

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII

PSIHOLOGIE

Mielu Zlate - coordonator

Tinca Crețu

Nicolae Mitrofan

Mihai Aniței

Manual
pentru
clasa
a X-a

10



2005

Acest manual este proprietatea Ministerului Educației și Cercetării. Manualul este aprobat prin Ordinul Ministrului Educației și Cercetării nr. 3787/05.04.2005, în urma licitației organizate de către Ministerul Educației și Cercetării, este realizat în conformitate cu programa analitică aprobată prin Ordinul Ministrului Educației și Cercetării nr. 4598/31.08.2004 și este distribuit **gratuit** elevilor.

ACEST MANUAL A FOST FOLOSIT DE:

Anul	Numele elevului care a primit manualul	Clasa	Școala	Anul școlar	Starea manualului*:	
					la primire	la returnare
1						
2						
3						
4						

*Starea manualului se va înscrie folosind termenii: *nou, bun, îngrijit, nesatisfăcător, deteriorat.*

Cadrele didactice vor controla dacă numele elevului este scris corect.

Elevii nu trebuie să facă nici un fel de însemnări pe manual.

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Psihologie : manual pentru clasa a X-a / Mielu Zlate,
Nicolae Mitrofan, Tinca Crețu, Mihai Aniței. -
București : Aramis Print, 2005
ISBN 973-679-234-X

I. Zlate, Mielu

II. Mitrofan, Nicolae

III. Crețu, Tinca

IV. Aniței, Mihai

159.9(075.35)

Autori: Prof. univ. dr. Mielu Zlate (coordonator), prof. univ. dr. Tinca Crețu,
prof. univ. dr. Nicolae Mitrofan, conf. univ. dr. Mihai Aniței

Referenți: Prof. univ. dr. Elena Bonchiș; prof. univ. dr. Ion Negreț-Dobridor

Redactor: Nicol Pop

DTP: Liviu Dobreanu

ISBN 973-679-234-X

Copyright © 2005 Aramis Print s.r.l. toate drepturile rezervate

Aramis Print s.r.l. • Redacția și sediul social:

B-dul Metalurgiei nr. 46-56, cod 041833, sector 4,

București, O.P. 82 -- C.P. 38

tel: (021) 461.08.10/14/15; fax: (021) 461.08.09/19.

E-mail: office@edituraaramis.ro; office@megapress.ro



Departamentul desfacere: tel: (021) 461.08.08/12/13/16;

fax: (021) 461.08.09/19; E-mail: desfacere@edituraaramis.ro

Tipărit la MEGApress holdings s.a.

„Psihologia este o lumină indispensabilă înțelegerii, apropierii și ascensiunii umane.“ (Vasile Pavelcu, 1964)

*

„Eu cred că psihologia trebuie să se ocupe mai mult de problemele importante ale poziției omului în lumea de azi și spun acest lucru deoarece toate problemele importante ale omenirii – război și pace, exploatare și fraternitate, ură și dragoste, boală și sănătate, înțelegere și neînțelegere, fericire și nefericire – conduc la o mai bună înțelegere a naturii umane și la o psihologie cu aplicații distincte pentru viața omului.“ (Abraham H. Maslow, 1970)

*

„Cei care se preocupă de cercetarea faptelor omului nu întâmpină dificultate mai mare decât să le lege la un loc și să le analizeze în aceeași lumină.“ (Montaigne, 1588)

*

„A înțelege omul pentru a-l perfecționa, aceasta este adevărata menire a psihologiei.“ (S.L. Rubinstein, 1957)

*

„Arta de a fi psiholog nu se învață, ci se trăiește și se experimentează, deoarece nu există un complex de canoane care să-ți dea cheia misterelor psihice, a structurilor diferențiale ale vieții sufletești. Nu ești un psiholog bun dacă tu însuși nu ești un subiect de studiat, dacă materialul tău psihic nu oferă zilnic o complexitate și un inedit care să excite curiozitatea ta continuă. Nu te poți iniția în misterul altuia, dacă tu însuși n-ai un mister în care să te inițiezi.“ (Emil Cioran, 1934)

Scrisoare deschisă pentru elevi

sau în loc de

Cuvânt înainte

Dragi elevi,

Când am început elaborarea acestui manual, împreună cu ceilalți autori, m-am gândit în primul rând la voi, toate demersurile noastre fiind ghidate de spusele scriitorului grec Plutarh: „Capul tânărului nu-i un vas pe care trebuie să-l umpli, ci o făclie pe care s-o aprinzi, astfel încât mai târziu să lumineze cu o lumină proprie”.

Cum am încercat să traducem în fapt un asemenea deziderat?

... printr-un conținut științific modern și dens, dar accesibil (desigur că pe alocuri veți întâlni și informații mai greu de înțeles de la prima vedere, pentru descifrarea acestora apăsați la ajutorul profesorului);

... prin nenumărate exemple preluate din viața cotidiană, adeseori chiar din viața voastră de elevi, cu intenția sublinierii caracterului practic-aplicativ al psihologiei;

... printr-un șir de exerciții și teme, zicem noi incitante și solicitante, menite a facilita implicarea directă în soluționarea lor și, mai ales, învățarea prin descoperire. Vă ofer doar un singur exemplu. Exercițiu: frecvent se vorbește despre „limbajul trupului”, sintagma respectivă pătrunzând și în titlul unor cărți. Credeți că este corectă? Argumentați-vă opțiunile. Dacă da – de ce? Dacă nu – de ce? Numai parcurgând lecția despre comunicare și limbaj, veți afla răspunsul corect. Astfel de exerciții sunt presărate mai peste tot în manual;

... printr-un limbaj concis și expresiv și nu tehnicist, încărcat, greoi;

... prin antrenarea voastră în efectuarea unor aplicații practice constând în „mici experimente” sau „micro-cercetări”, pentru a vă forma gândirea independentă și creativă, dar și un minimum de deprinderi necesare unui viitor cercetător;

... în fine, prin ilustrații cât mai sugestive, care să vă îmbogățească informațiile teoretice, să vă stimuleze gândirea analitică și critică, să vă determine a imagina alte variante posibile. Ați avut curiozitatea să răsfoiți și să vedeți unele dintre vignetele cu care se deschide fiecare lecție? Dacă da, trebuie să recunoașteți că cel puțin unele dintre ele sunt extrem de reușite.

Ce veți găsi în acest manual?

➤ Mai întâi, cum este și firesc, câteva informații despre psihologie și obiectul ei de studiu. Știți din experiența proprie că atunci când vă întâlniți cu o persoană necunoscută încercați să aflați cât mai multe lucruri despre ea: cum o cheamă?, ce vârstă are?, cu ce se ocupă?, ce interese și aspirații o animă? etc. Același lucru este valabil și pentru situația întâlnirii cu un domeniu nou al cunoașterii, cu o nouă materie/disciplină de învățământ. Când ați aflat că în clasa a X-a, veți face psihologie, probabil că imediat v-ați formulat o serie de întrebări. La unele dintre acestea încercăm să răspundem în prima parte a manualului, circumscriind obiectul de cercetare al psihologiei, legitimitatea ei ca știință, specificul metodelor și legilor psihologiei, complexitatea psihicului și a ipostazelor sale – conștient, subconștient, inconștient.

➤ Se trece apoi, în partea a doua, la prezentarea „instrumentelor” psihice necesare procesării informațiilor. Un psiholog american spunea despre om că este o „ființă informavoră”, adică o ființă care se hrănește cu informații. Într-adevăr, din prima și până în ultima clipă a vieții sale, omul este bombardat cu mii, milioane și chiar miliarde de informații. Toate acestea trebuie să fie captate, înregistrate, prelucrate, introduse apoi în dispozitivele reacțional-comportamentale. Ori, pentru a putea face acest lucru, omul are nevoie de o serie de „mijloace” sau „instrumente” psihice. Unele dintre ele sunt mai simple (senzații, percepții, reprezentări), altele sunt mai complexe (gândirea, memoria, imaginația). Primele asigură contactul direct, nemijlocit cu realitatea, cu însușirile concrete, simple, care transpar la suprafața obiectelor și care sunt, cel mai adesea, superficiale, neesențiale. Altele, în schimb, mijlocesc intrarea în posesia însușirilor abstracte, ascunse ale obiectelor și fenomenelor. Cunoașterea senzorială se continuă cu cea rațională, iar aceasta din urmă deschide căi nebănuite pentru noi demersuri cognitive.

➤ Știți însă, tot din experiență, că oricât de dotați ați fi în planul cunoașterii, oricât de dezvoltate vă vor fi gândirea, memoria, capacitatea reprezentativ-imaginativă etc., nu veți obține în mod obligatoriu și performanțe. Dacă nu sunteți împinși, stimulați și direcționați de ceva anume, mai ales de ceva care să vină din interiorul vostru, atunci potențialitățile și disponibilitățile cognitive pot rămâne într-o stare latentă, nefinalizate și nefructificate. De aceea este necesară punerea în mișcare a comportamentelor prin forțe interne. Acest fapt îl veți putea face dacă veți recurge la mecanismele de stimulare și energizare a comportamentelor, adică la motivație și afectivitate, pe care le veți găsi tratate în partea a treia a manualului.

➤ Sunt și momente în viață, chiar destul de multe, când trebuie să efectuați activități mai complexe și dificile, să vă refaceți echilibrul perturbat de o serie de factori aleatori, neprevăzuți, să depuneți efort pentru menținerea echilibrului când este necesar. Nu veți putea face acest lucru decât dacă veți dispune de o serie de mecanisme, numite mecanisme de reglaj psihic. În rândul acestora, se încadrează comunicarea și limbajul, atenția și voința, aceasta din urmă fiind forma superioară de reglaj psihic. Cu toate acestea veți face cunoștință în partea a patra a manualului.

➤ Fără îndoială că dispozitivele cognitive, cele stimulator-energizante, ca și cele de reglaj psihic sunt absolut necesare pentru buna desfășurare a activității. Dacă însă ele nu sunt corelate, integrate și sudate de o instanță superioară, s-ar putea ca valențele lor să se risipească în van. Mecanismul integrator, care asigură buna funcționalitate a întregii activități psihice umane, este personalitatea. În partea a cincea a manualului, veți afla câteva lucruri despre personalitate, în general, apoi despre laturile ei (temperament, aptitudini, caracter, inteligență, creativitate).

➤ Personalitatea nu este însă ceva abstract, ci, am spune, cea mai vie, complexă și dinamică expresie a ființei umane. Personalitatea se formează treptat, intră în relații cu alte personalități, formându-se pe sine și influențând formarea altora, își elaborează o imagine despre sine, dar și despre altul, se implică într-o serie de comportamente pro sau antisociale. Personalitatea în contextul vieții cotidiene constituie obiectul ultimei părți, a șasea, a manualului de față.

În intenția mea și a colaboratorilor mei, structura manualului este coerentă și integratoare. Ea este concepută ca o trecere treptată de la simplu la complex, de la cunoașterea mai întâi a elementelor psihice bazale, fundamentale ale ființei umane, pentru ca, în final, să se ajungă la expresia ei ultimativă – personalitatea.

Cel mai în măsură să cunoască și să „stăpânească” întreaga problematică psihologică a ființei umane este, fără îndoială, psihologul, acest „violator de mistere” sau „suprem indiscret” – după cum îl numea Emil Cioran. Nu-i mai puțin adevărat că un oarecare acces la cunoașterea psihologică a omului o are orice persoană, chiar și fiecare dintre voi. Numai că această cunoaștere este empirică, ea se ridică doar la nivelul cunoașterii de bun-simț. De aceea, vă invităm să faceți saltul din lumea incertă și amăgitoare a cunoașterii empirice în lumea certitudinii, autenticității și rigurozității cunoașterii științifice. Învățarea psihologiei vă va ajuta să intrați în posesia unui corp de informații științifice mai puțin cunoscute până la vârsta la care vă aflați, dar vă va facilita, sperăm, mai buna cunoaștere a propriei voastre personalități și a personalității altora. Ideal ar fi ca, pornind de la unele sugestii din manual, să vă autoconstruiți o personalitate puternică, viguroasă. „Adevărata menire a psihologiei – arătam într-o lucrare a mea („Omul față în față cu lumea”, 1988, pagina 321) – este de a contribui la asigurarea unei existențe omenești, a unei conștiințe demne, a unui «suflet» înaripat de idealuri nobile și îndrăznețe, însoțit de capacitatea de a le traduce în fapt”. Dacă măcar o parte dintre aceste deziderate vor găsi ecou, prin învățarea psihologiei, în conștiința și comportamentele voastre, noi, autorii acestui manual, ne declarăm satisfăcuți.

Vă dorim spor la învățare!

Prof. univ. dr. Mielu Zlate,
coordonatorul manualului

1. Psihologia ca știință

Psihologia este unul dintre domeniile cunoașterii cel mai acerb comentat, controversat și contestat, iar destinul ei departe de a fi unul simplu, linear. Dimpotrivă, destinul psihologiei a fost mult mai frământat și mai dramatic decât cel al altor științe.

1.1. Statutul de știință a psihologiei

Psihologia a cunoscut de-a lungul evoluției ei perioade de avânt, dar și de stagnare, de înălțare, dar și de cădere, de calm și destindere, dar și de încordare și încrâncenare conceptual-ideatică.

Nu de puține ori s-a vorbit și s-a scris despre „criza psihologiei“, despre „drama psihologiei“ sau despre „slăbiciunile psihologiei“. Cele mai multe atacuri au fost concentrate asupra statutului de știință a psihologiei, nenumărați gânditori întrebându-se dacă ea este sau nu o știință.

S-a spus despre obiectul psihologiei – dacă există – că ar fi nebulos, i-au fost contestate metodele, considerate nesigure, i s-au pus la îndoială legile. Ori dacă un domeniu de cercetare nu are un obiect propriu de cercetare, dacă nu dispune de un ansamblu de metode, tehnici și procedee de cercetare, în fine, dacă nu este capabil să descopere și să formuleze legile fenomenelor investigate, cu greu ar putea fi numit știință.

Uneori argumentele prin care se susținea ilegitimitatea psihologiei ca știință erau *banale, puerile, simple speculații sau deducții logice*. De exemplu, s-a spus că psihologia studiază sufletul, dar sufletul nu există, ca atare nu poate exista o știință despre ceva inexistent. Sau: psihologia studiază sufletul, dar sufletul este ceva „misterios“, „ezoteric“, este un termen compromis, de aceea el trebuie eliminat din definirea psihologiei; numai că a exclude sufletul (psihicul) din psihologie echivalează tocmai cu negarea obiectului ei propriu de cercetare. Altele însă, argumentele contestatate conțineau în ele un sâmbure de adevăr, fiind mult mai

pertinente și greu de combătut.

Astfel, s-a contestat statutul de știință a psihologiei prin exacerbarea unor caracteristici ale psihicului (caracterul lui individual, unic) care intră în contradicție cu atributele științei, aceasta studiind generalul, universalul. În același mod, s-a procedat și cu metodele și legile psihologiei. S-a spus despre metodele psihologiei că sunt subiective și nu obiective, că ele demonstrează evidența sau nu demonstrează „nimic“, că nu sunt adecvate specificului obiectului cercetat etc. La fel, despre legile psihologiei s-a afirmat că sunt o simplă condensare a experienței curente și nu ajută la prevedere, că sunt calitative și nu cantitative, empirice și nu științifice. Pornindu-se de la aceste caracteristici, s-a formulat chiar și un calambur: legile psihologiei sunt fie calitative și empirice și atunci nu mai sunt științifice; fie cantitative, matematice, științifice și atunci nu mai sunt psihologice.

Toate aceste dispute nu trebuie înțelese ca simple curiozități sau picanterii din istoria psihologiei, ci ca realități, uneori dure, dramatice, cu care psihologia s-a confruntat de-a lungul existenței sale. Mai mult, ele trebuie să ajute la conștientizarea mai clară a consecințelor produse în și *asupra* psihologiei. Acestea se dihotomizează.

Pe de o parte, s-a ajuns la poziții defetiste, de *desconsiderare* sau chiar de *negare* a psihologiei și de *eliminare a ei din sistemul științelor*. Filosoful german Immanuel Kant afirma că psihologia este o știință săracă, empirică, de categoria a doua, ea nu poate constitui singură un obiect de studiu aparte, de aceea trebuie izgonită din metafizică. Totuși, dată fiind importanța ei faptică, ar trebui să i se acorde „un mic loc“, un domiciliu temporar într-o vastă antropologie. De asemenea, filosoful francez August Comte, creatorul unui nou sistem al științelor pozitive (obiective), elimina psihologia dintre acestea pe considerentul că nu dispunea (pe vremea aceea) de o metodă obiectivă de investigare a fenomenelor psihice.

Încotro se află obiectul psihologiei?



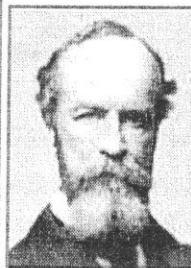
Pe de altă parte însă, s-a ajuns la consolidarea psihologiei ca știință, la delimitarea cât mai riguroasă a propriului ei obiect de cercetare, la sporirea eforturilor pentru creșterea gradului de obiectivitate și de validitate a metodelor ei, în fine, la creșterea gradului de predictibilitate a legilor fenomenelor psihice. De la înființarea primului laborator de psihologie experimentală de către Wilhelm Wundt, la Leipzig în 1879 – considerat ca actul de naștere al psihologiei științifice – și până astăzi, drumul parcurs de psihologie a fost lung, sinuos, dar extrem de benefic pentru cunoașterea umană, în general, și pentru cea psihologică, în special. Se vorbește tot mai insistent despre progresul și expansiunea psihologiei, despre faptul că psihologia figurează printre primele trei domenii de vârf al cunoașterii, alături de genetica moleculară și microelectronică.

 Afirmația potrivit căreia psihologia reprezintă un factor de progres social și uman este susținută de următoarele argumente: intensificarea procesului de instituționalizare a psihologiei ca știință (deci ca activitate de cercetare), obiect de învățământ, profesune; creșterea interesului specialiștilor din alte domenii pentru problemele și rezultatele psihologiei; audiența lucrărilor de psihologie la marele public, nu doar la specialiști; creșterea numărului tinerilor doritori să se profesionalizeze și să se specializeze în psihologie; diversificarea rolului psihologului practician, care apare în postura de consultant științific, expert, prognostic, psihodiagnostician, psihoterapeut, specialist în rezolvarea conflictelor de muncă și în sporirea eficienței practice a activităților întreprinse; apariția psihologiei în calitatea de instrument de formare și schimbare psihocomportamentală; implicarea psihologiei în soluționarea marilor probleme ale societății (conflicte militare, negocieri economice, propaganda politică etc.); instituționalizarea revistelor de specialitate, a asociațiilor psihologilor, a manifestărilor științifice (naționale și internaționale) care au loc cu o anumită periodicitate.

1.2. Specificul obiectului psihologiei

De-a lungul timpului, psihologii au denumit cu termeni diferiți obiectul de studiu al disciplinei lor. Lucrul acesta iese cel mai bine în evidență din definițiile date psihologiei. Iată câteva dintre ele.

„Psihologia este știința experienței imediate, spre deosebire de fizică – știința experienței mediate“ (Wilhelm Wundt, 1832 – 1920).



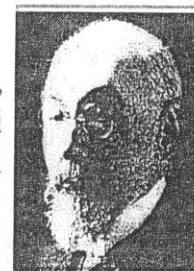
„Psihologia este descrierea și explicarea stărilor de conștiință în calitate de stări de conștiință“ (William James, 1842 – 1910).

„Psihologia este studiul științific al inconștientului“ (Sigmund Freud, 1856 – 1939).



„Psihologia este știința comportamentului“ (J. B. Watson, 1878 – 1958).

„Psihologia este știința conduitei, studiul omului în raport cu universul și mai ales în raporturile sale cu ceilalți oameni“ (Pierre Janet, 1859 – 1947).



„Psihologia este știința care studiază Sinele unic și individual al omului concret“ (Carl Rogers, 1902 – 1987).

Din definițiile de mai sus, rezultă cel puțin patru obiecte de studiu al psihologiei:

* pentru unii psihologi, acesta este constituit din **viața psihică interioară, subiectivă a individului, indiferent de expresia sub care apare ea** (conștientă sau inconștientă), închisă în sine, fără determinări exterioare; aceștia

sunt cei care au reprezentat în psihologie orientarea *introspecționistă* și orientarea *psihanalitică*;

- pentru alții, în schimb, obiectul psihologiei îl constituie ceea ce se vede, ceea ce poate fi observat, cuantificat, măsurat, studiat obiectiv, adică **comportamentul** – definit ca un *ansamblu de reacții asociat unui ansamblu de stimuli*; ceea ce se află între stimul și reacție nu știm și, chiar dacă ar exista ceva, acel ceva nu poate fi cunoscut în mod obiectiv (cei care au susținut un asemenea punct de vedere s-au numit *behavioriști* – de la termenul *behavior* care, în limba engleză, înseamnă comportament);

- cum însă cele două orientări anterioare creau o prăpastie în ceea ce privește obiectul psihologiei, unii considerau doar interiorul, alții doar exteriorul, adică trăirea în sine pe de o parte și manifestarea ei în afară pe de altă parte, a trebuit să apară o nouă modalitate de concepere a obiectului psihologiei, unii autori considerând că acesta îl reprezintă **conduita** înțeleasă ca *ansamblul manifestărilor interne, invizibile, și a celor externe, vizibile, dar mai ales ca relația dintre ele* (în felul acesta a apărut o nouă orientare cunoscută sub denumirea de *psihologia conduitei* sau *psihologia acțională*);

- în fine, constatând că omul ca inițiator, declanșator și susținător al comportamentelor și conduitelor era neglijat, unii psihologi au propus ca obiectul psihologiei să-l reprezinte **omul concret, viu, empiric** cu toate nimicurile vieții cotidiene, dar și cu marile ei drame, mai exact *Sinele lui, individual și unic* (aceștia au generat în psihologie orientarea cunoscută sub numele de *psihologia umanistă*).

Ceea ce trebuie să reținem din cele de mai sus este nu atât faptul că în interpretarea psihologilor obiectul lor de investigare este de fiecare dată altul, ci faptul că acest obiect, indiferent cum s-ar numi el (conștiință, inconștient, comportament, conduită, sine individual și unic), este *total diferit de obiectul de cercetare a altor științe*. El nu este palpabil (nimeni nu a pus niciodată mâna pe conștiință, pe gândire sau pe voință), ci *inefabil, imponderabil, impalpabil*; el nu este ceva material (cum afirmau materialiștii vulgari că gândirea este o secreție

a creierului, așa cum bila este o secreție a ficatului), ci *ideal, subiectiv*. Obiectul psihologiei nu posedă nici o proprietate substanțială (greutate, volum, densitate, gust, miros etc.), ci el rămâne de *natură nonsubstanțială*, el este o entitate de ordin *relațional, comunicațional, informațional*.

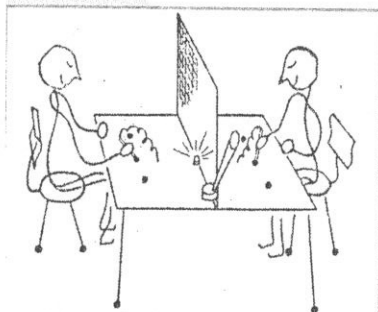
1.3. Specificul metodelor psihologiei

În investigarea și cercetarea acestui obiect atât de diferit de cel al altor științe, psihologia recurge la o serie de metode, tehnici, procedee. Metoda de cercetare, potrivit etimologiei termenului, este drumul pe care pornește cercetătorul în demersurile sale. Mai exact, metoda poate fi definită ca fiind *calea, itinerariul, structura de ordine sau programul după care se reglează acțiunile intelectuale și practice ale cercetătorului în vederea atingerii unui scop*. Iată câteva dintre metodele psihologiei.

- **Metoda observației** constă în urmărirea intenționată și înregistrarea exactă, sistematică a diferitelor manifestări comportamentale ale individului sau ale grupului ca și a contextului situațional al comportamentelor. Ia forma *autoobservației* (când este orientată spre noi înșine) și a *observației externe* (când este orientată spre o altă persoană). De obicei, se înregistrează conduitele verbale, motorii, expresiv-atitudinale. Pentru a deveni eficientă, se cere să dispună de un scop, să se desfășoare după un plan riguros, să fie maximal discretă (persoana în cauză să nu-și dea seama că este observată), să fie repetată.

Ce puteți spune despre conduitele și comportamentele voastre pe baza auto-observației?

- **Metoda experimentului**, spre deosebire de observație, în care se așteaptă manifestarea fenomenului, presupune declanșarea, provocarea intrării în funcțiune a fenomenului investigat. Are un grad de precizie mult mai mare decât observația deoarece implică controlarea unor variabile (unele se numesc *dependente* – ele fiind reacțiile și comportamentele subiectului, altele *independente* – sunt cele manipulate de cercetător) și varierea condițiilor de desfășurare a fenomenelor investigate.



Experimentele sunt de mai multe feluri: de *laborator* (scot subiectul din ambianța obișnuită de viață și îl introduc într-o ambianță anume creată, artificială), *natural* (se desfășoară în cadrul obișnuit de viață a subiectului); unele experimente sunt *constataive* (urmăresc fotografierea, consemnarea situației existente la un anumit moment dat), altele *formative* (introduc „factori de progres“ și urmăresc efectele produse de ei). Interesant este și *autoexperimentul*, când subiectul experimentează pe el însuși.



Experimente de laborator

introduc „factori de progres“ și urmăresc efectele produse de ei). Interesant este și *autoexperimentul*, când subiectul experimentează pe el însuși.

• **Metoda psihometrică** presupune măsurarea capacităților psihice ale individului în vederea stabilirii nivelului lor de dezvoltare. Cea mai răspândită și cunoscută este *metoda testelor psihologice*. Testul psihologic este o probă relativ scurtă care permite cercetătorului strângerea unor informații obiective despre subiect, pe baza cărora să se poată determina nivelul dezvoltării capacităților măsurate și formula un prognostic asupra evoluției lor ulterioare. Există nenumărate categorii de teste. Dacă le-am clasifica după scopul lor, putem

desprinde *teste de performanță* (de cunoștințe, de nivel intelectual, de aptitudini, de inteligență); *teste de personalitate*; *teste de comportament*. Ceea ce trebuie reținut este faptul că nu orice probă care este numită



Testare psihologică

test, chiar este un test psihologic. Dacă proba respectivă nu satisface o serie de cerințe (*validitatea* – să măsoare exact ce își propune; *fidelitatea* – să permită obținerea unor performanțe relativ asemănătoare la o nouă aplicare; *standardizarea* – să creeze aceleași condiții pentru toți subiecții; *etalonarea* – să existe o

unitate de măsurare a rezultatelor obținute) atunci ea nu poate fi considerată un test psihologic.

Alături de cele de mai sus, există încă multe alte metode în arsenalul psihologiei: **metoda convorbirii** (o discuție angajată între cercetător și subiect cu scopul depistării unor particularități ale comportamentelor și însușirilor psihice ale subiectului); **metoda anchetei psihologice pe bază de chestionar și pe bază de interviu**, diferită de ancheta judiciară sau jurnalistică (presupune recoltarea sistematică a unor informații despre viața psihică a unui individ sau a unui grup social, ca și interpretarea acestora în vederea desprinderii semnificației lor psihocomportamentale); **metoda biografică** (strângerea informațiilor despre evenimentele parcurse de individ în existența sa, despre relațiile dintre ele, ca și despre semnificația lor, în vederea cunoașterii „istoriei personale“ a fiecărui individ, necesară stabilirii profilului personalității sale); **metoda analizei produselor activității** (a tot ceea ce realizează individul deoarece în aceste produse ale activității sale se exprimă multe dintre însușirile personalității sale) etc.

Metodele psihologiei se diferențiază de metodele altor științe prin aceea că presupun studierea sau cercetarea oamenilor de către oameni, iar relația dintre două subiectivități nu poate să nu-și imprime pecetea asupra rezultatelor cunoașterii. Specificul acestor metode provine din faptul că, deși sunt obiective, *dispun de grade diferite de subiectivitate*. Într-un fel va observa o persoană care aparține tipului descriptiv (ea va înregistra minuțios, exact, sec, ceea ce vede, aude etc.) și în cu totul alt fel, o persoană care aparține tipului imaginativ și poetic (care va neglija faptele, va da frâu imaginației, ajungând adeseori la deformarea realității). De aceea în fața psihologiei se ridică problema creșterii gradului de obiectivitate și de validitate a metodelor ei și, îndeosebi, a celor la care gradul de subiectivitate este mai mare.

1.4. Specificul legilor psihologiei

Legile psihologiei, ca și legile altor științe, au un **caracter obiectiv**, în sensul că nu depind de voința, de dorința individului. Vom cunoaște în capitolul al II-lea o lege a senzațiilor care arată că, pentru a se produce o senzație, este necesar ca stimulul să dispună de o anumită intensitate care dacă nu este prezentă, oricât s-ar strădui omul, senzația nu va apărea. Același lucru se întâmplă și cu alte fenomene psihice care se supun altor legi.

Spre deosebire însă de legile altor științe, îndeosebi ale științelor exacte, care sunt **legi dinamice**, adică legi în care probabilitatea ca un anumit fenomen-cauză să ducă la apariția unui anumit fenomen-efect este foarte mare, legile psihologiei sunt **legi de tip statistic și probabilistic**. Aceste legi nu se verifică la fiecare componentă a unei mulțimi date, ci la majoritatea, la media lor. Sunt legi la care probabilitatea ca un anumit fenomen-cauză să ducă la apariția unui anumit fenomen-efect este mai redusă. Aceasta deoarece între cauză și efect se interpun o multitudine de serii cauzale care amână, suspendă, deviază producerea efectului. În psihologie, în calitate de asemenea serii cauzale apar condițiile interne, subiective proprii fiecărui individ. Când profesorul explică lecția la 30 de elevi, fenomenul-cauză este același pentru toți, el însă se filtrează prin atâtea conștiințe, prin atâtea personalități, și ca atare efectul este diferit (un elev înțelege foarte bine, unul mai puțin bine, altul deloc etc.). Deși mai greu de stabilit, legile psihologiei oferă aceleași posibilități explicative ca și legile celorlalte științe.

Legile psihologiei pot fi **legi generale**, valabile pentru întreaga viață psihică și **legi particulare**, specifice doar pentru un anumit fenomen psihic (legile senzațiilor, ale percepțiilor, ale memoriei, ale atenției etc.). Cercetându-se memoria, s-a descoperit că reproducerea unui material este mai dificilă decât recunoașterea lui. Cercetările asupra atenției au arătat că omul nu poate executa două sau mai multe acțiuni dacă angajează un control crescut din partea conștiinței. Un asemenea lucru devine însă posibil dacă cel puțin una

dintre acțiuni este automatizată. Cunoscând aceste legi, omul își poate organiza și dirija mult mai bine, în cunoștință de cauză, propria conduită.

Pornind de la experiența și cunoștințele voastre, puteți formula și alte legi ale fenomenelor psihice?

1.5. Definiția psihologiei și ramurile ei aplicative

Una dintre definițiile posibile ale psihologiei este cea etimologică. Dacă pornim de la cele două particule din care se compune cuvântul respectiv (*psyché* – suflet; *logos* – știință, în limba greacă) aflăm că psihologia este știința sufletului/psihicului. Cum o asemenea definiție nu ne spune prea multe despre psihologie, este necesar să încercăm definirea comprehensivă a psihologiei integrând elementele la care ne-am referit mai înainte.

Psihologia este știința care studiază psihicul, recurgând la un ansamblu de metode obiective, în vederea desprinderii legității lui de funcționare, în scopul cunoașterii, optimizării și ameliorării existenței umane.

Rezultă din cele de mai sus că psihologia nu are numai finalități teoretice (descriptive, explicative, interpretative), ci și practic-ameliorative. Ea se rezumă nu doar la stabilirea și explicarea legilor conduitelor și comportamentelor, ci elaborează și modalități sau recomandări de controlare, utilizare și dirijare a acestor legi în vederea optimizării vieții și activității omului. De exemplu, cunoscând una dintre legile memoriei și anume aceea că dintr-un material mai vast se memorează mai bine partea de început și cea de sfârșit, partea de mijloc fiind mai puțin bine reținută, omul își poate lua o serie de măsuri (concentrarea atenției și inteligenței tocmai asupra părții de mijloc, repetarea ei etc.) pentru contracararea unui asemenea efect.

Încă de la începuturile ei, psihologia s-a aplecat asupra studierii particularităților comportamentului uman implicat în cele mai diverse tipuri de activități și domenii. În felul acesta, au apărut ramurile ei aplicative cu pregnante atribuții de ordin practic, ameliorativ. Simpla enumerare a lor este sugestivă: psihologia edu-

cațională, psihologia muncii, psihologia judiciară, psihologia artei, psihologia militară, psihologia sportivă, psihologia politică, psihologia economică, psihologia organizațional-managerială, psihologia religiei, psihologia creativității etc.

S-ar putea spune că nu există domeniu al activității umane care să nu dispună de implicații psihologice și deci să nu-și fi dezvoltat o psihologie aparte.

Studiul psihologiei este util deoarece:

- furnizează informații despre o categorie nouă de fenomene (cele psihice);

- facilitează posibilitatea de a interveni și ameliora cele mai diverse activități ale omului;

- oferă garanția autocunoașterii capacităților și limitelor, și, în consecință, pe cea a elaborării măsurilor de întărire și amplificare a primelor sau de ameliorare și de înlăturare a ultimelor;

- oferă temeiuri educației și totodată asigură posibilitatea trecerii de la cunoaștere la autocunoaștere, de la educație la autoeducație, de la reglare la autoreglare, de la control la autocontrol.

APLICAȚII

1. Căutați prin diferite cărți și alte definiții ale psihologiei decât cele date în lecție, faceți analiza lor comparativă, rețineți ceea ce este comun în ele și specific pentru domeniul avut în vedere.



2. Observați comportamentul unui coleg de-al vostru manifestat în diverse ocazii (când este ascultat la lecții, în recreații, pe stradă, eventual acasă, în familie sau cu prilejul diferitelor întâlniri între colegi).

Notați ce sesizați, încercați să detașați câteva trăsături psihocomportamentale ale acestuia, comparați rezultatele propriilor voastre observații cu cele ale altor colegi.

3. Organizați cu un coleg de-al vostru următorul experiment:

Varianta 1: rugați-l să scrie pe tablă (sau pe o foaie de hârtie) numerele de la 1 la 20 în timp ce pronunță cu voce tare numerele de la 20 la 1.

Varianta 2: invers – să scrie numerele de la 20 la 1 și să pronunțe cu voce tare numerele de la 1 la 20.

Condiții: scrisul și pronunția trebuie să fie concomitente.

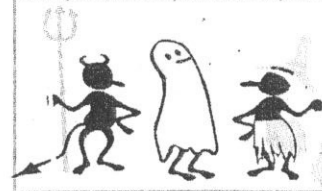
Sarcină: Faceți analiza comparativă a rezultatelor obținute în cele două variante (durata, calitatea execuției, număr de erori, tipul erorilor și momentul apariției lor etc.).

Ce legitate psihologică puteți extrage din rezultatele obținute?

4. Concepeți și realizați o anchetă pe bază de chestionar pe tema: „Organizarea și petrecerea timpului liber de către elevi“.

2. Psihicul și ipostazele lui

Inconștient, Subconștient sau Conștient?



Arătam în lecția anterioară că una dintre definițiile posibile ale psihologiei este cea etimologică, potrivit căreia psihologia este știința sufletului sau psihicului. Numai că această definiție ridică noi întrebări. Ce este psihicul? Care este natura lui? Din ce se compune psihicul? Care îi sunt ipostazele sub care este întâlnit? Vom răspunde la toate aceste întrebări în lecția de față.

2.1. Noțiunea de psihic

Organismele, pentru a supraviețui, trebuie să-și asigure un contact minim cu ambianța înconjurătoare. De aceea, ele sunt nevoite să reacționeze, să răspundă la solicitările variate ale mediului, să dezvolte o serie de reacții sau să întreprindă acțiuni. Posibilitățile de reacție a organismelor sunt însă multiple și diferențiate.

Astfel, organismele vegetale reacționează sub formă de fotosinteză sau tropisme, cele animale sub formă de iritabilitate, excitabilitate, instincte, reflexe etc. Printre aceste forme de reacție a organismelor la solicitările ambianței, un loc aparte îl ocupă și psihicul. Apărut mai întâi la animalele ce dispun de sistem nervos (cefalopode), psihicul cunoaște o impresionantă dezvoltare și perfecționare, luând la om forma superioară a conștiinței. Evoluția psihicului este strâns dependentă de transformările progresive ale organismelor, de necesitatea de adaptare cât mai bună la condițiile și solicitările mediului înconjurător.

• Psihicul este o formă specifică de reacție a organismului la solicitările mediului cu scopul adaptării la acesta.

Cum o asemenea formulare este foarte generală, apare necesitatea detalierii ei. Principalele caracteristici ale psihicului le prezentăm în continuare.

• Psihicul este expresia vieții de relație.

Omul nu poate exista și subzista ca om decât în acțiune, decât raportându-se permanent la mediul ambiant pe care îl asimilează, sedimentează și cristalizează în sine la care răspunde și se adaptează neconținut. Ca rezultat al acestei raportări, omul simte, vede, aude, dorește, aspiră, se emoționează, vrea, își traduce în fapt intențiile. Dacă am întrerupe orice contact al omului cu realitatea, dacă l-am introduce într-o cameră în care nu ar exista lumină, sunet, miros, dacă ar fi nevoit să stea nemișcat, deci dacă am întrerupe contactul prin simțuri cu realitatea, am constata că activitatea sa psihică s-ar perturba (apar halucinații, agitație excesivă etc.). Aceasta ne demonstrează că psihicul nu numai că își găsește sursa și expresia sa vitală și viabilă în realitate, în relația individului cu mediul, dar că el reprezintă o parte, o formă specifică a vieții de relație a individului.

Ce efecte ar putea să apară dacă un copil mic este privat de afecțiunea părinților săi?

• Psihicul este un rezultat, un produs, o funcție a materiei, îndeosebi a celei superior organizate care este creierul. Deși psihicul are un suport material-cuantic, energetic, fizico-chimic, electrofiziologic, neurologic, el nu se confundă cu acesta.

Psihicul reprezintă o altă expresie a activității nervoase superioare, a activității reflexe a creierului. Cercetările experimentale și observațiile clinice au arătat că orice intervenție, orice tulburare a funcționării mecanismelor neurocerebrale (lezări, decorticări, secționări – la animale; traumatisme craniene, ingerări de alcool, de substanțe toxice – la om) produc tulburări ale activității psihice. Starea de excitație a celulelor corticale se traduce prin accelerarea vieții psihice, prin exacerbarea unor acte comportamentale, prin slăbirea controlului conștiinței, în timp ce starea de inhibiție a ce-



Dacă vă aflați la o petrecere, încercați și observați conduitele motorii, verbale, expresiv-emoționale ale celor care consumă mai mult alcool.

Ce constatați? Cum explicați din punct de vedere științific modificările observate?

lulelor corticale are ca efect scăderea clarității și încetinirea ritmului activității psihice. Nu trebuie să înțelegem de aici că ceea ce se petrece în creier *determină*, cauzează activitatea psihică. Creierul nu este izvorul vieții psihice, ci doar organul

ei. Cauza psihicului, izvorul lui este în realitate. Numai că realitatea nu acționează direct, nemijlocit asupra psihicului, ci prin intermediul creierului, care *facilitează* sau *îngreunează* funcționarea vieții psihice. Așadar, o *anumită* funcționare a creierului, cauzată din exterior, duce la o *anumită* funcționare a vieții psihice.

• Psihicul este o construcție subiectivă (internă) mintală care se exteriorizează în comportament.

El nu este o simplă copie, o simplă fotografie a realității, ci o filtrare a ei prin întreg ansamblul de trebuințe, necesități, idealuri, aspirații. Caracterul subiectiv al construcției psihice se exprimă în aceea că:

1. aparține unui subiect ceea ce va face să depindă de capacitățile subiectului, de cunoștințele, interesele sale, de întreaga sa personalitate;

2. nu epuizează, nu copiază, nu fotografiază obiectul, ci *selectează*, *aproximează* tocmai în funcție de aceste particularități ale personalității;

3. reprezintă *transpunerea* și *traducerea* pe plan mintal (sub formă de imagini, idei) a realității înconjurătoare, a *obiectivului în subiectiv*, fiind o *modelare informațională a lumii și a relațiilor cu lumea*;

4. se realizează prin intermediul unor operații de mănuiere, explorare, prelucrare, selecționare, generalizare, comparare și confruntare, fapt care evidențiază *caracterul ei* prin excelență *activ*;

5. depășește simpla oglindire a realității ajungând la *construirea și transformarea ei* ideală, prin intervenția operațiilor care dau posibilitatea combinării și recombinații mintale.

Din toate aceste caracteristici, nu trebuie să se înțeleagă faptul că psihicul în expresia sa de construcție subiectivă ar deforma, erona realitatea, dar nici că el exclude cu totul posibilitatea apariției unor erori. Construcția subiectivă presupune realizarea unei corespondențe între material (obiectiv) și ideal (subiectiv), însă filtrată prin particularitățile de personalitate a fiecăruia.

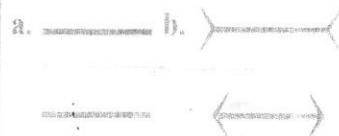
Ce aspecte ale unei flori vor fi sesizate și reținute de un naturalist, un copil, un excursionist, un îndrăgostit?

Deși construcția subiectivă nu înseamnă o epuizare a obiectului (există limite ale aparatelor senzoriale care nici nu permit acest lucru), ea presupune înaintarea treptată spre surprinderea esenței lui. Uneori, mai ales atunci când intervin diverși factori perturbatori, construcția subiectivă poate fi eronată (ca în cazul iluziilor), dar ea nu rămâne astfel, ci este corectată, altminteri omul n-ar putea să se ghideze în activitatea sa cotidiană pornind de la imagini sau idei false. Criteriul fundamental de verificare a conținutului construcției subiective îl constituie activitatea. Putem conchide deci, că psihicul nu este ceva „mort“, „abstract“, fără mișcare, fără contradicții, ci ceva viu și în continuă mișcare.

Acțiunea cu obiectele și acțiunea mintală constituie cele două coordonate esențiale între care se mișcă psihicul. Acționând cu obiectele (mișcându-le, pipăindu-le) sau cu imaginile și ideile despre ele (comparându-le, confruntându-le), obținem mai multe informații decât dacă le-am contempla pasiv.

Important pentru psihic este caracterul lui informațional.

Priviți cu atenție desenele de mai jos:



În mod sigur nu veți ezita să afirmați că segmentele de dreaptă din figura a sunt egale.

Puteți face aceeași afirmație și pentru segmentele de dreaptă din figura b?

Explicați fenomenul care a intervenit.

Măsurați segmentele de dreaptă din figura b pentru a vă convinge că sunt egale.

• **Psihicul este condiționat și determinat social-istoric.**

Această caracteristică provine din faptul că omul se raportează nu doar la realitatea fizică, naturală, nu doar la lumea lucrurilor, ci și la lumea oamenilor, la condițiile vieții sociale, la particularitățile economice, culturale, spirituale ale societății în care trăiește. Societatea îi furnizează omului conținutul vieții psihice, cadrul de manifestare a acesteia, condițiile și mijloacele de realizare a ei. Implicându-se și implementându-se în contextul concret al vieții sociale, omul și viața sa psihică vor apărea în final ca expresie a societății, ca produs al istoriei.



Faptul că factorii sociali sunt determinanți în evoluția psihicului uman este demonstrat de câteva argumente:

1. prin izolarea completă a individului de mediul social, psihicul acestuia rămâne în stadiul de psihic animal (copiii crescuți de animale și regăsiți după 7-8 ani, aduși în societate, n-au mai putut fi recuperați);
2. sub raport filogenetic, psihicul uman (avem în vedere conștiința) a apărut ca urmare a influenței unor factori sociali cum ar fi munca și limbajul;
3. deși evoluția biologică generală a omului este în linie mari încheiată, dezvoltarea psihică continuă să se realizeze în ritm intens sub influența factorilor sociali;
4. copiii gemeni (deci cu înzestrare ereditară asemănătoare) crescuți împreună (aproximativ în aceleași condiții de mediu) sau separat (în condiții de mediu diferite), la fel ca și cei cu înzestrări ereditare diferite, dar crescuți aproximativ în aceleași condiții de mediu, au evoluat, în general, sub raport psihic corespunzător particularităților condițiilor mediului social;
5. la om nu există un biologic „pur”, ci filtrat prin social, omul nu-și satisface instinctele oricum, ci în funcție de condițiile și cerințele sociale.



