid recunoașterea și reproducerea informației, imediat după stimulare.

Cercetările psihologice au demonstrat că se reține:

- ▲ 10 % din ceea ce citim,
- ▲ 20 % din ce auzim,
- ▲ 30 % din ce vedem,
- ▲ 50 % din ce vedem și auzim în același timp,
- ▲ 80 % din ce spunem,
- ▲ 90 % din ce spunem și facem în același timp.

Calitățile memoriei pot fi educate, modelate, ridicate la noi niveluri funcționale. Cunoșcând care este calitatea ce-i lipsește, omul poate lua anumite măsuri în vederea formării și dezvoltării ei.

Tema 2. GÂNDIREA

2.1. Delimitări conceptuale

Gândirea ocupă un loc central în psihologie, astfel s-au exprimat doi cunoscuți psihologi americani (Lindsay și Norman, 1980) – „Gândirea reprezintă, poate, subiectul cel mai important al întregii psihologii”. Deoarece toate creațiile artei și științei își au originea în gândire, „ea este de o importanță evidentă” – nota un alt psiholog (Gilhody, 1988).

Cu timpul în psihologia gândirii au avut loc diversificarea și polarizarea concepțiilor. Gândirea ca instrument și potențialitate de cunoaștere este studiată de filosofie (epistemologie), de logică (legile gândirii juste și exacte) și de psihologie.

Gândirea se definește ca procesul cognitiv de însemnătate centrală în reflectarea realului care, prin intermediul abstractizării și generalizării coordonate în acțiuni mintale, extrage și prelucurează informații despre relațiile categoriale și determinative în forma conceptelor, judecăților și raționamentelor.

Gândirea este trăsătura distinctivă cea mai importantă a psihicului uman, definitorie pentru om ca subiect al cunoașterii logice, raționale. Este așa deoarece gândirea produce modificări de substanță ale informației cu care operează. Dacă celelalte mecanisme psihice produc modificări superficiale, natura informației, rămânând aceeași, gândirea modifică natura informației, ea face saltul de la neesențial la esențial, de la particular la general, de la concret la abstract, de la exterior – accidental la interior – invariabil.

De asemenea, gândirea antrenează toate celelalte disponibilități și mecanisme psihice în realizarea procesului cunoașterii nu doar pe cele de ordin cognitiv, după cum s-ar părea la prima vedere, ci și pe cele afectiv-motivaționale și volitiv-reglatorii. Gândirea orientează, conduce, valorifică maxim toate celelalte procese și funcții psihice.

Ca urmare a intervenției ei, percepția devine observație, deci o percepție cu scop, ordonată și planificată; comunicarea informațiilor dobândește înțeles, fiind subordonată prin gândirea normelor logicii; memoria intră în posesia unei forme superioare de memorare, și anume memorarea logică, ce o completează și o depășește pe cea mecanică; voința își precizează mult mai bine scopurile pe baza predicției, își fixează mult mai ușor planuri, folosindu-se de judecăți și raționamente.

În sfârșit, centralitatea gândirii în procesul cunoașterii se explică și prin capacitatea ei de a-și reintroduce propriile produse (idei, concepții, teorii) în circuitul informațional, devenind, în felul acesta, un declanșator al unor noi procese intelectuale.

Din punct de vedere descriptiv-explicativ gândirea este definită astfel: proces psihic de reflectare a însușirilor esențiale și generale ale obiectelor și fenomenelor, a relațiilor dintre acestea, în mod mijlocit, generalizat, abstract și cu scop prin intermediul noțiunilor, judecăților și raționamentelor.

Pentru a explica această noțiune complexă să purcedem la prezentarea celor mai semnificative *caracteristici psihologice ale gândirii*:

1. Caracterul informațional-operational.

Gândirea este un mecanism de prelucrare, interpretare și evaluare a informațiilor. Ea nu se mulțumește, așa cum face percepția, cu însușirile exterioare ale obiectului și fenomenelor, ci accede la surprinderea însușirilor interne ale acestora și mai ales a relațiilor dintre ele.

2. Caracterul mijlocit și mijlocitor.

Gândirea nu operează asupra realului, asupra obiectelor și fenomenelor, ci asupra informațiilor furnizate de senzații, percepții și reprezentări. Ea este mediată de informațiile stocate în memorie și poate cel mai pregnant, gândirea este mijlocită de limbaj. Deci, valoarea și calitatea gândirii vor depinde de calitatea factorilor mijlocitori. Dar și gândirea le mijlocește și le

influențează pe toate celelalte, contribuind la sporirea eficienței lor. Ea atribuie un înțeles imaginilor perceptivă, utilizează denumiri verbale, se implică activ în marea majoritate a procedurilor imaginației, direcționează fluxurile afectiv-motivaționale, contribuie la realizarea reglajului voluntar.

3. *Caracterul generalizat și abstractizat.*

Generalizând și făcând abstracție de la obiectivele concrete, gândirea se îndepărtează doar aparent de realitate, ceea ce-i oferă posibilitatea de a se debara de încărcătura elementelor nesemnificative.

4. *Caracterul finalist.*

Omul își stabilește scopul nu în timpul desfășurării activității, ci cu mult înainte de a trece la executarea ei. Când gândirea s-a finalizat într-un anumit produs (idee, judecată, raționament), se trece adeseori la raționalizarea lor. Omul nu gândește doar de dragul de a gândi, ci cu un dublu scop: pentru a-și declanșa, organiza și optimiza propria sa activitate, fie pentru a justifica sau motiva prin explicații și argumente acțiunile deja săvârșite, chiar dacă aceste cauze sunt altele decât cele care au stat realmente la baza comportamentelor executate.

5. *Caracterul multidirecțional.*

Spre deosebire de alte mecanisme psihice orientate spre o singură dimensiune temporală (percepția spre prezent, memoria spre trecut, imaginația spre viitor), gândirea le cuprinde pe toate cele trei. Prin aceasta, ea servește la permanenta ordonare și corelare a diferitelor „stări” ale obiectului cunoașterii.

Sistematizând și sintetizând ideile mai multor autori, putem spune că gândirea se compune din următoarele **unități de bază** (componente):

- *imaginea* – reprezentarea mintală a unui obiect specific, unitatea cea mai primitivă a gândirii;

- *simbolul* – o unitate mai abstractă, care redă obiectul, evenimentul, cel mai simplu simbol fiind cuvântul;

- *conceptul* – o etichetă pusă unei clase de obiecte, evenimente, care au în comun câteva atribute;

- *operația* – acțiune interiorizată, reversibilă, care servește la formarea conceptelor sau la rezolvarea problemelor;

- *regula sau legea* – cea mai complexă unitate a gândirii, ce presupune stabilirea relației dintre două sau mai multe concepte.

Când utilizăm simboluri sau concepte, imagini interne și când rezolvăm mintal probleme, spunem că gândim.

Unii autori pun semnul egalității între gândire și inteligență. Abia în anii '40 Gaston Viand precizează că *inteligența* este facultatea de a cunoaște și înțelege sau eficacitatea mintală (randamentul mecanismelor mintale). Așadar, inteligența include în sine gândirea, dar nu se reduce la ea. Există o relație de interdependență între ele, dar nu trebuie să se ajungă la identificarea lor.

2.2. Operațiile fundamentale ale gândirii

1. Analiza și sinteza

Dacă analiza și sinteza senzorială presupun acțiunea în plan material (obiectual), atunci analiza și sinteza ca operații ale gândirii implică acțiunea în plan mintal. Aceste operații sunt corelative. Astfel, în timp ce analiza presupune dezmembrarea mintală a obiectelor în elementele lui componente în vederea determinării proprietăților esențiale, sinteza pornește de la însușirile date izolat, reconstituind mintal obiectul. Și nu este o simplă asociere, ci o relaționare logică a părților pentru dezvăluirea specificului (desprinderea obiectului dintr-un ansamblu haotic și includerea lui într-o clasă).

2. Abstractizarea și generalizarea

Sunt strâns legate de analiză și sinteză, de altfel, continuări sau exprimări ale lor în plan mintal.

Abstractizarea este operația gândirii prin care se evidențiază însușirile esențiale și omiterea, înlăturarea celor neesențiale (o analiză selectivă). Prin operația de abstractizare se ajunge să se rețină în plan mintal doar însușirea comună. De exemplu: toți sunt oameni și au aceleași drepturi, abstracție făcând de vârstă, sex, apartenență etnică, profesie etc.

Generalizarea este o operație predominant sintetică și înseamnă reunirea însușirilor unui obiect asupra unei categorii de obiecte. De exemplu: simptomele, ce apar în câteva cazuri de îmbolnăviri, sunt considerate a fi caracteristice pentru anumită boală în genere. Sau ceea ce se constată prin examen microscopic și analiză chimică la un țesut celular se dă ca atribut general al acestei categorii de țesuturi.

3. Comparația

Este o operație a gândirii implicată ca premisă sau ca mijloc în toate celelalte și presupune stabilirea mintală a asemănarilor și deosebiriilor dintre obiecte și fenomene pe baza unui criteriu. Ea este considerată de marea majoritate a psihologilor o structură logică elementară a gândirii, o operație primară.

Comparația începe cu un act sintetic (care constă în corelarea însușirilor), continuă cu unul analitic (deci desprinderea asemănarilor și deosebiriilor) și se finalizează printr-o nouă sinteză și generalizare (ceea ce este comun unește însușirile respective). S-a constatat că similitudinea, cât și deosebirea mare îngreuiază comparația, iar operarea pe baza materialului verbal asigură un randament crescut al comparației.

4. Concretizarea logică

Concretizarea este un proces de ilustrare sau de lămurire a unei teze generale cu ajutorul unui exemplu, trecerea de la abstract la concret. Concretul logic este obiectul mintal categorial; el este forma sub care există conceptul. Există cazuri când studenții, deși dețin generalul și definesc bine o noțiune, nu pot opera cu relațiile cuprinse în ea, mai ales atunci când este vorba de rezolvarea unor probleme practice (unde se implică obiecte complexe și nicidecum cu însușiri izolate ale acestora).

5. Sistematizarea este ordonarea minată și consecutivă a obiectelor, care la momentul dat se află în haos, dezordine. Altfel spus, a pune lucrurile în relațiile lor logice, normale.

6. Particularizarea este operația prin care se stabilesc trăsăturile specifice, proprii doar obiectului dat. Se stabilește originalitatea unui obiect sau a unei persoane.

2.3. Formele logice ale gândirii

Dacă gândirea este un proces, înseamnă că ea produce ceva, ceea ce produce gândirea constituie un conținut. Se știe că orice conținut tinde să aibă o formă. Forma pentru conținut este spațiul, în care acest conținut există și limitele acestui conținut. Forma organizează și structurează conținutul și prin aceasta îi dă entitate.

Prin urmare, am putea defini formele logice ale gândirii ca producții intelectuale organizate și structurate într-un anumit fel și constituind un întreg, o entitate. Deci forma logică a gândirii constituie învelișul conținutului gândirii, în care acest conținut poate să existe și să funcționeze.

Există trei forme logice ale gândirii:

- noțiunea;
- judecata;
- raționamentul.

Noțiunea este forma elementară a gândirii, celelalte fiind mai complexe. Noțiunea constituie un construct cognitiv, ce depășește conținutul nemijlocit al percepției. Noțiunea este reflectarea a ceea ce este dincolo de percepție. Dar ea se constituie cu sprijinul percepției. Noțiunea definită sintetic, concentrat reprezintă *esența* reflectată a lucrului. Conținutul, corespondentul noțiunii în plan senzorial este imaginea perceptivă.

Sinonimele termenului „noțiuni” sunt *concept, categorie*. Noțiunea reprezintă partea spirituală, ideală a cuvântului, căci acesta ca semn are două părți: corp sonor (șirul de litere) și sens (semnificația).

Termenul exprimă o noțiune științifică, nu una empirică, obișnuită. Fiecare știință își elaborează sistemele sale de concepte, iar aceste concepte sunt experimentate prin termeni.

Pot fi identificate următoarele *feluri* de noțiuni:

1) noțiunea *concretă* – este cea, care are numai un corespondent perceptiv; noțiunea *abstractă* nu are aceste corespondente (exemplu: curaj, ideal);

2) noțiuni *teoretice* – sunt noțiunile definite precis, exact, clar, după toate rigorile, exprimate prin termeni. Noțiuni *empirice* – sunt noțiuni exprimate vag, prezintă caracteristici neesențiale;

3) noțiunea *gen – specie* (exemplu: floare – crin) ;

4) noțiuni *independente* – pot exista numai singure (exemplu: soare, geantă);

Noțiuni corelative – pot exista numai în perechi și sunt opuse (exemplu: dragoste – ură).

5) noțiuni *logice* – cu statut de standard, etalon, produs al unei colectivități umane. Noțiuni *psihologice* – ce reflectă înțelegerea obiectului dat de individul concret și poate avea particularitățile sale individuale. La oamenii foarte dezvoltăți noțiunile psihologice corespund celor de etalon.

Judecata – este o formă a gândirii, prin care subiectul afirmă sau neagă ceva (despre ceva). Judecata este alcătuită din noțiuni.

Structura judecății:

– subiectul logic;

– predicatul logic.

Subiectul – este acel ceva, despre care se afirmă sau se neagă un lucru.

Predicatul – exprimă afirmația sau negația. (Predicatul logic afirmă sau neagă starea obiectului).

Diverse judecăți:

I. După cum se neagă sau se afirmă ceva:

a) afirmative (exemplu: psihologia este o știință);

b) negative (exemplu: gândirea nu este o stare psihică);

c) nedefinite (exemplu: Marina este sora mea).

II. După raportul de adevăr:

a) adevărate (exemplu: Mînea are formă specifică);

b) false (exemplu: vara ninge).

III. Judecăți de relație – se stabilește legătura dintre două sau mai multe obiecte.

IV. Judecăți de apartenență – se stabilește dacă un lucru aparține unui grup.

V. Judecăți de valoare – subiectului logic i se atribuie o valoare (exemplu: bun, frumos).

Raționamentul este o formă logică a gândirii, prin care se obțin informații noi din combinarea celor deja existente în memorie. Există două feluri de raționamente:

1) inductive – constituie modalitatea de producere a unei ipoteze generale pe baza unor date particulare (de la simplu la compus);

2) deductive – prin care se urmărește obținerea de noi informații pe baza unor premise date.

Raționamentele deductive sunt de trei tipuri:

1) *silogistic* – este compus din trei judecăți – două premise și concluzia (exemplu: Toți oamenii sunt muritori. Socrate este om = Socrate este muritor);

2) *ipotesico-deductiv* alcătuit din trei judecăți, dintre care prima exprimă condiționarea unui fenomen de alt fenomen, iar concluzia apare ca o consecință. De obicei, concluzia este o ipoteză, o presupunere (exemplu: Dacă e ziua, atunci e lumină. E ziua = deci e lumină)

3) *liniar* – este alcătuit din două premise și o concluzie. Premisele exprimă relația dintre două noțiuni, două obiecte, două fenomene etc., iar concluzia exprimă relația dintre obiectele neadiacente (exemplu: Ion este mai mare ca Victor. Nicu este mai mic ca Victor = Deci Ion este mai mare ca Nicu și Victor).

2.4. Clasificarea gândirii. Criterii de clasificare

Gândirea omului nu este uniformă, nu funcționează la fel la toți oamenii sau la unul și același om în momente și în situații diferite. Există numeroase tipologii, ne vom referi însă doar la câteva criterii, și anume:

I. După orientare:

- a) gândirea direcționată;
- b) gândirea nedirecționată.

Gândirea direcționată sau directă este sistemică și logică, deliberată și intenționată, ghidată de scop, cu ajutorul ei oamenii rezolvă probleme, formulează legi, își realizează obiectele propuse (drept exemplu tipic este sinectica, care se bazează pe respectarea unor reguli, presupune critică și discuții contradictorii).

Gândirea nedirecțională sau nondirectivă se caracterizează prin mișcarea liberă spontană a gândurilor, fără a fi orientată de un scop sau de un plan. Ea este implicată de imaginație, fantezie, reverie, oamenii recurgând la ea pentru a se relaxa. Gândirea nedirecționată are o mare importanță în pregătirea momentului gândirii direcționate, productive, creatoare, contribuind astfel indirect la soluționarea problemelor (drept exemplu poate servi brainstormingul, ce favorizează imaginația liberă, chiar aberantă, asociația spontană a ideilor după principiul „cantitatea generează calitatea”, eliminarea criticii, dușman al imaginației).

II. După tipul operațiilor presupuse:

- a) gândirea algoritmică;
- b) gândirea euristică (redate în tabelul 4):

Tabelul 4

Gândirea algoritmică	Gândirea euristică
– rigidă	– flexibilă
– strict determinantă	– în curs de determinare
– maxim automatizată și stereotipizată	– implică analiza prealabilă
– fixă și reproductivă	– decizia este plastică și inovatoare
– grad mare de standardizare	– grad mare de flexibilizare
– rutinieră, stăpânind teorii deja cucerite	– evolutivă, descoperind teorii noi
– presupune prudență, comoditate	– atitudini de inițiativă, independență.
– situații obișnuite	– condiții incerte, noi

Gândirea algoritmică este bazată pe trecerea succesivă de la un „pas” la altul, ceea ce va conduce în mod cert la rezolvarea problemei, pe când gândirea euristică are caracter arborescent, din fiecare „nod” subiectul trebuind să aleagă o cale din mai multe posibile, este o „scurtătură”, care ajută la reducerea efortului mental rezultat sigur (încercări și erori).

III. După finalitate:

- a) gândirea reproductivă;
- b) gândirea productivă;
- c) gândirea critică.

Distincția dintre primele două tipuri de gândire a fost introdusă de către psihologul german Selz, care consideră că procesul gândirii trece treptat de la nivelul reproductiv al completării lacunelor dintr-o problemă la nivelul productiv al elaborării unor soluții noi. Drept exemplu poate servi o întâmplare din viața celebrului matematician Gauss. Pe când acesta avea 6 ani, profesorul a dat elevilor să calculeze cât mai rapid suma numerelor de la 1 la 10. În timp ce colegii lui mai calculau încă, Gauss a sesizat o nouă legitate – faptul că suma termenilor din poziții extreme este 11, deci suma finală va fi 55.

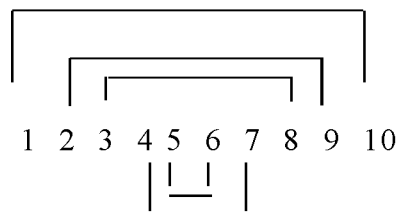


Fig. 12. Exemplu de gândire productivă.

Primul mod de operare al gândirii este simplist, automatizat și stereotipizat, pe când al doilea este creativ.

Gândirea *critică* se concentrează pe testarea și evaluarea soluțiilor și exploatarea lor posibile.

IV. După sensul de evoluție există:

- a) gândirea divergentă;
- b) gândirea convergentă.

Gândirea divergentă manifestă tendința de diversificare și multiplicare a soluțiilor în raport cu punctul inițial de plecare, fiind semnul distinctiv al flexibilității și mobilității intelectuale a individului (prezența unor capacități cum ar fi: generarea cât mai multor produse, combinarea elementelor pentru obținerea cât mai multor variante etc).

Gândirea convergentă se mișcă în sens invers de la diversitate la unitate. Ea cuprinde capacități de tipul următor: de a comprima un număr variat de structuri semantice într-un număr relativ limitat, de a forma concepte pornind de la atributele obiectelor și fenomenelor etc.

Guilford demonstrează că în gândirea convergentă relațiile sunt extrase din informația dată. Spre deosebire de ea, în gândirea divergentă există o mai mare libertate în producerea informației, dar nu totală. Gândirea divergentă a fost considerată caracteristica distinctivă a *creativității*, pe când gândirea convergentă, caracteristică distinctivă a *inteligenței*.

V. După demersurile logice:

- a) gândirea inductivă;
- b) deductivă;
- c) analogică (analoagă).

Gândirea inductivă facilitează extragerea și formularea unei concluzii generale dintr-o multitudine de cazuri particulare. Ea surprinde *regularitatea*, ceea ce este comun, constant și invariabil.

Gândirea deductivă reprezintă mișcarea cunoașterii în sens invers celei inductive, deci de la general la particular; este un excelent mijloc de a controla conceptele, relațiile și legile obținute prin gândirea inductivă.

Prin gândirea deductivă, pornind de la o serie de legități deja stabilite, omul tinde spre obținerea unor noi informații și ajunge întotdeauna la o anumită concluzie.

Gândirea analogică constă în stabilirea similitudinilor dintre diverse obiecte, fenomene, evenimente, idei etc., acolo unde ele par a nu exista, în transferul de informație de la un obiect cunoscut, asimilat, la altul necunoscut încă. Pornind de la asemănările constante, gândirea analoagă emite ipoteze, ce urmează a fi verificate. Dacă gândirea inductivă se bazează pe tratarea informațiilor de aceeași natură, gândirea analoagă cercetează fenomene extrem de variate.

VI. După valoare:

- a) gândirea pozitivă;
- b) gândirea negativă.

Aflați în fața unor situații neobișnuite, imprevizibile, frustrante sau stresante, oamenii se angajează diferit în analizarea și soluționarea lor: unii se implică activ și constructiv, iar alții pasiv, defensiv. Primii pun în funcțiune așa-numita gândire pozitivă („se poate”; „e greu, dar posibil”, „să vedem cum putem ieși din impas”), alții dimpotrivă fac apel la gândirea negativă, care-l pune întotdeauna în față pe („nu”, „nu se poate”, „nu am nici o scăpare”, „nu cred că voi fi în stare”).

Această tipologie a fost tratată de Norman Vincent Peale în „The Power of Positive Thinking”.

Gândirea pozitivă se caracterizează prin raționalitate de orientare activă, constructivă pe direcția depășirii dificultăților, cea negativă prin pasivitate, neîncredere, lipsa angajării.

Iată câteva sfaturi menite de a contracara gândirea negativă (redate în *tabelul 5*):

Tabelul 5

1. Decât să spui „Nu știu”	mai bine spune „O să aflu”
2. În loc să declari „Asta nu-i treaba mea”	vezi ce trebuie făcut și acționează
3. Decât să faci promisiuni	mai bine ține-te de angajamente
4. În loc să spui „Nu sunt atât de ...”sau „ca alții”	mai bine spune „Sunt bun, dar nu atât de bun pe cât pot fi”
5. Când sesizezi tendința de a utiliza etichetele negative	dă comanda „STOP” în limbaj interior

Persoanele, care gândesc negativ, sunt mai puțin eficiente, prezintă ostilitate, anxietate, nefericire, nu-și fixează scopuri înalte, din frica de a nu le putea realiza. Anticiparea eșecului, sentimentele de inferioritate le împiedică să-și valorifice posibilitățile. Deci educarea gândirii pozitive devine o necesitate atât la nivel individual, cât și la nivel instituțional

VII. După eficiență:

- a) gândirea eficientă;
- b) gândirea neeficientă.

Vor fi eficiente acele tipuri de gândire, care sunt adaptate situațiilor și cerințelor acestora și ineficiente – cele, care nu corespund sau se opun situațiilor problematice. Dacă un individ se află într-o situație relativ familiară pe care ar putea-o soluționa apelând la câteva modalități algoritmice, însă el caută, încearcă strategii noi apelând la gândirea euristică, atunci gândirea sa va fi ineficientă. Așadar, nu există tipuri de gândire *exclusiv* eficiente și ineficiente, ci tipuri de gândire *mai mult sau mai puțin eficiente* sau ineficiente, în funcție de modul lor de utilizare. Un alt exemplu al gândirii creatoare eficiente este cuplajul dintre gândirea creatoare și cea critică (soluțiile formulate trebuie evaluate, testate).

Tabelul 6

Exemple de gândire ineficientă

Premise false	Aspecte neglijate
1. Eroarea „omului de paie”: renunțarea la unele premise, când	1. <i>Suprasimplificarea:</i> descrierea unei situații ca și când

există mai multe; găsirea unor contraargumente la premisele, care nu ne plac	ar avea câteva fațete, când în realitate are mai multe, cadrul de referință fiind limitat și problema va fi simplificată.
2. <i>Ignorarea argumentelor</i> : susținerea unui punct de vedere, aducându-se ca argument lipsa argumentelor contrare	2. <i>Eroarea „alb sau negru”</i> : se produce atunci, când considerăm că există doar două alternative opuse, în realitate existând nu doar extreme, ci un continuum; între extreme există și intermediari (faptele nu sunt doar bune sau rele, ci și neutre).
3. <i>Ipozeze contrare faptelor</i> : formularea unor ipoteze, ce se împotrivesc la ceea ce știm despre realitate și care conduc la presupuneri vagi despre consecințele fenomenelor.	3. <i>Argumentul „bărbii”</i> : constă în folosirea poziției intermediare sau a continuumului prin neglijarea extremelor (provine de la un exemplu celebru: câte fire de păr are un om în barbă? Este greu de stabilit numărul de fire, dar asta nu înseamnă că omul cu barbă și cel fără barbă nu există nici o diferență)
4. <i>Concluzia irelevantă. Ignorarea subiectului, ratarea faptelor, trecerea pe alături.</i>	4. <i>Folosirea greșită a mediei</i> : Constă în considerarea ca fiind corectă a unei poziții aflată la centru.
5. <i>Falsa analogie</i> : se încearcă analogia unor situații inițial distincte	5. <i>Adevăruri pe jumătate</i> : se bazează pe omisiuni de fapte
6. <i>Compoziția</i> : se presupune că întregul are caracteristicile părților	6. <i>Decizia prin indecizie</i> : se așteaptă ca timpul sau evenimentele să decidă pentru individ.
7. <i>Diviziunea</i> : se presupune că ceea ce este adecvat pentru întreg este adecvat și pentru parte	
8. <i>Argumentul circular</i> : concluzia, la care dorim să ajungem este conținută în premiză	
9. <i>Gândirea prin accident și clișeu</i> : o declarație generală este aplicată în circumstanțe speciale (accidentale); recurgerea la clișee (aforisme, maxime, proverbe), care suprasimplifică	
10. <i>Inconsistența</i> : pornirea de la premise contradictorii sau cu anume grad de generalitate	

Dacă vrem să gândim eficient, trebuie să fim atenți la greșelile de limbaj, cu atât mai mult cu cât cuvintele și frazele în utilizarea comună nu au același înțeles, mai mult, înțelesurile cuvintelor se schimbă constant, iar ideile sunt relative, depind de context.

Tabelul 7

Erori de limbaj, care afectează gândirea eficientă

Erori de limbaj	Momeli irelevante
-----------------	-------------------

1. <i>Depășirea contextului</i> : – eroarea ambiguității (folosirea în același text a unor cuvinte în sensuri diferite)	1. <i>Apelul de la sentimente la milă</i> : în loc de argumente concrete, raționale se folosesc argumente afective
--	--

Continuare

– eroarea scoaterii din context (extragerea unor cuvinte sau fraze din context, nemenționând contextul – citarea selectivă, adevărul pe jumătate 2. <i>Echivocul</i> : folosirea unui cuvânt al cărui sens e schimbat pe parcursul etapelor raționamentului. 3. <i>Amfibolia</i> : acordarea mai multor înțelesuri unui termen, datorită construcției gramaticale ambigue („i-a spus tatălui că este nebun”, „să vii cu tata tuns la școală”) 4. <i>Folosirea greșită a cuvintelor evaluative</i> : cauzează o falsă evaluare și conduce la etichetări eronate, jignire 5. <i>Obfuscarea</i> : folosirea limbajului pentru ascunderea adevărului (prin generalități vagi sau a jargonului de specialitate) 6. „ <i>Despicarea firului în patru</i> ”: încercarea de a distinge clase diferite când nu este posibil sau când distingerea este irelevantă 7. <i>Întrebarea complexă</i> : presupune un răspuns la o întrebare inițială, care nici n-a fost formulată, conectarea a două idei, care sunt sau ar trebui separate	2. <i>Atacul la persoană</i> : bazat pe presupunerea că orice discreditează o persoană discreditează și punctele sale de vedere 3. „ <i>Otrăvirea gândirii</i> ”: asemănătoare cu precedenta, dar nu se referă la un oponent anume, ci la oricine, asociat cu o anumită poziție (dintr-o fântână nu bea doar o singură persoană, ci oricine, de aceea a otrăvi fântâna înseamnă a discredita toate punctele de vedere și toate pozițiile asociate lor) 4. <i>Apelul la forță</i> : când argumentele logice se termină, se apelează la „bătă” 5. <i>Abuzul de autoritate</i> : exagerarea încrederii în autoritatea unei persoane 6. <i>Argumentul” vagonului cu călătorii</i> ”: considerarea corectă a unui punct de vedere pentru că și alții îl împărtășesc 7. <i>Diversiunea</i> : derutarea adversarului, devierea direcției prin ridicarea altor probleme; apelul la umanitate
--	---

Important este faptul că stilul gândirii eficiente se formează în timp (ceea ce semeni aceea culegi). Formarea unei gândiri eficiente este cu atât mai necesară cu cât în ultimul timp problema eficienței umane și sociale a devenit prioritară. Eficiența trebuie să fie o trăsătură esențială nu doar a gândirii umane, ci a întregii personalități.

2.5. Procesele gândirii

1. **Învățarea cognitivă** se bazează pe înțelegere. În dezvoltarea psihică și în constituirea personalității adulte activitatea de învățare îndeplinește un rol conducător și decisiv. În linii generale prin învățare se dobândesc noi comportamente. Copilul învață să meargă, să vorbească, să se raporteze la ceilalți, să acționeze în cele mai diverse moduri, să numere, să scrie, să citească, să se conducă după valorile adevărului, binelui și frumosului, să participe la viața socială și la activitatea profesională etc. Toate, inclusiv știința, cultura, profesia, se dobândesc prin învățare.

Între procesele psihice și învățare sunt raporturi de interdependență. Activitatea de învățare antrenează și implică toate procesele și funcțiile psihice (percepția, imaginația, cu deosebire gândirea și memoria, motivația și afectivitatea, și în mod special limbajul, voința și atenția. În

consecință, este important pentru dezvoltarea proprie nu numai efortul de învățare, ci și modul cum înveți.

Învățarea cognitivă contribuie și se sprijină pe dezvoltarea analizei și sintezei, abstractizării și generalizării, a comparației, clasificării, a sistematizării și organizării logice a gândirii. Tocmai de aceea învățarea cognitivă este solidară cu înțelegerea integrală și aprofundată a materialului supus studiului și propune cultivarea inteligenței. Cea mai activă și productivă strategie a învățării cognitive este problematizarea și activitatea de rezolvare a problemelor.

2. Înțelegerea este acel proces al gândirii, care constă în suprapunerea *sensului* pe care îl poartă un anumit simbol (semn) și pe care îl exprimă:

- constituie un act intelectual, prin care se descoperă sensul cuvintelor, lucrurilor;
- este actul intelectual de surprindere a ideii exprimate într-un enunț;
- descoperirea esenței lucrurilor, care se află dincolo de perceptibil;
- stabilirea relației dintre semnificant și semnificație.

Prin urmare, a înțelege ceva ar însemna descoperirea sensurilor lucrurilor, care sunt latente, ascunse, imperceptibile; este un act de trecere de la sesizabil, insesizabil.

Obiectul înțelegerii ca proces este de obicei o problemă de tipul „Ce înseamnă aceasta?”, sau „Ce s-a întâmplat?” și elaborarea răspunsului.

Procesul înțelegerii are ca produs reușita subiectului sau insuccesul lui. Ce înseamnă că cineva a înțeles? Manifestările subiectului:

- acțiuni adecvate (Dă-mi jucăria – și copilul aduce);
- el poate redefini termenul, lucrul etc. (poate reformula cu cuvintele sale);
- poate explica altcuiva;
- poate exemplifica, poate ilustra.

Fehurile înțelegerii:

1. *Adecvată* – când subiectul înțelege exact;
neadecvată – este o eroare a înțelegerii.
2. *Complexă* – surprinderea tuturor caracteristicilor esențiale ale obiectului;
parțială – sau incompletă, deci surprinderea doar a unei părți din caracteristicile esențiale.
3. *Clară* – exactă, limpede;
confuză – imprecisă.
4. *Profundă* – ce surprinde sensurile ascunse (exemplu: textul biblic are 7 trepte de adâncime);
superficială – surprinde doar partea vizibilă a lucrurilor.
5. *Lentă* – înceată („Ajunge ca la girafă”);
promptă – rapidă.
6. *Discursivă* – o înțelegere desfășurată pe etape;
intuitivă – iluminare rapidă + învățare cognitivă (anterior).

3. Rezolvarea de probleme este acel proces al gândirii, care constă în depășirea prin mijloace cognitive (nu acțiuni) a unui obstacol cognitiv și transformarea necunoscutului în cunoscut.

- procesul de elaborare a soluției problemei prin combinarea și recombinația datelor experienței anterioare în funcție de cerințele problemei;
- a rezolva o problemă înseamnă a-i găsi soluția.

Elementele procesului de rezolvare a problemei:

a) *Problema* este o dificultate cognitivă, un obstacol, care implică una sau mai multe necunoscute și față de care repertoriul de răspunsuri (de care dispune subiectul la momentul dat) este insuficient.

Problema apare atunci când subiectul își pune un scop și nu știe cum să ajungă la el. Apariția problemei provoacă o stare de alertă, neliniște, care până la urmă se cristalizează într-un motiv de acțiune.

b) *Situația de problemă* este împrejurarea concretă, în care apare, se dezvoltă și funcționează problema. Este situația, în care apare conflictul cognitiv între „nu știu” și „trebuie să știu”.

c) *Rezolvitorul* – subiectul, care își pune o problemă, caută și-i găsește soluția.

d) *Soluția* – răspunsul la întrebarea problemei sau rezultatul obținut.

Există 2 tipuri de probleme:

1) *problemă bine definită*, unde starea inițială și cea finală, operațiile și regulile sunt bine definite (exemplu: problema „Turnul din Hanoi”);

2) *problemă insuficient definită*, în care aceste date nu sunt clar și complet descrise (exemplu: alegerea profesiei sau partenerului de viață).

Pentru ca o problemă insuficient definită să fie rezolvată cu succes, ea trebuie transformată în problemă bine definită.

Fazele rezolvării problemelor:

1) surprinderea și perceperea problemei (problema furnizată de viață este sesizată, iar cea propusă de profesor este percepută);

2) analiza primară a problemei (ce este dat și ce trebuie să se afle);

3) identificarea tipului de problemă pentru a ști ce strategii sunt binevenite;

4) elaborarea sau alegerea strategiei pozitive din cele deja existente;

5) elaborarea planului concret, detaliat al procesului de rezolvare a problemei (pas cu pas);

6) executarea planului (rezolvarea propriu-zisă);

7) verificarea soluției obținute (dacă este justă sau falsă);

Strategia reprezintă principiul sau modul general de rezolvare a problemei. Tipurile de strategii:

1. După criteriul direcției mișcării:

– strategii prospective, care se mișcă de la starea inițială la cea finală (exemplu: „Turnul din Hanoi”);

– strategii retrospective, care se mișcă înapoi de la starea finală la cea inițială (exemplu: probleme din geometrie).

2. După criteriu certitudinii rezolvării:

– algoritmică (exemplu: problemă matematică) asigură 100% în obținerea soluției corecte, este o strategie sigură, ce garantează succesul;

– euristică (exemplu: tabla de șah) nu asigură întotdeauna succesul în obținerea rezultatului, ea doar ușurează accesul la soluție.

4. Luarea deciziei este acel proces al gândirii, care constă în a selecta o alternativă din mai multe disponibile la un moment dat:

– este procesul de alegere a unei linii anumite de conduită într-o situație nedeterminată, incertă, confuză;

– înseamnă a face o opțiune pentru o anumită alternativă, utilizând unul sau mai multe criterii.

Fazele actului decizional:

1) identificarea tuturor alternativelor de conduită („Ce voi face eu?”);

2) obținerea de informații pertinente fiecărei alternative (informația necesară și suficientă);

3) analiza comparativă a beneficiului și utilității așteptate (însemnătatea) în legătură cu fiecare alternativă și întocmirea listei ierarhice, ordonate de alternative, conform semnificației (I cea mai importantă, II mai puțin importantă etc.);

4) luarea efectivă a deciziei sau opțiunea, conform criteriilor puse la bază.

Strategii sau tehnici de luare a deciziilor

1. *Raționale* – decidentul cunoaște toate alternativele de conduită în situația dată și are timp suficient pentru a analiza și evalua fiecare alternativă.

2. *Intuitive (neraționale)* – se folosesc în cazul deficitului de timp și de cunoștințe. Sunt potrivite în situațiile când decizia trebuie luată la moment, prompt. Dacă strategiile raționale fac apel exclusiv la judecată, atunci cele intuitive se bazează pe inconștient.

5. Creativitatea – este o formațiune psihologică, care, fiind pusă în funcțiune, produce ceva nou, original și socialmente util.

Creativitatea se poate realiza, manifesta în prezența a două condiții psihice:

1) conștiința de libertate a subiectului („Sunt liber”);

2) conștiința securității individuale („Nu mă amenință nimic”).

Factorii, care influențează conștiința libertății și securității, sunt de 2 tipuri:

a) interni (conștiința libertății ca valoare supremă a existenței umane, curajul, nonconformismul);

b) externi (familia, școala, societatea).

Specificul personalității creative:

- ◀ este performantă (realizează succese deosebite);
- ◀ simte nevoia de ordine cognitivă;
- ◀ este impulsionată de curiozitate;
- ◀ este imperativ (nu acceptă să fie condus);
- ◀ este mai puțin inhibat, mai puțin convențional;
- ◀ este perseverent, autodisciplinat, îi place munca;
- ◀ este independent și autonom;
- ◀ este critic în mod constructiv;
- ◀ este larg informat;
- ◀ este receptiv la sentimente și emoții;
- ◀ criteriul estetic este pentru ei unul de bază;
- ◀ poate adapta valorile la mediul său ambiant;
- ◀ poate manifesta interese feminine dacă este bărbat (gătitul) sau masculine dacă este femeie;
- ◀ nu se face dependent de poziția socială, se conduce după propriile reguli;
- ◀ este implicat în dezvoltarea și realizarea de sine.

Tema 3. IMAGINAȚIA

3.1. Caracteristica generală a imaginației

Activitatea umană nu se limitează la captarea, înregistrarea și prelucrarea informațiilor actuale, prezente. Ea nu este eficientă prin simpla readucere a trecutului în prezent, chiar dacă o face în funcție de condițiile schimbate ale prezentului. Pentru a fi eficientă și adaptată, activitatea trebuie să anticipe, să prefigureze viitorul obiectului, al situației, al evenimentului. Acest lucru este posibil datorită intrării în funcție a unui nou mecanism psihic, cu ajutorul căruia informațiile actuale și cele trecute sunt transformate, modificate, transfigurate, mai mult, sunt create altele noi. Acest nou mecanism psihic poartă numele de imaginație.

Imaginația se definește ca proces psihic cognitiv complex de elaborare a unor imagini și proiecte noi, pe baza combinării și transformării experienței.

Imaginația este un proces psihic cognitiv, care constă în crearea imaginilor, obiectelor și fenomenelor anterior nepercepute.

Imaginația este acel proces psihic, al cărui rezultat îl constituie obținerea unor reacții, fenomene psihice noi pe plan cognitiv, afectiv sau motor.

În procesul adaptare *activă, transformativă și creatoare*, imaginația joacă un rol deosebit de important. Prin intermediul ei, câmpul cunoașterii umane se lărgeste foarte mult, omul fiind capabil de performanță unică de a realiza unitatea între trecut, prezent și viitor. Detașându-se de

prezentul imediat, de „aici și acum,” omul își organizează și proiectează acțiunile anticipând atât drumul ce va fi parcurs, cât și rezultatele, care vor fi obținute. Dispunând de imaginație, omul poate să-și elaboreze mental scopul acțiunii și planul desfășurării ei, iar pe baza acestora să o desfășoare orientat și permanent reglat cu minimum de erori și cu mare eficiență.

Imaginația interacționează cu toate procesele și funcțiile psihice și îndeosebi cu memoria, gândirea, limbajul.

Motivele și trăirile afective întrețin o receptivitate crescută pentru anumite elemente ale realului, permit aducerea acestora în prim plan, reliefația lor după alte criterii decât cele ale gândirii, generează legături și restructurări noi. Se știe că momentele de intensă trăire afectivă sunt urmate de un maximum al productivității imaginative. S-a constatat că nivelul crescut al afectivității, chiar când are o tonalitate negativă, este mai favorabil combinărilor imaginative decât trăirile afective pozitive, dar slabe.

Totodată procesul de obținere prin imaginație a noului implică interacțiuni cu toate componentele sistemului psihic uman, cum ar fi: dorințele, aspirațiile, profunzimea înțelegerii, orientările dominante, trăirile profunde ale evenimentelor, experiența proprie de viață, dinamica temperamentală, într-un cuvânt, întreaga personalitate. Astfel produsul *exprimă personalitatea*, originalitatea acesteia și el este *însuși original*, fie în raport cu experiența individuală, fie cu cea socială.

3.2. Funcțiile imaginației

O investigație, fie și sumară, a literaturii de specialitate evidențiază acuratețea, cu care au fost conștientizate funcțiile imaginației încă de multă vreme, chiar și atunci când cunoașterea psihologică stătea sub semnul precarității. Dugas vorbea încă în a. 1903 de „puterea de obiectivare” și de „forța combinatorie” a imaginației.

Cele două funcții ale imaginației sunt foarte strâns corelate între ele. Practic, imaginația apare ca fiind puterea de a forma imagini sau reprezentări, dar și puterea de a atribui viață reprezentărilor, de a le transforma în credințe și acte, într-un cuvânt, după cum demonstrează Dugas, de a le obiectiva. „*Obiectivarea este inerentă imaginilor, se întâlnește întotdeauna în ele anumite grade, este un element natural, constitutiv, nu întâmplător și supraadăugat.*”

Combinarea imaginilor, de care vorbea Dugas, se prezintă sub două forme: cea a *imaginației reproductive* (ca simplă restauratoare a trecutului, ca o imaginație evocatoare, fără invenție, care aproape că nici nu merită numele de imaginație) și *imaginația productivă sau creatoare* (ca reorganizatoare a reprezentărilor sau ca o „constructoare” a acestora). Surprinzător este faptul că încă de la începutul secolului Dugas nu numai că intuia funcția constructivă sau creatoare a imaginației, dar o și explica și o argumenta.

Meyerson creionează funcțiile imaginației, pornind de la un caracter al imaginii: concret și semnificativ. Pentru el imaginația este un *tablou*, dar și un *semn*; în calitate de tablou ea *ilustrează și realizează*, în calitate de semn ea *indică și semnifică*.

Funcția de ilustrare: imaginația ilustrează conținuturile conștiinței, care prin natura lor pretind figurarea concretă, intuitivă; imaginația ilustrează, dar și rezumă, așa încât ea este o figurare simbolică.

Funcția de realizare: constă în materializarea abstractului; imaginația întoarce gândirea spre concretul, pe care conceptul îl demonstrează; funcția dată presupune printre altele și verificarea unei idei abstracte printr-un exemplu.

Funcția de indicare: imaginația marchează un conținut, îl delimitează, îl opune sau altuia sau altora, îl asociază cu altele; ea este un indiciu, o marcă, o etichetă, o aluzie.

Funcția de semnificare: imaginația explică, rezumă, precizează, servește gândirii, care generalizează, marchează fluiditatea gândirii, continuitatea experienței personale, ea este concomitent trecut și viitor, evocă, anticipă, prelungește; totodată poate fi și mai puțin activă; ca urmare, ea trenează, reține, împiedică.

Biervliet menționează că „*cel mai mare beneficiu al imaginației îl reprezintă multiplicarea formelor sensibile, care nasc emoții estetice; admirarea frumuseții sub diversele ei aspecte contribuie la creșterea nivelului moral al umanității.*” Sunt surprinse în aceste cuvinte funcția multiplicatoare a imaginației și rolul ei în planul vieții sociale.

Blazer din perspectiva psihanalitică se referă la următoarele funcții ale imaginației:

a) *de descărcare tensională* (catharsis) prin regresione la un nivel elementar, în situații critice;

b) *de proiectare* a conflictelor dintre tendințele opuse;

c) *de substituire*, prin alte scopuri, a acțiunilor interzise sau imposibile;

d) *de compensare*, prin satisfacerea fantastică a dorințelor, real nesatisfăcute.

Psihologia contemporană reduce funcțiile imaginației doar la trei:

a) *de expresie* a realului, simțit sau gândit;

b) *de deformare* a realului, fie pentru a-l simula, fie pentru a-i explora posibilitățile;

c) *de relevare* a unui real ascuns.

Multitudinea și varietatea funcțiilor imaginației consacră nu doar locul și rolul ei de excepție în viața personală și socială a omului, dar și faptul că ea reprezintă una dintre cele mai înalte cuceriri ale psihicului uman.

3.3. Formele imaginației

Fiind un proces foarte complex, imaginația se desfășoară în forme variate. S-au folosit mai multe criterii de clasificare, însă unul s-a impus mai mult; este vorba de prezența intenționalității în actele imaginative și astfel s-au grupat următoarele forme:

a) *imaginație involuntară*: visul din timpul somnului și reveria;

a) *imaginația voluntară*: reproductivă, creatoare și visul de perspectivă.

1. Visul din timpul somnului presupune o înlănțuire de imagini, emoții, reflecții, care apar în starea de somn paradoxal și față de care subiectul este mai mult spectator, neputându-le dirija și nici înțelege imediat și care apar ca absurde și haotice. În unele vise, imaginile se derulează cu o anumită coerență, ca scenele unei piese de teatru, de aceea se spune că au *caracter scenic*. De cele mai multe ori, acestea sunt legate de dorințele și așteptările persoanei, care nu sunt satisfăcute în stare de veghe sau sunt chiar inhibitate conștient și voluntar.

Visele au de asemenea un *caracter simbolic* și pot fi descifrate. Această descifrare se face numai prin analiza acțiunilor, relațiilor, preocupărilor persoanei în starea de veghe.

2. Reveria

Oricine se află într-o stare de relaxare tinde să-și lase gândurile să-i vagabondeze. Pornind de la ceea ce vede sau de la o idee, care i-a rămas în minte, începe să se deruleze, în plan mintal, un șir nesfârșit de imagini și idei propulsate de dorințe și așteptări. Reveria este un fel de experiment mintal privind îndeplinirea dorințelor și tendințelor și poate reprezenta, într-o anumită măsură, un fel de satisfacere fictivă a acestora, reducând, astfel, tensiunea internă psihică, generată de ele.

Reveria poate ocaziona combinații noi și originale, care pot apoi fi valorificate în formele superioare ale imaginației. De aceea, unii autori recomandă reveria de scurtă durată ca o cale de stimulare a creativității. Dar reveria prelungită poate fi defavorabilă dezvoltării personalității, pentru că satisfacerea fictivă a dorințelor poate anula activitatea reală, practică, eficientă.

3. Imaginația reproductivă este o formă activă, conștientă și voluntară, constând în construirea mintală a imaginii unor realități existente în prezent sau în trecut, dar care nu pot fi percepute direct. Combinarea de imagini și idei se realizează sub influența unor indicații concrete, a unor schițe sau, cel mai frecvent, a indicațiilor și descrierilor verbale.

Imaginația reproductivă permite minții umane să-și lărgescă foarte mult câmpul de acțiune. Imaginația reproductivă întreține interesul și starea optimă de atenție în lectura unor cărți etc.

4. Imaginația creatoare este cea mai complexă și valoroasă formă a imaginației voluntare și active. Ea se deosebește de cea reproductivă, pentru că este orientată *spre ceea ce este posibil, spre ceea ce ține de viitor, spre ceea ce este nou.*

Produsul imaginației creatoare este un proiect mental, caracterizat prin *noutate, originalitate și ingeniozitate.* Combinarea sa este complexă, desfășurată în mai multe faze și caracterizată prin: *bogăția procedeeleor, ineditul utilizării lor, valorificarea combinațiilor inconștiente, unificarea tuturor disponibilităților personalității, susținere afectiv-emoțională valoroasă.*

Imaginația creatoare este stimulată și susținută de motive și atitudini creatoare: interesul pentru nou, trebuința de autorealizare, încrederea în posibilitățile proprii, curiozitatea, respingerea rutinei, tendința de a se aventura în necunoscut etc.

Imaginația creatoare este implicată în toate activitățile omului. Ea favorizează apariția unor ipoteze, inventarea unor noi căi și metode, a unor construcții tehnice, producții artistice etc.

5. Visul de perspectivă este o formă activă și voluntară a imaginației, constând în proiectarea mentală a drumului propriu de dezvoltare în acord cu posibilitățile personale și cu condițiile și cerințele sociale. El are o funcție importantă în motivarea activităților curente, a opțiunilor profesionale, a acțiunilor de autoformare și autoeducare.

3.4. Însușirile imaginației

Imaginația presupune trei însușiri: fluiditatea, plasticitatea, originalitatea.

a) *fluiditatea* este posibilitatea de a ne imagina în scurt timp un mare număr de imagini, idei, situații etc.; sunt oamenii, care ne surprind prin ceea ce numim în mod obișnuit „bogăția” de idei, viziuni, unele complet năstrușnice, dar care nouă nu ne-ar putea trece prin minte;

b) *plasticitatea* constă în ușurința de a schimba punctul de vedere, modul de aprobare a unei probleme, când un procedeu se dovedește inoperat; sunt persoane „rigide”, care greu renunță la o metodă, deși se dovedește a fi inefficientă,

c) *originalitatea* este expresia noutății, a inovației, ea se poate constata, când vrem să testăm posibilitățile cuiva, prin raritatea statistică a unui răspuns, a unei idei.

Fiecare dintre aceste trei însușiri are însemnătatea ei; caracteristica principală rămâne *originalitatea*, ea garantând valoarea rezultatului muncii creatoare.

3.5. Procedeele fundamentale ale imaginației

Imaginarea unor obiecte, simboluri, idei implică două procese (operații): *analiza* și *sinteza*. *Analiza* realizează o dezmembrare a unor asociații, o discompunere a unor reprezentări, care apoi prin *sinteză* sunt reorganizate în alte structuri deosebite de cele percepute sau gândite anterior.

Sinteza are loc în diferite moduri, numite de obicei „procedeele imaginației”.

Un procedeu imaginativ este un mod de operare mintală, presupunând o succesiune mai mult sau mai puțin riguroasă de compuneri, descompuneri și recompuneri, de integrări și dezintegrări, conducând la rezultate variabile, cantitativ și calitativ.

Originalitatea combinatoriciei imaginative se explică atât prin libertatea de organizare a desfășurării procedeeleor, cât și prin sursele motivațional-afective. Combinatorica imaginativă este atât de nouă, inedită, originală încât este considerată ca aflându-se într-o continuă naștere, într-o nelimitată generare de noi și noi procedee și de organizări ale acestora.

Cele mai cunoscute și mai frecvent folosite sunt:

Aglutinarea constă într-o nouă organizare mentală a unor părți ușor de indentificat și care au aparținut unor lucruri, ființe, fenomene etc.

Aglutinarea se produce când, părți descompuse din diferite ființe (sau obiecte) sunt recombinate, recomandate altfel, dând naștere unor ființe sau obiecte cu aspect (caracter) eterogen. Acest procedeu a fost pe larg utilizat în mitologie, creându-se imaginea *sirenei, centaurului* etc.

Amplificarea și diminuarea se referă la modificarea proporțiilor, a dimensiunilor unei structuri inițiale, obținându-se un nou efect.

Modificarea dimensiunilor umane a condus la imaginarea de uriași și de pitici. A fost folosită în creațiile literare pentru copii (de exemplu: Sătilă, Flămînzilă, cei 7 pitici etc.), în literatura științifico-fantastică (de exemplu: extraterestrii) și în tehnică, mai ales în direcția miniaturizării aparatului electronic cu păstrarea calităților funcționale (de exemplu, minitelevizor, minicalculator).

Multiplificarea sau **omisiunea** constă în modificarea numărului de elemente structurale, păstrându-se identitatea acestora. Efectul nou rezultă din schimbarea numărului. Un asemenea procedeu a stat la baza unor creații celebre ale lui Brâncuși („Coloana Infinitului”, „Masa Tăcerii”). În basme, prin acest procedeu s-au creat personaje ca „balaurul cu șapte capete”. Omisiunea poate fi procedeu în crearea personajelor mitologice (cea a Ciclopului).