Ce știi despre „copiii lup”? De ce o dată descoperiți, readuși în societate, supuși influențelor educative n-au mai putut fi recuperați?

Sintetizarea celor câtorva caracteristici indică specificul psihicului uman.

Psihicul uman este expresia vieții de relație, funcție a materiei superior organizate (creierul), construcție subiectiv-constructivă a realității obiective, condiționat și determinat social istoric.

(În decursul lecțiilor, vom avea prilejul să cunoaștem mai amănunțit toate aceste laturi.)

2.2. Manifestări particulare ale psihicului

Stabilirea caracteristicilor definitorii ale psihicului uman contribuie la conturarea și surprinderea specificului acestuia comparativ cu alte forme de reacții ale organismului la solicitările mediului. Totuși, ne putem întreba în continuare: care sunt formele particulare de existență (ființare) și de funcționare (manifestare) ale psihicului? Pentru desemnarea acestora, psihologia a recurs la o multitudine de noțiuni: *funcții, capacități, stări, procese, activități, însușiri, modalități psihice etc.*

Prezentăm în continuare clasificarea fenomenelor psihice utilizată frecvent de psihologia tradițională.

Categoria proceselor psihice cuprinde fenomenele psihice care au o desfășurare în timp și îndeplinesc funcții informațional-reflectorii. Caracteristica esențială a procesului psihic constă în faptul că oglindește în mod subiectiv realitatea obiectivă. Din perspectiva psihologiei tradiționale, procesul psihic trebuie să răspundă la trei întrebări.

1. Ce anume se reflectă, deci care este *conținutul informațional-reflectoriu*?
2. În ce formă se reflectă, deci care este *forma reflectorie*?
3. Cum se reflectă, deci care sunt *mecanismele psihofiziologice* ale reflectării?

Conținutul reflectoriu indică însușirile obiectelor din realitate, el este obiectiv; forma reflectorie se referă la aspectul subiectiv, ideal sub care conținutul se transferă în plan mintal; mecanismele psiho-fiziologice arată baza nervoasă, cu alte cuvinte ce se petrece în creier în momentul reflectării. De exemplu, senzația reflectă însușirile izolate ale obiectelor sub formă de imagini mintale prin intermediul analizatorilor, al mecanismului legăturilor temporare. Cunoașterea fiecăruia dintre acești parametri ajută la: definirea și individualizarea oricărui proces psihic; realizarea unor caracterizări generale; efectuarea unor analize comparative. Procesele psihice au fost grupate în trei categorii: *cognitive* (sau de cunoaștere) subîmpărțite la rândul lor în: *senzoriale* (senzația, percepția, reprezentarea) și *logice*



Dați cât mai multe exemple de senzații și de emoții.

(gândirea, memoria, imaginația); *afective* (emoții, sentimente, pasiuni); *volitive* (voința).

Categoria activităților psihice permite realizarea relației cu sens adaptativ între organism și mediu. Activitatea psihică reprezintă modalitatea esențială prin care individul uman se raportează la realitatea înconjurătoare. Ea este constituită dintr-un șir de acțiuni, operații, mișcări orientate în direcția realizării unui scop, toate acestea fiind susținute de o puternică motivație. Activitatea psihică reprezintă o integrare și o organizare de procese și însușiri psihice prin care omul se adaptează la mediu. În categoria activităților psihice, se includ forme variate cum ar fi: *jocul, învățarea, munca productivă, creația*.

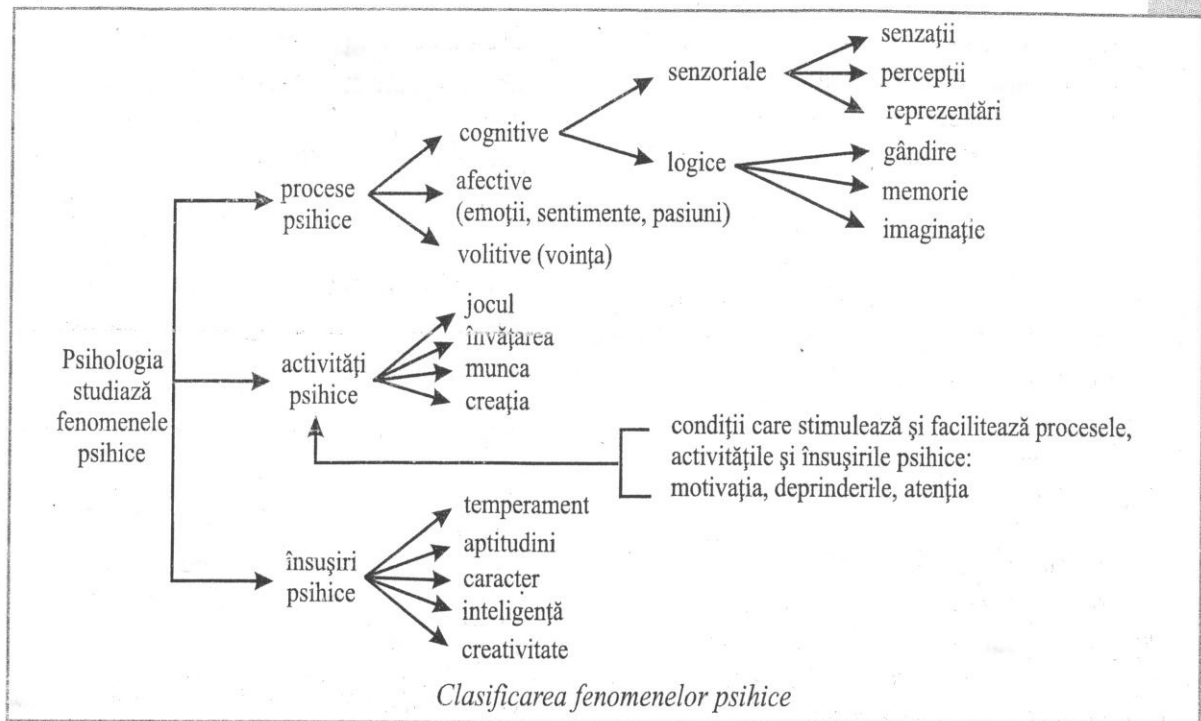
Categoria însușirilor psihice include formațiuni psihice sintetice, calitativ noi care redau structurile globale, stabile și caracteristice ale personalității umane. Procesele și activitățile psihice dispun de o serie de caracteristici sau forme care nu sunt dezvoltate în

același grad la toți indivizii, dimpotrivă unele sunt dezvoltate mai mult, altele mai puțin. De exemplu, la un om este dezvoltată mai mult sensibilitatea auditivă, decât cea vizuală, memoria de tip auditiv decât cea de tip vizual etc. În decursul ontogenezei, caracteristicile sau formele dominante ale proceselor psihice se corelează, se sintetizează și generalizează, dând naștere însușirilor psihice care devin configurații psihice mult mai stabile decât procesele psihice. Astfel, sintetizarea și generalizarea sensibilității auditive, a percepțiilor și reprezentărilor auditive, a memoriei de tip auditiv etc. conduc la formarea unor însușiri psihice (numite aptitudini) în domeniul muzical, în timp ce sintetizarea și generalizarea sensibilității, percepției, reprezentărilor, memoriei de tip vizual vor favoriza constituirea tot a unor aptitudini, dar pentru arta plastică (desen, pictură etc.). În rândul însușirilor psihice numite și particularități de personalitate, au fost incluse: *temperamentul, aptitudinile, caracterul, inteligența, creativitatea*.

Cum o serie de fenomene psihice (de exemplu, atenția, motivația, deprinderile etc) n-au putut fi cuprinse expres în una sau alta dintre cele trei categorii de mai sus, ele nesatisfăcând integral particularitățile acestora, s-a recurs la stabilirea unei a patra categorii de fenomene psihice numite **condiții psihice facilitatoare sau perturbatoare ale proceselor, activităților și însușirilor psihice**. Atenția, de pildă, nu este proces psihic deoarece nu dispune de un conținut reflectoriu propriu, în schimb ea însoțește toate procesele psihice și în funcție de existența sau inexistența ei, de gradul ei de implicare, le facilitează sau, dimpotrivă, le perturbă. Schema de clasificare a fenomenelor psihice oferită de psihologia tradițională o prezentăm în continuare.



În mod sigur, gândirea voastră este mai productivă când sunteți atenți și motivați. Puteți explica de ce?



Între fenomenele psihice există o strânsă interacțiune și interdependență. Astfel, procesele psihice apar ca elemente componente în structura activității psihice și se regăsesc transfigurate în însușirile psihice. Ele asigură relaționarea informațională cu ambianța. Activitatea psihică reprezintă cadrul și sursa apariției, formării și dezvoltării atât a proceselor, cât și a însușirilor psihice. Acestea din urmă o dată constituite, devin condiții interne ce contribuie la realizarea unor noi structurări, superioare de data aceasta, ale activității psihice. Însușirile psihice, personalitatea reprezintă însăși realitatea întregii vieți psihice cu derularea ei concretă, vie, mobilă, fluidă, calmă sau tumultuoasă, unitară sau contradictorie.

Psihologia contemporană propune o soluție radicală, și anume înlocuirea tuturor noțiunilor folosite de psihologia tradițională cu noțiunea de **mecanism psihic** considerată a fi mult mai potrivită și productivă. Aceasta deoarece mecanismul surprinde mai bine aspectele structural-funcționale ale fenomenelor psihice. Mecanismul psihic este cel care accelerează sau încetinește funcționarea psihicului, este cel care determină ritmuri existențiale și performanțiale diferite. Totodată, mecanismul psihic se mișcă de-a lungul unui continuum cu doi poli (stabilitate, rigiditate, încremenire

versus mobilitate, dinamism, flexibilitate) aflându-se în diferite etape ale vieții sau în diferite situații în oricare punct al acestui continuum. Oamenii au momente de maximă spontaneitate și creativitate, dar și momente de stupiditate și sterilitate intelectuală, ei sunt animați când de scopuri înalte, nobile, când de scopuri meschine. Fixarea și încremenirea mecanismului psihic la un pol sau la celălalt ar fi dăunătoare vieții umane, echivalând chiar cu patologizarea ei. Mecanismele psihice au fost grupate în patru categorii:

- **mecanisme psihice informațional-operative** subdivizate în două grupe: de *prelucrare primară* (senzația, percepția, reprezentarea) și de *prelucrare superioară* a informațiilor (gândirea, memoria, imaginația);
- **mecanisme psihice stimulator-energizante** (motivația, afectivitatea);
- **mecanisme psihice reglatoare** (comunicarea și limbajul, atenția, voința);
- **mecanisme psihice integratoare** (cel mai înalt și integrator mecanism psihic fiind personalitatea umană care le corelează și cimentează pe toate celelalte).

În prezentul manual, fără a fi exclusiviști, vom recurge atât la clasificarea fenomenelor psihice operată de psihologia tradițională, cât și la cea a psihologiei contemporane, preluând de la fiecare ceea ce este pertinent.

Interacțiunea și interdependența fenomenelor psihice evidențiază pe de o parte *unitatea vieții*

psihice, iar pe de altă parte *eficiența* ei deoarece numai într-o astfel de unitate (nelipsind total și relativa ei contradicție) psihicul își poate realiza funcțiile sale adaptative.



Funcționarea concretă a fenomenelor psihice, intercorelarea și armonizarea lor dependent de solicitările situației își găsesc expresia în conduita individului. În raport cu acesta, fenomenele psihice îndeplinesc o serie de roluri. Astfel, ele:

- *adaptează și echilibrează conduita omului, o pun în acord cu situația, cu solicitările ei;*
- *energizează și dinamizează conduita, o impulsionează în vederea atingerii scopurilor propuse;*
- *reglează conduita umană, o orientează și direcționează spre desprinderea a ceea ce este actual, esențial, necesar, util. Prin îndeplinirea tuturor acestor funcții, fenomenele psihice ocupă un loc central în viața și activitatea omului.*

2.3. Ipostazele și nivelurile psihicului

Psihicul nu este omogen, uniform, nediferențiat, liniar. Uneori el este mai clar, mai lucid, alteori mai tulbure și 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, odată cu trecerea timpului, să se realizeze aproape de la sine, fără a mai fi necesară contro-



Dacă v-ați gândi retrospectiv la propria voastră experiență, ați putea da exemple care să illustreze situațiile descrise?

larea lor expresă. 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. El există și se manifestă în trei ipostaze: **psihic conștient**, **psihic subconștient**, **psihic inconștient**. Acestea sunt concomitent și nivelele/palierale de organizare structural-funcțională a psihicului.

Conștiința este o formă supremă de psihic, acea formă prin care se realizează integrarea subiectiv-activă a tuturor fenomenelor vieții psihice și care permite raportarea continuă a individului la mediu.

Față de noțiunea de psihic, aceea de conștiință are o sferă mai restrânsă (ea se aplică numai la om), în schimb, are un conținut mai bogat, mai complex, mai plin de înțelesuri și semnificații, decât noțiunea de psihic.

Conștiința ca formă supremă de psihic capătă o serie de caracteristici noi care traduc de fapt funcțiile ei și pe care le vom expune în continuare.

a. Chiar etimologia cuvântului conștiință (*con-știință, con-sciența, con-science, so-znanie*) ne arată că procesarea conștientă este o **procesare cu știință**. Altfel spus, este procesarea în care individul dispune de o serie de informații pe care le poate utiliza în vederea descifrării, înțelegerii și interpretării unui nou obiect, fenomen întâlnit. Sub raport psihologic, omul *își dă seama* de ceva (de un obiect, eveniment, persoană, situație) și îl reproduce în subiectivitatea sa sub formă de imagini, noțiuni, impresii. În virtutea experienței noastre anterioare, obiectul întâlnit are un ecou informațional, în sensul că aproape imediat ne dăm seama ce anume reprezintă el. Când obiectul este nou, nemăiîntâlnit, în urma mobilizării resurselor activității psihice (comparare, disecare, discernere) vom reuși să-l identificăm, să-l conștientizăm. Procesarea conștientă presupune includerea particularului în general și identificarea generalului în particular.

b. Prezența scopului în plan mintal este esențială în procesarea conștientă care este o **procesare cu scop sau orientată spre scop**. Scopul este proiecția mintală a obiectivului activității. Formularea scopului de către omul conștient permite realizarea unui activism crescut al subiectului, autonomizarea lui relativă în raport cu influențele mediului. Scopurile izvorăsc din realitate, din interacțiunea omului cu mediul, nu din propria conștiință. Calitatea scopurilor, claritatea și precizia lor depind însă de unele particularități ale omului, de experiența sa, de necesitățile sale.

c. Scopurile nu se stabilesc însă în chiar desfășurarea procesului, activității, acțiunii, ci înainte de realizarea lor concretă. Omul prin conștiință are capacitatea de a anticipa rezultatul acțiunilor sale, de a-l stabili pe plan mintal înainte de a-l realiza în forma sa concretă. Conștiința este o **procesare anticipativă** a realității, prin aceasta deosebirea dintre om și animal fiind esențială, ireductibilă.

d. Dar pentru a putea realiza ceva, nu este suficientă doar stabilirea scopului, ci este necesară organizarea mintală a activității,

adică fragmentarea ei în elemente componente, stabilirea succesiunii realizării lor, a ierarhiei lor, precizarea scopului activității respective în raport cu alte activități anterioare sau care urmează să fie realizate. Toate acestea ne evidențiază o altă particularitate a procesării conștiente și anume caracterul ei **planificat**.

e. În sfârșit, omul nu procesează realitatea în sine doar pentru a o procesa, ci cu scopul de a o modifica, schimba, adapta necesităților sale. Aceasta desemnează caracterul **creator** al procesării conștiente.

Caracteristicile procesării conștiente	Funcțiile conștiinței
1. Procesare cu știință 2. Procesare cu scop 3. Procesare anticipativă 4. Procesare planificată 5. Procesare transformativă	1. Informațional-cognitivă 2. Finalistă 3. Anticipativ-predictivă 4. Reglatorie 5. Creativă

Particularitățile procesării conștiente demonstrează complexitatea acesteia, caracterul ei specific uman. Observăm că în realizarea acestor particularități intervin aproape toate procesele psihice: procesarea cu știință arată importanța proceselor cognitive; scopurile exprimă dorințele, necesitățile subiectului, antrenând planul afectiv-motivațional; caracterul anticipat și creator evidențiază prezența imaginației creatoare; caracterul planificat, prezența gândirii.

Există două forme principale ale conștiinței: cea individuală și cea socială. *Conștiința individuală* sau *conștiința individului* este conștiința fiecărui om oglindind condițiile specifice în care acesta a trăit, a evoluat și și-a însușit în mod personal cultura colectivității. Ea desemnează felul individual în care simțim, știm, trăim, intenționăm, executăm ceva.

Conștiința individuală dispune de mai multe forme: *conștiința obiectelor* (omul își dă seama de obiectele ce-l înconjoară, de valoarea

și semnificația lor), *conștiința de sine* (își dă seama de propria persoană, de locul ocupat în relațiile cu alții), *conștiința altuia* (își dă seama de existența altor oameni care la rândul lor dispun de cunoștințe, atitudini, năzuințe), *conștiința de grup* (își dă seama de colectivul în care trăiește, de particularitățile acestuia, de scopurile lui). Aceste forme ale conștiinței individuale facilitează individualizarea și diferențierea unui om în raport cu altul, stabilirea relațiilor interpersonale, stabilirea unei psihologii colective, de grup, comune pentru mai mulți oameni.

Care credeți că sunt „primele semne“ ale apariției conștiinței de sine?

În plan subiectiv, conștiința individuală se realizează în faze presupunând niveluri și grade diferite de luciditate sau înțelegere. Există, astfel, o stare de *maximă acuitate și claritate* a conștiinței (în stare de veghe), o alta de *acuitate moderată* sau *minimă* (în stare de ațipire), în alte stări conștiința poate fi *umbrită*, *întunecată*, *slăbită* (stări de boală, de febră etc.), iar în altele

poate fi *total abolită* (în comă). Gradele diferite de luciditate ale conștiinței ne arată că nu întotdeauna activitatea omului este la fel de eficientă. Aceasta ne atrage atenția asupra necesității desfășurării activității doar atunci când psihicul se află în stare de maximă receptivitate.

Subconștientul cuprinde toate actele care cândva au fost conștiente, dar care în prezent, actual se desfășoară în afara controlului conștient.



Iată câteva afirmații despre subconștient. El este:

- „conștiință stinsă“ (Th. Ribot);
- „conștiință implicită“ (S. Freud);
- „conștiință inferioară care coexistă cu cea centrală“ (P. Janet);
- „cerebrație latentă“ (H. Wallon).

Care dintre cele patru afirmații vi se pare a fi mai adecvată?

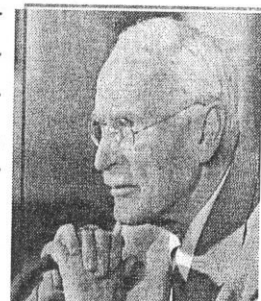
Explicați ce caracteristici ale subconștientului se ascund sub fiecare dintre ele.

Subconștientul este rezervorul în care se conservă amintirile, automatismele, deprinderile, deci toate acele acte care au trecut cândva prin filtrul conștiinței, s-au realizat cu efort, dar care acum se află într-o stare latentă, de virtualitate psihică care ar putea oricând să redevină activă, să pășească pragul conștiinței. Deși plasat între conștient și inconștient, el este mai mult orientat și compatibil cu conștientul, decât cu inconștientul. De altfel, rolul lui este de a media trecerile de la inconștient spre conștient și invers.

Inconștientul este nivelul primar, bazal, de profunzime a organizării psihicului care, deși aconștient, influențează psihismul.

Cel mai adesea, el a fost definit într-o manieră *restrictivă* (ca rezervor al tendințelor înfrânate, înăbușite, refulate, frustrate) sau *negativă* (ca fiind un fel de haos, de pulsuni oarbe, fără nici un fel de organizare, ca fiind irațional, cu efecte dezorganizatoare și

inhibitive asupra vieții psihice, ținând chiar de patologia mintală). Psihologia contemporană îl definește într-o manieră *extensiv-pozitivă*: inconștientul este acea formațiune psihică ce cuprinde tendințele ascunse, conflictele emoționale generate de resorturile intime ale personalității. Psihologul român Paul Popescu-Neveanu considera că inconștientul nu este lipsit de organizare, ci, dimpotrivă, dispune „de o altă organizare, foarte personală, foarte subiectivă“. El, ca un alter ego, neagă ordinea impusă de conștiință, dar aduce o altă ordine și anume ordinea proprie subiectivității intime. Inconștientul are un important rol pozitiv, deoarece dinamizează viața psihică, îi furnizează energia de care aceasta are nevoie, contribuie la realizarea unor combinații și recombinații spontane, facilitând în felul acesta creația. Nu numai conștiința dispune de forme diverse. Freud a descris mai ales *inconștientul individual*. Un elev al său, C. G. Jung, (vezi figura de mai jos) s-a referit cu precădere la *inconștientul colectiv* care cuprinde ansamblul tendințelor, trăsăturilor și tiparelor comportamentale ancestrale (denumite *arhetipuri*) transmise de la o generație la alta.



C. G. Jung, 1875–1961

Unitatea psihicului uman este dată nu atât de însumarea, celor trei instanțe funcționale ale vieții psihice, cât de interacțiunea lor care presupune pe de o parte interdependența și complementaritatea lor, iar pe de altă parte relativa lor contradicție. Între conștient și inconștient, există următoarele tipuri de relații:

- *relații circulare*, în sensul că oricare dintre conținuturile conștientului trec în inconștient pentru ca, în urma germinației și transformării lor, să treacă (nu neapărat toate) din nou în conștient;
- *relații de integrare și dominare a inconștientului de către conștient*, acesta din urmă tinzând prin acțiunile sale

- proprii să exploreze selectiv, să înțeleagă, să stăpânească, să contracareze, să domine inconștientul;
 - *relații de dominare a conștientului de către inconștient*, relații care apar fie în stările de afect, fie în stările propriu-zis patologice, care presupun o răsturnare a raporturilor firești, inconștientul devenind principalul reglator al conduitei (ca în psihoze);
 - *relații de echilibrare și ușoară pendulare* între cele două formațiuni (când conținuturile lor nu sunt nici total conștiente, dar nici total inconștiente), întâlnite mai ales în stările de reverie, de contemplații.
- În această dinamică, principalul sistem de referință rămâne însă conștiința deoarece prin intermediul ei omul interpretează realitatea așa cum este și, numai în virtutea acestui fapt, el își poate regla corespunzător conduita.

APLICAȚII

1. Organizați următorul experiment în trei variante.

Varianta 1:

Subiectul cu ochii închiși și cu palma imobilă întinsă pe masă trebuie să relateze despre însușirile unui obiect ce i se pune pe palmă.

Varianta 2:

Tot cu ochii închiși, subiectul relatează despre însușirile obiectului având voie să acționeze cu acesta; spre sfârșitul explorării subiectul este întrebat dacă bănuiește sau știe despre ce obiect este vorba.

Varianta 3:

Subiectul relatează despre însușirile obiectului deschizând ochii; i se cere să denumească obiectul.

Atenție!

Reușita experimentului depinde de gradul de nefamiliaritate a obiectului explorat. Alegeți un obiect cât mai necunoscut și neobișnuit.

Analizați ce se întâmplă în fiecare variantă. Explicați rezultatele obținute.

2. Rugați trei colegi să observe unul și același eveniment. Cereți-le apoi să prezinte un raport scris asupra a ceea ce au observat. Faceți analiza comparativă a rapoartelor de observație. Scoateți în evidență faptele/relatările care evidențiază caracterul subiectiv al psihicului.

3. Identificați cât mai multe situații (din viața cotidiană, din literatura beletristică etc) care evidențiază influența factorilor socio-culturali asupra psihicului.

Astea senzații!



1. Senzații

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

1.1. Definirea și caracterizarea psihologică generală a senzațiilor

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

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

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

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

1.2. Însușirile senzațiilor

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

are o mare importanță în producerea percepției.

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

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



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

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

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



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

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

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

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

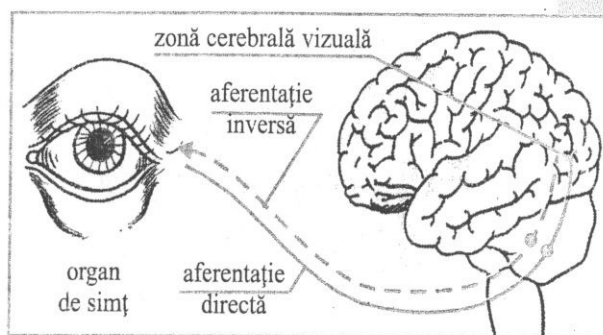
1.3. Mecanismele de producere a senzațiilor

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

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

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

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



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

II Procesarea informațiilor

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

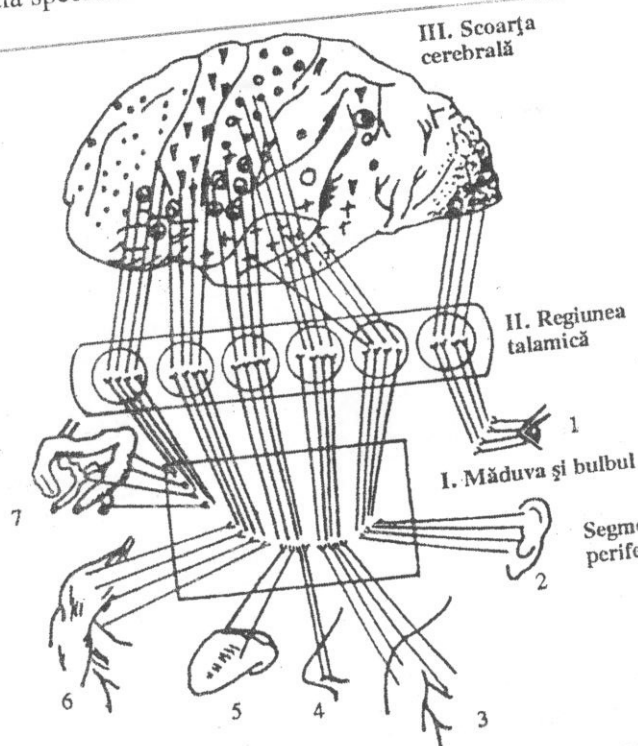
b. **Calea de conducere** a influxului nervos este componenta intermediară. Ea este alcătuită din fibre nervoase senzitive și mai mulți centri subcorticali, care fac o analiză primară a influxului nervos și un prim filtraj senzorial, astfel că la scoarță se vor transmite numai anumite impulsuri. Aceste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

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

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

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

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



Localizarea segmentelor corticale ale analizatorilor

Segmentul periferic	Segmentul cortical
1	Analizator vizual
2	Analizator auditiv
3	Analizator cutanat
4+5	Analizator olfactiv și gustativ
6	Analizator kinestezic
7	Analizator intern

1.4. Legile generale ale senzațiilor

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

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

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

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

$$E = 1/I,$$

adică E = sensibilitatea, I = intensitatea stimulului.

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

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



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

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

S-a descoperit și un prag diferențial.

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

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

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

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

formulă legată de numele a doi autori E.H. Weber (vezi figura de mai sus) și G.T. Fechner (vezi figura alăturată). Comparându-se modificarea intensității stimulului

și cea a senzației, s-a constatat că prima crește în progresie geometrică, iar cealaltă în progresie aritmetică. Dar legea Weber-Fechner se respectă numai la valorile medii ale excitațiilor, în timp ce la intensitățile care se apropie de pragul minim sau cel maxim, raportul nu mai este constant.

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

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

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



E.H. Weber, 1795-1878



G.T. Fechner, 1801-1887

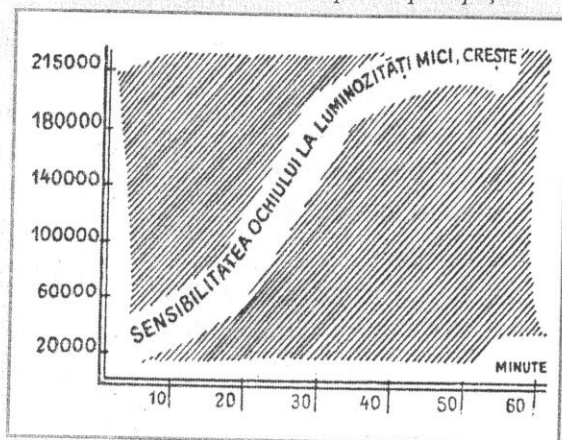
Explicați de ce legea Weber-Fechner nu se mai respectă la intensitățile mari ale stimulilor.

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



Cea mai puternică adaptare este cea vizuală.

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



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

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

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

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

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

Ce fenomen de sinestezie credeți că se produce la coregrafi?

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

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

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

Găsiți și alte exemple care ilustrează funcționarea acestei legi.

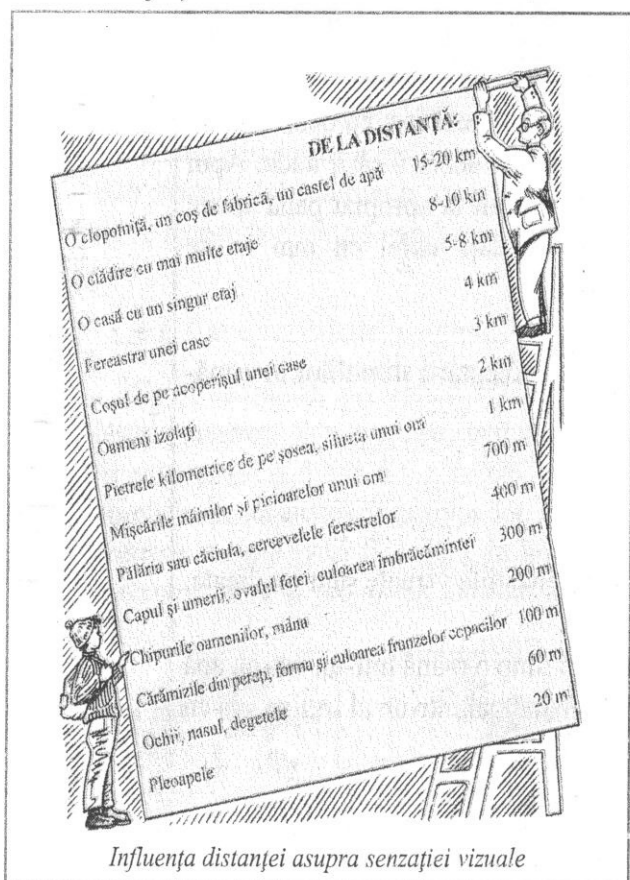
1.5. Principalele modalități senzoriale

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

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

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

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



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

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

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

Senzațiile cutanate sunt de două feluri:

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

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

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

Ce rol credeți că joacă senzațiile olfactive?

Senzațiile gustative reflectă calitățile chimice ale substanțelor solubile care pătrund în cavitatea bucală. Există patru senzații gustative



fundamentale: dulce, acru, sărat, amar, din combinarea cărora rezultă nenumărate nuanțe. Au rol în apărarea de substanțe nocive și reglarea comportamentului alimentar.

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

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

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

Formele de bază ale chinesteziei sunt:

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



Intuiți solicitările aparatului de echilibru în cazul zborurilor cosmice.

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



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

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

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

După intensitate, pot fi ușoare și puternice; după durată – fulgerătoare și continue. Au o tonalitate afectivă negativă puternică, concretizată în suferință. Au rol fundamental în apărarea organismului.



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

APLICAȚII

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

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

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

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

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

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

2. Percepții

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

2.1. Definirea și caracteristicile generale ale percepțiilor

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

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

2.2. Caracteristicile imaginii perceptive

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

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

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

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

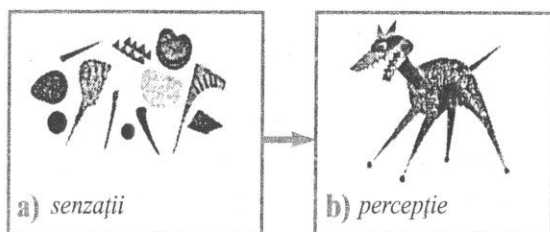
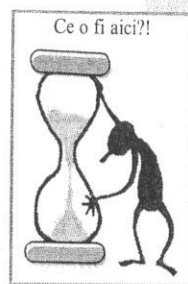
Imaginea perceptivă este *bogată în conținut*. Ea cuprinde atât însușirile semnificative, cât și pe cele mai puțin importante, mai de detaliu. Caracteristicile cromatice ale obiectelor sunt realizate în varietatea nuanțelor lor, a intensității și luminozității condiționate de contextul în care se află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

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

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

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

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



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



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

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



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

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

2.3. Procesul perceptiv

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

2.4. Fazele procesului perceptiv

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

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



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

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

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

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

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

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

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



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

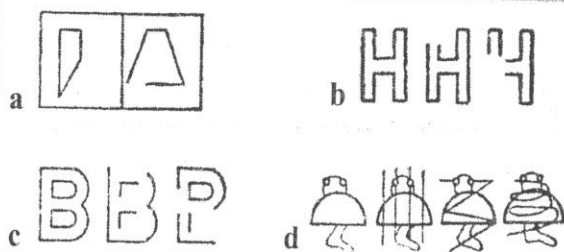
Prin urmare, percepția se dovedește a fi o formă superioară a cunoașterii senzoriale și un proces complex de extragere și prelucrare a informației în vederea adaptării și desfășurării activităților diverse ale omului.

2.5. Legile percepției

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

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

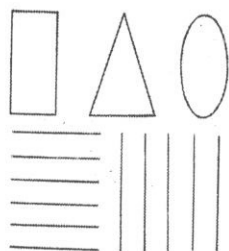
un obiect cunoscut este văzut numai parțial, în virtutea unității structurii lui, ne comportăm ca și cum l-am vedea în întregime (vezi figura de mai jos).



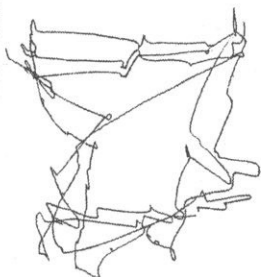
Situații în care se evidențiază caracterul unitar-sintetic al percepției; eliminarea unor elemente din cadrul unui obiect nu afectează capacitatea noastră de a-l identifica (a, b, c); adăugarea unor elemente la un obiect cunoscut nu duce la modificarea identității lui în percepție (d).

Legea structuralității perceptive explică faptul că în structura imaginii unitare însușirile care comunică cea mai mare cantitate de informații ocupă primul plan și sunt primele explorate perceptiv cât mai bine, în timp ce toate celelalte trec pe un plan secund și sunt reflectate mai vag. Prin urmare, imaginea perceptivă este organizată ierarhic și explorarea perceptivă este influențată de aceasta. În figura de mai jos, sunt prezentați stimulii și felul în care se produc traseele de explorare vizuală a lor.

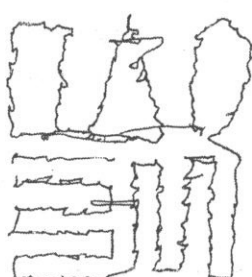
Itinerariul parcurs de privire (în perceperea acestui desen)



în decurs de 30 sec. în condițiile analizei cu ochiul liber

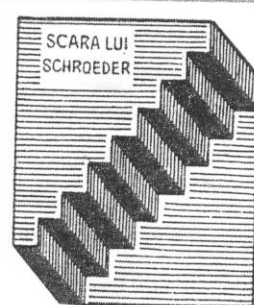
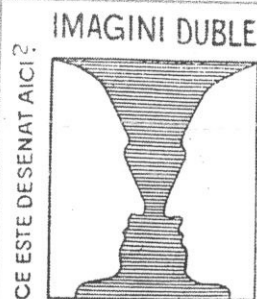


în condițiile analizei după contur



Legea selectivității exprimă caracteristica omului de a fi o ființă activă și de a realiza raporturi diferențiate și variate cu lumea. Asupra omului, de fapt, acționează continuu foarte mulți excitanți variați ca intensitate, durată, calitate, dar el nu-i reflectă în același grad pe toți. În strânsă legătură cu ceea ce el face, se fixează cu precădere la un moment dat asupra unuia și acesta devine *obiectul percepției*.

El este perceput complet, clar, precis. Toate celelalte elemente înconjurătoare formează *câmpul percepției* și sunt reflectate mai vag, mai puțin precis, mai lacunar. Obiectul percepției nu este fix. În funcție de necesitățile activității, orice obiect poate fi într-un moment *obiect al percepției*, iar în altul, *element al câmpului perceptiv*. Așa numitele imagini duble din figurile alăturate arată această dinamică în funcție de felul în care ne fixăm privirea.



Căutați punctele de fixare a privirii ca să obțineți schimbarea obiectului în element al fondului perceptiv.

Selectivitatea în percepție este influențată de mai mulți factori, cum ar fi:

- interesul pentru un lucru sau o persoană atunci când trebuie descoperit(ă) în mulțime;
- conturarea specială a unui obiect (prin luminare specială) sau a unei părți dintr-o imagine;
- asigurarea contrastului cromatic dintre obiect și câmpul perceptiv;

- producerea mișcării acelui obiect ce trebuie să devină *obiect al percepției* în timp ce toate celelalte rămân neschimbate;
- actualizarea prealabilă a schemei perceptive corespunzătoare acelui obiect sau persoane;
- indicarea verbală prealabilă a unor însușiri caracteristice.



Construiți exemple concrete, în care să folosiți fiecare dintre factorii de mai sus sau să ilustrați interacțiunea lor.

Legea selectivității poate fi folosită în două feluri: 1) a scoate în evidență obiectul ce trebuie în mod deosebit explorat; 2) a elimina acțiunea unora dintre factorii selectivității pentru a camufla obiectul.

Legea constanței perceptive arată că dacă se produc, în anumite limite, modificări ale condițiilor de percepere a obiectelor, imaginile rămân relativ aceleași și omul își poate continua nestingherit activitatea. Există trei tipuri de constante perceptive, care au mecanisme relativ asemănătoare.

a. *Constanta de mărime* care permite ca, dacă obiectele se depărtează în limita a 23-30m de subiect, ele să își păstreze dimensiunile. Mecanismul acestui tip de constantă constă în faptul că micșorarea imaginii retiniene datorită depărțării obiectului este compensată de:

- acomodarea cristalinului;
- modificarea unghiului de convergență a globilor oculari;
- experiența anterioară cu acel obiect.



S-a constatat că această constantă nu funcționează dacă obiectul se depărtează pe verticală. Încercați să găsiți explicații.

b. *Constanta de formă* intră în funcție când obiectul își modifică poziția față de cel ce percepe și atunci imaginea retiniană se modifică astfel încât o suprafață care era văzută din față ca un pătrat apare acum ca un romb, iar un cerc se schimbă în oval și, totuși, omul se

comportă ca și cum obiectul nu s-ar fi modificat deloc. Mecanismele de compensare ale imaginii retiniene sunt următoarele: 1) modificarea acomodării cristalinului când percepe granițele apropiate față de cele depărtate ale suprafețelor; 2) schimbarea unghiului de convergență oculară; 3) transferul experienței tactilo-chinestezice cu acel obiect.

c. *Constanta de culoare* se manifestă în condițiile scăderii luminii din mediul ambiant, care face să se treacă de la funcționarea receptorilor pentru vederea diurnă (conurile) la cei pentru vederea nocturnă (bastonașele), dar experiența cu obiectele familiare compensează această modificare și omul se comportă corespunzător culorii lor obișnuite.

Legea semnificației, ca și în cazul senzațiilor, contrazice adesea legea intensității. Ceea ce se leagă de trebuințele, interesele, scopurile, așteptările omului devine semnificativ și chiar dacă este mai slab ca intensitate, este bine perceput.



Dați exemplu de situații obișnuite de viață în care funcționează această lege.

Legea proiectivității imaginii perceptive acționează numai în desfășurarea percepțiilor în contrast total cu ceea ce se întâmplă în optică. Neuro-funcțional, imaginea se realizează la nivel cortical, dar psihologic ea este proiectată la nivelul sursei, adică al obiectului care a determinat-o. Explicația acestui miraculos fenomen constă în faptul că informația vizuală formează împreună cu cea proprioceptivă (acomodarea cristalinului, modificarea unghiului de convergență, a axelor oculare care sunt reglate de distanța față de obiect) un tot unitar. Dacă deranjăm această unitate prin apăsarea ușoară asupra unuia dintre ochi, constatăm o dublare a imaginii, adică apariția ei este produsă de ochiul agresat alături de cea proiectată corect.

Toate legile la care ne-am referit sunt implicate atât în percepțiile simple ale unor obiecte și fenomene din ambianță, cât și în realizarea celor complexe: spațiale, de mișcare și de timp.

2.6. Observația și spiritul de observație

În desfășurarea activităților sale zilnice, omul poate realiza percepții spontane, fugitive, superficiale, cu rol informațional și reglator-limitativ (îți permite să nu te ciocnești de lucruri), dar mai ales percepții conștiente, complexe, corecte și clare, integrate în comportamentele sale de mare importanță. Ele au roluri informaționale și reglatorii complexe. Alteori poate desfășura chiar o activitate specială de percepere a obiectelor și fenomenelor care a fost numită **observație**.

Observația este activitatea perceptivă intenționată, orientată spre un scop, reglată prin cunoștințe generale, organizată și condusă sistematic, conștient și voluntar.

Observația este strâns legată de limbaj, gândire, reglaj voluntar. Se realizează de obicei asupra unor obiecte complexe și în baza unor scopuri semnificative. Se desfășoară în timp, presupunând mai multe faze, respectând un plan de desfășurare stabilit anterior, implicând control și reglare, și finalizându-se cu o serie de concluzii generale.



Pe baza celor notate mai sus stabiliți principalele cerințe ale desfășurării observației privind atracția gravitațională a diferitelor obiecte.

Pe baza organizării și desfășurării repetate a activităților de observație, se poate dezvolta spiritul de observație.

Spiritul de observație este aptitudinea de a sesiza cu ușurință, rapiditate și precizie ceea ce este mai puțin intens, mai ascuns, indistinct, dar semnificativ pentru scopurile omului.



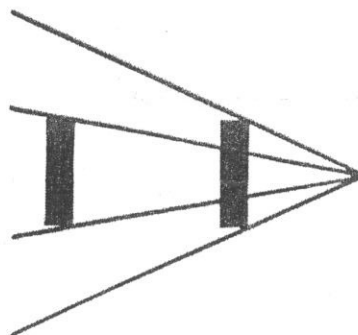
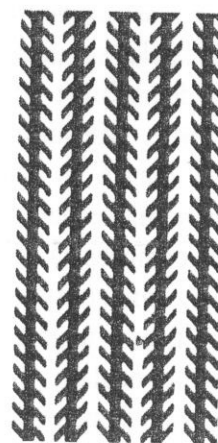
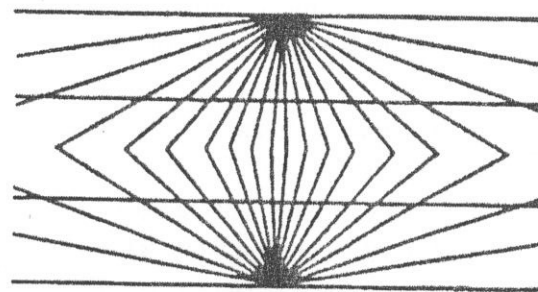
Găsiți câteva dintre profesiile care cer un spirit de observație dezvoltat.

Argumentați răspunsul dat.

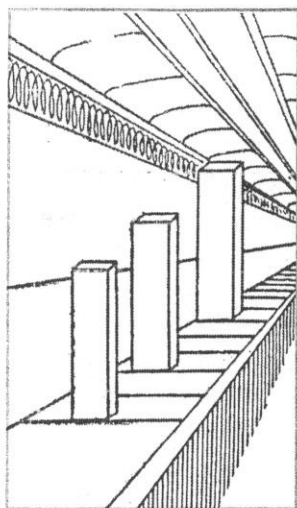
2.7. Iluziile perceptive

În cea mai mare măsură, percepțiile omului reflectă adecvat realitatea și servesc adaptării lui la ambianță. Sunt însă și percepții care deformează, denaturează unele aspecte ale realității, și acestea au fost numite iluzii perceptive. Iluziile pot exista în sfera tuturor modalităților perceptive, dar cele mai cunoscute sunt următoarele categorii:

- iluzii optico-geometrice (vezi figurile de mai jos);
- iluzii tactil-chinestezice;
- iluzii de mișcare;
- iluzii optico-chinestezice de greutate.



În explicarea iluziilor se au în vedere efectele de câmp perceptiv, adică unele componente ale acestuia acționează concomitent cu



informațiile ce vin de la *obiectul perceput* și produc la nivel cortical procese inductive pozitive și negative care distorsionează informația de bază. De exemplu, în imaginea alăturată cei trei piloni au aceeași înălțime. Elementele de câmp fac însă ca pilonii să fie considerați de înălțimi diferite.

Iluziile optico-chinestezice sunt bine ilustrate de următoarea situație. Subiecților li se prezintă două valize de aceeași greutate, însă una are dimensiuni mai mici și cealaltă mai mari. Cei care au participat la experiment au spus că prima este mai grea și cealaltă mai ușoară.

Cea mai cunoscută iluzie a mișcării este cea trăită de foarte multă lume aflată într-un tren alături de altul. Acesta din urmă pleacă, iar pasagerul are impresia că a plecat trenul lui. Lipsa reperelor creează iluzia mișcării sau, în acest caz, a nemișcării. Iluziile își găsesc aplicații în scenografie și cinematografie.

Dați exemple de folosire a iluziilor optico-geometrice în artă.



APLICAȚII

1. Copiați cele două desene alăturate pe un carton cu dimensiunile de 2,5 cm pe 4 cm, unul pe o față, altul pe altă față. Fixați pe laturile mici ale cartonului câte o sârmă. Apoi rotiți cartonul din ce în ce mai repede.

Observați și explicați ce se întâmplă.

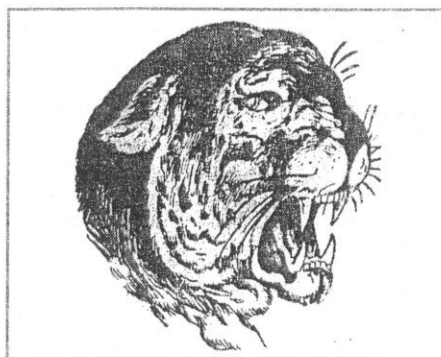
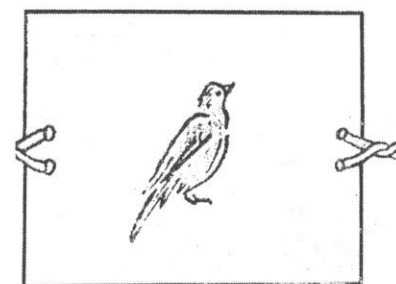
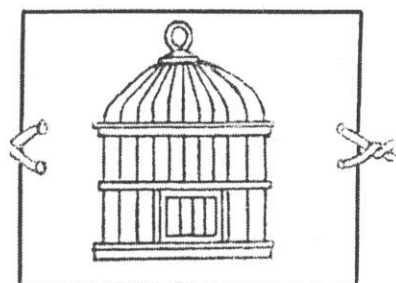
2. Percepeți mai întâi un pix contemplându-l, apoi acționați asupra lui.

Comparați cele două feluri de imagini perceptive pe care le obțineți.

3. Alegeți trei litere mari de tipar ale alfabetului și încercați să identificați punctele ce transmit cea mai mare cantitate de informații și care sunt primele explorate.

4. Priviți cu atenție figura alăturată și descoperiți chipul dresorului acestui tigru.

Descrieți apoi felul în care ați explorat perceptiv figura și care au fost reperele care v-au ghidat.





3. Reprezentări

Informațiile perceptive care servesc direct la organizarea conduitei omului nu dispar fără urmă. Ele mai persistă un interval scurt de timp (de la câteva sutimi la o secundă) și apoi intră într-o nouă procesare specifică procesului reprezentării.

3.1. Reprezentarea ca proces senzorial

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

Reprezentarea are ca surse informaționale fundamentale senzațiile și percepțiile. În desfășurarea ei, se constată o implicare latentă a analizatorilor. Astfel, propunându-se unor persoane să-și reprezinte anumite mișcări și aplicându-se senzori în diferite zone musculare, s-au înregistrat micromișcări la nivelul mușchilor implicați în sarcina dată.

Calitatea reprezentărilor este condiționată de cea a percepțiilor corespunzătoare și de frecvența contactului direct cu obiectele. Dar reprezentarea nu este o simplă sumă a percepțiilor. J. Piaget a adus două argumente hotărâtoare: a) avem cu mult mai multe percepții decât reprezentări; b) percepțiile apar mai devreme, în copilărie (la 2-3 luni) față de reprezentări (acestea apar după împlinirea primului an de viață). Procesul reprezentării este mult mai complex în comparație cu cel perceptiv.

În procesul de elaborare a imaginii reprezentării, un rol foarte mare îl are relația activă cu obiectele corespunzătoare acesteia, care sunt implicate într-o activitate importantă pentru om. Scopurile activității și însăși desfășurarea ei vor contribui la reliefaarea specială a unor însușiri și le vor da semnificații deosebite. Acestea vor intra obligatoriu în conținutul imaginii reprezentării.

Specific procesului reprezentării este și implicarea mecanismelor verbale. Acestea au următoarele roluri: 1) cuvântul evocă reprezentarea deja formată, așa cum este cerută de sarcini cognitive și practici; 2) dirijează construirea unei imagini noi mai bogate sau mai schematice, mai fidelă obiectului sau mai îndepărtată; 3) asigură înlanțuirea și organizarea unei serii întregi de imagini; 4) este instrument de transformare a imaginilor; 5) integrează produsele reprezentării în gândire și imaginație.

Procesul reprezentării se sprijină mult pe memorie, dar cele două procese nu se identifică. Memoria conservă informația percepută, și apoi o pune la dispoziția reprezentării. Rezultatele procesului constructiv al reprezentării sunt conservate de memorie. Dar memoria nu construiește ea însăși imagini. Calitatea ei cea mai importantă este fidelitatea și nu transformarea imaginilor și ideilor.

Reprezentarea ca proces este constructivă și reconstructivă pentru că poate face să apară în plan intern mintal, pornind de la diverse elemente semnalizate de percepție, o imagine unitară și apoi o poate modifica așa cum o cere desfășurarea activității mintale și practice. Apariția reprezentărilor și manifestarea lor la niveluri calitative din ce în ce mai înalte presupun strânse interacțiuni cu nivelul mintal general, cu inteligența și operativitatea gândirii și de aceea se atinge un grad avansat de generalitate, așa cum sunt schemele figurative ale unor dispozitive tehnice sau așa numitele concepte figurale din geometrie.

Gândiți-vă la silueta umană și faceți mai multe desene pornind de la unul detaliat către altele din ce în ce mai generalizate și schematizate. Comentați rezultatele.



Procesarea informațională realizată în procesul reprezentării implică atât analize și sinteze senzoriale ca acele ale percepției, cât și altele mai complexe, cum ar fi selecții, schematizări, accentuări, estompări, condensări, simplificări, eliminări, dar și generalizări și regrupări ce se apropie de gândire. Rezultând dintr-un proces complex de reconstrucție mintală, înseși imaginile dobândesc un caracter operant specific, în sensul că se pot integra cu ușurință în diverse desfășurări cognitive, jucând astfel un rol mult mai mare în activitatea mintală a omului. Zonele cerebrale, unde au loc toate aceste prelucrări au fost puse în evidență prin înregistrări EEG, tehnica potențialelor evocate, variația locală a debitului sanguin etc.



Priviți figura alăturată și apoi construiți o reprezentare exprimată într-un desen. Comentați diferențele dintre desenul ce exprimă reprezentarea și fotografia care este similară percepției.

Prin urmare, dacă reprezentările se aseamănă sub raportul conținutului cu percepțiile, din punctul de vedere a procesului de producere, ele se apropie de gândire. În procesul reprezentării, se împletesc analiza și sinteza senzorială care urmează coordonatele acțiunii directe cu obiectele, cu operațiile intelectuale și cu funcția reglatoare a cuvântului. Reprezentarea are astfel o dublă natură: una *intuitiv-figurativă* și alta *operațional-intelectivă* și, de aceea, face trecerea la procesele cognitive superioare.

3.2. Însușirile reprezentărilor

Au fost autori care au considerat reprezentarea doar ca o simplă urmă a percepției și au caracterizat-o ca fiind slabă, fragmentară, instabilă. Psihologia contemporană consideră reprezentarea ca pe o verigă importantă în procesul unitar și ascendent al cunoașterii umane și, de aceea, îi subliniază calitățile superioare față de percepție. Deși apare în absența obiectelor și are o intensitate mai slabă în comparație cu percepția, însușirile

importante sunt mai accentuate în reprezentare. De exemplu, reprezentarea unui arbore este mai ștearsă decât percepția lui, dar cuprinde în mod accentuat toate componentele semnificative: rădăcina, tulpina, coroana. Strâns legat de această particularitate este faptul că reprezentarea este o *imagine panoramică*, adică ea reconstituie în plan mintal și apoi redă integral și simultan toate informațiile despre obiect, în timp ce percepția cuprinde numai acele însușiri care pot fi percepute din poziția pe care o avem față de acel obiect (numai ceea ce se poate vedea). Reprezentarea unui motor cu ardere internă conține toate elementele structurale și toate corelațiile funcționale. Dacă același motor ar fi perceput, nimic din structura lui internă nu ar putea fi surprins. Dacă aceeași informație ar fi transmisă prin cuvinte, ar trebui să relatăm succesiv despre fiecare componentă și fiecare legătură. Fără *imaginea panoramică* dată de reprezentare, ar fi greu să înțelegem funcționarea acestuia.

Ca și percepțiile, reprezentările în cea mai mare parte sunt *figurative*, adică simbolizează însușiri concrete intuitive de formă, mărime, culoare. Numai că reprezentarea nu cuprinde detaliile, ci însușirile intuitive, caracteristice pentru un obiect sau pentru un grup de obiecte.

Atunci când percepem un obiect, recepționăm și ceea ce constituie câmpul perceptiv, adică tot ceea ce îl înconjoară într-un anumit moment și loc. În reprezentare, imaginea este desprinsă de contextul spațio-temporal în care obiectul a fost perceput. Această detașare de câmp poate fi totală și reprezentarea poate fi transpusă mintal în alte contexte fără ca acest lucru să perturbe cunoașterea. Aceste schimbări sunt însoțite de conștiința absenței obiectului și de reflectarea *trecutului ca trecut*.

De asemenea, dacă în percepție un obiect este reflectat cu toate nuanțele sale cro-

Faceți o siluetă umană care să redea ceea ce percepeți și o alta care să redea ceea ce vă puteți reprezenta.

Comentați rezultatele.

Priviți o carte. Apoi dați deoparte cartea și încercați să o desenați. Relevați însușirile caracteristice pe care le cuprinde desenul vostru.

matice, în reprezentare acestea se reduc la culorile fundamentale și acest fapt exprimă un nivel mai ridicat de generalizare intuitivă.

Dar dacă o activitatea desfășurată, cum este cea a pictorului, cere să fie evocate variantele cromatice, acest lucru poate fi realizat prin procesul reconstituitiv al reprezentării.

Reprezentările generale au o mai mare libertate față de schema structurală a obiectului individual, putând-o modifica în funcție de cerințele cunoașterii și practicii. De exemplu, reprezentarea unei clădiri, când ea este doar un reper rutier, poate fi foarte schematică, un simplu paralelipiped, dar dacă se cere să fie redată funcționalitatea ei, atunci apar însușiri structurale caracteristice.

De fapt, toate calitățile imaginii reprezentării pun în evidență **nivelul mai înalt de generalizare** pe care ea îl atinge. Este vorba despre o generalizare intuitivă (schematizare), dar superioară celei perceptive, pentru că este susținută de operativitatea gândirii și de semnificanții verbali implicați în desfășurarea acestui proces psihic. Reținând cu deosebire însușirile configurative caracteristice pentru o grupă de obiecte pe care le poate înlocui în plan mintal, reprezentarea este un *simbol generalizat*. Ea pregătește astfel, generalizarea conceptuală pe care o va realiza gândirea, dar nu se confundă cu aceasta.

3.3. Clasificarea reprezentărilor

Omul dispune de o mare varietate de reprezentări, pe care le-a clasificat după mai multe criterii, dar mai ales după: a) analizatorul dominant în producerea lor; b) gradul de generalizare; c) nivelul operativității mintale implicate în generarea lor.

După *analizatorul dominant*, există următoarele feluri de reprezentări:

- **Reprezentări vizuale** sunt cele mai numeroase în experiența fiecăruia și prezintă cele mai multe dintre caracteristicile analizate anterior. Prin urmare, ele sunt configurative, detașate de fond și proiectate pe un ecran mintal uniform, degajate de detalii cromatice.

De cele mai multe ori, reprezentările vizuale sunt bidimensionale. Cele tridimensionale (ale corpurilor) sunt mai greu de realizat și necesită o dotare mai specială și exercițiu îndelungat. Ele sunt cerute în foarte multe activități umane.

Care credeți că sunt disciplinele școlare care cer mai multe reprezentări vizuale?

Care sunt profesiile care cer capacități foarte bune de reprezentare vizuală?

- **Reprezentările auditive** reproduc atât zgomote, cât și sunete muzicale și verbale și structuri melodice și verbale. O melodie este reprezentată nu în detaliu, ci sub aspectul ritmului, al variației de intonație, al vârfurilor de înălțime. Reprezentările verbale redau ritmuri, intensități, particularități fonetice. În general, reprezentările auditive tind să reducă succesivitatea specifică perceperii sunetelor la simultaneitate. Reprezentările verbale sunt deosebit de utile în procesul însușirii limbilor străine. Modelul pronunției, al accentuării păstrate în reprezentare reglează vorbirea în curs de desfășurare. Cele melodice au un rol asemănător în munca dirijorilor și compozitorilor.

Reprezentați un mic discurs verbal în limba maghiară și în limba italiană și comparați-le după ritm, variația intonației, vârfurile de înălțime sau accent.

- **Reprezentările chinestezice** sunt imagini mintale ale propriilor mișcări. În timpul desfășurării lor, se produc micro-mișcări în grupurile de mușchi corespunzătoare. Acestea sunt actele ideomotorii care pregătesc desfășurarea viitoarei mișcări. Pe baza lor se poate face chiar un antrenament în reprezentare, înaintea celui efectiv. S-au constatat rezultate pozitive la cei ce au folosit și un antrenament ideomotor.

După *gradul de generalitate* s-au stabilit următoarele categorii de reprezentări:

- **Reprezentările individuale** sunt cele ale obiectelor, ființelor, fenomenelor reale și care au o anumită semnificație pentru persoană. Astfel, fiecare păstrează în minte reprezentarea casei părintești, a școlii, a părinților și profesorilor, prietenilor și rudelor etc. Reprezentările de acest fel cuprind multe

detalii, iar însușirile caracteristice nu se detașează ușor și evident, deși și ele au un oarecare grad de generalizare.



Reprezentați-vă casa în care locuiți și scrieți tot ceea ce apare în imaginea mintală a acesteia; reprezentați-vă și o casă în general și scrieți ce anume vă apare în minte.

Comparați apoi, numărul și calitățile însușirilor notate.

• **Reprezentările generale** cuprind în structura lor însușirile comune și caracteristice pentru o întreagă clasă de obiecte și, de aceea, orice nou exemplar cu care ne-am întâlnit este recunoscut ca aparținând aceluiași grup. Cele mai generale reprezentări sunt cele geometrice, care au fost chiar numite concepte figurale. Aceste categorii de reprezentări au cea mai mare importanță pentru formarea conceptelor.

După *nivelul operativității*, reprezentările sunt reproductive și anticipative. Savantul elvețian Jean Piaget și colaboratorii săi le-au cercetat în legătură cu parcurgerea stadiilor de dezvoltare a inteligenței.

*Imaginile reproductiv*e evocă obiecte sau fenomene percepute anterior. Ele însă pot fi: mai simple, așa cum sunt cele care au fost numite statice (reflectă obiectele în nemișcare); mai complexe, presupunând o anumită dezvoltare a gândirii, sunt: cinetice (de exemplu, reflectă rostogolirea unei bile) și de transformare (de exemplu, reflectă fazele prin care se trece de la un arc de cerc la linia dreaptă). Acestea mai complexe apar după 7-8 ani.

Imaginile anticipative se referă la mișcări sau transformări care nu au fost niciodată percepute. Ele sunt rezultatul procesului constructiv al reprezentării, la care participă obligatoriu operațiile gândirii și procedeele imaginației. Ele apar tot după 7-8 ani. Sunt foarte importante în însușirea unor cunoștințe complexe. Apariția lor poate fi ajutată de



Dați exemple de 2-3 teme de învățare în care sunt cerute imaginile anticipative de mișcare și transformare.

folosirea unor modele, cum ar fi cel al transmiterii influxului nervos reprezentat printr-un spot luminos sau modelul mișcării plăcilor tectonice etc.

3.4. Rolul reprezentărilor în activitatea mintală

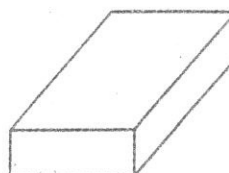
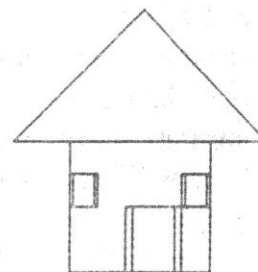
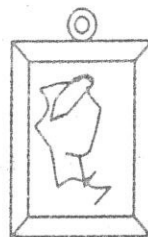
Cele mai importante roluri ale reprezentărilor în activitatea mintală și practică sunt:

1. Reprezentările readuc în minte imaginile obiectelor și fenomenelor care nu mai sunt percepute, permițând gândirii să prelucraze în mod complex o multitudine de date ale experienței anterioare. Ele sunt deci, simboluri figurative ale obiectelor și fenomenelor absente.

2. Datorită însușirilor lor de a fi configurative și panoramice, reprezentările sunt un sprijin necesar în construirea sensului cuvintelor noi. De aceea dicționarele enciclopedice definesc cuvintele, dar adesea adaugă și imagini care aduc informații ce nu pot fi redade prin cuvinte.

3. Cuprinzând în structura lor însușiri comune și caracteristice, reprezentările pregătesc și ușurează generalizările din gândire. De exemplu, formarea noțiunii de dreptunghi la școlarii mici pornește, de obicei, de la identificarea în mediul înconjurător a suprafețelor cu astfel de forme și numai după ce percepțiile repetate și dirijate verbal au dus la formarea reprezentării, se poate trece la însușirea noțiunii. Generalizările din reprezentare nu sunt încă însușiri esențiale (așa cum sunt cele care intră în structura noțiunii), dar reprezintă un pas important pentru trecerea la noțiuni.

Așezați în ordinea creșterii generalizării și eliminării detaliilor următoarele figuri:



4. În multe activități ale gândirii, reprezentările constituie un punct de plecare și suport intuitiv pentru desfășurarea șirului de raționamente în vederea rezolvării unor probleme. Astfel, se știe că pentru multe probleme de geometrie, construirea figurii cerute înseamnă aproape jumătate din rezolvarea ei. Gândirea tehnică este menținută și favorizată de capacitatea de a avea reprezentări dinamice și este ținută pe loc de imagini statice.

5. De multe ori, prin activitatea gândirii se ajunge la unele generalizări, iar verificarea logică a acestora poate fi anticipată prin aplicarea la situații reprezentate.

6. Reprezentările pot fi componente importante ale procesului de imaginație, atât în forma ei reproductivă, cât și creatoare. Actele imaginative constau în combinarea și recombinația imaginilor din experiența anterioară. De aceea, nivelul de dezvoltare a reprezentărilor, bogăția și varietatea lor sunt o condiție fundamentală pentru imaginație și pentru activitatea mintală în general.

7. Ca și alte procese psihice, reprezentarea contribuie la reglarea mișcărilor și acțiunilor omului. De exemplu, un conducător auto care și-a format reprezentarea unui traseu va manevra cu siguranță mașina, anticipând direcțiile acelei rute.

APLICAȚII

1. Comparați procesul percepției cu cel al reprezentării.
2. Confrunțați imaginea perceptivă cu cea a reprezentării.
3. Arătați în ce fel și în cazul căror reprezentări mai generale se păstrează configurativitatea.
4. Precizați ce avantaje reprezintă pentru cunoaștere caracterul panoramic al reprezentării.
5. Profesorul va desena pe tablă, în trei exemplare, unele sub altele următorul desen:



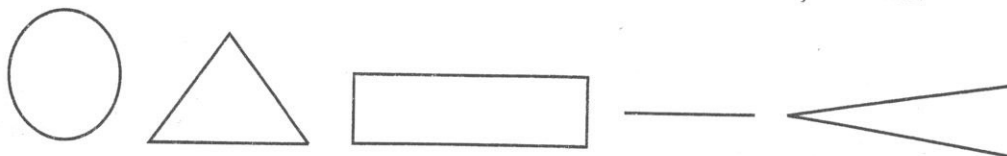
Va cere elevilor să-l reproducă la fel pe caietele lor. Va propune apoi adăugarea de noi elemente pentru a satisface următoarele cerințe formulate verbal. Le va comunica pe rând fiecare cerință elevilor și va aștepta până când toți vor îndeplini sarcina și vor trece la următoarea:

- a) adăugați noi elemente ca să se obțină o secțiune într-un tunel de cale ferată;
- b) porniți de la ce este dat și desenați o pălărie;
- c) adăugați noi elemente ca să se obțină o față umană;
- d) modificați elementele date, astfel încât să obțineți desenul un arbore.

Pe baza a două, trei răspunsuri ale elevilor, se analizează relația dintre informația perceptivă oferită de desenul inițial și implicarea comenzilor verbale în transformarea acestuia. Se pot releva și aspecte personale, particulare în rezolvarea sarcinilor.

6. Interpretați următorul experiment. Studenților din două grupuri li s-a cerut să perceapă și apoi să deseneze un compas mai complex cu dispozitive reglabile. Prima grupă l-a primit asamblat și doar l-a perceput. A doua grupă l-a primit dezamblat și i s-a cerut să-l reconstituie. Apoi, compasul a fost dat la o parte și tuturor li s-a cerut să-l deseneze. Performanțele au fost remarcabile la grupa a II-a. De ce?

7. Pornind de la imaginile de mai jos, faceți cât mai multe combinații cu sens.



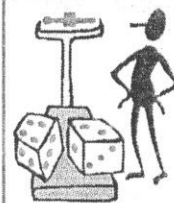
4. Gândirea

Cunoașterea lumii este un proces complex și laborios, pe care omul îl realizează folosindu-se de o serie de instrumente psihice cum sunt: senzațiile, percepțiile, reprezentările, gândirea, memoria sau imaginația.

4.1. Gândirea ca proces cognitiv superior

În procesele senzoriale de cunoaștere, luăm act de aspectele concrete, intuitive, accesibile simțurilor. Sunt însușiri ce privesc forma, mărimea, culoarea, gustul, mirosul, volumul, distanțele ș.a.m.d. Aceste însușiri sunt constatate și prelucrate „pe loc” în timp real, aici și acum, și ne oferă o imagine asupra modului cum apar obiectele, fenomenele din jurul nostru. Sunt *însușiri aparente*, de suprafață. Să luăm, de exemplu, un măr: el poate fi mai mare, mai mic, roșu, verde, galben, apoi poate avea un miez mai dulce sau acrișor, zemos sau făinos; toate acestea sunt însușiri obiective, dar aparente. În schimb, ceea ce este constant, comun, general valabil pentru oricare măr este sâmburele, el este „esență”. Pentru a ajunge la *esență* trebuie să dăm la o parte ceea ce este aparent, conjunctural, contextual. Așadar, *însușirile esențiale sunt „ascunse”, invizibile, impalpabile, nu sunt accesibile direct simțurilor noastre*. Spre exemplu, nu pot să percep fotosinteza oricât m-aș uita la plante, pentru că este o trăsătură esențială, comună tuturor plantelor și am acces la aceste însușiri esențiale prin cunoaștere abstractă, adică prin însușirea unor cunoștințe în procesul de învățare, modelare socio-culturală.

Dacă un zar are 6 fețe,
cât cântăresc două
zaruri?!



Gândirea înglobează datele cunoașterii perceptive, imaginile din reprezentare, le valorifică, dar în desfășurarea ei se poate dispensa de raporturile perceptive directe. Sugestiv este modul în care descriem comportamentul cognitiv. În mod obișnuit, reușim să ne dăm seama dacă un om este vesel, trist, dacă este atent, dacă-i este frig sau cald, dacă este dezgustat sau încântat. În schimb, ne este destul de dificil să spunem dacă cineva se gândește și mai ales la ce se gândește. Se întâmplă adesea să fim intrigați de o anumită postură, atitudine a celor din jurul nostru și să-i întrebăm „ce faci?” pentru a ni se răspunde „mă gândeam la ...”, denumind astfel obiectul reflexiei; „mă gândesc să ...”, denumind o intenție, o acțiune ce urmează s-o întreprindă; sau „gândesc că ...”, avansând o ipoteză, o evaluare.

Gândirea este procesul psihic care se desfășoară într-un plan mintal, intern, subiectiv, uzând de judecăți, raționamente, operații cognitive, cu ajutorul cărora realizează o procesare profundă a realității.

• Caracterul procesual al gândirii

Demersurile gândirii se desfășoară – conform psihologiei cognitive – cu grade mari de libertate pe verticala cunoașterii și pe axa timpului. Pe verticala cunoașterii, gândirea evoluează în sens ascendent și în sens descendent. Acest demers vizează modul și nivelul de procesare a informației.

Procesarea	
ascendentă	descendentă
• este dirijată de datele observației, de experiențele individului, inclusiv cele perceptive, de imaginile mintale acumulate în timp; • este un demers de tip inductiv, de la particular la general, de la fapte și date concrete spre generalizări tot mai cuprinzătoare; • este modul natural de evoluție a gândirii umane; • este o cunoaștere bazată pe informațiile obținute prin procesele senzorial-perceptive și prin reprezentări.	• este dirijată de legi, reguli, norme, principii; • este un demers de tip deductiv: din anumite legi se deduc atribute ale unor fenomene, categorii de obiecte; • este o evoluție a gândirii, realizată prin învățare, instrucție școlară, educație; • are un caracter imperativ, se impune gândirii noastre și derivă din nivelul cunoașterii umane la un moment dat.



1. Arătați cum, pornind de la o varietate de fenomene naturale, se ajunge pe cale ascendentă de la cele patru anotimpuri la conceptul general de anotimp.

2. Arătați cum, pornind de la conceptul integrator de „proces psihic”, ajungem la ordonarea proceselor psihice în funcție de caracteristicile lor comune.

Cele două demersuri ale gândirii pe verticala cunoașterii sunt complementare și stau la baza constituirii și achiziționării conceptelor, a noțiunilor.

Procesualitatea, caracterul discursiv al gândirii rezultă și din *desfășurarea ei temporală*, ceea ce sugerează gradele mari de libertate de care se bucură acest proces. *Pe axa timpului gândirea se desfășoară între trecut, prezent și viitor*. Dacă percepția se desfășoară în prezent, aici și acum, gândirea investighează trecutul, experiența și cunoștințele stocate de memorie sau reprezentări, le prelucrează și le combină în raport cu cerințele prezentului și explorează viitorul pentru a emite predicții și previziuni (Paul Popescu-Neveanu). Rezultă că cea mai mare parte din conținuturile, datele cu care operează gândirea sunt extrase din memorie.

Din acest motiv, psihologii cognitiști definesc gândirea ca o organizare și manipulare a reprezentărilor interne sau a informațiilor și cunoștințelor stocate în memorie, în vederea înțelegerii unei situații și a creării unor noi informații.

• Caracterul mijlocit al gândirii

După cum rezultă din analiza modului în care gândirea prelucrează informațiile din realitate, procesarea este mijlocită, mediată și nu directă. În procesarea directă, dirijată de date empirice, *gândirea este mijlocită prin experiența perceptivă, prin imaginile din reprezentare, iar toate aceste date sunt stocate în memorie și vehiculate cu ajutorul limbajului*. De obicei, în procesarea ascen-

dentă, limbajul natural, cotidian este mijlocul cel mai des folosit. Experiențele, imaginile sunt vehiculate în termenii limbajului cotidian.

În schimb, în procesarea descendentă, indirectă, dirijată de reguli, norme, legi, caracterul mijlocit al gândirii este asigurat prin cunoștințele acumulate la un moment dat, prin informațiile acumulate în lucrările științifice. Limbajul este instrumentul fundamental care permite vehicularea, coordonarea acestor informații. Este un limbaj riguros al definițiilor, al legilor, sunt formulări precise, clare, care nu lasă loc de dubii. Se folosesc intens limbajele de specialitate, proprii variatelor domenii ale cunoașterii: al matematicii, al științelor naturii, al științelor socio-umane, al informaticii ș.a.m.d.

• Caracterul abstract-formal al gândirii

Dacă luăm drept exemplu fraza: „Să facem abstracție de ceea ce se întâmplă în jurul nostru și să ne concentrăm asupra problemei”, rezultă faptul că gândirea se desfășoară într-un plan mintal, intern, subiectiv. Ea „lasă de o parte”, „face abstracție” de restul și se focalizează asupra unui proces mintal. Dar aceasta este doar o fațetă a caracterului abstract al gândirii. Cealaltă fațetă rezultă din faptul că *gândirea extrage și utilizează însușiri esențiale tot mai „sărace” în conținut, dar cu un grad tot mai ridicat de generalizare*. Selectivitatea constituie o trăsătură fundamentală a proceselor de cunoaștere.

În gândire, selectivitatea operează în baza operației de abstractizare, ceea ce permite surprinderea unor însușiri esențiale, necesare, a unor invarianți cognitivi. Aceste trăsături pot fi generalizate la o întreagă categorie de obiecte, fenomene, situații sau evenimente.

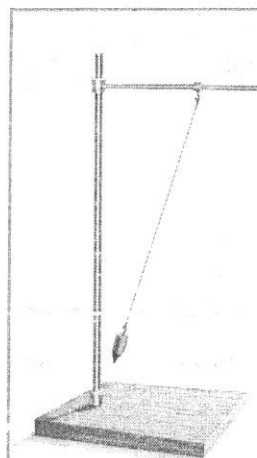
Caracterul abstract este legat de cel formal. Savantul elvețian J. Piaget denumeste ultima etapă de dezvoltare a inteligenței ca stadiu al

intelenței formale. Limbajul cotidian ne ajută foarte bine să înțelegem acest termen. Astfel, când spunem despre cineva că se poartă formal, că este formal sau că se formalizează, atunci înseamnă că acea persoană se ghidează după reguli, norme stricte, că nu-și îngăduie să se abată de la ele și pretinde acest lucru și celor din jurul său. Într-adevăr, *gândirea se ghidează după reguli și norme ale logicii, este o gândire propozițională, care utilizează „propoziții”, adică judecăți ipotetico-deductive, avansează ipoteze pe care încearcă să le verifice*. Este o gândire probabilistă, care ia decizii în baza evaluării alternativelor echiprobabile. O altă accepțiune a termenului de formal ține de aparență, de acea particularitate a gândirii de a se desfășura într-un plan mintal, ascuns, invizibil și inaccesibil. Formal (după reguli), sunt în clasă și „privesc atent” profesorul care explică. În realitate, „gândul zboară”, mă gândesc la altceva sau – prin asociație – la ceva sugerat de explicațiile profesorului.

Toate aceste trăsături sugerează profunzimea procesării cognitive, gradul ridicat de autonomie mintală, de libertate a gândirii în plan temporal, nivelul maximal de selectivitate în raport cu însușirile lumii și vieții. Este un demers abstract, formal, multiplu mijlocit.

• Caracterul finalist al gândirii

Dar care este scopul, finalitatea gândirii ca proces de cunoaștere? Este oare suficient să spunem că gândirea are drept finalitate cunoașterea lumii? Ar fi un răspuns mult prea general. Afirmând că scopul gândirii este surprinderea însușirilor esențiale sună cam abstract. Până la urmă: *de ce gândim? În mod sigur pentru că trebuie să găsim soluții la problemele cu care ne confruntăm*. Cu alte cuvinte, demersurile noastre au finalitate, un scop bine definit: elaborarea unui model mintal, a unor explicații și a unor răspunsuri cu privire la implicațiile, consecințele situațiilor problematice.



Ce face un pendul să se miște mai repede sau mai încet?

- greutatea;
- lungimea sforii de care este agățat;
- rapiditatea balansării.

Pornind de la cele de mai sus, oferim o definiție completă a gândirii.

Gândirea este procesul cognitiv superior, de procesare a însușirilor esențiale, necesare și legice, cu ajutorul unor operații abstract-formale, în vederea înțelegerii, explicării și predicției unor relații cauzale din realitate și a elaborării unor concepte, noțiuni, teorii, sisteme cognitive, ca modele mintale ale realității.

4.2. Gândirea ca sistem de operații

Gândirea este procesul psihic care dispune de cel mai vast sistem de operații. Superioritatea și poziția unui proces psihic în ansamblul vieții psihice a omului este dată de sistemele operatorii de care dispune.

Psihologia studiază operațiile gândirii ca instrumente psihice dobândite și perfecționate prin dezvoltare intelectuală, prin învățare și exercițiu. Operațiile gândirii acționează în cupluri operatorii ce se completează reciproc: analiza și sinteza, abstractizarea și generalizarea, inducția și deducția.

• *Analiza și sinteza rațională* își au originile și sunt precedate de analiza și sinteza perceptivă, care se desfășoară într-un plan concret-intuitiv, asupra unor obiecte și situații concrete. În schimb, analiza și sinteza de tip logic, rațional se desfășoară într-un plan mintal, după un model, și sunt mediate prin cuvânt și alte sisteme de semne și simboluri. Prin analiza însușirilor esențiale ale unui obiect sau ale unei clase de obiecte,

acestea sunt separate, ordonate – în minte – după anumite criterii, după un anumit model și sunt sintetizate, refăcute la fel sau în mod diferit, în funcție de cerințele activității intelectuale. Orice analiză este precedată de un demers anticipativ, de un anumit proiect, schemă de lucru, deci nu se desfășoară la voia întâmplării. În sensul invers, al sintezei, se menține același proiect sau se elaborează unul nou, ca urmare a rezultatelor analizei. Sinteza se definește ca fiind recompunerea mintală a obiectului din însușirile lui inițiale.

Finalitatea operațiilor de analiză și sinteză este elaborarea unui model mintal al obiectului supus analizei; este un model informațional, o replică internă proprie subiectului cunoscător.

Comparația presupune raportarea la unul sau mai multe criterii. Și această operație își are originea în comparația după criterii perceptive de culoare, formă, mărime, contrast etc. *Comparația implică evidențierea asemănarilor și deosebirilor esențiale* dintre minimum două obiecte, persoane, evenimente, situații, fenomene după minimum un criteriu comun. Comparația poate interveni și între minimum două ipostaze ale aceluiași obiect, persoană etc., după minimum un criteriu comun. Dacă în plan perceptiv, comparația se impune deseori de la sine prin pregnanța unor însușiri sau a unor contraste, *în plan rațional comparația se desfășoară după un plan* și are o anumită finalitate. Finalitatea nu este doar constatativă, cel mai adesea este subordonată necesității evidențierii unor raporturi de superioritate-inferioritate, unor poziții ierarhice într-un sistem de referință. Comparația se folosește de argumentația de tipul „dacă ...

atunci...” menită să pună în evidență o anumită calitate, o anumită poziție ș.a.m.d.



Comparați pictura cu fotografia, ca forme de arte vizuale.

Operațiile de analiză, sinteză și comparație constituie instrumente mintale importante mai ales în procesarea ascendentă, dirijată de date. Acest lucru se datorează

tipului de informații vehiculate. Sunt cunoștințe, însușiri, experiențe, cu un grad mai redus de generalitate, care se pretează cel mai bine unor operații analitico-sintetice și de comparație.

• **Abstractizarea și generalizarea** constituie operațiile cele mai complexe ale gândirii și au un caracter formal, se desfășoară exclusiv în plan mintal, sunt tipice pentru procesarea de tip ascendent. În plan ontogenetic, sunt precedate și anticipate de schematizarea și generalizarea concret-intuitivă de la nivelul reprezentării. În reprezentare sunt selectate, conservate și redată însușiri din ce în ce mai puține, mai schematice, dar comune pentru o grupare tot mai largă de obiecte-fenomene. *În gândire selectivitatea este maximală prin abstractizare, iar generalizarea se referă la clase, categorii foarte largi de obiecte-fenomene.*

Abstractizarea este operația de extragere a unor *însușiri esențiale*, a unor *invarianți cognitivi*, însușiri comune pentru o întreagă clasă, categorie. Operația de abstractizare exprimă simultan două sensuri: pe de o parte se extrage ceva esențial, iar pe de altă parte se renunță la tot ceea ce este nerelevant, accidental, contextual sau conjunctural. Abstractizarea avansează în profunzime așa cum căutătorul de diamante sapă și dă la o parte pământul până ajunge la diamant (esență). Mai mult decât atât, limbajul (omul care gândește) șlefuieste diamantul brut și ajunge la formele pure ale esenței.

Generalizarea este operația prin care însușirile extrase cu ajutorul abstractizării sunt extinse la o întreagă clasă de obiecte-fenomene. Abstractizarea și generalizarea operează simultan astfel încât, pe măsură ce sunt relevate însușirile esențiale, acestea sunt extinse la categorii din ce în ce mai largi. Abstractizarea și generalizarea prezintă grade variate de profunzime și expansiune în funcție de evoluția cunoașterii umane. Rezultatele abstractizării și generalizării sunt cuprinse în

legi care pun în evidență relații cauzale cu o sferă cât mai largă de cuprindere. Astfel, se ajunge la teorii și modele explicative asupra unor aspecte ale realității. O teorie bună conține un număr redus de afirmații și acoperă un număr mare de situații. Spre exemplu, legea gravitației universale este foarte concisă și se



E. Thorndike, 1874-1949

referă la toate obiectele atrase de pământ. Sau, în psihologie, *legea efectului*, descoperită de savantul american Thorndike (vezi figura alăturată), spune că o acțiune urmată de succes tinde să se consolideze, iar dacă este urmată de eșec tinde să fie abandonată.

• **Inducția și deducția** sunt operațiile care descriu cel mai bine evoluția gândirii pe verticala cunoașterii. J. Piaget arată că **inducția** organizează datele observației sau experienței și le clasează sub formă de concepte. Inducția este suportul logic al procesării ascendente, care pornește de la baza de date, experiențe concret-intuitive și imagini mintale. Inducția are un caracter profund intuitiv, se extrag relații simple ce grupează o clasă de obiecte după criterii observabile empiric.

Raționamentul inductiv surprinde regularitatea și facilitează extragerea și formularea unei concluzii generale dintr-o multitudine de cazuri particulare. Limita acestui tip de raționament constă în faptul că nu sunt utilizate cât mai multe cazuri specifice și cât mai variate. Astfel, concluzia rămâne valabilă până când vom întâlni o excepție, deoarece în raționamentul inductiv intervine hazardul, el are un caracter probabilist.

Deducția descrie demersul descendent al gândirii pe verticala cunoașterii. *Raționamentul deductiv pornește de la general, prin inferențe și implicații și ajunge la cazuri particulare.* Deducția debutează prin ipoteze sau premise demonstrate ca fiind adevărate și apoi derivă implicațiile acestor

ipoteze. Dacă premisele sunt adecvate, atunci concluziile trebuie să fie adevărate.

Expresia logică a raționamentului deductiv este **silogismul** în care, pornind de la două premise, se extrage o concluzie. Concluziile extrase dintr-un set de reguli pot fi juste numai dacă premisele sunt valide și precis formulate. În manualele de logică, sunt analizate și exemplificate erorile de raționament. Din punct de vedere psihologic, inducția și deducția constituie demersurile operaționale care stau la baza formării conceptelor empirice și științifice.

4.3. Gândirea ca sistem de noțiuni

Dacă gândirea extrage și prelucrează invarianti cognitivi cu ajutorul unui sistem complex de operații, acești invarianti sunt sistematizați în cadrul unor clase, categorii de obiecte, fenomene, a unor concepte, noțiuni vehiculate cu ajutorul judecăților și raționamentelor.

• Categorizare și prototipuri

Demersul cel mai simplu pe care gândirea umană îl poate face în fața unei avalanșe de informații este acela de a le ordona, clasifica sau categoriza, respectiv de a le grupa pe categorii după anumite criterii. Tendința este să mărim numărul de trăsături similare, asemănătoare în interiorul unei categorii și să micșorăm numărul acestor trăsături între categorii diferite. Calitatea cea mai importantă a acestor categorii este că ele conțin maximum de informație într-un minimum de format. Cercetătoarea E.

Rosch a demonstrat cum categoriile de bază sunt reprezentate printr-un singur cuvânt în limbajul natural și aceste cuvinte au cea mai mare frecvență în limbajul vorbit, ele fiind numite prototipuri.

Întreprindeți următorul experiment: rugați colegii dintr-o clasă inferioară să noteze pe o foaie de hârtie toate cuvintele care denumesc fructe și care le vin în minte în acel moment. Analizați răspunsurile primite și stabiliți frecvențele de apariție a unor denumiri de fructe.

Ce ați constatat?



Prototipul întrunește într-un mod empiric, în baza experienței proprii și în baza experienței unei anumite culturi și civilizații, la un anumit moment dat, *trăsăturile comune cele mai evidente ale unei categorii*. De exemplu, la întrebarea „ce evocă cuvântul arbore?” imediat după cel de al II-lea război mondial, răspunsul cel mai frecvent era un arbore distrus; 20 de ani mai târziu arborii verzi, pentru ca în prezent cel mai frecvent răspuns să fie arborii uscați (de ploile acide). Așa cum ați verificat prototipul categoriei



Stabiliți pe baza unei microcercetări cele mai frecvente cuvinte-prototip (în ordinea descrescătoare a frecvenței) pentru categoriile „legume” și „obiecte de îmbrăcăminte”.

„fructe”, puteți verifica și alte prototipuri pentru următoarele categorii:

„pasăre” → „vrabie”,
„vehicul” → „mașină” (autoturism);
„mobilă” → „scaun”.

• Concepte empirice, concepte științifice

Categorizarea și prototipurile fac parte din activitatea de conceptualizare a gândirii. Prin conceptualizare, gândirea elaborează modele mintale ale realității. Sunt modele informaționale care condensează, conservă, sistematizează trăsăturile comune, general valabile pentru o întreagă categorie de obiecte-fenomene.

Conceptele empirice, după cum arată M. Zlate, integrează *trăsături concrete, particulare*, însușiri locale restrictive, dependențe accidentale și neesențiale. Ele se constituie în copilărie și pe parcursul școlarității prin acumularea și sistematizarea unei experiențe concret intuitive, într-o manieră ascendentă, de jos în sus, de la aspecte particulare, de la obiecte și situații concrete, care se organizează în reprezentări cu un grad din ce în ce mai mare de generalizare, dar cu un grad scăzut de esențializare. De aceea, conceptele empirice sau semiconceptele *sunt instabile, se restructurează în timp, sunt supuse hazardului, sunt probabiliste*. Deși ele reflectă prin categorii și prototipuri un mod

relativ comun de reprezentare a unor cunoștințe la un anumit moment dat într-o populație, totuși poartă pecetea subiectului cunoscător și dezvoltă un anumit atașament afectiv. Ținem la conceptele noastre empirice pentru că sunt dovada vie a resurselor noastre personale de înțelegere a lumii. Ele tind să se transforme în convingeri pseudoștiințifice pe care le apărăm și le promovăm. În mod obișnuit, conceptele empirice uzează de limbajul cotidian și de aceea sunt mai puțin riguroase, iar în comunicarea lor sunt personalizate prin expresii și exemplificări proprii limbajului natural.

Conceptele științifice se achiziționează în mod obișnuit prin învățare, educație, asimilare de cunoștințe științifice sistematizate în cunoașterea umană la un moment dat. Prin demersul descendent, se pornește de la legi, norme, reguli, principii, definiții care au un caracter imperativ. Conceptele sau *noțiunile științifice integrează și condensează însușiri esențiale valabile universal pentru o categorie de fenomene*. Noțiunile științifice înglobează trăsături esențiale, dar nu sunt reductibile la o anumită însușire. De exemplu, atunci când ne îndulcim ceaiul cu o linguriță de zahăr, nu ne gândim și nu „vedem” în fața ochilor sfecla de zahăr. În urma unor procese repetate de rafinare, condensare și cristalizare, zahărul este esența sfeclei fără a fi sfecla însăși. Sfecla este doar o sursă pentru că zahărul se poate obține dintr-o varietate de plante.

Conceptele se organizează în structuri piramidale, care au la bază însușiri conjuncturale, uneori chiar false, care se îmbogățesc prin alte însușiri supraordonate, pentru ca în vârful piramidei să troneze conceptul științific. Observăm că în construcția conceptelor științifice se îmbină cele două demersuri ale cunoașterii, conceptele empirice constituie o bază, un suport pentru cele științifice, care, la rândul

lor, introduc o ordine riguroasă în structura piramidei.

Conceptele științifice uzează de limbaje specializate proprii diferitelor domenii ale cunoașterii, cum ar fi limbajul matematicii, informaticii, gramaticii, fizicii, chimiei, psihologiei ș.a.m.d. Este un limbaj riguros, structurat în definiții, legi, principii, trăsături definitorii și nu admite abateri.