Diviziunea și rearanjarea pot fi aplicate independent sau în corelare asupra aceluiași elemente inițiale. De multe ori se pornește de la o realitate existentă, se caută criterii noi de grupare și, pe această bază, se pot face diviziuni multiple, unele dintre acestea având corespondent în realitate, altele fiind un proiect nou. Rearanjarea presupune păstrarea elementelor unei structuri cunoscute, dar dispunerea lor în alte corelații. De exemplu: motorul mașinilor (în spate sau în față).

Adaptarea are aplicabilitate și în artă și în tehnică. Constă în aplicarea unui obiect, a unui element sau a unui principiu funcțional într-o nouă situație.

Substituția constă în înlocuirea într-o structură existentă a unui element, a unei funcții, a unei substanțe etc. În tehnica modernă se fac frecvente înlocuiri ale unor materiale tradiționale cu altele cu calități superioare și mai puțin costisitoare. În artă, substituirea personajelor creează situații inedite.

Modificarea presupune păstrarea unor elemente ale structurilor cunoscute și schimbarea altora, obținându-se efecte noi. În domeniul industriei bunurilor de larg consum se aplică frecvent schimbarea formei, volumului, culorii.

Schematizarea este foarte mult utilizată în proiectarea tehnică, în arhitectură, în grafică etc. Esența acestui procedeu constă în selecția numai a unor însușiri și omiterea, cu bună știință, a celorlalte. Schița robot a unei persoane are la bază un astfel de procedeu. Desenul schematic al structurii unei plante este folosit, adesea, în orele de clasă, în vederea relevării deosebite a caracteristicilor structurale. Schematizarea feței umane se realizează în caricatură, unde ies în relief trăsăturile dominante.

Tipizarea este folosită în creația literară cu deosebire și presupune identificarea generalului și apoi transpunerea lui într-un produs nou, care îmbină, în manieră autentică, generalul cu fenomenalul.

Analogia a stat la baza multor inovații și invenții în tehnică și a multor descoperiri în știință. Pe baza unui astfel de procedeu a fost elaborat modelul cosmic al atomului, care a permis cunoașterea multor aspecte ale relațiilor dintre particulele sale elementare. Primele automobile semănau mult cu o trăsură fără cai. Analogiile stau și la baza construirii mașinilor inteligente.

Tema 4. LIMBAJUL

4.1. Noțiuni generale despre limbaj

Comunicarea este un proces de transmitere a unor informații. Cea mai simplă schemă de comunicare între două persoane cuprinde următoarele:

- 1) emițătorul;
- 2) codul;
- 3) canalul de comunicare;

- 4) mesajul;
- 5) receptorul sau destinatarul;
- 6) conexiunea inversă de la destinatar la emițător.

Într-un dialog, rolurile de emițător și de destinatar-receptor se schimbă alternativ.

În orice proces comunicațional se recurge la coduri de diverse tipuri. Codul este un sistem de semne, prin care se semnifică ceva, deci se receptează sau se transmite un mesaj informațional.

Limba este un produs al istoriei și îndeplinește funcția de principal mijloc de comunicare în viața și activitatea socială. Limba este un obiect de studiu pentru lingvistică, urmărindu-se inventarul lexical, normele gramaticale și corelațiile cu activitatea cognitivă și cu practica.

Limba reprezintă un sistem de semne, ce funcționează în calitate de mijloc de comunicare și instrument al gândirii.

Limba și limbajul nu sunt identice. Limba include cuvintele cu semnificația lor, sintaxa (regul), de asemenea fonemele (vorbirea orală) și grafemele (vorbirea scrisă).

Limbajul este un sistem de comunicare, alcătuit din sunete articulate, specific oamenilor, prin care aceștia își exprimă gândurile, sentimentele și dorințele.

Limbajul unei comunități umane, istoric constituită, caracterizat prin structură gramaticală, lexicală și fonetică proprie.

Limbajul, vorbirea este un proces de comunicare prin intermediul limbii.

Obiectul de studiu al psihologiei este *limbajul ca activitate de comunicare interumană, realizat prin intermediul limbii și al tuturor resurselor ei*. Forma de bază, naturală și concretă a limbajului este *vorbirea* (limbajul oral).

Vorbirea este o activitate comunicativă, ce se însușește treptat, se învață și sistematizează prin nenumărate exersări, experiențe, ce debutează în copilărie și se extind pe parcursul întregii vieți.

Psihologia urmărește procesul însușirii limbii în condiții concrete, relevă formele și stadiile, la care se ajunge, și semnalizează dificultățile întâmpinate și modul de depășire a lor în perfecționarea vorbirii și în însușirea scris-citit. În componența psihologiei intră și fenomenul limbajului intern.

Vorbirea, asemenea altor fenomene psihice, este legată de creier și are o bază fiziologică complexă. La baza vorbirii stă sistemul 2 de semnalizare. Stimulii nu sunt obiectele concrete, ci cuvintele. În calitate de stimul, cuvântul se prezintă în 3 forme:

- auzit (oral);
- văzut (scris);
- pronunțat.

Pentru fiecare din forme se efectuează o activitate nervoasă deosebită. Când omul vorbește, de la coardele vocale pornesc semnale spre zonele verbale ale scoarței. Lezarea conduce la dispariția capacității de a vorbi. Vorbirea este dirijată de scoarță. Ascultând vorbirea altuia, coardele vocale de asemenea efectuează vibrații, deoarece omul parcă pronunță cuvântul auzit.

În scoarță sunt evidențiate sectoarele auditive ale analizatorului verbal, numit *Vernike* – lezarea lui, conduce la faptul că omul aude cuvântul, dar nu înțelege sensul lui. În scoarță a fost evidențiat și un alt sector – motor *Broca* – lezarea lui face ca omul să înțeleagă cele auzite, dar singur nu poate vorbi.

Cu studierea profundă a mecanismului fiziologic ale vorbirii se ocupă *neurolingvistica*.

O problemă deosebită în psihologia gândirii o constituie legătura dintre acest proces și limbaj. Deși nu sunt fenomene identice, limbajul și gândirea sunt strâns legate și se interconstruiesc.

4.2. Funcțiile limbajului

1. **Funcția semnificativă** (fiecare cuvânt este un semn al obiectului, fenomenului etc.) – această funcție deosebește vorbirea umană de comunicarea animalelor, ce este legată de emoții, de molipsire emoțională.

2. **Funcția comunicativă** sau de transferare a unui conținut de la o persoană la alta, care poate fi împărțită în:

- informativă;
- afectiv-expresivă;
- imperativă.

3. **Funcția cognitivă**, de integrare, conceptualizare și în linii generale de elaborare a gândirii; permite explorarea și investigarea realității, îmbogățirea și clasificarea cunoștințelor.

4. **Funcția simbolic-reprezentativă**, de substituire a unor obiecte, fenomene, relații prin formule verbale sau alte semne.

5. **Funcția expresivă**, de manifestare complexă a unor idei, imagini nu doar prin cuvinte, dar și prin intonație, mimică, pantomimică, gestică.

6. **Funcția persuasivă** sau de convingere, de inducție la o altă persoană a unor idei și stări emoționale.

7. **Funcția reglatoare** sau de determinare, conducere a conduitei altei persoane și a propriului comportament.

8. **Funcția ludică** sau de joc, presupunând asociații verbale de efect, consonanțe, ritmică, ciocniri de sensuri etc., mergând până la construcția artistică.

9. **Funcția dialectică** sau de formulare și rezolvare a contradicțiilor sau conflictelor problematice.

4.3. Formele limbajului

La om, „limbajul neverbal”, care constă din expresiile emoționale, ce însoțesc comportamentul, joacă un rol auxiliar în raport cu limbajul propriu-zis, limbajul articulat, verbal.

Distingem mai întâi limbajul activ și limbajul pasiv. În primul caz, ne referim la inițiativa în comunicare la procesul de pronunțare a cuvintelor și de fixare a lor în scris. În cazul limbajului pasiv se are în vedere recepționarea, precum și înțelegerea limbajului. Citirea este o variantă a limbajului pasiv.

De regulă, limbajul pasiv îl precede pe cel activ și este mai bogat decât acesta. Limbajul activ presupune exersare și cultivare sistematică.

a) **Limbajul oral** este cel mai important, de la el pornesc celelalte. Limbajul oral este forma fundamentală a limbajului. El este viu și dotat cu un ansamblu de mijloace de expresivitate. În plus, comunicarea orală se desfășoară totdeauna în anumite condiții concrete, este dependentă de situații și se servește de elementele *situative*. Astfel limbajul oral poate fi: colocvial, dialogat sau monologat.

În cazul când mai mulți participă la comunicare, limbajul oral este mult susținut prin stimulațiile, pe care le implică cunoașterea prin cooperare, aceasta intervenind datorită înserării de observații, adăugiri, corectări etc.

În condițiile colocviului și dialogului, exprimarea vorbirii fiecăruia are un caracter *adresativ* pregnant, ceea ce face să crească eficiența comunicării. În plus, rolul de subiect inițiator sau de obiect-receptor al comunicării alternează continuu, aceasta contribuind la activarea fiecăruia și la îmbogățirea conținutului discuțiilor. Una și aceeași idee „circulă” prin mintea mai multor persoane și până la urmă se poate ajunge, prin congruență (reunirea) comunicărilor, la unele concluzii de origine și valabilitate comună.

În limbajul dialogat pot interveni prescurtări, precum și comutări de sens. Fondul de experiență comună, asemenea datelor obiective ale situației, permit oamenilor să comunice și aluziv, deci indirect.

Limbajul monologat este ceva mai dificil decât limbajul dialogat. Vorbind în fața unui auditoriu, trebuie să susții singur firul expunerii, să ai cursivitate, să te organizezi bine și să depui

un efort pentru a comunica lucruri valoroase într-o formă accesibilă. În monologul public trebuie să ai în vedere ecoul, pe care îl trezește în mințile altora spusele tale, să presupui ce înțeleg ei și eventual ce întrebări îi frământă. În desfășurarea expunerii monologate este necesar să te adresezi auditoriului și să răspunzi operativ la eventualele lor întrebări și nelămuriri, citite uneori și după mimica și gestică celor, ce te ascultă. Astfel, monologul beneficiază de schema conversației, ceea ce face să câștige în conținut și efect comunicativ.

Monologul oral absolut (în absența oricărei persoane) constituie o raritate și de multe ori iese în afara normalului. Mai degrabă se poate vorbi de un monolog interior. Acesta poartă caracteristicile unei conversații cu sine însuși.

Concret și maxim realizat la limbajul oral este *expresivitatea*. Variațiile în intensitate și îndeosebi în înălțimea sunetelor pronunțate au o uriașă însemnătate în definirea concretă a sensurilor și semnificațiilor celor comunicate.

Diapazonul de intensități poate să indice o situație excepțională sau una comună, echilibru sau dezechilibru, energie sau oboseală, încredere sau neîncredere în om.

Variațiile în intensități și îndeosebi vârful de tărie a sunetelor în propoziție – *accentul* – pun în evidență anumite idei sau relații.

Nu ne dăm seama întotdeauna de însemnătatea felului cum vorbim, de influența, pe care o are un accent asupra cursului gândirii și simțirii celor ce ne ascultă. Intonația sau variațiile în registrul de înălțimi al frazelor pronunțate este generatoare și comunicativă de sensuri. Bernard Shaw spunea că există 100 de feluri de a spune „nu” și 1000 de a spune „da.”

Știm foarte bine că, după intonație, un „da” poate însemna „nu” și uneori un „nu” se apropie de un „da.”. Prin diverse curbe ale intonației se realizează mirarea, interjecția, constatarea, explicarea, încântarea, omagiul, încurajarea, îngrijorarea, siguranța de sine, dispoziția curentă etc. Fiecare din acestea poate apărea în diverse variante. ***Intonația face ca fraza să fie corectă, adaptată situației și intenției, sporește, reduce sau deviază sensul comunicării.*** Absența expresivității intonative face ca cele spuse fără relief, metalic, linear să fie greu percepute și înțelese.

Expresivitatea verbală mai este dependentă de alegerea cuvintelor și de modul de frazare. Comunicarea devine concretă tocmai prin folosirea cuvântului perfect adecvat relațiilor, situațiilor, acțiunii intenționate sau îndeplinite.

Lungimea frazelor și modul lor de structurare sunt, de asemenea, foarte importante. Frazele scurte, lapidare, cu epitete puține, dar sugestive, imprimă comunicării ritm și claritate. Frazele lungi, încărcate de epitete, sunt decorative, pot fi adecvate momentelor solemne sau devin necesare povestirii.

Limbajul oral dispune și de mijloace extralingvistice de expresivitate: gesturile, mimica, postura etc. Vorbirea antrenează, în chip firesc, întreaga persoană în acțiune. Prin mimică și gestică se pot sublinia, completiv, anumite sensuri și atitudini.

Limbajul oral, dispunând de întreaga gamă de mijloace expresive și condiții auxiliare, își poate permite uneori să fie mai puțin organizat, să aibă în șirul verbal unele discontinuități și lacune.

b) Limbajul scris este mai pretențios, întrucât necesită o activitate de elaborare a frazelor în raport cu un plan prealabil și nedispunând de un context situațional, de o susținere prin dialog, de posibilități de a reveni pentru corecturi și completări. În scris, limbajul este reglementat mai sever, nu-și permite discontinuități, erori gramaticale sau licențe de expresii. Întrucât lectura reprezintă o operație mai dificilă decât audierea, limbajul scris trebuie să se conformeze la maximum normelor de sistematizare și claritate și de asemenea să respecte cerințele de concizie. Intonația, accentul și mimica, gesticulația proprie limbajului oral sunt aici slab reprezentate prin semne ortografice. În cazul limbajului scris intervin eforturi deliberate de construire a fazelor și dispunere a semnelor ortografice. Cele mai însemnate omisiuni sau erori de ortografie pot estompa sau schimba sensurile unor fraze.

Luând în considerare dificultățile limbajului scris, trebuie însă să recunoaștem că prin elaborarea independentă de texte se pune mai bine în evidență capacitatea de gândire a omului

decât prin exprimarea orală, liberă. În același timp sunt de menționat particularitățile distincte ale vorbirii și scrisului și necesitatea ca fiecare din acestea să fie respectate.

c) **Limbajul intern** este cel, care se desfășoară în sfera lăuntrică, mintală, reprezentând chiar arhitectonica acestei lumi subiective. Este o vorbire cu sine însuși și pentru sine, uneori reproducând în această sferă intimă scrierea sau lectura. Faptul că este asonor, ascuns nu înseamnă că este lipsit de orice participare matrică. Cercetătorii au descoperit în coardele vocale, în întreg aparatul fonator, vibrații, impulsuri foarte slabe, care conturează vorbirea (ideomotricitatea verbală). În timp ce vorbirea este desfășurată pe mai multe faze succesive și consumă timp, limbajul intern, asonor este centrat pe înțelesuri, pe idei și imagini, prezentând un maximum de economicitate, uzând de prescurtări, condensări, substituind cuvintele cu imagini și fixându-se, îndeosebi, asupra acțiunilor și calităților (predicativitate). Reducând succesivitatea la o relativă simultaneitate, manifestă o *extraordinară viteză* de lucru, de sute de ori mai mare în raport cu cea a vorbirii.

Pe măsura constituirii sale, limbajul îndeplinește funcții de anticipare, proiectare, conducere din lăuntru și coordonare a limbajului oral și a scrierii.

Limbajul intern prezintă mai multe forme:

- a) forma *automatizată* (desfășurată în baza deprinderii);
- b) forma *pasivă*, implicată în ascultare și înțelegere;
- c) forma *anticipativă*, prin care se planifică vorbirea orală sau scrierea;
- d) *vorbirea internă*, ca modalitate relativ desfășurată de limbaj intern.

4.4. Corelația dintre gândire și limbaj

1. **Raportul dintre gândire și limbaj** a fost subiect de controversă, existând puncte de vedere deosebite. Conform unei concepții moniste, ar exista o singură realitate, limbajul fiind aspectul exterior al gândirii, iar gândirea fiind latura lui interioară. Mentalitatea dualistă conține două poziții: unii consideră gândirea și limbajul ca fiind funcții esențial diferite, vorbirea folosindu-se doar pentru a exterioriza, a comunica rezultatele obținute de gândire în mod independent, iar alții argumentează că, deși nu sunt activități identice, vorbirea și raționamentul sunt interdependente, în strânsă relație atât din punct de vedere genetic, cât și structural. Datele științifice adunate în ultimele decenii constituie argumente temeinice în susținerea celui din urmă punct de vedere. Mai întâi în ceea ce privește lipsa de identitate a gândirii cu limbajul, ne dăm seama că uneori avem o idee și nu găsim cuvintele pentru a o exprima. Apoi, în timp ce vorbim, există un control al gândirii, care supraveghează ceea ce spunem, pentru a fi coerenți și logici. În schimb, demenții vorbesc ore în șir, povestind lucruri absurde, ireale; la ei lipsește stăpânirea limbajului de către rațiune. În fine, există gândire, se formează noțiuni și la ființele lipsite de limbaj articulat (surdomuții). Aceștia au greutăți mai mari în înțelegere, dar raționamentul este posibil și eficient.

2. **Rolul cuvântului în formarea gândirii.**

La început, cuvintele nu spun nimic copilului, fiind simple sonorități. Asociindu-se mereu cu aceleași obiecte sau ființe, ele *directionează atenția* și înlesnesc operațiile gândirii: analiza, sinteza, comparația. Treptat, fiecare termen devine punct de cristalizare, de *fixare a semnificațiilor*, fiindcă spre deosebire de imagini, care sunt variabile, el este un complex de sunete stabil.

Semnificațiile sunt în funcție de experiența individului, dar, încetul cu încetul, ele sunt corectate și precizate de către societate, vocabularul condensând experiența milenară a unei societăți. Învățarea termenilor implică însușirea unui vast bagaj de cunoștințe variate.

Cu cât un cuvânt se află în relație cu mai multe fapte, imagini, noțiuni, cu atât mai bogat îi este înțelesul. Același cuvânt poate avea mai multe înțelesuri, în funcție de context, de exemplu „masă”, ce înseamnă fie un obiect, fie o mulțime, fie o cantitate de materie a unui corp. Bogăția

de termeni este în raport cu importanța, pe care o au anumite obiecte și fenomene în viața unei comunități.

3. Limbajul obligă la **raționalizarea și socializarea gândirii**. Pentru a ne face înțeleși trebuie să eliminăm ceea ce e prea individual, afectiv, personal, exprimarea trebuie să fie clară, precisă.

Evoluția limbajului de-a lungul mileniilor a fost solidară cu dezvoltarea gândirii. În mare parte, categoriile limbajului corespund cu cele ale intelectului. Substantivele indică în special substanțe, adjectivele și numeralele vizează proprietăți, verbele se referă la fenomene și activități, iar prepozițiile și conjuncțiile desemnează relații.

Progresul învățării limbajului se realizează concomitent cu progresul gândirii. Este evidentă strânsa legătură între gândire și limbaj, între inteligibil și comunicabil.

4.5. Activitatea comunicativă și elementele ei

În ultimii ani se manifestă un interes deosebit față de problema comunicării ca fenomen social-psihologic. Atenția sporită față de studierea acestei activități se datorează faptului că comunicarea este inseparabilă de oricare latură a evoluției personalității, a vieții și activității ei.

Printre abordările comunicării se evidențiază prin originalitate, profunzime și productivitate concepția elaborată de către savanta din Rusia М.У. Лисина. Conform acestei concepții, comunicarea este interacțiunea a două sau mai multe persoane, orientată spre coordonarea și unirea eforturilor cu scopul de a stabili relații și de a obține un rezultat comun. În cadrul comunicării se stabilesc relații nu de subiect-obiect, ci de subiect-subiect; în comunicare are loc o permanentă transformare a obiectului în subiect și invers.

Trebuința este izvorul de energie, care alimentează și propulsează activismul subiectului. Esența trebuinței comunicative constă în tendința omului de a-l cunoaște și aprecia pe altul ca obiect social, ca partener. În strânsă legătură cu necesitatea se prezintă scopul comunicării. El rezidă în trebuința, în năzuința de a-l cunoaște și aprecia pe altul pentru a stabili cu el relații, a-și coordona și uni cu el eforturile pentru a obține un rezultat comun. Realizarea scopului (stabilirea relațiilor) și satisfacerea trebuinței îi oferă subiectului posibilitatea de a cunoaște partenerul, de a avea închipuire despre el și posibilitățile lui. Realizarea scopului comunicării completează trebuința comunicativă cu un nou aspect – cu tendința de a se compara cu partenerul, iar prin el și cu ajutorul lui – de a se autocunoaște și autoaprecia. În rezultat, pe lângă imaginea altei persoane, la subiect se mai formează și imaginea despre sine.

Stabilirea relațiilor este precedată de un șir de interacțiuni, ce intervin pe parcursul vieții și activității comune a subiecților incluși în comunicare.

Semnificativ este și gândul că conținuturile trebuinței comunicative, odată apărute, ba chiar deseori satisfăcute, nu dispar, ci rămân specifice omului pe parcursul întregii vieți, provocându-i în diverse situații, diverse acțiuni comunicative și expectația acțiunilor de răspuns adecvat din partea partenerului. Prezența acestora din urmă în comunicare este obligatorie. Fără de feed-back comunicarea nu are loc.

Considerăm drept aptitudini comunicative acele însușiri ale individului, care satisfac trebuințele comunicative ale altor persoane, asigurându-i succes în comunicare.

Satisfacerea trebuinței comunicative și a conținuturilor ei de către partener îi provoacă subiectului o stare afectivă pozitivă și-i formează o atitudine respectivă față de cel, care i le satisface.

Atitudinea pozitivă a subiectului față de o persoană relevă că aceasta îl atrage; comunicarea cu ea îi produce plăcere, bucurie, satisfacție.

Н.В. Кузьмина vorbește despre abilități comunicative ca parte componentă a aptitudinilor pedagogice. Autoarea califică drept comunicative următoarele abilități: de a crea reciprocitate în relații, de a se include, a stabili și a susține un contact emoțional pozitiv, de a comunica spontan,

de a asculta și înțelege partenerul de comunicare, de a percepe adecvat dispoziția auditoriului, de a dirija atenția lui.

Numai inițiativa în comunicare încă nu vorbește despre un grad înalt de dezvoltare a aptitudinilor comunicative. Inițiativa în comunicare este o latură importantă a acestora, dar insuficientă pentru a le considera cu adevărat evolute. Atât extravertiții, cât și introvertiții pot fi cu și fără aptitudini comunicative.

Dacă sociabilitatea ține de extraversiune – introversiune, de temperament, atunci aptitudinile comunicative, am putea spune, că sunt dependente de experiența și de cultura comunicării, care se asimilează și se formează pe parcursul activității respective.

Cultura comunicării se asimilează, se preia, iar activitatea comunicativă, ca și alte feluri de activități, poate fi și trebuie învățată. Comunicarea este acel tip de activitate umană, care se formează primul în ontogeneză și persistă până la finele vieții individului.

COMPARTIMENTUL IV

ACTIVITĂȚI ȘI PROCESE REGLATORII

1. ACTIVITATEA UMANĂ

1.1. Conceptul de activitate

Conștientizând obiectivul său de studii și înțelegându-și sarcinile sale, psihologia nicidecum nu se poate limita la studierea proceselor și funcțiilor psihice; ea nu poate să nu introducă în câmpul său de studii comportamentul, activitatea.

Îvingerea contemplării pasive, care a dominat până acum în psihologia conștiinței, reprezintă una din cele mai principale și actuale sarcini ale psihologiei.

Psihicul, conștiința se formează în activitate, în comportament și doar prin comportament, prin activitate noi le cunoaștem obiectiv. Astfel, activitatea, comportarea inevitabil se includ în cercul de cercetări psihologice. Aceasta însă nu înseamnă că comportamentul, activitatea omului în general este obiectul psihologiei.

Activitatea omului este un fenomen foarte complex. Diverse laturi ale ei sunt studiate de diferite științe: constituția sa socială este obiectul de studiu al științelor sociale, mecanismele fiziologice – obiectul fiziologiei; psihologia studiază latura psihologică a activității.

Omul nu este o ființă contemplatoare pasivă, dar o ființă activă și de aceea ea trebuie studiată în cadrul activismului său caracteristic.

Activitatea exprimă atitudinea concretă a omului față de lumea existentă, în care se relevă real calitățile personalității, ce au un caracter mult mai complex decât funcțiile și procesele analitic accentuate.

Procesele, care realizează existența umană, în realitatea înconjurătoare, prin diversitatea formelor ei este *activitatea*. Prin activitate omul acționează asupra naturii, obiectelor, fenomenelor, cât și asupra oamenilor. Astfel, prin atitudinea sa față de obiecte el se manifestă ca subiect, iar prin atitudinea sa față de oameni – ca personalitate.

Activitatea nu este o reacție sau o totalitate de reacții, dar un sistem, care are structură, conținut, modificări și transferuri interne proprii, cât și dezvoltare personală.

Omul, ca ființă prin excelență activă și dinamică, inițiază, organizează, planifică, explorează, se implică, participă, perfecționează, asimilează informații, produce și creează obiecte noi, se relaxează, depune efort, se autorealizează. Pentru realizarea corespunzătoare a tuturor acestor demersuri el se servește de o nouă categorie de instrumente psihice, cuprinse în noțiunea generală de activități psihice.

Noțiunea de activitate poate fi definită în două accepțiuni.

Într-o accepțiune foarte largă, activitatea este un raport, o relație între organism și mediu, în care are loc un consum energetic, cu o finalitate adaptativă.

Într-un sens mai restrâns, prin *activitate înțelegem totalitatea manifestărilor de conduită exterioară sau mintală, care conduc la rezultate adaptative*.

Specificul activității umane constă în faptul că dispune de conștiința scopului că este profund motivată, că operează cu instrumente construite de om, că este perfectibilă și creativă.

Importanța activității în viața omului este enormă. Prin activitate, omul produce modificări în condițiile obiective externe, în propriile lui stări interne, în relațiile cu mediul; în activitate, omul își realizează ideile, își satisface aspirațiile, își construiește noi planuri, noi idealuri; prin activitate, omul se adaptează condițiilor interne și externe la un nivel din ce în ce mai înalt. Dat fiind faptul că activitatea este atât cauză, cât și efect al dezvoltării biopsihosociale a omului, ea este resimțită de acesta ca o adevărată necesitate psihică, ca o cerință imperioasă a integrității ființei lui.

Activitatea umană diferă considerabil de comportarea animalelor, chiar dacă ea este destul de complicată. În primul rând, activitatea omului are un *caracter conștient*, în al doilea rând, este

legată de *pregătirea, întrebuințarea și păstrarea uneltelor de muncă*, în al treilea rând, activitatea omului poartă un *caracter social*.

Activitatea este determinată de condițiile social-istorice. În funcție de cerințele societății diferă și activitatea omului. Procesele psihice asigură omul cu condiții necesare pentru activitate. Ele sunt o caracteristică obligatorie oricărei activități umane.

Activitatea este o stare de acțiuni eficiente, orientată spre realizarea scopurilor puse conștient, legate de satisfacerea trebuințelor și intereselor lui, de îndeplinirea cerințelor, ce stau în fața lui și care vin din partea societății și a statului.

S.L. Rubinștein definea activitatea ca fiind „interacțiunea subiectului cu lumea, în cadrul căreia se realizează o atitudine sau alta a omului față de realitate, față de ceilalți oameni”. Un alt psiholog, A.N. Leontiev, remarcă că activitatea este un „proces, ce realizează o anumită relație a omului față de lume și corespunde unor trebuințe specifice”. După cum observăm, accentul se pune de fiecare dată pe interacțiune, pe relația omului cu realitatea, a organismului cu mediul. O astfel de subliniere este cu atât mai necesară cu cât în istoria psihologiei au existat *tendințe de reducere* a activității, fie numai la ceea ce se petrece în interior, în subiectivitatea individului (introspecționismul), fie numai la reacția externă, la comportamentul manifestat în exterior (behaviorismul). În realitate, numai corelația dintre interior și exterior, filtrarea cauzelor externe, prin intermediul condițiilor interne, poate exprima corect esența activității umane.

Problema activității organice este corelată cu problema personalității și conștiinței. Personalitatea se formează și se manifestă în cadrul activității ei. Activitatea este procesul interacțiunii omului cu lumea, însă nu este un proces pasiv, dar activ și reglat conștient.

Activitatea este condiția dezvoltării personalității și manifestării calităților ei, din alt punct de vedere, activitatea singură la rândul ei depinde de nivelul dezvoltării personalității, care apare ca subiect al acestei activități.

Caracteristica de bază a activității este *obiectualitatea*. În cazul dat obiectul activității se manifestă bilateral: în primul caz – prin existența sa de sine stătătoare, ca supus și transformator al activității subiectului; în al doilea caz – ca imagine a obiectului, ca produs al reflectării psihice al însușirilor lui, care se realizează în rezultatul activității subiectului.

Mecanismele, care „pornesc”, activitatea sunt necesitățile și motivele.

Obiectul, asupra căruia este orientată necesitatea, poate fi material sau ideal, perceput senzorial sau oferit numai în reprezentări.

Obiectul necesității, ce stimulează activitatea și determină orientarea ei, este numit *motiv*.

Motivele astfel devin cauzele, ce stimulează omul spre activitate, acordându-i orientare și semnificație. Prin conceptul de „activitate” sunt însemnate numai acele procese, care realizează atitudinile omului față de lume și răspund la necesitățile lui corespunzătoare deosebite.

1.2. Structura activității

Activitatea umană, ca realitate psihică complexă, conține o serie de elemente structurale, organizate ierarhic, a căror funcționalitate (structurare, subordonare, integrare) va permite satisfacerea unor necesități. Practic este vorba de un sistem funcțional ierarhic, complex.

Este important de subliniat faptul că în activitate are loc interacțiunea și integrarea specifică și naturală a proceselor psihice cognitive, afective, volitive. Activitatea pune în evidență două planuri – global, supraordonat, care determină diferențierea și individualizarea formelor și modalităților ei generice de ființare și manifestare, altul – operativ-situațional, care asigură actualizarea și desfășurarea curentă, în situații și sarcini concrete, a unei forme modale sau a alteia.

Integrarea la nivel global se realizează pe baza ierarhizării organizării și (exprimării) funcționale, după o schemă logică bine definită a claselor de entități psihice (cognitive, afective, motivaționale) și motorii (sisteme de mișcări, operații și deprinderi).

În *structura activității* se includ următoarele componente:

▪ *Scopul* este imaginea rezultatului scontat, deci acelui rezultat, ce urmează să fie obținut în urma activității. Se are în vedere imaginea conștientă a rezultatului: aceasta este reținută în conștiință tot timpul, în care se realizează acțiunea.

Asemenea faptului, cum noțiunea de motiv corelează cu noțiunea de „activitate”, noțiunea de scop este în raport cu acțiunea.

Scopul este ceea ce omul acționează. În calitate de scop al activității se proiectează produsul ei. El poate reprezenta prin sine obiectul fizic real, conștientizat de om, anumite cunoștințe, priceperi și deprinderi, dobândite pe parcursul activității, rezultatul creativ (ideea, gândul, teoria, opera de artă). Scopurile nu sunt trasate de subiect intenționat. Ele sunt oferite de circumstanțe obiective.

Evidențierea și conștientizarea scopului – acesta nu este un act automat, ci un proces relativ îndelungat de aprobare a scopurilor prin acțiune. După cum menționa Hegel, individul „nu poate determina scopul acțiunii sale până când el nu a acționat”. Scopul activității nu este echivalent cu motivul ei, chiar dacă uneori motivul și scopul activității pot coincide. Diverse tipuri de activități, care au unul și același scop (rezultatul final), pot fi stimulate și susținute de diferite motive. Dimpotrivă, la baza multor activități cu diverse finalități pot sta unele și aceleași motive.

Momentele inițiale în activitate sunt reprezentate de motiv, iar cele finale – de scop.

▪ *Motivul* este ceea ce omul acționează (accentul stimulator). Motivul este un sistem de acțiuni interne (idei, gânduri, reprezentări), ce servesc în calitate de stimul pentru realizarea activității.

Așadar, motivul poate fi definit ca fiind mobilul, care declanșează, susține energetic și orientează acțiunea. Motivele pot fi foarte variate:

- inferioare și superioare;
- conștiente și inconștiente;
- pozitive și negative;
- ambivalente;
- minore și majore;
- unilaterale și multilaterale;
- egoiste și altruiste, etc.

Ele nu acționează independent unele de altele, ci interdependent, formând în structura personalității adevărate rețele, configurații sau „constelații” de motive. Acest fapt explică, de altfel, varietatea enormă a comportamentelor noastre.

În sensul real al termenului de activitate se poate vorbi numai atunci când verigile sale esențiale – *motivul, scopul și mijlocul* – se diferențiază, se delimitează structural și se individualizează, devenind fiecare obiect de analiză critică și de evaluare, sau acest fapt devine posibil numai în cadrul organizării psihice de tip conștient.

Din punct de vedere structural, activitatea se cere a fi analizată sub două aspecte principale: primul, legat de conexiunea și condiționarea dintre cele trei verigi funcționale bazate – motivul, scopul și mijlocul; cel de-al doilea, legat de modul de articulare și implicare a diferitelor funcții, procese și trăsături psihice particulare (*fig. 14*):

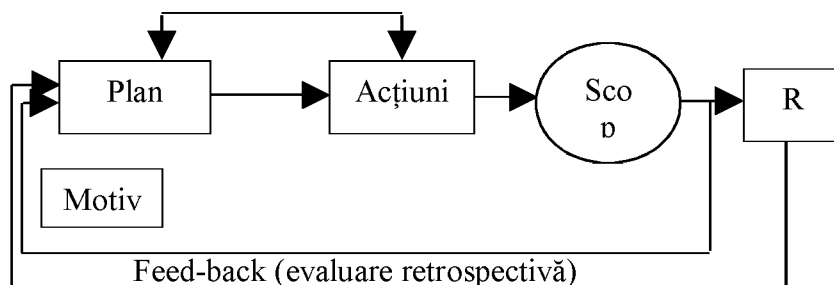


Fig. 14. Schema-bloc a structurii activității.

Primul aspect pune în evidență faptul că activitatea are întotdeauna o schemă sau o matrice logică, pe care se organizează și se structurează. Această matrice presupune conectarea serial-

orientată a motivului, scopului și mijlocului. Potrivit acestei scheme, orice formă de activitate izvorăște și corespunde unei anumite stări de necesitate – care poate fi internă, proprie individului, sau externă, proprie grupului, comunității ori societății, căreia le aparține individul.

Prezența ei este obligatorie și indispensabilă pentru a putea efectiv vorbi de activitate.

▪ *Mijlocul* reprezintă tot ceea ce trebuie făcut, întreprins și tot ceea ce trebuie folosit în calitate de instrument sau unealtă (în sensul larg al termenului) pentru rezolvarea sarcinilor și realizarea scopurilor. Mijlocul apare ca verigă intermediară între motiv și scop, și, structural, cuprinde două categorii de elemente: interne, *subiective* și externe, *obiective*.

Mijloacele se aleg după formularea scopului și în funcție de natura activității și de condițiile de desfășurare a ei. Ele pot fi divizate în acceptabile sau licite și inacceptabile sau ilicite.

Pentru a se încadra în limitele moralității, realizarea scopurilor propuse trebuie să se bazeze pe mijloacele admise, licite. Dictonul „scopul scuză mijloacele” intră în contradicție cu etaloanele morale și nu poate fi luat drept far călăuzitor în activitate.

▪ *Mișcările* sunt cele mai simple elemente constitutive ale activității, actele de răspuns la influențele mediului, funcția fiziologică a organismelor vii.

Mișcările sunt conduse de aparatul locomotor complex, de sistemul nervos superior organizat, de organele de simț dezvoltate etc.

Prin *funcțiile psihofiziologice* în teoria activității se înțelege asigurarea fiziologică a proceselor psihice. Corespunzător se vorbește despre funcțiile sensoră, motoră și mnezică.

Așadar, funcțiile psihofiziologice formează fundamentul organic al proceselor activității.

▪ *Acțiunile* sunt unitățile de bază în analiza activității.

Acțiunea este procesul, orientat spre realizarea scopului. Activitatea umană se manifestă în formă de acțiuni sau șiruri de acțiuni. Ele sunt subordonate întotdeauna activității și nu dispun decât de o independență relativă în raport cu ea.

În plan psihologic, acțiunile se caracterizează prin necoincidența scopului și motivului, în sensul că dispun de un scop propriu, dar și de o motivație proprie, aceasta fiind „împrumutată” de la activitate.

Caracterizând conceptul de „acțiune” pot fi enunțate 4 momente:

1. Acțiunea include în calitate de component necesar pentru realizarea sa actul de conștiință în felul de formulare și reținere a scopului.

2. Spre deosebire de behaviorism teoria activității cercetează mișcările externe în unitate indisolubilă cu conștiința (mișcarea fără scop este mai curând un comportament nevalabil decât esența sa adevărată).

3. Prin termenul de acțiune, teoria activității confirmă principiul activismului.

4. Conceptul de „acțiune” scoate activitatea umană în lumea obiectuală și socială.

„Rezultatul reprezentat” (scopul) poate fi oricare: crearea unui produs material, stabilirea contactului social, obținerea cunoștințelor, etc.

Acțiunea este o totalitate de mișcări, orientate asupra obiectului, cu scopul de a-l însuși sau modifica.

Acțiunile pot fi:

- externe (realizate cu ajutorul aparatului motor extern);
- interne (mentale);
- obiective;
- voluntare;
- involuntare;
- congenitale (pe bază de reflexe necondiționate);
- dobândite (pe bază de reflexe condiționate);
- simple;
- complexe.

Acțiunile *externe*, obiectuale sunt orientate spre schimbarea stării sau însușirilor obiectelor lumii exterioare.

Acțiunile *mentale* sunt acțiunile, realizate în planul interior al conștiinței. Ele neapărat includ și componentele motorii.

Acțiunile mentale se divizează în:

- ▲ *perceptive* (formează imaginea integră a percepției obiectelor și fenomenelor);
 - ▲ *mnemice* (asigurarea memorizării, păstrării și reproducerii informației);
 - ▲ *de gândire* (asigură rezolvarea de probleme);
 - ▲ *imaginative* (datorită lor este posibilă imaginarea în procesul creativ).
- *Operațiile* sunt subordonate acțiunilor, reprezentând modul de realizare a acestora.

În efectuarea unei acțiuni pot fi folosite diferite operații (apucare, separare, eliminare, etc.). Operațiile caracterizează partea tehnică de îndeplinire a acțiunii; ceea ce numim „tehnica” iscusinței, abilității, dibăciei, se atribuie aproape exclusiv la nivelul operațiilor. Caracterul operațiilor folosite depinde de condițiile, în care se realizează acțiunea.

Din punct de vedere psihologic, operațiile nu dispun nici de scop, nici de motivație proprie, tocmai datorită subordonării lor acțiunilor. Elementele activității nu sunt statice, ci dimpotrivă, au un caracter dinamic, foarte mobil, pot trece unele în altele.

Succesul în activitate depinde de următoarele componente, care ar trebui formate la oameni, ele proiectând reușita: *cunoștințele, priceperile, deprinderile și obișnuințele.*

■ *Cunoștințele* sunt elemente constitutive ale activității, întotdeauna orientate asupra unei sau altei activități practice și sunt strâns corelate cu acțiunile. Cunoștințele nu sunt nerelative. Forma primară a cunoștințelor omului despre lume o constituie reprezentările senzațiilor și percepțiilor. Rezultatul transformării ulterioare a acestor reprezentări în conștiință este formarea imaginilor și noțiunilor. Imaginile și noțiunile determină organizarea și conducerea întregii activități practice a personalității.

Cu toate acestea, activitatea practică în permanență necesită cunoștințe vechi, acumulate anterior și noi, și însăși este un izvor nesecat de cunoștințe. Incluziunea permanentă a cunoștințelor în acțiuni, considerabil mărește nivelul acțiunilor, contribuie la sporirea eficacității lor. Fără cunoștințe, activitatea conștientizată, cu scop bine determinat a personalității, nu este posibilă.

■ *Priceperile* sunt elementele activității, ce-i permit omului să realizeze ceva de calitate superioară, de exemplu să efectueze niște acțiuni, operații exact și corect.

Priceperile pot apărea în două niveluri diferite calitativ ale mijloacelor de acțiune: primul – *elementar* (mai inferior după nivel) și al doilea – *superior*, în comparație cu care deprinderea este mai simplă.

■ *Obișnuințele* sunt componentele total automatizate, instinctiv asemănătoare cu priceperile, realizate la nivelul controlului inconștient. Dacă sub termenul de acțiune înțelegem o parte a activității, care are un scop conștientizat bine determinat, atunci obișnuința de asemenea o putem numi component automatizat al acțiunii. În acest sens în structura activității au loc o serie de transformări.

Baza fiziologică a automatizării componentelor activității, prezentate de la început în structura ei în formă de acțiuni și operații și apoi transformate în obișnuințe, este, după cum a menționat N.A. Bernștein, trecerea conducerii activității sau părților ei componente la nivelul subconștient al reglării și inducerea lor la automatism.

■ *Deprinderile* sunt un element al activității, însușite în procesul practicii vitale, acțiuni, ce devin necesitate.

Deprinderea diferă de priceperi și obișnuințe prin faptul că ea prezintă în sine așa-numitul *element neproductiv al activității.*

Principala deosebire a lor de obișnuințe constă în faptul că dacă cele din urmă se formează pe calea exercitării special organizate, atunci deprinderile se organizează fără eforturi speciale din partea omului. Dacă priceperile și obișnuințele sunt destul de plastice (în structura priceperilor compuse), atunci deprinderile sunt părți neflexibile (adesea iraționale) ale activității, îndeplinite mecanic de om, și nu are scop conștientizat sau finalizare productivă accentuată.

Spre deosebire de obișnuința simplă, deprinderea poate fi într-o măsură oarecare controlată conștient. Însă de pricepere ea diferă prin faptul că nu întotdeauna este rațională și utilă (obișnuințe negative). Deprinderile ca elemente ale activității prezintă în sine părțile mai puțin flexibile ale ei.

Deprinderile pot fi atât negative, cât și pozitive. *Baza fiziologică a deprinderilor*, cât și a *obișnuințelor*, sunt stereotipurile dinamice, deci sisteme de legături temporare puternic întărite (consolidate).

Deprinderile se formează prin diverse căi, uneori prin imitare, alteori în rezultatul acțiunilor conștiente, cu scop bine determinat.

Structura activității, fiind un sistem foarte complex, include și asemenea elemente, cum ar fi:

- rezultatele;
- controlul și autocontrolul;
- aprecierea și autoaprecierea;
- determinarea liniilor de perspectivă (planurilor de viitor).

1.3. Formele de bază ale activității umane

Structurarea și funcționarea diferitelor elemente ale activității fac ca ea să apară în forme diverse, ce pot fi clasificate după mai multe criterii: 1) după natura produsului, activitatea poate fi *predominant materială* sau *predominant spirituală*; 2) după procesul psihic implicat în realizarea ei, poate fi: *cognitivă*, *afectivă*, *volitivă*; 3) după locul ocupat în sistemul relațiilor individului, poate fi: *principală (dominantă)* și *secundară (subordonată)*; 4) după evoluția sa ontogenetică, poate fi clasificată, în : *joc*, *învățare didactică*, *muncă productivă*, *creație*; 5) după gradul de conștientizare a componentelor, poate fi: în *întregime conștientă* (cel mai adesea aceasta ia forma voinței) și cu *componente automatizate* (deprinderile).

Toate aceste forme nu sunt „pure”, ci doar predominant de un fel sau altul. Activitatea unui tâmplar, care după natura produsului este materială, conține și elemente ideale (proiectul, anticiparea mentală a rezultatului ei). La fel, activitatea unui poet, care este spirituală prin natura produsului, face apel la o serie de instrumente materiale (creion, hârtie). De asemenea, jocul conține și momente de învățare (fie ea și spontană), munca are momente de creație, iar creația, fără a se identifica totul cu munca, este în mare parte muncă. Diferite forme ale activității umane își schimbă de-a lungul vieții individului locul, conținutul și ponderea. Fără a se confunda, dar și fără a se opune total, între diversele forme ale activității umane există și elemente comune (un fel de nucleu stabil) și elemente proprii, specifice.

Cuprinzând în structura sa procese și funcții psihice, activitatea apare drept o expresie a aspirațiilor, atitudinilor, aptitudinilor, trăsăturilor temperamentale și caracteriale ale omului, o manifestare a întregii personalități umane, factor determinat, dar și rezultată a dezvoltării ființei umane.

Acum ne vom referi la delimitarea conceptelor, ce lămuresc formele fundamentale ale activității umane pe baza evoluției ontogenetice a personalității.

▪ *Jocul* este o activitate importantă și deosebită în viața copiilor de vârstă preșcolară și școlară, el fiind un mod specific de reflectare a vieții umane.

Jocul este prima formă, sub care începe să se manifeste și să se afirme într-o manieră structurată activismul intrinsec al ființei umane.

Trăsăturile definitorii ale jocului sunt:

a) caracterul integral intrinsec al motivației, care-l generează și-l susține (copilul simte în mod acut nevoia de a se juca);

b) corespondența permanentă a motivului cu scopul;

c) absența centrării pe obținerea unui produs concret sau importanța scăzută, minimă acordată rezultatului de către subiect (copil);

d) absența legăturii cu problemele asigurării existenței, jocul neducând la satisfacerea nici a trebuinței de foame, nici a celei de adăpost sau îmbrăcăminte;

e) absența coexercițiilor și constrângerilor privind angajarea în joc, aceasta fiind complet liberă și benevolă;

f) absența relativă a obligațiilor și răspunderilor sociale.

▪ *Învățarea.* Activitatea este, în ultima instanță, modalitatea principală de adaptare a omului la mediu. Faza de acomodare a procesului adaptării, care presupune introducerea unor modificări mai mult sau mai puțin radicale în organizarea internă anterioară a personalității, se realizează pe baza învățării. Proprie întregului regn animal, învățarea devine o formă sistemică și specifică de activitate la nivelul omului, în cadrul societății.

Genetic, creierul uman este dotat cu cea mai înaltă capacitate de condiționare și învățare, aceasta impunându-se ca una dintre aptitudinile generale cele mai importante.

În acest larg, prin *învățare* se înțelege trecerea unui sistem instruit dintr-o stare inițială, de neinstruire (slabă organizare, absența experienței necesare pentru abordarea eficientă a „situațiilor problematice”, absența unor informații, a unor operații, etc.), într-o stare finală, de instruire (pregătire), care permite realizarea unor obiective specifice de reglare.

În sens restrâns, prin învățare înțelegem activitatea, pe care individul uman o desfășoară sistemic, într-un cadru socialmente organizat, în vederea asimilării de informații în forma cunoștințelor, a elaborării unor ansambluri de operații și deprinderi, precum și a unor capacități de înțelegere, interpretare și explicare a fenomenelor din natură și societate.

Toate acestea se constituie în ceea ce se numește fond sau *tezaur de experiență* – de ordin teoretic și practic – grație căruia devine posibilă echilibrarea optimă, eficientă cu mulțimea situațiilor și solicitărilor externe. Ca urmare, învățarea poate fi definită și proces de achiziție a unor experiențe noi.

Pentru omul contemporan din societățile civilizate, învățarea se desfășoară într-un sistem instituționalizat – sistemul de învățământ – și poartă denumirea de învățare școlară sau academică.

Fiind organizată gradual și diferențiat pe cicluri și profiluri, învățarea joacă rolul principal în formarea și dezvoltarea personalității, mai ales în plan intelectual și profesional.

▪ *Munca* este o activitate de bază, cu scop bine determinat a omului, orientată spre schimbarea și modificarea mediului extern pentru a-și satisface necesitățile sale materiale și spirituale.

Activitatea de muncă reprezintă, în plan evolutiv, ontogenetic, forma finală și superioară de structurare și desfășurare a relației dintre om și natură. Ea se impune ca dominantă la vârsta adultă, devenind cadrul obiectiv principal, în care se probează și se validează potențele și capacitățile reale ale indivizilor, prin raportarea la anumite exigențe, criterii și etaloane de performanță stabilite social.

Astfel, într-o primă definiție, putem spune că activitatea de muncă este un raport între om și natură (mediul ambiant), determinat și subordonat satisfacerii nevoilor biologice și materiale vitale, de care depinde supraviețuirea și perpetuarea speciei.

În etapa inițială a existenței umane, activitatea de muncă se reducea esențialmente la a descoperi „bunurile” de consum și a le utiliza în forma lor naturală. Treptat, pe măsura dezvoltării psihice, omul a început să-și dea seama de capacitățile sale creatoare, pe baza cărora să treacă de la simpla descoperire a darurilor naturii la producerea activă a celor necesare traiului. Aceasta avea să-și găsească mai întâi expresia în preocupări pentru crearea și perfecționarea uneltelor, iar, apoi, în cristalizarea înțelegerii necesităților de organizare a muncii, prin diviziunea și specializarea sarcinilor și rolurilor.

Munca și-a adăugat o dimensiune nouă – cea *transformativă*. Pe baza ei, omul întreprinde asupra „obiectelor” și „datum-urilor” din natură anumite transformări, menite a le adapta și a le face să corespundă mai bine necesităților și dorințelor sale.

Activitatea de muncă este o formă fundamentală de relaționare a omului cu mediul ambiant, subordonată rezolvării problemelor existențiale individuale și colective și concretizată în descoperirea în natură a bunurilor biologice necesare, transformarea “obiectelor” naturale în

concordanță cu nevoile și scopurile urmărite, crearea de noi obiecte și bunuri, inexistente ca atare în natură.

Din punct de vedere structural, activitatea de muncă dezvăluie două laturi strâns corelate – *obiectivă și subiectivă*.

▪ *Procesul de creație* este angrenarea componentelor psihice și psihofizice ale creativității în vederea realizării proiectului mental și obținerii produsului nou. El are o organizare complexă și o desfășurare fazică, în forma unei succesiuni de etape.

Există câteva verigi sau etape:

- a) conștientizarea și formularea problemei (a întrebării, a ipotezei);
- b) pregătirea;
- c) elaborarea montajului-creativ, care direcționează, din interior, căutările, combinațiile și transformările;
- d) gestația sau incubația (sedimentarea, filtrarea, decantarea datelor și conexiunilor);
- e) iluminarea (găsirea în minte a căii de urmat pentru finalizarea proiectului sau a soluției la problema formulată);
- f) finalizarea (prin conectarea aparatului operațional-executiv, în plan intern sau extern);
- g) verificarea și validarea.

Traectoria procesului de creație dobândește un caracter individual, raporturile dintre fazele menționate și duratele lor variind semnificativ de la un subiect la altul.

Personalitatea creativă exprimă acea organizare psihică internă, care predispune și favorizează performarea unui act de creație, într-un domeniu specific.

Indiferent de domeniul de afirmare, personalitatea creativă se caracterizează prin valori pozitive ale unor factori, precum: flexibilitate, fluiditate, combinativitate, imaginație, deschidere și sensibilitate la nou, nonconformism, independență în gândire, spirit critic și disponibilitate intelectuală constructivă, perspicacitate, inteligență.

Climatul creativ rezultă din particularitățile structurării și funcționării relațiilor interpersonale în cadrul grupurilor profesionale și din modul în care, la nivel social global, se prețuiesc și se recompensează eforturile creatoare ale indivizilor și grupurilor.

Tema 2. MOTIVAȚIA

2.1. Definirea și funcțiile motivației

Orientarea personalității este un sistem de imbolduri, care determină selectivitatea relațiilor și activitatea omului. Un component al orientării personalității este *motivația*.

Nici un act comportamental nu apare și nu se manifestă în sine, fără o anumită direcționare și susținere energetică. Chiar în cazul absenței unui obiectiv sau scop, un comportament are la bază acțiunea unei cauze. Astfel, trebuie căutat răspunsul la întrebarea *de ce?, de ce s-a produs?* Aname *motivația* este cea, care conține întrebarea de mai sus.

În sensul ei general, noțiunea de motivație, introdusă în psihologie la începutul secolului XX, desemnează aspectul uman. Ea este definită ca „o stare de tensiune, care pune organismul în mișcare până când ajunge la reducerea tensiunii și regăsirea integrității sale”.

Motivația este totalitatea de mobiluri interne ale comportamentului, fie că sunt înnăscute sau dobândite, conștientizate sau neconștientizate, simple trebuințe fiziologice sau idealuri abstracte.

Astfel definită, motivația stă în spatele tuturor *deciziilor, atitudinilor și acțiunilor umane*, fiind de aceea denumită „*cauzalitatea internă*” a conduitei umane.

În același timp, motivația trebuie considerată și drept o lege generală de organizare și funcționare a întregului sistem psihic uman, ea operând distincția necesară între plăcut și neplăcut, între util și inutil, între bun și rău.