Spre deosebire de conceptele empirice, cele științifice nu sunt personalizate, nu exercită un atașament afectiv, pentru că sunt neutre, aparțin cunoașterii universale, nu pot fi contrazise, puse la îndoială. Ele exercită un efect de autoritate și trebuie să fie acceptate așa cum sunt date.

4.4. Gândirea ca proces de înțelegere și rezolvare de probleme

Înțelegerea și rezolvarea de probleme sunt două procese inseparabile ale gândirii; ele nu pot fi desprinse una de alta și nici nu se desfășoară una în afara celeilalte. Iar din punctul de vedere al ordinii, al succesiunii, este greu de stabilit o ierarhie. Practic, înțelegerea este indispensabilă demarării unui proces rezolutiv, iar procesul rezolutiv se încheie printr-o nouă înțelegere.

Înțelegem rezolvând situațiile problematice cu care ne confruntăm și rezolvăm aceste situații pornind de la un anumit nivel de înțelegere.

Înțelegerea exprimă cel mai bine dimensiunea procesuală a gândirii, care descrie modul cum sunt prelucrate, procesate informațiile. În *procesarea ascendentă*, înțelegerea este rezultatul unui demers mai îndelungat (uneori de ani de zile) de acumulare de informații care sunt reunite în grupări succesive. În acest caz, *înțelegerea este o înmănunchere, o integrare de însușiri într-o reprezentare generală, un concept empiric. În procesarea descendentă, înțelegerea este*

rezultatul impunerii unor modele explicative ale realității prin învățare, instruire, educație. De astă dată, înțelegerea se manifestă prin expansiune, ca și cum ar lua în posesie o serie de date, situații, fenomene care i se subordonează. Dacă în procesarea ascendentă înțelegerea este o consecință, în cea descendentă este o premisă. Rezultă că a gândi este în mod definitoriu sinonim cu a înțelege. Conceptele, noțiunile au o existență psihologică, adică funcționează în mintea noastră în măsura în care știm ce înseamnă, în măsura în care înțelegem conținuturile lor, adică suntem în posesia semnificației lor. Înțelegerea ne conduce la o explicație, iar explicația ne permite elaborarea unui model funcțional al realității reflectate.

Mecanismul înțelegerii are la bază în primul rând un **cuplaj informațional**. În raporturile noastre cognitive cu lumea, venim cu un set întreg de cunoștințe anterioare, concepte, modele explicative și așteptări, anticipări. Suntem așadar „agenți” activi ai cunoașterii. În cea mai mare parte a existenței noastre cotidiene ne confruntăm cu situații obișnuite, comune, habituale, care ne solicită deprinderile, obișnuințele, rutinele. Situațiile care se cer a fi înțelese sunt – în mod obișnuit – situații problematice, adică acele situații față de care repertoriul nostru de răspunsuri nu este suficient pentru a le depăși. Avem de învățat la diverse materii la școală, de rezolvat probleme de matematică, fizică, chimie, de elaborat eseuri la literatură sau filosofie, trebuie să înțelegem o multitudine de situații de viață, să răspundem la probleme majore pe care ni le pune viața sau la întrebări pe care ni le punem noi înșine. Toate aceste situații-problemă se comportă și ele ca „agenți” activi, pentru că trezesc în noi o anumită stare de tensiune, o încordare, curiozitate, nerăbdare sau

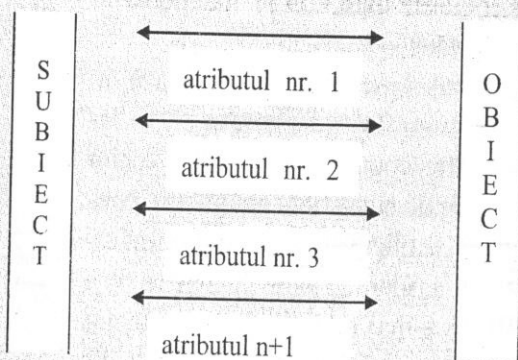


Tensiunea meditației exprimată de sculptura Gânditorul, de Auguste Rodin

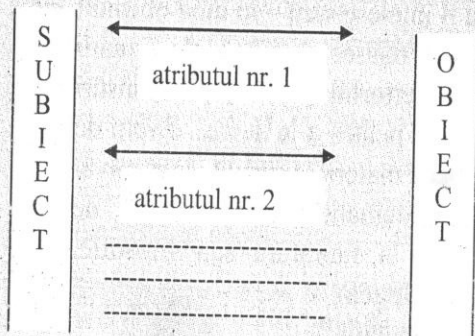
iritare, nervozitate. Pentru ca o situație să devină problematică, ea trebuie să vină în întâmpinarea unor necesități, cerințe ale subiectului. Cuplajul informațional se realizează ca un proces de tranzacție, de negociere între subiect și obiect. Fiecare parte a acestui proces se comportă activ și, în funcție de cantitatea de informație pe care o aduc, putem vorbi de următoarele tipuri de cuplaj informațional-înțelegere (vezi schema de mai jos).

Relația dintre completitudinea cuplajului informațional și nivelul înțelegerii

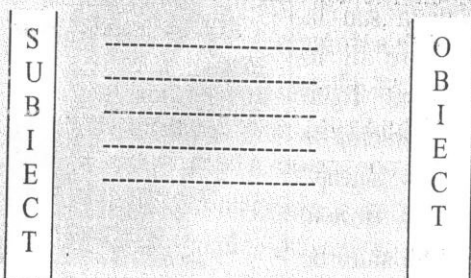
A. Cuplaj informațional complet – înțelegere deplină



B. Cuplaj informațional incomplet – înțelegere parțială



C. Cuplaj informațional absent – neînțelegere



În al doilea rând, la baza mecanismului înțelegerii se află **sistemele asociative**. Acestea pun în relație cunoștințele, experiențele stocate în memorie cu situațiile prezente și avansează explicații. În mod obișnuit, o situație prezintă declanșează în minte un proces asociativ, prin care noua situație este asociată cu o situație anterioară, deja asimilată, înțeleasă. Procedeu este relativ simplu și izează de operații de comparație, clasificare, categorizare. **Principiul de bază al asocierii stipulează că, dacă două experiențe se produc împreună și concomitent, atunci fiecare dintre ele, când ajunge în conștiință, are tendința de a o readuce și pe cealaltă.** Cele trei forme de bază ale asocierii sunt:

- după *asemănare*;
- după *contrast*;
- după *coexistența spațială și succesiunea temporală* (elementele care în trecut au apărut împreună sau unul după altul sunt reactualizate mai ușor).

O situație problematică constituie un stimul declanșator al unor asociații, legături care pot conduce la înțelegerea acestora. Se pot constitui lanțuri asociative care activează secvențial cunoștințe, procedee de lucru, scheme de acțiune. Lanțul asociativ poate fi liniar pentru secvențe de lucru algoritmice sau ramificat pentru secvențe de lucru euristice.

Al treilea mecanism al înțelegerii este **analogia**. Când oamenii pricep ceva anume prin analogie, ei înțeleg un lucru în relație cu alt lucru. Iată câteva exemple sugestive de analogie:

- structura atomului – sistemul solar;
- moleculele de gaz – bilele de biliard;
- memoria umană – biblioteca.

Prin analogie, putem înțelege ceva nefamiliar în termenii altui lucru înțeles deja. Matematicianul Hadamard afirma că arta descoperirilor stă adesea în perceperea asemănării a două elemente din domenii diferite ale cunoașterii. Putem să rezolvăm o problemă dificilă mai ușor dacă înaintea ei

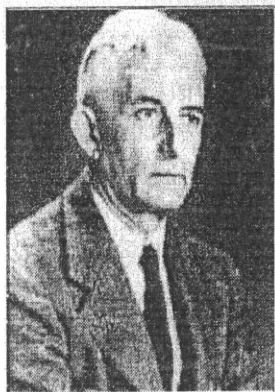
rezolvăm o problemă analoagă. Astfel, putem să extragem principiul de bază din prima problemă și să-l aplicăm la a doua.

Rezolvarea de probleme este domeniul performanțial al gândirii. Tratatând înțelegerea, am abordat deja unele particularități ale rezolvării de probleme. Cel mai adesea, problema este definită ca *obstacol cognitiv*, ca o *breșă în cunoaștere*, ca o *situație față de care repertoriul de răspunsuri ale subiectului nu este suficient* pentru a o înțelege.

Pentru a înțelege mai bine modul în care oamenii rezolvă problemele, psihologii au realizat variate experimente. Vom aminti aici două **modele explicative**, care se pot subsuma celor două tipuri de procesări amintite în lecția noastră.



Primul model aparține savantului american Thorndike și constă în următoarele: într-o cușcă este introdusă o pisică ce se va strădui să evadeze printr-o serie de **încercări și erori** până când – întâmplător – descoperă că dacă trage de o sfoară, cușca se deschide. În zilele următoare, cercetătorul constată că timpul necesar evadării se scurtează în baza **legii efectului**: o acțiune urmată de succes se consolidează, iar dacă este urmată de eșec, va fi eliminată din comportament. Observăm că modelul încercare-eroare se subsumează **procesării de tip ascendent**, fiind ghidată de **date concrete**.



Wolfgang Köhler, 1887-1967

Al doilea model aparține savantului german Köhler (vezi figura alăturată) și este realizat pe maimuțe. O maimuță înfometată închisă în cușcă are la vedere sus un ciorchine de banane la care nu poate ajunge decât dacă se va sui pe o cutie aflată întâmplător în cușcă. După mai multe salturi, maimuța se retrage într-un colț și pare că a abandonat, dar după un timp, va folosi cutia pentru a ajunge la banane. Problema a fost rezolvată prin **intuiție**, maimuța a avut un moment de „**iluminare**” sau „**aha**”. Acest model de rezolvare de probleme se subsumează **procesării de tip descendent**, dirijată de **scheme mintale**.

În cele două exemple regăsim moduri de lucru proprii și omului în procesul de rezolvare de probleme. Dar la nivel uman, rezolvarea de probleme este un proces mult mai complex care izează de strategii, se desfășoară în etape și poate lua forma rezolvării creative.

Strategiile rezolutive sunt numeroase, dar pot fi grupate în două mari categorii, în funcție de tipul de probleme și de mijloacele utilizate în rezolvarea lor. Vorbim astfel despre **strategii algoritmice** și **strategii euristice**.

- **Strategia algoritmică** exprimă o convergență deplină între problemă, mijloacele de rezolvare și soluție. Problema este bine definită, bine structurată, cerințele sunt clar formulate, iar în raport cu ele există un set de mijloace, formule de lucru standardizate care – dacă sunt corect aplicate – conduc la un rezultat unic. Sunt problemele școlare tipice care îi ajută pe elevi să dobândească deprinderi și cunoștințe stabile, verificabile. Este și un mod de gândire, un stil de abordare reproductiv.

- **Strategia euristică** exprimă o divergență, un conflict, o discordanță între problemă, mijloace și soluție. De obicei, problema este slab definită, slab structurată, cerințele sunt vag formulate, au mai mult un caracter ipotetic, probabilist, după formula „ce ar fi dacă ...”, mijloacele, formulele de lucru nu ne conduc automat la rezultat, trebuie să explorăm, să inventariem mai multe căi și mijloace, iar soluția se relevă ca o descoperire. Este modul de rezolvare a problemelor foarte complexe, prin explorare, descoperire, este un mod de rezolvare productiv sau creativ.

Etapetele procesului rezolutiv pot fi grupate în două momente majore:

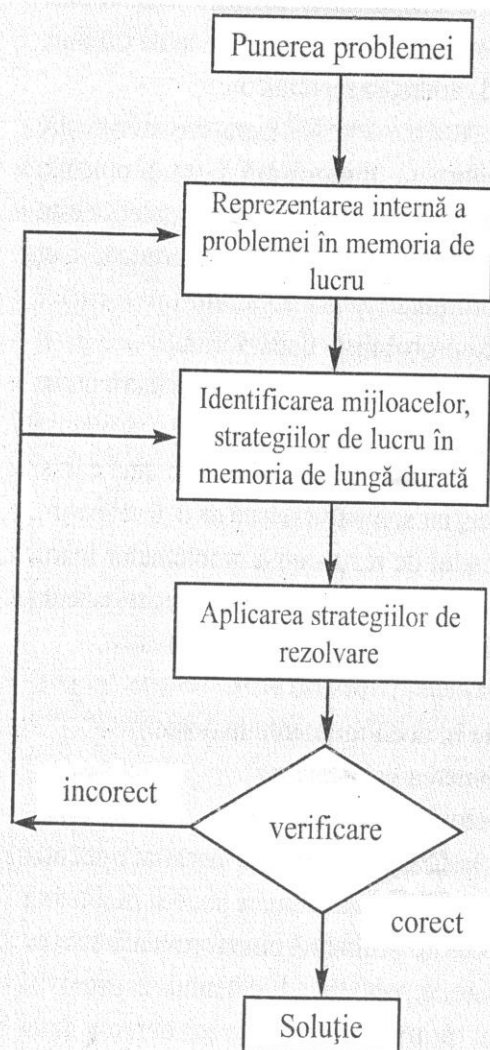
- punerea problemei;
- rezolvarea acesteia.

Această schemă simplă ne atrage atenția asupra primului moment, al punerii problemei pentru că „o problemă bine formulată este pe jumătate rezolvată”. Elementul esențial al acestui prim moment este elaborarea unei **reprezentări mintale interne a problemei**.

Aceasta se realizează în baza definirii datelor problemei, a explorării bazei de cunoștințe proprii cu privire la tipul de problemă cu care ne confruntăm, la mijloacele adecvate de lucru și prin avansarea unor ipoteze asupra soluțiilor posibile. După cum vedem, este o deosebire mare față de modul de lucru al pisicii în cutia lui Thorndike sau al maimuței în cușca lui Köhler. Timpul cel mai îndelungat și resursele intelectuale cele mai vaste sunt solicitate în această primă etapă.

- Rezolvarea propriu-zisă face apel la strategii de tip algoritmic, euristic sau combinate, apoi rezultatul este supus verificării și procesul poate fi încheiat dacă s-a ajuns la soluția corectă sau reluat dacă rezolvarea este incompletă sau incorectă.

Modelul schematic al rezolvării de probleme
(după Newell și Simon)



Factorii care influențează rezolvarea de probleme sunt:

- presiunea timpului: în general lucrăm prost în criză de timp, dar pe unii criza de timp îi stimulează;
- noutatea problemei: poate constitui pentru unii un factor inhibitor, dar pentru alții un factor stimulator;
- dificultatea problemei poate induce o stare de stres, de încordare, dar poate constitui și un factor stimulator *al nevoii de competiție*;
- modul de formulare a problemei: problemele clar formulate, concise, fără exces de date inutile sunt mai ușor rezolvate decât cele „îngropate” în detalii;
- ambianța: o ambianță cu disconfort, cu zgomot, cu multe persoane, poate afecta productivitatea rezolutivă;
- tensiunea emoțională prea puternică;
- lipsa de motivație sau motivarea excesivă prin teama de eșec, teama de sancțiuni sau anticiparea unor recompense foarte mari;
- oboseala intelectuală, care afectează capacitatea de concentrare, coerența logică a acțiunilor.

Între factorii care influențează rezolvarea problemelor unii sunt obiectivi, alții subiectivi. Identificați și grupați acești factori.

În încheiere, vom trece în revistă câteva sfaturi utile în activitatea de rezolvare de probleme, sistematizate de către M. Zlate, după psihologii americani Ellis și Schumacher:

- înainte de a rezolva o problemă trebuie să fiți siguri că o înțelegeți cu adevărat;
- reverificați datele din memorie, pentru a vă asigura că veți progresa către obiectivul principal;
- încercați mai întâi ipoteza cea mai simplă, iar dacă aceasta eșuează, treceți la ipoteze mai complexe;
- învățați să rezistați dificultăților, eșecurilor și frustrărilor ce intervin în cursul rezolvării problemelor;

- rămâneți deschiși pentru opțiuni alternative și abordări noi, nu manifestați fixitate, rigiditate în descoperirea soluțiilor;
- dacă ați ales o cale de acțiune, o ipoteză finală, mai aruncați o privire înainte de a trece la fapte,
- explicați problema unei alte persoane, aceasta vă va ajuta în găsirea unei perspective optime de abordare;
- nu vă preocupați un timp de problemă, lăsați-o deoparte, dar nu transformați această perioadă de așteptare (sau de incubație) într-o manieră sistematică de evitare a problemelor.

APLICAȚII

1. Rezolvați următoarea problemă:

Trei misionari și trei canibali trebuie să treacă de pe malul stâng al unui râu pe malul drept. Barca pe care o au la dispoziție poate transporta numai două persoane de-o dată. Barca poate fi folosită atât de misionari, cât și de canibali, dar numărul canibalilor nu poate fi mai mare decât cel al misionarilor pe nici unul dintre cele două maluri pentru că vor fi mâncați.

Care este numărul minim de traversări necesare?

Care este strategia rezolutivă pe care o folosiți în rezolvarea acestei probleme?

2. Rezolvați următoarea problemă:

Sunt două stații de cale ferată A și B aflate la o distanță de 100 km una față de cealaltă. Într-o zi de vineri, ora 17:00, din cele două stații pornesc simultan unul spre celălalt două trenuri. Trenul A merge cu 60 km/h, iar trenul B cu 40 km/h. Exact în momentul când cele două trenuri au pornit, în fața trenului A apare o pasăre care zboară înainte până întâlnește cel de-al doilea tren, moment în care, fără a pierde din viteză, se întoarce și zboară înapoi până la trenul A. Va continua să zboare înainte și înapoi cu o viteză de 80 km/h.

Întrebare: câți km va zbura pasărea înainte ca trenurile să se întâlnească?

Ce factor influențează negativ și întârzie rezolvarea acestei probleme?

3. Rezolvați următoarea problemă:

De tavanul unei camere atârna două bucăți de sfoară care sunt distanțate una de alta astfel încât o persoană nu le poate prinde pe amândouă simultan, întinzând cele două mâini. Pe podea se află o cutie de chibrituri, o șurubelniță și vată.

Întrebare: cum trebuie să procedați pentru a prinde cele două sfori și a le lega?

Ce anume credeți că îngreunează rezolvarea și ce calități ar trebui să prezinte o persoană pentru a rezolva cu ușurință această problemă?

Cum aş putea să-mi bag cartea în cap?!



5. Memoria

Prin procesele senzoriale de cunoaştere, omul are posibilitatea să trăiască mai ales în prezent, să reacţioneze la acele însușiri ale obiectelor care acţionează nemijlocit „aici” și „acum” asupra organelor de simț. Impresiile, imaginile, gândurile, emoțiile, mișcările prezente, actuale, nu se pierd însă, nu se volatilizează fără a lăsa nici o urmă în creier, dimpotrivă, ele „dispar” în trecut, 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, gândi, vorbi, imagina, dori, voi), o posedă și pe aceea de a reține, conserva și reutiliza propria sa experiență. Acest lucru este realizat cu ajutorul memoriei.

5.1. Definiție și caracterizare generală

Care este mai productivă?

- Simpla citire a unui text, chiar și repetată, sau alcătuirea planului textului, fracționarea lui în părți, extragerea ideilor principale?
- Frazele și expresiile dintr-o limbă străină se însușesc mai repede prin practica retroversiiunilor sau prin cea a traducerilor?
- Când se reține mai bine o demonstrație matematică: atunci când este reconstruită de elev sau atunci când este parcursă prin citire?
- Când învață mai bine elevul gramatica, atunci când construiește singur diferite structuri gramaticale sau când acestea îi sunt furnizate de-a gata?

Nu este deloc greu să optăm pentru varianta optimă de răspuns. Mai greu este să argumentăm din punct de vedere psihologic opțiunile făcute. Încercați să faceți acest lucru acum, înainte de a parcurge lecția despre memorie. Reluați acest exercițiu după ce ați învățat întreaga lecție despre memorie.

Memoria este procesul psihic de întipărire, stocare (depozitare) și reactualizare a informațiilor.

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, memoria nu este un simplu mecanism psihic de întipărire, stocare și reactualizare, ci un mecanism psihic *structurant, constructiv, chiar creativ*.



Procesul de memorare

Memoria este o proprietate a tuturor sistemelor biologice, vii. În evoluția sa istorică și filogenetică, această proprietate s-a diferențiat, organizat și ierarhizat, constituindu-se în forme și structuri specifice. La om, putem vorbi de un apogeu al dezvoltării funcției mnezice și de cea mai complexă organizare și ierarhizare a ei. Dacă la animal ea este legată de semnificația biologică a stimulilor, la om semnificația socială a obiectelor devine esențială. Memoria capătă tot mai pregnant un caracter mijlocit. Dacă la început rolul de mijlocitor îl joacă un obiect concret (putem ține minte sau ne putem reaminti ceva făcându-ne un semn pe un obiect), mai târziu cuvântul, gândul, deci acțiunea psihică internă, subiectivă, devine mijlocitoare. La om, memoria capătă un caracter logic, ea presupunând înțelegerea celor memorate și reactualizate. Prin caracterul său *mijlocit, logic/rațional* și *conștient*, ea devine un proces psihic specific uman, diferențiat aproape total de memoria animalelor, fapt care justifică încadrarea ei în categoria proceselor logice.

Rolul memoriei în ansamblul vieții și activității psihice umane este enorm. Pentru a

înțelege și mai bine acest rol, să ne imaginăm pentru o clipă ce s-ar întâmpla fără memorie. Omul ar trăi într-un continuu prezent numai sub influența datelor nemijlocite de cunoaștere, comportamentul său fiind haotic, spontan, fără stabilitate și finalitate, fără durabilitate în timp; toate obiectele care ar acționa din nou asupra lui i s-ar părea absolut noi, necunoscute; el n-ar avea posibilitatea de a utiliza rezultatele cunoașterii, dimpotrivă, aceasta ar trebui luată de fiecare dată de la început; gândurile și acțiunile lui n-ar putea fi legate unele de altele; n-ar putea înțelege și învăța, n-ar putea rezolva problemele ivite în calea lui, n-ar avea ce frământa în minte pentru a fi creator și „sculptor”. Viața psihică a omului fără memorie – scria medicul și fiziologul danez Lange -- este doar un ghem de impresii senzitive, adică un prezent fără trecut, dar și fără viitor.



Știi din proprie experiență că dacă învești pentru o anumită zi, pentru o anumită oră și nu sunteți ascultați în acea zi și la acea oră, peste câteva zile uitați totul și trebuie să luați procesul învățării de la început. De ce? Pentru că a intrat în funcțiune o lege a memoriei care arată că memorarea pentru o anumită dată condiționează uitarea după trecerea acelei date.

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. Așadar, memoria este cea care sudează elementele anterioare de cele care vor urma (un gând rostit de un altul care urmează abia să fie rostit), cea care dă posibilitatea reanalizării unor date anterioare ale cunoașterii, care împinge cunoașterea mai departe. Rolul ei este atât de mare, încât fiziologul rus I. M. Secenov a denumit-o «piatra unghiulară a vieții psihice», «condiție fundamentală a vieții psihice». Prin faptul că redă trecutul (ca trecut), ținând însă cont de condițiile schimbate și actuale ale prezentului, ea adaugă o nouă dimensiune vieții psihice, contribuind, în felul acesta, la asigurarea continuității ei.

Memoria se află în strânsă interacțiune și interdependență cu toate celelalte procese, însușiri și capacități psihice, fiind influențată de ele și influențându-le totodată.

Mare parte din materialul care se stochează și se păstrează în memorie este, de fapt, materialul provenit prin contactul organelor de simț cu realitatea înconjurătoare (fapt care ne demonstrează legătura memoriei cu procesele psihice senzoriale); memoria nu înseamnă numai acumularea de informații, ci și organizarea și chiar structurarea lor, prin aceasta ea raportându-se la gândire, la operațiile ei care facilitează o asemenea interpretare; nu reținem și nu reactualizăm orice, ci 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 temperamentale și caracteriale își vor spune cuvântul în ceea ce memorăm sau actualizăm (anumite aspecte ale realității vor fi reținute din lectura unui roman de către un optimist și altele de către un pesimist).

Procesarea din memoria umană este:

- activă,
- selectivă,
- situațională,
- relativ fidelă,
- mijlocită,
- inteligibilă.

Explicați aceste caracteristici.



5.2. Procesele și formele memoriei

Caracterul procesual al memoriei rezidă în faptul că ea se realizează în faze, în etape, cu ajutorul unor acțiuni psihice, cum ar fi: memorarea, păstrarea și actualizarea celor memorate.

Memorarea este acel proces al memoriei prin care are loc întipărirea, fixarea experienței, engramarea ei. După prezența sau absența intenției de a memora, a efortului voluntar, memorarea se împarte în *neintenționată* (sau involuntară) și *intenționată* (sau voluntară).

În funcție de prezența sau absența gândirii, a înțelegerii, a unor asociații logice, desprindem *memorarea mecanică* (efectuată în lipsa înțelegerii) și *memorarea logică* (bazată pe înțelegerea și descifrarea sensurilor, implicațiilor, semnificațiilor materialului memorat).

Memorarea neintenționată se realizează fără să vrem, fără să ne propunem dinainte acest lucru, fără să facem vreun efort deosebit în acest sens, fără să utilizăm mijloace speciale mnemotehnice. Această formă are un caracter nesistematic, fiind în funcție fie de particularitățile stimulului (de obicei reținem stimulii mai deosebiți ca noutate, intensitate, semnificație), fie de cele ale subiectului (starea de mai mare sau de mai redusă receptivitate psihică). De regulă, ea durează puțin trecând foarte repede în forma intenționată a memorării. Deși nu presupune un scop anterior, ea este legată de activitatea subiectului, în sensul că se rețin mai bine, chiar fără să vrem, acele informații care se leagă, corespund nevoilor, necesităților, activității sau profesiei noastre.



Mozart, numai după două audiții a unui *Miserere* în Capela Sixtină, a reușit să-l transcrie acasă integral din memorie.

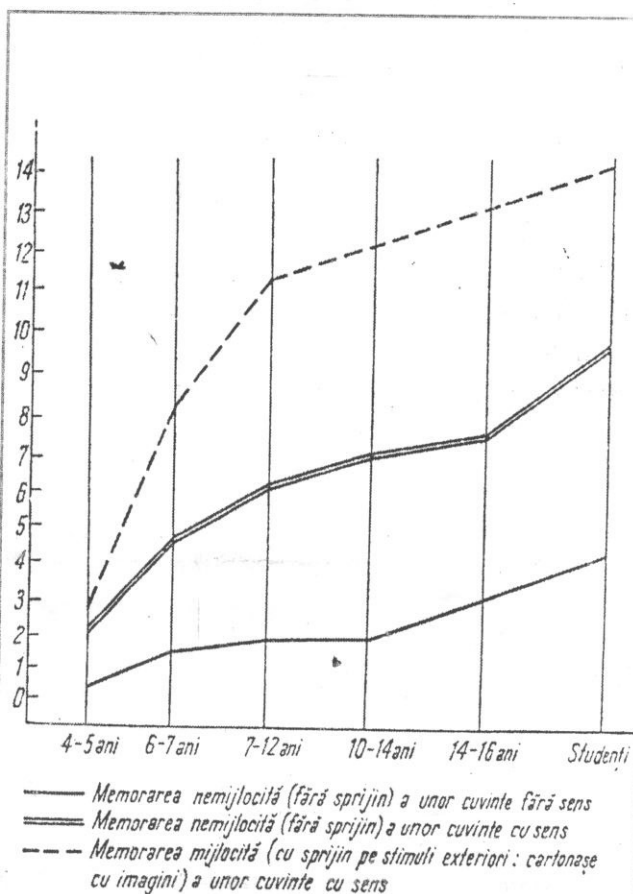
Cum explicați această performanță?



Un cercetător a cerut unui grup de subiecți să descopere regula după care este compusă o serie de numere, iar unui alt grup să ordoneze numerele trei câte trei. După un timp, subiecții au fost solicitați să reproducă numerele cu care au lucrat.

- Ce tip de memorare a fost implicat?
- La care grup credeți că performanțele au fost mai bune? Argumentați-vă opțiunea.

Memorarea intenționată presupune prezența atât a scopului cât și a efortului voluntar. Este organizată, sistematică, productivă, în funcție de natura materialului (cu sens sau fără sens), face apel la o serie de procedee și tehnici de memorare. Pentru realizarea ei în bune condiții, nu este suficientă doar propunerea scopului mnezic, ci propunerea unor scopuri clare, diferențiate, precise și mai ales mobilizatoare. Dependența ei de particularitățile activității este și mai mare. Ea este necesară mai ales în activitățile grele, dificile, monotone, neinteresante.



Dependența memorării intenționate de natura materialului (cu sens sau fără sens) și de utilizarea sau neutilizarea unor procedee de memorare

Memorarea mecanică implică simpla repetare a materialului, folosirea asociațiilor de contiguitate (coincidență) în timp și spațiu. Ea duce la învățarea formală (adică doar a formelor verbale, dar nu și a conținutului logic), este aparent sau momentan eficientă, în esență fiind însă ineficientă. Situațional, conjunctural, ea se soldează uneori cu succes (cine nu a obținut uneori nota 10 fără să fi înțeles nimic din ceea ce a memorat!); dacă privim însă lucrurile în perspectivă, vom constata că efectele ei sunt de suprafață, inautentice, fără durabilitate în timp. Din acest punct de vedere, memorarea mecanică trebuie combătută. Nu trebuie să neglijăm însă faptul că în anumite situații (mai ales atunci când materialul de memorat nu dispune prin el însuși de diverse semnificații, de o structură logică, sau atunci când gândirea, operațiile ei sunt insuficient formate) memorarea mecanică este necesară. Se știe că numerele de telefon, numele de persoane, datele istorice, denumirile geografice, formulele, denumirile latinești ale plantelor etc. sunt reținute de cele mai multe ori pe baza memorării mecanice. Chiar și în aceste situații însă, individul «introduce» singur în material o serie de semnificații, îl leagă de experiența sa, folosește tot felul de procedee de memorare pentru a ușura reținerea.

Memorarea logică, bazată pe înțelegere, pe dezvoltarea gândirii și a operațiilor ei, care devin premise absolut necesare, asigură realizarea unei învățări autentice, utilizabilă în practică, cu mari posibilități operaționale și de transfer în cele mai diverse situații. Ea înlătură învățarea formală, corespunzând raționalității omului. Este superioară memorării mecanice prin:

- *autenticitate* (reunește într-un tot organic conținutul logic și forma verbală);
- *economicitate* (în cazul ei, numărul repetițiilor este mult mai mic decât în cel al memorării mecanice);
- *productivitate* (frazele se rețin cu o productivitate de 25 de ori mai mare decât cuvintele izolate – de aici necesitatea ca în învățarea limbilor străine cuvintele să fie învățate în fraze, nu izolat).

Păstrarea informațiilor sau conservarea, stocarea lor este acel proces al memoriei care presupune reținerea pentru un timp mai scurt sau mai îndelungat a celor memorate.

Este prin excelență un proces activ, dinamic, deoarece implică organizarea și reorganizarea informațiilor memorate, includerea lor în sisteme de noi legături, ca urmare, obținerea unor efecte relativ deosebite. Caracterul activ și dinamic al păstrării este pus în evidență de faptul că unele informații, care păreau a fi uitate, sunt readuse cu ușurință la lumină atunci când este necesar. De asemenea, el apare în evidență în situațiile în care reactualizarea materialului se realizează într-un alt fel, într-o altă formă, structură, ordine etc., decât aceea

în care a fost memorat. Aceasta înseamnă că aproape fără să ne dăm seama, în timpul păstrării, materialul a „dospit“, a crescut pe nesimțite, a căpătat noi valențe.

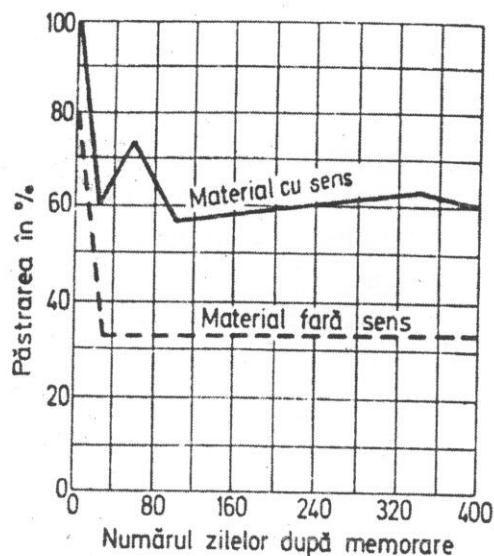
În funcție de durată, desprindem două tipuri de păstrări: *păstrarea de scurtă durată* (până la 8-10 minute) și *păstrarea de lungă durată* (începând cu 8-10 minute, săptămâni, luni și terminând cu ani).

La fel de diferențiată este și forma păstrării. Astfel, uneori materialul se păstrează exact în forma în care a fost memorat, alteori el este supus fie unui proces de diminuare (până la trecerea lui sub pragul conștiinței), destrămare și dispariție, fie unuia de amplificare, închegare și întărire.



Organizați următorul experiment: scrieți pe o foaie de hârtie un șir de litere (D, N, T, W, P, E) și rugați o persoană să le memoreze. Ascundeți foaia și solicitați persoanei să numere înapoi (verbal sau în scris) din trei în trei, de la un anumit număr ales arbitrar (de exemplu: 495, 492, 489, 486...). După 20 de secunde întrerupeți numărul și rugați persoana să vă spună literele prezentate inițial. Repetați experimentul cu mai multe persoane. Analizați constatările făcute.

Durata și forma păstrării sunt în strânsă dependență de condițiile în care a avut loc memorarea, de particularitățile materialului de memorat. Cercetările experimentale au arătat că materialul cu sens (inteligibil) este păstrat mai bine și mai mult timp decât cel fără sens.



Dependența păstrării de natura materialului



Un cercetător a arătat că după 6 luni tezele principale sunt reținute în proporție de 60%, unitățile logice în proporție de 30%, iar forma textuală a materialului în proporție de 21,5%.

Cum se explică aceste rezultate?

Ce concluzie potrivită am putea formula?

Chiar materialul cu sens se păstrează diferit în funcție de felul în care a avut loc memorarea: textuală sau pe baza ideilor principale. Volumul păstrării textuale a materialului scade cu timpul, pe câtă vreme păstrarea ideilor principale, a conținutului esențial crește.

Reactualizarea informațiilor constă în scoaterea la iveală a celor memorate și păstrate în vederea utilizării, valorificării lor. Ea se realizează prin recunoașteri și reproduceri. Diferența dintre ele constă în faptul că recunoașterea se realizează în prezența obiectului, iar reproducerea în absența lui. Prima este relativ mai simplă, presupunând îndeosebi procese de percepție, cealaltă este mai complexă implicând, în principal, intervenția unor procese de gândire. 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, alteori trebuie să „scormonim” în mintea noastră 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-și titlul sau autorul, alteori 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 sau chiar eronate, dependent de tipul materialului reprodus sau de tipul reproducerii ca atare.

Între procesele memoriei există o strânsă interacțiune și interdependență. Condițiile memoriei și conținutul reactualizării sunt strâns legate.

5.3. Factorii și legile memoriei

Procesele memoriei se realizează mai ușor sau mai greu, mai repede sau mai încet, au o eficiență crescută sau scăzută în funcție de o serie de factori, cum ar fi: *natura materialului* (intuitiv-obiectual sau abstract, descriptiv sau explicativ-rațional, semnificativ sau lipsit de sens logic și pragmatic pentru subiect); *organizarea materialului* (structurat logic și neorganizat,

nestructurat); volumul materialului (mare, moderat, mic); *gradul de familiaritate* (foarte familiar, mediu familiar, nefamiliar); *modul de prezentare a materialului* (simultan sau secvențial, serial); *timpul de prezentare a materialului* (numărul de prezentări ale unui și acelui material, intervalele dintre prezentări), *situația de prezentare* (de percepție și recepție pasivă sau activă a subiectului); *locul ocupat de material în structura activității subiectului* (de scop, de condiție, de mijloc pentru atingerea scopului); *ambianța în care se prezintă materialul* (stimulatoare, inhibitoare sau indiferentă). La acestea, trebuie să adăugăm și o serie de factori care țin de subiect, de experiența sa anterioară, de motivațiile sale, de starea lui generală funcțională (odihnă, oboseală, boală, sănătate), de particularitățile tipului de activitate nervoasă superioară (labilitatea, inerția, forța sistemului nervos).

Cercetările efectuate asupra influenței acestor factori au pus în evidență existența unor legi ale memoriei. Astfel, s-a arătat că se reține mai bine:

- materialul cu care subiectul operează activ, decât același material care acționează pasiv asupra analizatorilor;
- materialul care constituie conținutul sau scopul principal al activității, decât cel care face parte din condițiile realizării scopului;
- materialul ce este mai apropiat de experiența anterioară a subiectului;
- materialul ce corespunde intereselor omului;
- materialele agreabile decât cele dezagreabile, iar cele dezagreabile mai bine decât cele indiferente.



Pornind de la factorii de mai sus, încercați și formulați și alte legi ale memoriei. De exemplu, cercetările au arătat că reținem 10 % din ceea ce citim, 20% din ce auzim, 30% din ce vedem, 50% din ce vedem și auzim în același timp.

Ce legitate a memoriei puteți extrage din aceste date?

Factorii care influențează memorarea, păstrarea și reactualizarea nu acționează separat, independent unii de alții, ci concomitent unii cu alții. Aceasta duce la devierea, relativizarea sau chiar la inversarea efectelor lor. De exemplu, suntem tentați să credem că un material cu un volum mai mic va fi mai bine reținut decât un altul cu un volum mai mare. Dacă materialul extins ca volum dispune însă de un grad mai mare de structurare, familiaritate și semnificație pentru subiect, va fi reținut mult mai ușor decât un material redus ca volum, dar neorganizat și nestructurat, nefamiliar, lipsit de semnificație. Important este ca în existența sa, omul să-și asigure singur coincidența factorilor cu cel mai înalt grad de eficiență, adică să optimizeze materialul din punct de vedere al volumului, al omogenității, al gradului lui de structurare și semnificație.



5.4. Diferențele individuale și calitățile memoriei

Nu toți oamenii memorează, păstrează și reactualizează experiența anterioară la fel. Dimpotrivă, în cursul vieții și existenței lor memoria se organizează și se specializează, ceea ce face ca la un moment dat oamenii să se diferențieze între ei, să apară deci o serie de diferențe individuale.

Specializarea poate fi întâlnită la următoarele niveluri: la nivelul proceselor memoriei (unii înapălesc mai ușor, alții mai greu; unii păstrează informațiile un timp mai îndelungat, alții un timp mai scurt; la unii reactualizarea se produce aproape imediat, la alții cu mari dificultăți); la nivelul organelor de simț (fapt care ne permite să vorbim despre o memorie senzorială, vizuală, auditivă, gustativă, olfactivă etc.); la nivelul conținutului activității psihice (unii dispun de o memorie predominant verbal-logică – rețin idei, noțiuni, gânduri, alții de una imaginativă – rețin imagini; la unii ea este afectivă, deoarece rețin mai ales trăirile afective, la alții, motorie, deoarece rețin cu ușurință mișcările). Unii rețin informațiile pentru perioade mai scurte de timp, alții pentru perioade mai îndelungate – despre primii spunem că au o memorie de scurtă durată, despre ceilalți că au o memorie de lungă durată; unii rețin cunoștințele, alții procedurile de operare cu ele – memorie declarativă, memorie procedurală; unii rețin cuvintele, simbolurile verbale, înțelesurile lor – memorie semantică, alții înapălesc experiența concretă de viață, evenimentele personale – memorie episodică etc.



Asemenea diferențieri se datorează existenței unor predispoziții înnăscute ale organelor de simț, ale diferitelor particularități de personalitate (îndeosebi ale celor temperamentale și caracteriale), dar și experienței de viață concrete a individului, activității, profesiei lui. Ideal ar fi ca un om să dispună în egală măsură și la un nivel înalt de dezvoltare de toate aceste forme ale memoriei. Cum un asemenea lucru nu este posibil, este bine ca fiecare să folosească exact acel tip de memorie care îl avantajează cel mai mult sau să-și formeze și dezvolte acel tip de memorie pe care îl solicită profesiunea sa. Numai



Pe fiecare dintre voi, ce tip de memorie vă avantajează?

folosirea adecvată a lor, în funcție de împrejurări și solicitări, se va solda cu succes.

În procesul funcționalității sale concrete, memoria își formează și o serie de calități care o valorizează în cel mai înalt grad. Acestea vizează atât memoria, în ansamblul ei, cât și diversele ei procese.

Cele mai importante dintre calitățile memoriei sunt:

- *volumul memoriei*, cantitatea de material cu care putem opera (pe care îl reținem, păstrăm, reactualizăm). Unii oameni ne uimesc prin cantitatea mare de informații de care dispun, dând impresia unor adevărate „enciclopedii ambulante“;
- *elasticitatea, mobilitatea sau suplețea memoriei*, capacitatea de a acumula cunoștințe mereu noi, de a le organiza și reorganiza pe cele vechi, de a le depăși sau uita pe cele necorespunzătoare;
- *rapiditatea întipăririi* exprimă faptul că engramarea se realizează repede, cu mare economie de efort și de repetiții;
- *trăinicia păstrării* exprimă faptul că cele memorate sunt conservate corect, într-o formă acceptabilă, pentru o perioadă îndelungată de timp;
- *exactitatea sau fidelitatea reactualizării* celor memorate indică gradul de precizie, de corectitudine și acuratețe a recunoașterii și reproducerii;

- *promptitudinea reactualizării*, adică realizarea rapidă, promptă a recunoașterii și reproducerii, imediat după stimulare.

Important este de știut că toate aceste calități pot fi educate, modelate, ridicate la noi niveluri funcționale. Cunoșcând care este acea calitate a memoriei care lipsește sau care este insuficient dezvoltată, omul poate lua măsurile corespunzătoare în vederea formării ei.

5.5. Memorie și uitare

Multe dintre 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 este înscrisă în legile omenești.“ – se spune în popor, subliniind astfel necesitatea ei. Așa cum un depozit de materiale s-ar umple, în condițiile supraîncărcării lui nedând posibilitatea de a se depozita și alte materiale, tot așa și „depozitul“ memoriei s-ar putea supraîncărca, n-ar da posibilitatea individului să acumuleze și să păstreze noi și noi cunoștințe ca urmare a experiențelor curente și recente de viață.

În raport cu memoria care tinde, după cum am văzut, spre fixarea și păstrarea informațiilor, uitarea este un fenomen negativ. În schimb, în raport cu necesitățile practice, cu solicitările cotidiene, ea este un fenomen pozitiv și aceasta deoarece uitarea treptată, graduală a anumitor informații contribuie la echilibrarea sistemului cognitiv al individului, acordă acestuia un caracter suplu, dinamic, pasibil a se automișcă fără a fi stânjenit de ceea ce ar fi „prea mult“ sau „de prisos“.



Uitarea intervine, așadar, ca o supapă care lasă să se scurgă, să se elimine ceea ce nu mai corespunde noilor solicitări. Uitarea este un fenomen natural, pozitiv și necesar numai în anumite condiții; când acestea nu sunt respectate, ea devine o piedică, o povară pentru memorie, care este nevoită să-și reia de la început procesele. Între memorie și uitare există deci relații dinamice, fiecare acționând asupra celeilalte, facilitându-se sau împiedicându-se reciproc.

Evidențierea problematicii uitării se poate face răspunzând la câteva întrebări.

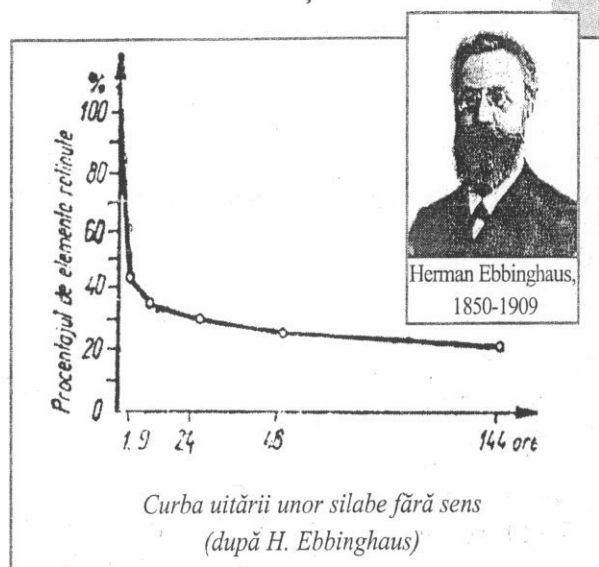
- *Care sunt formele uitării?* În literatura de specialitate, sunt descrise trei forme ale uitării: uitarea totală (ștergerea, dispariția, suprimarea integrală a datelor memorate și păstrate); recunoașterile și reproducerile parțiale, mai puțin adecvate sau chiar eronate; lapsusul (uitarea momentană, exact pentru acea perioadă când ar trebui să ne amintim).

- *Ce uităm?* Unele informații care își pierd actualitatea, care se devalorizează, care nu mai au semnificație, nu mai răspund unor necesități, informațiile neesențiale, amănuntele, detaliile, ceea ce reprezintă un balast, dar din păcate și informațiile care ne sunt necesare, care au mare semnificație pentru „reușita” noastră.

- *De ce uităm?* Cauzele uitării sunt numeroase (stări de oboseală, surmenaj, anxietate, îmbolnăvirea creierului), cea care primează însă este insuficiența sau proasta organizare a învățării. O învățare nerațională, care ia forma subînvățării (cu mai puține repetiții decât este necesar) sau forma supraînvățării (cu mai multe repetiții decât numărul optim) este la fel de periculoasă pentru memorie ca și lipsa ei.

- *Care este ritmul uitării?* Psihologul german H. Ebbinghaus, utilizând silabe fără sens, a arătat că uitarea este destul de mare, masivă chiar, imediat după învățare și apoi din ce în ce mai lentă, aproape stagnantă (vezi curba uitării în figura alăturată). Dacă luăm în considerare și alte particularități ale materialu-

lui de memorat, ca și pe cele de vârstă și psihoindividuale, atunci vom constata că uitarea are ritmuri în funcție de acestea.



- *Cum combatem uitarea?* Prin eliminarea cauzelor care duc la instalarea ei și, mai ales, prin manipularea factorilor prezentați în paragraful 5.3. Cel mai sigur mijloc de combatere a uitării îl reprezintă însă repetarea materialului memorat. „*Repetitio est mater studiorum*” (repetiția este mama învățării) spune pe bună dreptate o veche cugetare. Nu orice repetiție asigură însă combaterea uitării, ci doar cea optimă din punct de vedere a numărului ei (cercetările au demonstrat că repetițiile suplimentare nu trebuie să depășească 50% din numărul inițial de repetiții necesare însușirii materialului).

APLICAȚII

1. Rugați un coleg să întocmească o listă cu serii de 1, 2, 3, 4... 20 de cifre sau cuvinte. Apoi, imediat ce vi se citește o serie, încercați de a o reproduce cât mai exact. Care este seria cea mai lungă pe care ați reprodus-o corect? Comparați-vă rezultatele cu cele ale altor colegi.
2. Rugați un coleg să elaboreze o listă cu 30-40 de cuvinte (uzuale și mai puțin uzuale; intuitive și abstracte). După ce v-au fost citite toate cuvintele (sau arătate unul după altul), reproduceți-le pe cele care vă vin în minte. Câte ați reținut? Ce tip de cuvinte ați reținut (uzuale sau neuzuale, intuitive sau abstracte)? Câte cuvinte ați introdus sau transformat? Când ați fost mai productivi: în varianta memorării vizuale sau în cea a memorării auditive?
3. Să se stabilească perechi de cuvinte (casă-pădure; ceas-tractor; om-abstract etc.) care să vă fie citite împreună. Apoi, se citește primul cuvânt din pereche (casă) și voi trebuie să vi-l amintiți pe cel de-al doilea cu care a fost asociat (pădure). Analizați rezultatele atât din punct de vedere cantitativ, cât și calitativ.
4. Alegeți o poezie și învățați-o pe dinafară. Câte repetări ați făcut? Cât timp v-a trebuit? Ați învățat-o mecanic sau logic? Comparați-vă rezultatele cu cele ale altor colegi.



6. Imaginația

În contextul eforturilor îndelungate ale omului de a se adapta la mediu, acesta a dobândit un nou proces psihic, cel imaginativ. Prin intermediul imaginației, câmpul cunoașterii umane se lărgeste foarte mult.

6.1. Caracterizarea procesului și produsului imaginativ

Omul este capabil de o performanță unică, aceea a realizării unității dintre trecut, prezent și viitor, imaginația fiind legată mai ales de ce va fi. Detașându-se de prezentul imediat, de aici și acum, omul își organizează și proiectează acțiunile, anticipând atât drumul care va fi parcurs, cât și rezultatele care vor fi obținute. Dacă omul nu ar avea imaginație, ar reacționa, orientându-se numai pas cu pas după indicatorii percepțivi din contextul real în care își desfășoară activitatea și deci nu ar avea o direcție precisă, ar învăța fragmentar, sacadat, cu stagnări și erori până la un rezultat oarecare. Dispunând de imaginație, poate să-și elaboreze mintal scopul și planul desfășurării acțiunii, pe baza căruia să se conducă, să-și regleze permanent acțiunile, să evite erorile și să aibă mai mare eficiență. Mai mult chiar, omul poate interveni activ, transformativ, creativ în ambianță, poate obține mereu ceva nou, ceea ce l-a și făcut să fie creator de cultură.

Imaginația este un proces cognitiv complex de elaborare a unor imagini și proiecte noi, pe baza combinării și transformării experienței.

Acest proces cognitiv complex este specific numai omului, apare pe o anumită treaptă a dezvoltării sale psihice, adică după ce au apărut alte procese și funcții psihice care-i pregătesc desfășurarea: dezvoltarea reprezentărilor, achiziția limbajului, evoluția inteligenței, îmbogățirea experienței de viață etc.

De fapt, imaginația odată apărută interacționează permanent cu toate procesele

psihice și mai ales cu memoria, gândirea și limbajul. Procesul imaginativ include aceste interacțiuni în mod obligatoriu, însă în același timp el se deosebește de respectivele procese psihice și dispune și de mecanisme specifice de procesare a datelor experienței anterioare.

Memoria este cea care oferă material de combinare pentru imaginație, cum ar fi: reprezentări, idei, trăiri afective etc. și, totodată, conservă produsele

sale finale. Dar imaginația se deosebește clar de memorie. Aceasta are caracter reproductiv, adică este cu atât mai eficientă cu cât este mai fidelă față de cele învățate, iar imaginația este cu atât mai valoroasă cu cât rezultatele sale se deosebesc de ceea ce există în experiența subiectului și, mai ales, față de ceea ce a dobândit societatea.

Comparați și comentați următoarele două situații, relevând relația dintre imaginație și memorie.

Elevul A a vizitat un muzeu de istorie și a doua zi la lecție a reușit să facă o foarte bună descriere a armelor de luptă din vremea lui Mihai Viteazul.

Elevul B a reușit ca pe baza celor comunicate de colegul lui să identifice corect între mai multe imagini pe cele ce au reprezentat armele cu care erau dotați oștenii lui Mihai Viteazul.

Prin urmare, imaginația trece dincolo de experiența pe care o are fiecare, transformând-o, recombinaând-o și ajungând la noi rezultate.

O legătură foarte puternică există între gândire și imaginație. Cele două procese se și aseamănă, se și deosebesc și, totodată, se află în interacțiuni reciproce. Prin gândire, omul cunoaște și înțelege ceea ce este esențial, necesar, general din realitatea existentă sau ceea ce este ipotetic, posibil, dar fundamentat logic. Imaginația explorează cu precădere necunoscutul, posibilul, viitorul. Tuturor ne sunt cunoscute cărțile lui Jules Verne și știm că el a anticipat prin imaginație foarte multe descoperiri tehnice ale secolului al XX-lea. Prin imaginație, el a făcut





Amintiți-vă cum și-a imaginat Jules Vernes călătoria de la „Pământ la Lună” și diferențiați ceea ce i-a fost oferit de știința vremii și ceea ce a fost produsul minții sale.

pași în necunoscut și deși plăsmuirile minții sale nu aveau o confirmare faptică și științifică, ele au contribuit la orientarea cercetărilor de mai târziu, au susținut interesul și eforturile creatorilor din domeniul tehnic.

Prin urmare, gândirea, inteligența oferă idei și date asupra realului și, totodată, ghidează într-o anumită măsură transformările imaginative. Imaginația la rândul ei participă la elaborarea ipotezelor, la găsirea unor strategii și procedee practice de rezolvare a problemelor.

De asemenea, *imaginația implică mecanismele verbale* în toate formele ei de manifestare. Cuvântul, ca instrument al activității mintale, permite evocarea selectivă a ideilor și reprezentărilor, vehicularea și punerea lor în cele mai variate relații, în raport cu ideea directoare formulată tot verbal.



Porniți de la figura de mai jos și faceți un desen mai complex, urmând sugestiile verbale de la punctul a) și apoi pe cele de la punctul b). Comparați rezultatele.



a) În depărtare se poate zări o siluetă feminină.

b) Vizitând muzeul de arheologie am rămas cu imaginea grațioasă a amforelor grecești.

Dar, spre deosebire de celelalte procese cognitive, imaginația are o *interacțiune specială cu afectivitatea*. Tensiunea emoțională pe care o trăiește omul la un moment dat stimulează evocarea elementelor experienței anterioare și apoi combinarea variată și neașteptată a acestora. Emoțiile și sentimentele sunt condiții activatoare și energizante ale imaginației și totodată direcționări inedite și personale ale combinațiilor și recombinărilor imaginative.

Se știe că momentele de intense trăiri afective sunt urmate de un maximum al productivității imaginative. Vestea despre obținerea unui premiu la olimpiadă ne proiectează repede, imaginativ, într-un posibil cadru festiv prilejuit de acest

eveniment. Cercetările au arătat că nivelul crescut al afectivității, chiar când are o tonalitate negativă, este mai favorabil combinațiilor imaginative decât trăirile afective pozitive, dar slabe.

La fel ca și trăirile afective, *motivele întrețin o receptivitate crescută* pentru anumite elemente ale realului, permit aducerea acestora în prim-plan, reliefa lor după alte criterii decât cele ale gândirii, generarea unor noi legături și restructurări. *Dorința puternică* de a dispune de un telefon mobil de ultimă generație ne face repede să ne proiectăm imaginativ în grupul prietenilor și să stărnim admirația lor. *Aspirația* de a urma medicina după terminarea liceului face ca cel în cauză să se viseze adesea în spațiul specific instituțiilor medicale.

Imaginația este legată într-un fel specific chiar cu întreaga personalitate. Experiența proprie de viață, orientările dominante, dinamica temperamentală, configurația caracterială ghidează combinațiile imaginative și le finalizează în produse specifice pentru fiecare. Procesul și produsul imaginativ exprimă personalitatea, originalitatea acesteia și sunt ele însele noi și originale, atât față de experiența individuală cât și față de cea socială.

Ca proces cognitiv, imaginația realizează o *procesare specială* a datelor inițiale provenite din experiență, datorită nu numai interacțiunilor complexe pe care le-am urmărit, ci și unor procedee proprii și unei combinatorici care-i sunt caracteristice.

Spre deosebire de gândire, care dispune de operații, imaginația pune în lucru procedee numeroase și variate.

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, care duc la rezultate variabile cantitativ și calitativ.

Formulați o idee referitoare la viitor și scrieți timp de trei minute ce vă vine în minte. Actualizați o dorință puternică și scrieți timp de trei minute ce vă vine în minte. Comparați cele două produse.

Încercați să arătați în ce fel o poezie a lui M. Eminescu exprimă și particularități ale personalității lui.

Originalitatea combinărilor imaginative se explică atât prin varietatea procedeeleor, cât și prin libertatea de organizare și desfășurare a acestora. 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 organizări ale acestora. În cele ce urmează, ne vom referi la procedeele cele mai cunoscute și mai des folosite.

Aglutinarea constă dintr-o nouă organizare a unor părți ușor de identificat și care au aparținut unor lucruri, ființe, fenomene. Acest

Dați exemple de produse tehnice în care s-a materializat acest procedeu.

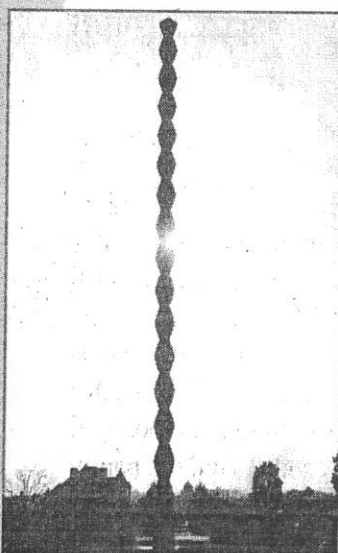
procedeu a fost mult folosit în mitologie, creându-se imaginea sirenei, centaurului etc. Astăzi se folosește în tehnică.

Amplificarea sau diminuarea se referă la modificarea dimensiunilor unei structuri inițiale, obținându-se efecte noi. A fost foarte mult folosită în crearea poveștilor pentru copii

și a personajelor cum ar fi Setilă, Flămânzila, Uriașul și Piticul. A fost și este folosită în literatura științifico-fantastică, dar și în tehnică.

Dați exemple din tehnică, privind diminuarea și amplificarea.

Multiplicarea sau omisiunea se referă la modificarea numărului elementelor, păstrându-se identitatea lor.



Coloana infinitului, de C. Brâncuși

Effectul nou rezultă din înmulțirea unor componente sau eliminarea unora. În creația artistică, aceste procedee sunt mereu utilizate. *Coloana infinitului* (vezi figura alăturată) și *Masa tăcerii*, creații celebre ale lui C. Brâncuși, ilustrează multiplicarea. Ciclopul din mitologie ilustrează omisiunea.

Dați exemple din tehnică și din literatura științifico-fantastică de produse imaginative noi, rezultate prin multiplicare și omisiune.

Diviziunea și rearanjarea, primul procedeu constă din găsirea unor noi criterii de diferențiere a componentelor unor obiecte existente, selectarea unora dintre ele și transformarea lor în produse noi. Astfel, pornindu-se de la funcțiile organismului uman, s-a realizat în tehnică brațul mecanic. Rearanjarea presupune păstrarea elementelor unei structuri cunoscute, dar dispunerea lor într-o altă poziție. De exemplu, construirea unor autoturisme cu motor în față sau în spate.

Dați exemple de bunuri de larg consum realizate prin rearanjare.

Substituirea constă în înlocuirea într-o structură existentă a unui element sau a unei funcții cu ceva nou. De exemplu, în artă substituirea de personaje dă efecte deosebite.

Dați exemple de substituiți din domeniul tehnic.

Modificarea presupune păstrarea neschimbată a unor componente și funcții ale obiectelor cunoscute și modificarea altora. De exemplu, botaniștii au modificat culoarea și au obținut lealeua neagră.

Dați alte exemple din tehnică, prin care se ilustrează folosirea acestui procedeu.

Schematizarea este un procedeu folosit mult în proiectarea tehnică, în grafică, în arhitectură. El constă în selecția numai a unor însușiri și omiterea cu bună știință a altora pentru a servi mai bine activității omului. Schița unui traseu într-un mare oraș oferită de cineva unui șofer a fost alcătuită pe baza acestui procedeu și a fost debarasată de amănuntele inutile.

Faceți desenul schematic al unui arbore și arătați care sunt avantajele în predarea unei lecții despre acea categorie de plante.

Analogia a stat la baza multor inovații și invenții în tehnică și a unor descoperiri în știință. Acest procedeu presupune, mai întâi, relevarea însușirilor comune a două obiecte sau fenomene și a celor cunoscute numai la unul din obiecte. Apoi, pe baza însușirilor comune, se pot trage concluzii referitoare și la prezența celorlalte însușiri ale celui de-al doilea obiect, care nu pot fi cunoscute direct. Pe baza unui astfel de procedeu, s-a elaborat, prin analogie cu Universul, modelul atomului, care a permis cunoașterea multor aspecte relaționale între particulele sale elementare.

Arătați cât de mult s-a folosit analogia în apariția computerelor.

Empatia este aplicată în artă, tehnică, educație. Este o transpunere imaginară în plan perceptiv, intelectual, afectiv în altceva, acest altceva putând fi o altă persoană, un obiect, un fenomen etc., facilitând descoperirea de noi aspecte și înțelesuri. Manifestând empatie față



Transpuneți-vă empatic în locul părinților voștri și identificați așteptările lor față de comportamentele și realizările voastre.

de elevi, profesorul reușește să-i înțeleagă mai bine, să descopere greutățile pe care le-ar putea avea și să găsească modalități de predare care i-ar ajuta să le depășească.

Produsul procesului imaginativ exprimă particularitățile desfășurării acestuia și, prin urmare, este un proiect mintal, adică o *îmbinare caracteristică de imagini și idei*, caracterizată prin *noutate, originalitate și specificitate personală* (reflectând personalitatea).

6.2. Formele principale ale imaginației

Fiind un proces foarte complex, imaginația se desfășoară în forme variate. Ele au fost clasificate după mai multe criterii, dar cele mai des folosite au fost prezența intenționalității și implicarea activă în actele imaginative:

- *formele involuntare*: visul din timpul somnului și reveria;
- *formele voluntare*: reproductivă, creatoare, visul de perspectivă.

Visul din timpul somnului constă dintr-o înlanțuire de imagini, emoții și reflecții care apar în starea de somn paradoxal și față de care subiectul este mai mult spectator, neputându-l dirija și înțelege imediat, apărându-i astfel haotice și absurde. În unele vise, imaginile se desfășoară cu o anumită coerență, ca scenele unei piese de teatru, de aceea se spune că au *caracter scenic*. Această caracteristică este explicată de unii autori printr-o energie potențială a imaginilor, izvorâtă din asocierea lor cu trăirile afective, cu dorințele și aștep-



Caracterul scenic al unui vis

tările persoanei care în stare de veghe nu sunt satisfăcute și sunt chiar inhibitate conștient și voluntar. În stare de somn, când reglajele slăbesc, dorințele și temerile apar în prim-plan și actualizează acele imagini legate de ele. Unele dorințe pot fi respinse în stare de veghe. Efectul reprimării se poate păstra însă și, de aceea, dorințele se pot asocia cu imagini ce reprezintă un fel de satisfacere deghizată a lor (Freud). De aceea visele au și un caracter simbolic și trebuie descifrate. Pentru aceasta este necesară descoperirea legăturii lor cu acțiunile, relațiile, preocupările persoanei în stare de veghe.



Amintiți-vă un vis recent și încercați să găsiți legătura lui cu evenimentele din starea de veghe.

În vis, se petrec și fenomene de reordonare și sistematizare a informațiilor. De aceea, combinațiile din timpul visului fie le vor sprijini pe cele din starea de veghe, fie vor fi chiar rezolvări ale problemelor teoretice și practice care îl frământă pe om.

Reveria se desfășoară în timpul stărilor de veghe și de relaxare, când parcă cel în cauză își lasă gândurile să vagabondeze. Pornind de la ceea ce vede sau de la o idee care i-a rămas în minte, încep să apară șiruri de imagini și idei propulsate de dorințe și așteptări. Acestea evoluează într-o direcție fantezistă, iar persoana le urmărește pasiv și din când în când poate interveni cu o ușoară dirijare în direcția dorințelor.

Reveria este un fel de experiment mintal privind îndeplinirea fictivă a dorințelor și reducând astfel tensiunea psihică internă generată de ele. Totodată, reveria poate ocaziona combinații noi și originale care pot fi valorificate în formele superioare ale imaginației. De aceea, unii autori recomandă reveria de scurtă durată ca pe o cale a stimulării creativității. Dar reveria prelungită poate fi defavorabilă dezvoltării personalității, pentru că satisfacerea fictivă a dorințelor poate anula activitățile reale, practice, eficiente.

Imaginația reproductivă este o formă activă, conștientă și voluntară constând în construirea mentală a imaginii unor realități existente în prezent sau în trecut, dar care nu pot fi percepute direct. Această formă a imaginației se deosebește de memoria imaginilor, pentru că produsele ei nu au corespondent în experiența

anterioară proprie și sunt, în același timp, rezultatul unui proces activ, în plină desfășurare. Ea este cu atât mai valoroasă cu cât produsele ei se apropie mai mult de real.

Combinarea de idei și imagini se realizează sub influența unor indicații concrete, a unor schițe sau, cel mai frecvent, a indicațiilor și descrierilor verbale. Imaginația reproductivă lărgeste foarte mult câmpul mintal. Ea ușurează, totodată, înțelegerea unor realități mai abstracte (la fizică, matematică, chimie) sau a evenimentelor istorice, fenomenelor geografice, a vieții și sorții personajelor din literatură etc. Imaginația reproductivă întreține interesul și starea optimă de atenție în lectura unei cărți.

Imaginația creatoare este cea mai activă, mai complexă și voluntară formă a imaginației. Ea se deosebește de cea reproductivă, pentru că este orientată spre ceea ce *este posibil, ce ține de viitor și este nou*.



PICTOR DE ANIMALE

Transfigurare imaginativă

Combinatorica sa este complexă, desfășurată în mai multe faze și caracterizată prin: bogăția procedeeelor, ineditul utilizării lor, valorificarea combinațiilor inconștiente, implicarea tuturor disponibilităților personalității, susținerea afectiv-motivațională valoroasă.

Produsul imaginației creatoare este un proiect mintal caracterizat prin: noutate, originalitate, ingeniozitate, personalizare.

Printre cei mai puternici stimuli ai imaginației creatoare sunt: interesul pentru

nou, trebuința de autorealizare, încrederea în posibilitățile proprii, curiozitatea, tendința de a explora necunoscutul.

Care dintre acești factori credeți că au impulsionat imaginația creatoare a lui Jules Verne și l-au făcut să scrie „De la Pământ la Lună“?

Ea este implicată în toate activitățile omului, favorizând apariția ipotezelor, inventarea de căi și mijloace de acțiune, ducând la noi rezultate.

Visul de perspectivă constă în proiectarea conștientă și voluntară a drumului propriu de dezvoltare în acord cu posibilitățile personale și cu condițiile și cerințele sociale. Acesta contribuie la formarea idealului de viață și prin el la motivarea activităților curente, a opțiunilor profesionale, a acțiunilor de auto-formare și autoeducare.

Formele principale ale imaginației	
involuntare și pasive	voluntare și active
• visul din somn • reveria	• imaginația reproductivă • imaginația creatoare • visul de perspectivă

6.3. Imaginația ca proces predilect al creativității

Mulți oameni de știință au susținut că pentru creația din orice domeniu nu sunt suficiente numai construcțiile logice. Acestea din urmă se caracterizează prin rigoare, printr-o desfășurare ce presupune respectarea strictă a unor reguli și în cadrele circumscrise raționalului, realului, existentului. Ori, prin specificul său, imaginația explorează necunoscutul, inexistentul, chiar incredibilul, lărgind considerabil câmpul cunoașterii umane, inovând, inventând, generând noul. În actul creației, imaginația interacționează cu gândirea convergentă, dar mai ales cu cea divergentă, productivă, dar pe care le completează și le depășește.

Disponibilitatea pentru creație a imaginației se explică prin următoarele trăsături centrale ale ei:

- prelucrează un material cognitiv divers: imagini, idei și mai ales imagini conceptualizate și semnificative. Acestea din urmă presupun o unitate a intuitivului cu generalul, fiind mai bogate informațional și având un mare potențial de asociere;

- valorifică toate combinațiile care apar în sfera subconștientului și inconștientului, amplificându-și potențialul creator;
- dispune de procedee specifice de procesare a datelor experienței anterioare și de o mare libertate în organizarea și desfășurarea lor;
- este susținută de procese afectiv motivaționale, care pun în centrul transformărilor imaginative Eul și dau astfel o perspectivă umană tuturor dimensiunilor sale;

- este legată de toate procesele și capacitățile psihice și mai ales de personalitatea pe care o exprimă și îi oferă noi direcții de autorealizare.

Locul său central în manifestarea personalității poate fi îndeplinit numai în condițiile unei strânse legături cu gândirea, care-i susține, verifică și evaluează rezultatele și o ferește de greșeli și alunecări în fantezii inutile.

Într-un astfel de produs imaginativ, cum este proiectul locuințelor extraterestre, arătați care este implicarea gândirii și care a imaginației.



APLICAȚII

1. Adăugați linii la figurile incomplete de mai jos (1-9), astfel încât să puteți schița tablouri cât mai interesante. Încercați să imaginați desene cu totul neobișnuite la care alții să nu se poată gândi.

Dați, de asemenea, un titlu cât mai original fiecărui desen realizat și scrieți-l pe linia numerotată din cadrul fiecărei figuri. Comparați rezultatele.

1. 	2. 	3. 
4. 	5. 	6. 
7. 	8. 	9. 

2. Se vor alege trei cuvinte cum ar fi: noapte, barcă, viitor. Elevii vor face cât mai multe propoziții sau fraze cu înțeles și în fiecare să fie incluse, în mod obligatoriu, cele trei cuvinte alături de altele alese de ei.

Se vor acorda două minute pentru scrierea propozițiilor și a frazelor. Se vor număra propozițiile și frazele scrise de fiecare elev și apoi se va analiza implicarea experienței anterioare și a motivației în rezolvarea sarcinilor date. Se vor releva atât aspectele generale, cât și cele particulare, personale.

3. Alegeți două cuvinte, unul să fie pentru dumneavoastră relativ neutru, iar altul să aibă o puternică încărcătură afectivă. Construiți două desene și comparați-le, constatând apoi rolul trăirilor afective evocate de acel cuvânt.

4. Comparați visul din timpul somnului cu reveria și stabiliți asemănări și deosebiri.

5. Rugați un coleg să vă descrie un elev dintr-o altă clasă pe care el îl cunoaște foarte bine, dar dumneavoastră nu, și apoi mergeți împreună cu el ca să-l recunoașteți. Vă măsurați astfel calitățile imaginației reproductive.

6. Dacă ți-ai construit deja un ideal de viață, arată în ce fel a contribuit visul de perspectivă la apariția lui.



1. Motivația

Procese sau mecanismele psihice parcurse până acum sunt absolut necesare, dar nu și suficiente. Este de ajuns, ne putem întreba, ca scopul unei activități să fie clar, corect și riguros formulat pentru ca activitatea respectivă să conducă la eficiență? Este suficient ca omul să dispună de o bună percepție și memorie, de o gândire flexibilă și de o imaginație bogată pentru a fi și performant? Fără îndoială că nu. Atâta vreme cât el nu este împins, determinat, stimulat pentru a face ceva sau a învăța, a munci, a crea, nu va obține performanțele dorite. O nouă serie de întrebări apare: de ce reacționează oamenii? De ce unul și același om reacționează diferit în momente diferite? Răspunsul este limpede: deoarece intră în funcțiune o nouă categorie de mecanisme psihice cu rol de stimulare și activare, de sensibilizare selectivă și imbold, încadrate în categoria generală de motivații.

1.1. Definiție, funcții și roluri

Motivația este ansamblul stimulilor interni care determină comportamentul.

Atenție! Până acum, când utilizam noțiunea de stimul, ne refeream la obiectele externe. De data aceasta, avem în vedere stimuli care din interior îl determină pe om să întreprindă acțiuni de căutare și apropiere sau de evitare și respingere a unor obiecte sau persoane.

Motivația este ansamblul stărilor de necesitate ale organismului, care orientează și dirijează comportamentul pe direcția satisfacerii lor.

Ea apare atunci când în organism se produce un dezechilibru ce se cere imperios refăcut. Diminuarea sau lipsa substanțelor nutritive din organism declanșează trebuințele organice (de foame, sete).

Motivația este mecanismul psihic dotat cu capacitatea de a permite acțiunea, independent de factorii exteriori. Ea este o „cauză internă”,

o structură psihică activatoare și predispozantă, cu roluri de autodeterminare prin stimulații interne.

Funcțiile motivației sunt următoarele:

- *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 care au 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.

- *Funcția de declanșare a acțiunilor efective* asigură pregătirea și punerea în disponibilitate a verigilor motorii, activatorii, în vederea satisfacerii stării de necesitate.

- *Funcția de direcționare* constă în orientarea și centrarea atenției pe scop, pe obiectiv; lipsa ei face ca motivația să rămână dezordonată, haotică, să se consume în gol.

- *Funcția de susținere și energizare* presupune menținerea în activitate a comportamentului declanșat până la consumarea adecvată a stării de necesitate.

Gândiți-vă la o stare de necesitate a organismului trăită de voi înșivă. Analizați „funcțiile” ei.



Esential pentru motivație este faptul că ea *instigă, impulsionează, declanșează acțiunea*, iar acțiunea prin intermediul conexiunii inverse influențează însăși baza motivațională și dinamica ei.

Motivația este o *pârghie* importantă în procesul autoreglării individului, o *forță motrică* a întregii sale dezvoltări psihice și umane. Aceasta înseamnă că selectarea și asimilarea, ca și sedimentarea influențelor externe se vor produce dependent de structurile motivaționale ale persoanei. Motivația sensibilizează diferit persoana la influențele externe, făcând-o mai mult sau

mai puțin permeabilă la ea. Acum, înțelegem mai bine de ce una și aceeași influență externă produce efecte diferite la persoane diferite sau la aceeași persoană în momente diferite ale existenței sale. Motivația, prin caracterul ei propulsator și tensional, *răscolește și reazăază, sedimentează și amplifică materialul construcției psihice a individului.*

1.2. Tipuri de motivație

Motivația este o noțiune „umbrelă” cu o sferă extrem de extinsă, în interiorul ei încadrându-se diferite tipuri, cele mai cunoscute fiind: *trebuințele, motivele, interesele, convingerile, idealurile, concepția despre lume și viață.*

Trebuințele sunt structuri motivaționale bazale și fundamentale ale personalității, forțele ei motrice cele mai puternice reflectând, cel mai pregnant, echilibrul biopsihosocial al omului în condițiile solicitărilor mediului extern.

Ele semnalizează cerințele de reechilibrare în forma unor stări și imbolduri specifice.



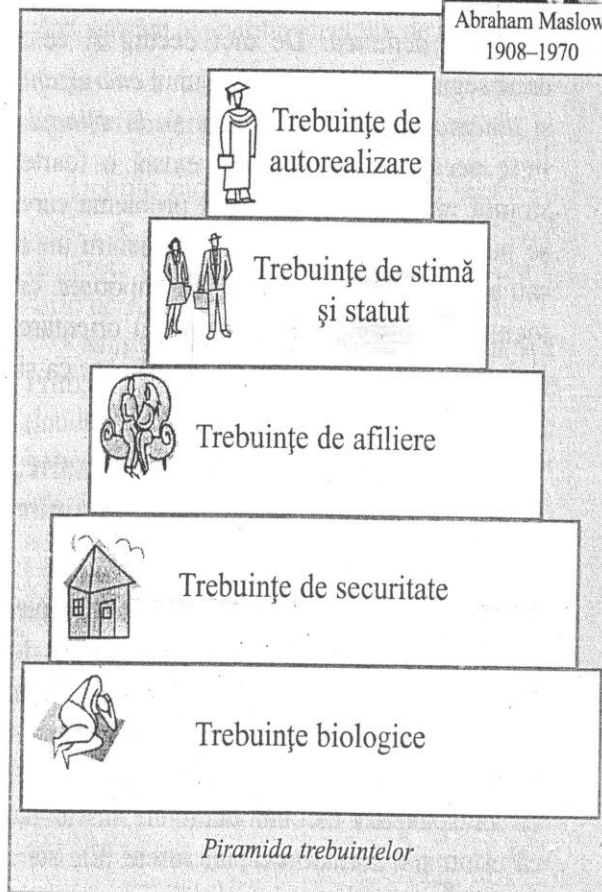
În funcție de geneza și conținutul lor, pot fi clasificate în: **trebuințe primare** (înnăscute, cu rol de asigurare a integrității fizice a organismului) și **trebuințe secundare** (formate în decursul vieții și cu rol de asigurare a integrității psihice și sociale a individului). În categoria primelor, se încadrează: trebuințele **biologice** sau **organice** (de foame, sete, sexuale) și trebuințele **fiziologice** sau **funcționale** (de mișcare, relaxare-descărcare). Ele sunt comune pentru om și animal, dar la om sunt modelate și instrumentate sociocultural. Cea de a doua categorie cuprinde: trebuințe **materiale** (de locuință, confort, de unelte și instrumente); trebuințe **spirituale** (de cunoaștere, estetice, etice, de realizare a propriei personalități); trebuințe **sociale** (de comunicare, anturaj și integrare socială, de cooperare etc.).

O clasificare interesantă a trebuințelor este făcută de psihologul american A. H. Maslow. El stabilește cinci categorii de trebuințe fundamentale, pe care le organizează și structurează

într-o „piramidă a trebuințelor” (vezi figura de mai jos). La acestea, a mai adăugat alte trei categorii de trebuințe (cognitive, estetice, de concordanță). Precizări făcute de el: o trebuință este cu atât mai improbabilă cu cât este mai continuu satisfăcută (ceea ce înseamnă că trebuința care motivează comportamentul este cea nesatisfăcută); o trebuință 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 face brusc, ci treptat; cu cât o trebuință se află mai spre vârful piramidei, cu atât ea este mai specific umană (acestea sunt mai puțin urgente din punct de vedere subiectiv, însă satisfacerea lor produce 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.



Abraham Maslow,
1908–1970



Satisfacerea firească a trebuințelor se asociază cu reducerea tensiunilor, nesatisfacerea lor duce fie la dilatarea și exacerbarea 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.

Motivele constituie reactualizări și transformări în plan subiectiv ale stărilor 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, al 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 ca fiind *mobilul care declanșează, susține energetic și orientează acțiunea*. De aici decurg și cele două segmente ale motivului: unul *energizant* și *dinamogen*, altul *orientativ* și *direcțional*. Între aceste două segmente există o foarte strânsă interacțiune, așa încât problema care se pune nu este aceea de a opta pentru unul sau altul dintre ele ca fiind mai important, ci tocmai susținerea lor reciprocă. O orientare slab energizată este la fel de dăunătoare ca și o energizare insuficient direcționată.

Interesele reprezintă orientări selective, relativ stabile și active spre anumite domenii de activitate.

Orientările globale, nediferențiate, situative și fluctuante, oscilante, facultative nu pot fi considerate ca fiind interese ci cel mult un început de cristalizare a acestora. Dacă un individ se apucă de 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 irezisti-

bile ale individului centrate pe un obiect fizic, o persoană sau o activitate, fără a viza foloase materiale sau avantaje. Un autor le-a definit ca fiind „tendința de a ne ocupa de anumite obiecte, de a ne plăcea anumite activități”. 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 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.).

Arată cum o trebuință se transformă în motiv, apoi în interes.



Convingerile sunt idei adânc implantate în structura personalității, puternic trăite afectiv, care împing, impulsionează spre acțiune.

Nu orice idee este 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 adânc înfipte în afectivitatea insului, în emoțiile, sentimentele și pasiunile sale. Mai mult decât atât, ele se impun în comportament, îl orientează permanent, de aceea, sunt nu doar constant promovate, ci și virulent apărate mai ales când sunt contrazise și atacate. În aceste împrejurări, ele devin adevărate *idei-forță*. Convingerile intră în funcțiune în împrejurări de alegere sau conflict valoric. Dacă sunt foarte puternice, de nezdruccinat, ele pot acționa chiar și împotriva instinctului de conservare. Mulți oameni celebri, cum ar fi filosofi Giordano Bruno (vezi figura alăturată), Thomas Morus, au murit pentru convingerile lor.



Giordano Bruno,
1548-1600

Idealurile reprezintă proiecții ale individului în sisteme de imagini și idei care îi ghidează întreaga existență.

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 arătat 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 obiectiv al vieții, ca valoare personală supremă ce prefigurează destine, ca o 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, filosofic, estetic, politic, existențial etc.), ca ceva ce nu există, dar ar putea fi, ca motiv central al existenței, ca opțiune valorică și programatică 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 fapt de cunoaștere, ci și de convingeri. Ea reprezintă o structură motivațională globală, cu rol strategic în raport cu orientarea comportamentului. Formată sub incidența condițiilor de viață, dar și a culturii și educației, fiind rezultanta experiențelor personale trăite pe drumul sinuos și singular al vieții, ea reunește

cognitivul cu valoricul și se împlinește în acțiune. Existând concepții științifice sau neștiințifice, realiste sau utopice (fanteziste), materialiste sau idealiste, progresiste sau retrogradate, ea presupune întotdeauna opțiunea valorică. De aceea, între convingeri, idealuri și concepția despre lume și viață există o foarte strânsă interdependență, împreună constituind un complex motivațional de prim ordin al personalității.

În procesul funcționalității concrete a acestor tipuri de motivații, apar o multitudine de efecte. Astfel, dacă un tip de motivație este împiedicat, barat, privat de satisfacerea legitimității apare efectul *frustrării*. Dacă la un moment dat sunt activate concomitent două sau mai multe tipuri de motive contradictorii, apare *conflictul motivațional*. Satisfacerea deplină, chiar în exces a unor tipuri de motivații, generează efectul de *saturație*. Când un scop sau un obiect al motivației este înlocuit cu un altul asistăm la apariția efectului de *substituție*.

1.3. Structuri motivaționale

Tipurile motivației se înlănțuie unele cu altele, se intersectează și se interacționează reciproc. Ca urmare a acestui proces, apar o serie de *structuri motivaționale complexe*.

• Motivația pozitivă și motivația negativă

Prima este produsă de stimulările premiale (lauda, încurajarea) și se soldează cu efecte benefice asupra activității sau relațiilor interumane, cum ar fi apropierea activităților, angajarea în ele, preferarea persoanelor etc. Cea de a doua este produsă de folosirea unor stimuli aversivi (amenințarea, blamarea, pedepsirea) și se asociază cu efecte de abținere, evitare, refuz.

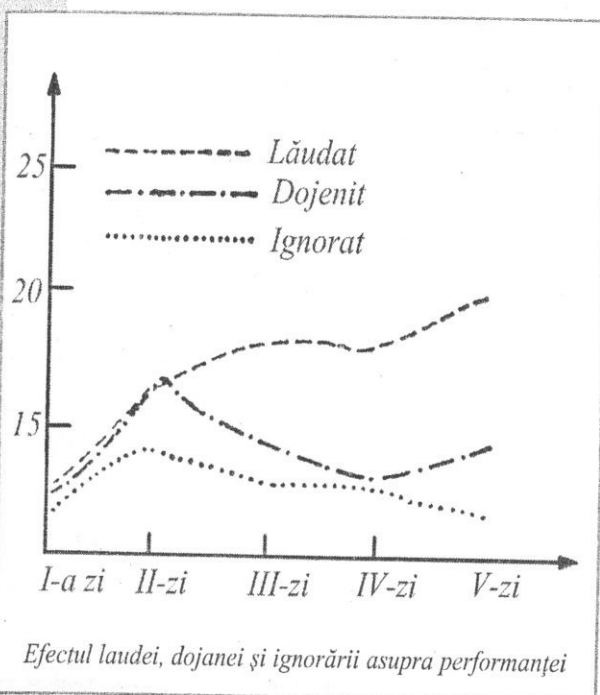
Interesant din acest punct de vedere este un experiment organizat de psihologul american E. B. Hurlock. El a împărțit o clasă de elevi în trei grupe care aveau sarcina de a rezolva timp de 5 zile probleme simple de

Gândiți-vă la propriile voastre resorturi motivaționale.

Puteți identifica printre ele convingeri, idealuri și concepții despre viață, lume, societate?



aritmetică. Înainte de începerea activității, primului grup de copii i se aduceau elogiul pentru modul de îndeplinire a activităților din ziua precedentă, celui de al doilea grup i se făceau observații, iar ultimul grup nu era nici lăudat, nici dojenit. S-a constatat că cea mai eficace a fost lauda, deoarece s-a asociat cu instalarea unor stări afective pozitive, tonifiante; utilitatea dojenelilor scade pe măsură ce se utilizează continuu, dat fiind faptul că produce stări afective neplăcute; cea mai neeficientă este ignorarea, deoarece în cazul ei lipsesc trăirile afective (vezi figura de mai jos).



• Motivația intrinsecă și motivația extrinsecă

Această clasificare are în vedere raportarea motivației la sursa ei producătoare. Dacă sursa generatoare se află în subiect, în nevoile și trebuințele lui personale, dacă ea 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. Când cineva se plimbă pentru plăcerea de a se plimba, citește o carte pentru că îl interesează, joacă tenis pentru că este

atrăs de această acțiune, învață din nevoia de a-și ține trează trebuința de orientare și investigație, atunci spunem că este animat de o motivație intrinsecă. Dacă sursa generatoare a motivației se află în afara subiectului, fiindu-i sugerată acestuia sau chiar impusă de o altă persoană, dacă ea nu izvorăște din specificul activității desfășurate, atunci avem de a face cu o motivație indirectă sau extrinsecă. Un copil care învață pentru notă sau pentru că i s-a promis un cadou, un tânăr care optează pentru o profesiune datorită salariului mare garantat pentru practicarea ei, sunt impulsionați de motivații extrinseci.

• Motivația cognitivă și motivația afectivă

Prima își are originea în activitatea exploratorie, în nevoia de a ști, de a cunoaște, de a fi stimulat senzorial, forma ei tipică fiind curiozitatea pentru nou, complex, pentru schimbare. Se numește cognitivă, deoarece acționează dinlăuntrul proceselor cognitive (dinlăuntrul percepției, gândirii, memoriei, imaginației), stimulând activitatea intelectuală din aproape în aproape. Astfel, de la 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 ca un scop în sine. Motivația afectivă este determinată de nevoia omului de a obține aprobarea din partea altor persoane, de a se 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.

1. Cum pot fi apreciate aceste structuri motivaționale din perspectiva productivității lor? Ele sunt inegal sau egal productive?

Argumentați.

2. Prin ce mijloace și modalități putem crește gradul de eficiență a diferitelor structuri motivaționale?

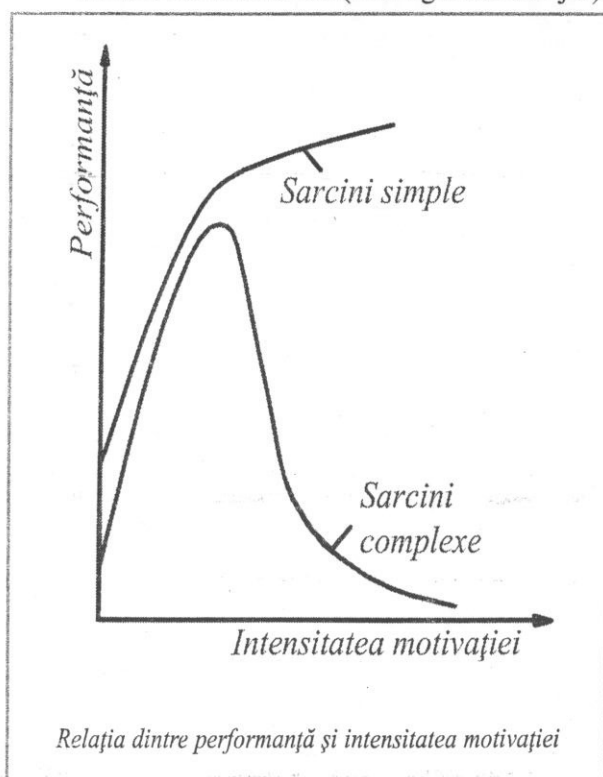
Enumerați câteva dintre ele.

1. 4. Motivație și performanță.

Optimum motivațional

Motivația nu trebuie considerată și interpretată în sine, ca un scop în sine, ci pusă în slujba obținerii unor performanțe înalte. *Performanța este un nivel superior de îndeplinire a scopului.* Din perspectiva diferitelor 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 motivație, mai corect spus dintre intensitatea motivației și nivelul performanței este dependentă de complexitatea activității (sarcinii) pe care subiectul o are de îndeplinit. Cercetările psihologice au arătat 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 (vezi figura de mai jos).



Eficiența activității depinde însă nu numai de relația dintre intensitatea motivației și complexitatea sarcinii (care poate fi sarcină de învățare, de muncă sau de creație), ci și de relația dintre intensitatea motivației și gradul de dificultate a sarcinii cu care se confruntă individul. Cu cât între mărimea intensității motivației și gradul de dificultate a sarcinii există o mai mare corespondență și adecvare, cu atât eficiența activității va fi asigurată. În acest context, în psihologie a apărut ideea **optimumului motivațional**, adică 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:

- când dificultatea sarcinii este percepută (apreciată) corect de către subiect.

În acest caz, optimum motivațional înseamnă relația de corespondență, chiar de echivalență între mărimile celor două variabile. Dacă dificultatea sarcinii este mare, înseamnă că este nevoie de o intensitate mare a motivației pentru îndeplinirea ei. Dacă dificultatea sarcinii este medie, o motivație de intensitate medie este suficientă pentru soluționarea ei etc;

- când dificultatea sarcinii este percepută (apreciată) incorect de către subiect.