Motivația este o *pârghie* importantă în procesul autoreglării individului, o *forță motrică* a întregii sale dezvoltări psihice și umane.

Motivația sensibilizează diferit persoana la influențele externe, făcând-o mai mult sau mai puțin permeabilă la ea.

Motivația superioară specifică omului apare în condițiile activității voluntare. Această formă a motivației apare abia la vârsta preșcolară. Astfel motivația caracteristică omului presupune existența unei reflectări, care îndeplinește un rol determinat în dirijarea acțiunilor, orientate spre satisfacerea trebuințelor.

Este deosebit de important să se examineze factorii, ce declanșează activitatea subiectului, ce o orientează spre anumite scopuri, care permit prelungirea ei dacă scopurile nu sunt imediat atinse, ori care o opresc la un moment dat. Studiul motivației înseamnă tocmai analiza acestor factori și a mecanismelor, ce le explică efectele.

Comportamentul uman trebuie considerat o activitate dirijată și nu o reacție oarecare, scopul fiind cel, care, în mare parte, reglează această dirijare. Acceptând acest punct de vedere, motivația trebuie înțeleasă drept o structură cognitiv-dinamică, care dirijează acțiunea spre scopuri concrete, aspectul dinamic al intrării în relație a subiectului cu lumea, orientarea activă și preferențială a acestuia spre o categorie de situații și obiecte.

Printre *funcțiile motivației* enumerăm:

I. Funcția de activare internă difuză și de semnalizare a unui dezechilibru fiziologic sau psihologic.

În această fază starea de necesitate apare, dar nu declanșează încă acțiunea. De obicei, această funcție este specifică trebuințelor, ce posedă o dinamică deosebită: debutează cu o alertă internă, continuă cu o agitație crescândă, ajungând chiar la stări de mare încordare internă, pentru a se finaliza prin satisfacerea lor.

II. Funcția de mobil sau de factor declanșator al acțiunilor efective.

Acesta este motivul, definit de psihologul francez *H. Pieron* drept „mobilul, ce alege dintre deprinderile existente pe cea, care va fi actualizată”. A identifica un motiv înseamnă a răspunde la întrebarea: *de ce?* Această funcție constă în centrarea comportamentului și activității pe un obiect anume – satisfacerea stării de necesitate individualizate de către motiv.

În virtutea acestei funcții, derularea proceselor mentale interne este subordonată gășirii mijloacelor adecvate pentru atingerea scopului.

III. Funcția de autoreglare a conduitei, prin care se imprimă conduitei un caracter activ și selectiv. Eficiența reglatorie a motivației este dependentă în egală măsură de *energizare-direcționare*.

Esențial pentru motivație este faptul că ea *instigă, impulsionează, declanșează acțiunea*, iar acțiunea, prin intermediul conexiunii inverse, influențează însăși baza motivațională și dinamica ei.

2.2. Structura sferei motivaționale

Prin termenul de motivație definim o componentă structural-funcțională specifică a sistemului psihic uman, ce reflectă o stare de necesitate în sens larg.

În filogeneza și ontogeneza se elaborează anumite stări de necesitate sau sensibilizări ale organismului pentru deferite obiecte.

Astfel se dezvoltă necesitatea de substanțe nutritive, de îmbrăcăminte, de oxigen, de anumite condiții de temperatură, de semnale informaționale, de mișcare, acțiune, relaxare, de comunicare cu alții, de realizare de sine și altele. Toate acestea nu sunt altceva decât trebuințe, condiții ale vieții.

Deci, primul element din structura motivației sunt *trebuințele*. Alături de trebuințe se dezvoltă și *motivele, interesele, impulsurile, valențele, tendințele, dorințele, scopurile, idealurile și convingerile* omului.

Aceste stări se cer a fi satisfăcute și ele îl determină pe om și îl „împing” pentru a și le satisface și satisfăcute ele formează *sfera motivațională* a acestuia.

Trebuințele sunt structuri motivaționale bazale și fundamentale ale personalității, forțele ei motrice cele mai puternice, reflectând cel mai pregnant echilibru biopsihosocial al omului în condițiile solicitărilor mediului extern. Ele semnalizează cerințele de reechilibrare în forma unor *stări și imbolduri* specifice.

Trebuințele trezesc la om activismul, sunt sursa principală a acțiunii. Ea se naște în urma apariției unui dezechilibru în funcționarea organismului.

Trebuințele influențează emoțiile, gândirea și voința omului. Aceasta este din cauza legăturii cu satisfacerea sau nesatisfacerea trebuințelor. Influențează emoțiile pentru că omul încearcă diferite emoții de încordare sau liniște, satisfacție sau nemulțumire. Gândirea o influențează prin faptul că omul pentru a-și satisface trebuințele trebuie să găsească anumite mijloace. Gândirea este una din laturile activității psihice, ce asigură descoperirea mijloacelor pentru satisfacerea trebuințelor.

În legătură cu voința, un filosof scria că „trebuințele trec prin capul omului”, deci sunt conștientizate și se manifestă sub formă de voință. Datorită voinței, omul învinge greutățile, rezolvă problemele, care sunt corelate cu satisfacerea trebuințelor.

Dacă omul este însetat sau înfometat, el nu se poate gândi la nimic altceva decât la căutarea mijloacelor de a-și potoli foamea sau setea. După cum vedem trebuințele au tendința de a regla orientarea activității psihice a individului.

Trebuințele omului sunt foarte variate. În *funcție de geneza și conținutul* lor, pot fi clasificate în:

1. *Trebuințe primare* (înnăscute, cu rol de asigurare a integrității fizice a organismului).
2. *Trebuințe secundare* (formate în decursul vieții și cu rol de asigurare a integrității psihice și sociale a individului).

În categoria trebuințelor primare se încadrează:

- *Trebuințele biologice (sau organice)* – de foame, sete, sexuale.
- *Trebuințele fiziologice (sau funcționale)* – de mișcare, relaxare-descărcare.

Ele sunt comune pentru om și animal, însă la om sunt modelate și instrumentate sociocultural.

Cea de a doua categorie de clasificare se bazează pe principiul orientării personalității spre un anumit obiect:

a) *trebuințele materiale* – stau la baza activității vitale ale omului, cum ar fi trebuința de hrană, îmbrăcăminte, locuință, confort, de unelte și instrumente. Ele s-au format în procesul dezvoltării filogenetice, social-istorice a omului și constituie o însușire generală a speciei umane;

b) *trebuințele spirituale* – sunt trebuințe specific umane. La ele se referă trebuințele cognitive și de delectare estetică, cum ar fi trebuința de cunoaștere, estetice, etice, de realizare a propriei personalități.

Pe baza trebuinței cognitive se formează trebuința independentă de *creație științifică*. În acest caz cunoașterea devine nu scopul, ci mijlocul de satisfacere a trebuințelor de creație. Datorită trebuinței de delectare estetică omul caută și se străduie să-și facă traiul, odihna, într-un cuvânt să-și facă viața frumoasă.

c) *trebuințele sociale* – includ trebuințele de a atinge o anumită condiție de dezvoltare, de a căpăta o apreciere socială, trebuința de a fi prieten cu cineva, de a iubi, de a participa la activități în comun, trebuința de comunicare, anturaj, de cooperare și integrare socială etc.

O trebuință a omului este trebuința de *a munci*, iar dacă omul este lipsit de posibilitatea de a munci, el va avea o stare de încordare și insatisfacție. La omul multilateral dezvoltat se manifestă toate trebuințele umane.

Maslow H., psiholog american, este unul dintre cei, care s-a ocupat cu studiul trebuințelor. El stabilește cinci categorii de trebuințe, pe care le organizează și le structurează într-o „piramidă a trebuințelor”.

Maslow face câteva precizări în baza acestei piramide (fig. 15):

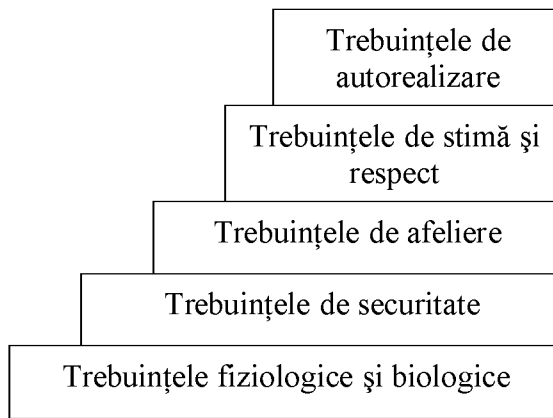


Fig. 15. Piramida trebuințelor (după H. Maslow).

- trebuința este cu atât mai improbabilă, cu cât este mai continuu satisfăcută (ceea ce înseamnă că trebuința, care motivează comportamentul, este cea nesatisfăcută);
- trebuința nu apare ca motivație, decât dacă cea anterioară ei a fost satisfăcută (ceea ce sugerează existența unei ordini, a unei succesiuni în satisfacerea lor);
- apariția unei trebuințe noi după satisfacerea alteia anterioare nu se realizează brusc, ci treptat;
- cu cât o trebuință se află spre vârful piramidei, cu atât ea este mai specific umană (acestea sunt mai puțin urgente din punct de vedere fericire, crește eficiența biologică a organismului).

Pe baza acestei piramide putem explica înlănțuirea trebuințelor, trecerea de la unele la altele, înlocuirea unora cu altele, reușind să înțelegem mai bine însăși conduita individului.

Satisfacerea firească a trebuințelor se asociază cu reducerea tensiunilor; nesatisfacerea lor conduce fie la dilatarea și exacerbară acestora, fie la stingerea lor prin saturație și reacție de apărare, însoțită de perturbări caracteriale; nesatisfacerea lor o perioadă mai îndelungată de timp pune în pericol existența fizică și psihică a individului.

A. Maslow a elaborat clasificarea sa, pornind de la aprecierea locului și importanța conținutului motivului în structura personalității.

Acum vom descrie „piramida”, care cuprinde 5 niveluri motivaționale:

1. *Trebuințe biologice (fiziologice)* – necesitatea de hrană, de odihnă, de sexualitate, de păstrare a sănătății, de oxigen, anumite condiții de temperatură.

2. *Trebuințe de securitate* – necesitatea de siguranță existențială, de securitate emoțională, profesională, socială, relațională.

3. *Trebuințe de afeliere* – necesitatea de stimă și respect din partea celor din jur.

4. *Trebuințe de status (sociale)* – necesitatea de apartenență și adeziune, de identificare afectivă cu un grup sau categorie socială, de a fi membru al unei familii și de a avea o familie, de a fi în consonanță cognitivă și afectivă cu membrii grupului.

5. *Trebuințe de autorealizare* – necesitatea de a-ți atinge propriul tău potențial creativ, de a obține performanțe înalte, de a contribui în mod propriu și original la atingerea unor obiective profesionale sau sociale.

Următorul element din structura motivației este *motivul*. *Motivul* exprimă forma concretă actuală, în care se activează și se manifestă starea de necesitate.

Când individul își dă seama de deficitul de substanțe nutritive din organism și se orientează spre înlăturarea lui, trebuința s-a transformat deja în motiv. Nu toate motivele sunt însă conștiente. Există unele motive inconștiente a căror substrat nu este clar delimitat, dar care îndeplinesc un rol important în activitate.

Spre deosebire de trebuință, care nu întotdeauna reușește să declanșeze o acțiune, motivul asigură efectuarea comportamentelor corespunzătoare de satisfacere.

Așadar, *motivul* poate fi definit *mobilul, ce declanșează, susține energetic și orientează acțiunea.*

De aici decurg și cele 2 segmente ale motivului: unul *energizant și dinamogen*, altul *orientativ și direcțional*. Între aceste două segmente există o interacțiune și o interdependență reciprocă.

Motivele sunt extrem de variate:

- individuale și sociale;
- inferioare și superioare;
- minore și majore;
- egoiste și altruiste.

Ele nu acționează independent unele de altele, ci interdependent formând, în structura personalității, *configurații* sau *constelații* de motive.

Motivul este factor declanșator al acțiunii, în cadrul căruia este cuprinsă o cerință față de mediu, o preferință.

Interesele reprezintă orientări selective, relativ stabile și active spre anumite domenii de activitate.

Dacă un individ începe multe activități și nu finalizează corespunzător nici una dintre ele, înseamnă că el nu și-a format încă interesele. Ele sunt tendințe, preferințe spirituale, atracții irezistibile ale individului centrate pe un obiect fizic, o persoană sau o activitate, fără a viza materiale utile sau avantaje.

Tendința este expresia orientării. Impulsul orientat spre un anumit obiect, determinat în funcție de anumite trebuințe și valențe, devine tendință.

Tendința are un aspect funcțional, care constă într-o stare de tensiune. Acest fenomen motivațional este determinat din interior prin trebuințe și impulsuri și din exterior prin intensitatea și calitatea valențelor.

Interesele sunt formațiuni motivaționale mai complexe decât trebuințele și motivele, deoarece implică organizare, constanță și eficiență.

În structura lor psihică intră elemente *cognitive, afective și volitive*. Orientarea spre o activitate presupune prezența unor cunoștințe, intrarea în funcțiune a activismului mintal, trăirea ei ca o stare agreabilă, care produce plăcere, dar care, totodată, împinge spre acțiune, spre control, spre punerea în disponibilitate a unor calități ale voinței (hotărârea, perseverența etc.).

Există interese *generale și personale, pozitive și negative, profesionale și extraprofesionale* (de timp liber).

Cea mai răspândită clasificare a intereselor este cea în funcție de domeniul de activitate în care se manifestă (interese tehnice, interese științifice, interese sportive, interese literar-artistice). Foarte importante sunt interesele creative, caracterizate prin căutarea unor noi soluții, a unor procedee inventive, a unor proiecte originale.

Un alt fenomen motivațional este *impulsul*. **Impulsul** constă chiar în apariția unei excitabilități accentuate al unor centre nervoase. Impulsurile sunt tendințele, care constau într-o pornire spre mișcare, acțiune.

Datorită impulsului apar trebuințele. Dacă termenul de *trebuință* indică aspectul de conținut, apoi termenul de *impuls* desemnează aspectul procesual al trebuinței. Acești doi termeni nu pot fi separați. Impulsul se naște odată cu trebuința. _

Intenția este următorul component al motivației. Ea poate fi concepută ca punerea în mișcare cu ajutorul sistemului verbal, a unei structuri de acțiune, care este formată de asemenea cu ajutorul sistemului verbal în conformitate cu cerințele față de sarcină, de satisfacerea trebuințelor, de realizarea scopului propus.

Intenția este un fenomen foarte important. Dacă scopul propus nu a fost atins, intenția nu s-a realizat, dar tensiunea psihică nu scade, ci se menține sub formă de impuls pentru continuarea preocupării de problemă. Intenția este o tendință conștientizată.

Alt fenomen motivațional este valența. Spre deosebire de celelalte fenomene motivaționale, valența nu reprezintă o anumită funcție interioară a organismului, ci o calitate a obiectelor, prin care se satisfac trebuințele.

Trebuințele pot fi satisfăcute în mai multe feluri. De exemplu, trebuința de hrană poate fi satisfăcută cu mai multe feluri de alimente, setea cu mai multe feluri de băuturi.

Valențele reprezintă conținutul trebuințelor, iar ultimul poate fi modificat și îmbogățit în cursul experienței individuale.

Valența poate fi *pozitivă*, dar și *negativă*. Drept exemplu ar putea servi: *pedeapsa, mustrarea, frustrarea, privarea de informații*. Deci aceste fenomene au o valență negativă.

O valență negativă de asemenea are și *eșec*. După cum e și firesc omul tinde spre obiective cu *valență pozitivă*.

Dorința este o trebuință conștientizată. În timp ce trebuințele sunt limitate, dorințele sunt evident mai numeroase, pentru că fiecare trebuință poate fi satisfăcută de o gamă mai mare de obiecte, situații. Iar dorința marchează trecerea de la motive spre scopuri sau proiecte.

Scopul este o imagine mintală a rezultatului, a efectului dorit, un gând prezent a ceea ce urmează să fie realizat în viitor.

Aspirația reprezintă năzuința spre scopuri, ce depășește condițiile, la care a ajuns subiectul. Spectrul de aspirații ca și modurile de satisfacere a dorințelor și aspirațiilor sunt prefigurate social.

Convingerile sunt idei adânc implantate în structura personalității, puternic trăite afectiv, care „împinge”, impulsionează spre acțiune.

Nu orice idee este o convingere, ci doar cea, care reprezintă pentru individ o valoare, o certitudine subiectivă, care îl ajută să stabilească ceea ce este valabil, optim, necesar, să distingă între bine și rău, frumos și urât, adevăr și minciună. Așadar, sunt convingeri numai *ideile-valoare*, care se contopesc cu trebuințele și dorințele individului, cu aspirațiile și năzuințele lui, cu trăsăturile lui de personalitate.

Ele își au rădăcinile în afectivitatea persoanei, în emoțiile, sentimentele și pasiunile ei. Mai mult decât atât, ele se impun în comportament, îl orientează permanent, de aceea sunt nu doar constant provocate, ci și virulent apărute, mai ales când sunt contrazise și atacate. În aceste împrejurări ele devin adevărate *idei-forță*.

Convingerile intră în funcțiune în împrejurările de alegere sau conflict valoric.

Idealurile reprezintă proiecții ale individului în sisteme de imagini și idei, care îi ghidează întreagă existență.

Idealurile reflectă o stare sau o situație proiectată în viitor, spre care tinde subiectul în mișcarea ascendentă de devenire și de autodesăvârșire. Ele reflectă și transfigurează atât experiența proprie, cât și experiența semenilor, devenind, în cele din urmă, anticipări, generalizări și optimizări ale proiectului existențial.

Idealul nu reprezintă o simplă formulă cognitivă de viață, preluată necritic din afară, prin imitație, ci este plămădit de individ în funcție de particularitățile lui proprii. Numai în felul acesta el se integrează valorilor personalității, iar cu timpul devine o valoare personală, reușind să motiveze comportamentul.

Cercetările românești de psihologie au demonstrat că în structura psihologică a idealului se includ trei elemente fundamentale:

◆ *sensul și semnificația vieții* (direcția, spre care se orientează o persoană, definită în funcție de modul de existență socială, cultură spirituală, valoare morală);

◆ *scopul vieții* (ca obiect al vieții, ca valoare personală supremă, ce prefigurează destine, componentă intelectual-voluntară, dar și axiologică a idealului);

◆ *modelul de viață* (ghidul propus a fi urmat și atins, un fel de Eu ideal, care călăuzește viața).

Idealul (moral, fiziologic, estetic, politic, existențial etc.), ca ceva ce nu există, dar ar putea fi, ca motiv central al existenței, ca opțiune valorică și programativă de viață, ca „stea călăuzitoare” reprezintă o adevărată *forță spirituală*, decisivă pentru individ.

Concepția despre lume și viață constituie o formațiune motivațională cognitiv-valorică de maximă generalitate, ce cuprinde ansamblul părerilor, ideilor, teoriilor despre om, natură, societate. Ideile și teoriile din cadrul ei nu au doar o valoare de fapte de cunoaștere, ci de convingeri. Formată sub incidența condițiilor de viață, dar și a culturii și educației, fiind rezultanta experiențelor personale trăite pe drumul sinuos al vieții, ea reunește cognitivul cu valoricul și se împlinește în acțiune.

Între *convingeri, idealuri și concepția despre lume și viață* există o foarte strânsă interdependentă, împreună constituind un complex motivațional de prim ordin al personalității.

2.3. Formele (tipurile) motivației

Există mai multe forme ale motivației, ce se clasifică, de obicei, două câte două perechi opuse, contrare.

I. Motivația pozitivă și negativă

Motivația pozitivă este produsă de stimulările, cum ar fi lauda, încurajarea și se soldează cu efecte benefice asupra activității sau relațiilor interumane, cum ar fi apropierea activităților, angajarea în ele, preferarea persoanelor etc.

Pozitive vor fi apreciate acele motive, a căror satisfacere, nu intră în conflict cu exigențele și etaloanele morale, care funcționează la nivel social sau care, prin natura lor, generează comportamente și activități orientate spre atingerea unor scopuri sociale.

Motivația negativă este produsă de folosirea unor stimulări, cum sunt amenințarea, blamarea, pedepsirea și se asociază cu efecte de abținere, evitare, refuz.

Motivele negative se caracterizează prin faptul că satisfacerea lor, pe lângă un efect adaptativ de moment, asociat cu reducerea tensiunii inițiale și obținerea unei doze de plăcere și satisfacții de moment, generează efecte perturbatoare, secundare, care, cumulându-se în timp, conduc la serioase dezechilibre și disfuncții în planul intern al sistemului personalității sau în planul relaționării individului cu mediul social.

În cea mai mare parte, aceste motive se leagă și se adresează primordial sferei biologicului și fiziologicului. Din categoria lor fac parte, trebuința pentru alcool, pentru fumat, pentru droguri, pentru mâncăruri excesiv de condimentate sau excesiv de grase, trebuința de acumulare excesivă a bunurilor materiale, trebuința de aventură.

II. Motivația cognitivă și afectivă

Motivația *cognitivă* își are originea în activitatea exploratorie, în nevoia de a ști, de a cunoaște, de a fi stimulat senzorial, forma ei tipică pentru curiozitatea pentru nou, complex, pentru schimbare. Se numește *cognitivă*, deoarece acționează dinlăuntrul proceselor cognitive (percepției, gândirii, memoriei, imaginației), stimulând activitatea intelectuală.

Astfel de explorare se trece la reproducere, de aici la înțelegere, apoi la interes științific, pentru ca în final să se ajungă la înclinația creativă. Ea își găsește satisfacția în nevoia de a înțelege, explica, rezolva cu un scop în sine.

Motivația *afectivă* este determinată de nevoia omului de a simți bine în compania altora. Când copiii învață pentru a-și satisface părinții sau pentru a nu pierde aprobarea, dragostea lor, spunem că sunt animați de o motivație afectivă.

III. Motivația intrinsecă și extrinsecă

Deși activitățile noastre sunt motivate, nu în toate activitățile motivele ocupă aceeași poziție. Dacă sursa generatoare este solidară cu activitatea desfășurată de subiect, atunci vorbim de existența unei motivații *directe* sau *intrinseci*. Specificul acestei forme de motivație constă în satisfacerea ei prin însăși îndeplinirea acțiunii adecvate ei.

Dacă sursa generatoare a motivației sugerată acestuia sau chiar impusă de o altă persoană nu izvorăște din specificul activității desfășurate, atunci avem de a face cu o motivație indirectă sau *extrinsecă*.

Din punctul de vedere al eficienței – nivelul de performanță și consumul de efort (energie) și timp – activitatea *intrinsec motivată* este superioară celei *extrinsec motivate*.

Astfel, pe când activitatea intrinsec motivată, având sursa de satisfacție în ea însăși, se efectuează cu plăcere și cu un efort de mobilizare relativ redus, cea extrinsec motivată se efectuează sub semnul unei solicitări și condiționări externe, fără o plăcere interioară și cu un efort intens de mobilizare voluntară.

De acest lucru ne dăm seama dacă punem alături două situații legate, de pildă, de activitatea de învățare: prima, în care studentul învață dintr-o atracție interioară, încercând satisfacție în cursul desfășurării activității propriu-zise, întărirea venind din conștientizarea lărgirii și îmbogățirii orizontului de cunoaștere; cea de-a doua, în care studentul învață, fie pentru a fi lăudat și a primi o recompensă, dar fără a avea imboldul interior către aceasta, fie că optează pentru o profesie datorită salariului mare, fie de frica și controlul din partea părinților.

În raport cu mai multe tipuri de sarcini și solicitări, activitatea începe pe suportul unei motivații extrinseci și, apoi, treptat, se poate transforma în activitate intrinsec motivată.

Și, sub acest aspect, ne putem referi tot la activitatea de învățare. Un student, care, inițial, nu are nici o atracție pentru învățatură, pe măsură, ce asimilează cunoștințe și pe baza lor dobândește capacități și competențe, pe care înainte nu le-ar fi putut bănuși, va trece de la suportul motivației extrinseci la cel al motivației intrinseci – satisfacția rezultând din însăși activitatea de învățare.

O specie particulară a motivației intrinseci este motivația cognitivă sau epistemică. Forma ei inițială este *curiozitatea*, privită ca o trebuință de a obține informație fără a avea nevoie de adaptare imediată.

Cum pot fi apreciate aceste forme ale motivației din perspectiva *productivității* lor? Fără îndoială că ele sunt inegal productive. Motivația *pozitivă, intrinsecă* și cea *cognitivă* sunt mult mai productive decât motivația *negativă, extrinsecă, afectivă*.

Productivitatea mai mare sau mai mică a formelor motivației depinde de particularitățile concrete ale situației, dar și de factorii, cum ar fi: *vârsta subiecților, temperamentul sau caracterul lor*.

În explicarea motivației poate fi folosit și principiul *homeostaziei*. Prin homeostazie se înțelege tendința organismului de a menține constanți parametrii mediului intern, restabilindu-le nivelul, când acesta este perturbat de o influență externă.

Despre homeostazie s-a vorbit și cu privire la relația dintre individ și mediul social. Omul transformă mediul și, totodată, se transformă pe sine. Deci, pe lângă motivația homeostatică apare și motivația de dezvoltare, autorealizare, autodepășire.

2.4. Motivație și performanță

Individul acționează, de regulă, sub influența unei constelații: comportamentul este plurimotivat. Motivația conduce la obținerea unor performanțe înalte.

Performanța este un nivel superior de îndeplinire a scopului. Din perspectiva diverselor forme ale activității umane (*joc, învățare, muncă, creație*) ceea ce interesează este valoarea motivației și eficiența ei propulsivă. În acest context, problema relației dintre motivație și performanță are nu doar o importanță teoretică, ci și una practică.

Relația dintre *intensitatea motivației* și *nivelul performanței* este dependentă de *complexitatea* activității (sarcinii), pe care subiectul o are de îndeplinit.

Cercetările psihologice au demonstrat că în sarcinile simple (repetitive, rutiniere, cu componente automatizate, cu puține alternative de soluționare) pe măsură ce crește intensitatea motivației, crește și nivelul performanței.

În sarcinile complexe însă (creative, bogate în conținut și în alternative de rezolvare) creșterea intensității motivației se asociază, până la un punct, cu creșterea performanței, după care aceasta din urmă scade.

Eficiența activității depinde însă nu numai de relația dintre intensitatea motivației și complexitatea sarcinii (care poate fi o sarcină de învățare, de muncă sau de creație), ci și de

relația dintre intensitatea motivației și gradul de dificultate al sarcinii, cu care se confruntă individul.

Cu cât între mărimea intensității motivației și gradului de dificultate al sarcinii există o mai mare corespondență și adecvare, cu atât și eficiența activității va fi asigurată.

În acest context, în psihologie a apărut ideea de optimum motivațional, deci a unei intensități optime a motivației, care să permită obținerea unor performanțe înalte sau cel puțin a celor scontate.

De optimum motivațional putem vorbi în două situații:

a) *când dificultatea sarcinii este percepută (apreciată) corect de către subiect;*

b) *uneori dificultatea sarcinii este percepută incorect de către subiect.*

Ca urmare, subiectul nu va fi capabil să-și mobilizeze energiile și eforturile corespunzătoare îndeplinirii sarcinii.

Într-un caz el va fi *submotivată*, va activa în condițiile unui deficit energetic, ceea ce va conduce în final la nerealizarea sarcinii.

În cel de-al doilea caz, subiectul va fi *supramotivat*, va activa în condițiile unui surplus de energie, care l-ar putea dezorganiza, stresa, i-ar putea cheltui resursele energetice chiar înainte de a se confrunta cu sarcina.

Pentru a obține un optimum motivațional este necesară o *ușoară dezechilibrare* între intensitatea motivației și dificultatea sarcinii.

În cadrul activității trebuie să ne mulțumim nu cu orice fel de performanță, ci cu performanțe cât mai bune, cât mai înalte, care să însemne nu doar o *simplă realizare* a personalității, ci o *autodepășire* a posibilităților ei.

Stimulul motivațional, care impulsionează spre realizarea unor progrese și autodepășiri evidente, poartă denumirea de *nivel „de aspirație”*. Acesta trebuie raportat la posibilitățile și aptitudinile subiectului (un 7 va fi un nivel de aspirație crescut pentru un student slab, acceptabil, pentru unul mediocru, dar o decepție, pentru unul bun). Este bine ca nivelul de aspirație – pentru a avea un efect pozitiv – să fie cu puțin peste posibilitățile de moment.

Tema 3. AFECTIVITATEA

3.1. Aspecte teoretice și metodologice generale

Conceptul de *afectivitate*, în psihologia generală, a fost multă vreme greu de definit. I.M. Testus (1736–1865) acum două secole preciza că psihicul uman se compune din intelect, voință și sentimente, fenomenele afective au continuat să fie identificate, când cu procesele senzoriale, când cu instinctele individului cu trebuințele sau cu reflexul unor modificări vegetative-organice în sfera trăirilor psihice conștiente.

Datorită cercetărilor psihologice contemporane, *afectivitatea* a dobândit statut de *aspect fundamental al personalității* de componentă bazală, infrastructurală a psihicului, dar și de nota lui definitorie, deoarece pentru afectivitate omul se diferențiază de roboți și calculatoare de inteligență artificială, fiind rezonanța subiectivă generală a individului, intim și relațional trăită la schimbările de tot felul din mediul său intern sau extern.

Omul nu se raportează indiferent la realitate, dimpotrivă, obiectele, fenomenele, evenimentele, care acționează asupra lui, au un ecou, o rezonanță în conștiința sa, trezesc la viață anumite trebuințe, corespund sau nu nevoilor lui, îi satisfac sau nu necesitățile, aspirațiile, idealurile. Între stimulii interni și realitatea înconjurătoare au loc confruntări și ciocniri, ale căror efecte sunt tocmai procesele afective. În timp ce aprobarea sau satisfacerea cerințelor interne generează plăcere, mulțumire, entuziasm, bucurie, contrazicere sau nesatisfacerea lor conduce la neplăcere, nemulțumire, indignare, tristețe etc. În cadrul proceselor afective pe prim plan se află

nu atât obiectul, cât valoarea și semnificația, pe care acesta o are pentru subiect. Nu obiectul în sine este important, ci relația dintre el și subiect, pentru că numai într-o asemenea relație obiectul capătă semnificații în funcție de gradul și durata satisfacerii trebuințelor. Aceasta ne ajută să înțelegem de ce unul și același obiect produce stări afective variate unor persoane diferite.

Afectivitatea este o componentă esențială și indispensabilă a sistemului psihic uman, la fel de necesară și legic determinată ca și oricare altă componentă – cognitivă, motivațională, volitivă etc.

Afectivitatea este acea componentă a vieții psihice, care reflectă, în forma unei trăiri subiective de un anumit semn, de o anumită intensitate și de o anumită durată, raportul dintre dinamica evenimentelor motivaționale sau a stărilor proprii de necesitate și dinamica evenimentelor din plan obiectiv extern.

Raportul respectiv poate fi *ne semnificativ* sau *neutru* (situația de *statu-quo* sau de zero emoțional, prin analogie cu zeroul fiziologic în cazul sensibilității termice) și *semnificativ*, generând activare și trăire emoțională: *pozitivă*, în cazul când este „consonant”, și *negativă*, în cazul când el este „disonant”.

Afectivitatea este o trăire diferențiată, ca stare față de situații, evenimente, persoane, conținuturi de comunicări, la care se participă etc.

Afectivitatea se manifestă nu numai față de evenimente prezente, ci și față de cele evocate din trecut, dar și asociate de trăiri, ce se vor putea produce în viitor. Expresiile afectivității, dacă sunt legate de un moment sau situație, se numesc *afecte* și *emoții*. Dacă sunt latente (de fond), se numesc *sentimente*, iar când au o intensitate foarte puternică și obsesivă, răscolitoare, cu efecte de reflux în întreaga viață psihică, se numesc *pasiuni*.

Afectivitatea sau emoționalitatea poate fi activă sau pasivă.

Activă este când se participă prin implicație în situații și evenimente, *pasivă* – când evenimentele și situațiile se suportă doar sau se percep.

Exteriorizările prin comunicare verbală, tonalitățile acesteia, C.N.V. (comunicarea nonverbală) au toate laturile de afectivitate.

Afectivitatea pulsează tot timpul în viața momentului, de aceea poate fi considerată ca un fel de *musculatură a activității psihice* curente, dar și a filmelor interioare, a reveriilor și idealurilor traduse în scenarii interioare.

În același timp, afectivitatea este o permanentă alarmă în procesul de adaptare, dar și o expresie a confortului sau disconfortului provocat de situații și de starea generală psihică concomitent. Orice senzație sau percepție are și o încărcătură de confort sau disconfort psihic, adesea foarte complex, datorită implicației afectivității. Afectivitatea este spontană și încărcată de starea generală biologică și psihologică și chiar de încărcăturile inconștiente.

În concluzie putem menționa că afectivitatea cuprinde totalitatea stărilor, fenomenelor și trăirilor afective (emoționale), ce reflectă atitudinea și relațiile subiective față de realitatea obiectivă.

3.2. Proprietățile proceselor și stărilor afective

- **Polaritatea** proceselor afective constă în tendința acestora de a gravita, fie în jurul polului pozitiv, fie în jurul celui negativ, și apare ca urmare a satisfacerii sau nesatisfacerii diferențiate a trebuințelor, aspirațiilor (totale sau parțiale, de lungă sau de scurtă durată). De obicei procesele afective sunt cuplate două câte două în perechi, cu elemente contrare: bucurie-tristețe, simpatie-antipatie, entuziasm-deprimare, iubire-ură etc.

Polaritatea se exprimă în caracterul *plăcut sau neplăcut* al stărilor afective, *stenic* sau *astenic* al acestora (unele mobilizând spre activitate, altele, dimpotrivă, demobilizând, întârziind sau inhibând activitatea), în fine, în caracterul lor încordat sau destins (unele fiind tensionale, altele relaxante).

În mod curent se consideră că stările afective plăcute sunt întotdeauna stenice, pe când cele neplăcute, astenice, fapt inexact. Succesul, de exemplu, ca stare afectivă plăcută poate fi stenică

pentru unii oameni, „împingându-i” spre activitate, dar astenică pentru alții, făcându-i să se mulțumească cu ceea ce au obținut. La fel de eronată este și opinia că trăirile afective ar fi perfect, exclusiv sau absolut polare.

- **Intensitatea** proceselor afective indică forța, tăria, profunzimea, de care dispune la un moment dat trăirea afectivă. Din această perspectivă vom întâlni unele stări afective intense și chiar foarte intense și altele mai puțin intense. Ea este în funcție atât de valoarea afectivă a obiectului, de semnificația lui în raport cu trebuințele subiectului, cât și de capacitatea afectivă a subiectului.

- **Durata** proceselor afective constă în menținerea, persistența în timp a acestora, indiferent dacă persoana sau obiectul, care le-a provocat, sunt sau nu prezente. Un sentiment poate dura un an, doi sau toată viața, o emoție poate câteva ore sau câteva clipe; frica și groaza în fața unui accident persistă și după ce pericolul a trecut; dragostea se păstrează, chiar dacă ființa iubită nu mai este.

Această proprietate are o foarte mare importanță, deoarece, alimentând permanent semnificația afectogenă a unui stimul (obiect sau persoană), putem ține mereu trează starea afectivă față de el.

- **Mobilitatea** proceselor afective exprimă fie trecerea rapidă în interiorul aceleiași trăiri emoționale de la o fază la alta, fie trecerea de la o stare afectivă la alta. Din acest considerent ea trebuie deosebită de *fluctuația* trăirilor afective, care presupune tot o trecere de la o stare la alta, însă fără nici un motiv, fără să fie cerută de o solicitare obiectivă sau de vreo necesitate subiectivă. Fluctuația trăirilor afective este un indiciu al slăbiciunii, imaturității sau chiar patologiei proceselor afective.

- **Expresivitatea** proceselor afective constă în capacitatea acestora de a se exterioriza, de a putea fi „văzute”, „citite”, „simțite”. Exteriorizarea, manifestarea în afară se realizează prin intermediul unor semne exterioare, care poartă denumirea de expresii emoționale.

Cele mai cunoscute expresii emoționale sunt:

- *Mimica* – ansamblul modificărilor expresive, la care participă elementele mobile ale feței;

- *Pantomimica* – ansamblul reacțiilor, la care participă tot corpul: ținuta, mersul, gesturile;

- *Modificările de natură vegetativă* – amplificarea sau diminuarea ritmului respirației, vasoconstricția, vasodilatația, creșterea conductibilității electrice a părului, hiper- sau hipotonusul muscular, modificarea compoziției chimice a sângelui sau hormonilor etc., soldate cu paloare, înroșire, tremurături, lacrimi, transpirație, gol în stomac;

- *Schimbarea vocii* – a intensității, ritmului vorbirii, intonației, tembrului vocii etc.; după intonație; un „da” poate semnifica mai mult decât un „nu”.

Expresiile emoționale nu sunt izolate de latele, ci se corelează și se subordonează stărilor afective, dând naștere la ceea ce se numește *conduita emoțional-expresivă*.

De exemplu, conduita expresivă a tristeții (atârănarea brațelor, aplecarea capului, pleoapelor și colțul buzelor lăsate în jos, mișcări fără vigoare, ochii „stinși”, fața „pământie”) se deosebește de conduita expresivă a bucuriei (ținuta dreaptă, ochii deschiși, strălucitori, mobilitatea brațelor în genere, a mușchilor etc.).

De menționat că *expresiile și conduitele emoționale se învață, se însușesc în timpul vieții*, fie prin imitație, fie prin efort voluntar. Că așa stau lucrurile o demonstrează faptul că la orbii din naștere, expresivitatea emoțională este foarte sărăcăcioasă, fața este crispată, puțin expresivă, dacă și lor li se aplică însă o serie de procedee speciale, li se vor putea forma unele conduite expresiv-emoționale.

Pe lângă capacitatea de învățare a expresiilor emoționale, omul o are și pe aceea de a le *provoca și dirija voluntar, conștient*, de a le *stimula și folosi convențional* pentru a transmite o anumită stare afectivă, chiar dacă aceasta nu există. De aici, sunt posibile discrepanțe între trăirile afective și expresiile emoționale.

Expresiile emoționale îndeplinesc *roluri importante* în comportamentul omului, dintre care mai semnificative sunt:

- *rolul de comunicare;*
- *rolul de influențare a conduitei altora în vederea săvârșirii unor acte;*
- *rolul de autoreglare* în vederea adaptării mai bune la situațiile, cu care ne confruntăm;
- *rolul de contagiune* (de a se transmite și de a trezi reacții similare și alte persoane, de a da naștere la stări afective colectiv-pozitive sau negative, prin aceasta întărindu-se forța de coeziune sau de dezbinare a membrilor grupurilor);
- *rolul de accentuare sau de diminuare a stării afective* (plângând ne putem „descărca”, elibera sau, dimpotrivă, „încărca” afectiv).

3.3. Clasificarea proceselor și stărilor afective

Complexitatea și diversitatea formelor, în care se manifestă și se structurează în plan intern sfera vieții afective a omului, fac necesară o operație de evaluare și clasificare.

Stările afective se pot diviza în două mari grupe:

A. Stările afective statice, exprimând raportul dintre noi și lume, au un slab efect dinamogen, nu sunt motive de activitate îndelungată, deși pot provoca puternice reacții momentane.

Ele se divid în:

1) *stări afective elementare*, care cuprind atât *durerea și plăcerea senzorială*, cât și *agreabilul și dezagreabilul*;

2) *dispozițiile*;

3) *emoțiile*.

B. Stările afective dinamice, constituind cele mai puternice și durabile motive ale comportamentului uman. E vorba de *sentimente și pasiuni*.

1. Stările afective elementare:

- *Durerea senzorială* este un fenomen ușor de înțeles: în majoritatea cazurilor e vorba de excitarea intensă a unor terminații nervoase. Von Frey a identificat (încă din a. 1894) puncte specifice de durere, declanșată de excitații mecanice sau termice ale pielii, în care s-au identificat numeroase terminații nervoase. Specificul acestora rezultă din faptul că substanțele anestezice pot suprima durerea, rămânând senzațiile de contact. În ambele boli pot dispărea senzațiile dureroase, rămânând cele de contact sau invers. Nu se cunosc organe senzoriale specifice durerii, ea fiind în funcție de excitația terminațiilor nervoase existente pretutindeni în organism. Excitanții, care provoacă durerea, sunt de natură diferită, fizică sau chimică, în relație cu unele tulburări circulatorii, inflamatorii ș.a.

- *Plăcerea senzorială*. Plăcerea senzorială tactilă e pusă în relație cu instinctul sexual.
- *Agreabilul și dezagreabilul* sunt reacții afective globale de slabă intensitate, impresii produse de orice percepție.

Vorbim de plăcut sau dezagreabil numai în cazurile, în care trăirea este de slabă intensitate. Când se produc stări mai complexe și mai intense, atunci le denumim emoții.

Agreabilul atrage după sine mișcări de apropiere, o creștere a energiei, a activității mintale, pe când dezagreabilul e însoțit de tendința îndepărtării de sursă și diminuare a energiei, a activității.

Stările afective elementare *au și un important determinant de ordin calitativ*. Sunt mirosuri dezagreabile (cum e cel de putrefacție), oricât de vagi ar fi. Și invers, chiar de intrăm într-un depozit de portocale, unde parfumul lor e foarte intens, senzația rămâne plăcută.

Preferințele umane, ce îi place și ce-i displace omului depind, în mare măsură, de experiența socială. Fumatul ajunge să fie o plăcere deosebită pentru fumătorii pasionați, deși el este dăunător sănătății. Viața socială imprimă individului trebuințe și tendințe variate, chiar în ce

privește funcțiile fundamentale, cum este alimentația. Alimente agreate de europeni sunt considerate necomestibile de către unele popoare din Asia și invers. Agreabilul e legat de concordanțe cu cerințele persoanei, iar neplăcutul de contradicția cu aceasta.

2. Dispozițiile. Stările afective elementare, agreabilul, durerea, dezagreabilul sunt trăiri afective de slabă intensitate și scurtă durată (cu excepția durerii senzoriale, care se poate prelungi multă vreme, dar atunci se transformă în emoție).

Dispozițiile *au* și ele o slabă intensitate, dar durează multă vreme, zile, poate chiar și săptămâni, influențându-ne trăirile afective, care apar în acest răstimp: când cineva e prost dispus, vede numai aspectele neplăcute ale existenței, trăiește emoții negative, n-are chef de lucru. Invers, buna dispoziție ne face să vedem totul în culori luminoase, să avem chef de glume și să muncim cu spor.

Aceste stări de spirit, pe care le-am numit dispoziții, au o dublă condiționare. *Cauzele de ordin intern* sunt: oboseala, proasta funcționare a unor organe interne, o boală incipientă ori, dimpotrivă, o sănătate înfloritoare, resurse energetice abundente. *Cauzele exterioare* sunt constituite de existența unor conflicte în familie sau la locul de muncă, stări de frustrare, apariția unor pericole. Ele pot favoriza și buna dispoziție: aprecierile pozitive ale unor persoane importante pentru noi, perspective atrăgătoare etc.

Dispozițiile nu constau numai în a fi bine dispus ori rău dispus, există și stări îndelungate de neliniște, anxietate. Uneori suntem foarte iritabili, orice fleac ne enervează.

3. Emoțiile sunt stări afective, de scurtă durată, care traduc un specific al relațiilor noastre cu un obiect ori o situație, deci au un caracter situațional. Ele pot fi declanșate de o împrejurare reală sau imaginară (gândul că poliția poate fi pe urmele sale sperie tâlharul, care are banii furați în geamantan). Intensitatea lor e foarte variată: poate fi vagă, mijlocie, dar și foarte mare, zguduind întregul organism. În acest caz, vorbim de *emoție-șoc* (căreia mulți psihologi îi spun *afect*).

Există patru emoții-șoc, tipice: *frica (frustrarea), furia, tristețea în forma sa acută (disperarea) și bucuria explozivă*. Dar acestea pot apărea, în condiții obișnuite, cu o intensitate mijlocie: cineva *se teme* să intre la dentist; altcineva *se enervează* că prietenul său întârzie la întâlnire; un tânăr *se întristează*, fiindcă logodnica i s-a îmbolnăvit de gripă etc. Dar indignarea, simpatia, speranța, antipatia, mila, satisfacția, nehotărârea, sfidarea etc. Există și emoții în relație cu munca intelectuală: mirarea, nesiguranța, certitudinea, îndoiala, ...etc.

Emoțiile sunt frecvent identificate cu sentimente, cum ar fi dragostea și ura (dar sunt multe tipuri de dragoste: de tată, soție, prieten, dragoste de muncă, de patrie etc.: după cum există și variate obiecte ale urii: față de un rival, dușman, hoț, de o sectă, o ideologie ș.a.). Într-adevăr, întorcându-ne la marii filosofi, care au analizat afectivitatea, constatăm o asemenea lipsă de diferențiere.

Astfel, Rene Descartes în lucrarea sa „Les passions de l'âme” (Pasiunile sufletului) descrie 40 de „pasiuni”, printre care figurează, pe lângă emoții, sentimente, dorințe și chiar trăsături de caracter. Dar marele filosof francez consideră că toate își au originea în numai *șase pasiuni primitive*: mirarea, iubirea, ura, dorința, bucuria și tristețea. Toate celelalte n-ar fi decât varietăți ale acestora sau rezultatul unor combinații ale lor. Cum se vede, trei din pasiunile fundamentale sunt emoții, două – sentimente, iar una, dorința, constituie o denumire generică, în care pot figura nenumărate aspirații.

Dorința este o stare afectivă elementară, o trebuință conștientă de obiectul ei, care poate fi de scurtă durată. Dar ea e folosită adesea în locul termenului de aspirație, dorința durabilă de a realiza un anumit progres, ceea ce presupune existența unui sentiment, acesta fiind o structură bine cristalizată, tainică.

Nu au fost deosebite net (și nici azi nu sunt) pentru motivul că ele – dorința, aspirația, emoția, sentimentul – toate sunt *trăiri afective foarte strâns legate, interdependente* și pot avea același obiect, pot exprima calitatea aceleiași relații dintre obiect și subiect.

Sentimentele se deosebesc de emoții și de simplele dorințe prin amploarea, prin existența lor. Ele sunt transsituaționale, persistând în variate împrejurări și chiar în absența obiectului principal.

- **Emoțiile-șoc** sunt o categorie aparte de stări afective datorită intensității lor deosebite și a exteriorizării lor puternice prin diferite expresii emoționale, modificări fiziologice și reacții slab controlate.

- **Furia** este declanșată când cineva ne ofensează în chip jignitor, de multă vreme, ori ne-a cauzat un rău notabil și apoi se amuză, intervenind momentul „paharului plin”. Accesul de furie se manifestă prin înroșirea feței, vinele feței și gâtului se îngroașă, ochii ies din orbite și se injectează, pulsul se accelerează, persoana găfne, începe să urle, se agită, gesticulează, uneori aruncă diferite obiecte din cale. Cazurile de „mânie palidă” se manifestă oarecum opus.

- **Frica, teroarea** sunt provocate de apariția bruscă a unui mare pericol, cum ar fi un cutremur, când totul se clatină, se prăbușește, sau apariția unui urs agresiv în pădure. Tabloul expresiilor e relativ opus furiei: totdeauna apare o paloare cadaverică, ochii larg deschiși cu pupilele lărgite, fixând dezastrul sau pericolul iminent, părul se face măciucă, pe față apar broboane de transpirație, se declanșează un tremur, mușchii devin rigizi ori se contractă convulsiv, se fac gesturi de îndepărtare, izbucnește un strigăt ascuțit de teroare. Persoana fie înlemnește, fie pornește într-o fugă disperată. Sunt cazuri când frica provoacă un stop cardiac fatal.

- **Disperarea** poate fi cauzată de moartea neașteptată a unei persoane dragi sau incendierea locuinței. Și aici intervine paloarea feței: sprâncenele devin oblice, fața se alungește, colțurile gurii se lasă în jos, apar cute pe frunte, privirea devine ștearsă, inexpresivă, inima și respirația își încetinesc ritmul, persoana suspină, uneori plânge cu hohote, i se înmoaie picioarele, apar tremurături și senzația de frig.

- **Bucuria explosivă** survine când aflăm, pe neașteptate, despre un eveniment fericit, mult dorit: candidatul, care se crede respins la un examen foarte important, află că totuși a reușit. Bucuria implică manifestări dinamice: unii sar în sus, dansează, bat din palme, râd din toată inima, bătăile inimii se accelerează, statura se îndreaptă, fața se îmbujorează, ochii sticlesc, trăsăturile feței capătă o alură ascendentă.

Există situații, când persoana reacționează invers, paradoxal. Datorită epuizării, cineva, aflând o veste minunată, începe să plângă. Deși, fiecare dintre emoțiile-șoc prezintă un tablou destul de specific, există și *excepții*: se poate păli și de frică, și de mânie, se plânge la tristețe, dar și la bucurie, se tremură de frică, dar și într-un acces de disperare. În toate cazurile emoțiile-șoc sunt însoțite de puternice modificări fiziologice și expresive.

Acum ne vom referi mai detaliat la *stările afective dinamice*, cum sunt sentimentele și pasiunile.

- **Sentimentele sunt ample structuri de tendințe și aspirații, relativ stabile, care orientează, organizează, declanșează și reglează conduita.** La om sentimentele au același rol cu cel al instinctelor la animale. Acestea cu cât sunt mai primitive, cu atât sunt dirijate mai exact de către instinct.

Comportamentul uman este subordonat, în mare măsură, reglementărilor sociale, totuși, cel puțin în timpul său liber omul acționează potrivit intereselor, ce corespund orientării sentimentelor sale. În limbajul curent, termenul de sentiment nu este utilizat frecvent: se amintește de „interese”, „aspirații” sau „pasiuni” (pasiunile sunt într-adevăr niște sentimente foarte intense, dar termenul e folosit și atunci când e vorba doar de interese mai stabile). De exemplu, nu se vorbește de sentimentul dragostei pentru știință, ci se spune interes ori pasiunea pentru cercetare. Interesele, aspirațiile, ca și emoțiile izvorăsc la adult din orientările sentimentelor cristalizate. Apariția sentimentelor e precedată de formarea unor dorințe, atitudini și emoții. Odată constituite, ele devin permanente virtualități, posibilități de aspirații, atitudini și emoții.

Sintetizând numeroase structuri de tendințe, *sentimentele devin puternice forțe dinamizatoare, puternice motive de activitate*. Sentimentele sunt *transsituaționale*, vizând și viitorul.

Termenul de sentiment este frecvent alăturat celui de atitudine afectivă. Între aceste fenomene există strânse relații. Dar, în unele cazuri, se merge până la a subordona sentimentul atitudinii, afirmându-se: „Atitudinea afectivă, odată formată, asigură constanța sentimentului”. Totul e în funcție de cum sunt definite noțiunile. Unii cercetători caracterizează atitudinea afectivă ca fiind „o predispoziție subiectivă de a aprecia pozitiv sau negativ o situație, persoană ori simplă afirmație”.

Sentimentele sunt izvorul unor atitudini, ca și ale multor emoții. Numai așa putem înțelege stările de spirit, atitudini, aparent contradictorii.

Sentimentele cunosc diferite grade de intensitate și de complexitate. Doi tineri pot simți unul pentru altul o atracție puternică, dar care să fie pur senzuală. Cunosându-se mai bine, ea poate cristaliza multe atitudini, aspirații asemănătoare, devenind un profund sentiment de iubire, foarte durabil, dirijând existența lor de-a lungul unei vieți.

Există o strânsă legătură între sentiment și procesele cognitive. Ele sunt mult influențate și, totodată, influențează imaginația. Dar sunt prezente și în memorie, percepție, gândire. Se poate găsi o asemănare între sentimente și noțiuni. Ambele sunt virtualități. Noțiunea constituie o posibilitate de judecăți, de acțiuni pe plan verbal, iar un sentiment asigură posibilitatea unor variate acțiuni afective, în planul obiectiv.

Oricare proces cognitiv poate deveni, în unele circumstanțe, sursa unei emoții și chiar a unui sentiment. De exemplu, descoperirea unei disonanțe cognitive neașteptate ne poate trezi o emoție de surpriză, și, în același timp, un asemenea fenomen poate fi izvorul unei probleme, menită să canalizeze efortul unui savant ani de zile. Aceasta nu înseamnă să amestecăm terminologia, confundând fenomene mult diferite.

Varietatea sentimentelor este extrem de mare. Avea dreptate Spinoza când scria: „Sunt atâtea feluri de afecte, de câte feluri sunt obiectele, de care suntem afectați”. Sentimentele sunt structuri complexe de tendințe. Tendințele sunt începuturi de mișcări în raport cu acțiunile dorite, care și ele depind de obiecte, persoane, situații și de relațiile existente între ele și noi.

De aceea, clasificarea sentimentelor e foarte dificilă. Se pot face câteva mari diviziuni. Se pot distinge sentimentele inferioare de cele superioare; împărțirea nu se referă la vre-un criteriu moral, ci mai mult la gradul de complexitate.

Sentimentele inferioare sunt considerate cele aflate în relație cu trebuințe de ordin biologic sau strict personal.

Sentimentele superioare sunt cele în relație strânsă cu valori sociale, cu aspirații colective, benefice din punct de vedere social. Ele pot fi împărțite în trei mari grupe: morale, estetice și intelectuale.

Sentimentele morale sunt în raport direct cu viața socială: sentimentul dreptății, dragostea de om, dragostea de muncă, patriotismul etc.

Sentimentele estetice sunt legate de trăirea frumosului din natură și artă, de creație artistică.

Sentimentele intelectuale constau în aspirația de a cunoaște. În cadrul lor s-ar putea distinge două categorii – aspirația de a ști cât mai mult, de a culege cât mai variate informații (caracteristică „eruditului”) și aceea de a soluționa o problemă științifică, de a descoperi ceva nou (caracterizând pe cercetător).

Sentimentele superioare au un rol esențial pentru progresul social, ele dinamizează indivizii, favorizează înțelegerea și colaborarea în muncă, furnizează energia necesară creatorului, atât în știință, cât și în artă. Ele au importanță și pentru fericirea personală, pentru menținerea echilibrului psihic. Sentimentele inferioare n-au stabilitatea și trăinicia celor superioare. Satisfacțiile de ordin alimentar sau erotic sunt de scurtă durată și se transformă ușor în contrariul lor. Cu confortul omul se obișnuiește repede. Ambițiile materiale dau satisfacții limitate, deoarece nu putem toți fi milionari.

▪ **Pasiunile.** Nu sunt deosebiri mari între pasiuni și sentimente. E o chestiune mai mult de intensitate, pasiunile fiind înrobitoare, acoperind sau subordonându-se toate preocupările, dominând puternic întreaga viață afectivă. Există iubirea-pasiune, avariția, pasiunea social-politică, pasiunea artistică, științifică, sportivă etc. Trebuie însă să facem o delimitare între pasiunile pozitive și cele negative. Primele îmbogățesc viața psihică cel puțin dintr-un domeniu și permit realizări importante, mai ales când se îmbină armonios și cu un talent autentic. Dintre acestea fac parte cele menționate, cu excepția zgârceniei, care este una negativă. Și mai dăunătoare sunt așa-numitele „*patimi*”: beția, goana continuă după alcool, cu obsesia aerului de cârciumă; apoi dependența de drog sau pasiunea jocurilor de noroc, toate au distrus vieți, familii. Pasiunile negative conduc la o sărăcie accentuată a vieții psihice, la degradarea morală și fizică. Deși similară sentimentelor, în pasiune apare o evidență *unilateralitate*. Chiar omul de știință, dacă e pasionat, își neglijează viața de familie, uită de îndatoririle sale sociale, nu e sensibil la suferințele altora, fiind receptiv numai la ceea ce are o legătură directă cu problemele disciplinei sale. Se instaurează o *dominantă afectivă*, care poate deforma totul prin prisma ei.

În orice sentiment intervine subiectivitatea, dar nu ajunge la cote mari de denaturare. Unilateralitatea pasiunii favorizează în unele cazuri obținerea de importante realizări, mai ales dacă ea se sprijină pe un real talent, deși ea nu e o condiție indispensabilă.

Cercetarea științifică solicită o deplină obiectivitate, greu compatibilă cu o abordare pasională.

3.4. Teorii asupra naturii emoțiilor

▪ **Teoria intelectualistă** a fost elaborată la începutul secolului trecut și îi aparține lui Herbart și Nahlowski. Ei erau adepții unei psihologii asociaționiste, care dădea o mare importanță reprezentărilor și asocierii lor. Încât acești filosofi au explicat emoțiile prin dinamica reprezentărilor. O stare afectivă ar lua naștere din interacțiunea imaginilor.

De exemplu, când o reprezentare este prinsă între cele, care o stopează, și altele, care o împing, apare emoția întristării. Astfel, vestea morții unui bun prieten îmi aduce imaginea lui în minte, care îmi evocă numeroase amintiri fericite, petreceri tinerești, glume, discuții, dar acestea sunt stăvilite de noua reprezentare a trupului său neînsuflețit, imobil și rece. Ciocnirea lor brutală constituie ceea ce noi resimțim ca fiind o adâncă tristețe, durere. Acest punct de vedere era totuși mai puțin naiv decât pare astăzi, deoarece reprezentările erau privite ca fiind legate de anume tendințe; sau, acestea, constituind începuturi de mișcări, au rol cert în viața afectivă.

▪ **Teoria fiziologică-periferică** e legată și ea de două nume: James și Lange; între ei au fost unele deosebiri, dar W. James, cunoscut filosof, este acela, care a contribuit la răspândirea punctului său de vedere – o viziune paradoxală. Noi raționăm greșit, spunea el. Considerăm că, văzând un urs în pădure, mă sperii și atunci devin palid, mi se zbârleşte părul, tremur etc., de fapt, ordinea ar fi inversă: văd ursul, încep să tremur, pălesc etc. și conștiința acestor modificări fiziologice este ceea ce eu numesc *frică*. Deci percepția atrage după sine modificările fiziologice, iar conștiința acestora constituie ceea ce eu numesc *emoție*. Nu fiindcă sunt trist plâng, ci, invers, fiindcă plâng mă simt trist.

Teoria lui James-Lange are meritul că a subliniat importanța modificărilor fiziologice – mai ales în cazul *emoțiilor-șoc*, care fusese neglijate de teoriile intelectualiste, încolo sunt multe argumente împotriva punctului lor de vedere. Mai întâi, fiziologii, înregistrând precis diferitele transformări fiziologice produse în emoții, n-au reușit să stabilească un profil absolut specific pentru fiecare emoție, întrucât există manifestări, care apar în două-trei emoții distincte, apoi chiar aceeași emoție se poate exterioriza în moduri diferite, aproape contrarii.

Apoi, intensitatea unei trăiri afective nu e deloc proporțională cu cea a exteriorizărilor și a manifestărilor corporale.

▪ **Teoriile fiziologice centrale.** Cea mai importantă este cea cunoscută sub numele de teoria lui Cannon-Bard, formulată de primul și dezvoltată de al doilea. W. Cannon, efectuând

numeroase studii experimentale asupra creierului pisicii, a demonstrat rolul important, pe care îl are talamusul, în declanșarea expresiilor emoționale, cât și influența inhibitoare a cortexului asupra acestei formații subcorticale. Ca urmare, el a formulat o teorie după care rolul esențial în emoții îl are talamusul (de aceea a fost numită și *teoria talamică a emoției*).

În concepția lui W. James, talamusul nu joacă nici un rol, cortexul declanșând reacțiile periferice, iar perceperea lor constituind emoția. După Cannon-Bard, excitațiile senzoriale ajung în talamus, care le transmite la cortex: talamusul, dezinhibat de cortex, declanșează modificările musculare și viscerale, simultan informând și cortexul. Deci sursa trăirii afective o constituie procesele talamice. Modificările organice apar aproape instantaneu cu trăirea emoțională și nu ele sunt cauza emoției. Emoția rezultă dintr-o excitație concomitentă a talamusului și cortexului.

În deceniile următoare (studiile lui Cannon-Bard datând din perioada 1920–1950), neurofiziologii au pus în lumină și rolul, pe care-l au în emoții și alte formații din creier, îndeosebi sistemul limbic. Ca și Cannon, nu s-a mai negat rolul cortexului, dar atenția lor a avut în centru formațiile subcorticale.

- *Teorii cognitive (Teoria excitatorie)*. E vorba de acei psihologi, care au scos în evidență rolul important al scoarței cerebrale. Magda Arnold (în a. 1950) a subliniat rolul evaluării stimulilor, situației. În primul rând, aprecierea se face prin prisma impresiilor de plăcut-neplăcut, dar survine și memoria, dând un conținut specific trăirii emoționale. Cortexul se manifestă și activ, el dă un impuls, care inițiază reacția organismului. Desigur, talamusul rămâne inițiatorul principalelor expresii emoționale, însă în urma unei excitații specifice recepționate de la formațiile superioare. Iar modificările periferice, printr-un feed-back, sunt sesizate de cortex, ceea ce intensifică, de obicei, emoția. Deci succesiunea fenomenelor ar fi următoarea: stimularea de origine senzorială, percepția, evaluarea, impulsul către acțiune, expresiile emoționale (cu modificările vegetative însoțitoare) perceperea acestor reacții organice și reevaluarea emoțională.

În experimentul realizat de R. Lazarus, o serie de persoane au fost puse să asiste la un film, în care se înfățișa un groaznic accident și o operație chirurgicală efectuată pe viu. Într-un caz, aceste situații erau însoțite de un comentariu subliniind daunele, necazurile, în alt caz comentariul era o descriere obiectivă, științifică și, într-un al treilea, proiecția s-a efectuat fără nici o verbalizare. Înregistrări obiective (reflexul electrodermal și ritmul cardiac) au indicat o emoție evidentă în prima situație – absentă în celelalte două. R. Lazaur a subliniat, în concluzie, *rolul hotărâtor al factorului cognitiv*.

- *Teorii motivaționale*. Deși existau mai multe formulări în legătură cu reacțiile intime între emoție și motivație și cu sferele lor de suprapunere, abia Bindra (1969, 1970) promovează clar, concret, o schemă comună pentru cele două concepte. Atât emoția, cât și motivația, după el, pot fi studiate și interpretate din punct de vedere neuropsihologic, într-o singură formulă. Se ajunge astfel, pur și simplu, la o substituție a termenilor.

După autor datele problemei pentru un asemenea curs ar fi următoarele: structurile neurale implicate în emoție nu sunt altele decât acelea, pe care le utilizează acțiunile motivaționale. Interferența dintre cele două fenomene este mare, așa încât emoțiile devin (pentru unii) factori perturbatori ai comportamentului motivat, iar motivele acțiunilor individului, factori, care contribuie la apariția și desfășurarea răspunsurilor emoționale. Altfel spus, o emoție cum e mânia se poate întâlni cu un motiv al acțiunii, cum e foamea, într-un același comportament, mobilizând aceleași structuri neuropsihologice, indiferent că unii denumesc ansamblurile acestor structuri creier „motivațional”, „visceral” sau „emoțional”. Conceptual, deci, n-ar exista premise pentru acceptarea a doi termeni nediferențiable, ci ar fi vorba de procese de natură motivațional-emoțională deopotrivă, în care noțiunea de bază ar fi cea de „stare motivațională centrală” (*central motive state – CMS*).

Astfel s-a ajuns la o teorie motivațională a emoției. Toate teoriile, care menționează legătura mai mult sau mai puțin profundă dintre emoție și motivație, se înscriu în planul surprinderii unei relații, care trebuie acceptată cu necesitate.

- *Teorii biologice*. Ne vom referi în primul rând la teoria lui McDougall (a. 1928), elaborată și explicată în decursul a două decenii aproape. Concepția sa despre emoție, bazată pe

factori biologici, în primul rând evolutivi și genetici, este modelată în conformitate cu experiența și comportamentul uman. Teza de bază a lui McDougall este aceea că modalitatea de a trăi subiectiv (ca o conștiință a unei atitudini) un eveniment reprezintă diferite sentimente complexe (cum ar fi speranța, anxietatea etc.), o specie comună cu emoția, deși în legătură cu aceasta ar fi mai bine ca să nu fie utilizat termenul generic de „emoție”. Aceste sentimente sunt direct legate de eforturile adaptative ale organismului, de activitatea sa conativă direcționată către un scop, activitate, care nu este altceva decât o formă de manifestare a instinctului. Diferitelor forme de instinct li se atribuie echivalenți afectivi. La animale principalele comportamente instinctive includ căutarea hranei (căreia îi corespunde apetitul), lupta pentru obținerea ei (agresivitatea) și fuga de pericol (frica).

Conform concepției autorului, se poate spune că întinsa gamă a modurilor de trăire subiectivă (sentiment și emoție), care sunt un fel de accesorii ale acestor procese (comportamentale) de bază au evoluat și s-au diversificat în două forme primitive de sentimente: *plăcerea și durerea*. La om apare o complexitate mult evoluată datorită dezvoltării structurilor mintale și deci a capacității cognitive, care pot determina dorințe și sentimente de-a lungul unei scale perpetue, pe coordonatele plăcerii-neplăcerii.

- Tot ca o *teorie de tip biologic* este și cea a lui Plutchik (1962), care, asemenea lui McDougall, leagă afectivul de activitatea conativă a tipurilor comportamentale, în spatele cărora stau factorii instinctivi.

Comportamentele emoționale sunt la el *pattern*-uri de răspuns moștenite, la care s-au adăugat modificările de rigoare în decursul evoluției. Deoarece, după cum consideră, emoția este întâlnită pe întreaga scală a evoluției animale (primate, vertebrate) reiese că ea nu poate apărea și nici nu poate fi înțeleasă decât legată de procesele biologice de bază.

Pentru Plutchik definitivul pentru emoție este *reactivitatea comportamentală*, emoția fiind mai curând recunoscută prin ceea ce face individul decât prin felul, în care trăiește și apreciază el, introspectiv, emoția respectivă.

Diferențierea tipului de comportament emoțional față de alte tipuri de comportament ar rezulta din legătura, pe care aceste comportamente o stabilesc cu procesele biologice adaptative de bază (ex.: comportamentul alimentar, de căutare, adăpostire, sexual etc.).

Modelul structural al emoțiilor, aproximat de Plutchik, este axat pe natura bipolară a emoțiilor primare, în care dimensiunea intensității (sau nivelul de activare) reprezintă o scală cu nenumărate trepte.

Esențialmente biologică, deși exprimată în termeni comportamentali, teoria lui Plutchik pare de uz limitat, deoarece componentele emoției nu sunt analizate, toate, la importanța lor reală.

- O caracteristică biologică asemănătoare poate fi atribuită și teoriei lui Pradines (1958) asupra afectelor, privite ca niște forme elementare senzoriale. Ele nu sunt mai subiective decât senzațiile, dimpotrivă, sunt niște circumstanțe obiective, pentru care produc impresii ca urmare a stimulărilor senzoriale sau percepției.

3.5. Agresivitate – toleranță

Structura sistemului afectiv al personalității se poate realiza la niveluri diferite de activare (de prag) pentru cele două segmente polare – pozitiv și negativ. De asemenea, întinderea celor două segmente poate fi diferită, ceea ce conduce la formarea în plan individual a unor profiluri emoționale semnificativ deosebite.

Drept coordonate fundamentale de integrare a acestor profiluri, din punct de vedere relațional, interpersonal, se disting *agresivitatea și toleranța*.

Agresivitatea presupune integrarea emoțiilor de semn negativ (de discordanță sau de respingere a obiectului) într-un *pattern* de acțiune distructivă. În plan filogenetic, agresivitatea se constituie într-un montaj instinctual, care împinge la atac.

La om, sub influența normelor și limitelor de ordin cultural, moral, agresivitatea este împinsă în plan secundar și exprimarea ei devine condiționată. Totuși, ca impuls primar, de

natură instinctual-inconștientă, ea intră în sfera afectivă a oricărei persoane. Gradul de intensitate și pragurile ei de activare diferă însă, în limite foarte largi, de la un individ la altul. Se delimitează, astfel, *tipul agresiv de personalitate*, caracterizat prin atitudinea emoțională rejectivă, irascibilitate, tendința de a riposta la prezența și manifestările celorlalți cu duritate și prin încercarea de a-și satisface interesele prin forță. Agresivitatea este o stare afectivă reactivă, prin care se exarcerbează propriile interese și valoarea propriului Eu, asociindu-se cu egocentrismul, cu egoismul și cu convertirea influențelor sau acțiunilor celor din jur în amenințări la adresa propriei persoane. Ea este activă și susținută adesea de răutate și ură.

Agresivitatea nu se manifestă numai în plan acțional-comportamental, ci și verbal, limbajul oral, în acest caz, al persoanei agresive abundând în expresii amenințătoare, provocatoare, jignitoare.

În sfera intensității emoțiilor acționează legea sumăției: din intensități individuale inițial scăzute se ajunge la o emoție colectivă de intensitate sporită (ceea ce nu se întâmplă în cazul inteligenței, de pildă).

Pe lângă îngrădiri, societatea a creat și modalități specifice de canalizare și manifestare controlată a agresivității. Cel mai obișnuit asemenea cadru îl constituie întrecerile sportive. În unele genuri de sport – lupte, box, agresivitatea atinge cote înalte de exteriorizare, apropiindu-se de natura ei primară, instinctuală.

Fenomenele sociale cu caracter global, în care agresivitatea se dezlănțuie destructiv, sunt războaiele, revoluțiile și războaiele.

Opusă agresivității este coordonată *toleranței*. Toleranța rezultă tot dintr-o relaționare internă între cele două segmente polare ale afectivității, însă în cazul său predomină întinderea segmentului de semn pozitiv. Aceasta are drept efect în plan psihocomportamental o deschidere largă spre lume, cu o extindere corespunzătoare a fâșiei de acceptanță a influențelor și acțiunilor celor din jur. În plan comportamental, aceste influențe și acțiuni generează trăiri pozitive de securitate, de reciprocitate, de cooperare, de empatie etc.

Modalitățile caracteristice de satisfacere a propriilor stări de motivație vor fi preponderent pașnice – persuasiunea, negocierea, cooperarea etc. Montajele interne stabile, prin care persoana se relaționează cu cei din jur, vor fi întotdeauna de consonanță, de atenuare/reducere a tensiunilor și de creare a unei stări de echilibru.

Trăsătura toleranței acționează în direcția reducerii și atenuării acelor sentimente de semn negativ mărunte și conflictogene, precum invidia, suspiciunea și ura, generatoare de tensiune, conflict și insecuritate socială.

3.6. Stresul, anxietatea și angoasa

În dinamica sferei afective, se individualizează trei stări cu implicații majore pentru viața și activitatea curentă a persoanei umane. Acestea sunt *stresul* (componenta sa afectivă), *anxietatea* și *angoasa*.

Noțiunea de stres a fost elaborată de către Hans Selye, în perioada 1936–1950. În accepțiunea sa inițială, termenul desemna o stare de tensiune, de încordare. Selye i-a dat un conținut și un sens nou, exprimând prin el așa-numitul *sindrom general de adaptare* (*General adaptation sindrom*).

La început, acest sindrom avea un conținut pur fiziologic – cuprinzând doar ansamblul reacțiilor vegetative și biochimice, pe care organismul, ca *tot*, le manifestă la acțiunea unui agent stresor (fizic, mecanic, chimic). Ulterior, pe lângă stresul fiziologic, a fost recunoscut și stresul psihic și psihosocial.

Caracterul de sindrom de adaptare este dat de faptul că el conține o gamă variată și relativ întinsă de reacții și că precede orice comportament specific, finalist. După Selye, acest sindrom are o desfășurare fazică, în dinamica lui evidențiindu-se următoarele etape sau verigi: a) *reacția de alarmă*, care conduce la activarea generală a organismului; b) *reacția de rezistență*, prin care organismul își mobilizează resursele energice pentru a contracara efectele dezorganizatoare ale

acțiunii stresorului; c) *faza de epuizare*, în care se acumulează efecte entropice, ce îndepărtează posibilitatea obținerii echilibrului.

Cercetările ulterioare au demonstrat că, întrucât sindromul de adaptare se impune ca premisă obligatorie a pregătirii și incitării răspunsurilor specifice, termenul de stres trebuie asociat cu două tipuri de efecte: *pozitive sau adaptative* și, în acest caz, avem de a face cu *eustresul*, și *dezadaptative, dezorganizatoare*, caz, în care avem de a face cu *distresul*.

Trăirea afectivă, manifestată în forme variate – încordări, tensiuni, disconfort, agitație, insatisfacție, furie etc. – reprezintă principalul indicator subiectiv al stării de stres.

Efectul negativ al unui episod particular de stres, dacă nu a fost rezolvat complet în urma intervenției mecanismelor de adaptare de tip eustres, se poate păstra în timp, sporind vulnerabilitatea echilibrului sistemului organismului la acțiunea ulterioară a factorilor stresanți. Tocmai sub acest aspect stresul dobândește o conotație negativă, care impune menținerea lui sub control.

Stresul psihic se delimitează (relativ) de cel fiziologic prin faptul că el se produce pe fondul interacțiunii Eului, a persoanei conștiente de sine și cu o anumită prețuire de sine, cu evenimentele existențiale. O nemulțumire de sine, sentimentul unei neîmpliniri, o discrepanță între aspirație și realizare, o apreciere nedreaptă la adresa competenței sau activității personale, un diferend sau conflict interpersonal, o neînțelegere în familie, pierderea unei ființe apropiate etc., toate acestea pot acționa ca stresori, determinând o anumită bulversare a echilibrului vieții interioare. Ca și în cazul stresului fiziologic, dacă acest afect nu este înlăturat prin mecanismele de apărare a Eului, atunci el se perpetuează și se cumulează în timp, transformându-se în „focar” generator de tulburări neurotice.

Trăirile, ce însoțesc sau se dezvoltă pe fondul stresului psihic, îmbracă forma unei suferințe existențiale sau morale (a unei insatisfacții de sine sau de lume, a unei neplăceri de a trăi, a unei disperări, a unei depresii).

Anxietatea este o stare afectivă generalizată, difuză, caracterizată prin trăiri – de tulburare, de insecuritate și teamă – pe care subiectul nu le poate explica și relaționa obiectual.

Spre deosebire de emoțiile obiectuale, anxietatea nu antrenează, de regulă modificări fiziologice. Diferitele orientări doctrinare îi găsesc origini diferite. Astfel, pentru reprezentării teoriei învățării, anxietatea este rezultatul perpetuării prin condiționare a reacției de teamă, fiind nemijlocit determinată de raportul subunitar dintre reușite și eșecuri; dimpotrivă, pentru psihanalisti, ea este un efect al frustrării repetate a pornirilor și tendințelor libidoului și al interdicțiilor impuse de Supraeu; anxietatea este considerată un semnal de alarmă adresat Eului – conștiinței de sine a personalității – singurul în măsură să întreprindă acțiuni de redresare sau să-și mobilizeze mecanisme specifice de apărare. Persoana anxioasă manifestă întotdeauna reținere și teamă în raport cu viitorul, cu activitățile, pe care urmează să le efectueze, sau cu situațiile, cu care urmează să se confrunte.

Angoasa s-ar putea defini o agravare și intensificare a anxietății, ea caracterizându-se, din punct de vedere psihologic, printr-o neliniște dusă la extrem, printr-o frică irațională acutizată. În planul trăirii conștientizabile, ea se concretizează printr-o senzație apăsătoare de indispoziție profundă, legată de presimțirea unui pericol nedefinit, dar iminent, în fața căruia rămâi total descoperit, dezarmat.

În majoritatea cazurilor, starea respectivă se asociază cu modificări neurovegetative manifestate prin șocurile emoționale: palpitații, transpirație, tremurături, înțepoșarea privirii, hiperpnee, agitație motorie etc.

Angoasa bulversează profund echilibrul personalității, ducând la o regresie atât în sfera gândirii, cât și a celei afective. Cauzele, ce provoacă pot fi diferite: un conflict interior, o activitate sexuală nesatisfăcătoare sau o pierdere în dragoste (doliu, respingerea din partea persoanei iubite), un eșec profesional etc.; asemenea cauze determină reactivarea unui vechi sentiment de abandon datorat precedentelor experiențe dureroase (N. Sillamy, 1996).

În unele cazuri, angoasa este generată, nu de situația reală, ci de fantasmele, reprezentările imaginare ale unei situații conflictuale inconștiente.

Luată în sine, angoasa nu este un fenomen patologic, fiind legată, generic, de condiția umană, de raportul dintre întăririle pozitive și cele negative ale manifestărilor de conduită în copilărie ori de raportul dintre dorințe și împliniri la vârstele adulte.

La vârsta adultă, când apar momente cruciale de viață, și se impune o nouă adaptare, individul poate intra, temporar, în angoasă. Dacă el se dovedește incapabil să-și creeze condiții propice de adaptare, sentimentul de insecuritate va continua să persiste, ducând la neuroză sau la psihoză.angoasa patologică, descrisă de nomenclatura medicală americană (DSM III, 1988) sub termenul de „tulburare, panică”, este simptomul clinic cel mai frecvent întâlnit în practica psihiatrică.

Tema 4. VOINȚA

4.1. Definirea și caracterizarea generală a voinței

Voința este unul din fenomenele cele mai complexe ale psihologiei omului, care este destul de dificil a fi determinată. În continuare se face o încercare de a clarifica starea contemporană și problemele de bază ale cercetărilor psihologice ale voinței.

Încă din antichitate și până în zilele noastre problema voinței atrăgea atenția savanților și cercetătorilor din diferite direcții ale psihologiei. Punctele de vedere exprimate diferă unele de altele, și nu de puține ori se situează chiar la poli opuși.

În legătură cu renașterea generală a interesului față de problemele umanitare, general-umane ale psihologiei în ultimile decenii s-a observat o atenție sporită față de fenomenul de voință.

Cândva, încă în secolele XVIII–XIX, această problemă era una dintre cele centrale în studiile psihologice. La începutul sec. XX, în legătură cu situația generală critică în această știință, voința a fost trecută pe planul doi. Ea s-a dovedit a fi cea mai *complicată* din acea mulțime de probleme, care era necesar de a le înainta și soluționa pe o bază metodologică nouă. Însă ignorarea sau neobservarea ei era imposibilă, deoarece ea face parte din acele fenomene psihice, existența și rolul important al cărora în viața omului nu necesită o demonstrare deosebită.

Din această cauză la începutul sec. XX și în următoarele decenii cercetătorii voinței au continuat, ce-i drept nu atât de activ, cu folosirea autoobservării în calitate de metodă de bază a dezvoltării fenomenelor legate de ea.

Însă, ca urmare a stării nesatisfăcătoare a cercetărilor voinței, mulți savanți renunțau la această noțiune ca la ceva științific, căutau să o schimbe cu caracteristici de purtare sau de alt mod, operaționale și verifcaționale, deci cu acele, ce se pot observa și aprecia. Astfel, în psihologia americană (behaviorismul în locul noțiunii de „voință” a început să utilizeze noțiunea „fermitatea comportării” – perseverența omului în înfăptuirea actelor comportării, înfruntarea obstacolelor corespunzătoare. Această perseverență, la rândul său, cercetătorii o determinau cu asemenea caracteristici ale personalității cum sunt scopul precis, răbdarea, îngrijirea, consecutivitatea, rezistența etc.

Cercetările psihologice ale voinței țin de diferite direcții științifice. Acum mulți savanți întreprind măsuri, orientate spre a renaște știința despre voință ca ceva unic, spre a-i atribui un caracter integrativ.

Unul din acei cercetători din Rusia, care a acordat o atenție deosebită acestei probleme, V.A. Ivannikov corelează soarta cercetărilor psihologice ale voinței cu lupta a două concepții de reglare a comportării umane:

- *reactivă*;
- *activă*.

Conform I concepții toată comportarea omului reprezintă reacțiile la diferiți stimuli interni și externi și sarcina studierii ei științifice se reduce la faptul de a găsi acești stimuli, de a determina legătura lor cu reacțiile. Pentru o atare interpretare a comportării umane noțiunea de voință nu este necesară.

Conform concepției a II-a, care în ultimele decenii a căpătat forță și-și găsește tot mai mulți părtași, comportamentul omului se concepe ca ceva activ, iar el însuși e perceput ca fiind înzestrat cu capacitatea pentru alegerea conștientă a formelor sale. Pentru o asemenea percepere a comportării, voința și reglarea volitivă sunt necesare. Ea impune o atenție deosebită privind problema voinței, cercetărilor științifice ale comportamentului uman.

În prezent se poate consemna o deosebire de ordin mai general între orientările psihologice de origine americană și cele de origine europeană: în cadrul celor dintâi, voința nu este prezentă ca problemă distinctă de cercetare și analiză și nu figurează în nici un manual sau tratat modern de psihologie generală; în schimb, psihologia europeană afirmă existența voinței ca entitate psihică distinctă și o abordează în individualitatea ei specifică.

În psihologia românească este precumpănit punctul de vedere, potrivit căruia voința trebuie să fie identificată, recunoscută și tratată ca entitate psihică ireductibilă.

Abordarea problemei voinței în psihologie a fost influențată semnificativ de tendințele și curentele manifestate în cadrul filosofiei. Astfel, voința ca atare a fost considerată fie ca o forță divină, ce situează omul deasupra și în afara influențelor situațiilor externe concrete, fie ca o tendință internă de opunere activă la aceste influențe, de contracarare a lor, de autodelimitare și autodeterminare. De aici s-a născut și contradicția sau opoziția dintre determinism și libertate în interpretarea vieții și activității omului în general.

Determinismul postula subordonarea necondiționată a traiectoriei comportamentale unor cauze independente de individ, iar când aceste cauze erau localizate în însăși structura profundă internă a individului în forma așa-numitului *destin*, se ajungea la *fatalism*: în tot ceea ce face și spre ce se îndreaptă omul, el se supune implacabil forței destinului.

Libertatea, dimpotrivă, exprimă posibilitatea ca omul să se „miște” independent în spațiul existențial, potrivit dorințelor sale. Acest atribut este întruchipat cel mai pregnant în *voință*. Ca atare, voința apare ca o „forță individuală”, care permite omului să se manifeste liber. Absolutizarea acestei forțe a condus la așa-numita concepție a *liberului arbitru*, potrivit căreia comportamentul uman este determinat exclusiv de voință și prin aceasta el devine independent de condițiile externe .

S-a ajuns până acolo încât să se afirme că întreaga filosofie a vieții se concentrează într-un singur cuvânt – „vreau”. Cele două concepții – fatalismul și liberul arbitru – sunt la fel de inadecvate pentru o înțelegere și explicare obiectiv-științifică a organizării psihicului și comportamentului uman.

Este evident că problema voinței se circumscrie în aria mai largă a determinismului și modului de organizare-desfășurare a comportamentului. Dar voința apare în acest context nu în calitate de factor cauzal primar, ci ca *mecanism de filtrare și raționalizare* (optimizare). Cauzele primare ale comportamentului se află fie în acțiunea declanșatoare a unor stimuli și situații externe, fie în incitarea din interior, din partea diferitelor pulsioni, tendințe și motive.

În psihologie, voința a fost derivată, fie de gândire (Herbart o definea un act elaborat prin intermediul gândirii și centrat pe efectuarea de alegeri și luarea de hotărâri), fie din afectivitate (Wundt o definea drept formă de organizare și stăpânire – gestionare rațională a afectivității).

Încercând să ajungă la o formulare mai operațională, J. Piaget demonstrează că putem vorbi de existența voinței în cazul când sunt prezente două condiții:

- a) un conflict între două tendințe (o singură tendință nu generează un act voluntar);
- b) când cele două tendințe dispun de forțe inegale, cedând una celeilalte, iar prin actul de voință are loc o inversare, ceea ce era mai slab devine mai puternic, iar ceea ce era inițial mai puternic este învins de ceea ce era mai slab.

H. Pieron atribuie calificativul de „voluntar” numai conduitelor organizate la nivelurile cele mai înalte și raportate la situațiile cele mai dificile. El afirmă că o conduită are un caracter

voluntar cu atât mai pronunțat, cu cât ea rezultă din predominarea mai pregnantă a tendințelor intelectuale.

P. Janet, creatorul psihologiei acționale și a conduitei, susține ideea că voința este o caracteristică a acțiunilor complicate social, care necesită un mare grad de mobilizare și se execută cu dificultate. În acest context, voința raportează acțiunea la tendințele sociale și morale, reținând-o prin amânare și pregătind-o mental prin intermediul limbajului intern.

În „Dicționarul de psihologie” al lui N. Sillamy (1996), **voința** este definită ca aptitudine de actualizare și realizare a intențiilor proprii. Actul voluntar, precedat de o idee și determinat de ea, presupune o reflecție și o angajare. Conduitele, care nu răspund acestui criteriu, nu depind de voință.

Cele de mai sus sunt suficiente pentru a demonstra complexitatea problemei voinței și lipsa de unitate metodologico-teoretică în abordarea și rezolvarea ei. Se consideră că cel mai adecvat este să situeze voința în *sistemul formelor și mecanismelor de reglare / autoreglare*, al căror rol principal rezidă în optimizarea comportamentelor orientate spre atingerea unui anumit scop cu valoare adaptativă.

O caracteristică generală a vieții este *activismul* – stare activă a organismelor vii, ca condiție de existență a lor.

Voința are funcția și rolul de organizare conștientă și autoreglatoare a activismului, orientată spre lichidarea dificultăților și obstacolelor atât interne, cât și externe.

Trebuie atrasă atenția asupra faptului că voința, pe de o parte, orientează acțiunile omului sau le frânează, pe de altă parte, – organizează activitatea psihică, pornind de la sarcinile existente, de asemenea și de la faptul că pentru apariția reglării volitive e nevoie de anumite condiții, de prezența anumitor dificultăți interne și externe

Voința se definește drept un proces psihic complex de reglaj superior, realizat prin mijloace verbale și constând în acțiuni de mobilizare și concentrare a energiei psihonervoase în vederea învingerii anumitor greutăți sau obstacole în activitate și atingerii scopurilor conștient stabilite.

Voința este numită de către psihologi „*reglajul reglajelor*”. Ea reglează rațiunea, activitatea cognitivă și practică a omului, precum și sentimentele. La om mecanismele interne de autoreglare se structurează și se integrează la două niveluri funcționale calitativ diferite: nivelul involuntar și nivelul voluntar.

Nivelul involuntar se caracterizează prin absența intenționalității, a analizei prealabile a condițiilor, a comparării – alegerii și a deliberării. El asigură declanșarea automată a acțiunilor de răspuns și centrarea ei directă pe obiectiv (efectul adaptiv final). Exemplul tipic al reglării involuntare îl constituie actele reflexive, ce stau la baza homeostazei fiziologice a organismului, reflexele de orientare-explorare-țintire în cadrul activității perceptive, reflexele de apărare. De nivelul involuntar se apropie actele comportamentale puternic automatizate, de genul deprinderilor și mai ales al obișnuințelor, a căror derulare nu mai reclamă un control conștient susținut și nici o concentrare specială.

Nivelul voluntar se subordonează, din punct de vedere structural, funcției reglatoare a conștiinței (deci el implică obligatoriu atributul conștiinței), iar din punct de vedere instrumental, se conectează la subsistemul motivațional, favorizând și optimizând finalizarea motivului în scop.

Elementele sale definitorii vor fi: *intenționalitatea* (acțiunea este intenționată), *analiza prealabilă a condițiilor*, *a raportului dintre scop și mijloc* (acțiunea va fi mediată de un model mental), *deliberarea și decizia* (acțiunea este rezultatul unei evaluări a raportului dintre avantaje și dezavantaje, dintre câștiguri și pierderi), *efortul* (acțiunea implică un anumit grad de mobilizare energetică, relativ direct proporțională cu dificultatea obstacolului).

„*Obstacolul*” devine pilonul central, în lucrul căruia se structurează și se dezvoltă mecanismul reglării de tip voluntar și voința ca dimensiune psihică. Acesta nu are însă un sens fizic, obiectual, ci unul psihologic, relațional, desprinzându-se și individualizându-se pe fondul interacțiunii subiectului – cu capacitățile și disponibilitățile lui – cu situațiile, pe care trebuie să le rezolve, în vederea satisfacerii unor stări proprii de motivație sau îndeplinirii unor obligații

(profesionale, sociale). Activitatea nu are o organizare uniformă și o desfășurare întotdeauna pe aceleași trasee și coordonate. Ea variază semnificativ atât în funcție de tabloul stărilor psihofiziologice interne ale persoanei, cât și de caracteristicile situațiilor obiective – grad de complexitate, nivel de dificultate, noutate etc.

Voința este un fenomen subiectiv, care nu are, în comparație cu alte fenomene psihice, anumite manifestări specifice externe sau indici fiziologici, pe baza cărora s-ar putea de studiat și apreciat. Afirmând aceasta, nu negăm posibilitatea studierii științifice, în parte, experimentale a voinței umane.

Asemenea tip de cercetări au fost realizate încă de la începutul sec. XX, în ele se folosesc anumite semne obiective de manifestare a voinței, precum și metoda de măsurare a ei. Însă în aceste cercetări voința umană este analizată indirect.

Fiziologii ruși I.M. Secenov și I.P. Pavlov au desfășurat natura reală a acțiunilor voluntare și mecanismele fiziologice, reieșind din legăturile obiective ale activității nervoase superioare (ANS). Ei au încercat să demonstreze natura reflector-condițională a acțiunilor voluntare și determinarea lor în condițiile mediului extern.

Baza fiziologică a acțiunilor voluntare este sistemul doi de semnalizare.

În acțiunile voluntare omul conștientizează atât acțiunile sale, cât și condițiile, în care trebuie să acționeze, însă aceasta este posibil numai cu ajutorul limbajului.

Semnificația voinței în viața omului, în dezvoltarea societății este greu de supraapreciat: toate realizările importante, schimbările, transformările istorice în relațiile social-umane ale omului.

Efortul volitiv este o formă deosebită de trăire emoțională, de încordare neuro-psihică, ce mobilizează resursele interne ale omului (fizice, intelectuale și morale), creează motive suplimentare pentru acțiuni, care lipsesc sau sunt insuficiente, pentru stările emoționale, de o tensiune accentuată. În rezultat, efortul volitiv ne ajută să frânăm acțiunea unor și să intensificăm acțiunea altor motive.

Există două funcții corelative de bază: funcția stimulatorie și de inhibiție.

Voința se manifestă prin încrederea omului în puterile proprii, prin hotărârea de a face acea faptă, pe care el singur o crede rațională, rezonabilă și necesară în situația concretă.

Voința presupune efortul, acesta fiind cu atât mai intens, cu cât sunt mai mari greutatea de înfruntat pentru realizarea scopului propus.

Fiind în *interacțiune* cu procesele psihice cognitive și afective, actele de voință reprezintă manifestarea unor gânduri și sentimente ale omului în acțiunile și faptele sale, de aceea voința este implicată în motivațiile conduitei.

4.2. Actele voluntare. Structura și fazele lor

În oricare acțiune întotdeauna se include voința, controlul volitiv. Însă în funcție de caracterul acțiunii acest control poate să se manifeste în mod diferit.

Dacă acțiunea este nouă, dificilă, ea necesită eforturi voluntare considerabile, controlul voluntar se manifestă accentuat. În cazul acțiunilor simple automatizate, voința se manifestă slab.

În stările afective acțiunile pot complet să excludă controlul volitiv. Ca formă și expresie a nivelului conștient al psihicului, activitatea voluntară se caracterizează prin două atribute esențiale:

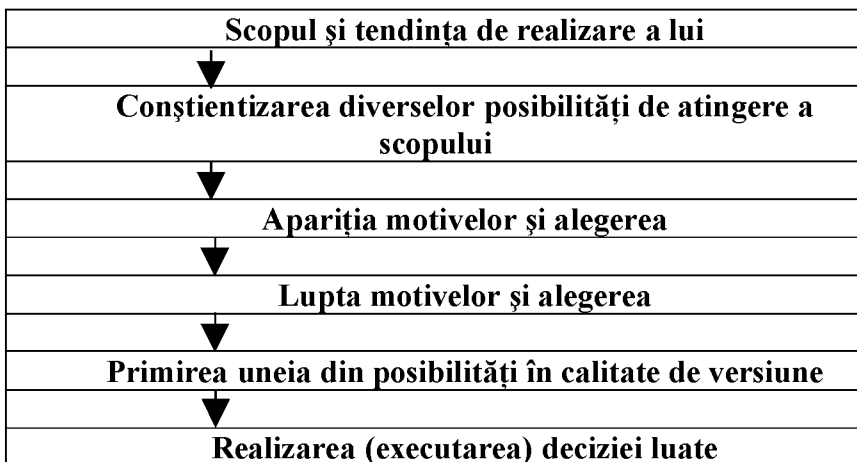
a) diferențierea și determinarea pregnantă a verigilor componente – *motivul, mijlocul și scopul* – cu posibilitatea transformării, la nevoie, a fiecăruia dintre ele în „obiect” de analiză specială și de evaluare;

b) prezența condiționării, atât în declanșarea acțiunii, cât și în modul de desfășurare a ei, condiționare, ce constă în corelarea și aprecierea permanentă a raportului dintre dorințe, scopuri, pe de o parte, și posibilități (subiective și obiective), pe de altă parte, între efortul întreprins și rezultatele înregistrate.

De aici decurge și caracterul serial-discursiv și multifazic al structurii și desfășurării actului voluntar.

Acțiunile voluntare sau actele pot fi divizate în *simple* și *complexe*. Actele voluntare simple de obicei constau din două faze – *formularea scopului și realizarea (executarea) lui*. Astfel de acțiuni nu caracterizează voința omului. În condițiile vieții cotidiene, a repetărilor multiple ele se automatizează și se transformă în acte neintenționate (nepremeditate).

Nivelul formării voinței umane caracterizează acțiunile voluntare complexe și faptele.



Schema 1. Etapele actului voluntar.

În acțiunile voluntare complexe sau de durată pot fi cu ușurință desprinse anumite momente sau faze în care reglajul voluntar se confruntă cu un anume specific și în mod diferit.

Fazele acțiunilor voluntare complexe:

I fază: *actualizarea unor motive, care generează anumite scopuri și orientarea preliminară spre ele.*

În primul moment al acestei faze, reglajul voluntar este abia la început și se manifestă doar ca orientare făcută pe baza legăturii dintre motiv și scop. Dacă se parcurge doar acest moment, se rămâne numai la o dorință. Trebuie să apară apoi și intenția de a realiza acel scop, care este, de obicei, formulată verbal, prin mecanismele limbajului interior și care este susținută de cercetarea modalităților concrete de desfășurare a acțiunilor.

A II-a fază: *lupta motivelor*, apariția mai multor motive și aferente lor, mai multe scopuri. Unele pot fi atrăgătoare pentru că realizarea lor aduce satisfacții imediate, dar de fapt, nu sunt prea valoroase pentru persoană. Altele sunt mai puțin tentante, prin rezultatele lor imediate, dar sunt importante pentru viitor. În aceste condiții reglajul voluntar se manifestă, cu precădere, drept deliberare în vederea alegerii – analiza fiecărei alternative și a consecințelor neglijării ei.

A III-a fază: *luarea hotărârii*, ce reprezintă urmarea unei decizii. Aceasta înseamnă alegerea unui motiv și scop și inhibarea, amânarea celorlalte. Momentul deciziei poate fi uneori dramatic. Decizia depinde de nivelul de aspirații, particularitățile temperamentale, dorința de a avea succes sau teama de eșec.

Prin reglajul voluntar se va realiza o permanentă confruntare între ceea ce se obține și ce s-a proiectat.

A IV-a fază: *executarea hotărârii luate*, deci realizarea efectivă a planului și atingerea reală a scopului.

Acum omul folosește o serie de mijloace materiale și mintale, cum sunt cunoștințele, deprinderile, priceperile etc. Desfășurarea secvențială a acțiunii este controlată prin confruntarea permanentă cu planul mintal și cu condițiile practice de desfășurare, realizându-se și modificări ale planului, dacă împrejurările o impun.

A V-a fază: *verificarea rezultatului obținut și formularea unor concluzii valoroase pentru activitatea viitoare.*

Unii dintre psihologii moderni, influențați de tezele existențialiste (J.P. Sartre) psihanalitice, contestă valoarea schemei clasice și mai ales importanța deliberării. Ei susțin că majoritatea actelor noastre sunt determinate de inconștient; ca urmare, deliberarea nu este decât o comedie, o raționalizare a *posteriorității*.

Ar fi corect să considerăm voința ca fiind expresia „Eu-lui”, dar și a personalității totale, a motivațiilor inconștiente, dar și a inteligenței, a învățării, a educației sociale.

4.3. Calitățile voinței

Ca formă superioară de autoreglare, voința exprimă un mod de organizare funcțională a întregului sistem al personalității și, ca urmare, pune în evidență o serie de atribute sau calități specifice, a căror influență se exercită asupra întregii vieți psihice, nu numai de nivel conștient, ci și inconștient. Aceste calități pot fi evaluate și exprimate în unități de măsură obiective: de forță, de timp, de frecvență.

Principalele criterii după care apreciem voința, sunt: 1) *forța*; 2) *perseverența*; 3) *consecvența*; 4) *fermitatea*; 5) *independența*.

Forța exprimă capacitatea mecanismelor de autoreglare, de a mobiliza și concentra energia neuropsihică și musculară în vederea asigurării rezistenței și riposteii necesare la presiunea pulsionilor interne sau a situațiilor și stimulilor din afară. Se poate afirma că o persoană posedă o voință cu atât mai puternică, cu cât ea poate să-și stăpânească, temperând, amânând sau frânând, trebuințe sau stări interne bulversate, de intensitate mai ridicată; în același timp, forța voinței este cu atât mai mare, cu cât amplitudinea obstacolului surmontat este mai mare.

Perseverența constă în menținerea efortului voluntar la nivel optim atât timp, cât este necesar pentru atingerea scopului, în pofida diverselor piedici și dificultăți, ce se pot ivi în cale. Opusul ei este renunțarea sau delăsarea, conduc la deconectarea mecanismelor de mobilizare energetică, pe măsură ce atingerea scopului întârzie și pe traiectoria spre scop apar obstacole noi sau eșecuri. Perseverența se poate măsura după numărul tentativelor, pe care un subiect le face întru rezolvarea unei probleme mai dificile sau întru a realiza ceea ce și-a propus, în condițiile apariției unor piedici neprevăzute. Pe lângă factorul educațional și exercițiu, ea depinde și de „rezerva energetică” a individului, exprimată în forța sistemului nervos și în echilibrul emoțional, tipul puternic și echilibrat fiind favorizat în raport cu tipul slab sau cu cel puternic neechilibrat. Fatigabilitatea și saturația rapide sunt stările, care, atunci când devin stabile (cronice), subminează din interior perseverența și fragmentează continuitatea efortului voluntar. Astfel, în surmenaj și în neuroză, subiecții manifestă frecvent lipsă de perseverență, renunțarea rapidă la continuarea efortului dacă rezultatul scontat întârzie să apară, evitarea de a se confrunta cu greutăți și obstacole cât de mici.

Consecvența se exprimă în stabilitatea scopului și a liniei de conduită, în concordanța dintre convingeri și acțiune, dintre vorbă și faptă. Ea se integrează în structura caracterului și devine o trăsătură axiologică (valorică) a personalității. Opusul consecvenței este inconsecvența, care constă în instabilitatea și fluctuația deciziilor, a hotărârilor și scopurilor, în discrepanța dintre convingeri și acțiune (duplicitate), dintre vorbă și faptă. Nivelul de elaborare și funcționare a consecvenței depinde de forța Eu-lui, de gradul de dezvoltare a motivației, de rol și de statut, de nivelul conștiinței demnității și mândriei personale. În plan executiv, consecvența este cea, care ne determină să trecem la îndeplinirea deciziilor luate și a promisiunilor făcute, asigură astfel unitatea dintre latura subiectivă internă (ideatică) și cea obiectivă externă (acțională) voinței.

Fermitatea reflectă stabilitatea operațional-instrumentală a deciziilor și hotărârilor luate în diferite situații, în pofida tentativelor potrivnice ale celor din jur, de a ne determina să revenim asupra lor, spre a le modifica sau anula. Atunci când hotărârile sunt obiectiv justificate, fermitatea favorizează instaurarea în relațiile interpersonale a unor repere clare și sigure, eliberate de echivoc și subiectivism. În acest context, persoana, care posedă o asemenea calitate, își va impune autoritatea și va câștiga respectul celorlalți. Opusul fermității sunt influențabilitatea

și oscilația. Comportamentul devine ezitant și fluctuant, el fiind până la urmă ghidat, nu atât de propriile convingeri și decizii, cât de influențele celor din jur. Dar atunci când un punct de vedere sau o hotărâre se mențin în ciuda netemeinicii lor evidente, dintr-o trăsătură pozitivă, fermitatea se transformă în una negativă

Independența exprimă capacitatea unei persoane de a-și organiza și duce viața pe cont propriu, pe baza inițiativelor, hotărârilor și scopurilor proprii. Opusul ei este dependența, ce constă în absența unui orizont și a unor repere existențiale clare, în dificultatea sau imposibilitatea de a lua o hotărâre sau de a trece la acțiune fără un sprijin din partea altcuiva. Deși presupune și anumite predispoziții innăscute, de genul potențialului energetic și activismului, independența este în cea mai mare parte rezultatul regimului educațional din copilărie. Un regim educațional echilibrat, bazat pe un raport optim între permisivitate și interdicție, între protecție și frustrație (severitate), este de natură să asigure modelarea în limite normale a independenței.

Independența, în sensul pozitiv al termenului, dă măsura autodeterminării persoanei în relațiile sale cu situațiile sociale externe, cu ceilalți semenii. Ea devine sursă de inițiativă și de acțiune, prin asumarea conștientă a răspunderilor și riscurilor corespunzătoare.

Calitățile voinței prezentate mai sus se află într-o permanentă relație de interdependență și condiționare reciprocă. Statistic, între ele se constată existența unei corelații pozitive semnificative, astfel că dacă una are valori ridicate și celelalte vor tinde să ia valori proporțional mari, și invers.

Se pare că trăsătura bazală, în jurul căreia gravitează celelalte, este forța sau tăria voinței. Când forța este slab structurată, devine puțin probabil ca perseverența, fermitatea sau independența să o compenseze, astfel încât să mențină voința la un nivel superior. De aici rezultă că educarea voinței trebuie să înceapă și să aibă în centrul obiectivelor sale forța. O voință puternică poate mai ușor dobândită și trăsăturile perseverenței, consecvenței, fermității și independenței. O voință slabă își subliniază din start dobândirea acestor trăsături.

4.4. Voința socială

Dintr-o dimensiune individuală, voința, ca formă conștientă și intenționantă de autoreglare, poate fi ridicată la rangul de *dimensiune socială*; ea caracterizează modul de relaționare a indivizilor în cadrul grupurilor și comunităților, determinând, în final, orientarea și gradul de coeziune al acestora. Astfel, de existența unei voințe sociale se poate vorbi atunci când vectorii voințelor individuale converg în proporție de cel puțin 50% spre un obiectiv cu semnificație generală.

Esența adaptivă a voinței sociale rezidă în conjugarea eforturilor și energiilor creatoare ale membrilor unei comunități pentru rezolvarea unor probleme specifice de dezvoltare – în plan economic, tehnologic, cultural, juridic-instituțional, relațional-moral etc. – și pentru afirmarea și integrarea în planul atitudinilor, mentalităților și comportamentelor individuale a unui anumit sistem de valori. Fără o asemenea voință, ar fi de neconceput existența unei vieți sociale normale și desfășurarea activităților integrate (economice, culturale, educaționale, militare), care stau la baza progresului social general.

Mecanismul psihologic, care permite articularea *vrerilor proprii la vrerile celorlalți*, constă în conștientizarea la nivel individual a dependenței satisfacerii motivației personale de mijlocirea sau medierea socială (din partea semenilor), a existenței unor interese generale supraordonate și a unor obligații, pe care fiecare trebuie să și le asume pentru a se integra și trăi în securitate în cadrul societății.

Cel, care a ridicat voința socială la rangul de factor esențial al dinamicii vieții sociale, a fost marele sociolog român D. Gusti. El considera că voința este o determinare funcțional-calitativă a societății ca ansamblu (sistem) organizat.

„Socialul este activitate, faptă; societatea este realitate vie, ea trăiește, întrucât se manifestă. Tocmai voința are uimitoarea calitate de a crea unitatea în cadrul comunităților, îndeplinind prin aceasta o funcție morală primordială (Gusti). Este temeinic argumentată prin strânsa legătură

dintre voință și conștiință, din care derivă modul specific uman de articulare a motivelor, scopurilor și mijloacelor. Impulsurile determină voința în mod nemijlocit, prin declanșarea și desfășurarea sentimentelor, acestea din urmă generează, cât și direcția voinței; o conștiință săracă în sentimente rămâne ineficace, potențială, pe când o conștiință cu o puternică încărcătură afectivă este caracterizată prin eficiență și actualitate.