În acest caz, ne confruntăm cu două situații tipice: fie cu subaprecierea semnificației sau dificultății sarcinii, fie cu supraaprecierea ei. 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 duce în final, la nerealizarea sarcinii. În cel de al doilea caz, subiectul este *supramotivat*, activează în condițiile unui surplus energetic care l-ar putea dezorganiza, stresa, i-ar putea cheltui resursele energetice chiar înainte de a se confrunța cu sarcina. Când un elev tratează cu ușurință sau supraestimează importanța unei teze sau a unui examen va ajunge la același efect: eșecul. În aceste condiții, pentru

a obține un optimum motivațional este necesară o *ușoară dezechilibrare* între intensitatea motivației și dificultatea sarcinii. De exemplu, dacă dificultatea sarcinii este medie, dar este apreciată (incorect) ca fiind mare, atunci o intensitate medie a motivației este suficientă pentru realizarea ei (deci o ușoară submotivare). Optimumul motivațional se obține prin acțiunea asupra celor două variabile care intră în joc: prin obișnuirea indivizilor de a percepe cât mai corect dificultatea sarcinii (prin atragerea atenției asupra importanței ei, prin sublinierea momentelor ei mai grele etc.) sau prin manipularea intensității motivației în sensul creșterii sau scăderii ei (introducerea unor emoții puternice de anxietate sau frică ar putea crește intensitatea motivației, anunțarea elevilor sau a subordonaților că în curând va avea loc o inspecție se soldează cu același efect).

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 împinge 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 elev slab, acceptabil pentru unul mediocru, dar o decepție pentru unul bun). Pentru elevii slabi și mediocri, nivelurile de aspirație relativ scăzute reprezintă succes, în timp ce pentru cei cu aptitudini, un regres, ei vor regresa chiar și sub raportul valorificării capacităților de care dispun. De aceea, este bine ca nivelul de aspirație – pentru a avea un efect pozitiv – să fie *cu puțin peste posibilitățile de moment*. Nu trebuie uitat niciodată că discrepanța prea mare dintre capacități și aspirații este periculoasă. La Fontaine spunea, într-o fabulă a sa, că atunci când o broască își propune să se umfle pentru a ajunge elefant, sfârșește prin a plesni.

APLICAȚII

1. Aplicați pe o clasă de elevi un chestionar scurt cu două întrebări: „Când învăț, de ce învăț?“, „Când nu învăț, de ce nu învăț?“ (eventual puteți preciza un anumit obiect de învățământ).

Cereți să se enumere cel puțin cinci răspunsuri la fiecare întrebare. Analizați răspunsurile recoltate și constatați ce forme sau tipuri de motivație predomină.

2. Căutați, la psihologie sau la orice alt obiect de învățământ, cât mai multe exemple noi, neobișnuite, frapante, contradicții, paradoxuri de idei etc., care să vă crească motivația învățării.

3. Faceți următorul experiment. Sarcina: trasarea, timp de 15 secunde, a cât mai multor liniuțe verticale unele după altele. Înainte de a începe activitatea, gândiți-vă câte liniuțe credeți că veți putea trasa în cele 15 secunde. Scrieți numărul în dreapta paginii sus. Începeți și trasați liniuțele. Câte ați obținut? Scrieți numărul alături de cel dinainte.

Repetăți activitatea, dar nu înainte de a nota numărul de liniuțe pe care credeți că-l veți realiza de data aceasta. Procedați în acest fel de mai multe ori. Analizați rezultatele obținute și explicați-le cu ajutorul profesorului.

2. Afectivitatea

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 interesele, aspirațiile, idealurile. Între stimulii interni (pe care i-am reunit sub denumirea de motivație) 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, contrazicerea sau nesatisfacerea lor duce la neplăcere, nemulțumire, indignare, tristețe etc.

2.1. Specificul afectivității și relația ei cu alte fenomene psihice

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

 Dați exemple de situații în care unul și același obiect produce stări afective variate unor persoane diferite sau la una și aceeași persoană în momente/situații diferite. Explicați de ce se întâmplă așa.

dintre el și subiect, pentru că numai într-o asemenea relație obiectul capătă semnificații în funcție de gradul și durata satisfacerii trebuințelor.

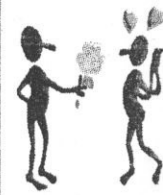
Relaționarea unică sau repetată a individului cu diverse obiecte, fenomene, persoane,



Relaționarea afectivă

evenimente se soldează cu construirea treptată, în plan subiectiv, a unor atitudini, a unor poziții față de acestea, atitudini care pot fi oricând redeclanșate (vezi figura alăturată).

Vai, dragă, ce emoții îmi provoci!...



Procesele psihice care reflectă relațiile dintre subiect și obiect sub formă de trăiri, uneori atitudinale, poartă denumirea de procese afective.

Între procesele afective și cele cognitive, există o serie de diferențieri.

Procese cognitive:

- în ele, omul operează cu instrumente specializate (gândirea cu operații, memoria cu procese, imaginația cu procedee);
- subiectul se subordonează obiectului pe care încearcă să-l epuizeze cognitiv;
- ceea ce contează la ele sunt potențele și organizarea cognitivă a indivizilor.

Procese afective:

- omul reacționează cu întreaga lui ființă, afectivitatea este o vibrație, concomitent organică, psihică și comportamentală, ea este tensiunea întregului organism cu efecte de atracție și respingere, căutare și evitare;
- subiectul se subordonează relației, într-un fel sieși, pentru că el este cel care introduce o anumită valoare sau semnificație emoțională în obiectul reflectat;
- contează organizarea motivațională a indivizilor, raportul obiectului (perceput, gândit sau imaginat) cu necesitățile, cu gradul lor de satisfacere.

Diferențe există și între afectiv și motivațional, în cazul primului contând efectul de câmp (în care deplasarea unui punct determină o variație dinamică într-un alt punct, născându-se astfel un curent de echilibrare preferențială care dispare o dată cu lichidarea tensiunii), în timp ce în cazul celui de-al doilea, esențial este caracterul vectorial.

1. Când conflictul afectiv produs de ciocnirea dintre emoții, sentimente, pasiuni este solidar cu conflictul cognitiv, cu ciocnirea ideilor, modalităților de rezolvare etc. randamentul activității intelectuale crește sau scade?

2. Când tensiunea afectivă scade, ajungându-se până la starea de indiferență, capacitatea individului de a soluționa probleme noi crește sau scade?

Aceste diferențe nu trebuie să ne ducă la considerarea afectivității ca fiind ruptă de cognitiv și motivațional, dimpotrivă între ele există o foarte strânsă interinfluențare, ba chiar o convertire a unora în altele.



Explicați următoarele formulări:

a. Procesele afective sunt motive active aflate în plină desfășurare, iar motivele sunt procese afective condensate, cristalizate, „solidificate“.

b. Stările afective nu sunt simple umbre, proiecții în conștiință ale unor stări organice, dublete gratuite ale unor dezechilibre fiziologice.

Practic, nu există fenomen psihic cu care procesele afective să nu se afle în relații de interacțiune și interdependență. Afectivitatea este prezentă începând cu pulsațiile inconștientului și terminând cu realizările ultimative ale conștiinței. Tocmai de aceea ea este considerată ca fiind componenta bazală, infrastructurală a psihicului, dar și nota lui definitorie, deoarece prin afectivitate omul se diferențiază profund de roboți și calculatoare, de așa zisa inteligență artificială. Dacă rațiunea omului poate fi reprodusă de calculator, stările și trăirile afective vor rămâne apanajul lui specific.

2.2. Clasificarea trăirilor afective

Și noțiunea de afectivitate, la fel ca și cea de motivație, este de tip „umbrelă“, adică un concept cuprinzător, încorporând în sine o multitudine de stări și trăiri afective.

În clasificarea acestora se utilizează mai multe criterii, cum ar fi: intensitatea, durata, complexitatea, gradul lor de conștientizare etc. Inspirați de studiile asupra afectivității ale psihologului român Vasile



Vasile Pavelcu
1900-1991

Pavelcu (vezi figura alăturată), vom utiliza criteriul corelației dintre activitatea scoarței cerebrale (centri nervoși superiori) și ai subscoarței cerebrale (centri nervoși inferiori). În funcție de acest criteriu, vom stabili trei mari categorii de procese afective: primare, complexe, superioare.

A. Procesele afective primare au un caracter elementar, spontan, sunt slab organizate, mai aproape de biologic (instinctiv) și mai puțin elaborate cultural, ele tind să scape controlului conștient, rațional.

În categoria lor includem:

a. **Tonul afectiv al proceselor cognitive**, care se referă la reacțiile emoționale ce însoțesc și colorează afectiv orice act de cunoaștere; o senzație, o reprezentare, o amintire, un gând etc. trezesc în noi stări afective de care adeseori nici nu ne dăm seama; culorile, sunetele, mirosurile percepute generează nu doar acte cognitive, ci și afective (de plăcere, neplăcere, etc.).

b. **Trăirile afective de proveniență organică** sunt cauzate de buna sau proasta funcționare a organelor interne; ele sunt datorate, mai ales, „ciocnirilor“ dintre organele interne în stare de boală; în cardiopatii apar stări de alarmă afectivă, în bolile gastro-intestinale apar stări de mohoreală, în hepatită predominantă este euforia, pentru că în maladiile pulmonare să fie mult mai frecvente stările de iritare.

c. **Afectele** sunt procese afective simple, primitive și impulsive, puternice, foarte intense și violente, de scurtă durată, cu apariție bruscă și desfășurare impetuoasă. Groaza, mânia, frica, spaima, accesele de plâns zgomotos, râsul în hohote etc. sunt astfel de afecte care, deși reorganizate cultural, se află foarte aproape de instincte.

Ele sunt însoțite de o expresivitate bogată, se manifestă direct, uneori necontrolat, ducând chiar la acte necugetate. Deși se supun mai greu controlului conștient, acesta nu este total exclus și tocmai de aceea omul nu este considerat a fi iresponsabil de acțiunile efectuate sub impulsul afectelor. Angajarea într-o altă activitate, efectuarea unor mișcări preventive ar putea contribui la stăpânirea lor.

Puteți descrie un
afect pe care l-ați trăit?
(caracteristici, cauze,
consecințe)



B. Procesele afective complexe beneficiază de un grad mai mare de conștientizare și intelectualizare.

Cuprind:

a. Emoțiile curente sunt forme afective de scurtă durată, active, intense, provocate de însușirile separate ale obiectelor, au caracter situativ, desfășurare tumultuoasă sau calmă, orientare bine determinată (spre un obiect sau o persoană anumită). Printre acestea enumerăm: bucuria, tristețea, simpatia, antipatia, entuziasmul, admirația, disprețul, speranța, deznădejdea, plăcerea, dezgustul etc. Ele sunt mult mai variate și diferențiate decât afectele, manifestându-se într-un comportament mai nuanțat și rafinat, în principal, după tipare și conveniențe socio-culturale.



Analizați-vă din punct de vedere psihologic o mare bucurie pe care ați trăit-o cândva.

b. Emoțiile superioare sunt legate nu atât de obiecte, cât de o activitate pe care o desfășoară individul. Ele pot să apară în activitățile intelectuale, în reflectarea frumosului din realitate, în realizarea comportamentului moral. De obicei presupun evaluări, acordări de semnificații valorice activităților desfășurate. Când între ele și situațiile de viață există coincidențe, asistăm la acumularea și sedimentarea lor treptată, fapt care generează stări emoționale concordante. Conflictul dintre așteptările și obișnuințele emoționale, pe de o parte, și caracterul inedit al situațiilor cu care ne confruntăm, pe de altă parte, produce șocul emoțional. Spre deosebire de afecte, ele se supun în mai mare măsură învățării, existând chiar o formă de învățare numită învățare afectivă.

c. Dispozițiile afective sunt stări difuze, cu intensitate variabilă și durabilitate relativă. Spre deosebire de emoții, care au o orientare precisă, ele sunt mai vagi. Aceasta nu înseamnă că nu au o cauză sau chiar mai multe, însă individul, cel puțin momentan, nu-și dă seama de existența acesteia. Un elev poate fi bine sau prost dispus fără să-și dea seama de ce anume. În urma unei analize atente, cauza dispoziției poate fi depistată și înlăturată (dacă este vorba de o dispoziție negativă, care, de

obicei, creează un fond pesimist) sau reținută și amplificată (dacă este vorba de o dispoziție pozitivă, care creează un fond optimist). Dacă dispozițiile se repetă, se pot transforma în trăsături de caracter. Firile închise, taciturne, anxioase, mohorâte, blazate, ca și cele deschise, bine dispuse, vesele, entuziaste se formează tocmai prin repetarea și prelungirea în timp în personalitatea individului a dispozițiilor afective trăite de acesta în existența sa personală.

C. Procesele afective superioare se caracterizează printr-o mare restructurare și raportare valorică, situată nu la nivel de obiect (ca cele primare), de activitate (ca cele complexe), ci la nivel de personalitate, depășind prin conținutul și structura lor stările emoționale dispartate și tranzitorii.

a. Sentimentele sunt trăiri afective intense, de lungă durată, relativ stabile, specific umane, condiționate social-istoric. Prin gradul lor de stabilitate și generalitate iau forma unor atitudini afective care se păstrează multă vreme, uneori toată viața, chiar și atunci când situația provoacă noi sentimente. Datorită stabilității lor putem anticipa conduita afectivă a individului. Sentimente ca dragostea, ura, invidia, gelozia, admirația, îndoiala, recunoștința includ elemente de ordin intelectual, motivațional, voluntar, și caracterizează omul ca personalitate.



Pe baza observației sau autoobservației invocați și identificați/descrieți cele trei faze ale formării și dinamicii sentimentelor:

- faza de cristalizare,
- faza de maturizare,
- faza de decristalizare.

Ca generalizări ale emoțiilor, sentimentele pot fi: *intelectuale* (curiozitatea, mirarea, îndoiala, dragostea de adevăr), care apar în procesul cunoașterii și reflectă relația față de ideile proprii sau ale altora; *estetice* (admirația, extazul), apărute în procesul reflectării frumosului din viață, natură, societate; *morale* (patriotismul, datoria), ce reflectă atitudinea față de bine sau rău, față de conduitele personale sau ale semenilor. Pe fondul sau în strânsă legătură cu ele se formează *sentimentele Eu-lui* (amorul propriu, sentimentele

III Stimularea și energizarea comportamentului

de inferioritate sau de superioritate). Situația individului de „a fi în lume” sau „de a fi în timp” generează atitudini distincte față de ambiguitatea destinului, angoasa și speranța



Un psiholog francez, Theodule Ribot, a scris o carte intitulată „Logica sentimentelor”. În ce sens credeți că se poate vorbi de o logică a sentimentelor?

ca sentimente extrem de complexe, dar decisive pentru viața individului. La fel de importante sunt și *sentimentele sociale și psihosociale* ale omului (vanitatea, demnitatea, sociabilitatea).

b. Pasiunile sunt sentimente cu o orientare, intensitate, grad de stabilitate și generalitate foarte mare, antrenând întreaga personalitate.



Comentați următoarele afirmații: „omul nu e decât o forță latentă” (Amiel); „emoțiile acționează ca o apă ce rupe digurile, pasiunile acționează ca un torent care-și scobește din ce în ce mai profund albia”.

Dacă emoția este pasageră, simplă, dezordonată, pasiunea este durabilă, complexă, organizată. De altfel, în toate tipologiile personalității, emotivul și pasionatul formează tipuri distincte, primul fiind exploziv, un foc de artificii, celălalt constant, un fel de bec ce iluminează tot timpul. Totuși pasionatul nu poate trăi fără proliferarea emoțiilor pe care și le provoacă sau le suportă. El are nevoie de noutăți, de surprize, de obstacole, dorește absolutul, respinge satisfacțiile limitate oferite de realitate. Ca urmare, el caută, găsește sau produce tot timpul motive de neliniște, prilejuri de a fi activ. Psihologia clasifică pasiunile în două mari categorii: pasiuni *lucide* sau *nobile* și pasiuni *oarbe*. Acestea din urmă sunt fondate pe trei centre de interes fundamentale: *Eul* (pasiunile posesive: avariția, cupiditatea, fanatismul); *Altul* (gelozia, ambiția); *Lumea* (pasiunea pentru jocurile de noroc sau pentru alte jocuri intelectuale). Accentuarea lor duce la adevărate psihoze pasionale (delirurile revendicative, erotomania, gelozia morbidă). Cine nu-și amintește de unele personaje celebre ca Othello, marchizul de Sade, Phedra, Gobseck, Harpagon, Hagi Tudose etc... etc...,

la care pasiunile fac ravagii în personalitatea lor. Punându-și în funcție pasiunile nobile, cu orientare socială pentru adevăr, dreptate, progres, omul se revitalizează, își consumă energia creatoare, biruie multe greutăți. În același timp, el trebuie să lupte cu pasiunile negative, așa numitele patimi sau vicii, dirijate de scopuri egoiste, dăunătoare, ce pun stăpânire pe personalitate și o domină, devitalizează și deviază comportamentul.



În figura alăturată este redată o celebră sculptură a lui C. Brâncuși.

Ce trăire afectivă identificați?



2.3. Proprietățile trăirilor afective

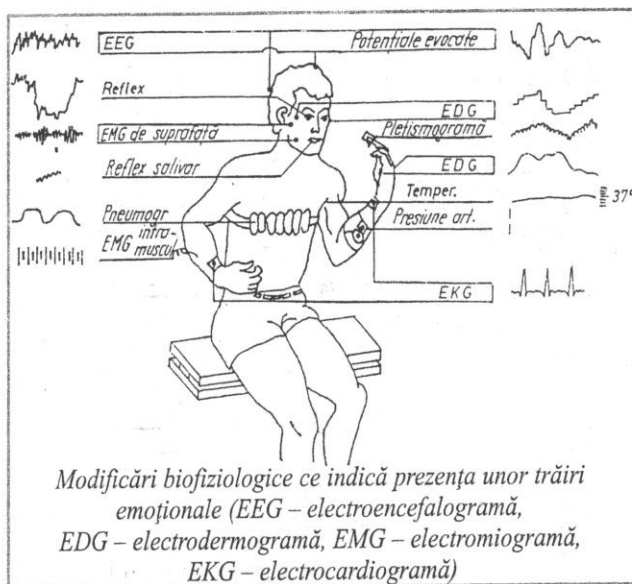
Când vorbim de proprietățile trăirilor afective, avem în vedere nu notele lor distinctive și definitorii, care le individualizează în raport cu alte fenomene psihice, ci *capacitățile* sau *disponibilitățile* pe care le posedă.

a. Trăirile afective dispun de capacitatea de a se exterioriza, de a putea fi „văzute”, „citite”, „simțite”, proprietate pe care o numim *expresivitate emoțională*. Exteriorizarea se realizează prin intermediul unor semne exterioare, care poartă denumirea de expresii emoționale. Acestea sunt: mimica și pantomimica (râs, plâns, zâmbet, dans etc); modificări de natură vegetativă (amplificarea sau diminuarea ritmului respirației, vasoconstricția și vasodilatația, creșterea conductibilității electrice a părului, hiper sau hipotonusul muscular, modificarea compoziției chimice a sângelui sau a hormonilor etc.); modificarea vocii (a intensității, ritmului vorbirii, timbrului vocii etc.). Expresiile emoționale nu sunt izolate



Zâmbetul este o expresie emoțională specific umană. Enumerați câteva dintre variațiile lui.

unele de altele, ci se corelează și se subordonează stărilor afective dând naștere la ceea ce se numește *conduita emoțional-expresivă*. De exemplu, conduita expresivă a tristeții (brațele atârinate, capul aplecat, pleoapele și colțul buzelor lăsate în jos, mișcări fără vigoare, ochi „stinși“, fața „pământie“) se deosebește de conduita expresivă a bucuriei (ținută dreaptă, zveltă, ochii deschiși, strălucitori, mobilitatea brațelor, în genere a mușchilor etc.).



Expresiile emoționale îndeplinesc roluri importante în comportamentul omului, dintre care mai semnificative sunt:

* *Rol de comunicare* (se face cunoscută în exterior starea afectivă trăită de o persoană sau cea pe care ea dorește ca ceilalți s-o perceapă; citind expresiile emoționale exprimate pe chipul elevilor săi, profesorul își poate da seama dacă aceștia au înțeles sau nu; prin propriile sale expresii emoționale, profesorul poate întări forța de sugestie a cunoștințelor).

* *Rol de influențare a conduitei altora în vederea săvârșirii unor acte* (o persoană poate plânge pentru a impresiona, a obține mângâierea, acordul sau ceea ce și-a propus; o alta manifestă temeri pentru a se asigura de ajutorul cuiva; în acest sens, vorbim de utilizarea socială a expresiilor emoționale cu scop, pentru a obține ceva).

* *Rol de autoreglare, în vederea adaptării mai bune la situațiile cu care ne confruntăm* (plângem în situațiile triste, râdem în cele ve-

sele; comportamentul invers ar fi un exemplu tipic de dezadaptare expresiv-emoțională).

* *Rol de contagiune* (de a se transmite și de a trezi reacții similare și la alte persoane, de a da naștere la stări afective colective - pozitive sau negative - prin aceasta întărindu-se forța de coeziune sau de dezbinare a membrilor grupurilor).

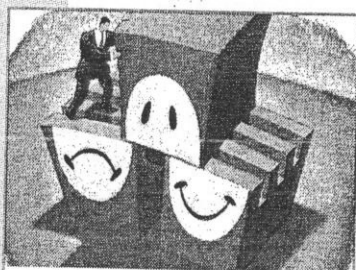
* *Rol de accentuare sau de diminuare a însăși trăirii afective* (plângând ne putem „descărca“, elibera sau, dimpotrivă, „încărca“ afectiv).

În viața socială, unele expresii și conduite emoționale se *convenționalizează*, sunt întărite și valorificate, altele inhibitate și respinse, având loc parcă un fel de „dresaj afectiv“. În cultura occidentală de exemplu, plânsul este rezervat femeilor și refuzat bărbaților, în timp ce în alte culturi, el este încurajat tocmai la bărbați. Apoi, unele expresii emoționale se *standardizează*, se generalizează și se asociază cu o serie de semne afectogene, dând naștere astfel unui „limbaj afectiv“. Tristețea produsă de pierderea unei persoane dragi este simbolizată prin doliu - negru, la anumite popoare; alb, la altele. Sărutul s-a standardizat sub diferite specii: părintesc, amical, fratern, colegial, oficial, erotic etc. Rezultă că expresiile emoționale au nu doar o semnificație individuală, ci și una socială.

Fenomenele de convenționalizare și de standardizare a expresiilor emoționale au o dublă semnificație: pe de o parte, ele evidențiază valențele adaptative ale expresiilor emoționale; pe de altă parte, arată că nu întotdeauna între starea/trăirea afectivă și expresia ei exterioară există o coincidență. Marea problemă este aceea a identificării unor mijloace și modalități prin care să se poată ști care este adevărul. Intuiți vreun asemenea mijloc?

b. Trăirile afective au proprietatea de a se *converti unele în altele*, adică de a se transforma din pozitive în negative sau invers. Un sentiment puternic de dragoste poate trece în opusul său, în cel de ură. Dacă această

conversiune nu depășește o anumită frecvență relativă, dacă ea este profund motivată și păstrează nealterat echilibrul intern al personalității, atunci vorbim de mobilitatea trăirilor afective. Dacă însă convertirile unor stări în



Convertirea trăirilor afective

alte sunt extrem de frecvente și de nimic motivate, atunci avem de-a face cu fluctuația trăirilor afective, care este un semn de natură patologică.

c. Trăirile afective au capacitatea de a se păstra chiar și în lipsa stimulului care le-au generat. Această proprietate are o foarte mare importanță, deoarece acționând asupra semnificației afectogene a stimulului, putem crește, amplifica sau, dimpotrivă, diminua trăirea afectivă.

Expresivitatea, conversia și persistența trăirilor afective sunt proprietăți care au o mare aplicabilitate practică. Chiar din cele de mai sus s-a dedus că ele acționează nu doar în relațiile cotidiene, ci și în diferite domenii ale vieții sociale, cum ar fi cel al artei scenice, al psihologiei medicale și patologiei etc.

2.4. Rolul proceselor afective

Problema rolului proceselor afective a fost extrem de controversată în psihologie.

Emoțiile, prin starea de agitație difuză, prin intensitatea și desfășurarea lor tumultuoasă, dezorganizează conduita umană. (Pierre Janet)

Emoțiile, prin mobilizarea întregului organism, prin punerea lui în acord cu situația, organizează conduita umană. (W. B. Cannon)

În această manieră tranșantă, nici una dintre concepțiile de mai sus nu poate fi acceptată.

Procesele afective, luate în ansamblul lor, îndeplinesc ambele categorii de roluri, dar în condiții diferite. Astfel, ele dezorganizează conduita atunci când sunt foarte intense sau când individul se confruntă cu situații noi,

neobișnuite, pentru care organismul nu și-a elaborat încă modalitățile comportamentale adecvate. Stările de groază, de furie, de depresie, de ură, prin intensitatea lor crescută, paralizază, anihilează, îl fac pe individ agresiv sau neputincios, devenind astfel o piedică în calea realizării eficiente a activității. Dacă însă trăirile afective au o intensitate normală (medie), dacă ele apar în situații pentru care organismul și-a elaborat deja diferite modalități comportamentale, atunci ele organizează conduita.

Gândiți-vă la o stare afectivă pe care ați trăit-o cândva. Arătați efectele ei organizatoare sau dezorganizatoare asupra propriei conduite.



Funcția esențială a proceselor afective ca și a expresiilor lor este aceea de a pune organismul în acord cu situația, deci de a adapta, de a regla conduita umană din punct de vedere energetic și direcțional. Chiar dezorganizarea inițială, care apare uneori va duce, în final, la o organizare superioară, în sensul că individul va ști în altă situație cum să reacționeze. Procesele afective îndeplinesc un rol major în susținerea energetică a activității (dacă procesele cognitive furnizează imagini, concepte, idei, cele afective furnizează energia necesară formării și operării cu aceste produse psihice). Ele potențează și condiționează acțiunea, „regizează” schimburile cu ambianța, permițând stăpânirea ei. Chiar situațiile stresante sau frustrante, dacă au o intensitate moderată, îl ajută pe individ să se adapteze mai bine ambianței și solicitărilor ei. Frustrarea se asociază nu doar cu conduite agresive, repressive sau autopunitive, ci și cu conduite orientate spre creație, performanță, autorealizare.

Afectivitatea îndeplinește funcții importante nu doar în raport cu activitatea, ci și cu procesul cunoașterii interpersonale. „Cheia înțelegerii altora – scria Vasile Pavelcu – se află în propriile noastre vibrații afective”. Mai mult decât atât, afectivitatea, prin una dintre formele ei specializate – simpatia, are un mare rol chiar în apariția și menținerea societății. Psihologul francez Theodule Ribot afirma, încă din 1897, că „simpatia este baza întregii existențe sociale”.

APLICAȚII

1. Urmăriți-vă (prin autoobservare) propriul comportament în situații care implică trăiri afective și stabiliți particularitățile lor (Sunt adecvate situației? Vă organizează sau vă dezorganizează conduita? Sunt intense? Sunt durabile? Sunt stabile sau fluctuante? Le dominați sau sunteți dominat de ele? etc.).

2. Imaginați-vă cât mai multe situații în care să intervină diverse stări afective (mânie, frică, spaimă, furie, dezgust, curiozitate, afirmare, supunere, tristețe, bucurie, mâhnire etc.). Încercați apoi să arătați cum v-ați comporta voi dacă ați trece prin asemenea situații. Caracterizați-vă comportamentul afectiv, folosind parametrii din lecție.

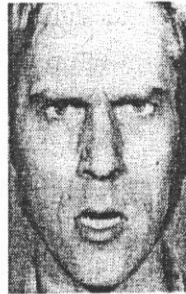
3. Rugați un coleg să întocmească o listă cu mai multe cuvinte, dintre care unele neutre din punct de vedere afectiv, iar unele „afectogene” (generatoare de emoții), pe care să v-o citească rar. La fiecare cuvânt rostit de coleg, răspundeți cu primul cuvânt venit în minte. Rugați colegul să noteze atât cuvântul stimul, cât și cuvântul răspuns, ca și timpul vostru de reacție.

Comparați-vă rezultatele între voi. Ce constatări puteți face?

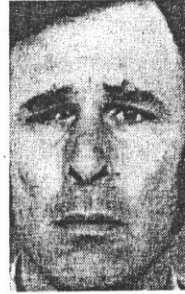
4. Mai jos figurează șase expresii emoționale. Organizați o microcercetare în două variante.



a)



b)



c)



d)



e)



f)

Varianta 1:

Rugați colegii din alte clase să spună ce expresii emoționale redă fiecare chip din figură.

Varianta 2:

Spuneți-le colegilor investigați că în figurile prezentate sunt redat mai multe expresii emoționale. Numiți-le: dezgust, frică, fericire, tristețe, surpriză, mânie.

Cereți-le apoi, să identifice fiecare dintre expresiile denumite. (În care imagine se redă fericirea? Dar surpriza? etc.)

Sarcină: Comparați și explicați rezultatele obținute în cele două variante.

Expresii emoționale: a) fericire; b) mânie; c) tristețe; d) surpriză; e) dezgust; f) frică



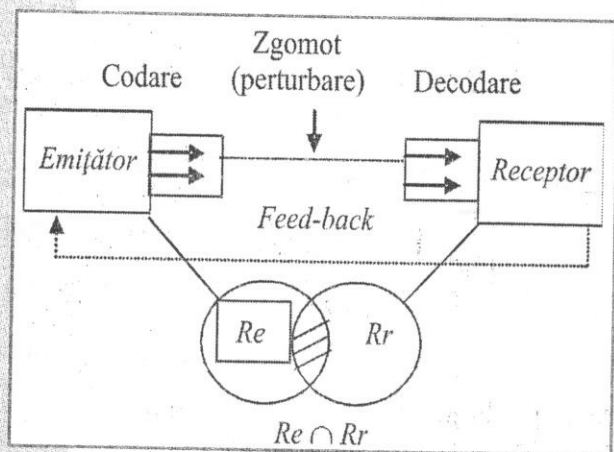
1. Comunicarea și limbajul

Să ne imaginăm următoarea situație: în curtea școlii doi elevi, Andrei și Cornel se îndreaptă unul spre celălalt, se salută, își strâng mâinile și discută foarte relaxat, amical. Ce anume ne comunică aceste gesturi? Evident o relație colegială apropiată, poate chiar prietenia. Andrei îi comunică lui Cornel că i-a adus un CD cu muzică preferată, iar Cornel îi oferă și el un CD cu un film nou apărut. Din discuția lor mai rezultă că urmează să plece într-o țară străină să locuiască în vacanță la o familie, iar anul următor familia lor să găzduiască tineri din aceea țară. Să analizăm situația: avem descrise aici cele **trei forme fundamentale de schimburi proprii societății umane: schimbul de bunuri, schimbul de persoane și schimbul de informații.**

1.1. Comunicare și comportament

Comunicarea este un schimb de informații.

Se realizează conform următoarei scheme:



Emitătorul transmite un mesaj adresat receptorului în urma unui proces de codificare, de transpunere într-un cod (sistem de semne, simboluri, limbaje). Conținutul comunicării este mesajul și acesta este transmis pe un canal de comunicare (vizual față în față, prin telefon sau alte mijloace tehnice). Transmisia poate fi „bruiată” de „zgomote” (surse perturbatoare,

difficultăți de înțelegere a mesajului). Receptorul va proceda la o descifrare a mesajului și va închide comunicația sau o va continua emițând – la rândul lui – un mesaj de răspuns, un nou mesaj, solicitare de explicații suplimentare, aprobare, dezaprobare (feed-back-uri). Comunicarea este condiționată de utilizarea unui repertoriu comun de coduri, sisteme de semne, simboluri. Re – repertoriul emițătorului – prezintă o zonă comună cu Rr – repertoriul receptorului – după formula $Re \cap Rr$.

Pentru a ne explica procesul comunicării, trebuie să răspundem la următoarele întrebări:

- * Cine este cel care comunică?
- * Cu cine comunică? Cui îi este destinat mesajul?
- * Ce anume se comunică? Care este mesajul?
- * Cum, în ce mod se comunică? Prin ce canal?
- * Când și unde se comunică? În care moment și în care loc?
- * În ce scop? Care este finalitatea comunicării?

Termenul de comunicare acoperă un număr foarte mare de situații din viața reală. Practic, prin tot ceea ce facem, modul cum acționăm, prin gesturile, mimica, atitudinile corporale, prin ținută, vestimentație, prin parfumuri și machiaj, prin ceea ce scriem, desenăm, prin imagini și, în primul rând prin limbaj, noi comunicăm ceva. Nu facem acest lucru întotdeauna intenționat, voluntar, dar implicit comunicăm ceva.

2.2. Comunicarea nonverbală

Psihologia modernă acordă o atenție sporită comunicării nonverbale, pentru că ne oferă informații prețioase asupra comportamentului. De exemplu, la angajare, specia-

listul în recrutare va fi în avantaj dacă „citește” candidatul dincolo de discursul lui verbal, prin gesturi, mimică, pantomimică, ținută. La rândul lui, candidatul se va pregăti și el și va oferi conduite cât mai credibile, mai convingătoare. Oamenii așteaptă unii de la ceilalți comportamente precise, iar comunicarea nonverbală permite o evaluare obiectivă, întrucât limbajul verbal adesea este folosit pentru a ascunde ceva, pentru a crea o imagine dorită. Uneori dorința de a ne face înțeleși poate duce la comportamente distorsionate. Turistul într-o țară străină tinde să vorbească foarte tare, să râdă zgomotos, să adopte gesturi amicale sau să dea intens și repetat din cap în semn de aprobare. Pentru localnici comportamentul lui este nepotrivit, artificial. Dar dincolo de orice diferențe culturale, se pot identifica *elemente ale unui comportament nonverbal, valabil în toată lumea:*

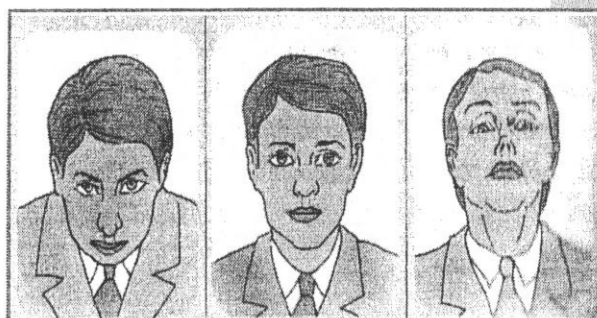
- * o persoană îndrăgostită caută întotdeauna apropierea corporală;
- * salutul de întâmpinare și despărțirile sunt însoțite de ritualuri corespunzătoare;
- * diferențele de poziție socială sunt concretizate prin vestimentație, bijuterii, comportament de supunere sau de dominare.

S-a ajuns la concluzia că prin comunicarea nonverbală se exercită un puternic efect asupra celor din jur. Cercetătorul american Mehrabian a demonstrat că interlocutorii sunt impresionați de cuvintele folosite în proporție de 7%, de intonație de 38% și de comunicarea nonverbală în proporție de 55%. Înseamnă că mulți conducători și politicieni își datorează cariera, nu în cele din urmă, aspectului și expresivității mișcărilor.

De fapt omul, printr-o mulțime de semne, de indicii, comunică ceva; oamenii emit în permanență mesaje nonverbale care îi „demască” înainte de a spune vreun cuvânt. Dacă știm să decodificăm corect aceste mesaje, avem un ascendent asupra interlocutorului.

Cel mai semnificativ indicator al comportamentului nonverbal este **contactul vizual**. În primul rând, *contactul vizual reglează dinamica dialogului*; atunci când

dorim să inițiem o conversație cu cineva, căutăm să-i captăm privirea, apoi în timpul conversației schimburile de priviri reglează alternanța comunicării. În al doilea rând, *contactul vizual este o sursă permanentă de feed-back*; oferă indicii cu privire la modul cum este urmărit mesajul, atenția sau interesul acordat, plictiseala, iritarea ș.a.m.d. (vezi figura de mai jos).



A B C

Orientarea contactului vizual și efectele sale

- A. Privirea „de jos”, atitudine supusă
ca de la subordonat la șef
- B. Privirea directă, atitudine deschisă,
prietenoasă, de la egal la egal
- C. Privirea „de sus”, atitudine arogantă,
ca de la șef la subordonat

Realizați următorul experiment: alegeți doi colegi și puneți-le ochelari de soare întunecați, astfel încât să nu poată stabili contact vizual și apoi îi solicitați să converseze între ei.

Ce modificări observați în modul de desfășurare a conversației? În final, le veți solicita să descrie și ei ce au simțit și comparați cu ceea ce ați observat singuri.

De ce profesorul în clasă solicită atenția elevilor cerându-le să se uite la el? De ce ne cere același lucru tata sau mama atunci când doresc să ne comunice ceva important sau când ne fac „morală”? Pentru că au nevoie de feed-back, de o confirmare că sunt urmăriți și că mesajul și-a atins scopul.

În al treilea rând, *contactul vizual permite exprimarea emoției într-o manieră involuntară prin dilatarea pupilei*.

Ceea ce ne atrage, ne place, provoacă o dilatare a pupilelor.



Într-un experiment s-au prezentat subiecților (bărbați) fotografii ale chipului unor femei. Fiecare poză avea o copie în care era exact același chip, dar cu retușarea pupilelor astfel încât să pară dilatate. Femeile cu pupila dilatată au fost considerate mai atractive, dar subiecții n-au știut să explice de ce. Unii au spus că li s-a părut că zâmbesc mai frumoase. Femeile din Italia Evului Mediu știau foarte bine acest lucru pentru că își puneau în ochi picături extrase din planta *Atropa Belladonna* ca să obțină o dilatare a pupilelor ce le făcea mai atractive (*belladonna* = „femeie frumoasă”, în limba italiană).

Merită să mai amintim un indicator important al comunicării nonverbale și anume spațiul personal. În spațiul european și nord-american, distanța optimă pentru conversație este de cca. 1,5 m, dar la arabi această distanță este mult mai mică. Relațiile de prietenie între parteneri influențează și ele spațiul personal: prietenii intimi stau cam la 0,5 m, prietenii



Mergeți la o bibliotecă publică și așezați-vă foarte aproape (la cca. 30 cm) de un cititor.

Observați cum reacționează și încercați să vă explicați de ce?

ocazionali de la 1 până la 1,5 m, cei care se întâlnesc întâmplător între 1,5 și 4 m, iar la întâlnirile publice oamenii preferă un spațiu personal de cca. 4 m.

În concluzie, ceea ce încercăm să ascundem prin cuvinte ne trădează prin gesturi.

1.3. Limbă și limbaj

Limba este un sistem complex de semne, simboluri și reguli gramaticale. Limba este instrumentul de bază al comunicării interumane.

Comunicarea cu ajutorul limbii naturale (limba maternă a fiecăruia dintre noi) se desfășoară în cadrul limbajului.

Limbajul este activitatea de comunicare interumană prin intermediul limbii. Aspectul psihologic al limbajului este vorbirea. Limbajul, vorbirea se achiziționează pornind de la un suport neurofiziologic înăscut, de la un potențial neuronal dat, prin zonele specializate ale creierului în înțelegerea și exprimarea limbajului. Procesul vorbirii este coordonat de regulile gramaticale care se asimilează o dată cu însușirea limbii. Limbajul este forma cea mai evoluată, mai rafinată și mai bogată de comunicare. Comunicarea verbală se realizează cu ajutorul limbii, este o comunicare simbolică, întrucât cuvintele simbolizează obiecte, imagini, persoane, situații. Cuvântul este un instrument mental remarcabil de puternic: dacă imaginea se poate substitui obiectului, cuvântul se poate substitui atât obiectului cât și imaginii acestuia. Cuvântul se instituie încă de la însușirea limbajului de către copil într-un instrument al gândirii sale. Prin cuvânt, dobândim capacitatea de a manipula în plan mental obiectele și imaginea acestora, putem să clasificăm, să ordonăm experiențele noastre, să grupăm în categorii cunoștințele dobândite, să acordăm etichete verbale unor categorii (vezi prototipul). Dar mai ales prin cuvânt reflectăm, medităm, dialogăm cu noi înșine într-un plan al limbajului intern. Oricât ar suna de ciudat, se pare că cea mai mare parte din timp dialogăm cu noi înșine, ne „povestim” întâmplările zilnice, le analizăm, le judecăm, ne „plângem de milă” sau ne admirăm rezultatele.

Limbajul este instrumentul cel mai important al gândirii și al conștiinței.

Frecvența de utilizare a cuvintelor într-o limbă este un indicator important pentru diferite domenii de aplicație, cum ar fi telecomunicațiile. Un studiu mai amplu al lingviștilor a pus în evidență următoarele

cuvinte cu frecvența cea mai mare în limba franceză: a fi, a avea, de, eu, ei (el), și.

Legea efortului minim a fost formulată de lingvistul german G. Zipf și stabilește existența unei relații inverse între frecvența și lungimea cuvintelor. Astfel, cuvintele monosilabice au o frecvență de aproape 50%, apoi cele cu două silabe aproximativ 30% și cele cu trei silabe 13%. Rezultă că în comunicare primează „legea efortului minim”. Așa cum glumele scurte sunt cele mai bune, cuvintele cele mai frecvente sunt cele mai scurte. Legea efortului minim se evidențiază în limbajul cotidian. Cuvintele sunt prescurtate, de exemplu, „mate” în loc de matematică, „profu” în loc de profesor, „psiho” în loc de „psihologie”. Această tendință este și mai evidentă în utilizarea comunicării prin e-mail, prin chat și mai ales prin SMS-uri pe telefonul mobil. Unii autori vorbesc despre un „nou limbaj”, al SMS-urilor, care riscă să afecteze vorbirea tinerilor.

1.4. Geneza limbajului

Este foarte greu să se răspundă la întrebarea: „de ce folosește omul limbajul?” sau mai simplu: „de ce vorbim?” Probabil pentru că celelalte mijloace de comunicare nu sunt suficiente, în condițiile în care existența umană prezintă un nivel foarte ridicat de problematizare. Am putea să răspundem și mai direct: „oamenii vorbesc pentru că gândesc”. S-ar putea să ni se răspundă că și în lumea animală există o comunicare destul de diversificată. Psihologii au reușit să învețe unii cimpanzei să comunice și să dobândească abilități lingvistice apropiate unui copil de doi ani.

Punctul de vedere conform căruia limbajul este învățat ca o deprindere se bazează pe principiul condiționării. Copilul care pronunță „mamă” este recompensat de fiecare dată și astfel îl va însuși. Cu alte

cuvinte, mai întâi învățăm să vorbim fiind recompensați, pentru ca apoi, prin repetiții consecutive, să se ajungă la vorbirea adultului. Această teorie a curentului psihologic american numit behaviorism consideră vorbirea ca o formă de comportament (Skinner), dar nu explică rapiditatea cu care copilul învață să vorbească și nici de ce structurile gramaticale de bază sunt prezente în majoritatea limbilor vorbite.

Psihologul american N. Chomsky consideră că există o „gramatică universală” ce se află la baza tuturor limbilor și *copiii învață să vorbească auzindu-i pe alții în baza unor mecanisme innăscute.*



Rezultă că limbajul este specific doar omului. Alți autori vin în întâmpinarea acestui punct de vedere și susțin că *limbajul este o capacitate innăscută a ființei umane și poate fi însușit într-o perioadă optimă situată înainte de pubertate.* Mai târziu, zonele creierului specializate în funcția limbajului devin prea rigide pentru învățarea unui nou limbaj.

Nimeni nu contestă faptul că există un potențial innăscut al limbajului, dar trebuie să ținem seama și de alți factori în geneza limbajului: solicitări tot mai complexe ale mediului ambiant, solicitările gândirii confruntate cu situații tot mai complexe, dar și raporturile sociale tot mai extinse.

Însușirea și utilizarea limbajului nu pot fi separate de activitățile copilului, de relația cu părinții, dialogul permanent cu aceștia. Condiționarea social-istorică și culturală a limbajului este la fel de necontestat. Analiza unei limbi spune mult despre cultura căreia

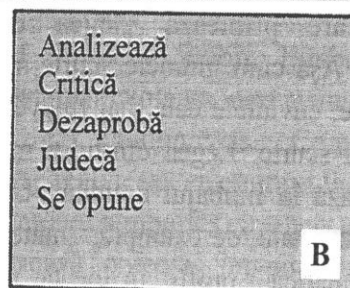
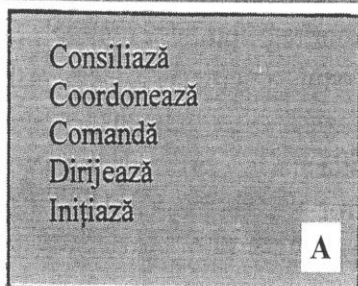
îi aparține. Eschimoșii folosesc, spre exemplu, 20 de termeni pentru cuvântul „zăpadă” și explicația este că acest cuvânt este mult mai relevant pentru cultura lor decât pentru alte populații (care poate nici nu știu ce este zăpada).