Sunt desprinse trei aspecte fundamentale specifice, care exprimă motivarea rațională a ei. Ca principale structuri afective direcționatoare ale voinței sociale se specifică *iubirea de sine și simpatia*, ca sentimente primare, și *conștiința subordonării*, ca o sinteză creatoare a celor două. Dezvoltarea afectelor tipice este însoțită de apariția succesivă a mobilurilor tipice – reprezentări ale scopului și mijloacelor pentru atingerea lui. Caracterul social al voinței este derivat din determinarea ei de către scop și din faptul că ea se manifestă ca intenție, deliberare și acțiune teleonomică.

Iar scopul nu este niciodată izolat, ci întotdeauna condiționat în contextul social-național, religios, economic, el integrându-se în constelația altor scopuri și valori, care se raportează la familie, comunitate socială, epoci istorice la umanitatea însăși.

După raportul dintre scop și mijloc, Gusti a stabilit trei trepte de evoluție a voinței sociale: *mobilurile percepției, mobilurile intelectului și mobilurile rațiunii*.

Motivele percepției țin de o voință neevoluntară, instinctivă, scopul nu atinge nivelul unei reprezentări clare, individul recurgând la mijloacele, pe care le are la îndemână; acest stadiu caracterizează omul natural, lipsit de griji. Motivele intelectului și rațiunii sunt dirijate de conștiința scopului. Astfel, inteligența apare ca o capacitate de a căuta cu perspicacitate mijloacele cele mai potrivite scopului, de a cuprinde cu mintea și de a stăpâni scopurile, asigurând posibilitatea evaluării și alegerii lor. În funcție de reprezentarea scopurilor și mijloacelor se schimbă și caracterul voinței sociale.

Tema 5. ATENȚIA

5.1. Definiție și caracterizare psihologică generală

Atenția prezintă în sine un fenomen psihologic, în privința căruia până în prezent nu există o opinie unică. Dintr-o parte, în literatura psihologică se cercetează întrebarea despre existența atenției ca *fenomen psihic* de sine stătător. Astfel, unii autori susțin că atenția nu poate fi studiată ca fenomen independent, deoarece ea într-o măsură sau alta se găsește în oricare alt proces psihic.

Alți cercetători, dimpotrivă, susțin independența atenției ca proces psihic. Din altă parte, există divergențe în faptul, cărei grupe de fenomene psihice trebuie să atribuim atenția. Unii consideră că atenția este un *proces psihic cognitiv*.

Alții corelează atenția cu voința și activitatea omului, bazându-se pe faptul că orice activitate, inclusiv cognitivă, nu poate fi posibilă fără manifestarea anumitor eforturi volitive.

Atenția nu e proces psihic separat, ci un fenomen psihologic, o latură a vieții psihice, cu ajutorul căreia se dirijează toată viața psihică umană. Ea e acea latură a vieții psihice, prin intermediul căreia are loc orientarea și concentrarea activității psihice asupra fenomenelor și obiectelor cu sustragerea concomitentă de la toate celelalte.

Atenția este o stare psihologică, ce caracterizează intensitatea activității cognitive și se materializează în concentrarea ei pe un sector relativ îngust, (o acțiune, un obiect, un proces, un fenomen), care devine conștientizabil și concentrează asupra sa eforturile psihologice și fizice ale omului pe parcursul unei anumite perioade de timp.

Atenția ca atare nu reprezintă un proces psihic cognitiv, însă caracterizează condițiile evoluției oricărui proces cognitiv.

Prin *orientarea activității psihice* trebuie de subînțeles caracterul ei selectiv, deci separarea din împrejurime a obiectivelor concrete și fenomenelor sau alegerea unui anumit tip de activitate psihică.

În noțiunea de orientare se mai include de asemenea și păstrarea activității pentru o perioadă anumită de timp. Nu este îndeajuns numai să alegi o activitate sau altă, ca să fii atent – trebuie reținută această alegere, păstrată.

Atenția îndeplinește următoarele *funcții*:

- 1) *activează procesele necesare* în momentul dat și le înhibă pe cele, care nu sunt necesare;
- 2) contribuie la *selectarea bine orientată*, organizată a informației, ce vine din sursele solicitate;
- 3) asigură *concentrarea* de lungă durată a *activismului* la unul și același obiect.

Atenția ocupă un loc aparte în structura și dinamica sistemului psihocomportamental al omului. Ea nu este un proces cu conținut reflectoriu-informațional propriu și distinct – precum percepția, reprezentarea, gândirea sau procesele afective și motivaționale. Mai mult decât atât, ea nici nu are o existență și o desfășurare independentă, în sine, ci numai sau eminentă în contextul altor procese și activități psihice cu conținut și finalitate specifice.

Putem spune deci că atenția nu face parte din categoria proceselor psihice reflectorii, ci din cea a condițiilor și funcțiilor psihofiziologice mediatore-reglatorii. Implicit, ea nu poate fi încadrată în categoria proceselor nespecifice, deoarece este implicată în toate tipurile de situații și sarcini, care, prin ele însele, generează o activitate preferențială sau în care subiectul este interesat, realizând astfel prin „mijloace proprii” (mobilizarea voluntară, de pildă) o asemenea activare.

Ca atare, **atenția** poate fi definită drept un *proces psihofiziologic de orientare, concentrare și potențare selectivă a funcțiilor și activităților psihice și psihocomportamentale modale specifice în raport cu obiectul și finalitatea lor proprii, asigurându-le atingerea unui nivel optim de eficiență adaptivă*.

Ea este, înainte de toate, o condiție primară, de fond, o stare de pregătire psihofiziologică generală, ce se conturează în cadrul stării de veghe difuze și care face posibilă, principal, declanșarea unui proces psihic-conștient de percepție, de memorare, de reproducere, de gândire – sau efectuarea unei acțiuni instrumentale motorii (în plan extern).

Putem spune că atenția este un *operator comutativ*, care trece o activitate din *starea potențială* în *starea actuală* și dintr-o zonă de echipotențialitate într-o zonă de preferențialitate exclusivă (impunerea legii exclusivității).

În opinia multor cercetători prin imperativul „fii atent!” se înțelege modul de a ne mobiliza și canaliza, în modul cel mai adecvat, toate potențele și capacitățile în direcția ieșirii cu bine dintr-o situație dificilă sau a realizării obiectivului propus.

5.2. Mecanismele fiziologice ale atenției

Atenția, asemenea oricărui proces psihic, este corelată cu anumite fenomene fiziologice .

Baza fiziologică a selectării anumitor excitanți și decurgerea proceselor într-o anumită direcție formează excitația unor centre nervoase și inhibiția altora. Excitantul, care acționează asupra omului, provoacă *activizarea creierului*, cu ajutorul *formațiunii reticulare*.

Excitarea părții ascendente a formațiunii reticulare provoacă apariția oscilațiilor electrice rapide în scoarța creierului, conduce la creșterea mobilității proceselor nervoase, micșorează pragurile sensibilității.

În afară de aceasta, în activizarea creierului sunt puse în funcțiune sistemul talamic difuz, structurile hipotalamice etc.

Printre mecanismele „de pornire” a formațiunii reticulare trebuie de menționat *reflexul de orientare*. El prezintă în sine o reacție înăscută a organismului la oricare schimbare a mediului înconjurător la oameni și la animale.

Însă atenția nu poate fi lămurită doar cu ajutorul reflexului orientativ. Mecanismele fiziologice ale atenției sunt mult mai complicate. În literatura psihologică, de obicei, sunt cercetate două grupe fundamentale de mecanisme, ce realizează filtrarea excitanților: *periferice* și *centrale*.

Mecanismelor *periferice* le poate fi atribuită reglarea organelor senzoriale. După D.E. Broadbent, atenția – este filtrul, ce alege informația anume la intrări, deci la periferie. U. Neiser a denumit aceste mecanisme „*preatenție*”, corelându-le cu prelucrarea relativ aspră (gravă) a informației.

Mecanismele *centrale* ale atenției sunt legate de excitarea unor centre nervoase și inhibarea altora. Anume la acest nivel are loc accentuarea acțiunilor externe, ce este legată de puterea excitației nervoase provocate de ele. La rândul său, puterea excitației nervoase depinde de puterea excitației exterioare. Excitația cea mai puternică reprimă (domină) excitația mai slabă, care a apărut odată cu ea și determină decurgerea activității psihice în direcția corespunzătoare. Însă este posibilă contopirea (confluența) a doi sau mai mulți excitanți, care acționează în același timp și se intensifică reciproc.

Vorbind despre bazele fiziologice ale atenției, nu putem să nu menționăm două fenomene foarte importante: *iradierea proceselor nervoase și dominantă*.

Legea inducției proceselor nervoase, determinată de Șerrington și larg utilizată de I. P. Pavlov, într-un anumit mod lămurește dinamica proceselor fiziologice, care asigură atenția. Conform acestei legi, excitația, ce apare într-o regiune a scoarței emisferelor cerebrale, provoacă inhibiția în alte regiuni ale ei (așa-numita inducție reciprocă) sau se transformă în inhibiție în regiunea dată a creierului (inducția consecventă (succesivă)). Însă activitatea altor regiuni ale creierului este în acest timp legată de ceea, ce de obicei o numim activitate automatizată, inconștientă a omului.

Conform *principiului dominantei*, propus de A.A. Uhtomschi, fiziolog rus, în creier totdeauna există un focar de excitație temporar dominant, ce determină acțiunea centrelor nervoase în momentul dat și oferă prin aceasta o orientare anumită comportamentului omului.

Datorită însușirilor dominantei are loc sumarea și colectarea impulsurilor, care vin spre sistemul nervos, cu reprimarea activismului altor centre în același timp, din cauza căreia excitarea se intensifică mai mult.

Dominanta este un focar dominant stabil, datorită acestor particularități, care, la rândul ei permite să fie lămurit mecanismul nervos de susținere a intensității atenției. Aici o importanță deosebită are nu numai puterea excitației, ci și starea internă a sistemului nervos, determinată de influențele anterioare și de legăturile nervoase, ce au fost întărite deja.

Însă nici legea inducției proceselor nervoase, nici concepția dominantei nu lămuresc până la sfârșit mecanismele atenției, mai ales voluntare.

În comparație cu animalele oamenii conduc bine determinat cu atenția sa. De aceea dezvoltarea științei contemporane a condus la apariția unui șir de concepții, care au încercat să lămurească mecanismele fiziologice ale atenției.

Cercetătorii contemporani au atras atenția mărită asupra căutării mecanismelor fenomenului de atenție, cercetând *procesele neurofiziologice*.

5.3. Formele fundamentale ale atenției

În știința psihologică contemporană se accentuează câteva tipuri de bază ale atenției.

Tabelul 8

Tipurile atenției și caracteristicile sale comparative

Tipurile atenției	Condițiile apariției	Caracteristicile de bază	Mecanismele
Involuntară	Acțiunea excitantului puternic, de contrast sau de importanță și care provoacă o reacție emoțională	Involuntaritate, ușurința apariției și comutării	Reflexul de orientare sau dominantă, care caracterizează interesul mai mult sau mai puțin stabil al personalității.
Voluntară	Formularea și adaptarea conștientă a problemei	Orientarea în raport cu problema. Cere eforturi volitive, obosește (extenuază)	Rolul conducător al sistemului doi de semnalizare; inducția reciproc-negativă
Postvoluntară	Pătrunderea în activitate și apariția interesului în legătură cu aceasta	Se păstrează orientarea spre scop, se înlătură încordarea (tensiunea)	Dominantă, care caracterizează interesul apărut în procesul activității date

În studierea clasificării atenției este necesar să fie clar determinate criteriile de clasificare.

Primul criteriu este bazat pe prezența sau absența scopului și efortului voluntar, pe baza aceasta deosebim:

- 1) atenție *involuntară* (lipsește scopul și efortul volitiv);
- 2) atenție *voluntară* (sunt prezente atât scopul, cât și efortul volitiv);
- 3) atenție *postvoluntară* (este prezent scopul, însă efortul se poate micșora sau dispăre complet).

Al doilea criteriu se bazează pe orientarea conștiinței asupra mediului uman extern sau intern, aici deosebim:

- 1) atenție *internă*;
- 2) atenție *externă*.

Atenția internă se concentrează, prin dedublare, asupra vieții interioare, asupra propriilor imagini, gânduri, sentimente. Este atenția angrenată în actul de introspecție.

Atenția externă este orientarea conștiinței asupra mediului uman extern, ea este prezentă atunci când urmărim obiecte, fenomene din mediul ambiant ori mișcările sau acțiunile noastre externe.

Dat fiind faptul că atenția nu este omogenă și unidimensională, ci prezintă un tablou complex, eterogen, vom analiza mai detaliat și distinct fiecare din formele de bază ale atenției.

Atenția involuntară este forma elementară și naturală a atenției umane, care se declanșează și se menține spontan, fără intenție și fără vre-un efort voluntar special din partea subiectului. Ea se realizează pe baza reflexului de orientare, determinat de noutatea stimulilor și de modificările intempestive în ambianța familiară.

Mecanismul său direct îl constituie interacțiunea fizică dintre cele două verigi ale sistemului reticular activator ascendent (SRAA); *veriga bulbară* (a lui Magoun), care susține activarea difuză, respectiv, reflexul generalizat de orientare, și *veriga diencefalică* (a lui Jaspers), care susține activarea focalizată, respectiv, reflexul de orientare localizat.

Atenția involuntară intră frecvent în competiție și cu atenția voluntară. Dacă în timp ce ne concentrăm asupra unui obiect sau asupra rezolvării unei sarcini apare în câmpul nostru perceptiv un stimul nou puternic, brusc se întrerupe acțiunea în curs și locul atenției voluntare este luat de atenția involuntară (susținută de reflexul necondiționat de orientare).

În fine am putea spune că funcția principală a atenției involuntare este cea de explorare – investigare a noului și imprevizibilului și de pregătire a intrării în scenă a atenției voluntare, pentru performarea activităților adaptive specifice.

Atenția voluntară este forma superioară și specific umană de realizare a controlului conștient asupra evenimentelor din mediul extern și asupra propriilor acte psihocomportamentale. Ea constă în orientarea selectivă și în focalizarea deliberată a focusului conștiinței asupra unui obiect, sarcini sau activități și în menținerea acestei focalizări cât timp este necesar pentru finalizare sau pentru atingerea scopului propus. Nu se poate vorbi de conectarea acestei forme a atenției fără existența și formularea prealabilă a unui obiectiv sau scop: „vreau să-mi propun să ...”, „vreau să stabilesc ...” etc.

Atenția voluntară nu se menține fixată într-un punct; de regulă, ea urmează logica desfășurării evenimentelor și secvențelor activității, precum și pe cea a succesiunii situațiilor și solicitărilor obiective. Ea trebuie, deci, să nu fie nu numai concentrată, ci și mobilă, comutativă, distributivă.

Pentru situarea ei în limitele optime reclamate de activitatea curentă, recurgem permanent și la funcția reglatoare a limbajului, folosind *instructaje* anticipative de inducere a *set-urilor* pregătitoare și *comenzi secvențiale* („să fiu atent acum”, „să iau seama mai bine”, „să mă concentrez mai bine” etc.).

Atunci când sarcina de rezolvat prezintă o semnificație deosebită pentru noi, energia necesară concentrării atenției va fi furnizată nu numai de mobilizarea voluntară, ci și de *motivație*.

Pentru rezolvarea unei sarcini sau desfășurarea unei activități eficiente este necesar ca atenția voluntară să fie egal distribuită pe toate cele trei verigi componente de bază: *veriga aferentă* (intrarea), *veriga intermediară* (prelucrarea-interpretarea) și *veriga eferentă* (elaborarea, selecția și emiterea răspunsurilor sau rezultatelor corespunzătoare).

După criteriul rangului, atenția perceptivă și motorie este mai simplă și mai ușor de reglat, în vreme ce atenția voluntară intelectuală este mult mai complexă și mai dificil de susținut.

Sub raportul eficienței este evident că atenția voluntară e net superioară celei involuntare, care permite doar „constatare”, nu și elaborare - interpretare conceptual-teoretică.

Atenția voluntară intelectuală este implicată în soluționarea problemelor teoretice, în formularea și testarea ipotezelor, în elaborarea și testarea veridicității judecăților și raționamentelor.

Atenția postvoluntară. Pe măsura structurării, consolidării și automatizării schemelor operatorii ale proceselor cognitive și activității, efortul voluntar inițial – necesar concentrării și stabilității atenției – se reduce, coborând sub pragul de conștientizare la nivel optim. Pe lângă factorul consolidare-automatizare operatorie, trecerea atenției voluntare în atenție postvoluntară este facilitată de factori afectiv-motivaționali, care potențează și susțin prin energie proprie desfășurarea finalităților a comportamentului și activității.

Atenția postvoluntară este mult mai frecvent întâlnită în activitățile întrinsec motivate decât în cele bazate pe motivație extrinsecă. Ea capătă astfel valențe atitudinale, fiind corelată și reflectând selecțiile, orientările operate de subiect după criteriile sale valorice.

Nu trebuie să credem că o activitate se fixează și se desfășoară permanent și exclusiv pe fondul atenției postvoluntare. Apariția pe parcursul ei a unor obstacole sau sarcini noi, pentru care subiectul nu are pregătire sau elaborate schemele de răspuns, conduce automat la conectarea atenției voluntare, trecând prin atenția involuntară.

În concluzie, cele trei forme ale atenției nu sunt izolate și independente una de cealaltă, ci alcătuiesc o *unitate dinamică de tip ciclic*: atenție involuntară – atenție voluntară – atenție postvoluntară – atenție involuntară.

5.4. Dimensiunile (atributele) atenției

Indiferent de forma, în care se manifestă, involuntară sau postvoluntară, atenția pune în evidență un ansamblu de dimensiuni pregnant comparată și evaluată. Printre cele mai importante dimensiuni vom menționa următoarele: *volumul*, *concentrarea*, *stabilitatea*, *mobilitatea și distributivitatea*.

Volumul exprimă numărul „elementelor” sau „entităților” distincte (litere, cifre, silabe, cuvinte, figuri geometrice, imagini, obiecte), pe care un subiect le poate cuprinde simultan cu maximă și relativ egală claritate (în plan perceptiv sau în plan mental – reprezentare, imaginație).

Pentru cercetarea și evaluarea acestei dimensiuni, cel mai la îndemână este experimentul în sfera percepției vizuale, bazat pe tehnica tahiscopului. Datele obținute printr-un astfel de experiment au demonstrat că atunci când elementele sunt independente, fără legătură între ele, volumul atenției (perceptive) este cuprins în limitele numărului magic al lui Miller 7 ± 2 , deci 5 și 9. Valoarea concretă a acestui număr variază în funcție de subiect și de caracteristicile elementelor prezentate ca stimuli (cifrele se percep mai ușor decât literile, formele pătratice mai ușor decât cele triunghiulare, formele rotunde mai ușor decât cele alungite etc). Când trecem de la litere izolate la cuvinte, care devin stimuli principali, numărul literilor în câmpul atenției devine considerabil mai mare, dar al cuvintelor propriu-zise rămâne mai mic decât al literilor prezentate separat.

O altă variabilă, care influențează mărimea volumului atenției, este gradul de familiaritate al stimulilor: în raport cu stimulii familiari, valoarea volumului atenției va fi mai mare, iar în raport cu cei nefamiliali aceasta va fi semnificativ mai mică.

Concentrarea este, posibil, dimensiunea cea mai importantă a atenției, ea exprimând gradul de activare selectă și intensitatea focarelor dominante la nivelul structurilor și zonelor cerebrale implicate în realizarea procesului sau activității psihice specifice. Ea poate lua astfel valori diferite atât de la un subiect la altul, cât și la unul și același subiect, de starea sa internă (motivațională, afectivă, odihnă – oboseală etc).

Continuumul ei valoric, în plan funcțional, se întinde între extremele cunoscute în patologie – fixitatea, care se întâlnește în schizofrenie, și difuzitatea, care apare în sindromul frontal și în oligofrenie. În stare normală se poate vorbi de niveluri de concentrare – *slab*, *mediu*, *înalt*. Calitativ, concentrarea va fi exprimată în corectitudinea răspunsurilor la probele specifice de tip Bourdon, Anfimov, Kraepelin, probe de tip cod. Iar corectitudinea se evaluează prin raportarea numărului de răspunsuri corecte (N_c) la numărul de erori (bifări, greșeli+omisiuni). Dacă $N_c = N_c' / [N_c = \text{nr. absolut de răspunsuri corecte; } N_c' = \text{valoarea raportului } N_c / (O + E)]$ corectitudinea este maximă și ea indică o concentrare puternică; atunci când $N_c = (E + O) \cdot \text{avem de-a face cu o concentrare medie; când } N_c < (E + O)$, avem de-a face cu o concentrare slabă.

Profunzimea (intensitatea) concentrării poate fi apreciată și după rezistența la acțiunea factorilor perturbatori, distractivi: cu cât frecvența și intensitatea acestora, la care atenția poate rezista, sunt mai mari, cu atât concentrarea este mai profundă. Scăderea concentrării atenției poate fi luată ca indicator psihofiziologic obiectiv al oboselii.

Stabilitatea exprimă durata, în decursul căreia atenția se poate menține aproximativ la același nivel. Întrucât, în mod obișnuit, rezolvarea sarcinilor, cu care suntem confrunțați, reclamă un timp relativ îndelungat, de la câteva minute până la câteva ore, nu e suficient simplul fapt de a atinge nivelul cerut de concentrare a atenției, dar și menținerea acestui nivel cât timp este necesar pentru finalizarea activității începute. Performanțele mari în orice gen de profesie sunt facilitate, printre altele, și de stabilitatea atenției.

Stabilitatea, ca și concentrarea, se poate educa și dezvolta prin exercițiu, subiectului cerându-i-se să rezolve sarcini cu durate din ce în ce mai mari, și prin întăriri adecvate. Ea este însă condiționată și de anumite premise naturale, cum ar fi forța, mobilitatea și echilibrul proceselor nervoase fundamentale.

Mobilitatea (comutarea) reprezintă calitatea atenției de a se transfera rapid, la nivel optim de concentrare, de la o situație la alta, de la o secvență sau verigă a activității la alta, menținând totodată controlul (prin programul comportamentului conștient) asupra ansamblului. Grație

acestei calități, elementele și secvențele particulare se leagă într-o organizare spațio-temporală unitară. Prin aceasta, mobilitatea se deosebește și se opune simplei *fluctuații sau oscilații*, care reprezintă, în genere, o trăsătură negativă.

În timp ce mobilitatea este solicitată de desfășurarea normală a activității și se bazează pe ea, *oscilația (fluctuația)* se produce spontan și împotriva cerințelor obiective ale activității; dacă mobilitatea presupune menținerea nivelului optim al concentrării, oscilația afectează, în primul rând, concentrarea și se traduce ca scădere semnificativă a acesteia.

Distribuirea se referă la posibilitatea atenției de a permite realizarea simultană a două sau mai multor activități diferite. Aceasta este discutabilă. Unele date par a pleda în favoarea existenței reale a distributivității, altele împotriva. În formularea răspunsului se cere, așadar, prudență și să ținem seama de legea neurofiziologică obiectivă a exclusivității, potrivit căreia, într-un moment dat de timp, nu putem efectua decât o singură activitate principală. Acolo, unde se vorbește de distributivitate și de simultanietate, avem de-a face cu o comutare foarte rapidă.

Ca și celelalte dimensiuni ale atenției, și distribuirea poate fi educată, iar modelarea ei cea mai semnificativă se realizează în cadrul profesiei. Există profesii, cum sunt cele executiv-motorii, de pilotare a autovehiculelor, de conducere, pedagogică etc., care solicită din plin distributivitatea sau cel puțin comutarea rapidă între mai multe acțiuni sau verigi diferite.

În plan neurofiziologic bazal, distributivitatea este favorizată de mobilitatea și echilibrul proceselor nervoase și îngrădită de inerție și dezechilibru.

COMPARTIMENTUL V

SISTEMUL DE PERSONALITATE

Tema 1. PERSONALITATEA

1.1. Conceptul de personalitate. Aspecte teoretice și metodologice

Studiul efectuat asupra diferitelor procese, activități, structuri și stări psihice ale individului nu prezintă un scop în sine, ci urmărește obținerea unei imagini integrale, dinamice, cât mai comprehensive – sub aspect psihologic – asupra ființei umane.

În accepțiunea sa cea mai largă, termenul de personalitate denumește ființa umană considerată în existența ei socială și înzestrarea ei culturală.

Personalitatea integrează în sine (ca sistem) organismul individual, structurile psihice umane, și, totodată, relațiile sociale, în care omul se încadrează, și mijloacele culturale, de care dispune.

În cadrul științelor sociale, și mai ales, în viața de toate zilele sunt deseori utilizate noțiunile de om, individ, individualitate, persoană, personalitate. Însă deseori nu e concretizat sensul acestor cuvinte, ele fiind întrebuințate identice ca sens sau diametral opuse. În ambele cazuri se comite o greșeală. Pentru a evidenția deosebirea dintre aceste noțiuni trebuie explicate sensul lor.

În psihologie noțiunea de „om” semnifică următoarele:

1. „Om” – ființă biologică, pentru că este programat prin ereditate și așa cum spune un gânditor: „omul devine om pentru că se naște om”. Noțiunea de „om” semnifică apartenența la specia biologică „*homo sapiens*” (om cu rațiune), făcând parte din clasa mamiferelor superioare. Particularitățile omului, ce-l deosebesc de alte specii, sunt:

- mersul vertical;
- mâinile adaptate la muncă;
- creierul înalt dezvoltat, ce e capabil să reflecte realitatea în noțiuni și s-o transforme conform trebuințelor, intereselor și idealurilor sale.

2. „Om” – ființă psihologică, deoarece posedă cel mai înalt nivel de reflectare – conștiința explicită (reflexivă). Omul, ființă psihologică, posedă funcții psihice superioare, posedă limbajul și capacitatea de a cunoaște lumea înconjurătoare, este dotat cu gândire, memorie și voință.

3. „Om” – ființă socială, este cea mai esențială particularitate. Omul, în plan ontologic, fiind influențat de mediul social, acumulează o experiență socială, ce-l transformă și-l influențează mereu. Anume viața și relațiile sociale în care se încadrează omul, îl fac să devină tot mai mult un participant activ la activitățile sociale.

4. „Om” – ființă culturală, deoarece este un purtător și generator al valorilor culturale, al valorilor adevărului, binelui și frumosului, călăuzindu-se după semnificații, credințe și idealuri, conferind un sens superior propriei vieți.

Generalizând, menționăm că „omul” este un sistem **bio-psiho-socio-cultural**, ce se constituie fundamental în condițiile existenței și activității din primele etape ale dezvoltării individuale în societate.

Omul este și poate fi privit ca o entitate, un tot unitar și relativ autonom.

Termenul de **individ** desemnează „acea totalitate a elementelor și însușirilor fizice, biochimice, biologice și psihofiziologice – înnăscute sau dobândite – care se integrează într-un sistem pe baza mecanismului adaptării la mediu”. Desemnând unitatea integrativă indivizibilă rezultată în virtutea procesului vieții și a acțiunii legilor evoluției biologice, termenul individ se aplică tuturor organismelor vii. Fiind o entitate biologică și o unitate structural și funcțional indivizibilă, omul este primordial, un individ.

Individul este privit ca un purtător al însușirilor genotipe generale distincte speciei, din care face parte, exemplar dintr-o categorie.

Individualitatea se referă, în schimb, la o realitate psihologică specială; la structurarea în interiorul individului a proceselor sale conștiente, a trăsăturilor psiho-fizice, a diferitelor însușiri personale într-o formă unică, irepetabilă la ceilalți.

În acest sens, fiecare om este o individualitate distinctă. Individualitatea omului se poate exprima în orice sferă a activității psihice: intelectuală, emotivă, volitivă, atitudinală. Originalitatea intelectului constă în modul deosebit de a percepe și a înțelege, de a înainta și a rezolva probleme. Individualitatea ca structură interioară caracterizează personalitatea mai amplu, mai concret și totodată are loc deosebirea și diferențierea unei personalități de alta.

Persoana desemnează specificarea umană, deoarece numai oamenii pot fi numiți astfel. Persoana, fiind o fațetă a personalității, o atitudine exterioară, care constă dintr-o totalitate de însușiri, relații și calități exterioare, indicând identitatea socială a individului.

„Persoana” este manifestarea actuală a omului într-o situație socială dată, manifestare, care se subordonează unui anumit rol, purtând un nume, o stare civilă și fiind investită cu funcții, datorii și drepturi în grupul, în care activează.

Omul, ca persoană, îndeplinește roluri și dispune de statusuri sociale, deci el apare ca un personaj. Actor pe scena vieții, fiecare își modelează structurile profunde de persoană după împrejurările, în care se află, și dezvoltă comportamente conforme cu rolul / statutul său de părinte sau copil, profesor sau student, șef sau subordonat, producător sau consumator, șofer sau pieton, gazdă sau oaspete, profesionist sau nespecialist etc., de fiecare dată apărând ca un personaj mai mult sau mai puțin original.

O noțiune mult mai integră decât cele definite anterior este noțiunea de personalitate. Termenul de **personalitate** cuprinde întreg sistemul atributelor, structurilor și valorilor, de care dispune o persoană. De aceea, personalitatea implică și evaluări privind calitățile personale, rolurile și statuturile, de care dispune respectiva persoană. Trebuie luat în considerație și nivelul suficient de maturitate socială. În acest caz, copilul mic (până la 3 ani) sau omul cu psihicul bolnav, bunăoară, nu pot fi considerați personalități.

Somitare este un mare specialist într-un anumit domeniu al științei; o personalitate extraordinară.

1.2. Personalitatea ca obiect de studiu psihologic

Termenul **personalitate** – cu rădăcina în **persona** – în pofida faptului că are un caracter foarte abstract, a intrat în circuitul comunicării din cele mai vechi timpuri.

În latina clasică se folosea numai cuvântul **persona**, care, inițial, însemna mască, aparență. Treptat, sensul termenului s-a întregit, conferindu-i-se o funcție distinctivă nouă – cea de a reprezenta și *actorul* din spatele măștii. Astfel, *persona* a ajuns să exprime reunirea trăsăturilor psihomorale interne și psihofizice externe.

Termenul a fost apoi asociat și cu aspectele diferențiale, folosindu-se pentru a desemna un om important (personaj, paroh).

În zilele noastre se vorbește tot mai mult despre personalitatea unui om și impactul acesteia asupra societății. „Personalitatea umană” este un subiect vast, căruia i s-au dat numeroase interpretări și definiții.

În a. 1931, G.W. Allport enumera peste 50 de definiții, iar astăzi McClelland găsește peste 100 de definiții ale termenului. Cu toate acestea, subiectul rămâne încă foarte puțin cunoscut.

Termenul ca atare de personalitate se folosește în accepțiuni foarte diferite, dobândind astfel un caracter înalt polisemantic. Deosebirile semantice se evidențiază în cadrul principalelor discipline socio-umane, care și-l includ în sistemul lor conceptual: sociologia, politologia, etica, istoria, pedagogia, psihologia. Să luăm, de pildă, sociologia și politologia: prima folosește termenul respectiv în sens diferențial-restrictiv, atribuindu-l indivizilor, care, prin contribuția adusă într-un sector sau altul al culturii materiale și spirituale, se ridică deasupra celorlalți; cea de-a doua, dimpotrivă, folosește acest termen în sens larg, pentru a desemna orice om normal ca

membru al unei comunități sociale (personalitatea exprimând, în acest caz, modul specific de organizare psihocomportamentală a omului în contextul vieții sociale, al culturii și istoriei).

Reținem, așadar, că psihologia operează cu termenul de personalitate în referirea sa la orice om normal: fiecăruia dintre noi, ea ne atribuie calificativul „personalitate”. În „*Dicționar de psihologie*” de Norbert Sillamy **personalitatea** este definită astfel: „...element stabil al conduitei unei persoane, ceea ce o caracterizează și o diferențiază de o altă persoană”. Pentru **sociologie** personalitatea este „expresia socioculturală a individualității umane”. („Dicționar de Sociologie” – coord. C. Zamfir, L. Vlasceanu).

După *A.T. Asmolov* **personalitatea** este totalitatea, sistemul însușirilor individual-specifice ale omului, create în decursul vieții, cu care se apreciază specificul în mentalitatea și comportamentul omului concret. Ea se formează în primul rând prin rolul său social, pe care-l îndeplinește.

O definiție mai structurală este cea propusă de *H.C. Warren*: „Personalitatea este întreaga organizare mintală a ființei umane în orice stadiu al dezvoltării sale. Ea îmbrățișează fiecare aspect al caracterului uman: intelect, temperament, abilitate, moralitate și fiecare atitudine, care s-a format în cursul vieții cuiva”.

De aceeași factură poate fi considerată definiția lui *R. Linton*: „Personalitatea este ansamblul organizat al proceselor și stărilor psihofiziologice aparținând individului.

Menționăm și definiția propusă de *P. Lecky*, care subliniază rolul factorului cognitiv subiectiv în organizarea internă: „**Personalitatea** este o schemă unificată a experienței, o organizare de valori, care sunt compatibile între ele”.

Încheiem seria definițiilor prin structura internă cu formularea, pe care ne-o propune însuși *G. Allport*: „**Personalitatea** este organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psihofizice, care determină gândirea și comportamentul său”.

Pentru a înțelege mai bine, vom explica în continuare conceptele din această definiție:

a) *organizarea dinamică* – formarea structurilor sau ierarhiilor de idei și deprinderi, care ghidează și organizează în mod dinamic activitatea;

b) *psihofizic* – personalitatea nu este nici pur psihică (mentală), nici pur biologică (nervoasă), ci o unitate complexă psihofizică;

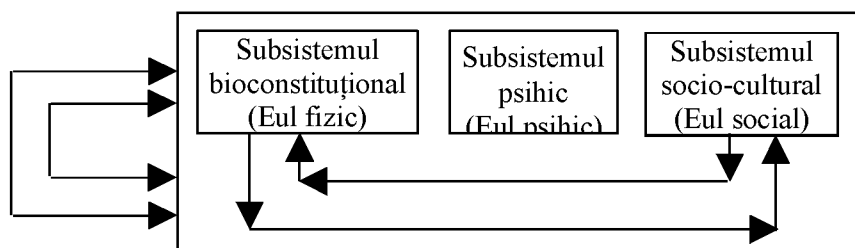
c) *sisteme* – orice sistem este un complex de elemente într-o interacțiune reciprocă. O deprindere este un sistem, la fel și un sentiment, o trăsătură, un concept, un stil de comportare. Aceste sisteme există în mod latent în organism chiar când nu acționează. Sistemele sunt „potențialul nostru de activitate”;

d) *determină* – personalitatea este ceva și face ceva. Sistemele psihofizice latente motivează sau direcționează o activitate și o gândire specifică atunci când intră în acțiune. Toate sistemele, care compun personalitatea, trebuie considerate ca tendințe determinate. Ele exercită o influență directoare asupra tuturor actelor expresive, prin care personalitatea ajunge să fie cunoscută.

e) *caracteristic* – „orice comportament și orice gândire sunt caracteristice persoanei și (...) sunt unice pentru aceasta”;

f) *comportament și gândire* – „personalitatea se manifestă, se dezvoltă în ceea ce gândește, simte și face omul. Acești doi termeni constituie o etichetă pentru a desemna tot ceea ce poate un individ să facă”.

În concluzie menționăm că personalitatea constituie un bloc din 3 determinanți: biologic, psihic și socio-cultural.



Personalitatea

Fig. 16. Schema-bloc a sistemului personalității.

Din această schemă observăm că personalitatea este o realitate complexă, care nu poate fi studiată de o singură știință. E evident faptul că ea trebuie să facă obiectul a cel puțin trei grupe de științe: *biologice, psihologice și socio-culturologice*.

Ca urmare, **Personologia** sau știința a personalității nu poate fi decât o *construcție interdisciplinară integrată*, în care să se articuleze, într-o structură teoretico-explicativă unitară, datele celor 3 grupe de discipline.

Din cele de mai sus rezultă că psihologia nu-și poate revendica dreptul de monopol sau de exclusivitate în studiul personalității. Domeniul său de competență îl reprezintă doar componența psihică. Luată sub aspect psihologic, personalitatea se identifică, în linii mari, cu programele și structurile sistemului psihic uman (SPU), G. Kelly a introdus termenul sugestiv de „*constructe personale*”, care se elaborează în baza experienței proprii și sunt implicate în decizii.

Caracteristicile „constructelor personale”

1. Constructele personale (trăsături, structuri, factori de personalitate) – sunt formațiuni integrate, sintetice, care reunesc diferite funcțiuni și procese psihice.

De exemplu: Dispoziția spre comunicare implică nu numai limbaj, dar și motivația, trebuința de a comunica și totodată un mod de a gândi și simți.

2. Constructele personale dispun de o *relativă stabilitate*, se manifestă constant în conduită, neputând fi radical modificați în situații accidentale.

De exemplu: Cine este înzestrat cu răbdare, cu stăpânire de sine și calm, de cele mai multe ori dovedește aceste calități și numai excepțional abdică de la ele.

3. Constructele personale tind spre *generalitate și caracterizează pe om în ansamblul său* și nu numai într-un anumit raport concret.

De exemplu: Inteligența generală, modalitatea temperamentală, fermitatea în atitudini se manifestă în cele mai diverse situații și independent de acestea.

4. Constructele personale dispun totuși de o oarecare *plasticitate*, nu sunt total rigizi, putându-se restructura și perfecționa sub presiunea condițiilor de mediu.

De exemplu: mentalitatea conservatoare trebuie să cedeze în fața forței transformărilor revoluționare.

5. Constructele dominante în sistemul de personalitate al subiectului sunt *defenitorii* pentru el, îl exprimă în ce are el esențial ca om cuminte sau turbulent, talentat sau incapabil, respectuos sau insolent etc.

Totalitatea structurată a factorilor de personalitate, la care prin dezvoltarea sa subiectul a ajuns, reprezintă o stare de fapt, este însăși „*substanța*” personalității, ce se confruntă cu lumea.

De aceea, pe baza cunoașterii structurilor de personalitate se pot face previziuni asupra reacțiilor și conduitei subiectului într-o situație dată sau în fața unei sarcini, ce i se încredințează.

Însuși subiectul, care se observă și se compară cu alții ajunge să-și constate capacitățile și trăsăturile sale. Uneori, se laudă cu ele, alteori se resemnează fatalist: „așa sunt eu și n-am ce face”. Dar omul nu este, totuși, un automat orb; el se cunoaște și poate decide asupra ce să facă și cum; el, fiind conștient de sine, încearcă mereu să-și ia în stăpânire propria ființă cu tot ce are ea, inclusiv structurile personale.

O lege fundamentală a sistemului de personalitate este **autodepășirea și realizarea de sine**.

1.3. Structura integră a personalității

Personalitatea se caracterizează prin două trăsături fundamentale:

– prin *stabilitate*, ceea ce înseamnă o modalitate de exteriorizare și de trăire interioară relativ neschimbată în timp. Cu toată plasticitatea și modificarea manifestărilor psihice ale personalității, totuși, foarte limpede rezultă o relativă constanță a structurii sale psihice, ceea ce, în special, permite să se prevadă comportarea unei anumite personalități într-o situație dată.

– prin *integrare (unitate)*, deci prin formarea unei unități și totalități psihice. Personalitatea omului e un tot întreg, unde fiecare trăsătură este indisolubil corelată cu altele și se poate schimba complet dacă acest lucru îl cer raporturile cu alte trăsături ale personalității.

În descrierea științifică a personalității, psihologia apelează la conceptele de structură. Personalitatea ne apare ca un ansamblu de structuri.

Structura personalității după *Rubinștein I.L.* poate fi prezentată astfel:

1. Orientarea personalității – se manifestă în trebuințe, necesități, interese, idealuri, convingeri, motive dominante ale activității, în comportament, concepția despre lume.

2. Procese psihice și activitatea cognitivă:

- cognitive (senzații, percepții, memoria, gândirea, limbajul, imaginația);
- volitive (voința);
- afective (emoțiile și sentimentele).

3. Particularitățile individual-tipologice se manifestă în temperament, caracter și aptitudini.

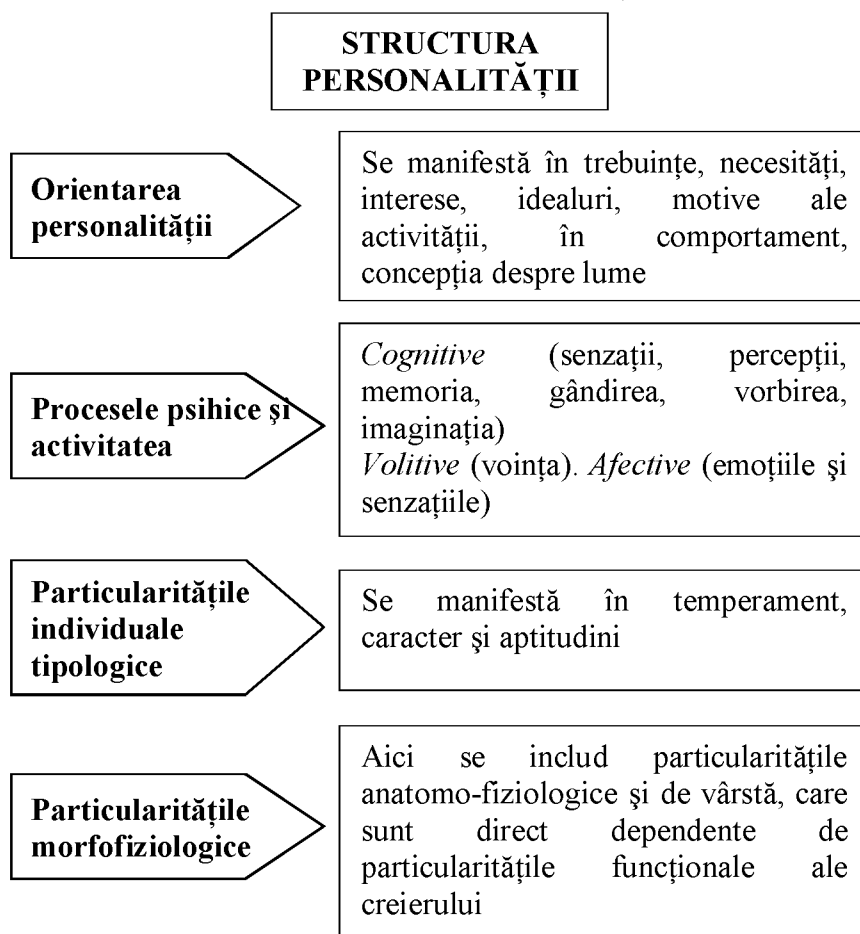
4. Particularitățile morfofiziologice – includ particularitățile anatomo-fiziologice și de vârstă, care sunt direct dependente de particularitățile funcționale ale creierului.

Tabelul 9

Structura personalității după Platonov K.

Substructura orientării personalității	Substructura experienței sociale
Unește atitudinile și calitățile morale ale personalității. Trebuie evidențiate nivelul, larghețea, perseverența, rezistența, și activismul În formele orientării personalității se manifestă atât atitudinile, cât și calitățile morale	Include cunoștințele, priceperile, deprinderile și abilitățile acumulate în experiența proprie, prin învățare
Substructura formelor de reflectare (psihologică)	Substructura biologic condiționată
Cuprinde particularitățile individuale ale unor procese psihice, care se formează în procesul vieții sociale	Întrunește particularitățile tipologice ale personalității, particularitățile genitale, de vârstă și transformările ei patologice, care în mare măsură sunt dependente de particularitățile morfofiziologice ale creierului

Structura personalității (după Rubiștein S.L.)



1.4. Tipologia personalității

Personalitatea poate fi abordată din perspective și din direcții variate. Există numeroase teorii și concepții privind tipologiile personalității.

C. Enăchescu, de exemplu, referindu-se la tipurile de personalitate, enumeră următoarele concepții principale:

- 1) *tipologii morfo-fiziologice;*
- 2) *tipologii fiziologice;*
- 3) *tipologii psihologice pure.*

Teoriile personalității au izvorât din clinică și au fost sugerate de practica medicală. Teoriile personalității bazate pe elemente tipologice au fost realizate în special de către medici, fapt pentru care s-au folosit drept criterii aspectele morfologice ale corpului, factorii fiziologici sau psihologici, precum și aspectele clinice sau chiar predilecția pentru o anumită boală somatică sau psihică. Prezentăm în continuare câteva dintre tipologiile cel mai des utilizate.

Bazându-se pe analiza cazurilor din clinica psihiatrică, E. Kretschmer edifică o tipologie morfo-psihică, înfățișând trei tipuri principale și unul secundar:

– *Tipul picnic* sau *ciclotim* – se caracterizează prin cap rotund, față rotundă, gât scurt, trunchi plin și rotund, membre subțiri. Din punct de vedere psihiatric, picnicii reacționează ca

persoană unitară, sunt sociabili. Ei sunt preocupați mai curând de aspectele concrete ale realității, sunt mai curând „empiriști”. Viața lor sufletească se desfășoară prin oscilații între euforie și depresiune.

– *Tipul leptosom* sau *schizotim* – se caracterizează prin fața uscățivă, gât lung, corp subțire, torace lung și plat. Ei sunt (sau par) închiși, timizi, nesociabili, singuratici, enigmatici, reci, indiferenți la lumea din jur sau chiar ostili față de mediu. Conduita lor este frecvent neadecvată. Gândirea lor este abstractă, cu capacitatea de a sesiza detaliile. Dintre leptosomi se recrutează mulți teoreticieni, formalisti, fanatici.

– *Tipul athletic* – se caracterizează prin corp înalt, de construcție solidă, capul este adesea rotund, corpul este bine proporționat. Athleticul este liniștit în mișcări, mai curând greoi, imaginația este redusă, dar perseverența este remarcabilă. Tipul athletic este caracterizat psihic prin vâscozitate și explozivitate.

– *Tipul displastic* – (tip net „anormal”, submorbid sau chiar morbid) – se caracterizează în special prin dismorfie.

Fundamentându-și tipologia pe un criteriu embriologic, W.H. Sheldon realizează o sistematică morfologică în funcție de predominanța țesuturilor derivate din cele trei foiețe embrionare: endoderm, mezoderm și ectoderm. Tipurile somatice realizate sunt corelate cu o dimensiune psihologică, la rândul ei ilustrată prin aproximativ 20 de trăsături particulare. Se descriu astfel:

– *Tipul endomorf* – amabil, iubitor de comodități, de spectacole și de tovărășie, curios și tolerant, satisfăcut de sine însuși, atașat de familie și de trecut. Dimensiunea psihologică a acestui tip ar fi ilustrată prin: atitudine relaxată, latență crescută în declanșarea reacțiilor, mică amplitudine emoțională, toleranță, extraversie.

– *Tipul mezomorf* – are sistemul muscular și cardiovascular bine dezvoltate: puternic, plin de energie, foarte dur, curajos, combativ și chiar agresiv, iubitor de aventură și de exerciții, cu tendințe dominatoare, trăind mai ales în prezent, caracter energic, cu gust al riscului și hazardului.

– *Tipul ectomorf* – are sistemul nervos dezvoltat și sensibil. Este, de obicei, slăbănog și fragil, cu mișcări dizarmonice, dar cu reacții fiziologice vii. Este foarte sensibil la durere. Iubitor de singurătate, nesigur pe sine, introvertit, egoist.

Teoria psihoanalitică a personalității

Teoria psihoanalitică a personalității este elaborată de Sigmund Freud, se atribuie la tipul celor psihodinamice, neexperimentale și structural dinamice, care cuprind toată viața omului și folosesc însușirile psihologice interne la descrierea lui ca personalitate, în primul rând, necesitățile lui și motivele. Este una din cele mai răspândite teorii în psihologia personalității.

Sigmund Freud (1856–1939) – psiholog din Austria, preocupat de psihoterapie. Un timp S.Freud a lucrat cu Iosif Breier, care a pus baza teoriei psihoanalitice. Breier pe larg folosea hipnoza. Pacienții lor mai des erau femeile, care sufereau de isterie. Boala se manifesta în diferite simptome: fobii, pierderea sensibilității, dedublarea personalității. Pacienții erau rugați de către Freud și Breier să povestească despre toate împrejurările, care au însoțit apariția simptomelor bolii. S-a observat că în cazurile când bolnavii reușeau să-și amintească despre aceasta, simptomele dispăreau, cel puțin pe un timp. Breier a numit acest efect „catarsis”, ceea ce înseamnă curățire. În aceste experimente clinice a apărut ideea, la care nu o dată a revenit Freud. Pe prim plan au apărut relațiile conflictuale dintre conștient și inconștient, care dereglează cursul normal al conduitei stărilor psihice. Noile gânduri ale lui Freud și Breier erau legate de rezistența, care este opusă de către conștient-inconștient, în rezultatul cărui fapt și apar bolile organelor de simț. Apelarea la început la hipnoză, mai târziu la „asociațiile libere”, permiteau atenuarea acestei rezistențe. Hipnoza slăbea controlul conștiinței, iar câte odată aducea la

dispariția lui. Aceasta ușura rezolvarea problemei pacientului, atunci când el era rugat să povestească despre retrăirile refulate din conștiință.

Un alt moment important, descoperit de acești doi savanți, a fost transferul – cazurile, când pacientul își transfera retrăirile vieții sale asupra personalității psihoterapeutului. Transferul, asemenea hipnozei, a devenit un procedeu de a pătrunde în sfera pulsioniilor înăbușite, refulate. Mai târziu Freud a considerat că nu e nevoie de hipnoză și a exclus-o.

Freud considera autoconștiința omului comparabilă cu vârful unui aisberg, era de părere că numai o parte neînsemnată din ceea ce se petrece în sufletul omului îl caracterizează ca personalitate și el e conștient de aceasta. Numai o parte mică a faptelor omul e în stare să le lămurească, să le descrie, să le înțeleagă.

Partea principală se află în sfera inconștientului, și numai metodele speciale, elaborate în psihoanaliză, permit de a pătrunde în ea.

Concepția lui Freud cuprinde 2 domenii: o doctrină psihologică și o terapeutică a bolilor psihice. Doctrina sa psihologică se bazează pe trei noțiuni principale:

1. Ideea de înăbușire de către conștiință a unor tendințe sau reprezentări, împinse într-o regiune psihică în afara conștiinței – numită refulare.

2. Noțiunea de inconștient – viața spirituală nu se limitează la conștiință, alături de aceasta există o realitate psihică inconștientă, ce influențează viața psihică conștientă.

3. Noțiunea de libido-tendință sexuală, care ar fi la baza impulsurilor și tendințelor, pe care conștiința le împinge în inconștient. Lucrurile se complică când aceste reprezentări au un potențial afectiv și nu sunt indiferente.

Freud evidențiază două trebuințe, care determină activitatea psihică a omului: libidoul și agresivitatea. Însă din cauza că satisfacerea acestor necesități este împiedicată de obstacole din mediul înconjurător, ele sunt refulate și formează sfera inconștientului. Câte odată ele iese din inconștient, ocolind „cenzura” conștiinței și se exprimă în simboluri. Psihoanaliza lui Freud nu s-a limitat la sfera psihologică, dar s-a răspândit asupra întregii istorii a culturii umane.

Toate acțiunile omului prezintă simboluri ale necesităților, refulate în inconștient, ele se pot manifesta în scriere, în vorbire. În mituri, obicei Freud de asemenea vedea o simbolizare a necesităților biologice refulate.

În structura personalității, elaborate de Freud, sunt incluși 3 componenți de bază:

1. **Id** (sinele);

2. **Ego** (eu);

3. **Super-ego** (supra-eu).

Id – este sfera inconștientului, aici domină instinctele incoștiente refulate, acționează după principiul plăcerii.

Ego – pe de o parte urmează instinctele inconștiente, pe de altă parte, se supune normelor și cerințelor realității.

Super-egoul este totalitatea normelor morale ale societății, ea îndeplinește rolul de „cenzură”. În așa fel, Ego se află în situație de conflict, căci Id și Super-ego sunt incompatibile. Din această cauză Ego (eu-l) mereu recurge la mecanisme de apărare: refulare, sublimare. Însăși refularea se efectuează inconștient. Însă motivele, retrăirile, sentimentele, care se transferă în inconștient, continuă să acționeze, manifestându-se prin simboluri, printr-o activitate, care e potrivită pentru cenzură.

Pentru îndeplinirea variatelor funcții ale formelor activității, Freud a evidențiat un întreg sistem de mecanisme speciale (sublimarea, proiecția, transferul, refularea, regresia, etc.). Organismul e privit ca un sistem energetic complicat, condus de legea păstrării energiei. De aceea, dacă libidoul e stopat într-o manifestare a sa, el neapărat trebuie să producă oarecare alte efecte. Super-egoul asigură acceptarea socială a acestor mecanisme. Însă dacă aceasta nu-i reușește, conflictul dintre Id și Super-ego se acutizează, funcționarea normală a sistemului este dereglată, libidoul blocat își găsește expresia în simptomele bolii – nevroza.

La mijlocul secolului trecut a început o reformare a învățaturii lui Freud – a apărut o nouă tratare a inconștientului – neofreudismul. O tendință de a ignora baza învățaturii lui Freud găsim în psihologia analitică a lui K. Jung, în psihologia individuală al lui A. Adler, în psihologia epigenetică al lui E. Erikson, în teoriile lui G. Sullivan.

Critica lui Freud era orientată asupra tendințelor biologizatoare ale concepției sale, neofreudiștii au încercat să socializeze învățătura lui.

Karl Jung (1875–1961) – psihiatru, psiholog elvețian, fondatorul psihologiei analitice, fiind un adept al lui Freud, a elaborat una din metodicile experimentului asociativ, a introdus noțiunea de „complex”. Mai târziu Jung s-a îndepărtat de Freud și freudism, înaintând părerea că în afară de subconștientul individual mai există și inconștientul colectiv. Prima pricină a contradicției dintre ei e ideea pansexualismului, elaborată de Freud.

Sistemul său Jung l-a numit „psihologie analitică”. Jung considera că baza vieții spirituale o constituie experiența ereditară a generațiilor precedente, care e alcătuit din totalitatea arhitipurilor.

Analiza visurilor de noapte și devierilor psihicului în învățătura lui Jung e strâns legată de studierea principalilor componenți ai culturii, miturilor, religiei, folclorului. Jung e convins de faptul că omul include trei niveluri: conștiința, inconștientul personal și inconștientul colectiv, format din urmele memoriei, lăsate de trecutul omenirii. Inconștientul colectiv exercită influență asupra personalității omului, determină comportamentul lui din momentul nașterii.

Jung a elaborat o structură a personalității (foarte complicată și nerecunoscută de toți), care include:

- eu;
- „umbra” – totalitatea închipuirilor refulate despre sine însuși;
- autocunoașterea sensului vieții;
- „anima” – izvorul pulsionilor și mângâierii;
- „animus” – izvorul judecăților, opiniilor indiscutabile.

Jung a propus tipologia caracterelor în corespundere cu predominarea funcțiilor (gândirea, simțul, intuiția), și orientarea personalității spre lumea interioară sau exterioară (introversiunea sau extraversiunea).

Adler Alfred (1870–1937) – psiholog din Austria, reprezentant al curentului psihoanalitic în psihologie. A creat școala științifică a „psihologiei individuale”.

După părerea lui Adler personalitatea e un produs mai puțin al eredității decât al mediului, și anume al modelului de viață fixat într-o persoană sau alta din lumea înconjurătoare. Adler e de părerea că educația, înțeleasă în sensul larg de exerciții și contact cu lumea externă, este singurul factor determinant în formarea personalității. Mai mult decât atât, personalitatea individului nu se formează în direcția dispozițiilor și talentelor înnăscute, ci în direcția insuficiențelor organice.

În lupta pentru viață și adaptare la mediu punem mai întâi în activitate dispozițiile înnăscute și organele bine dezvoltate, mai ales aptitudinile slabe și organele deficiente.

Tratamentul nevrozelor este psihanalitic, ca și la Freud. Adler a numit psihologia sa „psihologie individuală” și a studiat problema în legătură cu pedagogia, în care teoria compensării îndeplinite de funcțiile psihice și determinarea personalității în mod exclusiv de mediul social au putut furniza unele concluzii practice.

Critica principală, care s-a adus concepției lui Freud, este valabilă și împotriva doctrinei lui Adler, ce are ca punct de plecare același determinism psihic rupt de substratul fiziologic al fenomenelor spirituale.

Conciliind sexualismul lui Freud cu instinctul de dominație al lui Adler, K. Jung a ajuns la o sinteză-compromis între aceste două opinii extreme.

Jung respinge, ca și Adler, extensiunea nejustificată dată de Freud noțiunii de libido. Noțiunea de libido capătă la Jung o nouă definiție apropiată de sensul ei propriu – dorința personală.

Instinctul sexual este o astfel de dorință, dar nu e singură. Alături de acest instinct mai sunt cuprinse în libido și alte dorințe, instincte, trebuințe.

Manifestarea acestui libido au două direcții fundamentale: a conservării și a reproducerii (instinctele vitale cele mai vechi).

Cât privește nevrozele, Jung observă că nu orice nevroză e de origine sexuală (deși nevrozele sexuale sunt cele mai numeroase). Nevrozele sunt datorite unei insuficiențe de energie vitală, unei căderi de tensiune nervoasă. Eșecul unei conduite superioare îl face pe bolnav să se retragă într-o conduită inferioară, părăsită din timpul copilăriei, nevroza e un proces de regresie.

În ce privește inconștientul, Jung respinge refularea, oricât de mare ar fi rolul ei ca principiu de explicație a inconștientului. El ajunge la concluzia că inconștientul e format nu numai din tendințele refulate, care au fost la un moment dat conștiente, ci și dintr-o serie de tendințe, ce nu au fost niciodată în conștiință, rămânând într-o stare latentă, cât și prin multe alte deprinderi, care fără de faptul să fie refulate sau automatizate, exercitându-se fără controlul conștiinței.

Lung destinge în inconștient mai multe straturi: un inconștient personal (cuprinde diversele manifestări individuale specifice) și un inconștient apersonal, ce cuprinde o serie de elemente comune tuturor indivizilor.

Aportul cel mai important al psihologiei lui Karl Jung constă în problema tipurilor. Pentru Jung există două tipuri: tipul introvertit și tipul extrovertit. Jung e de părerea că pe baza tipologiei sale se poate încerca și o sinteză între teoria lui Freud și teoria lui Adler: teoria lui S.Freud s-ar aplica mai ales la tipul extravertit și cea al lui A.Adler – la tipul introvertit.

Tipul extrovertit – este orientat spre exterior, spre cunoașterea lumii externe, evită singurătatea, este sociabil și agregat de comunitate, animator și eventual conducător de grup. Nu se cunoaște pe sine suficient, nu știe care este Sinele său autentic;

Tipul introvertit – este inapt pentru dezvoltarea unor relații sociabile, slab adaptat la realitate; evită lumea, se complace în singurătate. Găsește în sine ceea ce extravertitul găsește în ceilalți; solitar, iar uneori bizar și egoist.

Menționăm, însă, faptul că cele două modele, polar opuse, situate pe extreme, contrazicându-se, nu sunt niciodată pure; introvertitul conține întotdeauna elemente de extraversion și invers.

Teoriile umanistice ale personalității

Printre direcțiile psihologice, ce se exprimau împotriva psihologiei atomiste, sunt teoriile umaniste. Esența acestor teorii constă în faptul că personalitatea e privită ca o formațiune psihologică, ce ia naștere în procesul vieții în societate, ca un produs al dezvoltării experienței umane, însușirii formelor sociale de conduită. Pentru psihologii direcției umanistice personalitatea este o formațiune psihologică, care se referă nu numai la realitatea înconjurătoare, dar și la propria persoană. Se înainta părerea despre faptul că sunt baza conduitei omului.

Acest curent și-a început dezvoltarea în anii '30, s-a dezvoltat apoi în anii '50-'60, a exercitat o mare influență asupra dezvoltării psihologiei sociale. Reprezentanții acestei teorii protestau împotriva părerii că conduita omului e condiționată sau de tendința spre plăcere, sau de tendința spre agresiune, sau spre apărarea de societate. Ei au negat părerea că impulsurile naturale neapărat sunt dușmănoase societății, dimpotrivă, psihologia umanistă înaintază în calitate de mecanism motivele înnăscute altruiste. Cu alte cuvinte, psihologii umaniști insistau pe punctul de vedere antropologic. Anume condițiile social-istorice formează sfera afectiv-motivațională a omului, necesitățile lui specific umane. Pentru umaniști nucleul central al omului e închipuirea lui despre sine, autoaprecierea: „Eu-sistemul”, „Eu-chipul”.

Teoria lui Karl Rogers

Unul dintre primii reprezentanți ai acestui curent este Karl Rogers (1900). Metoda sa de terapie Rogers a numit-o indirectivă sau concentrată la pacient. Conform metodei lui Rogers medicul nu trebuie să-i sugereze pacientului careva gânduri, contactul dintre medic și pacient

trebuie să se bazeze pe stimă, încredere, egalitate în drepturi. Pacientul a fost numit de către Rogers „client”. Funcția terapeutului constă în crearea unei astfel de situații, în care medicul este al doilea „Eu” al pacientului. Unica regulă a terapiei – stima adâncă față de poziția individuală a personalității. Metoda terapeutică a lui Rogers coincide cu închipuirile lui despre formarea personalității și mecanismele dezvoltării ei. Ulterior ideea lui Rogers despre terapia indirectă a devenit o teorie psihologică a purtării indirective. Comunicarea între oameni trebuie să fie indirectivă, bazată pe stima față de oameni. Această teorie e utilizabilă mai ales în psihologia copiilor, psihopatologia copiilor, în special în terapia nervozelor, unde într-adevăr există un câmp larg pentru comunicarea indirectivă.

Veriga principală în teoria personalității al lui Karl Rogers e categoria autoaprecierii. Formarea autoaprecierii nu are loc fără conflicte, adesea autoaprecierea nu corespunde cu aprecierea altor oameni. Are loc un proces complicat: negarea ori părerii proprii, ori părerii oamenilor, care ne înconjoară, – „procesul organic de apreciere”. Copilul începe să aibă o atitudine de neîncredere față de propriile senzații, orientându-se la aprecierea altor oameni, astfel omul se îndepărtează tot mai mult de la autoapreciere. Anume această contradicție despre aprecierea greșită, dar conștientizată și mecanismul de apreciere la nivelul neconștientizat interior caracterizează personalitatea nematură, ce suferă de incapacitatea de autoactualizare. (Rogers evită termenul „nevroză”).

Omul tinde să păstreze valorile „proprii” și închipuirea despre sine bazată pe ele, deci omul construiește un sistem de apărare împotriva experienței periculoase, incompatibile cu „Eu-concepția”. Sunt necesare tot mai multe reacții de apărare pentru a păstra părerea greșită despre sine.

Terapia lui Rogers e menită să lichideze contradicția dintre „Eu-concepția” conștientizată și experiența reală, pe care omul o neagă, de a-l apropia pe om de experiența proprie interioară (e posibil doar în situațiile, când nu este pusă în pericol personalitatea). În rezultat, se formează o „Eu-concepție” nouă, plastică, orientată la procesele interioare de apreciere. Schimbarea comportamentului se produce automat.

Ca și în neopsihanaliză, la Rogers dezvoltarea personalității este determinată de tendința înăscută, mediul e doar o influență din exterior străină omului. Ca și la Freud, psihicul se determină pe sine, relațiile lui cu mediul au forma unui conflict principal. Rogers cere ca psihanalistul niciodată să nu se apropie de pacient cu schema de acum gata. Rogers e de părerea că autoaprecierea omului exercită influență asupra sănătății lui.

Adesea oamenii au o închipuire greșită despre sine. Dorind să evite schimbarea închipuirii sale, ei denaturează realitatea, în care trăiesc. Sunt cazuri când omul schimonosește nu realitatea sau părerea altor oameni, ci autoaprecierea: „Eu sunt rău”. Rogers accentuează că omul nu întotdeauna își menține autoaprecierea înaltă, el ignorează experiența sa de viață. Acest fenomen de schimonosire a realității este o măsură neconștientizată de apărare și conduce la conflict intern, de aceea scopul psihoterapeutului (și al oamenilor înconjurători) este de a ajuta la formarea unei autoaprecieri plastice. Plasticitatea, conform părerii lui Rogers, este cea mai necesară condiție mereu schimbătoare a vieții.

Spre deosebire de psihanalitici, Rogers susține că chiar trebuințele primare, cele mai necesare pot acționa la om numai cu condiția că ele sunt susținute de normativele corespunzătoare.

Meritul lui Karl Rogers constă în faptul că obiectul analizei și studiului său empiric a fost structura psihologică interioară a personalității. El și-a concentrat atenția asupra fenomenelor importante pentru formarea psihologiei umane, cum sunt autoconștientizarea și autoaprecierea, la funcțiile lor în dezvoltarea și comportamentul subiectului.

Teoria lui Gordon Allport (1897–1967)

Gordon Allport în trecut a fost psihoterapeut, apoi a început să se ocupe de psihologie. Allport se deosebește de ceilalți psihologi prin faptul că el pleca nu de la clinică spre omul sănătos, nu de la omul bolnav psihic la cel sănătos, ci invers. El a înaintat părerea, despre aceea,

că psihologii trebuie să treacă de la studierea oamenilor bolnavi la cei sănătoși. Prin aceasta Allport se deosebește de neofreudiști și K. Rogers, care transferau legitățile dezvoltării psihicului nevroticului asupra personalității sănătoase. După Allport, omul prezintă un „sistem deschis”, aceasta înseamnă că dezvoltarea omului se petrece întotdeauna în relații reciproce cu alți oameni. În aceasta constă prima încercare de a prezenta lumea ca neantagonistă, dimpotrivă, aceste relații îl dezvoltă pe om ca personalitate și dă posibilitate dezvoltării lumii microsociale și macrosociale. De aici rezultă că nu există un echilibru dintre om și lume.

Încă o teză importantă: tratarea personalității ca „sistem deschis” nu înseamnă acceptarea parametrilor ei stabili, anume consolidarea lor neîntreruptă este forma principală de existență a personalității. Anume relațiile sociale constituie personalitatea. Personalitatea, după părerea lui Allport, e un model de categorizare a relațiilor. Dezvoltarea personalității e determinată de nivelul de autonomie a motivelor ei, dezlegarea ei de la necesitățile biologice. În această privință Allport e în contradicție cu freudismul.

În calitate de mecanism de dezvoltare a personalității Allport a declarat trăsăturile. Noțiunea de „trăsătură” este diferită de trăsătura caracterului, este o „trăsătură-motiv” sau „trăsătură-interes”. Trăsăturile, în opinia lui Allport, sunt motivele, ce acționează în momentul dat. Allport accentuează că trăsăturile unui om matur diferă radical de cele ale copilului. Trăsăturile nu sunt biologice, dar nici nu se reduc la începutul spiritual. Trăsătura se prezintă ca motiv al comportamentului uman. Dar de unde apare motivul? De aici începe neconsecutivitatea lui Allport: pe de o parte, el consideră că trăsătura-motiv nu e factor biologic, dar, pe de altă parte, consideră că fiecare om se naște cu o mulțime de trăsături (motive), ce se transformă pe parcursul vieții, dar totuși ele sunt înnăscute. Omul are două clase de trăsături:

- de bază;
- instrumentale.

Trăsăturile de bază sunt acele trăsături, ce stimulează comportarea, instrumentele – ce conturează purtarea omului (politețea, reținerea, etc.). „Armonizarea trăsăturilor de bază și instrumentale este baza formării noilor motive”. G.Allport spune că stabilitatea, permanența trăsăturilor mărturisește despre maturitatea personalității. Uneori trăsătura devine factorul de bază în viața omului, ea merită să fie dominantă, cardinală. Această trăsătură nu poate rămâne ascultată mult timp – ea numaidecât se exprimă în actele de comportament.

Allport accentuează următoarele trăsături caracteristice personalității sănătoase:

- poziția activă referitor la realitate;
- experiența trebuie să fie accesibilă pentru conștiință (posibilitatea de a vedea fenomenele proprii așa cum sunt ele, dar nu prin intermediul „apărării psihologice”);
- autocunoașterea;
- aptitudinea de abstractizare;
- procesul continuu de individualizare;
- autonomia funcțională a trăsăturilor;
- rezistența la frustrații.

În calitate de condiție principală în dezvoltarea personalității Allport înaintează posibilitatea „împotrivirii echilibrului”, tensiunea trebuie să se păstreze, dar să nu se înlăture (este contrariul teoriei lui K. Levin).

Trăsăturile, ce caracterizează personalitatea nevrotică:

- poziția pasivă față de lumea înconjurătoare;
- diverse „măsuri de apărare” (sublimarea, substituirea, refularea);
- schimonosirea stării reale a lucrurilor;
- limita în gândire;
- înpotmolirea, înțepenirea dezvoltării.

Motiv al comportamentului lui poate fi nu numai obiectul real, în afara omului, dar și imaginația, închipuirea despre faptul, ce se poate întâmpla. Allport ajunge la concluzia că

trăsăturile pot fi observate studiind omul, viața lui individuală, actele de comportament. Trăsăturile nu se caută prin metoda deducției.

Teoria autoactualizării a lui Abraham Maslow

A. Maslow (1907–1970) este unul din cei mai străluciți reprezentanți ai direcției umanistice. Maslow este împotriva teoriei homeostazei (echilibrului dintre om și lumea înconjurătoare). Maslow accentuează părerea că nu trebuie de studiat psihologia personalității omului pe baza studierii nevroticilor. Maslow vede la baza activității, comportamentului individului tendința continuă spre autoactualizare, autoexpresivitate. El se contrazice cu Darwin în privința supraviețuirii animalelor puternice și agresive, spunând că agresia și cruzimea nu e instinctul principal al animalelor. Maslow spune despre instinctul, ce îi face să se ajute unul pe altul. Dezvoltarea acestui instinct umanoid este transferată de către Maslow și asupra omului.

A doua teză că omul e dator să fie ceea, ce poate deveni, e dator să-și îndeplinească misiunea, utilizând toate posibilitățile sale.

Maslow a ajuns la concluziile sale pe cale neexperimentală. El a studiat biografiile oamenilor celebri. Maslow consideră că necesitatea de „autoactualizare”, această necesitate umanoidă superioară apare numaidecât la oamenii sănătoși, nevroticii sunt lipsiți de această necesitate, și însăși nevroza, susține Maslow, apare la acei oameni, care din anumite cauze nu au necesitatea de „autoactualizare”. Cu alte cuvinte, omul trebuie să realizeze ceea ce e “depus” în el, ce el poate realiza. Dacă în individ sunt depuse aptitudinile de actor, el va tinde să devină actor. Dacă condițiile vieții împiedică realizarea acestei tendințe, începe conflictul, care constă în faptul că omul nu are posibilitatea de „autoactualizare”, de a deveni ceea ce poate fi. Această nesatisfacere dă naștere nevrozelor.

Ce este personalitatea după părerea lui A. Maslow? În ce constă sensul „autoactualizării”?

După Maslow „autoactualizarea” este un fenomen înnăscut, el se conține în natura omului. Copilul se naște cu necesitățile umane – bunăvoință, moralitate, ele constituie nucleul omului, dar omul trebuie să fie în stare să realizeze aceste posibilități (condițiile trebuie să permită aceasta). Maslow spune că necesitățile umanoide sunt înnăscute, instinctuale. Susține că însăși în noțiunea de „autoactualizare” e depus ceva social. Aceasta înseamnă nu înăbușirea instinctelor, agresiei omului, ci natura omului, în ce constă ea, A. Maslow a încercat să analizeze conținutul necesității, trebuinței, n-a putut, rămânând pe poziție antropologică să dezvăluie latura socială a trebuinței.

Teoria rolurilor

Reprezentanți ai acestei teorii sunt Dj. Mid, I. Blumer, M. Kun, fiind concomitent reprezentanți ai psihologiei sociale americane.

Dj. Mid consideră că omul se află în relație reciprocă permanentă cu societatea, de aceea nu putem presupune comportarea personalității. Dj. Mid, și adeptul său M. Kun consideră că mecanismul de bază și structură a personalității este esența de rol a ei. M. Kun accentuează că individul formează planurile sale de conduită în corespundere cu rolurile și locurile sale în grupurile referente. Atitudinea sa față de sine ca față de obiect este cel mai bun indiciu al acestor planuri de conduită. Apariția teoriei rolurilor e legată de lupta împotriva behaviorismului. Reprezentanții teoriei rolurilor își închipuie că omul acționează în viața sa ca „cineva” sau ca membru al colectivului: ca „fiu”, ca „tată”, ca „lector”, etc. Omul nu e o personalitate abstractă, el e întotdeauna purtătorul unor anumite norme, drepturi, îndatoriri. Aceasta însă nu înseamnă că omul conștient joacă un rol, că omul e în calitate de actor.

Dezvoltarea psihicului uman, al activității psihice are loc numai în procesul jucării unui careva rol. Rolul se formează în procesul vieții. După părerea lui Dj. Mid și M. Kun rolul este funcția comunicării între oameni. Adesea teoria rolurilor e numită teorie a așteptărilor (nu poți juca rolul, neștiind ce poziție să ocupi în viață). Rolul poate fi jucat într-un plan, nereal,

imaginat, verbal, de aceea teoria rolurilor e strâns legată de problema psiholingvisticii. Reprezentanții teoriei rolurilor acordă o mare atenție situațiilor de joc la copii, anume cazurile când ei în joc interpretează careva roluri. Acceptând un rol în joc, copilul se dezvoltă, se învață să cunoască lumea, relațiile interumane. Personalitatea copilului se formează în situațiile de joc. Este foarte amplu utilizată terapia prin joc.

Căutarea sensului vieții în teoria lui Victor Francl

Victor Francl (1905) este psiholog și psihiatru austriac. Autorul concepției logoterapiei, conform căreia un factor important în conduita omului este tendința de a găsi și realiza sensul vieții, care există în lumea exterioară. Omul nu-și pune această întrebare, ci răspunde la ea prin faptele și acțiunile sale reale. Rolul sensului îl îndeplinesc *valorile* – niște noțiuni universale de sens, ce generalizează experiența umană.

Francl descrie trei tipuri de valori, care pot face viața omului conștientă, cu sens:

- ▲ valorile de creație (munca);
- ▲ valorile de retrăire (dragoste);
- ▲ valorile relațiilor (poziția omului formată conștient în situații critice de viață, care nu pot fi schimbate).

Realizând scopul, omul se realizează în primul rând pe sine, autoactualizarea este doar un product colateral, accesoriu al îndeplinirii scopului.

Conștiința este organul, care-l ajută pe om să diferențieze, care din sensurile unei situații concrete este pentru om veridic.

Francl evidențiază trei dimensiuni (parametri) ontologice (sau niveluri ale existenței):

- ▲ biologic;
- ▲ psihologic;
- ▲ poetic (spiritual).

Anume în ultimul sunt localizate sensurile și valorile, ce joacă un rol determinat în direcționarea conduitei.

Libertatea voinței (după părerea lui V. Francl) este nedespărțită de responsabilitatea pentru alegerile efectuate, fără de care libertatea voinței se transformă în samovolnicie.

Logoterapia este bazată pe conștientizarea de către pacient a responsabilității față de căutarea și realizarea scopului vieții sale în orice situații (inclusiv în situații critice de viață).

Teoriile umanistice pot fi atribuite la cele psihodinamice, și totodată interacționiste, neexperimentale, structural-dinamice, care cuprind toată perioada de viață a omului și care-l descriu pe om ca personalitate – ba în termenii însușirilor interne și ale particularităților, ba în termeni de conduită. Un merit al acestui curent este faptul că reprezentanții lui au avut drept obiectiv de cercetări – personalitatea omului, sfera lui motivațională, ei au înaintat pe prim plan problema autoaprecierii omului, scopurile lui, relațiile reciproce cu lumea.

Teoria personalității în psihologia existențialistă

Un curent important în psihologia contemporană în țările de peste hotare este existențialismul. Existențialismul este un curent filosofic, o știință despre existență.

Principalele teze ale teoriei existențialiste sunt următoarele:

- 1) psihicul uman, conștiința nu pot fi reduse la mecanismele fiziologice;
- 2) orice acțiune omenească întotdeauna posedă însemnătate (sau stimul), în care își găsește reflectare atitudinea omului față de mediu;
- 3) conștiința “reflectoare” este specific umană, prin intermediul căreia omul se eliberează de situații și opune rezistență ei;
- 4) omul nu poate fi privit izolat de la lumea înconjurătoare, cu care el se află mereu în contact.

„Psihologia înțelegătoare” a lui E. Sprangher

Fondată de către Diltei, a fost dezvoltată ulterior de către E. Sprangher.

Tezele cele mai importante se reduc la următoarele:

- 1) psihicul se dezvoltă din psihic;

2) psihicul se reduce la înțelegerea intuitivă a „modurilor realității vieții”;

3) nu trebuie să căutăm careva cauze, obiective ale dezvoltării personalității omului, e necesar de a comporta structurile unei personalități aparte cu valorile spirituale, cu cultura societății.

Sprangher considera principal în personalitate orientarea valorică, prin intermediul căreia ea cunoaște lumea. A evidențiat 6 forme de cunoaștere a lumii („formele vieții”). În închipuirea lui Sprangher „înțelegerea” echivalează cu cunoașterea. E. Sprangher a evidențiat șase tipuri de înțelegere a vieții sau șase *tipuri de oameni*:

1) omul *teoretic* – acela, care tinde spre cunoaștere (a legităților, a esenței lumii, a relațiilor omenești);

2) omul *economic* – se caracterizează ca om, care caută folos în cunoaștere;

3) omul *estetic* – omul, care tinde să cunoască lumea prin impresia formată, prin autoexprimare;

4) omul *social* – omul, care dorește să se găsească pe sine în altul (dorința, capacitatea de a trăi pentru altul);

5) omul *politic* – omul, care are putere, forțe de a urma cerințele superioare (însă nu omul, care tinde spre putere administrativă);

6) omul *religios* – tipul de om, orientarea valorică, a căruia constă în căutarea sensului vieții.

Tipurile evidențiate de E. Sprangher nu reprezintă o clasificare a oamenilor. Sprangher a dorit să demonstreze că oamenii se deosebesc nu prin temperament, constituție sau comportament, dar prin valorile orientării spirituale.

Tezele „*psihologiei înțelegătoare*” la fel ca și tezele psihologiei existențialiste sunt strict idealiste, ele nu și-au găsit nici o întrebuintare în practică, doar au pregătit terenul pentru dezvoltarea multor teorii ale psihologiei idealiste, pentru apariția diferitor direcții mistice.

Teoria personalității în școala sociologică din Franța

Este un curent, reprezentanții căruia consideră că personalitatea trebuie privită ca un produs al dezvoltării sociale. Ultima direcție al acestui curent a dezvoltat două puncte de vedere:

1. La sfârșitul sec. XIX și prima jumătate a sec. XX – *biologic – evoluționist*, la baza căruia se găsesc ideile lui Kant și Spenser.

2. *Sociologic*, care a declarat că psihicul omului este mijlocit, condiționat de societate.

Fondator al acestui curent e considerat E. Diurcheim. Aflându-se în contradicții cu behavioriștii, cu psihologia atomistică al lui Tarde și psihologia asociativă, el a înaintat teza despre natura biosocială a omului. A accentuat că procesele psihice superioare sunt determinate de societate, dar recunoștea că un șir de fenomene psihice se dezvoltă ca mijlocite biologic.

Anume concepțiile colective (conștiința colectivă) formează psihicul omului. E. Diurcheim și urmașii săi n-au putut să se apropie de această problemă constructiv. La acest curent sociologic aderă și teoria lui Pierre Janet, care a intrat în istoria psihologiei ca „psihologia modului de acțiune”.

Pierre Janet (1859–1947) după specialitate este medic, a fost preocupat de problemele psihologiei (în special nevrozele isterice și psihastenia). Cele mai importante lucrări ale lui P. Janet sunt: „Evoluția personalității”, „Evoluția memoriei în corespundere cu timpul”.

A înaintat părerea că diferite procese psihice sunt fenomene, ce pregătesc acțiunea. Sentimentele, gândirea sunt procese, ce înfăptuiesc reglarea acțiunii. La baza teoriei sale stă învățătura despre comportament, dar aici aceasta e inversă behaviorismului. Conduita omului e analizată nu numai ca activitate privită din afară de către individ, dar și având un conținut psihic, care e o parte indispensabilă a conduitei, – conținutul psihic reglează conduita.

Vorbește despre faptul că gândirea este metoda de pregătire a acțiunii, o probă, efectuată în mod specific, iar în sentimente de acum e inclusă reglarea viitorului comportament.

Pe teza lui Janet despre faptul că în structura proceselor psihice este inclus procesul de reglare, s-au bazat și au dezvoltat-o mai târziu L.S. Vâgotschi, S.L. Rubinștein, A.N. Leontiev, L.I. Blonschi. Transformarea individului în om e determinată de posibilitatea reglării și

autoreglării. După părerea lui Janet, dezvoltarea personalității umane are loc nu numai pe baza chipului sau modelului (gestaltpsihologie), nu numai pe baza motivului (Kurt Levin), dar și pe baza comunicării. A evidențiat trei etape în structura actului de comportare:

- 1) pregătirea interioară de acțiune;
- 2) apariția efortului orientat spre efectuarea acțiunii;
- 3) etapa de determinare.

Janet a înaintat problema reglării în analiza conținutului psihic, însă modelul „acțiunii” nu e privit de către Janet ca product al procesului de statornicire a obiectivelor sociale, însăși noțiunea de model al acțiunii nu coincide cu noțiunea de activitate, determinată de practica social-publică.

În pofida acestor greșeli, teza lui P. Janet despre legătura psihicului cu conștiința, despre faptul că diferite procese psihice înfăptuiesc funcția de reglare, a îmbogățit considerabil psihologia personalității.

Pierre Janet a evidențiat diferite *nivehuri de conduită a omului*:

- 1) actele reflectorii (cel mai inferior nivel al conduitei);
- 2) acțiunile perceptive amânate (la acest nivel conduita are o structură mijlocită-pregătirea și terminarea acțiunii);
- 3) acest nivel include în sine actele de imitare (acte sociale elementare);
- 4) actele elementare intelectuale;
- 5) la acest nivel manipularea cu obiecte reale conduce la formarea așa-numitelor obiecte intelectuale;
- 6) nivelul activității gândirii;
- 7) nivelul superior – activitatea de lucru și creație.

Ca criteriu superior al dezvoltării personalității Janet consideră aptitudinea de autoreglare, mijlocire a propriei conduite. În reglarea comportamentului atribuie un rol important limbajului, consideră că trecerea de la nivelul inferior la cel superior are loc prin intermediul limbajului.

Limbajul este condiția principală și mijloc de transformare a acțiunilor practice în acțiuni mintale. Janet a dorit să lichideze ruptura dintre psihic și conduită.

Janet n-a putut crea o teorie integră a dezvoltării personalității. Descriind nivelurile de conduită, trecerea de la unul la altul, Janet n-a descris mecanismele interioare ale lor. În concepțiile lui nu sunt reflectate motivația, scopurile conștiente, fără care reglarea conduitei nu se înfăptuiește. O părere greșită al lui Janet este faptul că în cazul stărilor patologice are loc o regresie la un nivel mai inferior, că disfuncțiile activității psihice nu sunt un moment negativ în dezvoltare, ele prezintă doar o nouă calitate.

Teoria lui J. Newtten

Teoria personalității a psihologului contemporan din Belgia J.Newtten e cunoscută ca concepția „omului spiritual”. Această denumire e legată de închipuirea sa filosofică despre conștiință, ce s-a format sub influența filosofiei subiectiv-idealiste.

În teoria lui Newtten sunt două teze:

1. Relația reciprocă individ – mediu și dominarea individului în această relație.
2. Personalitatea este un sistem integru.

Principalul mecanism al dezvoltării personalității este latura de cunoaștere a trebuinței – posibilitatea alcătuirii și preluării planurilor acțiunii.

Personalitatea este un mijloc de funcționare, ce cuprinde două poluri: „Eu și lumea”, „Eu” reprezintă totalitatea funcțiilor psihice și posibilităților individului, „lumea” este obiectul nostru. O mare atenție Newtten acordă motivației. Motivația, după părerea lui, este selectivitatea activă, continuă, care determină stabilitatea, direcționează conduita și asigură înfăptuirea scopului. Spune că trebuințele spirituale superioare (filosofice, morale, religioase) nu se reduc la tendințele biologice. Newtten critică concepția freudiană despre sublimare, cu ajutorul căreia Freud lămurește procesul transformării energiei sexuale în forme superioare ale activității. După părerea lui formele superioare ale conduitei omului au un izvor specific – necesitățile cu caracter social și cognitiv, care sunt înnăscute, dar posedă o specifică „prelucrare cognitivă”. Newtten a

demonstrat diferența dintre om și animal. Activitatea umană, spune el, e caracterizată prin dezvoltare progresivă, ceea ce lipsește la animale. Recunoaște esența legăturii, relației reciproce dintre necesitățile fiziologice și cele superioare. Sexualitatea sau alte procese fiziologice se exprimă în nenumăratele forme superioare ale activității omenești într-o formă mascată. Însă aceasta nu e procesul sublimării.

Newtten critică tendințele psihologice ale căutării motivelor acțiunii în conținuturile dinamice ale trecutului individului. Motivul actual nu e altceva decât forma, posedată de trebuință în condițiile date ca rezultat al procesului de învățare.

Postulează 3 niveluri ale vieții psihice:

- nivelul psihologic;
- psihosocial;
- spiritual sau existențial.

Introduce trei necesități principale:

- îndemnul spre desfășurarea vieții și necesitatea contactului biologic;
- desfășurarea personalității și necesitatea contactului psihosocial;
- necesitatea susținerii existențiale și integrării universale (ceea ce se exprimă în tendința spre autorealizare).

J. Newtten înaintea „teoria relativă a trebuințelor”, ea este orientată împotriva teoriei despre localizarea trebuințelor în organism. Trebuințele nu sunt o stare a organismului, ci „paterne” relațiilor subiectului cu lumea înconjurătoare.

Newtten include în sistemul necesităților tendința spre realizarea motivelor, ce este legată de funcția de cunoaștere. Teoria lui Newtten este o încercare de analiză a structurii și conținutului personalității. Newtten creează concepția eclectică despre om.

Un moment pozitiv în teoria lui Newtten îl constituie închipuirea sa sistemică despre personalitatea, în care se evidențiază trebuințele sociale și spirituale ale omului, nereducându-le la tendințe biologice. Pozitiv în teoria lui Newtten e faptul că el a accentuat legătura, relația reciprocă dintre psihic și conduită, a apelat la conținutul psihologic al acțiunii. Teoria lui J. Newtten în totalitate suferă de *eclecticitate*, ceea ce rezultă din nerecunoașterea funcției active a conștiinței ca reflectare a lumii obiective.

Personalitatea în viziunea psihoanalitică structurală a lui Jan Lacan

Jan Lacan este un teoretician francez și practicantul așa-numitei „Structuri psihoanalitice”. Este fondatorul și conducătorul școlii freudiste din Paris (din anii 1964–1980). Își pune ca scop principal în fața sa „Revenire la Freud”. Lacan folosea opinia lui Freud despre importanța deosebită a limbii pentru caracterizarea inconștientului și a produselor lui, concretizând și dezvoltând această idee în legătură cu noua experiență a lingvisticii structurale și cu practica avangardei literare. Opiniile lui Lacan au suferit o evoluție semnificativă. În anii 30–40 el se găsea sub influența tradiției existent-fenomenologice. Principalele noțiuni în lucrările lui din această perioadă sunt: „imaginea”, „închipuirea”, „subiectul”, „istoricitatea”.

În anii 50–60 problema centrală în activitatea lui Lacan devine anume rolul limbajului și simbolului în structura inconștientului. Deși unele lucrări demonstrează prezența la fel și a altor interese, numele lui Lacan tradițional se leagă cu concepția „psihoanalizei structurale”.

În această concepție al lui Lacan putem evidenția câteva teze mai importante, ele sunt prezente în lucrările de bază: „Texte” (1966), care reprezintă o culegere a diferitor articole și cuvântări ale autorilor la congrese, seminare, „Funcția și câmpul de vorbire și al limbii în psihoanaliză” (1953).

Lacan recunoaște că inconștientul este compus, structurat ca și limbajul. Toate dorințele omenești se înscriu de acum în ordinea simbolică existentă, unde forma principală, este limbajul.

Nouă nu ne este dat inconștientul curat înainte de limbaj, a judeca despre el se poate numai pe baza povestirii pacientului despre visurile și dorințele sale, dintr-o parte, și analiza vorbirii pacientului de către medic – din altă parte. Inconștientul – aceasta-i vorbirea „altuia”. Noțiunea despre „altul” la Lacan e variată:

- prima variantă „altul” – tata, numele căruia pentru copil se integrează cu legea și ordinea.

- „altul” – la fel este și locul cultural, în care se descurcă toate aventurile dorințelor individuale.

Triada noțiunilor principale ale lui Lacan – „realul”, „imaginativul”, „simbolicul” aproximativ corespunde triadei freudiste: Ego, super-ego, id-ul. „Simbolicul” la Lacan este puterea structurală, dumnezeiască și asupra „realului” și asupra „imaginativului”.

„Realul” – Lacan îl consideră concomitent ca ceva de neuitat și imposibil, un haos, ce nu poate fi denumit.

„Imaginativul” – aceasta-i variația individului a ordinului simbolic, construită pe tinderea iluzorie spre unitate.

„Simbolicul” – obiectiv și material e demonstrat în „reprezentare”. „Reprezentarea” sunt formele materiale ale limbii, ce neapărat domină asupra reprezentării, deci asupra sensurilor sau asupra rațiunilor.

Lanțul „reprezentărilor” semnifică soarta omenească. Legătura atitudinii dintre „însemnat” la fel și dintre „imaginativ” și „simbolic” în concepțiile lui Lacan este „subiectul descentrat”.

El neagă intuiția, care purta caracter superlimbaj, așa și având tip de instincte înainte de vorbire.

Inconștientul, după Lacan, e înscris în cultură și-i raționalizat până la cel mai înalt grad. Spre deosebire de ceilalți psihologi el nu tinde să adapteze bolnavul la mediul social, scopul lui era aprofundarea (prelucrarea) limbajului, a experienței spirituale, ruperea de la vorbirea „deșartă” la cea „plină”, deci cuplarea individului la ordinea simbolică, realizarea descoperirii lui a formelor limbajului, în rezultatul cărora ceva în interiorul subiectului poate fi însemnat.

În toată creația lui Lacan a jucat rol nerezolvarea problemei lui centrale – inconștientul ca limbaj. Pentru soluționarea ei el a folosit metodele structurii lingvistice, antropologice, topologice și matematice.

Însă cele mai adecvate însușiri au fost cele nelingvistice, deci cele matematice. Alcătuiind textele sale pe baza celor elemente, care au loc înăuntrul inconștientului verbal, dar a și introdus pentru privire generală un șir de lucrări „cugetătoare”, nivelul greu obținut al funcționării psihicului uman. Rezultatul obținut nu putea fi numit strict „științific”, ceea ce înțelegea și singur Lacan.

El a văzut condițiile obiective de cunoaștere a inconștientului într-o formalizare de realizare destul de departe a acestui fel de domenii ale experienței umane ca acțiune reciprocă și tipul lăuntric al subiectului.

Apropierea lui J. Lacan de inconștient este mai întâi de toate un fenomen cultural, dar nu pur și simplu practic – terapeutic, în ceea ce constă unul din principalele obstacole din partea colegilor lui – psihanalști.

Lacan considera că „*psihanaliza structurală*” nu poate fi numită ca tratament în sensul direct al cuvântului, așa cum nu vindecarea, nu izbăvirea de suferințe, ci numai prelucrarea vorbirii, a descoperirilor discursive ai vieții omului poate fi scopul lui.

Dintre cei mai de văză adepți ai lui Lacan sunt: Z. Laplanș, J. Pontalis, S. Lecler, M. Manoni etc. În prezent există și funcționează câteva școli active după ideile lui Lacan.

Tema 2. TEMPERAMENTUL

2.1. Temperamentul – latura dinamico-energetică a personalității

După cum nu există doi oameni cu amprente digitale identice, nici două frunze absolut echivalente pe același pom, tot astfel în natură nu există nici personalități umane absolut asemănătoare – personalitatea fiecărui om este irepetabilă.

Experiența milenară a omenirii, ca și cea a fiecăruia dintre noi, demonstrează că oamenii diferă unii de alții nu numai prin însușirile exterioare, ci și prin cele interioare, psihice, prin modul, în care reacționează la întâmplările obișnuite și la evenimentele neprevăzute, prin modul, în care se comportă cu semenii lor.

Oamenii au o anumită „viteză de reacție”, „viteză de apărare”, care-i deosebesc între ei. S-a constatat deci că deosebirile interioare ale oamenilor se datoresc însușirilor temperamentale.

Integrarea însușirilor și trăsăturilor de ordin dinamico-energetic ale proceselor psihice și actelor motorii, precum *intensitatea, pregnanța, acuitatea, modalitatea, echilibrul* etc., dă structura temperamentală a personalității.

Dacă însușirile dinamico-energetice ca atare sunt *înmăscute*, determinate genetic, integrarea lor în plan psihocomportamental, deci în dinamica proceselor psihice și a actelor motorii, se realizează în *ontogeneză*.

Întrucât aceste însușiri bioenergetice se imprimă ca atare pe tabloul comportamental, ce se elaborează stadiul în cursul vieții individului, structura temperamentală și, respectiv, tipul temperamental este *înmăscut*, reprezentând astfel, alături de predispoziții, „elementul” ereditar în organizarea internă a personalității.

Astfel, de pildă, N. Sillamy, în al său „Dicționar de psihologie”(1996) definește **temperamentul** ca „un ansamblu de elemente biologice, care, împreună cu factorii psihologici, constituie personalitatea”.

Probabil, cel mai corect este să considerăm că **temperamentul** reprezintă modul, în care variabilele bioconstituționale și bioenergetice se *psihizează* (deci, se implică în organizarea și desfășurarea proceselor psihice – *percepție, memorie, gândire, afectivitate*) și se reflectă în comportament.

Deci când vorbim de temperament în plan psihologic, noi nu ne gândim direct la constituția fizică sau la procesele metabolice, care au loc în organism, ci la modul cum reacționează și se manifestă individul, sub aspect dinamico-energetic, în diferite situații externe: *rapiditatea percepției, a răspunsurilor verbale la întrebări, a reacțiilor motorii; intensitatea trăirilor emoționale și durata lor; intensitatea sau forța acțiunilor voluntare; direcția orientării dominate spre lumea externă (extraversie) sau spre lumea interioară (introversie); capacitatea generală de lucru și rezistența la solicitări puternice și de lungă durată; rezistența la frustrații, la stres, la situații afectogene și conflictuale*.

Toate aceste trăsături se exprimă și se concentrează numai la persoana, care se manifestă, se comportă și acționează într-o împrejurare de viață sau alta; ele nu pot fi observate în stare pasivă, în somn sau în comă. De aceea, temperamentul, deși are o condiționare biologică directă și ereditară, dobândește valențe și sens real numai în plan psihocomportamental.

Temperamentul reprezintă, astfel, pecetea și dimensiunea dinamico-energetică a oricărei unități psihocomportamentale. Temperamentul se regăsește și începe să-și dezvăluie trăsăturile sale specifice îndată ce omul începe să deschidă gura, să ridice mână, să gesticuleze. De aceea, spunem, că temperamentul se manifestă în orice situație, în orice împrejurare, fiind prima determinare a personalității, care se impune nemijlocit observației.

Așa se explică faptul că primele descrieri și clasificări ale lui datează încă din antichitate (Hipocrate, Gallenus). În istoria științei au fost multe încercări de a explica aceste deosebiri individuale între oameni.

Cea mai veche este teoria medicului grec Hipocrate (sec. V î. Hr.), care explica deosebirile individuale dintre oameni prin proporția din organism a patru substanțe: sânge, fierea galbenă, flegma și fierea neagră. Proporția, în care sunt amestecate cele patru sucuri în organism, medicii greci au însemnat-o prin cuvântul „crasis”. În limba latină pentru a însemna această noțiune de amestec se folosea cuvântul „*temperament*” („tempero” – amestec de proporții).

Temperamentul, ce se caracteriza prin predominarea *sângelui*, a primit denumirea de *sanguin*; temperamentul, la care predomină *flegma* – *flegmatic*; oamenii la care în organism predomină mai mult *fierea galbenă*, erau considerați de temperament *coleric*. În sfârșit, oamenii, la care în organism predomină mai multă *fiere neagră*, se raportau la temperamentul *melancolic*.

Astfel a apărut știința teoriei despre temperament, care a fost acceptată de filosofia și medicina veche și s-a păstrat în știință peste 200 de ani. În ea se tratează ideea legăturii dinamicii comportării personalității cu particularitățile biologice ale organismului.

La început medicii greci credeau că proporția acestor 4 lichide determină numai sănătatea omului, iar apoi au folosit teoria lui Hipocrate și la elucidarea particularităților individuale ale oamenilor.

În sec. II î.Hr. medicul român Claudiu Galen a făcut prima clasificare a temperamentelor, pe care a expus-o în renumitul tratat „De temperamentis”. El deosebea 13 tipuri de temperamente, pe care le-a descris foarte minuțios, dar numai 4 din ele au fost cunoscute mai deosebit. Acestea sunt: sanguinic, flegmatic, coleric și melancolic.

Aceste concepții referitoare la temperamente create de Hipocrate și Galenus, care aveau la baza lor ideea predominării unui lichid inițiau fundamentul fiziologic al anumitor forme de comportare și a obținut o recunoștință parțială în cercetările psihofarmacologice și endocrinologice. De aici rezultă că unele calități, care se referă la temperament (reactivitate, sensibilitate etc.) într-o măsură oarecare depinde de diferențierile individuale în funcționarea sistemului hormonal.

Au fost și alte încercări de a explica natura științifică a temperamentului în acea perioadă. Mai târziu Wundt, creatorul psihologiei experimentale, înțelegea temperamentul ca o predispoziție la emoție, iritare. El evidențiază 2 calități temperamentale bipolare și anume: viteza și puterea schimbării emoției, subliniind însemnătatea caracteristicii energetice a individului.

Un mare merit științific îl are I.P.Pavlov, care a descoperit însușirile activității nervoase superioare. El a demonstrat că anume îmbinarea înăscută a acestor însușiri caracterizează ceea ce numim **temperament**.

Pavlov a luat pentru cercetare organismul ca unitate și a evidențiat în cadrul lui creierul ca componentă, care reglează activitatea tuturor organelor și țesuturilor; unește și coordonează activitatea diverselor părți ale sistemului; suportă influența tuturor organelor și sub influența impulsurilor trimise de ele se restructurează funcțional, asigurând menținerea vieții în organe și țesuturi.

Cu ajutorul metodei *reflexului condiționat*, I. Pavlov a dezvăluit legitățile ANS (activității nervoase superioare și însușirile de bază ale proceselor nervoase). Teoria despre însușirile proceselor nervoase, ce decurge din ea, despre tipurile activității nervoase dezvăluie formele primare de comportare a animalelor superioare, cât și a omului. Deci temperamentul depinde direct de structura biologică și este propriu nu numai omului, ci și animalelor.

Am putea spune că temperamentul ține de latura formală, de suprafață, a personalității, ci nu de cea internă, de conținut. Temperamentul nu are o semnificație axiologică, nereclamând o împărțire a oamenilor în buni sau răi, în superiori sau inferiori.

Întrebarea, la care ne răspunde temperamentul, este una de ordin pur fenomenologic dinamico-energetic: cum se exteriorizează și se manifestă o persoană, într-o situație concretă sau alta, sub aspectul intensității sau forței, al mobilității și echilibrului diferitelor tendințe, pulsuri și

procese biologice de semn contrar (forță-slăbiciune, labilitate-inerție, excitație-inhibiție, control-impulsivitate, impresionabilitate etc.).

Din punct de vedere biomedical, se poate afirma doar că o formulă temperamentală este mai avantajoasă decât alta în ceea ce privește rezistența la stresuri și gradul de predispunere la anumite tulburări de ordin psihiatric-nevrotic sau psihotic. Dar, din punct de vedere educațional, nu se poate evidenția un temperament ca fiind absolut favorabil sau superior, iar altul ca fiind total nefavorabil, inferior.

Din cele de mai sus, decurge concluzia că *temperamentul* nu este o variabilă neutră din punct de vedere adaptativ. Dimpotrivă, așa cum am menționat, structura temperamentală este o interfață între persoană și lume și îndeplinește rolul de mediator între intensitatea, durata și semnificația influențelor externe și efectele în sfera psihocomportamentală.

O importanță specială capătă trăsăturile temperamentale în cadrul relațiilor interpersonale, atracțiile și respingerile, simpatiile și antipatiile dintre membrii unui grup fiind condiționate de ele.

2.2. Mecanismele fiziologice ale temperamentului

Explicația științifică a temperamentelor îi aparține fiziologului rus I.P. Pavlov.

Conform învățăturii lui I.P. Pavlov, deosebirile individuale ale comportării, dinamica activității psihice depinde de deosebirile individuale în activitatea *sistemului nervos*.

Pavlov a pornit de la *principiul nervismului*, potrivit căruia rolul principal în reglarea raporturilor organismului cu mediul extern și a funcționării organelor interne, inclusiv a sistemului endocrin, îl joacă *creierul*, precum și de la teza de bază a neuropsihologiei și psihologiei științifice, potrivit căreia psihicul, în toate componentele și laturile sale, inclusiv cea *temperamentală, dinamico-energetică*, este funcție a creierului.

În lumina acestor considerații, devine logic să se presupună că funcționarea creierului, respectiv, proprietățile naturale înnăscute ale celor două procese nervoase fundamentale – *excitația și inhibiția* – reprezintă principalii factori, care condiționează tipul temperamental.

Pe baza datelor experimentale de laborator, obținute prin metoda reflexelor condiționate, Pavlov a reușit să desprindă și să evalueze trei proprietăți naturale, care împreună alcătuiesc ceea ce el a numit *tip de sistem nervos* sau *tip de activitate nervoasă superioară*. Acestea sunt:

- *forța*;
- *mobilitatea*;
- *echilibrul*.

Forța (puterea, intensitatea) este considerată proprietatea primordială și determinată, ea reflectând capacitatea de muncă a celulelor nervoase și rezistența lor la acțiunile stimulenților externi.

Aceasta este determinată genetic și definește atât excitația, cât și inhibiția.

Indicatorii comportamentali, după care putem evalua forța sistemului nervos, sunt:

- *capacitatea generală de lucru*, exprimată ca funcție de durată și de gradul de dificultate și complexitate a sarcinilor;
- *rezistența la acțiunea factorilor stresanți și afectogeni*;
- *rezistența obiectivă la experiențele dure și dramatice ale vieții*;
- *nivel ridicat al pragurilor senzoriale* (sensibilitate scăzută);
- *rezistență la acțiunea alcoolului și substanțelor farmacodinamice*.

În funcție de valorile, pe care le iau acești indicatori, se delimitează două tipuri generale de sistem nervos: *tipul puternic* și *tipul slab*.

Proprietatea opusă e slăbiciunea proceselor nervoase și se caracterizează prin lipsa de capacitate a celulelor nervoase să suporte o excitație sau o inhibiție de lungă durată și concentrată.

Mobilitatea definește dinamica proceselor nervoase fundamentale, respectiv viteza și durata instalării lor, rapiditatea trecerii de la unul la celălalt. Ca atare, cantitativ, ea se va exprima în unități de timp și va fi evaluată pe baza unor indicatori, precum:

- *rapiditatea formării noilor legături temporare;*
- *rapiditatea formării frânelor condiționate;*
- *rapiditatea trecerii de la o activitate la alta;*
- *rapiditatea restructurării vechilor sisteme de legături temporare și stereotipii;*
- *rapiditatea și ușurința adaptării la schimbări.*

După valorile acestor indicatori, au fost delimitate două tipuri de sistem nervos: *mobil* și *inert*.

Echilibrul este proprietatea, care rezultă din raportul de față dintre excitație și inhibiție și se obiectivează în trei tendințe:

- *tendința spre impulsivitate* (predominarea forței excitației asupra forței inhibiției);
- *tendința spre inhibare* (predominarea forței inhibiției asupra forței excitației);
- *tendința spre echilibru* (forța excitației aproximativ egală cu cea a excitației, și invers).

La unii oameni aceste 2 procese (excitație și inhibiție) se echilibrează reciproc, iar la alții nu există echilibrul. Echilibrul sistemului nervos poate fi determinat prin studierea decurgerii reacțiilor organismului la stimulenți pozitivi și negativi.

După cum a remarcat I.P.Pavlov, echilibrul este cea dintâi însușire, care ni se impune observației în plan comportamental, impulsivitatea sau calmul punându-și amprenta pe orice răspuns motor, verbomotor sau emoțional.