Geneza limbajului trebuie să fie căutată și în nevoia oamenilor de a comunica.

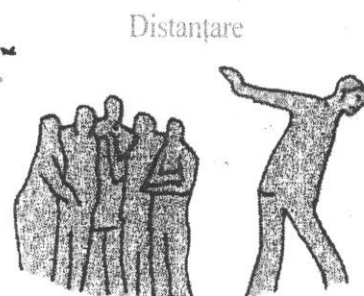
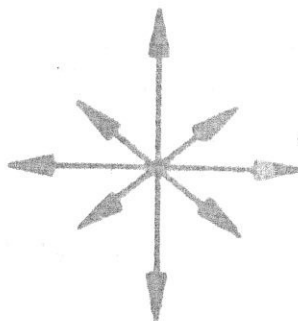
1.5. Funcțiile limbajului

Se poate vorbi despre trei mari categorii de funcții ale limbajului, care integrează și alte funcții subsumate sau corelate: *funcția de comunicare, funcția cognitivă și cea regulatorie.*

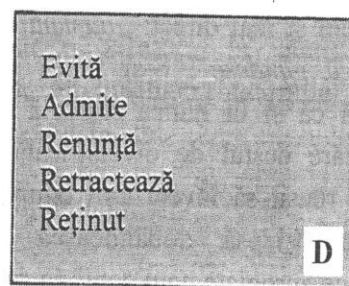
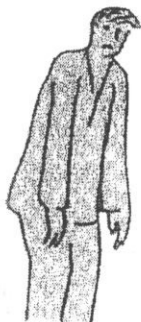
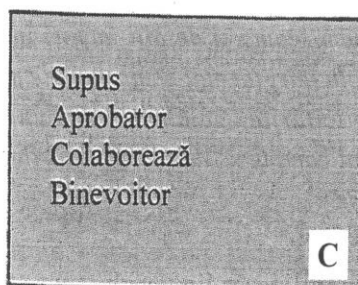
a) *Funcția de comunicare* este funcția specifică și cea mai importantă a limbajului.



Dominare



Supunere



Stiluri de comunicare

A. Apropiere – dominare

B. Distanțare – critică

C. Apropiere – cooperare

D. Distanțare – politețe

Prin comunicare se transmite un mesaj care are un anumit *conținut*. Conținuturile limbajului sunt foarte variate:

- *conținut informațional*: imagini, descrieri, concepte, teorii, idei;
- *conținut emoțional*: transmiterea unor trăiri afective prin exprimarea emoțiilor și impulsurilor. Este o modalitate de descărcare a unor tensiuni, frustrări, într-o manieră mai slab controlată uneori.

b) *Funcția cognitivă*, de cunoaștere, a limbajului exprimă legătura limbajului cu gândirea. Limbajul este instrumentul de lucru al gândirii: operațiile gândirii se realizează prin mijloace verbale, structura logică a gândirii – raționamentele, judecățile, au un caracter propozițional, înțelegerea și rezolvarea de probleme dobândesc forma discursivă de la propoziția p_0 (punerea problemei) până la propoziția p_{n+1} (soluția). Relația dintre gândire și limbaj este controversată în psihologie: sunt autori care derivă gândirea din limbaj, alții invers. Limbajul și gândirea sunt inseparabile și se dezvoltă împreună, se susțin și se întemeiază reciproc.

c) *Funcția reglatorie* se poate realiza „din interior”, prin mijloacele limbajului intern, ca expresie a autoreglajului conștient și voluntar sau se poate exercita asupra altora prin comenzi de dirijare, conducere, comandă. O formă aparte de exercitare a funcției reglatorii este *persuasiunea*, prin care se urmărește modificarea conduitei altuia, inducerea unor stări afective, a unor convingeri, idei ce vor fi adoptate și împărtășite de către subiect ca aparținându-i. Persuasiunea poate apela la tehnica argumentării, dar și la tehnici mai discrete, cum ar fi amenințarea voalată (ce s-ar putea să pățești) sau promisiunea unor avantaje deosebite. Persuasiunea este intens folosită în tehnicile de manipulare a opiniei publice sau în tehnicile de psihoterapie.

Din analiza acestor funcții rezultă locul și rolul foarte important pe care îl deține limbajul în viața psihică a omului. După cum aprecia Paul Popescu-Neveanu, limbajul este un ax al sistemului psihic uman, care face posibil fenomenul de conștiință. Raporturile conștiente, voluntare ale omului cu lumea, dezvoltarea conștiinței de sine sunt posibile datorită limbajului. Prin limbaj dialogăm cu noi înșine și cu lumea, realizând astfel sentimentul prezenței în actualitate. Savantul francez H. Ey afirma că a fi conștient înseamnă să fii capabil să-ți „povestești” propria existență, ceea ce, evident, se poate realiza numai prin intermediul limbajului.

1.6. Formele limbajului

După criteriul orientării extern-intern a comunicării, putem vorbi despre *limbajul extern* și *limbajul intern*.

Limbajul extern se adresează celor din jur fie pe cale orală, fie în scris.

• **Limbajul oral** sau vorbirea propriu-zisă este adresativ și contextual, implică prezența a cel puțin unei persoane căreia i se adresează mesajul. Canalul de comunicare este auditiv și se poate realiza față în față sau prin mijloacele audio-video. Comunicarea verbală are un grad ridicat de libertate, nu este supusă unor constrângeri, norme și reguli foarte riguroase. Ceea ce contează este ca mesajul să ajungă la destinatar.

a) **Dialogul** este forma cea mai frecventă de realizare a limbajului oral. Dialogul ia forma schimbului de replici în care fiecare interlocutor așteaptă ca celălalt să-și încheie mesajul. Conversația se întreține prin:

- conținutul ei;
- variate mijloace de expresivitate cum ar fi: intonația, accentul, timbrul;
- mijloace de expresivitate nonverbală: mimica, gestică, pantomimica.

b) **Monologul** sau discursul verbal public este o formă de comunicare verbală unidirecționată, dar care valorifică feed-back-ul auditoriului. Monologul este mai riguros, trebuie să țină seama de unele convenții ale adresării în public, iar mijloacele de expresivitate trebuie să fie corect utilizate și subordonate conținutului comunicării. Discursul se supune unor reguli de concizie, claritate, cursivitate și expresivitate, care se învață și se perfecționează în cariera didactică a profesorului, în cariera juridică a avocatului, în cariera publică a politicianului ș.a.m.d.

• **Limbajul scris** este inseparabil legat de citit. Scris-cititul constituie deprinderi intelectuale complexe, care se însușesc și se perfecționează la începutul școlarității.



Învățarea limbajului scris la începutul școlarității

Utilizarea limbajului scris impune reguli mult mai stricte decât limbajul oral. Aici regulile și normele gramaticale sunt imperative, utilizarea lor incorectă putând altera sensul și semnificația mesajului scris. În scris nu ne putem permite libertățile dialogului,

nici măcar ale monologului, iar mijloacele de expresivitate sunt riguros stabilite și nu se poate face abuz de ele. Scrisul este centrat pe mesaj, comunică informații, idei, cunoștințe, trăiri supuse în prealabil unui proces mental de selecție, ordonare, semnificare. Scrisul este coordonat din interior prin mijloacele limbajului intern și ale gândirii.

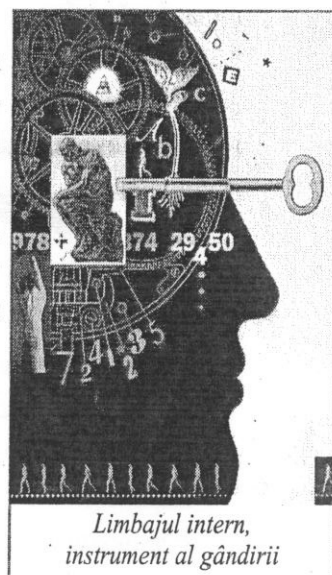
• **Limbajul intern** este forma cea mai evoluată a limbajului, care se dobândește prin interiorizarea limbajului oral.

– Se desfășoară într-un plan intern, ca vorbire cu sine și ca mijloc de elaborare a ideilor, judecăților, raționamentelor, ca modalitate de anticipare, conducere și coordonare a acțiunilor voluntare.

– Dacă limbajul oral are un caracter desfășurat, în care succesiunea cuvintelor, a propozițiilor, a frazelor asigură cursivitatea și înțelegerea, în limbajul intern viteza de derulare este foarte rapidă, este un limbaj comprimat, condensat și focalizat pe acțiuni, pe idei, pe înțelesuri.

– Limbajul intern constituie instrumentul de lucru al gândirii; structura internă a gândirii are un caracter propozițional, sunt construcții logice, raționale, succesiuni de judecăți și raționamente realizate prin intermediul cuvântului.

Analizați relația dintre scris ca deprindere și limbajul scris ca formă de comunicare.



Limbajul intern, instrument al gândirii

Analizați relația dintre gândire și limbaj.



APLICAȚII

1. Unul dintre mijloacele nonverbale de comunicare este îmbrăcămintea. Încercați să analizați prin ce anume și ce comunică îmbrăcămintea în funcție de următorii factori: vârstă, statut social și ierarhie socio-profesională.

2. Realizați următorul experiment: așezați un coleg în fața unui scut tip „pom” și rugați-l să se adreseze cuierului în două situații: ca și cum s-ar adresa unei persoane cu statut superior (de exemplu, directorul școlii), iar în a doua situație ca și cum s-ar adresa unei persoane cu statut inferior (de exemplu, femeia de serviciu). Este bine să experimentați pe mai mulți „subiecți”.

Observați cu atenție orientarea privirii lor în cele două situații și explicați aceste diferențe.

3. Atingerea este un indicator relevant al comunicării nonverbale.

Încercați să analizați cum folosim atingerea în comunicare.

Există oare diferențe de vârstă, de statut social în folosirea acestui mijloc de comunicare?



4. Cum credeți că influențează afectivitatea limbajul oral?

Încercați să exemplificați cu situații din experiența personală.

Să vedem despre ce
e vorba...



2. Atenția

Un elev se adresează unui coleg, cu rugămintea de a face un calcul în gând pe măsură ce îi va prezenta niște date, de genul: într-un tramvai în care sunt 18 călători, la următoarea stație coboară 5 și urcă 3, la următoarea coboară 4 și urcă 11, la următoarea coboară 9 și urcă 10. La următoarea coboară 7 și urcă 13, la următoarea coboară 8 și urcă 4. Întrebare finală: „câte stații au fost?” Colegul spune: „Nu știu, pentru că nu am fost atent la asta!”

2.1. Definirea și caracterizarea atenției

Ce este, de fapt, **atenția**? Cuvântul ne este foarte cunoscut, desigur. Nu o dată am fost îndemnați sau am adresat noi altora îndemnul: „Fii atent!”. Dar am reușit oare întotdeauna să răspundem pozitiv la o asemenea solicitare? Bineînțeles că nu, deoarece „a fi atent” este strâns legat de „ceva” asupra căruia să-ți îndrepti atenția și de întrebarea „de ce trebuie să acordăm atenție la ceva anume”.

În viața noastră, destul de frecvent explicăm anumite nereușite prin faptul că „nu am fost atenți” și foarte rar ne punem problema „de ce nu am fost atenți”. Pot fi date ușor foarte multe exemple.

- Elevul nu reușește să rezolve o sarcină școlară, pentru că nu a fost *atent* la explicațiile profesorului.
- Șoferul primește o amendă, pentru că nu a fost *atent* la ceea ce indică anumite semne de circulație.
- Persoana alunecă pe podeaua udă, deoarece nu a acordat *atenție* avertismentelor de la intrare.
- Cineva se așază pe o bancă și-și murdărește hainele, pentru că nu a fost *atent* la afișul: „Vopsit proaspăt!”.

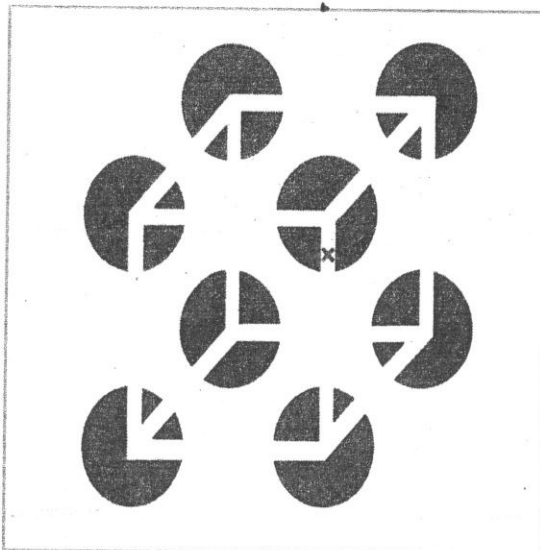
- Tânărul nu mai poate reintra în casă, deoarece, din *neatenție*, a uitat cheile înăuntru, ușa închizându-se automat.

Putem acum împreună să deducem care sunt cele mai importante caracteristici ale atenției?

- A fi atent, înseamnă a fi *orientat* către ceva anume.
- A fi atent înseamnă a fi *atras* de ceva anume.
- A fi atent înseamnă a *ignora* cât mai mult din tot ceea ce există și se întâmplă în jurul a ceva anume de care ne ocupăm.
- A fi atent înseamnă a fi *concentrat* asupra a ceva anume.

Atenția este orientarea, selectivitatea și concentrarea conștiinței noastre asupra unor stimuli aflați în afara noastră sau în interiorul nostru

Așadar, orientarea, selectivitatea și concentrarea sunt cele trei note definitorii ale atenției. Selectivitatea atenției se produce diferit în funcție de punctele de reper. De exemplu, în figura de mai jos veți vedea cercuri sau un cub.



Ea este legată strâns de starea de veghe a persoanei, ceea ce înseamnă că persoana nu poate fi atentă în timpul somnului (chiar dacă visează că este sau i se cere să fie atentă la ceva) sau în oricare altă situație în care conștiința este afectată: stare de comă, stare de ebrietate, febră mare, consum de droguri etc.

Atenția nu face parte nici din categoria proceselor de cunoaștere, deoarece nu are un conținut informațional-reflectoriu propriu, nici din categoria activităților psihice. Ea apare mai mult în calitate de *condiție facilitatoare* pentru acestea. Percepem și observăm mult mai bine și mai corect dacă suntem atenți. Rezolvăm mult mai ușor și mult mai bine probleme cu cât le acordăm mai multă atenție. În mod cert înțelegem și învățăm mai bine dacă ne concentrăm atenția asupra sarcinilor școlare.

Nu înseamnă că atenția are ea însăși puterea sau capacitatea de a rezolva sarcina sau de a atinge un obiectiv. Cu alte cuvinte, nu avem siguranța că vom reuși să facem mai bine ceva doar dacă suntem foarte atenți. Atenția este o condiție necesară și obligatorie pentru reușita activității noastre, dar nu este și suficientă. Cineva poate să se concentreze maximal asupra unei situații problematice, dar, dacă nu are și capacități de rezolvare, n-are cum să reușească. Deci atenția este factor facilitator, optimizator, asigurând, pe de o parte, o mai mare claritate a obiectivului asupra căruia acționăm și, pe de altă parte, stoparea și înlăturarea aspectelor și factorilor ce se află în jurul obiectivului și care pot acționa perturbator. Deci la comanda, internă sau externă, „Fii atent la figura



Încercați și voi să fiți atenți la unul dintre tablourile din camera (sala) în care vă aflați.

Cum se vede acesta față de tot ce este în jur?

5“, aceasta aflându-se într-un context în care sunt 15 figuri, ea devine dintr-o dată parcă cel mai intens luminată, iar celelalte parcă intră în întuneric.

De aici deducem faptul că mecanismul atenției îndeplinește două funcții: a) *de filtrare-selectare*; b) *de activare focalizată*.

Atenția este foarte strâns legată de motivație și mai ales de interese. În cazul în care persoana este preocupată și atrasă de anumite categorii de stimuli, orice semn al prezenței acestora îi va capta imediat atenția. Ore în șir un colecționar va fi absorbit în totalitate de un nou catalog de timbre, în timp ce o altă persoană, care nu are asemenea interese, nu-i va acorda nici o atenție.

2. 2. Formele atenției

A. *În funcție de prezența sau absența efortului depus și a gradului de conștientizare diferențiem:*

1. **Atenția involuntară.** Sunt anumite situații, contexte, în care, deși nu ne propunem, atenția noastră este captată de ceva anume. Este un fel de solicitare dinspre anumite aspecte sau anumiți stimuli de a întrerupe o acțiune în desfășurare și de orientare a atenției către acești stimuli. Fiind foarte cufundat în lecturarea unui roman, dacă ești strigat pe nume de o persoană, întrerupi brusc activitatea și-ți îndrepti atenția către noua sursă de stimulare.

Această formă a atenției se confundă aproape cu *reflexul de orientare*. Orice zgomot brusc și neașteptat determină orientarea reflexă către sursa respectivă. Deci atenția involuntară este legată de stimularea externă și ea poate fi provocată de o serie de aspecte ale acesteia, cum ar fi:

- apariția și oprirea bruscă a unor stimuli (dacă cineva urmărește o emisiune la televiziune și se oprește brusc lumina, atenția ei va fi reorientată către problemele legate de sursa de lumină);
- caracterul inedit al unor stimuli (oricât de absorbiți ar fi oamenii de problemele lor când merg spre stradă, dacă ar apărea

cineva cu o înălțime de peste 2,5 m, în mod sigur atenția lor se va îndrepta către această apariție neobișnuită);

- intensități mari ale unor stimuli (vizuali, auditivi, olfactivi); cine ar mai fi la fel de atent la ce citește în ziare într-un avion ce zboară la peste 10.000 m în care începe să miroasă foarte tare a benzină?
- contrastul dintre stimuli (un cuplu ce cuprinde o persoană excesiv de grasă și o alta excesiv de slabă captează imediat atenția privitorilor);
- mișcarea stimulilor (într-un context static mișcarea oricărui stimul ar capta atenția).

Atenția involuntară joacă un rol deosebit în viața noastră, deoarece ne menține contactul cu schimbările și modificările din mediu și totodată ne asigură protecția față de eventuale acțiuni periculoase dinspre mediu. Dacă așezat pe un pat de frunze într-o pădure și citind o carte captivantă nu am reacționa (adică nu am acorda atenție) foșnetului suspect, am putea să cădem victima mușcăturii unui șarpe veninos.

2. Atenția voluntară. Este forma ce se implică în majoritatea acțiunilor și activităților noastre. Ea presupune mobilizarea și concentrarea din interior sub forma „Trebuie să fiu mai atent” sau sub forma „Trebuie să mă concentrez mai mult”. Desigur nu poate fi ignorată nici varianta în care persoana este susținută și dirijată din afară cu îndemnuri sau comenzi de genul: „Fii mai atent” sau „Concentrează-te mai mult!”

Atenția voluntară presupune depunerea unui efort pentru a atinge un anumit obiectiv, pentru a finaliza o anumită sarcină și acest efort va fi resimțit cu atât mai mult, cu cât ceea ce trebuie să facă persoana nu intră în categoria activităților ce-l atrag motivațional sau celor pe care le preferă.

3. Atenția postvoluntară. Sunt multe activități care în urma desfășurării lor conduc



Ce-ar fi să vă verificați puțin?

Încercați să priviți de la o fereastră de unde se văd trecătorii de pe stradă.

Consemnați câți bărbați, câte femei și câți copii trec timp de o oră.

Dar în două ore? Dar în trei ore?

Cât timp puteți face asta?

la formarea unor deprinderi și, totodată, la dezvoltarea unor atitudini pozitive față de acestea în sensul că ele devin preferate. De aceea, reluarea unor asemenea activități nu va mai necesita efortul voluntar. Forma de atenție solicitată este cea postvoluntară deoarece ea se bazează pe deprinderea de a fi atent. Un copil care a învățat cum se procedează cu jocurile lui preferate la calculator, va relua oricând cu plăcere și fără efort activitatea de joc.

B. În funcție de direcția principală de orientare pot fi diferențiate două forme ale atenției:

1. Atenția internă este orientată către diferite aspecte ale psihologiei proprii: gânduri, imagini, sentimente etc. Ea intervine în cadrul comunicării cu sine (introspecție, reflecție interioară), iar rezultatele unui asemenea gen de comunicare pot sau nu să fie transmise și altor persoane.

2. **Atenția externă** este orientată către lumea exterioară (obiecte, persoane, fenomene). Ea intervine practic în toate tipurile de activitate umană: muncă, joc, învățare, creație.

Desigur, între cele două forme poate să existe un anumit echilibru la nivel individual sau, dimpotrivă, să nu existe un asemenea echilibru în sensul că poate să



Tu ce fel de persoană ești: introvertă sau extravertă?

Dacă ești introvertă, este adevărat că predomină atenția internă sau dacă ești extravertă, este adevărat că predomină atenția externă?

predomine fie atenția internă, fie atenția externă. În cadrul tipologiei umane la persoanele *introverte*, predomină atenția internă, iar la persoanele *extraverte*, predomină atenția externă.

Mai putem diferenția și **atenția expectativă** sau de așteptare, atunci când suntem în așteptarea inițierii sau finalizării unor acțiuni. Astfel, de exemplu, suntem foarte concentrați înainte de începerea unui examen important, înainte de începerea unui concurs sau înainte de afișarea unor liste care să comunice rezultatele la un examen de selecție (admiterea în facultate sau obținerea unei slujbe).

2.3. Însușirile atenției și educarea lor

a) **Volumul** se referă la aspectul cantitativ, adică la numărul de elemente (stimuli) pe care le putem include concomitent în sfera de cuprindere a atenției. Cercetările de psihologie experimentală au arătat că, în medie la omul normal, acest număr este între 5 și 9 (7 ± 2). Desigur, sunt activități care solicită un volum mai mare al atenției (să ne gândim la pilotul unui avion supersonic, de exemplu), în timp ce alte activități sunt, dimpotrivă, mai puțin pretențioase (de exemplu, muncitorul care face, repetitiv, aceeași operație de muncă).

O modalitate cu ajutorul căreia putem să extindem volumul atenției o constituie exercițiul, antrenamentul.

b) **Concentrarea atenției** este abordarea racordării atenției la un stimul din perspectiva intensității. Cineva poate fi mai mult sau mai puțin concentrat asupra unui obiectiv și cu cât este mai concentrat, cu atât mai mult îi sporesc șansele de reușită. Cel care este maximal concentrat manifestă o mare rezistență față de orice factori perturbatori.

Gradul de concentrare a atenției depinde atât de anumite particularități psihofiziologice ale individului, cât și de o serie de factori, precum: motivația pentru sarcină; nivelul de importanță și de utilitate a sarcinii; experiența privind confruntarea cu factori perturbatori.

c) **Stabilitatea** este capacitatea de a menține racordată atenția la un stimul o perioadă mai mare de timp. Desigur, și această însușire este influențată de particularitățile individuale și de caracteristicile câmpului perceptiv și acțional. Pe de altă parte, ea se dezvoltă o dată cu vârsta, cercetările experimentale evidențiind faptul că, dacă la copilul mic media privind durata stabilității este de 10-15 minute, la adulți această medie crește până la 45-60 de minute.

d) **Distributivitatea** se referă la capacitatea persoanei de a-și concentra simultan atenția asupra a doi sau mai mulți stimuli. De exemplu, cineva poate în același timp să facă niște calcule matematice, să comunice conținutul unei scrisori și să asculte și știrile de la un post de radio. Bineînțeles că există și persoane care nu sunt în posesia unei asemenea însușiri a atenției, ceea ce înseamnă că ele ar întâmpina serioase dificultăți dacă ar fi obligate să desfășoare activități suprasolicitante, adică să facă mai multe lucruri deodată.

Încercați să identificați trei dintre colegii voștri la care această calitate a atenției este foarte dezvoltată. Acum, încercați să identificați alți trei dintre colegii voștri la care această calitate este foarte slab dezvoltată.

Din ce categorie faceți parte?



e) **Mobilitatea** este ușurința comutării atenției de la un stimul la altul, de la o activitate la alta. Opusul ei ar fi *fixitatea* sau *rigiditatea*, în sensul că persoana nu-și poate deplasa ușor atenția, iar dacă este obligată s-o facă, poate comite numeroase erori o dată cu instalarea la nivel interior a unor stări tensionale.

f) **Distragerea** este incapacitatea de a fi atent, adică persoanele sunt „distrase“ de orice modificare a mediului extern sau intern.

Toate aceste însușiri sunt avute în vedere atunci când se pune problema evaluării

concordanței dintre cerințele unei profesiuni și psihologia celor care vor s-o practice. Sunt profesii foarte pretențioase în ceea ce privește însușirile atenției, cum este cazul deosebit de cunoscut al șoferului. Atenția acestuia trebuie să se caracterizeze prin concentrare, stabilitate, distributivitate, mobilitate. De aceea în cadrul examenului psihologic sunt folosite teste cu ajutorul cărora se scoate în evidență dacă solicitantul corespunde sau nu cerințelor și solicitărilor profesionale privind atenția. Sunt teste special construite pentru măsurarea fiecăreia dintre calitățile atenției.

APLICAȚII

1. Încercați să observați comportamentul colegilor voștri la clasă și să stabiliți care sunt cei mai frecvenți factori perturbatori ai atenției din timpul lecțiilor?
2. Enumerați primii trei colegi din clasă care au cea mai mare capacitate de concentrare a atenției.
3. Enumerați trei colegi din clasă care sunt foarte ușor distrași de la lecție.
4. Încercați să inventariați profesiile care solicită foarte mult calități ale atenției, precum concentrarea și stabilitatea.
5. Ce credeți că ar trebui să facă un părinte care se plânge de fiul său că nu poate fi mai atent când i se cere?
6. Faceți un grup de 4-5 colegi și, timp de 15 minute, barați pe mai multe copii ale unor pagini dintr-o carte litera „d“, urmată de vocala „a“ și litera „b“, ce are înaintea vocala „o“. Corecțați împreună reușitele și greșelile și apoi faceți clasamentul.



7. Fixați-vă privirea pe desenul din figura alăturată. Timp de 60 de secunde trageți câte o liniuță mică pe o foaie ori de câte ori veți vedea altceva (o rață sau un iepure).

Câte linii ați tras? Comparați-vă rezultatele obținute cu cele ale altor colegi.

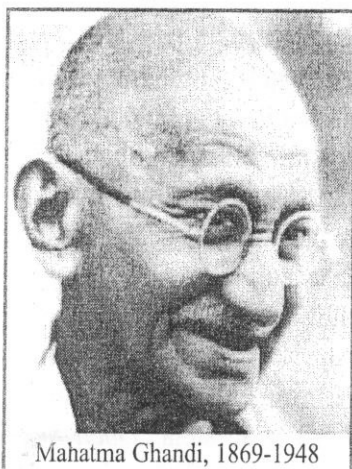
Ce însușire a atenției demonstrează acest experiment?

3. Voința

Voința este o manifestare complexă și greu de definit, dar mai ales greu de evaluat, de „măsurat”. Psihologia științifică își propune să evalueze, să cuantifice manifestările vieții psihice și să emită anticipări, predicții cu privire la evoluția fenomenului studiat.

3.1. Comportamentul și activitatea voluntară

Un halterofil care ridică o greutate este un om cu voință puternică? Dar o femeie pirpirie care conduce o țară (Margaret Thatcher, fost prim-ministru al Marii Britanii, poreclită „Doamna de fier”)? Dar un om pașnic, total nonagresiv cum a fost Mahatma Ghandi (vezi



Mahatma Ghandi, 1869-1948

figura alăturată) care a eliberat India de sub dominația colonială britanică? Ce face un antrenor când își forțează sportivii la antrenament până la limita suportabilului? Ce face un profesor care își pune la muncă sute și sute de ore lotul olimpic de

matematică? Ce făcea E. Hemingway când lucra în fiecare dimineață între orele 5 și 10 în picioare la pupitrul de scris la romanele lui? În toate aceste situații, vorbim despre voință și antrenarea ei în activitate.

Ce este voința, când dăm dovadă de voință? Să luăm drept exemplu o zi obișnuită: mă scol dimineața, de fapt mă trezește mama sau tata; aș mai dormi, mă las furat de somn. Iată un prim act de voință: trebuie să aleg, mai dorm și întârzii la școală sau mă ridic din pat? La micul dejun trebuie să aleg: mănânc tot ce poftesc sau mă gândesc la siluetă? La școală mă întâlnesc cu vechiul meu coleg antipatic ce face glume proaste pe seama mea, trebuie să

aleg: îi răspund cu aceeași monedă, ba chiar i-aș arde una sau mă abțin și îl ignor? La ore mă bag în față, caut să mă fac remarcat cu orice preț de către profesori sau aleg să stau în banca mea și să răspund doar dacă sunt întrebat? În pauză dau curs invitației unor colegi să fumez o țigară și să mă dau „bărbat” sau aleg să nu fumez pentru că știu cât este de nociv fumatul?

J. Piaget aprecia că putem vorbi despre voință în următoarele două condiții: a) când există un conflict între două tendințe; b) când cele două tendințe dispun de forțe inegale, una cedând celeilalte.

Voința este o formă de autoreglare a conduitei. Este o autoreglare conștientă, pentru că în urma deliberărilor alegem în cunoștință de cauză varianta de acțiune.

Să ne întoarcem la viața de zi cu zi. Am de rezolvat temele pentru acasă, am de făcut un eseu dificil la literatură și am ales să renunț la alte distracții până rezolv toate aceste sarcini. Dacă le-am rezolvat bine și sunt mulțumit de mine înseamnă că am o voință puternică? Oare ce este mai bine? Să te angajezi în activități numeroase, unele foarte dificile și să nu duci nimic la bun sfârșit sau să te angajezi în ceea ce știi că poți face și să duci la bun sfârșit? Înseamnă că *voința este expresia personalității, a caracterului și educației noastre. Măsura voinței este măsura*

în care o activitate este finalizată. Apreciem că oamenii dispun de voință atunci când manifestă un bun auto-control, când își organizează astfel acțiunile încât să ducă la bun sfârșit ceea ce și-au propus.

Să vrei... și să nu vrea!



Scrieți pe o foaie de hârtie împărțită în două: în stânga activitățile, lucrurile pe care le-ați dus la bun sfârșit în ultima perioadă (6 luni, 1 an), iar în dreapta ceea ce ați început și nu ați reușit să finalizați.

Comparați cele două coloane și veți afla cum stați cu voința.

Dar suntem confrunțați în permanență cu activități care să ne solicite alegeri, depășirea obstacolelor, efort voluntar? Din fericire nu, pentru că altfel ne-am epuiza rapid resursele energetice. Foarte multe dintre activitățile cotidiene nu cer un control voluntar permanent, cu atât mai puțin un efort deosebit. Sunt *acte involuntare*, de genul reflexelor înăscute (trebuințe, nevoi, reacții de apărare instinctive la stimuli nocivi) sau al reflexelor dobândite, cum ar fi deprinderile igienico-alimentare sau al deprinderilor automatizate de lucru, cum ar fi mersul, scrisul, cititul, folosirea unor instrumente, mașinării etc.

Activitatea voluntară se caracterizează prin următoarele:

- este orientată spre atingerea unor scopuri conștient stabilite;
- este precedată de un plan mintal;
- are la bază intenția, decizia de a efectua acea activitate;
- implică învingerea obstacolelor aflate în calea atingerii scopurilor conștient propuse;
- este susținută de motivații specifice și energizată afectiv;
- asigură autoreglarea vieții psihice.

3.2. Componentele activității voluntare

Scopul reprezintă proiecția mintală a finalității acțiunii, este „ținta” ce urmează să fie atinsă. La elaborarea scopului participă reprezentarea și imaginația, care servesc la proiectarea lui mintală, limbajul la integrarea, denumirea și conștientizarea lui, gândirea la anticiparea mijloacelor de atingere, iar afectivitatea la susținerea lui energetică. Astfel elaborat, scopul va fi preluat de către voință, care va întreprinde demersurile necesare atingerii lui.

Voința va trebui să identifice obstacolele care stau în calea atingerii scopurilor conștient propuse și să investească efortul necesar depășirii acestor obstacole.

Obstacolul este de natură psihologică, rezultă din confruntarea dintre resursele

noastre și condițiile atingerii scopului. Așa se explică relativitatea obstacolului: nivelul lui de dificultate este perceput diferit de către persoane diferite în momente diferite, de către persoane diferite chiar în același moment sau de către aceeași persoană în momente diferite.

Analizați ce se întâmplă într-un concurs athletic de sărituri la înălțime. Obstacolul, ștacheta este un obiect fizic, dar are o încărcătură psihologică variabilă pentru atleți sau pentru același atlet.

Analizați dinamica evaluării obstacolului.

Rezultă raporturi foarte variate între persoană și obstacol trecând de la supraevaluare a dificultății la subevaluare. În acest proces, intervin factori ce țin de experiența confruntării cu obstacolul respectiv, de experiența succesului sau a eșecului, de teama de eșec, de trăsături de personalitate cum ar fi încrederea în forțele proprii, siguranța de sine. Un rol important îl vor avea cele două forme de relaționare optimă: optimumul motivațional și cel afectiv. Optimumul volitiv descrie situația în care avem de a face cu o evaluare adecvată a obstacolului și o dozare corespunzătoare a efortului voluntar.

Efortul voluntar este aspectul psihologic cel mai specific al voinței. Este produsul, finalitatea psihologică a acesteia. *Dacă ne punem întrebarea cum este trăită voința în plan psihologic?, atunci răspunsul cel mai adecvat este efortul voluntar.* A avea voință înseamnă a fi capabil să investești un efort conștient dirijat prin mijloacele verbale. Efortul voluntar reprezintă o focalizare, o concentrare a energiei psihonervoase, o organizare, coordonare și dirijare susținută pe direcția depășirii obstacolelor. Capacitatea de efort voluntar este condiționată de resursele fizice și psihice de care dispunem, de experiența pe care o avem în susținerea acestui efort. Resursele nu sunt nelimitate și se impune o bună organizare a lor. Aici atenția are un rol deosebit pentru că ea trebuie să țină în focarul ei reprezentarea



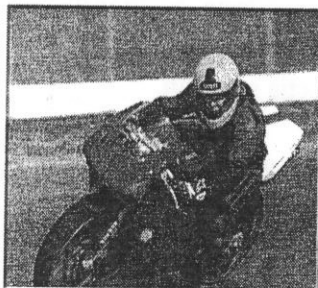
obstacolului și a scopului urmărit. Efortul voluntar se adaptează obstacolului, se modulează în raport cu dificultatea și cu specificul acestuia. Astfel dobândim abilități și capacități de mobilizare eficientă a efortului



Exemplificați și analizați specializarea efortului voluntar în raport cu diverse activități.

voluntar în raport cu activitățile noastre curente, cu specificul muncii pe care o realizăm.

Din exemplele prezentate mai sus rezultă *orientarea efortului voluntar și a voinței*. Voința și efortul pot fi orientate spre *inițierea unei acțiuni*: o activitate fizică sau una intelectuală (vezi figurile de mai jos), susținerea ei până la atingerea scopului. Dar poate vari-



Activitate fizică



Activitate intelectuală

anta cea mai dificilă pentru individ este *inhibarea unei acțiuni*, oprirea până nu este prea târziu dacă suntem sub imperiul unui impuls nestăpânit, renunțarea la o activitate nocivă, cum ar fi fumatul sau drogurile, amânarea, suspendarea acțiunii până când condițiile sunt mai favorabile. M. Ralea desemna prin conduita amânării un comportament inteligent și autocontrolat.

Voința este mecanismul psihic superior de autoreglare a conduitei prin mijloace verbale, de mobilizare a efortului voluntar în vederea depășirii obstacolelor aflate în calea atingerii scopurilor conștient stabilite.

3.3. Etapele actelor voluntare

Mecanismele voinței pun în acțiune o serie de etape sau faze care sugerează aspectul discursiv, evolutiv al voinței. Din punct de vedere procesual, voința prezintă

următoarele cinci etape, care descriu modul de desfășurare a actelor voluntare într-o activitate concretă:

Prima etapă este cea a actualizării unor motive prin apariția *impulsului*, a tendinței sau a intenției. Inițierea acțiunii voluntare se poate realiza pornind de la o trebuință internă sau o solicitare externă, o cerință, o comandă, un îndemn, un imbold. Sunt nevoi, tendințe, impulsuri, dorințe care se cer a fi satisfăcute. Pentru a nu rămâne doar la acest stadiu al dorinței, este nevoie să proiectăm scopul ca finalitate a acțiunii prin care motivul va fi satisfăcut. Apoi va trebui să analizăm oportunitatea realizării scopului, modalitățile concrete de realizare a acțiunii, elaborarea unui plan mental anticipativ al acțiunii.

A doua etapă este lupta motivelor, care ia forma deliberării în vederea selectării motivului cel mai bine plasat în raport cu situația concretă. Conflictele motivaționale se traduc în alegerea dintre două motive.

Cercetările lui E.N. Miller au evidențiat trei tipuri de conduită consecutive alegerii dintre două motive:

- dacă ambele motive au încărcătură, valoare negativă, se constată fie „fuga din câmp”, fie o soluție de compromis;
- dacă un motiv prezintă o valoare pozitivă, iar celălalt una negativă, după o perioadă de ezitare, se impune cel cu valoare pozitivă;
- la alegerea dintre două motive cu valoare pozitivă nu se creează niciodată un echilibru stabil; foarte repede unul dintre motive ajunge să se impună.

Aspectul cel mai interesant al acestei etape este modul în care se impune un motiv în dauna altora. Regula după care funcționează selecția motivului care va orienta activitatea este „câștigătorul ia totul”. Dacă în urma deliberării este selectat un motiv, atunci toate celelalte i se subordonează sau sunt inhibitate pentru a crea condițiile unui comportament coerent. Omul nehotărât va fi în continuare măcinat de alegeri, de reveniri.

A treia etapă, adoptarea hotărârii ca urmare a *deciziei*, este cea mai complexă, fiind influențată de următorii *factori*:

a) **informația**, experiența cu privire la *utilitate*, la probabilitatea succesului sau a eșecului; astfel vor fi puse în balanță capacitățile proprii și dificultatea sarcinii. Unii oameni tind să aleagă sarcini dificile în speranța obținerii satisfacției succesului, iar dacă pierd, eșecul este atenuat. Una este să pici la un examen cu o concurență de 10 pe loc și alta la o concurență de 1 pe loc. Totuși, cei mai mulți oameni se gândesc și la *probabilitatea* realizării scopului și vor tinde să aleagă scopurile care oferă o anumită șansă de succes. *Decizia* este un moment important al acțiunilor voluntare și implică mecanisme cognitive, evaluări, analize complicate. S-a constatat că persoanele cu structuri conceptuale complexe tind să utilizeze o cantitate mai mare de informație și să alocă un timp mai îndelungat procesului adoptării deciziei; în schimb, persoanele cu structuri conceptuale simple, mai rudimentare, tind să adopte decizii mai rapid;

b) **trăsăturile de personalitate**, nivelul de aspirații, dorința de succes, tendința de a evita eșecul, interesele, valorile subiectului. Deciziile noastre nu sunt întotdeauna întemeiate pe rațiune. Sunt situații când rațiunea este pusă să justifice o alegere pe

criterii afective. Cei mai mulți dintre oameni sunt convingși că aleg ceea ce preferă, cu toate că ulterior sunt puși în situația de a prefera ceea ce au ales;

c) **experiența succesului și a eșecului**; astfel s-a constatat că după succes nivelul de aspirații tinde să crească, iar după eșec tinde să scadă.

În urma acestei etape, prin luarea hotărârii este aleasă varianta optimă de acțiune pe care subiectul o va urma. Această variantă este investită, valorizată, i se alocă resursele necesare și este susținută, argumentată dacă se impune acest lucru. Din acest moment sunt abandonate alte variante sau sunt

inhibate, acțiunea capătă cu adevărat atributul de voluntară pentru că subiectul a ales-o în cunoștință de cauză, i-a anticipat consecințele și a apreciat că finalizarea ei îi va aduce succesul scontat.

A patra etapă este realizarea efectivă sau executarea hotărârii. Unii autori consideră că este cea mai importantă etapă a actului voluntar, fără de care nu am putea vorbi de voință. Într-adevăr, finalizarea acțiunii voluntare impune menținerea resurselor, organizarea acestora, antrenarea cunoștințelor, deprinderilor, experienței în vederea atingerii scopului. Este foarte important ca voința să manifeste rigoare și coerență, să nu ne lăsăm influențați de tendințe opuse, să nu renunțăm la greu. Voința se manifestă ca modalitate superioară de organizare a conduitei, activităților omului pe direcția scopului.

Psihologia a identificat următorii factori care favorizează executarea optimă a acțiunii:

- confruntarea permanentă cu planul inițial;
- confruntarea cu problemele curente care se ivesc și care îndeplinesc rolul de feed-back;
- eliminarea sau păstrarea sub control a unor factori perturbatori cum ar fi apariția unor motive concurente, a unor stări afective prea puternice;
- utilizarea adecvată a sistemului de cunoștințe și deprinderi. Deprinderile sunt componente automatizate ale activității, care se desfășoară eficient și fără control voluntar;
- calitățile voinței, factorii de personalitate, trăsăturile moral-volitive de caracter, cum ar fi: puterea voinței, perseverența, curajul, independența în acțiune, calmul în situații de incertitudine.

A cincea etapă este verificarea și ea încheie ciclul sau poate impune revenirea la o etapă anterioară atunci când rezultatul final nu corespunde scopurilor și planurilor inițiale. Această etapă implică evaluări, operații complexe de ordin cognitiv și pragmatic. Subiectivismul, implicarea afectivă pot denatura corectitudinea verificării.

Comparați etapele actului voluntar cu cele ale rezolvării de probleme (de la gândire).

Cum explicați asemănările frapante dintre aceste etape?

Ce demonstrează aceste asemănări?



Cele cinci etape ale actului voluntar pot fi comprimate în trei mari etape:

- pregătirea;
- execuția;
- verificarea.

3.4. Calitățile voinței

Voința este un mecanism psihic dobândit, care se dezvoltă și se perfecționează în condițiile confruntării cu probleme și activități specifice învățării, muncii și creației. Experiența unor activități voluntare tot mai dificile, modele de conduită oferite de părinți, profesori, colegi, eroi din cărți, din filme sau din viața reală, dar mai ales o educație exigentă a lucrului temeinic făcut conduc la formarea și educarea unor *calități ale voinței*. Aceste calități, fiind confirmate în activitate și încurajate de către mediul social, se vor stabiliza în conduită, se vor cristaliza și vor deveni trăsături moral-volitve de caracter.

Puterea voinței este expresia energiei fizice și nervoase investite, fermitatea, tăria de carac-

ter, ambiția în urmărirea scopurilor propuse. Puterea voinței se vedește în mobilizarea și menținerea capacităților de efort voluntar, atât în inițierea unei activități, cât și în inhibarea unor porniri sau reacții inadecvate. Tindem să apreciem mai mult puterea voinței unui om care și-a învins un obicei prost, un viciu, care a luptat cu o suferință puternică decât puterea voinței celui care inițiază o activitate.

Perseverența denotă răbdare, tenacitate, rezistență la eșec, puterea de a reveni după eșec, urmărirea minuțioasă a planului de acțiune.

Curajul implică înfruntarea riscurilor într-o manieră lucidă și asumată. Curajul este susținut de experiența confruntării cu situații dificile, de încrederea în forțele proprii.

Independența implică evaluarea autonomă a planurilor de acțiune, asumarea deciziilor, a riscurilor, dar și a posibilelor eșecuri.

Calmul în situații de incertitudine este expresia capacității de autocontrol, de evaluare lucidă a variantelor de acțiune și adoptarea celei care permite obținerea de „beneficii” maxime cu „costuri” minime.

APLICAȚII

1. Cum caracterizați un om cu voință puternică?
2. Dar un om cu o voință slabă?
3. Cum caracterizați un om nehotărât?
4. Alegeți exemple din experiența proprie, când deciziile au fost influențate de afectivitate.

5. Realizați următorul experiment: rugați un coleg, prieten să rămână închis într-o cameră fără să-i spuneți cât rămâne acolo. Nu trebuie să aibă ceas și nici obiecte care să-i ofere preocupări (ziare, cărți). Observați comportamentul și după două ore îl lăsați să părăsească încăperea și apoi îl rugați să vă relateze experiența trăită.

Ce observații puteți extrage cu privire la autocontrolul său?