Pe baza acestei însușiri, au fost delimitate două tipuri de sistem nervos: *echilibrat* și *neechilibrat*; în cadrul celui neechilibrat, există 2 subtipuri: *neechilibrat excitabil* și *neechilibrat inhibat* (inert).

TSN este o însușire naturală a SN, care se poate întrucâtva schimba sub influența condițiilor vieții și a activității.

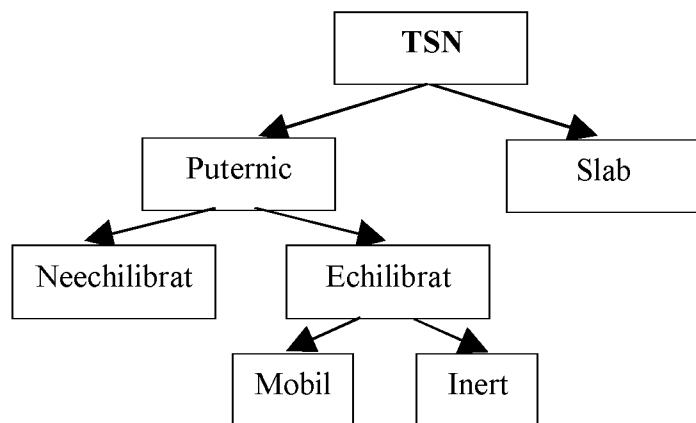


Fig. 16. Tipul de sistem nervos.

Pavlov a pus în corespondență tipurile generale de sistem nervos, comune omului și animalelor, cu cele 4 temperamente stabilite în antichitate. Astfel:

a) **Tipul puternic-echilibrat-mobil** are drept corespondent temperamentul **sanguinic**: voinic, sociabil, comunicativ, adaptabil, controlat.

b) **Tipul puternic-echilibrat-inert** are corespondent temperamentul **flegmatic**: calm, tăcut, nesociabil, lent, greu adaptabil la situații noi, puțin impresionabil, rezistent la stres și frustrații.

c) **Tipul puternic-neechilibrat-excitabil** are corespondent temperamentul **coleric**: rezistent, hiperactiv, voinic, irascibil, impulsiv, imprudent, trăiri emoționale explozive, instabilitate comportamentală, tendință de dominare în relațiile interpersonale, saturație și plictiseală rapidă la monotonie.

d) **Tipul slab** are drept corespondent temperamentul **melancolic**: interiorizat, retras, sensibil, delicat.

Pavlov a demonstrat că cele 4 tipuri considerate „pure” se combină între ele, dând 16 tipuri mixte, singurele, care se întâlnesc în realitate, „tipul pur” fiind o entitate mai mult teoretică.

O trăsătură esențială a temperamentului constă în faptul că însușirile lui se manifestă frecvent; sunt tipice în diferite situații cotidiene, chiar atunci când vorbim cu alți oameni, lucrăm, exprimăm bucuria sau tristețea.

Însușirile temperamentului nu se unesc între ele întâmplător, ci natural formează un anumit sistem – structură, ce caracterizează tipul de temperament; noțiune, prin care se înțelege un ansamblu al însușirilor psihice, legate între ele și comune pentru un anumit subiect.

Caracteristica fundamentală a tipurilor de temperament este determinată de următoarele însușiri psihice de bază:

1. **Senzitivitatea** – este cea mai mică forță a influențelor exterioare necesară pentru apariția unei reacții psihice. La această însușire se referă și forța cea mai mică necesară pentru apariția excitantului și viteza apariției reacției.

2. **Reactivitatea** – relevă gradul impulsivității reacțiilor involuntare la influențele externe și interne de aceeași putere.

De exemplu: reacționarea oamenilor la observații critice, amenințări, zgomote puternice și neașteptate.

3. **Activismul** – se manifestă prin energia, cu care omul acționează asupra lumii înconjurătoare, înfruntând și învingând obstacolele și greutățile, ce se află în calea realizării scopurilor, sarcinilor propuse.

La această însușire se referă consecvența, concentrarea atenției, gândirea logică asupra sarcinii propuse.

4. **Tempoul (ritmul) reacției** – se apreciază după viteza decurgerii reacțiilor și proceselor psihice, viteza mișcărilor, tempoul vorbirii, viteza memorării, rapiditatea gândirii, ingeniozitatea și viteza îndeplinirii acțiunilor și activităților.

5. **Plasticitatea și rigiditatea** – se judecă după faptul cât de ușor se acomodează omul la influențele exterioare, la condițiile schimbătoare ale circumstanțelor – aceasta este caracteristic pentru plasticitate.

Rigiditatea este o însușire opusă plasticității, omul, dimpotrivă, nu poate să se adapteze ușor, comportarea lui este inertă, la fel și deprinderile, sentimentele sunt inerte.

6. **Extraversiunea și intraversiunea** – sunt însușiri, care relevă faptul de ce depinde în mod predominant activitatea și reacțiile omului: de impresiile exterioare, apărute la momentul dat (extraversiunea) sau de imaginile, reprezentările, gândurile, legate de prezent și viitor (intraversiunea).

7. **Excitabilitatea emotivă** – denotă faptul că o excitație slabă e în stare să trezească o reacție emotivă expresivă, precum și viteza apariției acestei reacții emotive, pozitive.

Toate aceste însușiri fundamentale determină caracteristica de bază a tipurilor de temperament. Însușirile temperamentului sunt corelate între ele, formând o structură, ce caracterizează tipul temperamentului.

2.3. Portrete temperamentale. Caracteristica psihologică

Din punct de vedere al lui Pavlov, temperamentul este caracteristica cea mai generală a conduitei omului, care exprimă însușirile activității lui nervoase superioare. Temperamentele sub

formă pură se întâlnesc relativ rar în viață. Caracteristica integrală a temperamentului, cât și însușirile lui depinde de tipul de sistem nervos.

Pentru prima dată caracteristica psihologică a temperamentelor a fost schițată de Immanuel Kant, care identifica temperamentul cu caracterul. Vom descrie în continuare fiecare tip de temperament:

Sanguinicul – corespunde tipului de sistem nervos puternic, echilibrat și mobil. Oamenii cu temperamentul sanguinic sunt activi, vioi, mobili, reacționează repede la situații noi: posedă o mare capacitate de muncă; sunt rezistenți la împrejurările dificile; sunt sociabili și comunicabili; stările emotive sunt des exteriorizate; trece ușor de la o activitate la alta; manifestă activitate ritmică, echilibrată în mișcări și vorbire; este înclinat spre trăiri afective predilect stenică, leagă ușor prietenii, dar tot ușor și se desprinde de oamenii, care nu sunt convenabili sub aspect moral.

În activitate și comportare manifestă reactivitate sporită, mișcări expresive, sensibilitate redusă, spirit activ, mobilitate mare, plasticitate și extroversiune.

La subiecții cu temperamentul sanguinic se observă o concentrare puternică a atenției. I.P. Pavlov a menționat că sanguinicul este un activist productiv, numai în cazul când desfășoară o muncă interesantă, dar în cazul contrar el începe să se plictisească.

Sanguinicul își însușește repede limbajul, are un vocabular bogat, vocea este puternică, rapidă, clară, curgătoare, echilibrată, cu accente și intonații corecte, însoțită de o mimică și pantomimică expresivă, sunt perseverenți, ușor suportă insuccesele.

Este temperamentul bunei dispoziții, al adaptabilității prompte și economicoase. De obicei e vesel și plin de viață.

Colericul – corespunde cu tipul de sistem nervos puternic, neechilibrat și mobil. Colericul este un om vioi, impetuos, agitat, inegal, impulsiv, nestăpânit, capabil de inițiative. Se distinge printr-o mare capacitate de muncă și rezistență la oboseală. Pentru că dispune de multă energie nervoasă, colericii acționează puternic, dar neeconomic, făcând mare risipă de energie.

Efectuează activitățile în asalt, în interval minim de timp. În plan motric, colericul se caracterizează prin permanent neastâmpăr, prin caracterul neregulat, abrupt al mișcărilor.

Colericii sunt oameni mereu neliniștiți, agitați, alarmanți, nerăbdători, irascibili, impulsivi, combativi, agresivi. Vorbirea este explozivă, rapidă, inegală, cu intonații oscilante.

Capacitatea lor de muncă este mare, ușor înfruntă greutățile pentru a-și atinge scopul și sunt „nereținuți în stări negative, în comportare, comunicare”. Oamenii colerici manifestă extroversiune și reacții de orientare rapidă.

Colericii își formează rapid deprinderile profesionale, adresează multe întrebări la problema, care-i interesează. În activitatea nouă acționează repede la schimbarea situației, comit greșeli din cauza caracterului impulsiv al acțiunilor.

Sunt predispuși la furie, violență, dar și la afecțiuni neobișnuite. Extrovertiți, foarte comunicativi, sunt orientați spre prezent și viitor.

Flegmaticul corespunde tipului de sistem nervos puternic, echilibrat și inert. Oamenii de acest tip nervos sunt calmi, liniștiți, înceți, rapizi în acțiune.

La flegmatici predomină rigiditatea, sensibilitatea e mică, emotivitate slabă, mișcări neexpresive, tempoul lent al mișcărilor, introversiune. Acțiunile, mișcările, vorbirea, gesturile, mimica sunt calculate, gândite și stăpânite.

În activitate și în conduită este disciplinat și ordonat. Reactivitatea emoțională este moderată, desfășurarea emoțiilor este lentă, sentimentele sunt însă foarte profunde și stabile. În acest sens leagă greu prietenii, dar odată încheiate, acestea devin foarte statornice. Vorbirea este lentă, egală, fără emoții vii exprimate, fără gesticulații și mimică. Din cauza inerției proceselor nervoase asemenea oameni nu iubesc să-și schimbe locul său de serviciu, locul de trai. Flegmaticii nu irosesc în zadar forțele sale, ci se adaptează foarte greu la situații noi, nu doresc să consume în zadar forțele, au nevoie de “îmbold” în muncă, cu greu trec de la o activitate la alta și exprimă o stare liniștită, calmă chiar în situații critice.

Despre flegmatic, I.P. Pavlov scria: „*Este muncitor, perseverent, insistent, liniștit și întotdeauna echilibrat*”.

Flegmaticul nu se grăbește în lucru, autocontrolează și autoanalizează rezultatele lucrului său. De obicei sunt închiși în sine, puțin comunicativi și orientați mai mult spre trecut.

Melancolicul corespunde tipului de sistem nervos slab. Asemenea oameni posedă o energie nervoasă redusă. Melancolicii sunt *nehotărâți, retrași, timizi, emoționali, sensibili, imaginativi*. Melancolicii manifestă neîncredere în vorbire, obosesc repede, distribuirea atenției e scăzută, dar în condiții bune și favorabile de lucru și activitate atenția se mărește.

În situații noi adesea se închid în sine, devin timizi, dar în condiții obișnuite melancolicii sunt sociabili. Flexibilitatea atenției și reacția de orientare la stimulenți noi se manifestă încet.

Melancolicul este puțin rezistent, nervos, prezintă, în linii generale, o scăzută rezistență la efort, mai ales la eforturile intelectuale. Are nevoie de multe repetiții pentru înțelegerea și fixarea materialului învățat. Melancolicul este sensibil, analitic, orientat spre interiorizare, romantism, sentimentalism, spre preocupări artistice.

Viața afectivă este slab exteriorizată, mimica inexpresivă. Vocabularul este sărac, vocea monotonă, propozițiile sunt scurte și cu o construcție gramaticală simplă. Volumul atenției este redus, capacitatea de concentrare este scăzută. Retrăirile melancolicului sunt profunde, stabile și în unele cazuri au un caracter astenic.

I.P. Pavlov a menționat că „melancolicul nu crede în nimic, nu are speranță în nimic, în toate vede și așteaptă numai rău și pericol”.

Se mai semnalizează și dificultăți în adaptarea socială, aceasta și datorită unor exagerate exigențe față de sine și a reducerii încrederii în forțele proprii.

Sunt predispuși spre dispoziții statornice și îndelungate, însă sentimentele lor sunt puțin exteriorizate, nu sunt scoase în vileag. Melancolicul e predispus spre izolare, evită comunicarea cu oamenii puțin cunoscuți, deseori se sfiește, manifestând incomoditate în situații noi, e retras, ocolește munca în grup.

Încercând o corelare între cele patru temperamente și modalități de relaționare cu lumea, propuse de C.G. Jung, M. Eysenck, constată că pe când colericul și sanguinicul sunt **extravertiți**, flegmaticul și melancolicul sunt **introvertiți**.

V. Merlin a demonstrat însă că orientarea comunicațională a persoanei spre lume sau spre sine este dependentă nu numai de unele predispoziții, ci și de împrejurările de viață, existând suficiente cazuri, care contrazic corelațiile lui Eysenck.

Analiza psihologică a temperamentelor evidențiază bivalența trăsăturilor acestora, nici un temperament nu poate fi considerat ca privilegiat pentru că, din punct de vedere al adaptării la cerințele vieții, fiecare are felul său atât manifestări avantajoase, cât și dezavantajoase. Pe de altă parte, modalitățile de manifestare ale celor doi poli depind afectiv și de celelalte trăsături ale personalității: motivație, interese, aptitudini, caracter, de starea internă sau de anumite particularități ale mediului exterior, în care se găsește omul.

Acum vom prezenta într-o formă succintă, care sunt trăsăturile pozitive și cele negative ale fiecărui temperament.

Tipul sangvinic

Trăsăturile pozitive: optimism, sociabilitate, curaj, veselie, buna dispoziție, reactivitate accentuată, caracter deschis, impresionabilitate, sensibilitate, adaptabilitate, amabilitate, rapiditatea acțiunilor, capacitate de a se angaja ușor în activitate, bogăția expresiei, capacitate de a se decide, activism, energie etc.

Aspecte negative: atitudini ușurate, lipsa de probleme, mulțumire de sine, slăbiciunea și instabilitatea sentimentelor, plenitudinea trăirilor, fluctuația și inegalitatea trăirilor, influențabilitate, ușor de deviat de la o hotărâre, nestatornicie, expresivitate exagerată, superficialitate, lipsa de concentrare, lipsa de aprofundare, neponderat, vorbăreț, guraliv.

Tipul melancolic

Aspecte pozitive: seriozitate, simțul datoriei și al responsabilității. Procese afective intense și durabile, profunzimea sentimentelor, sensibilitate, interiorizare, dependența, supunere, autenticitate, sârguința, perseverența, conștiinciozitate etc.

Aspecte negative: neîncredere, pesimism, nesociabil, predispoziție pentru anxietate, înclinare de a fi retras, nesiguranța, tristețe, sentimentul inferiorității, adaptabilitate și mobilitate mai redusă, reactivitate mai slabă.

Tipul coleric

Aspecte pozitive: reactivitate accentuată, procese afective intense, bogăția și intensitatea reacțiilor, plăcerea de a depune rezistență, de a înfrunta greutatea, trăsături volitive accentuate, înclinație de a fi pasionat.

Aspecte negative: excitabilitate, iritabilitate, agresivitate, nemulțumire, furie, indrijare, inegalitatea trăirilor, înclinația de a fi partinitor, nerăbdător, tendința de dominare, încăpățănare, tendința de a se opune.

Tipul flegmatic

Aspecte pozitive: echilibrare, tendința de a fi mulțumit, calm, prietenos, sânge rece, buna dispoziție, toleranță, răbdare, a fi de încredere, perseverența, trăsături volitive accentuate, atașament, înclinație de a fi cugetat.

Aspecte negative: reactivitate redusă, procese afective mai slabe și mai săracioase, adaptabilitate mai scăzută la situații variabile, înclinație de a fi calculat (uneori peste măsură), fără pasiuni, monotonie, tendința de stereotipizare, pendanerie, comoditate etc.

Conform manualului „Introducere în psihologia contemporană” de I. Radu și al manualului „Psihologia generală” după A. Roșca am sistematizat o caracteristică de analiză a comportamentului, unele caracteristici ale temperamentelor și ale forței proceselor nervoase.

Tema 3. CARACTERUL

3.1. Caracterul – latura relațional-valorică a personalității

Cuvântul „caracter” este de uz general. Utilizăm acest cuvânt în primul rând, când vrem să apreciem comportarea omului, care exprimă personalitatea omului, atitudinea lui față de lume.

Oamenii au atitudini diferite față de lumea înconjurătoare, față de alți oameni, de muncă și față de sine însăși. Această atitudine se exprimă în comportare, în faptele omului. Dacă atitudinile față de realitate, formele de comportare ale unei persoane nu sunt întâmplătoare, ci sunt stabile și permanente, înseamnă că ele au devenit proprietățile personalității ei.

Cuvântul „**caracter**” e de origine greacă și în traducere înseamnă *tipar, amprentă, pecete, semn*, iar cu aplicare la om semnifică fizionomia (înfățișarea) individului dat, nu atât sub raportul chipului său fizic, cât sub cel al structurilor sale psihice, spirituale, pe care le deducem din *modelul* său propriu de a se comporta în activitate și relații sociale.

Deci, **caracterul** este o fizionomie spirituală, prin care subiectul se prezintă ca individualitate irepetabilă și prin care se deosebește de alții, așa cum se deosebește prin înfățișarea sa fizică.

Cuvântul „caracteristică” a fost utilizat pentru prima dată de către filosoful grec *Teofrast* (sec. IV–III î.Hr.) în descrierea particularităților individuale ale omului. Caracterele lui însă includeau doar descoperirea tipului moral al omului.

În biologie termenul „caracter” este folosit în sens de însușire sau trăsătură diferențiată sau asemănătoare, ereditară sau dobândită, care permite descrierea și clasificarea indivizilor. Culoarea pielii, culoarea ochilor, talia, conformația fizică etc. sunt considerate caractere.

În psihologie, se întâlnesc două curente: unul, care include în sfera noțiunii de caracter atât *însușirile genotipe* determinate biologic, cât și pe cele *fenotipice*, dobândite sub influența mediului natural și social.

Într-o primă aproximare, caracterul reprezintă o dimensiune (structură) esențială, care, pe de o parte, definește orice personalitate individuală în contextul relațiilor sociale, iar, pe de altă parte, diferențiază mai mult sau mai puțin semnificativ personalitățile individuale între ele.

În definirea caracterului, se impune operarea cu o accepțiune largită și una restrânsă.

În accepțiunea extinsă, caracterul exprimă schema logică de organizare a profilului psihosocial al personalității, considerat din perspectiva unor norme și criterii valorice. În acest caz, el include:

- a) concepția generală despre lume și viață a subiectului;
- b) sfera convingerilor și sentimentelor socio-morale;
- c) conținutul și scopurile activităților;
- d) conținutul aspirațiilor și idealurilor.

Toate aceste „elemente” sunt corelate și integrate într-o structură funcțională unitară, prin intermediul unui mecanism de selecție, apreciere și valorizare.

Luată în sens restrâns, noțiunea de caracter desemnează un ansamblu încheșat de atitudini, care determină un mod relativ stabil de orientare și raportare a omului la ceilalți semeni, la societate în ansamblu și la sine însuși.

Spre deosebire de temperament, care se implică și se manifestă în orice situație – naturală sau socială – caracterul se implică și se manifestă numai în situațiile sociale. Astfel, putem spune că el se structurează numai în interacțiunea individului cu mediul socio-cultural, ca mecanism specific de relaționare și adaptare la particularitățile și exigențele acestui mediu.

Din punct de vedere psihologic, orice individ cât de cât normal, născut și crescut într-un mediu social, în comunicare și interacțiune cu alți semeni – cu membrii familiei, cu colegii de școală, cu dascălii, cu cercul de prieteni etc. – își structurează pe baza unor complexe transformări în plan cognitiv, afectiv, motivațional, un anumit mod de raportare și reacție la situațiile sociale, deci un anumit **profil caracterial**. Este cu totul altceva, acum dacă acest profil va fi etichetat ca „*bun*” sau „*rău*”, ca „*pozitiv*” sau „*negativ*”.

În sistemul de personalitate, caracterul reprezintă latura relațională și valorică, este în principal un ansamblu de *atitudini-valori*. Deci caracterul se definește prin valorile, după care subiectul se călăuzește, prin raporturile, pe care le întreține cu lumea și cu propria ființă.

Un rol important le revine *modelelor culturale* de comportament, pe care se constituie un fond de deprinderi socio-morale, și totodată *tabelele de valori*, pe care le impune și cultivă colectivitatea.

Rezultă, așadar, că modalitatea cea mai eficientă de cunoaștere și evaluare a caracterului o reprezintă analiza actelor de conduită în situații sociale înalt semnificative pentru individ.

În sens psihologic, **caracterul** înseamnă particularitate specifică, prin care o persoană se deosebește de alta, semn caracteristic al unei individualități, care-i determinată modul de manifestare sau conduită, stilul de reacție față de evenimentele trăite.

Prin caracter se subînțelege totalitatea celor mai esențiale trăsături psihice individuale, manifestate prin modalități specifice de comportare în împrejurări tipice de activitate și care sunt determinate de atitudinea personalității față de aceste circumstanțe.

3.2. Mecanismele fiziologice ale caracterului

Esența fiziologică a caracterului a fost elucidată pe bază științifică prin învățătura lui I.P. Pavlov despre activitatea nervoasă superioară, în care s-a pus problema studierii integrale a organismului în interacțiunea sa cu mediul extern. Sistemul nervos și în special scoarța cerebrală asigură legătura organismului cu lumea reală, care constituie substratul material al tuturor însușirilor individuale ale omului. Emisferele mari se consideră organul funcțional al atitudinilor compuse ale omului față de mediul social.

Din punctul de vedere *fiziologic*, caracterul reprezintă un sistem complex de legături *reflex-condiționate*, ce s-au format și stabilizat pe parcursul dezvoltării individuale, sub influența învățării și educării. Dar formarea acestor legături este influențată într-o anumită măsură și de

particularitățile individual-tipologice ale activității nervoase superioare (genotipul) cu transformările și acumulările dobândite ca efect al interacțiunii individului cu mediul socio-cultural.

Pe plan fiziologic, sistemele de legături temporare dobândite stau la baza formelor stabilizate (obișnuite) de comportare a omului și ele joacă un rol deosebit de important în acel „*aliaj*”, pe care îl reprezintă caracterul. Această problemă impune examinarea relației dintre aspectele *conținut* și *formă* în caracterul uman.

Conținutul caracterului îl constituie întreaga experiență de viață a omului. Din punct de vedere fiziologic, acest conținut reprezintă întregul sistem de legături temporare, iar din punct de vedere psihologic – orientarea personalității, atitudinile dominante, trebuințele sentimentele, convingerile, interesele etc.

Aspectul de *formă* a caracterului rezidă, pe de o parte, în particularitățile tipologice ale activității corticale, care conferă trăsăturilor caracteriale o anumită dinamică proprie, iar pe de altă parte în calitățile volitive dobândite, prin care este asigurată reglarea conștientă a faptelor de conduită.

Cele 2 aspecte:

- *conținutul* (ceea ce face omul);
- *forma* (cum face), se află într-o strânsă unitate dialectică.

Deci persoana se caracterizează nu numai prin ceea ce face, ci și prin felul cum o face.

Sub aspectul *echilibrului* și *mobilității* proceselor nervoase fundamentale, tipul exercită o influență variabilă asupra formării sistemului de legături temporare, asupra relațiilor complexe ale individului cu mediul social.

Prin învățătura sa despre *reflexele condiționate*, I.P. Pavlov a demonstrat „secretul” activității nervoase superioare, ce asigură echilibrul organismului cu ambianța.

Remarcabilul fiziolog a menționat că modul de comportare a omului depinde nu numai de proprietățile înnăscute ale sistemului nervos, ci și de influențele externe. Se știe că scoarța cerebrală e solicitată de o mulțime de stimulenți externi și interni, ce provoacă în ea diverse focare de excitație, care se unesc între ele, formând sisteme de legături temporare, ***stereotipuri dinamice funcționale – baza fiziologică*** a atitudinilor organismului față de realitate, deci a ***caracterului***.

Stereotipul dinamic se caracterizează prin stabilitate și variabilitate, care se exprimă și în dinamica caracterului.

Stabilitatea lui permite să ne păstrăm legăturile temporare formate, tipice de comportare, pe când *variabilitatea* stereotipului deschide posibilități nemărginite pentru dezvoltarea și educarea caracterului personalității.

Restructurarea stereotipului dinamic depinde de condițiile vieții, de însușirile individuale ale tipului de activitate nervoasă superioară și, în sfârșit, de starea psihică, funcțională a organismului.

Tipul de sistem nervos exercită influență asupra caracterului în două aspecte:

- 1) accelerează sau frânează formarea trăsăturilor de caracter;
- 2) determină mijloacele de acțiune, ce exprimă atitudini formate ale omului, consolidate în anumite condiții sociale.

În fine, caracterul și trăsăturile lui componente nu pot fi explicate fără a lua în considerare funcțiile de generalizare și abstractizare ale celui de-al doilea sistem de semnalizare.

Cu ajutorul semnalelor verbale, omul își însușește normele de conduită și își autoreglează activitatea voluntară în conformitate cu împrejurările vieții. Concepția despre lume și viață, atitudinile, convingerile, aspirațiile și idealurile omului, ca aspect de conținut ale caracterului uman, nu sunt de conceput fără generalizarea prin cuvânt a experienței individuale și sociale. Toate relațiile stabile ale individului cu alți oameni, cu activitate se fixează în sisteme complexe de legături temporare la nivelul celui de-al II sistem de semnalizare și devin atitudini, aspirații, idealuri, conferind un înalt înțeles existenței omului.

Totodată, prin legăturile generalizate ale celui de-al doilea sistem de semnalizare, conduita omului dobândește un caracter programat, anticipat, electiv și de perspectivă; de asemenea se conștientizează și se asimilează relațiile omului cu grupul de muncă și cu propria persoană.

3.3. Structura caracterului și complexul însușirilor lui

Caracterul trebuie considerat rezultatul unui șir de integrări a funcțiilor și proceselor psihice particulare din perspectiva relaționării omului cu semenii și adaptării sale la mediul socio-cultural, în care trăiește. În diferitele perioade ale evoluției ontogenetice, integrările respective angajează în măsură diferită **afectivitatea, motivația, cogniția și voința**.

Putem afirma că în structura caracterului se regăsesc „elemente” de ordin:

- afectiv (emoții și sentimente);
- motivațional (interese, trebuințe, idealuri);
- cognitiv (reprezentări, concepte, judecăți);
- volitiv (însușiri, trăsături), care țin de existența socială a individului și mediază raporturile lui cu ceilalți semeni și cu societatea în ansamblu.

Ponderea celor patru tipuri de componente în structura caracterului este diferită la diferiți indivizi.

Structura caracterului reprezintă o totalitate de particularități umane, ce se găsesc în diferite raporturi una față de alta.

Prin definiție, structura presupune o anumită *stabilitate și durabilitate*. Și într-adevăr, în măsură, în care reușim să-l cunoaștem, putem să prevedem modul, în care se va comporta o persoană în diferite situații sociale.

Mediind și reglând raporturile persoanei cu cei din jur și cu situațiile sociale, puternic variabile, structura caracterială trebuie să posedă și un anumit coeficient de flexibilitate, care să-i permită „perfecționarea”, „corelația”, „reorganizarea”.

În principiu, caracterul este *modelabil* pe toată durata vieții individului, dintr-unul inițial negativ, poate deveni unul pozitiv (dacă situațiile și experiențele sunt suficient de semnificative).

În plan **social**, se apreciază atât *stabilitatea / constanța caracterului*, cât și *flexibilitatea, maleabilitatea* lui în funcție de criteriile și etaloanele valorice, care se aplică unei situații sau alteia, unui context relațional sau altuia.

Din cele menționate se poate constata că, spre deosebire de temperament, caracterul reflectă și ne trimite întotdeauna la latura de conținut, de esență a personalității ca subiect social și ne impune valorizarea etică a comportamentului.

Din punct de vedere funcțional, structura caracterială include două „blocuri”:

a) *blocul de comandă*, în care intră scopurile mari ale activității, drumul de viață ales, valorile alese și recunoscute de individ, și

b) *blocul de execuție*, care cuprinde mecanismele voluntare de pregătire, conectate și reglare a conduitei în situația concretă dată (Levitov, 1962; I. Radu, 1991; M. Golu, 1993; M. Zlate, 1999).

În cadrul blocului *de comandă*, trebuie să admitem existența următoarelor elemente esențiale:

- a) o structură cognitivă de receptare, filtrare, identificare și evaluare a situațiilor sociale;
- b) o structură motivațională de testare, prin care se stabilește concordanța sau discordanța dintre valențele situației și starea de necesitate actuală sau de perspectivă a subiectului;
- c) o structură afectivă, care generează trăirea pozitivă sau negativă a modelului „cognitiv” și „motivațional” al situației și, potrivit acesteia, „starea de set” față de situație.

Toate aceste elemente, strâns interdependente, formează *latura internă (invizibilă) a caracterului*. Ea este absolut necesară, dar insuficientă pentru realizarea caracterului, dar insuficientă pentru realizarea caracterului în *act*, pentru atingerea unui efect adaptativ concret în diferite situații sociale.

În mod obiectiv, activitatea blocului de comandă se impune a fi corelată cu activitatea blocului de execuție. Din punct de vedere psihologic, acest bloc include:

a) *operatori de conectare*, care primesc și proiectează „starea de set” pe „repertoriul comportamental”;

b) *operatori de activare*, care realizează stabilirea atitudinii față de situație;

c) *operatori de declanșare*, care actualizează și pun în funcțiune aparatele de răspuns (verbale și morale);

d) *operatorii conexiunii inverse*, care extrag și retransmit blocului de comandă informația despre efectele comportamentului sau acțiunii.

Structura internă, profundă a caracterului și conduita manifestă, alcătuiesc *subsistemul atitudinal*.

Atitudinea este poziția internă adoptată de o persoană față de situația socială, în care este pusă. Ea constituie prin organizarea selectivă, relativ durabilă, a unor componente psihice diferite – *cognitive, motivaționale afective* – și determină modul, în care va răspunde și acționa o persoană într-o situație sau alta.

După T.M. Newcomb, de pildă, atitudinea reflectă fidel forma în care experiența anterioară este acumulată, conservată și organizată la individ, când acesta abordează o situație nouă. Atitudinea ne apare ca verigă de legătură între starea psihologică internă dominantă a unei persoane și mulțimea situațiilor, la care se raportează în contextul vieții sociale.

Acum vom descrie cele mai esențiale *însușiri sintetice ale caracterului*:

- **unitatea** caracterului înseamnă a nu modifica în mod esențial conduita de la o etapă la alta din motive de circumstanțe, contrare principiilor declarate;

- **expresivitatea** caracterului se referă la dezvoltarea precumpănitoare a uneia sau a câtorva trăsături, care dau o notă specifică întregului. Caracterele expresive sunt cele clar definite, ușor de relevat și dominate în raport cu situația în care se află;

- **originalitatea** caracterului presupune autenticitatea în însușirea și realizarea anumitor valori, coerența lăutrică a acestora, forța lor morală, gradul lor diferit de dezvoltare și îmbinare la fiecare individ, cu alte cuvinte, nota distinctivă a persoanei în raport cu alte persoane;

- **bogăția** caracterului rezultă din multitudinea relațiilor, pe care persoana le stabilește cu viața socială, cu munca, cu semenii. Cei, care au preocupări și relații înguste, rămân indiferenți în raport cu o serie de fapte și evenimente, nu se angajează, nu participă, rămân izolați etc;

- **statornicia** caracterului se realizează dacă atitudinile și trăsăturile caracteriale au o semnificație de o mare valoare morală, aceasta fundamentând constanta manifestare în comportament;

- **plasticitatea** caracterului apare ca o condiție a restructurării unor elemente ale caracterului în raport cu noile cerințe impuse de necesitatea slujirii aceluiași principii. Se asigură, astfel, evoluția caracterului și, totodată, autoreglajul eficient în funcție de diverse împrejurări;

- **tăria de caracter** se exprimă în rezistența la acțiuni și influențe contrare scopurilor fundamentale, convigerilor, sentimentelor de mare valoare morală etc., pe care persoana le-a transformat în linii de orientare fundamentală și de perspectivă. Datorită forței caracteriale, omul atinge nivelul suprem al eroismului.

Însușirile principale ale caracterului indicat, se află într-o corelare, uneori contradictorie.

Structura caracterului, modul de comportare al personalității depind nu doar de adevăratele influențe ale vieții din prezent, de condițiile de activitate, ci și de influențele din trecut, de întreaga istorie a vieții, ce condiționează caracterul omului.

Însușirile caracteriale reprezintă o poziție a subiectului față de cele din jur, un mod de a se raporta la evenimentele existenței sale în lume. A cunoaște pe cineva, înseamnă a-i determina trăsăturile caracteriale, despre care vom vorbi în continuare.

3.4. Formarea trăsăturilor de caracter

Cuvântul „trăsătură” semnifică o componentă sau un detaliu al portretului sau fizionomiei.

Trăsătura caracterială poate fi definită drept *structură psihică internă*, care conferă constanța modului de comportare a unui individ în situații sociale semnificative pentru el (spre deosebire de trăsătura temperamentală, care determină parametrii dinamico-energetici ai comportamentului în orice fel de situații).

Identificabile în desfășurarea comportamentelor sociale, trăsăturile caracteriale se evaluează numai printr-o operație de comparație a unei persoane cu altele.

Trăsăturile caracteriale, asemenea celor temperamentale, au o dinamică polară, ele formând, de regulă, *perechi antagonice* (ex.: *egoist – altruist, avar – chelțuitor, respectuos – nepoliticos, muncitor – leneș, curajos – laș etc.*). Este important de subliniat faptul că la fiecare persoană se întâlnește întreaga gamă de perechi, dar cu grade diferite de dezvoltare a fiecărei trăsături.

Astfel, în evoluția sa, profilul caracterial va integra trăsături, care tind preponderent spre polul pozitiv sau preponderent spre cel negativ, luând aspectul unei balanțe cu 2 talere.

Modelul balanței prezintă, după M. Zlate (1999), o înțreită importanță:

a) „indică și explică mecanismul psihologic al formării caracterului, forța motrică a dezvoltării acestuia, care constă în principal în opoziția dintre contrarii, în ciocnirea și lupta lor”;

b) „sugerează interpretarea caracterului nu doar ca formându-se (din afară), nu doar ca rezultat automat și exclusiv al determinărilor sociale, ci și ca autoformându-se (din interior) cu participarea activă a individului.”

c) „conduce spre stabilirea unei tipologii caracteriale”.

G.W. Allport (1981) împarte trăsăturile de personalitate în:

- **comune**, care îi apropie pe oameni și după care pot fi găsite comparații intermediare;
- **individuale**, care diferențiază o persoană de alta.

Trăsăturile individuale sunt la rândul lor:

– **cardinale**, dominante, cu semnificație majoră pentru individ, punându-și amprenta pe fiecare act de conduită;

– **centrale**, numeric mai multe, care controlează o gamă întinsă de situații obișnuite, cotidiene;

– **secundare**, periferice, mai puțin active, exprimând aspecte mai puțin esențiale ale activității și conduitei individului.

Trăsăturile ca atare se formează și se individualizează pe fondul interacțiunii conținuturilor proprii diferitelor procese psihice – cognitive, afective, motivaționale și volitiv-valorizate de subiect și implicate în determinarea atitudinii lui față de „obiectele sociale”.

Trăsături de natură:

- **cognitivă** (reflexivitatea, obiectivitatea, spiritul critic);
- **afectivă** (timiditatea, sentimentalismul);
- **motivațională** (lăcomia, avariția);
- **intersubiectivă** (solicitudinea, spiritul de cooperare, spiritul de ajutorare, altruismul și opusele lor);
- **morală** (bunătatea, cinstea, corectitudinea, demnitatea, modestia);
- **volițională** (curajul, independența, perseverența, fermitatea, hotărârea, consecvența, autocontrolul).

Lista trăsăturilor este în realitate mai lungă, apreciindu-se că numărul lor depășește cu mult zece mii. În continuare se explică faptul cum se formează trăsăturile de caracter, de ce nu există doi oameni cu caractere absolut identice?

Caracterul este o particularitate sau însușire a personalității umane, care nu este înnăscută, ci dobândită în cursul vieții, pe baza experiențelor sociale.

Nimeni nu se naște harnic, sociabil, perseverent, modest etc., ci toate aceste trăsături se formează în cadrul relațiilor sociale, în activitatea, pe care omul o desfășoară în cadrul grupului social, ținând seama de normele de conviețuire stabilite de acesta.

De aceea trăsăturile de caracter sunt supuse evoluției, având un conținut mai sărac la vârstele mai mici și mai bogat pe măsură ce omul înaintază în vârstă, iar experiența sa dobândește dimensiuni mai ample.

La vârsta preșcolară se formează primele reprezentări, noțiuni, sentimente și obișnuințe de comportare civilizată, fapt care reprezintă premisele psihologice ale formării ulterioare a trăsăturilor de caracter.

În acest mod, se pun bazele unor trăsături incipiente de caracter: disciplina, prietenia, cinstea, spiritul de ajutor reciproc.

Vârsta *școlară mică* este perioada, în care începe structurarea caracterului, organizarea și conturarea următoarelor trăsături de caracter: **dragostea față de muncă, umanismul, sociabilitatea, punctualitatea, perseverența, modestia.**

În *preadolescență*, caracterul este în plin proces de dezvoltare. Preadolescentul manifestă mult spirit de inițiativă, nu lucrează la întâmplare, ci încep să-și propună scopuri precise, concrete.

În *adolescență* trăsăturile de caracter ajung la o stabilitate și o constanță mai mare, deoarece tânărul a dobândit o experiență de viață mai amplă, și-a însușit o serie de cunoștințe, priceperi și deprinderi, care îi influențează substanțial conduita, făcând posibilă prevederea cu destulă siguranță a modului său de comportare în diferitele situații create de mediul social.

Printre *trăsăturile voluntare de caracter*, care acum se dezvoltă rapid și intens, cităm: orientarea spre scop, independența, spiritul de hotărâre, perseverență.

O mare importanță în formarea caracterului o au acțiunile și faptele în situațiile de conflict, în funcție de accesibilitatea conflictului psihologic. Cum arată cercetările acestor conflicte, schimbările caracterului în aceste momente sunt foarte adânci și stabile.

Dar situațiile critice se repetă pe parcursul întregii vieți a omului. Noi pierdem prietenii cei mai buni, apropiații, suntem obijduiți pe nedreptate, avem situații complicate la facultate, la serviciu etc. În fiecare caz, în funcție de faptul cum și la ce fel de faptă se va hotărî omul, rezultă cum se va forma caracterul lui de mai de departe. Noi singuri ne formăm caracterul cu faptele noastre pe parcursul vieții.

3.5. Tipurile accentuate de caracter

O importanță deosebită pentru practica medicală o poate avea cunoașterea celor, pe care Leonhard Karl i-a numit **personalități accentuate**.

Printre însușirile „firii” omenești, Leonhard diferențiază cele, care conduc la simple variații ale individualității, de cele propriu-zis accentuate, cele, care manifestă tendința de a aluneca spre anormal.

Prin **personalități anormale** se înțelege acei oameni, care, chiar în lipsa unor împrejurări exterioare nefavorabile, au dificultăți în adaptarea la cerințele vieții.

Firește că personalitățile accentuate manifestă un mare interes pentru clinica psihiatrică, variații puternice, într-un sens sau altul intrând în domeniul nevrozelor, al psihopatiilor și chiar al psihozelor. Dar ele au interes tot mai mare pentru clinicianul de orice specialitate, deoarece prezintă dificultăți în adaptarea la boală, formează obstacole în interacțiunea medic-pacient și în calea tratamentului, favorizează apariția unor stări morbide (nu numai psihosomatice, ci și somatice).

Cercetările efectuate în clinica berlineză a lui Leonhard au demonstrat că cca 50% din populație poate fi considerată ca „neieșind din comun”, iar cealaltă jumătate ca „accentuată”. Deci, Karl Leonhard, psihiatru german, a efectuat experimente și a ajuns la concluzia că mulți oameni posedă accentuări de caracter.

Accentuarea de caracter este o exprimare excesivă a anumitor trăsături de caracter și a combinațiilor lor, prezentând variante ale normei, mărginite cu patologiile.

Accentuările de caracter diferă de psihopatii prin faptul că lipsește manifestarea celor trei simptome proprii psihopatiilor, prezente concomitent:

- 1) *caracterul stabil în timp;*
- 2) *manifestarea simptomelor în orice situație;*
- 3) *dezadaptarea situațiilor.*

Accentuările de caracter pot trece unele în altele sub influența:

- *climatului psihologic în familie;*
- *mediului social;*
- *activității de bază a subiectului;*
- *sănătății fizice.*

K. Leonhard deosebește următoarele accentuări de caracter:

- *tipul hipertimic;*
- *tipul cicloid;*
- *tipul epileptoid;*
- *tipul isteroid (demonstrativ);*
- *tipul schizoid;*
- *tipul psihoastenic;*
- *tipul paranoic;*
- *tipul senzitiv;*
- *tipul instabil;*
- *tipul conformist;*
- *tipul labil;*
- *tipul astenic.*

Tipul hipertimic caracterizează oamenii egoiști, ambițioși, mobili, comunicabili, gălăgioși.

La aceste persoane predomină dispoziția bună cu tendințe de euforie sau disforie, bunătața sufletească. Ei sunt optimiști, cu inițiativă, nu duc lucrul până la capăt în cazul emoțiilor, incapacitatea de a se concentra la o anumită activitate, neurotici, merg la risc, sunt brutali și amabili.

În linii generale, hiperticii nu suportă lucrul migălos, singurătatea, tind spre fapte amurale, neprevăzute. Sunt lideri ai companiilor, dacă nu au prieteni cad în depresie, nu se răzbună, dacă au jignit, nu-și cer scuze. Poate avea succes, dar prevalează infantilismul, nu-și pot concentra atenția, întârzie. Dacă are necesitatea de ceva, hipertinicul se lingusește, în procesul activității se distrage ușor, are lacune în cunoștințe, nu învață sistematic, dar timp de 1–2 zile poate compensa cunoștințele. E necesar de exclus din activitate monotonia, este nevoie de stimulare. Relațiile sexuale superficiale. Partenerul este un obiect de schimb; activitatea sexuală e considerată drept o distracție. Sunt predispuși spre alcoolizare.

Se recomandă ca aceste persoane să fie implicate în activități ce necesită multă comunicare: sport, teatru.

Tipul cicloid se deosebește prin schimbarea frecventă a dispoziției pe o anumită perioadă de timp (5–7 zile). La etapa dispoziției bune este vesel, cu inițiativă, îndeplinesc ușor activități. La etapa indispoziției devine pasiv, îngândurat, irascibil, indiferent, supărăcios, mohărât.

În linii generale, cicloidul este foarte atașat de familie, însă deseori se îndepărtează de persoanele apropiate și sunt inițiatorii conflictelor. Calitățile, ce atrag atenția altor persoane, sunt: seriozitatea, simțul datoriei și al dreptății.

Activitățile, în care ei ar trebui implicați, necesită condiții, în care nu se schimbă radical situațiile. În relațiile sexuale are probleme, are nevoie de stimulare. Simte nevoia de a fi dirijat, de a „fi ținut în mâini”.

Tipul epileptoid. De mici copii sunt responsabili spre acuratețe deosebită, păstrează îmbrăcămintea, ocrotește tot ceea ce-i aparține. Prevalează tendința de a păstra ordinea, nu acceptă observațiile altora.

Sunt observatori, agresivi, răutăcioși, energetici, explozibili, cruzi, păstrează jignirea cu dorința de a se răzbuna. Nu are grijă de părinți, e orientat spre amorul propriu. Nu vor să se supună, se răzbună, dacă sunt știrbite interesele proprii.

În relațiile cu alte persoane sunt reținuți, își fac greu prieteni, dar îi păstrează un timp îndelungat. Se deosebesc prin felul de a-și pune anumit scop, astfel fiind punctuali, pedanți și foarte atenți față de propria personalitate.

Pentru a evita conflictele e necesar de a feri aceste persoane să fie conducători, responsabili de activitate. Ele nu se străduie să înțeleagă nenorocirea altora. Sunt foarte exacte și raționale.

În relații intime sunt reci, cruzi sexuali, agresivi, sadiști, mazohiști, migăloși, suspicioși, încordați, geloși.

În familie tind să fie lideri, să fie stimați, nu recunoaște greșeala, nu-și cere scuze. Apropiatilor li se cere să fie răbdători, tacticoși, să nu atragă atenție la acuratețea exagerată.

Tipul isteroid se străduie să fie mereu în centrul atenției. Nu se sfiește, nu știe ce este timiditatea, îi place măsurile artistice, în copilărie iubește să recite poezii, să cânte, să danseze. Dorește să se evidențieze din masa de oameni, le place să fie laudat și înalt apreciat.

Se caracterizează prin egocentrism, egoism, este orientat spre atingerea scopului, ager, activ, energetic, minciunos, demagog, îi place să riște, activitatea se aseamănă cu jocul de teatru, este orientat spre satisfacerea dorințelor, supraapreciere proprie, mereu în centrul atenției. Are nevoie de mulți prieteni, care-l susțin, are nevoie mereu de sfat. Primește satisfacere de la comunicare. Nu suportă să fie demascat, se răzbună pe aceste persoane.

Au succese în viață. Dacă nu li se acordă atenție, reacționează nervos. Calitățile, ce pot provoca conflict: laudăroșie, capacitatea „de a se îmbolnăvi” în situații responsabile, poate fi un intrigant. Este bine să fie lideri. Viața sexuală o joacă ca un teatru. Pentru a evita conflictul nu trebuie să lezăm amorul propriu, talentul, aptitudinile, care are dorința de a le arăta.

Tipul schizoid se caracterizează prin orientarea spre propriul Eu. Persoanele de acest tip preferă singurătatea, omit jocurile gălăgioase și activitatea în comun. Își aleg prietenii mai în vârste.

La vârsta pubertară se închide în sine, nu vorbește cu mama, cu tata; sunt visători. La orice fenomen se străduiesc să dea o lămurire filosofică, cu termeni complicați, calmi, serioși, vorbesc puțin, au interese și ocupații stabile. La prima vedere sunt deștepți în activitatea creatoare, au o productivitate sporită de muncă, se străduiesc în atingerea scopului, dar nu este atins, deoarece cunoștințele sunt unilaterale. Complică faptele, obolesc foarte repede, scade energia, sunt reci, nu au emoții profunde.

Dacă e impus să îndeplinească ceva, insuccesul îl duce la tulburări neurotice, ușor se îmbolnăvește. Sunt neîncrezuți, sunt capabili de a avea sentimente profunde, anticipat față de alt sex, tendința spre anonism, se căsătoresc târziu, relații reci.

Nu suportă tensiunea nervoasă, supraîncordarea. Sfera emoțională este slab dezvoltată. Pot fi traumați, influențați foarte ușor și obida o țin un timp îndelungat și devin opsești de ea. Au un număr mic de prieteni, la care înaintează cerințe exagerate. Ei nu pot stabili relații de prietenie, nu se pot deschide altor persoane, intră ușor în conflicte. Nu sunt buni conducători. Este necesar să-i atragem în discuție, să fie orientați la exprimarea părerilor despre prieteni, relația cu alt sex. Ei trebuie să fie implicați în activități ce presupun un cerc mic de comunicare, joc de șah. E necesar ca subiectul să fie orientat la cercetările științifice.

Tipul psihoastenic încă din copilărie este timid, fricos, suspicios. Apar interese mature în perioada timpurie 6–7 ani. De asemenea evoluează diferite fobii față de oameni necunoscuți, obiecte, frica de a rămâne singur în întuneric, în casă.

Trăsăturile dominante ale acestui tip sunt: neîncredere în forțele proprii, anxietate sporită, stare de ipohondrie (depresie). Se caracterizează prin seriozitate, acuratețe, sunt sânguincioși, raționali, autocritici, nehotărâți, lipsiți de inițiativă, cu tendința de a pune totul la îndoială. Sunt foarte superstițioși și cred în lucruri inventate.

În orice activitate se includ atent și sunt sânguincioși. Rezultatele obținute le verifică îndelungat după enciclopedii, dicționare. Preferă lucrul liniștit, curat, monoton. Mereu se îndoiesc, au frică sporită de responsabilitate față de activitate, preferă lucruri migăloase, liniștite. Sunt orientați spre profesia de contabil, croitor, unde e necesar lucru manual.

În relațiile intime sunt retrași, neîncrezuți în sine, au probleme sexuale. Nu face dedicație de dragoste, nu se poate apropia de persoana iubită. Pentru înlăturarea inferiorității e necesar de organizat psihoterapia cognitiv-comportamentală. Se analizează situațiile, care au avut insucces, se compară și se evidențiază esențialul să-și dea singur părerea de cel dezavantaj al neîncrederii, care a condus la insucces.

Tipul paranoic. E sporită orientarea spre un scop chiar din copilărie. Sunt serioși, anxioși, îngrijorați, visători.

În cadrul activității sunt energici, individuali, acționează cu siguranță, colaborează cu alte persoane, care au scopuri similare. Dacă este ofensat de cineva, îl înlătură complet din viața personală și chiar poate să-i pricinuiască ceva rău.

Sunt irascibili, agresivi, supărăcioși, mai ales când cineva le creează probleme în atingerea scopurilor. Emoțional sunt reci și nu se pot apropia spiritual de alte persoane.

Sunt conflictuali, puțin comunicabili, nesentimentali. Li se pare că lucrul, care-l fac, e cel mai important, e necesar de a-l orienta spre activitatea, din care va avea profit.

În relațiile cu alte persoane sunt cruzi, se străduiesc să domine, să asuprească. Sunt foarte categorici în concepțiile lor. Prietenia cu sexul opus determină o continuă prelungire a atingerii scopului propus. Sunt brutali, reci, lipsiți de gingășie. Nu suportă să fie lezat amorul propriu.

Activează mai mult singuri, fiindcă le vine greu să găsească parteneri să lucreze în grup. Sunt înfumurați și răzbunători. E necesar să organizăm cu ei discuții de suflet, să le formăm convingerea în aceste discuții.

Tipul senzitiv. De mic este fricos, orientat spre lumea internă. Este o fire sfioasă, se teme de singurătate, întuneric, animale, evită locurile gălăgioase. Se atașează de persoanele, cu care se deprinde.

În copilărie sunt niște copii casnici. Nu le place să plece în companii, să-și schimbe colectivul, prietenii.

Sunt timizi, le este propriu sentimentul de inferioritate. Sunt autocritici, se subapreciază, sunt liniștiți, buni la inimă, atenți față de alți oameni, cu sentimentul datoriei; sunt disciplinați, responsabili, cinstiți, cu cerințe sporite față de sine, suspicioși, închiși în sine, ușor se supără și re trăiesc adânc insuccesele. Se străduiesc să aibă puțini prieteni, însă se atașează foarte strâns de ei; sunt gingași și supuși.

Ca parteneri în dragoste sunt aleși de alte persoane. Au probleme în dragoste, din motivul timidității și neîncrederii în sine.

Orice activitate se străduie s-o îndeplinească la nivel superior, ca să nu jignească partenerii de lucru, profesorii. Activitățile lor preferate: arta, medicina, îngrijirea plantelor și animalelor, educația copiilor.

Au nevoie să fie încurajați. Școala pentru ei este o povară. E necesar să-i creăm condiții pentru a obține succes. Nu trebuie incluși în competiții și activități responsabile.

Tipul instabil. Din fragedă copilărie este o fire instabilă, are probleme comportamentale, sunt neascultători, hipermobili.

Se caracterizează prin sociabilitate scăzută, sunt buni la inimă, deschiși, serviabili, emoționali. Se adaptează ușor la condiții noi de viață. Sunt niște persoane nestatornice; în procesul activității pot să uite de scopul final și să se ocupe de lucruri străine.

Specific este că ușor cad sub influență, atenția este instabilă, se distrag de la lucru. Nu învață sistematic, au nevoie de ajutor de la adulți pentru a-i atrage în micromediul, în care persoanele sunt sânguincioase.

Dacă nu sunt controlați, sunt leneși, evită conflictele, mint pentru a ieși din situații, trăiesc cu ziua de azi, abandonează activitățile, care necesită încordare intelectuală.

Sunt lipsiți de forțe de voință și au tendința de a-și petrece timpul liber în distracții și companii. Se laudă, atribuindu-și calități, pe care nu le au. Sunt fricoși, fățarnici, iresponsabili.

În relațiile cu alți oameni sunt nestatornici, nu pot avea încredere în ei. Relațiile de prietenie sunt de scurtă durată. Își schimbă repede prietenii și ușor se acomodează cu alții noi. Relațiile sexuale prezintă pentru ei o distracție.

Aceste persoane au un regim foarte strict de activitate, control riguros, în copilărie tutelare strictă. Imită persoanele, care îi susțin, deci dacă are un prieten cu familie trainică și el va fi așa.

Tipul conformist acceptă tot ceea ce i se propune. Dacă nimerește sub influență, imediat neagă ce a acceptat anterior și își formează o altă părere.

El nu-și expune propria părere niciodată, ci acceptă părerea liderului, a autorității, a tradiției, a majorității. Viața lui decurge sub deviza „Să fiu ca toți, să gândesc ca toți”. Este specifică acomodarea la orice mediu sau grup de oameni.

Se caracterizează prin faptul că sunt persoane prietenoase, bune la inimă, blânde, îngăduitoare, sunt buni executori, nu intră în conflict, nu critică pe nimeni. Sunt ascultători, dar lipsiți de voință, au o autocritică scăzută.

Principala slăbiciune este că își schimbă ușor părerea, distruge ușor stereotipurile formate și frecvent evoluează psihozele reactive, psihopatiile.

În comunicare cu alte persoane ușor contactează și își fac prieteni, stimează liderii, îi emit în comportare, pretind la prietenii, însă prietenii nu prezintă mare interes pentru tipul conform. Relațiile intime nu au importanță pentru acest tip. Ei au nevoie din partea partenerului de gingășie și tutelă paternă.

În procesul activității e nevoie de stimulat permanent, de menționat succesul și activitatea, pe care o manifestă. De obicei sunt muncitori, inovatori, creatori, dacă sunt sub conducerea unui adult cu autoritate.

Pentru evitarea relațiilor conflictuale e necesar să atragem această persoană într-o educație conformă. Este necesar de a orienta acest tip spre acțiuni, unde ar putea lua decizia de unul singur.

Tipul labil. Din copilărie se caracterizează prin labilitatea (schimbarea) dispoziției sub influența unui cuvânt, gest sau privire. Dispoziția lui se poate schimba de câteva ori pe zi. Este bun la inimă, sociabil, sensibil, mărinimos. Se deosebește de ceilalți prin sentimente adânci, relații sincere cu cei, care îl iubesc. În caz de dispoziție rea, este irascibil, nervos, conflictual.

Comunicarea cu alte persoane depinde de dispoziție. Dacă are dispoziție bună, atunci comunică cu mare plăcere, povestește mai mult despre sine, însă la o observație netacticoasă cade în depresie sau chiar stopează prietenia.

Tipul labil este capabil de o prietenie sinceră, devotată. Ușor se atașează de alte persoane, sentimente adânci după atașare, relații sincere, este cinstit cu persoana, care o iubește, indiferent de dispoziție. La el este dezvoltat simțul compătimirii și altruismul.

Anxietate sporită, ușor plângăreți, pentru autoapreciere poate să brutalizeze persoana, care îi face observații și netacticoși. Cel mai mult re trăiește pentru trădarea din partea persoanei iubite, în caz de psihotraumă, se dezorientează în viață.

Intuiție bună, ușor se pot modifica la condiții. Dacă se îndrăgostesc cu adevărat, sunt foarte sinceri. În relații cu partenerii sunt capabili să iubească din inimă, cu o durată lungă de timp. Partenerii trebuie să le susțină dispoziția bună.

Pentru dezvoltarea normală e necesar de înlăturat situația, în care labilul are concurență, aceste situații, care i-ar putea leza amorul propriu. Să nu-l impunem, când n-are dispoziție, să-i înlăturăm situația, care n-are succes ca să nu se descurajeze, să-i acordăm atenție. Să înlăturăm situația, în care prevalează neîncrederea, unde sunt întâmplări neplăcute, situații critice, pedeapsa s-o înlăturăm.

Activitățile recomandate acestui tip: artă, sport, profesii de tip om-natură, om-om.

Tipul astenic se caracterizează prin sensibilitate sporită, neurotism. Aceste persoane dorm rău, n-au poftă de mâncare, sunt capricioși, fricoși și plângăreți.

Sunt sensibili la sunetele puternice, la lumină puternică, este irascibil și obosește ușor. Nu suportă gălăgia, companiile; specific pentru ei prevalează frica de a se îmbolnăvi. În colectiv ei sunt disciplinați, liniștiți, ordonați, modești, prietenoși, blânzi, îngăduitori.

În procesul activității și în comunicare cu alte persoane sunt timizi, rușinoși, anxioși, se subapreciază, se adaptează greu la condițiile noi de viață.

În caz de insucces, devin irascibili, manifestă explozii afective, devin apatici, capricioși, neîncrezuți în sine. Astenia generală se răsfrânge asupra asteniei psihice, și, în rezultat aceste persoane au atenție instabilă, memorie scăzută, nu pot ține un discurs în fața auditoriului, nu pot să-și organizeze ziua de muncă. În relațiile intime sunt retrași și reținuți. În discuții cu alte persoane se înroșesc, se pierd cu firea, nu pot răspunde prompt la întrebări, apoi nu uită un timp îndelungat aceste momente și le retrăiesc profund.

Munca fizică îl obosește, îl irită, de aceea e necesar să fie atras în munca manuală: împletit, cusut. Au nevoie de o formă de activitate ușoară, fără multă încordare. Să nu-și schimbe frecvent activitatea, e necesar să fie încurajat, să dezvolte curajul, încrederea în sine, la orice succes să fie analizat verbal. Să-i acordăm ajutor, atitudine tacticoasă din partea adultului și să-l supraapreciem.

E necesar să-i planificăm activitatea, să-i prezentăm un exemplu sau model, pentru executarea unui lucru. E recomandabil controlul permanent din partea adultului și un ajutor tacticos.

Tema 4. APTITUDINILE

4.1. Aptitudinea – latura instrumental-operațională a personalității

Oamenii se deosebesc între ei după posibilitățile lor de acțiune. Știm cu toții că aceleași acțiuni (practice, intelectuale, artistice, sportive etc.) sunt executate de diverși indivizi la diferite niveluri calitative, cu o eficiență mai mare sau mai mică, uneori foarte redusă.

Desigur, toți oamenii normali pot executa diverse și numeroase activități, depinde însă de ce calitate. Toți pot să cânte, dar unii sunt deplorabili, iar alții trezesc admirație și impresionează. De unde și calificările fixate în limbă de „apt pentru...”, „apt de”, prelungire prin termenii de **aptitudine, capacitate**.

Aptitudinea este o însușire sau un complex de însușiri psihice și fizice, care asigură succesul, reușita într-o activitate sau alta.

Definiția subliniază aspectul de eficiență, de randament. Orice însușire sau proces psihic privit sub unghiul eficienței devine aptitudine (de exemplu: memoria este aptitudinea de a memora; spiritul de observație este aptitudinea de a percepe).

Aptitudinea ne dă măsura gradului de organizare a sistemului personalității sub aspect adaptativ-instrumental concret.

Ea ne răspunde la întrebarea: „Ce poate și ce face efectiv un anumit individ în cadrul activității pe care o desfășoară?” și se leagă întotdeauna de performanță și eficiență, în dublu său înțeles: cantitativ și calitativ.

În evaluarea *laturii cantitative a performanței*, apelăm la indicatorii precum:

▲ volumul total al sarcinilor rezolvate și, corespunzător, volumul „produselor finite” obținute;

▲ timpul necesar rezolvării unei sarcini individuale;

▲ timpul necesar obținerii unui „produs finit”;

▲ intensitatea efortului depus.

Pentru evaluarea *laturii calitative* ne folosim de următorii indicatori:

▲ gradul de dificultate și complexitate a „sarcinii” rezolvate;

▲ noutatea și originalitatea „produsului final”;

▲ valoarea în sine a „produsului final” în domeniul dat;

▲ procedeul folosit în rezolvarea sarcinii;

▲ diversitatea modală a sarcinilor accesibile rezolvării.

Cu cât cele 2 laturi ale performanței iau valori mai sporite, cu atât aptitudinea este mai bine structurată, și invers.

Aptitudinile constituie latura instrumentală și operațională a personalității. Orice activitate se efectuează cu ajutorul unor mijloace sau instrumente, mai ales în cazul acțiunilor practice. Una este *un bisturiu în mâna unui om neîndemânatic și alta în cea a unui chirurg talentat. Tot așa putem vorbi despre pensula pictorului, condeiul poetului și fereastrăul tâmplarului. Prin urmare, în joc intră și mijloace sau instrumente psihomotorii, structuri intelectuale, funcții și subproces psihice.*

Cuvintele au fost considerate drept instrumente spirituale, după cum și regulile gramaticale și schemele logice sau funcțiile memoriei și procedeele imaginației.

Aptitudinile sunt *sisteme operaționale, superioare dezvoltate*. Prin intermediul unor operatori (operații) și condiții logice, omul realizează modelul intern (mental) al produsului, ce se propune a fi obținut.

Aptitudinile nu se reduc la suma cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor reclamate de o anumită activitate. Poți să ai deprinderi și cunoștințe de muzică, poți să ai deprinderi și priceperile necesare pentru a cânta la pian de pildă, și cu toate acestea să nu ai aptitudini muzicale deosebite. Și invers, dacă un copil posedă aptitudini muzicale nu rezultă că el va deveni muzician profesionist.

Cunoștințele, priceperile și deprinderile, în lipsa aptitudinilor, asigură îndeplinirea activităților la un nivel obișnuit, mijlociu. Prezența *aptitudinilor*, alături de acestea determină obținerea unor rezultate superioare în activitatea respectivă.

Rubinstein afirma că: „... Aptitudinile sunt priceperi, pe de o parte, și, pe de altă parte, reprezintă o noțiune dinamică, ceea ce presupune că ele se formează și se dezvoltă și se manifestă doar în activitate”.

În limbajul curent se folosesc termenii de *aptitudine* și *capacitate* ca sinonime. Dicționarul de psihologie face însă o distincție între *aptitudine*, care rezultă dintr-un potențial și se demonstrează prin facilitatea în învățare și execuție, și *capacitate*, ca o aptitudine împlinită, care s-a consolidat prin deprinderi, rezultate din exercițiu și s-a îmbogățit cu o serie de cunoștințe adecvate.

O aptitudine izolată nu poate singură să asigure succesul într-o activitate. Performanțele într-o activitate se ating doar datorită combinării aptitudinilor.

4.2. Natura aptitudinilor

Problema privind natura și determinismul aptitudinilor a fost și continuă încă să fie puternic controversată.

Conform definiției enunțate, aptitudinile sunt totdeauna un rezultat al dezvoltării, un „aliaj” între elementul *înnăscut* și cel *dobândit* prin experiență.

Unii autori susțin teza caracterului *înnăscut ereditar* și *nemodificabil* al aptitudinilor. Drept exemplu, Moțart a compus un menuet la 5 ani; Ghiothe a scris la 8 ani lucrări literare cu o

maturitate de adult; Enescu a început să cânte la vioară la 4 ani, iar la 7 ani a intrat la Conservatorul din Viena. Repin a manifestat aptitudini pentru desen și pictură de la 3–4 ani etc.

Un atare punct de vedere unilateral, care acordă importanță hotărâtoare factorului intern, este însă tot mai mult părăsit în favoarea concepției, potrivit căreia factorul ereditar este modelat de condițiile de mediu socio-cultural.

Psihologii B.G. Teplov, A.N. Leontiev, S.L. Rubinștein, Al. Roșca relevă faptul că aptitudinile apar și se dezvoltă numai în procesul activității, ele sunt un rezultat al dezvoltării individuale.

Dezvoltarea omului, se subliniază, înseamnă în fapt dezvoltarea aptitudinilor reprezintă dezvoltarea personalității.

Aptitudinile se formează în anumite condiții sociale, care fac necesare aceste aptitudini și în procesul unei activități adecvate.

Aptitudinile sunt condiționate în același timp și de existența dispozițiilor naturale sau a zestrei native.

Ereditarea are, așadar, un rol important în procesul formării aptitudinilor, dar ea nu este determinată. Într-adevăr, la baza aptitudinilor stau unele premise ale dezvoltării lor, premise consolidate ereditar sub formă de dispoziții.

Dispozițiile sunt concepute ca particularități anatomo-fiziologice ale aparatului neurocerebral al omului.

Premisele ereditare ale aptitudinilor constau în însușirile de tip ale sistemului nervos: *intensitatea, mobilitatea și echilibrul* dintre excitație și inhibiție, *plasticitatea sistemului nervos*.

Particularitățile activității nervoase superioare nu sunt însă aptitudini, ci doar condiții interne ale dezvoltării acestora, ele sunt realități biologice și nu psihologice.

Dispozițiile naturale nu determină dezvoltarea nici a unei capacități umane. Ele sunt doar premise naturale favorizate pentru dezvoltarea aptitudinilor.

Aptitudinile sunt determinate, pe de o parte, de potențialitățile date în programul genetic, pe de altă parte, de condițiile, în care aceste potențialități latente devin active.

Condiționate de existența unor premise ereditare, *aptitudinile* se constituie, se structurează, se dezvoltă și se afirmă ca structuri sintetice complexe ale personalității, întotdeauna în procesul activității, în raport cu o activitate concretă, în care dispozițiile sunt intens exercitate.

Aptitudinea nu poate apărea în afara unei activități concrete corespunzătoare; aptitudinea se formează în activitate și se manifestă în activitate. Pe măsură ce societatea, în dezvoltarea ei, creează noi domenii de activitate, se nasc și se dezvoltă aptitudini noi.

Totodată, în conformitate cu cerințele social-economice noi, cu modificările, ce se produc în natura și conținutul activității individului, se produce și modificarea, restructurarea aptitudinilor acestuia. Aptitudinea se relevă ca o sinteză a însușirilor naturale și a celor dobândite.

Există cazuri, în care manifestarea aptitudinii este deosebit de timpurie. În alte cazuri, maxima dezvoltare și afirmare a aptitudinii se înregistrează târziu.

Această realitate impune prudență în aprecierea copiilor, care înregistrează rămâneri în urmă la învățatură, insuccesul școlar, prin el însuși, nu este relevant pentru absența unor predispoziții sau aptitudini.

După Kovalev și Measișcev, indiferent de natura activității, în procesul dezvoltării aptitudinilor intervin următoarele momente:

- dezvoltarea, îmbogățirea și adâncirea intereselor, în centrul cărora se află trebuința de a însuși activitatea respectivă;
- creșterea volumului de cunoștințe, priceperi și deprinderi;
- dezvoltarea caracterului, ca proces, în care se urmărește, în primul rând, educarea unei voințe ferme, dirijate de anumite principii social-morale;
- îmbogățirea conținutului de idei al activității și creșterea nivelului conștiinței sociale;
- dezvoltarea atitudinii critice față de sine și față de rezultatele activității proprii.

4.3. Clasificarea aptitudinilor

Subsistemul aptitudinal al personalității pune în evidență o organizare internă complexă, el incluzând entități de modalități psihofiziologice și psihologice diferite, cu multiple conexiuni de ordonare, coordonare, integrare și subordonare între ele.

De aici se face necesară o diferențiere și o clasificare în interiorul subsistemului aptitudinal, criteriul cel mai larg acceptat.

Pe baza lui au fost delimitate:

- a) aptitudini generale;
- b) aptitudini speciale.

Aptitudinea generală este acea aptitudine, care este solicitată și intervine în orice fel de activitate a omului sau în rezolvarea unor clase diferite de sarcini.

Aptitudinile generale alcătuiesc repertoriul instrumental-adaptativ al oricărui individ, care asigură o relaționare și o adaptare cât de cât satisfăcătoare în condițiile variabile ale mediului.

Aptitudinile generale pot fi împărțite în:

- 1) Aptitudini senzoriale (rapiditatea, plasticitatea perceptuală);
- 2) Aptitudini psihomotorii (forța mișcărilor, rapiditatea, precizia lor);
- 3) Aptitudini intelectuale (inteligența, care reprezintă o sinteză a mai multor aptitudini intelectuale: spiritul de observație, memoria, fluența verbală, flexibilitatea gândirii, raționamentul inductiv și deductiv, atenție distribuitivă etc.).

Aptitudinile speciale sunt structuri instrumentale ale personalității, care asigură obținerea unor performanțe în anumite sfere particulare de activitate profesională. Se structurează și se dezvoltă selectiv în interacțiunea sistematică a subiectului cu conținuturile obiective și condițiile diferitelor forme ale activității profesionale. Ele sunt susținute din interior de predispoziții ereditare diferențiate și de mare intensitate, care „dictează” direcția de evoluție a personalității.

Aptitudinile speciale se clasifică după genul activității, în cadrul căreia se manifestă:

- aptitudini artistice (pentru literatură, muzică, pictură, sculptură, actorie etc.);
- aptitudini științifice (pentru matematică, fizică, astronomie, biologie etc);
- aptitudini tehnice (aptitudinea pentru proiectarea, producerea și întreținerea a tot ceea ce înseamnă mașină);
- aptitudini sportive (aptitudinea pentru atletism, gimnastică, jocul cu mingea etc.);
- aptitudini manageriale (aptitudinea pentru organizare, administrație, conducere-comandă).

În interiorul fiecărei clase se evidențiază aptitudini cu un grad de individualizare și de specializare și mai ridicat.

După structura lor, după gradul de complexitate, aptitudinile pot fi clasificate în: *simple și complexe*.

Unele aptitudini sunt elementare, simple, constatând din realizarea superioară a unui singur fel de operații (văzul la distanță; diferențierea excitanților luminoși, sonori, olfactivi; măsurarea din ochi a distanțelor; fixarea rapidă a imaginilor sau a ideilor; actualizarea rapidă a imaginilor sau a ideilor fixate cu mult timp în urmă etc.).

Aceste aptitudini, având la bază o singură funcție, constând doar dintr-o singură însușire psihică, nu conduc la rezultate remarcabile, decât pe linia unor acțiuni simple.

De regulă însă activitățile umane sunt complexe și presupun îmbinarea în formă organizată, a unei diversități de mijloace de acțiune.

Desfășurându-se într-un cadru profesional specializat, activitățile umane complexe impun prezența mai multor aptitudini elementare, care se întrepătrund și se structurează specific.

Aptitudinile complexe se clasifică după genul de activitate, care le modelează structural: aptitudini lingvistice, matematice, tehnice, muzicale, plastice, sportive. C.I. Morgan consideră că pot fi atâtea aptitudini câte feluri de activități există.

Pentru obținerea unor performanțe superioare, remarcă P. Popescu-Neveanu, individul ajunge să-și îmbine și să-și dezvolte resursele sale într-o manieră superioară, până la structuri individuale, ce se exprimă într-un stil individual de personalitate creatoare.

Drept exemplu de aptitudini complexe poate servi aptitudinea muzicală, care presupune o reuniune de aptitudini elementare, simple:

- acuitate auditivă;
- auz absolut;
- simț al ritmului;
- memorie;
- auz armonic;
- auz muzical;
- auz intern (reprezentarea melodiilor);
- fantezie muzicală;
- sinestezii specifice.

Este deci o structură sau o matriță, după care se profilează un stil individual propriu muzicianului.

În același mod am putea vorbi despre aptitudinea de conducere auto sau de orice altă capacitate profesională. Nivelul cel mai înalt, la care se poate realiza dezvoltarea și integrarea aptitudinilor speciale și a celor generale, este cel al talentului și geniului.

Atât talentul, cât și geniul se distanțează semnificativ prin performanțele lor de restul reprezentărilor domeniului sau domeniilor considerate. Dar cele 2 structuri se deosebesc și între ele, nefiind echilibrate.

Astfel, în vreme ce performanțele talentului se încadrează în coordonatele valorice ale „epocii”, îmbogățind într-o anumită continuitate logică tezaurul existent, performanțele geniului creează o epocă nouă într-un domeniu sau în mai multe domenii, punând bazele unui nou curent, unui nou stil, unui mod de gândire etc.

Față de aptitudine, talentul reprezintă un nivel superior de înzestrare, de organizare, de dezvoltare și de reușită; el presupune o îmbinare originală a aptitudinilor, îmbinare, care face posibilă crearea de valori noi și originale.

Talentul, susțin Al. Roșca și B. Zorgo, se constituie dintr-o varietate de însușiri și aptitudini, care asigură realizarea la nivel supramediu a anumitor activități.

O formă mai înaltă de dezvoltare și reușită o constituie geniul. Geniul presupune crearea de valori de o importanță istorică pentru viața și evoluția societății.

4.4. Inteligența – aptitudinea generală a personalității

Una dintre cele mai importante aptitudini generale este inteligența, întrucât ea este îndeplinită în orice activitate, atât în cadrul profesiunilor predominant intelectuale, cât și în cadrul celor predominant manuale.

Termenul de „**intelență**” a fost inițial utilizat de către Cicero.

Etimologic, termenul provine din latinismul „*interlegere*”, care înseamnă în același timp „a discrimina”(disocia) și „a lega”. De aici, o primă definiție: inteligența este capacitatea de a stabili relații între obiecte, fenomene și situații.

H. Spenser este cel ce i-a atribuit inteligenței semnificație psihologică: capacitatea de a combina mai multe impresii separate, prin intermediul căreia se realizează adaptarea la mediu.

Studiată din perspectiva psihologiei aplicate, mai ales în raport cu dezvoltarea mintală a copilului, inteligența a fost definită însă, foarte divers. Iată, spre exemplificare, câteva definiții formulate:

- *dibăcie mintală înăscută;*
- *eficiență mintală înăscută;*
- *capacitatea de a dobândi o capacitate;*
- *capacitatea de a realiza o gândire abstractă;*

- *capacitatea de abstractizare, de a face sinteze, de a combina, de a construi;*
- *aptitudine generală superioară, care-l orientează pe subiect la noi probleme și condiții ale vieții;*
- *aptitudinea de modificare a conduitei conform împrejurărilor;*
- *aptitudine de adaptare, pe carea rezolvării problemelor noi, folosind mijloace noi, neînvățate înainte;*
- *aptitudinea generală a unui individ de a-și adapta conștient gândirea sa la situațiile și condițiile noi de viață.*

După A. Binet, inteligența se află în următoarele 4 cuvinte:

- *înțelegere* (capacitatea de a clarifica o idee prin altă idee sau fapt);
- *invenție* (capacitatea de a găsi formule sau soluții pentru rezolvarea diferitelor probleme ridicate de viață și de muncă);
- *direcție* (orientarea și concentrarea atenției);
- *cenzură* (capacitatea de discernământ și selecție a ideilor și faptelor);

În accepțiunea psihologiei moderne prin **termenul de inteligență** se denumește activitatea complexă mintală, flexibilă și mereu confruntată cu situații noi și probleme, în care se utilizează memoria, rațiunea, cunoștințele disponibile.

De aici se desprind trei *caracteristici fundamentale ale inteligenței*:

- capacitatea ei de a soluționa situațiile noi, cele vechi, familiare cu ajutorul deprinderilor, obișnuințelor, competențelor;
- rapiditatea, suplețea, mobilitatea, flexibilitatea ei;
- adaptabilitatea adecvată și eficiența la împrejurări.

În psihologie există mai multe modele, ce descriu structura inteligenței umane.

În a. 1903, Thorndicke formulează teza că inteligența este un ansamblu de capacități reciproc independente.

În a. 1904, Spearman a dezvoltat teoria bifactorială. După el, inteligența are la bază energia mintală, care influențează reușita, succesul îndeplinirii unei activități.

Spearman s-a preocupat de aptitudinile speciale (profesionale). După întreprinderea unui șir de cercetări, el a ajuns la concluzia că succesul oricărei activități intelectuale este determinat de:

- 1) aptitudinea generală – *factorul G* (general);
- 2) aptitudinea specifică pentru activitatea dată – *factorul S* (specific).

Mai târziu Spearman și-a formulat ideea inteligenței, într-un model ierarhic. Între factorul G și S, el a plasat factorii de grup, comuni, care intervin în grupe de activități înrudite (verbal, numeric, spațial etc).

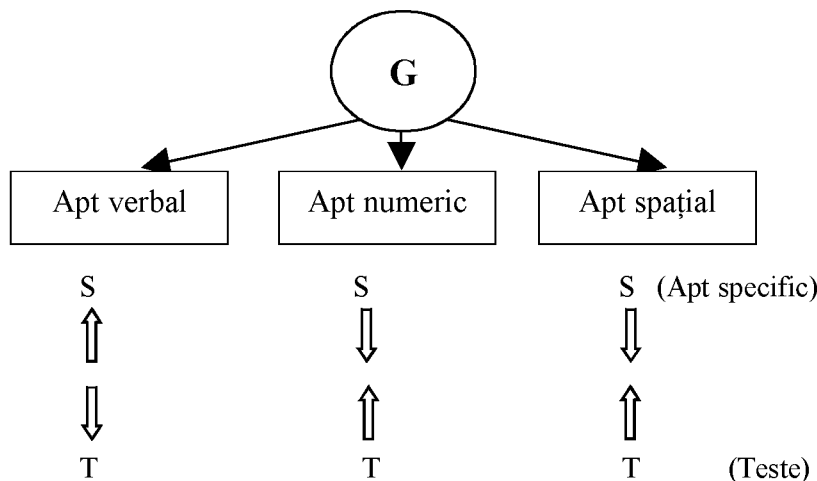


Fig. 17. Modelul ierarhic al structurii inteligenței (după Spearman).

În psihologia contemporană s-a acreditat ideea că inteligența se compune dintr-o serie de factori simpli (inteligența este egală cu: spiritul de observație + atenția + memoria + imaginația + voința etc.). Inteligența are ca scop adaptarea individului la realitate.

În a. 1930, Thurston, fondatorul unei teorii multifactoriale, neagă existența factorului general (G).

El consideră că fiecare acțiune intelectuală este rezultatul interacțiunii unei multitudini de factori. Inițial el a evidențiat 12 factori, apoi le-a simplificat până la 7 factori, pe care i-a numit **factori mintali primari semnificativi ai inteligenței**:

- *fluența verbală* (ușurința, cu care persoana se exprimă, utilizând cele mai potrivite cuvinte);
- *aptitudinea numerică* (de a opera cu cifrele, de a efectua operații aritmetice);
- *perceperea verbală* (capacitatea de a înțelege limbajul oral și scris, înțelegerea sensului cuvintelor);
- *orientarea spațială* (capacitatea de a-și reprezenta și a-și imagina anumite obiecte în spațiu);
- *memoria asociativă*;
- *aptitudinea de a face raționamente* (deductive și inductive);
- *viteza percepției* (rapiditatea perceptuală).

Între acești factorii există o anumită corelare. În actul inteligent aceștia se îmbină, chiar se întrepătrund, interacționează.

Conform lui Thurston, dacă măsurăm fiecare din aceste aptitudini, putem construi profilul potențialului intelectual al individului.

În a. 1939, Dj. Guilford propune modelul morfologic. El evidențiază cca 120 de aptitudini ale intelectului, pe care în a. 1967 le unește într-un *model tridimensional*, al interacțiunii complexe dintre conținut, operații și produse, termeni ce intră în definirea operațională a oricărui act sau proces psihic.

El a încercat să răspundă la trei întrebări:

- Despre ce noi gândim? (*conținuturi*);
- Cum noi gândim? (*operații*);
- Care sunt produsele gândirii noastre? (*produse*).

Sub noțiunea de conținut se subînțelege natura informației cu care are loc operația. Guilford deosebește patru tipuri de conținuturi:

- *figurativ* (forma, culoarea obiectelor);
- *simbolic* (cifre, semne, coduri);
- *semantic* (idei, gânduri);
- *comportamental* (sentimente, dispoziții).

Operația se referă la procedeele și mijloacele de rezolvare a unei probleme, alese de subiect, precum și la procesele mintale, care au loc în timpul utilizării procedeelelor alese.

Guilford distinge cinci operații:

1. *Cunoașterea* (recunoașterea și înțelegerea problemei).
2. *Memoria* (cantitatea de informație, de care dispune subiectul).
3. *Gândirea divergentă* (se referă la acel stil de gândire, care operează pluridimensional și admite o pluralitate de căi și soluții).
4. *Gândirea convergentă* (se referă la stilul de gândire sistemic, agloritmic, unidirecționat, necreativ, riguros organizat și admite un singur rezultat optim).
5. *Gândirea apreciativă* (sau evaluarea – se referă la capacitatea de apreciere a unor situații, stabilirea semnificației, ierarhizarea de valori intelectuale conform unor criterii logice, etice, estetice).

Produsul se referă la modul, în care a fost concepută și structurată de către subiect informația.

Guilford distinge următoarele produse:

- ▲ *unități*;

- ▲ *clase;*
- ▲ *relații;*
- ▲ *sisteme;*
- ▲ *transformări;*
- ▲ *implicații.*

Fiecare din cei 120 de factori constituie o îmbinare a operației, a conținutului și a produsului ($5 \cdot 6 \cdot 4 = 120$). După Dj. Guilford, *inteligenta* trebuie considerată o aptitudine generală, aplicabilă în orice domeniu; ea posedă o anumită structură și se manifestă sub forma unui complex de aptitudini speciale; acestea sunt și rămân totuși variabile independente.

Tema 5. CREATIVITATEA

5.1. Definirea conceptului de creativitate

Societatea contemporană, comparativ cu cele anterioare, se caracterizează prin schimbări radicale, care se produc în conduită, la locul de muncă sau în familie, în educație, în știință și tehnologie, în religie și aproape în orice aspect al vieții noastre.

A trăi într-o asemenea lume presupune un înalt grad de adaptare și de curaj, care este legat în mare măsură de creativitate.

Termenul creativitate a fost introdus în psihologie de G.W. Allport pentru a desemna o formațiune de personalitate.

Prin **creativitate**, Allport încerca să desemneze o modalitate integrativă a personalității umane, ce nu se reduce doar la o serie de însușiri și funcții parțiale, având facultatea de a înțelege, reproduce și rezolva numeroasele probleme impuse de viață, profesiune, mediu, etc., ci să exprime ansamblul de calități, care conduce la generarea noului, la originalitate.

În prezent există sute de modalități, prin care este definită creativitatea. Psihologii susțin în general că *a fi creativ* înseamnă *a crea ceva nou, original și adecvat realității*.

A crea înseamnă: a face să existe, a aduce la viață, a cauza, a genera, a produce, a fi primul, care interpretează rolul și dă viață unui personaj, a compune repede, a zămisli, a făuri.

Creativ este cel, care se caracterizează prin originalitate și expresivitate, este imaginativ, generativ, deschizător de drumuri, inventiv, inovator etc.

Noutatea este și ea evaluată gradual, după cote de originalitate. *Cota de originalitate* corespunde distanței dintre produsul nou și ceea ce preexistă ca fapt cunoscut și uzual în domeniul respectiv. În literatura noastră se apreciază originalitatea culminativă a poeziei lui Eminescu și, după el, a poeziei lui Arghezi, Blaga, Nichita Stănescu.

După unii autori „*creativitatea* este aptitudinea sau capacitatea de a produce ceva nou și de valoare”, iar după alții ea constituie un proces, prin care se realizează un produs.

Conform lui P. Popescu-Neveanu „*creativitatea* presupune o dispoziție generală a personalității spre nou, a anumită organizare a proceselor psihice în sistem de personalitate”.

Termenul de creativitate este foarte general și a fost introdus în vocabularul psihologiei, pentru a depăși înțelesurile termenului de *talent*. Între conceptele de creativitate și de talent nota comună este cea de originalitate.

Talentul corespunde creativității de nivel superior. Creativitatea există și la nivel mediu și la nivel inferior, și chiar la nivel redus.

Toți oamenii sunt în diverse grade creativi și numai unii din ei sunt talentați. S-a apreciat talentul ca fiind hotărât de dotația ereditară. Conceptul nou de creativitate admite o mare contribuție a influențelor de mediu și a educației în formarea creativă a fiecăruia. Totodată, se

consideră că oricare din activități sau profesii poate fi desfășurată la un nivel înalt de creativitate.

Talentul a fost conceput ca o dezvoltare superioară a aptitudinilor generale și speciale și ca o fericită îmbinare a lor. Creativitatea însă, precum vom vedea, include structuri mai complexe de personalitate, depășind aptitudinile.

În psihologie, conceptul de creativitate are următoarele trei accepțiuni:

- a) *de comportament și activitate psihică creativă;*
- b) *de structură a personalității sau stil creativ;*
- c) *creativitate de grup, în care interacțiunile și comunicarea mijlocesc generarea de noi idei, deci conduc la efecte creative.*

Creativitatea se caracterizează printr-o multitudine de **calități**:

Productivitatea – se referă la numărul mare de idei, soluții, lucrări de specialitate.

Utilitatea – privește în special rezultatele acțiunii, care trebuie să fie folositoare, să contribuie la bunul mers al activității.

Eficiența – are în vedere caracterul economic al performanței, se referă la randamentul acțiunii, la performanțele, care se pot obține prin folosirea rezultatelor activității creatoare.

Valoarea produselor activității creatoare trebuie să prezinte însemnătate din punct de vedere teoretic sau practic, să fie recunoscută și respectată în plan social.

Ingeniozitatea presupune eleganță și deosebită eficacitate a metodelor de rezolvare.

Originalitatea – se apreciază prin raritatea ideilor, soluțiilor sau produselor. De obicei, sunt considerate originale rezultatele creativității, care apar o singură dată într-o colectivitate, deci sunt unice.

Conceptul de creativitate apare abordat din cinci perspective: *ca potențial, ca proces, ca produs, ca preajmă, ca psihoterapie.*

▪ **Potențialul creativ**

Atunci când vorbim de **potențialul creativ**, evidențiem în primul rând calitățile creativității, care au fost descrise mai sus: utilitate, productivitate, eficiență, valoare, ingeniozitate, originalitate.

▪ **Procesul creativ**

S-a constatat că stadiile (etapele) procesului creator sunt următoarele:

- stadiul pregătitor;
- stadiul incubației;
- stadiul iluminării;
- stadiul verificării.

Aceste stadii vor fi descrise într-un nou paragraf.

▪ **Produsul creativ**

Orice proces creativ se finalizează cu un produs, care, pentru a fi considerat creator, trebuie să posede următoarele calități: *noutate, originalitate, utilitate.*

▪ **Preajma (mediul)**

Creativitatea este abordată și din perspectiva cerințelor și solicitărilor... din mediul intern și extern. Studiile ... pe de o parte trebuința de actualizare a potențialului creativ – „Suntem născuți pentru a învinge prin creativitate” – (presiuni interne), cât și presiunile și problemele exterioare, ce vin din mediul de viață al individului și necesită soluționarea creatoare. Totodată, calitățile și condițiile nivelului, în care omul își desfășoară activitățile, pot facilita sau inhiba manifestarea creativității.

▪ **Psihoterapia prin creativitate**

În ultimii ani studiile asupra creativității individuale și de grup au relevat valențele curative ale metodelor de creativitate, activitatea într-un grup creator, având ca efect reducerea barierelor interne ale creativității. Se utilizează ședințe cu ceilalți.

5.2. Structura creativității

Orice subiect dispune de un potențial creativ, pentru că orice subiect posedă o experiență, pe care o prelucrează mereu și variabil, utilizând operații, tehnici și scheme mintale.

În linii generale, se ajunge la noi idei sau proiecte prin transformări și recombinații ale datelor cognitive, de care subiectul dispune.

Gândirea logică aduce o anumită contribuție la creație. Renumiți savanți, consideră că și mai importantă este imaginația, care posedă un grad mai mare de libertate, nu este încătușată de reguli și norme fixe.

Demersurile creatoare pot fi spontane sau intenționate și voluntare. În ambele cazuri, ele trebuie să fie susținute energetic de trebuințe și motive, de înclinații, interese și aspirații.

În psihologia românească structura creativității este explicată prin intermediul modelului bifactorial al creativității. Cele 2 categorii de factori sunt:

a) *vectorii* – termen, ce reunește toate stările și dispozitivele energetice, acestea susținând subiectul în acțiune și anume: trebuințele, motivele, scopurile, înclinațiile, aspirațiile, convingerile, atitudinile caracteriale.

b) *operațiile generative* – cuprind sistemele de operații, aptitudinile generale sau speciale de nivel supramediului.

Vectorii sunt cei, care declanșează, selectiv ciclurile operatorii și le direcționează într-un anumit sens.

Deci creativitatea nu este altceva decât interacțiunea optimă între vectorii creativi și operațiile generative.

La nivelul personalității se constituie *blocuri* între vectorii atitudinali și acele sisteme de operații, pe care le-am numit aptitudini. Aceste structuri fac parte dintr-un stil de acțiune, cunoaștere și realizare a subiectului, care au sau nu efecte creative.

Considerată ca o structură de personalitate, creativitatea este, în esență, interacțiunea optimă dintre atitudinile predominant creative și aptitudinile generale și speciale de nivel supramediului și superior.

Nu este suficient deci să dispui de aptitudini, dacă acestea nu sunt orientate, strategic, prin motivație și atitudini, spre descoperirea și generarea noului cu valoare de originalitate.

Printre *atitudinile creative* importante, menționăm:

- încrederea în forțele proprii și înclinația puternică spre realizarea de sine;
- interesele cognitive și devotamentul pentru profesiunea aleasă, care se include esențial în sensul și scopul vieții;
- cutezanță în adoptarea de noi scopuri neobișnuite;
- perseverența în căutarea de soluții și în realizarea proiectului schițat.
- simțul valorii și atitudinile valorizatoare;
- grupul atitudinilor direct creative, constând din simțământul noului, dragostea și receptivitatea pentru tot ce este nou și respectul față de originalitate.

5.3. Niveluri și stadii ale creativității

Fiind o proprietate general-umană, creativitatea se prezintă în diverse forme și se situează la diverse niveluri ierarhice.

Savantul american C.W. Taylor distinge *cinci niveluri ale creativității*:

- ▲ *creativitatea expresivă*;
- ▲ *creativitatea productivă*;
- ▲ *creativitatea inventivă*;
- ▲ *creativitatea inovatoare*;
- ▲ *creativitatea emergentă*.

a) Creativitatea expresivă – se manifestă liber și spontan în desenele sau construcțiile copiilor preșcolari. Nu se pune problema, la acest nivel, de utilizare sau originalitate. Acest tip de creativitate reprezintă treapta de bază și este un mijloc excelent de a cultiva aptitudinile creatoare, ce se vor manifesta ulterior.

b) Creativitatea productivă – este crearea de obiecte, specific muncilor obișnuite. Un dar sau o țesătoare de covoare produc obiecte, a căror formă se realizează conform unei tradiții, unei tehnici consacrate, aportul personal fiind redus. Este planul, la nivelul căruia ajunge orice om muncitor.

c) Creativitatea inventivă – presupune generarea de noi metode și îndeplinirea artificială a unor noi funcțiuni. E vorba de inventatori, acele persoane, ce reușesc să aducă ameliorări parțiale unei unelte, unui aparat, unei teorii contraversate.

În invenție se introduc forme și relații obiective, care sunt noi în raport cu dispozitivele tehnice preexistente.

Într-o țară mare, cum este Japonia, se înregistrează anual peste 100.000 de brevete de invenții, ceea ce asigură un progres vizibil al producției.

d) Creativitatea inovatoare – implică modificările semnificative ale principiilor, care stau la baza unui domeniu.

Acest tip de creativitate o găsim la oamenii caracterizați ca fiind „talente”. Ei realizează opere, a căror originalitate este remarcată pe plan național.

e) Creativitatea emergentă – este caracteristica geniului, a omului, care aduce schimbări radicale revoluționare într-un anumit domeniu și a cărui personalitate se impune de-a lungul mai multor generații.

Astfel a fost principiul evoluționist al lui Darwin, relativitatea lui Einștein, etc. Este nivelul suprem și cel mai elaborat al creativității.

Creativitatea este considerată o expresie a personalității, care presupune activități îndelungate și eforturi deosebite.

Psihologul englez G. Wallas stabilește *patru stadii ale procesului de creație*:

1. Stadiul pregătitor – este o fază inițială și obligatorie. Orice act de creație presupune o preparație conștientă, adeseori intensivă și de lungă durată. În perioada de preparare se delimitează scopul sau problema. În vederea rezolvării problemei, viitorul creator citește, discută, întreabă, adună informații, face observații, schițează o ipoteză sau un proiect general.

La această etapă se produce o mobilizare a subiectului și intervin schițări de planuri, experimente mintale. Un rol important are capacitatea de mobilizare a subiectului pentru antrenarea și menținerea în procesul creator.

Problema devine obsedată, apar stări de tensiune, încordare, apare anxietatea specifică, frustrări.

2. Stadiul incubației – poate dura foarte mult, ani de zile! Este mai puțin vizibil în exterior. Incubația este răstimpul încercărilor, când nu se găsește soluția. Procesul de creație continuă să se desfășoare în inconștient.

3. Iluminarea (intuiția) – este momentul fericit, când apare soluția, momentul intuiției acesteia, al vizualizării obiectului creat. Este faza, în care se consideră că procesul de creație ajunge la punctul culminant. Ideea creării apare brusc. Se întâmplă ca gânditorul creator să descopere ceva diferit de ceea ce a căutat.

4. Stadiul verificării (sau elaborării finale) este cea mai importantă. Soluția identificată este verificată în practică și apoi implementată. Este stadiul final, în care materialul brut, furnizat de inspirație, este finisat, creatorul verifică dacă iluminarea a fost corectă, apreciază și eventual revizuieste ideea sau soluția găsită.

Newton și Darwin au elaborat și verificat ani de zile teorii, a căror inspirație a fost poate rezultatul unor momente de scurtă durată.

5.4. Factorii, ce stimulează sau inhibează creativitatea

Creativitatea are un caracter cu informație complexă, în care interacționează două categorii:

- 1) categoria socială;
- 2) categoria specială.

Prima categorie face parte din **factorii stimulativi ai creativității** și se împart în:

- a) *interni* – individ;
- b) *externi* – colectivi;
- c) *sociali* – societatea.

Interni

1. *Intelectuali* (imaginația, gândirea fluentă, divergentă; capacitatea de elaborare, sensibilitatea la probleme, inteligența, capacitatea de transformare, memoria, tehnici operaționale).

2. *Aptitudini speciale* (școlare sau academice, creatoare, științifice, artistice, tehnice, de conducere, sociale, pedagogice, culinare etc.).

3. „*De personalitate*” (atitudini, motivație, caracter). Cel mai general recunoscuți fiind: voința, perseverența, dorința de a schimba, tendința de informare, curiozitate, prezența unor interese și preocupări variate de tip hobby, încredere în sine, nonconformism, fond emoțional și bogat.

Externi

1. *Climatul creativ:*

- *structura și funcționarea organizației, instituției;*
- *compoziția și interacțiunile grupului;*
- *personalitatea și comportamentul individual.*

2. *Conducerea (șeful la diferite niveluri ierarhice).*

Sociali

1. *Valori promovate.*

2. *Condiții create:* baza materială, legislație, formă de guvernământ.

3. *Educație* (în familie, școală, factori educaționali formali sau informali).

4. *Nivelul cultural* (cantitatea și calitatea informației).

5. *Securitatea psihică.*

6. *Securitatea personală.*

7. *Necesitatea socială.*

Din categoria specială fac parte **factorii, ce inhibează creativitatea.**

a) **Factorii cognitivi-perceptuali:**

- incapacitatea de a formula problema;
- incapacitatea definirii termenilor problemei, când nu a fost înțeleasă suficient;
- incapacitatea de a distinge între cauză și efect;
- neutralizarea tuturor simțurilor în observație;
- stilurile cognitive extreme: empiric și teoretizant.

b) **Factorii cognitivi-informaționali:**

- insuficiența informației;
- necunoașterea tehnologiei creației; tehnicilor de descriere a inovațiilor.
- blocajele creativității.

c) **Factorii vizând caracteristicile gândirii:**

- fixitatea metodei, stereotipul dinamic;
- imposibilitatea abordării divergente a rezolvării problemelor tehnice;
- autoimpunerea ideății;
- autoimpunerea unor restricții, neprevăzute în condițiile problemei;
- conformismul intelectual.

d) **Factorii „de personalitate”:**

- supramotivarea versus submotivarea (la sarcină sau profesională).

e) **Factorii temperamental-caracteriali:**

- slaba încredere în sine și descurajare;
- conformismul comportamental;
- încrederea prea mare în componența altor persoane;
- gama restrânsă de interese și preocupări;
- lipsa voinței și obișnuinței de a duce lucrurile până la capăt.

f) Factorii afectivi (emoționali):

- timiditate;
- conflicte, frustrări;
- teama de ridicol;
- teama de dezaprobare socială;
- teama de șefi, de colegi, de subalterni;
- incapacitatea asumării riscului intelectual.

Blocaje ale creativității

Sidney Shore a descris trei tipuri de blocaje ale creativității:

- ♦ emoționale;
- ♦ culturale;
- ♦ perceptiv.

1. Blocaje de tip emoțional

- teama de a nu comite o greșeală, de a nu părea extravagant;
- teama de a risca să fii un „pionier”, de a fi în minoritate;
- oprirea prematură la prima idee, soluție, care apare sau teama ori neîncrederea față de superiori, colegi, colaboratori;
- dificultatea de a schimba modelul de gândire;
- dependența excesivă față de opiniile altora;
- lipsa competenței de a depune un efort susținut pentru a desfășura procesul de rezolvare a unei probleme de la identificarea ei până la soluționare.

2. Blocaje de ordin cultural

- dorința de a se conforma modelelor sociale, dorința de apartenență;
- „conformism” la idei vechi, ca și la cele noi;
- tendința de a reacționa conform principiului „totul sau nimic”;
- prea mare încredere în statistici și experiența trecută;
- punerea pe primul plan a factorilor practici sau economici în luarea deciziilor, ceea ce reduce timpul pentru a avea un număr suficient de idei;
- slaba capacitate de a transforma sau modifica ideile;
- sentimentul că tendința de a îndoii sistematic este un inconvenient social;
- prea mare încredere în logica a ceea ce se numește rațiune.

3. Blocaje de ordin perceptiv:

- incapacitatea de a distinge între cauză și efect;
- dificultatea de a defini o problemă sau declinarea capacității, refuzul de a sesiza, de a releva;
- dificultatea de a destructura o problemă în elemente, care pot fi manipulate, dirijate;
- dificultatea de a diferenția între fapte și probleme;
- prezentarea prematură a pseudosoluțiilor la problemă, care nu au fost încă definite;
- incapacitatea de a utiliza toate sensurile, care ne pun în contact cu mediul;
- dificultatea de a percepe relațiile neobișnuite între idei și obiecte;
- incapacitatea de a defini lucrurile;
- îngustarea excesivă a punctului de vedere;
- credința negativă: „Nu sunt creativ”.

Este foarte important să înveți să detectezi natura acestor blocaje pentru a introduce spiritul inovator în grupuri și organizații.

Aceste blocaje sunt numite și bariere ale creativității.

Există patru grupe de **bariere ale creativității**:

I. Bariere legate de contextul socio-cultural:

- ▲ conflictul de valori;
- ▲ condiționarea;
- ▲ prejudecățile;
- ▲ diferențele culturale;
- ▲ nonintegrarea frustrărilor.

II. Bariere datorate temerilor endemice:

- ▲ frica de confruntare;
- ▲ agresivitatea;
- ▲ competiția;
- ▲ rezistența la schimbare;
- ▲ lipsa încrederii în sine.

III. Bariere legate de atitudinile individualiste:

- ▲ comportamentele egocentrice;
- ▲ necunoașterea de sine;
- ▲ sentimentul de incompetență;
- ▲ subiectivitatea și nerealismul;
- ▲ pasivitatea excesivă.

I. Bariere referitoare la relația individ – grup:

- ▲ lipsa comunicării;
- ▲ marginalizarea;
- ▲ lipsa autenticității;
- ▲ izolarea;
- ▲ dependența.

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

1. Alain Lieury. *Manual de psihologie generală*. Bordas, Trad. de Iulia Hașdeu-Oradea, Paris, 1990.
2. Cosmovici Andrei. *Psihologie generală*. Ed. „Porom”, Iași, 1996.
3. Dinu Mihai. *Comunicarea: repere fundamentale*. Ed. Științifică, București, 1997.
4. Ey Henri. *Conștiință*. Trad. Din l. franceză de Dinu Grama, Ed. Științifică, Ediția a II-a, București, 1997.
5. Fordham, Frieda. *Introducere în psihologia lui C.G. Jung*. Trad. Eseu introductiv și note de Leonard Gavrilu, Ed. IRI, București, 1998.
6. Laplanche Jean, Pontalis J.B. *Vocabularul psihanalizei*. Trad. din l. franceză / Ed. „Humanitas”, București, 1994.
7. Marghidan Valentina. *Metode de psihodiagnostic*. Ed. Didactica și Pedagogică / București, 1997.
8. Minulescu Mihaela. *Chestionarele de personalitate în evaluarea psihologică*. București, 1996.
9. Mihai Golu. *Comunicarea: repere fundamentale*. Ed. Științifică, București, 1997.
10. Mihai Golu. *Fundamentele psihologiei*. Vol. I, Ed. Fundației „România de mâine”, București, 2003.

11. Norbert Sillamy. *Dicționar de psihologie*. La Rouse, Ed. Univers enciclopedic, București, 1996.
12. Nicky Haies, Sue Orrell. *Introducere în psihologie*. Ed. All Educational S.A., București, 1997.
13. Nemov R.I. *Psihologia*. Ed. „Chișinău”, 1994.
14. Oprescu Victor. *Aptitudini și atitudini*. Ed. Științifică, București, 1991.
15. Parot Françoise, Richelle Marc. *Introducere în psihologie*. Istoric și metode. Chișinău, Ed. „Humanitas”, 1995.
16. Pospai Aurelia. *Schițe din istoria psihologiei*. Chișinău, 1994.
17. *Psihologia vieții cotidiene*. Coord. Mielu Zlate / Ed. „Polirom”, Iași, 1997.
18. *Psihologia socială a relațiilor cu celalalt*. Coord. Sergiu Mocovici, Ed. „Polirom”, Iași, 1998.
19. Radu I. *Psihologia*. Cluj-Napoca, 1988.
20. Radu I. *Introducere în psihologia contemporană*. Cluj, Ed. „Sincron”, 1991.
21. Rădulescu-Motru C. *Curs de psihologie*. Ed. „Esotera”, Vox, București, 1996.
22. Stanton, Nicky. *Comunicarea*. Ediția Revizuită, Ed. „Societatea, Știința și Tehnica”, București, 1995.
23. Șchiopu Ursula, Emil Verza. *Psihologia vârstelor*. București, 1995.
24. Șoitu Laurențiu. *Comunicare și acțiune*. Ed. „Inst. European”, Iași, 1997.
25. Șchiopu Ursula (coord.). *Dicționar enciclopedic de psihologie*. Ed. Babel, Bucur, 1997.
26. Tereșciuc Raisa, Berezovschi Natalia. *Psihologia aptitudinilor comunicative*. Editura USM, Chișinău, 2000.
27. Zlate Mielu. *Introducere în psihologie*. București, Ed. „Polirom”, Iași, 1997.
28. Zlate Mielu. *Psihologia mecanismelor cognitive*. Ed. „Polirom”, Iași, 1999.
29. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. *Справочник по психологической диагностике*. Москва, 1992.
30. Гамезо М.В., Домащенко И.А. *Атлас по психологии*. Изд-во „Просвещение”, Москва, 1986.
31. Конихов Н.И. *Словарь-справочник по психологии*. Москва, 1996.
32. Лоуренс Первин, Оливер Джон. *Психология личности*. Теория и исследования. Изд.-во «Аспект Пресс», Москва, 2000.
33. Матюгин И.Ю. *Как запоминать слова: школа эйдетики развивает память детям и взрослым, готовит педагогов по развитию памяти*. Донецк, 1997.
34. Немов Роберт Семенович. *Психология*. В трех книгах. Москва, 1995.
35. *Практическая психодиагностика. Методика и тесты*. Редактор-составитель – Д.Я. Райгородский. Издательский Дом „Бахрах”, Самара, 1998.
36. *Практикум по психологии* (под ред. проф. Н.Д. Твороговой). МИА, Москва, 1997.
37. Рубинштейн С.Л. *Основы общей психологии*. Изд.-во «Питер», Санкт-Петербург, 2001.
38. Соколова Е.Е. *Тринадцать диалогов о психологии: хрестоматия с комментариями по курсу*. Введение в психологию, Москва, 1997.
39. Столяренко Л.Д. *Основы психологии* (для студентов вузов). Изд.-во «Феникс», Ростов-на-Дону, 1997.
40. Сухарев В.А. *Психология интеллекта*. Донецк: Сталкер, 1997.