6. Identificați și descrieți calitățile voinței așa cum vă sunt ele sugerate de imaginile alăturate.





1. Conceptul de personalitate

Multe noțiuni ale psihologiei se regăsesc și în limbajul cotidian, având chiar o mare frecvență de utilizare. De la această regulă nu face excepție nici noțiunea de personalitate. Spunem despre cineva că are o „personalitate puternică”, iar despre altcineva că „n-are personalitate”. Cuiva îi acordăm atributul de „personalitate matură”, altcuiva pe cel de „personalitate infantilă”. Ne ajută psihologia cotidiană, de bun simț, să înțelegem ce este personalitatea? Uneori da, alteori nu. În mod sigur însă, ne ajută psihologia științifică.

1.2. Delimitări conceptuale

Mai demult, un gânditor spunea că definirea personalității este o „problemă de delimitare”. De ce? Deoarece atât în limbajul cotidian, cât și în cel științific, întâlnim folosite uneori o serie de noțiuni într-o manieră nediscriminativă, unele în locul altora, fără a se opera diferențierile de rigoare. De câte ori n-am folosit noțiunile de **individ**, **individualitate**, **persoană**, **personalitate**, **personaj** fără să ne gândim că ele acoperă aceeași realitate?! Iată de ce, în demersul deștelerii drumului spre definirea personalității este necesar să creionăm mai întâi conținutul noțiunilor respective pentru a evita confuziile.

• Conceptul de individ

Individul se definește ca fiind totalitatea însușirilor biologice (înnăscute sau dobândite) care asigură adaptarea la mediul natural. El desemnează entitatea vie care nu poate fi dezmembrată fără a-și pierde identitatea, altfel spus, individual desemnează caracterul indivizibil al organismului. Din aceste definiții, rezultă următoarele caracteristici ale individului:

1. el este un produs în întregime determinat biologic;
2. este un reprezentant al speciei în general, indiferent dacă aceasta este vegetală, animală sau umană;

3. este o noțiune aplicabilă tuturor organismelor, fără conotații descriptive sau evaluative.

• Conceptul de individualitate

În decursul existenței individului, are loc un proces de diferențiere și diversificare a organizării lui structural-funcționale. Însușirile biologice se specializează, se ierarhizează, se integrează căpătând unele note distinctive, originale. Individualitatea este deci individul cu organizarea lui specifică, diferențiată, irepetibilă și ireductibilă. Noțiunea se folosește pentru a desemna organizările complexe.

• Conceptul de persoană

Prin conceptul de persoană desemnăm ansamblul însușirilor psihice care asigură adaptarea la mediul social-istoric. Persoana este individul luat în accepțiunea lui psihologică, deci cu viața sa psihică constituită, superioară, conștientă. Caracteristicile persoanei sunt:

1. ea este un produs determinat socio-istoric, desemnând omul în contextul relațiilor sociale sau ca membru al societății;
2. noțiunea de persoană este aplicabilă doar omului, dar nu în general, ci doar celui normal dezvoltat din punct de vedere psihic (copiilor la naștere și bolnavilor psihici nu li se poate acorda atributul de persoană).

• Conceptul de personalitate

Așa cum organizarea structural-funcțională a individului se diferențiază și se specializează în timp, tot așa și organizarea psihică a persoanei suportă de-a lungul timpului un proces de diferențiere și specializare, valorizându-se și devenind unică. Am putea spune că personalitatea este persoana plus o notă de valoare, ea este organizarea superioară a persoanei. De altfel, Goethe scria în *Faust*:

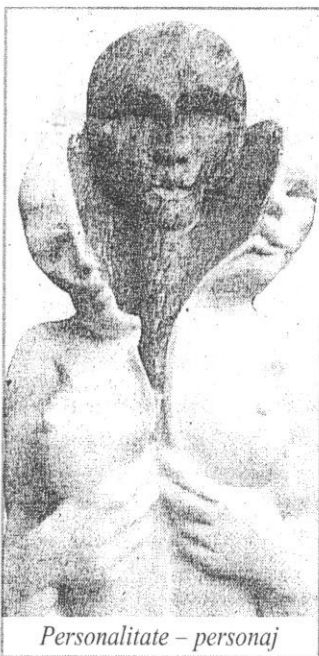
*O spun și regii
O spun și magii
Că din toate câte pe lume avem
Personalitatea este binele suprem.*

Pentru Goethe, personalitatea este o valoare morală supremă. Ne putem întreba însă dacă ea este doar o valoare morală, nu cumva și una socială, culturală, istorică etc.? Din spusele lui Goethe, ar trebui să reținem nu că personalitatea este o valoare morală, ci că ea este, înainte de toate, o valoare.

• Conceptul de personaj

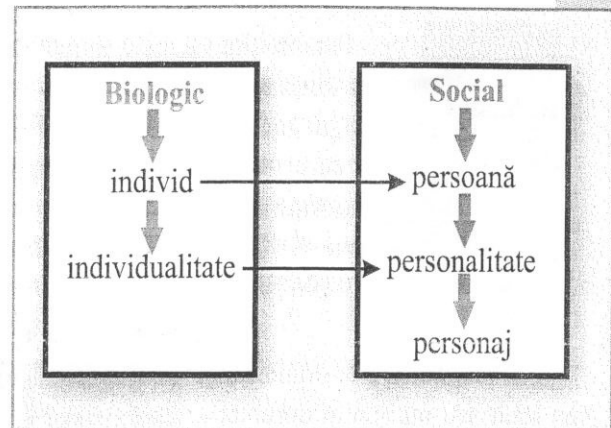
Prin conceptul de personaj desemnăm manifestările personalității în afară, în comportament. Personajul este „persoana în rol”, altfel spus omul interpretat ca rol social, și cum fiecare poate juca mai multe roluri, înseamnă că el se manifestă prin mai multe personaje, își relevă față de alții diverse „fațete” ale personalității sale. Dat fiind faptul că sub fiecare personaj se află o personalitate înseamnă că personajul este *veșmântul social* al personalității, uneori *chiar învelișul ei protector, mecanismul de apărare*. Personajul se prezintă ca o „fațetă”, ca o imagine fragmentată a personalității, ca o mască în spatele căreia se află personali-

tatea. Personajul dezvăluie sau ascunde, relevă sau trădează personalitatea. Între personalitate și personaj pot exista relații de echilibru, de coexistență și armonie, dar și relații de disonanță și dezechilibru (în acest ultim caz putem asista la apariția unui fenomen de depersonalizare, dedublare, care perturbă funcționarea normală a personalității).



Personalitate – personaj

Cele cinci noțiuni și relațiile dintre ele pot fi dispuse ca în schema următoare:



Din această schemă, rezultă următoarele:

- Noțiunile de individ și individualitate se dispun în plan biologic, pe când cele de persoană, personalitate și personaj în plan social.
- Persoana este corespondentul în plan social al individului din plan biologic, iar personalitatea, a noțiunii de individualitate din plan biologic.
- Corespunzător procesului de individualizare a individului din plan biologic, întâlnim particularizarea persoanei, în plan social și convertirea ei în personalitate.
- Aceste noțiuni acoperă realități diferite între ele presupunând totodată o asociere și corespondență logică, fapt care impune utilizarea lor diferențială.
- Când ne referim la omul normal dezvoltat din punct de vedere psihic este mai bine să recurgem la noțiunile de persoană și personalitate decât la cea de individ. Numirea unui om cu termenul de individ ascunde intenția de desconsiderare și de reducere a acestuia la atributul de ființă biologică, de simplu „tub digestiv”.

1.2. Definirea personalității

Din multitudinea definițiilor formulate cu privire la personalitate, vom prezenta doar câteva, selectate de la autori din perioade istorice și zone geografice diferite.



„Personalitatea este organizarea dinamică în cadrul individului a acelor sisteme psihofizice care determină gândirea și comportamentul său caracteristic.” (Gordon W. Allport, 1897-1967)

„Personalitatea este organizarea mai mult sau mai puțin durabilă a caracterului, temperamentului, inteligenței și fizicului unei persoane. Această organizare determină adaptarea sa unică la mediu.” (Hans J. Eysenck, 1916-1997)



„Personalitatea este un macrosistem al invarianților informaționali și operaționali ce se exprimă constant în conduită și sunt definitorii sau caracteristici pentru subiect.” (Paul Popescu-Neveanu, 1926-1994)

Din aceste definiții, rezultă principalele caracteristici ale personalității:

• Caracterul sistemic, chiar macrosistemic

Personalitatea este compusă dintr-o serie de elemente legate între ele, corelate și consistente unele cu altele, nu independente sau simplu juxtapuse.

• Durabilitatea, stabilitatea, persistența în timp

Personalitatea este relativ stabilă, relativ identică cu sine însăși, neputând fi radical modificată de situațiile tranzitorii sau accidentale.

• Esențialitatea

Înșușirile care compun personalitatea sunt esențiale, definitorii pentru om, ele vizând aspectele cele mai importante ale manifestării omului privind orientarea sa, opțiunile și răspunsurile sale fundamentale.

• Structuralitate și dinamism

Personalitatea presupune organizare, ierarhizare, dar și dezintegrare progresivă.

Structurile personalității se pot restructura, modifica și perfecționa în grade diferite în funcție de cerințele relaționării cu ambianța.

• Finalitate adaptativă

Personalitatea nu este inactivă, inertă; ea este ceva și face ceva: filtrează, motivează și direcționează, selectează și programează, îl determină pe om să gândească asupra mediului și să se adapteze la acesta prin comportamentele sale, asigurând atât supraviețuirea, cât și creșterea și dezvoltarea personală.

• Unicitatea

Personalitatea realizează sinteza dintre trăsăturile/înșușirile generale, particulare și individuale ale omului, căpătând în virtutea acestui fapt un caracter propriu, specific, unic.

Personalitatea nu este înăscută. Omul nu se naște cu personalitate, ci devine personalitate. La naștere copilul nu este o personalitate, ci un candidat la dobândirea acestui atribut. Personalitatea, chiar dacă are unele înșușiri biologic-ereditare, se obține de-a lungul vieții ca urmare a confruntărilor cu cerințele mediului exterior, a reținerii și respingerii unora dintre ele, a valorizării și generalizării unora și a devalorizării și excluderii altora. Despre personalitate se spune că este produsul împrejurărilor, ceea ce înseamnă că natura și calitatea acestora ar determina calitatea personalității. Aceasta ne atrage atenția asupra necesității creării unor medii sociale educogene, saturate și impregnate cu influențe pozitive, valorizate social-cultural.

De aici nu trebuie să înțelegem că personalitatea este inactivă, dimpotrivă, ea poate influența, restructura împrejurările, chiar crea altele noi. Trebuie făcută distincția dintre planul dezvoltării ontogenetice a personalității (când aceasta este mai degrabă produsul împrejurărilor) și planul funcțional al personalității (când aceasta este în linii mari dezvoltată și își impune cerințele asupra propriei sale evoluții).

Arătați prin analiza unui „caz” cele două expresii ale personalității: produs al împrejurărilor, producătoare de împrejurări.



1.3. Laturile personalității

Din ce se compune personalitatea? Psihologia tradițională vorbea despre componența tripartită a personalității, aceasta fiind interpretată ca fiind compusă din trei laturi: temperament, aptitudini, caracter. *Temperamentul* furnizează informații despre felul cum este și cum reacționează un om, iute sau lent, accelerat sau domol, mobil sau rigid, uniform sau neuniform, cu un surplus sau deficit de



Înainte de a învăța despre temperament și caracter, puteți enumera câteva trăsături temperamentale și caracteriale care vă aparțin?

energie etc.). *Aptitudinile* spun despre om ce poate să facă sau cât de dotat este. În fine, *caracterul* arată cum se comportă omul în planul relațiilor sociale.

Psihologia contemporană preferă să vorbească despre componența personalității în cinci laturi, la cele trei dinainte adăugând inteligența și creativitatea. Multă vreme inteligența a fost integrată și „topită” în aptitudini, iar creativitatea, neintegrată în personalitate, deoarece a fost descoperită târziu, prin jurul anilor '50 ai secolului trecut. Dat fiind însă faptul că inteligența și creativitatea sunt distincte între ele și distincte și în raport cu celelalte trei, ele merită a fi considerate laturi de sine stătătoare ale personalității.

Așadar, considerăm că personalitatea are următoarele laturi:

1. **temperamentul** – latura dinamico-energetică;
2. **aptitudinile** – latura instrumental-operațională;
3. **caracterul** – latura relațional-valorică;
4. **inteligența** – latura rezolutiv-productivă;
5. **creativitatea** – latura transformațional-constructivă.

Îmbinarea, sudarea și interacțiunea acestor laturi generează structuri distincte de personalitate care îi acordă acesteia unicitate.

1.4. Tipuri de personalitate

Acestea se diferențiază în funcție de nivelurile calitativ-distincte la care ajunge

personalitatea în evoluția sa. Clasificarea lor se face dependent de o multitudine de criterii. Dacă luăm în considerare gradul de diferențiere și specializare internă a personalității, ca și relația dintre structura internă a personalității și factorii externi (de mediu), atunci putem desprinde următoarele **tipuri de personalități**:

- **Personalități imature** caracterizate prin: simplitatea structurilor psihice componente; lipsa corelației logice dintre ele; funcționalitate neeficientă, situațională, imprevizibilă, inegală; scăzute posibilități adaptative (atât la situațiile comune, cât mai ales la cele noi).
- **Personalități mature** caracterizate prin: complexitate structural-funcțională cu componente intim corelate între ele, organizare, ierarhizare; adaptare suplă, flexibilă; mare eficiență.
- **Personalități accentuate** cu caracteristici care ies din comun, mai acute față de media populației, cu tendința de a aluneca în patologic fără a fi însă patologice; predispuse spre manifestări patologice mai ales în condiții defavorabile de viață; îngreunează adaptarea la mediu.
- **Personalități anormale/destructurate** care se deosebesc total față de media populației și sunt incapabile de a se adapta.

Maturitatea sau imaturitatea personalității poate fi psihică și socială. În acest din urmă caz, avem în vedere gradul de socializare a individului, de asimilare a modelelor socio-comportamentale definitorii pentru om; bogăția și calitatea acțiunilor și interacțiunilor sociale; adaptarea (deplină sau precară) la condițiile vieții sociale, împlinirea vocațională. Între maturitatea/imaturitatea psihică și cea socială există o strânsă interacțiune. De obicei, maturitatea psihică este o premisă, o condiție pentru cea socială. La rândul ei, maturitatea socială poate impulsiona și facilita maturitatea psihică, ajutând-o pe aceasta să ajungă la forme calitativ superioare de dezvoltare.

Considerați că sunteți o personalitate matură și psihologic și social? Argumentați-vă opțiunea.



1.5. Centralitatea personalității în psihologie

Personalitatea în dubla ei ipostază, de realitate și de concept, ocupă un loc central sau, după cum se exprimă un cercetător, un loc proeminent în psihologie. Aceasta, pe de o parte, din rațiuni teoretice, pe de altă parte, din rațiuni practice. Din punct de vedere teoretic, personalitatea este cadrul de referință fundamental pentru definirea sensului și valorii explicative a tuturor celorlalte noțiuni psihologice. Noțiunile de senzație, percepție, motivație, afectivitate, voință etc. n-ar avea aproape nici o semnificație dacă ar fi interpretate în sine, deci neraportate la personalitate. Personalitatea face ca senzațiile, percepțiile, gândurile unui om să dispună de o anumită finalitate, să se desfășoare într-un anumit ritm, să conducă sau nu la anumite rezultate favorabile, cu alte cuvinte să se personalizeze, să devină diferite de cele ale altor persoane.

Din punct de vedere practic, personalitatea este centrală pentru psihologie, deoarece ea este prima, cea mai complexă și, adeseori, cea mai dramatică realitate umană cu care luăm contact și pe care urmează să o influențăm, s-o ameliorăm sau s-o schimbăm. Ea, personalitatea, reprezintă primul ghid în modelarea concretă a

omului. Numai cunoscându-i laturile, structura, finalitatea, tipurile vom putea selecta și utiliza cele mai potrivite mijloace, metode, procedee de influențare educativă.

Raportată la celelalte procese și mecanisme psihice, personalitatea este *mechanismul psihic superior și integrator*.

Personalitatea:

- le controlează pe celelalte;
- le integrează și subordonează scopurilor personale;
- dă viață celorlalte procese și mecanisme psihice, le orientează și le direcționează;
- le „forțează” să interacționeze activ între ele, să se diferențieze și stabilizeze;
- facilitează selecția diferitelor mijloace pentru punerea în funcțiune a mecanismelor psihice particulare;
- asigură folosirea personalizată a mecanismelor psihice, maniera diferită de funcționare a acestora de la un individ la altul (materiale identice sunt memorate diferit; una și aceeași problemă este rezolvată pe căi diferite);
- influențează pozitiv sau negativ funcționarea particulară a mecanismelor psihice;
- valorifică diferențiat și maximal celelalte mecanisme psihice și chiar propriile ei laturi (veți vedea în lecțiile următoare că dacă temperamentul este controlat de structurile caracteriale, va avea o altă funcționalitate și finalitate decât atunci când structurile caracteriale sunt insuficient formate sau sunt cu o încărcătură negativă).

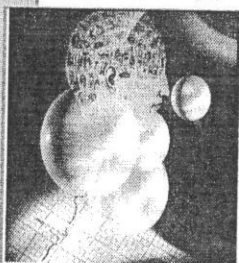


APLICAȚII

1. În continuare sunt notate câteva trăsături de personalitate:

- | | |
|---|--|
| a) sferă largă de interese; | f) acuzatoare cu sine și cu alții; |
| b) capacitate de stabilire a relațiilor cu alții; | g) autoobiectivitate, umor; |
| c) egocentrism; | h) lipsă de intuiție; |
| d) toleranță; | i) acțiune fluctuantă (dependent de situații); |
| e) acceptare de sine; | j) disimulează, pozează. |

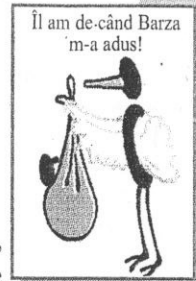
Care dintre aceste însușiri și comportamente caracterizează personalitatea matură și care pe cea imatură?



Personalități accentuate

2. Psihiatrul și neurologul german Karl Leonhard a publicat o carte (tradusă și în limba română) intitulată „Personalități accentuate în viață și literatură”. Dacă veți consulta această lucrare, veți găsi multe exemple despre personalitățile accentuate: demonstrative, hiperexacte, labile, exaltate, anxioase, nestăpânite etc.

2. Temperamentul



Suntem la școală; într-o pauză stați undeva mai deoparte și priviți cu atenție la colegii de liceu. Dincolo de agitația specifică pauzei, veți constata lucruri interesante. Astfel, un elev, după ce are o dispută aprinsă cu alți colegi, pare că se enervează foarte tare, chiar va sări la bătaie, apoi se îndepărtează supărat; altul pare să fie foarte vesel, vorbăreț, spune glume, este antrenant în grupul lui; altul este foarte calm, explică ceva cu grijă, cu voce măsurată; altul stă undeva separat, îngândurat, pare că suferă „din dragoste“.

2.1. Temperamentul ca latură expresivă și dinamico-energetică a personalității

Putem să spunem despre acești colegi de liceu (nu sunt din clasa noastră și nu îi cunoaștem) cât de inteligenți sunt, dacă sunt sinceri sau mincinoși, dacă au o memorie bună sau nu? Nu, nu putem, dar în schimb putem să spunem ceva despre temperamentul lor. Primul coleg este probabil un coleric, al doilea un sangvinic, al treilea un flegmatic și al patrulea un melancolic. Reușim acest lucru pentru că **temperamentul este latura expresivă a personalității**. Să ne amintim și alte trăsături ale celor patru colegi de mai sus: colericul pare să aibă o constituție athletică, trăsături mai colțuroase; sangvinicul pare să aibă trăsături mai armonioase, fața lui este destinsă; flegmaticul arată cam dolofan, se mișcă mai greoi, figura este mai puțin expresivă; melancolicul are privirea pierdută, pare rigid, încordat, tensionat, fața lui exprimă un aer trist, îngândurat. Corpul, configurația somatică, figura, expresia feței, mișcările spun și ele multe despre temperamentul omului. De asemenea, energia, activismul, vitalitatea, forța, viteza mișcărilor, mobilitatea lor sunt indicatori ai temperamentului.

Temperamentul desemnează latura dinamico-energetică a personalității.

Temperamentul este înnăscut; particularitățile sale țin de structura somatică, de

sistemul nervos, de reactivitate, resurse energetice. Dar el nu se manifestă în același mod pe tot parcursul vieții, începând de la naștere. **Temperamentul evoluează** în raport cu întregul organism și sistemul nervos, astfel încât trăsăturile de temperament se maturizează, sunt deplin reliefate la sfârșitul adolescenței, se mențin relativ constante până spre bătrânețe, când cunosc un proces de aplatizare datorită pierderii vitalității, vigoriei, vivacității, vioiciunii. În schimb, unele trăsături devin mai accentuate, se rigidizează (iritabilitatea la un coleric, depresia la un melancolic, închistarea la un flegmatic etc.).

Trăsăturile de temperament nu au un conținut psihologic în sine, ele țin de aspectul expresiv, dinamico-energetic al conduitei. **Temperamentele nu sunt bune sau rele, de dorit sau indezirabile.** Cu aceste trăsături ne naștem și ele se constituie în fundamentul personalității. Pe ele se grevează celelalte trăsături, cărora le imprimă o anumită nuanțare, expresivitate, dinamism, vivacitate sau, dimpotrivă, inhibiție, retragere.

Temperamentele, tipurile de temperament pe care le vom prezenta în continuare nu trebuie să fie luate ca atare, **nu există temperamente pure**. Chiar etimologia latină a cuvântului sugerează că „*temperamentum*“ înseamnă a amesteca. În mod potențial, ele coexistă în fiecare persoană, dar se manifestă mai pregnant unele sau altele. Așadar, temperamentul real al omului este o combinație originală, aparte, care îl individualizează. Totuși **temperamentul este o particularitate foarte generală a personalității**, în interiorul unei tipologii sau al unui tip intră un număr foarte mare de oameni. Aceasta a și făcut ca tipologiile temperamentale – deși sunt destul de numeroase în fapt – să prezinte multe puncte comune. Acest lucru este normal pentru că specia umană este unitară în diversitatea ei.

În timp, oamenii de știință au identificat și alte aspecte care definesc temperamentul și au elaborat variate *tipologii temperamentale*. O tipologie cuprinde un ansamblu de caracteristici temperamentale comune unui număr mare de indivizi. *Tipul* întrunește atributele cele mai caracteristice, este prototipul unei tipologii (categorii) temperamentale. Când spunem „tipul coleric“, „sangvinic“, „flegmatic“ sau „melancolic“, ne referim la tipologia clasică a temperamentelor. Dar mai există și alte tipologii și vom realiza o trecere în revistă a principalelor tipologii temperamentale.

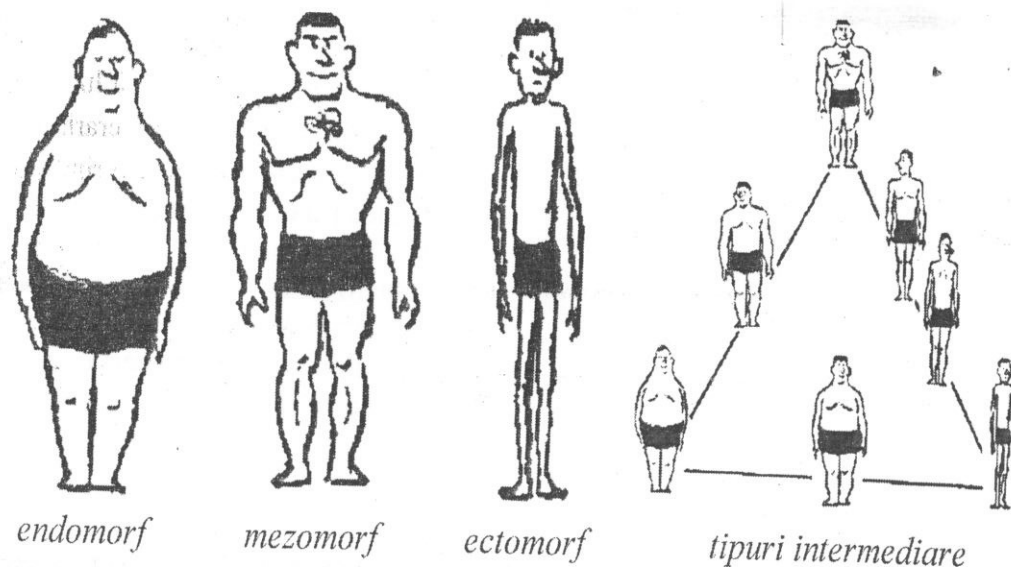
2.2. Tipologii și portrete temperamentale

Trăsăturile temperamentale au atras atenția savanților preocupați să înțeleagă manifestările psihice ale oamenilor. Dar și pentru oamenii obișnuiți manifestările temperamentale ies cel mai ușor în evidență, sunt cel mai ușor de evaluat pentru că prezintă o expresivitate deosebită.

Prima tipologie cunoscută este cea realizată de către medicii antichității Hipocrate și Galenus. Ei au pus la baza temperamentului combinarea – *temperare* – a patru umori sau substanțe primare ale corpului omenesc. Predominarea unei umori conduce la reliefarea unui tip temperamental. Pentru medicina și

psihologia modernă, această clasificare este naivă, dar cele patru tipuri temperamentale au rămas – cu numele – în psihologie. Corespondența propusă era următoarea: sânge – sangvinic; bilă galbenă – coleric; limfă – flegmatic și bilă neagră – melancolic.

Mult mai târziu, pe la sfârșitul sec. al XIX-lea și începutul sec. XX, s-a impus în medicina și psihologia vremii o orientare care pune în legătură aspectul somatic (constituția corporală) și unele manifestări temperamentale. Astfel, psihiatrul german **E. Kretschmer**, pe baza observațiilor clinice, ajunge la concluzia că o anumită constituție corporală se asociază cu anumite manifestări în plan psihologic, afectiv și psihopatologic. **Picnicul** este scund, bondoc, îndesat, extravert, vioi, dinamic – este un **ciclotim**, oscilează între tristețe și veselie. **Astenicul** este filiform, longilin, este un om interiorizat, oscilând între instabilitate și calm – este un **schizotim**, cu trăiri afective foarte interiorizate. **Atleticul** prezintă o alură sportivă, armonios dezvoltată, este un tip direct și deschis în manifestări, cu o mare nevoie de mișcare. **Displasticul** prezintă malformații corporale cu efecte variabile în plan temperamental. Istoria psihologiei a reținut primele două tipuri temperamentale, care au fost descrise mai amplu de către autor.





visceroton



somatoton



cerebroton



Mergând pe aceeași linie a **biotipologiei constituționale**, medicul și psihologul american **W. Sheldon** a pornit de la cele trei foițe embrionare care stau la baza dezvoltării diferitelor structuri somatice (vezi figurile de mai sus).

Astfel, pornind de la **endoderm**, din care se vor dezvolta viscerele digestive, rezultă **endomorful** ca biotip și **viscerotonul** ca tip temperamental, care se caracterizează prin nevoia de odihnă și relaxare, nevoia de confort, plăcerea digestiei, dependența de aprobarea socială a celorlalți, nevoia de a fi consolată de semenii la necaz. Cea de a doua foiță germinativă embrionară **mezodermă**, din care se va dezvolta sistemul muscular, conduce la biotipul **mezomorf**, greoi, masiv, puternic și la tipul temperamental **somatoton**, activ, energic, direct în manifestări, tipul aventurierului și al soldatului. Din foița embrionară **ectodermă**, din care se vor dezvolta sistemul osos, rezultă biotipul **ectomorf**, slab, cu mușchii nedevelopați, osos, longilin, iar în plan temperamental tipul **cerebroton**, interiorizat, rezervat și izolat, preferă singurătatea, este inhibat și reținut în manifestări.



Comparați tipologia lui Kretschmer cu cea a lui Sheldon.

Încercați să vă caracterizați temperamentul orientându-vă după cele două tipologii.

Biotipologiile constituționale sunt sugestive, dar nu li se poate acorda credit deplin. Există variate tipuri intermediare și influențe de ordin socio-cultural care pot modifica manifestările descrise mai sus. De aceea s-a impus luarea în considerare și a altor factori care determină temperamentul.

Tot pe la începutul sec. al XX-lea în Rusia, fiziologul **I.P. Pavlov** a întreprins cercetări minuțioase asupra dinamicii activității nervoa-

se superioare (ANS) urmărind trei indicatori: forța, echilibrul și mobilitatea proceselor nervoase fundamentale – excitația și inhibiția.

Forța este criteriul principal de caracterizare a tipului de ANS și desemnează amplitudinea modificărilor electro-chimice de la nivelul neuronului. Se exprimă prin rezistența la oboseală nervoasă, rezistența la solicitări intense, la factori majori de stres (activitate sub presiunea timpului, responsabilități majore). În raport cu forța, Pavlov stabilește două tipuri: **puternic** și **slab**.

Mobilitatea proceselor nervoase fundamentale, excitația și inhibiția exprimă dinamica raporturilor dintre acestea, ușurința cu care se trece dintr-o stare în alta, rapiditatea cu care se instalează unul sau altul dintre cele două procese. Mobilitatea se manifestă, mai ales, în viteza trecerii de la o activitate la alta, rapiditatea și flexibilitatea adaptării la situații noi. În raport cu acest criteriu, sunt stabilite tipurile **mobil** și **inert**.

Echilibrul exprimă raporturile de forță între excitație și inhibiție. Dacă domină forța excitatorie, atunci vorbim despre **impulsivitate**, dacă domină forța inhibitorie atunci vorbim despre **inhibiție**, iar dacă forța celor două procese este aproximativ egală, vorbim despre **echilibru**. Pornind de la acest criteriu, s-au stabilit două tipuri: **echilibrat** și **neechilibrat**, care la rândul lui se subdivide în **neechilibrat excitabil** și **neechilibrat inhibat**.

Prin combinarea tipurilor care rezultă din manifestările de forță, echilibru și mobilitate, I.P. Pavlov stabilește **patru tipuri de ANS** cărora le-a atașat denumirile din tipologia

clasică, întrucât a considerat că există o corespondență acceptabilă (vezi tabelul de mai jos).

Caracteristicile excitației și inhibiției			Temperamente
Forța	Echilibrul	Mobilitatea	
Puternic	echilibrat	mobil	sangvinic
	echilibrat	inert	flegmatic
	neechilibrat-excitabil	—	coleric
Slab	—	—	melancolic

Tipologia lui Pavlov a constituit un progres față de cele anterioare, dar i se poate reproșa excesul de fiziologizare precum și lipsa de nuanțare din punct de vedere psihologic.

În psihologia modernă, s-a impus contribuția lui C. G. Jung și a lui H. J. Eysenck, care au introdus *criterii psihologice în evaluarea și descrierea temperamentelor*.

Savantul elvețian **C. G. Jung** propune abordarea temperamentului în funcție de orientarea subiectului spre lume și spre propria persoană. Cele două tipuri majore sunt *extravertul* și *introvertul*.

Extravertul este orientat spre exterior, este sociabil, caută emoțiile puternice, își asumă riscuri, acționează sub imboldul momentului,

este impulsiv, îi place schimbarea, este un optimist, îi plac distracțiile, să fie în mișcare, să acționeze, este superficial în sentimentele sale.

Introvertul este liniștit, introspectiv, izolat, rezervat, distant, prudent, preferă o viață organizată; își controlează și cenzurează puternic sentimentele, este rareori agresiv, înclinat să fie pesimist, foarte stabil în sentimentele sale.

Cele două tipuri generale se asociază cu alte patru tipuri funcționale prin raportarea la gândire, sentiment, senzație și intuiție. Senzația este funcția realului, gândirea este funcția rațiunii, sentimentul este funcția simțământului, iar intuiția este funcția înțelegerii spontane. Din combinarea tipurilor majore cu cele funcționale rezultă opt tipuri temperamentale.

Tipuri majore	Tipuri funcționale			
	Gândire	Sentiment	Senzație	Intuiție
Extravert	E – gânditor • adaptabil • bun organizator	E – sentimental • prietenos • depinde de ceilalți	E – senzitiv • abil • descurcăreț	E – intuitiv • inovator • explorator
Introvert	I – gânditor • speculativ • metodic	I – sentimental • pasiuni violente • aparență liniștită	I – senzitiv • centrat pe sine • ezitant	I – intuitiv • vizionar • idealist

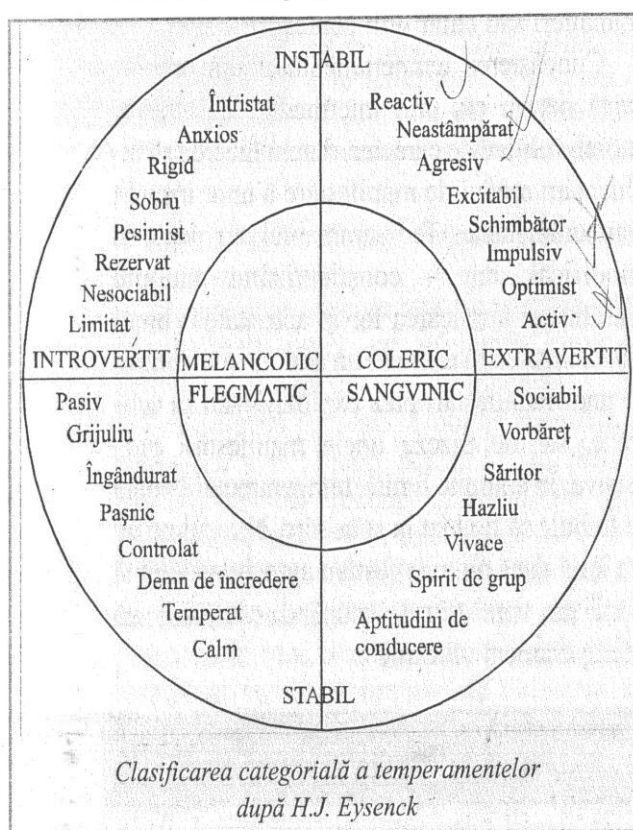
Psihologul englez **H.J. Eysenck** și-a dedicat întreaga viață elaborării unei teorii coerente și a unor instrumente (teste) de investigare a temperamentului. Pornind de la teoria lui Jung, Eysenck a adăugat la dimensiunea extraversiune-introversiune dimensi-

unea stabilității-instabilității neuropsihice, numită nevrozism.

Nevrozismul prezintă la un pol note ridicate de stabilitate emoțională, rezistență la șocuri și lovituri morale, calm, echilibru, bună rezistență la stres. La celălalt pol, vorbim de labilitate

emoțională, sensibilitate excesivă, rezistență scăzută la șocuri emoționale și la stres. Autorul ne atrage atenția că cele două dimensiuni trebuie să fie privite ca un continuum pe o scală de intensitate de la introversiune la extraversiune și de la stabilitate la instabilitate cu trepte intermediare proprii ambivertului și stabilității relative.

Pornind de la cele două axe, Eysenck a elaborat o clasificare categorială a temperamentelor cu ajutorul căreia descrie cele patru tipuri fundamentale de temperament (vezi tabelul de mai jos).



2.3. Caracterizarea temperamentelor

Pentru a caracteriza temperamentul unui om și a elabora portretul lui temperamental, putem apela la tipologiile temperamentale descrise în lecție, dar trebuie să avem în vedere și o serie de criterii de diagnosticare. Paul-Popescu Neveanu, în urma studierii aprofundate a temperamentului, a identificat o serie de criterii, dintre care amintim:

- rezistența la oboseală și ușurința recuperării după efort;

- rezistența la încercări majore ale vieții: accidente, lovituri morale, pericole;
- viteza de reacție și capacitatea de a reacționa simultan la mai mulți stimuli;
- răbdarea, rezistența la monotonie;
- autocontrolul;
- echilibrul emoțional;
- tempoul, ritmul mișcărilor și al vorbirii;
- viteza de adaptare la împrejurări noi;
- viteza de comutare de la o activitate la alta ș.a.m.d.

Având în vedere aceste criterii și tipologiile descrise în lecție, vom prezenta portretele temperamentale ale celor patru tipuri fundamentale.

Colericul este predominant extravert, instabil, excitabil, reactiv, impulsiv și foarte activ. Consumă o mare cantitate de energie nervoasă, se implică în activitate cu mult entuziasm, dar acest consum nervos excesiv îl conduce la epuizare, căderi nervoase sau chiar depresii. Nu suportă activitățile și ocupațiile monotone, statice, tinde să ia inițiativa, orientat spre schimbare, dornic să conducă și să se impună.

Sângvinicul este predominant extravert, stabil, dinamic, sociabil, prietenos, dependent de grup, are nevoie de recunoașterea grupului, de aprecierea celor din jur; știe să se facă plăcut, este preocupat să lase o impresie bună; leagă ușor prietenii, dar tinde să fie superficial și inconstant în sentimente.

Flegmaticul este predominant introvert, stabil, constant, calm, echilibrat, ponderat și prudent; este mai rezervat, leagă mai greu prietenii, dar este constant în sentimente; este răbdător, perseverent, rareori izbucnește, dar când o face are manifestări explozive.

Melancolicul este predominant introvert, instabil, înclinat spre autoanaliză excesivă, neîncrezător în sine și în ceilalți, temător, nesigur, înclinat spre visare, cu un slab spirit practic.

2.4. Temperamentul și raporturile lui cu celelalte laturi ale personalității

Temperamentul ca latură dinamico-energetică și expresivă a personalității interacționează cu aptitudinile și caracterul, influențând și fiind influențat la rândul lui. Fiind înăscut, temperamentul precede celelalte manifestări ale personalității care se vor dezvolta pe acest fundament. Rezultă că temperamentul își va pune amprenta specifică asupra aptitudinilor și caracterului; dar fără a le determina în conținutul lor psihologic, ci în forma și expresivitatea lor. Aptitudinile simple, derivate din capacitățile înăscute ale sistemului nervos și analizatorilor, vor suporta o influență din partea temperamentului. Timpul de reacție, promptitudinea, coordonarea, precizia și finețea mișcărilor, aptitudinile fizico-sportive vor fi influențate de particularitățile dinamico-energetice ale temperamentului. În schimb, aptitudinile complexe, generale, cum ar fi, de exemplu, inteligența nu suportă influențe din partea tipului temperamental. În același timp, acele aptitudini simple și speciale care solicită dinamica energetică a activității nervoase tind să accentueze unele trăsături temperamentale, fără a le putea modifica.

Caracterul nu suportă influențe din partea temperamentului. Se poate vorbi cel mult de o anumită nuanțare sau „pată de culoare“. Deși temperamentul nu este încărcat valoric, nu sunt temperamente bune sau rele, totuși oamenii tind să aprecieze în relațiile interpersonale mai mult oamenii cu un temperament comunicativ, deschis, sociabil, oamenii veseli, destinși decât oamenii întristați, triști, rezervați, prea exigenți. Deseori, cădem pradă acestor erori de evaluare și acest lucru se întâmplă chiar și celor care trebuie să adopte decizii, cum ar fi manageri sau chiar unii profesori.

Cunoașterea temperamentului este importantă pentru că, prin intermediul trăsăturilor moral-volitive de caracter, putem încerca să influențăm modul de manifestare a unor însușiri temperamentale. Temperamentul nu poate fi modificat, dar – conștientizând anumite trăsături și implicarea lor în activitate – omul poate încerca să exercite un anumit autocontrol al unor manifestări prea explozive sau să activeze, să mobilizeze unele manifestări prea pasive. În anumite limite, temperamentul poate și trebuie să fie luat în stăpânire. Nimeni nu ne va ierta dacă ne manifestăm agresiv, violent și apoi ne vom scuza, spunând că avem un „temperament vulcanic“.

APLICAȚII

1. Deși temperamentul este înăscut, totuși suportă unele influențe externe; încercați să evidențiați și să analizați aceste influențe.
2. Alegeți o profesie pe care v-ar plăcea să o urmați și analizați trăsăturile temperamentale proprii raportate la cerințele acelei profesii pentru a vă da seama în ce măsură vi s-ar potrivi profesia respectivă.
3. Dacă ați răspuns la întrebarea nr. 2, înseamnă că veți reuși să realizați portretul temperamental propriu; încercați acest lucru.
4. Dacă ați răspuns la întrebarea nr. 3, putem merge mai departe și vă propunem următorul exercițiu: rugați unul, doi colegi mai apropiați să vă facă portretul temperamental și consemnați cele spuse de ei, apoi comparați cu portretul propriu. Identificați punctele comune și diferențele. Evident că punctele comune ne oferă un grad mai ridicat de certitudine.

3. Aptitudinile



George Enescu, 1881-1955

Este cunoscut faptul că oamenii se diferențiază între ei prin rezultatele activității desfășurate. Unii sunt neîntrecuți în ceea ce privește forța fizică, alții în mânăuirea unor unelte, alții în folosirea diferitelor instrumente muzicale (de exemplu, compozitorul George Enescu, considerat un virtuoz al viorii), alții în confecționarea unor noi produse etc. Aceste calități atrag după sine atribuirea unor calificative celor care le posedă, precum „înzestrare”, „măiestrie”, „dibăcie” etc.

3.1. Definiție și caracterizare generală

Despre oamenii care reușesc să desfășoare la un înalt nivel de eficiență anumite activități, spunem că „sunt apți pentru...”, iar pe cei care nu reușesc să obțină rezultate îi etichetăm a fi „inapti pentru...”. În primul caz, vorbim de prezența *aptitudinilor*, care favorizează succesul în activitate.

Aptitudinile răspund întotdeauna la întrebarea „ce poate să facă și ce face” persoana în mod real în contextul diferitelor sarcini și solicitări impuse de existența sa socială. De aceea, în analiza lor teoretică și în organizarea procesului lor de dezvoltare, se impune delimitarea a două aspecte: a) unul *absolut*, ce se referă la gradul de disponibilitate a individului pentru o activitate sau alta, pentru o categorie sau alta de sarcini, relevând în ce măsură individul reușește să facă față situațiilor problematice în care este pus și cu cât efort fizic sau psihic; b) altul *relativ* (diferențial), ce se referă la rangul pe care individul dat îl ocupă în mulțimea persoanelor care îndeplinesc o aceeași activitate, răspunzând la întrebarea: *cât de mult face și cât de bine face în raport cu alții*.

Făcând o sinteză a punctelor de vedere exprimate de autori diferiți, putem defini aptitudinile astfel:

Ansamblu de însușiri de ordin instrumental-operational care diferențiază oamenii între ei în ceea ce privește maniera de desfășurare a diferitelor activități și, mai ales, în ceea ce privește randamentul cantitativ și calitativ al acestora.

Plecând de la această definiție, reies în mod direct sau indirect o serie de caracteristici ale aptitudinilor:

- Nu orice însușire psihică este aptitudine, ci numai aceea care favorizează desfășurarea unei activități cu *rezultate supra-medii*.
- Aptitudinea diferențiază indivizii între ei, elementul principal constituindu-l randamentul cantitativ și calitativ.
- Nivelul de dezvoltare și funcționalitate a aptitudinilor poate fi analizat și evaluat după următorii indicatori ai comportamentului acțional: rapiditate, volum, precizie, originalitate, eficiență.
- Aptitudinea se deosebește de alte componente psihice ale personalității, deși și acestea au un rol în realizarea unor tipuri de activitate. De exemplu: cunoștințe, priceperi, deprinderi. Desigur, ele sunt integrate împreună cu aptitudinile în latura instrumental-operatională a personalității.

Aptitudinile se realizează prin procese psihice, „*funcționalitatea acestora constituind cea mai generală explicație psihologică a lor*” (P. Popescu-Neveanu).

Unele aptitudini se realizează prin procese psihice mai numeroase și mai variate, altele, din contră, printr-un număr redus de procese. Pe de altă parte, putem afirma că un anumit proces psihic, privit din perspectiva randamentului cantitativ și calitativ, ne apare ca... aptitudine !!!

Sunt bun și eu la ceva, nu ?!...



Astfel:

- cel care reproduce corect și fidel foarte multă informație dă dovada că este în posesia unor **aptitudini mnezice**; rămânem efectiv impresionați de unii dintre



Încercați să identificați pe colegii voștri care au asemenea aptitudini.

Ce legătură există între acestea și rezultatele lor școlare?

colegii noștri, care reușesc să rețină cantități mari de informații fără eforturi deosebite și care le reproduc oricând cu lux de amănunte;

- despre persoanele care reușesc să identifice și să diferențieze cu ușurință diferiți stimuli (vizuali, auditivi, olfactivi etc.), spunem că sunt în posesia unor **aptitudini senzorial-perceptive**; de exemplu, în planul discriminării cromatice, cei care au aptitudini diferențiază foarte multe nuanțe de culori;
- cei care rezolvă ușor și într-o manieră originală anumite situații problematice dețin **aptitudini intelectuale**.

Nu trebuie să se tragă concluzia că aptitudinile se identifică cu procesele psihice, acestea din urmă având un rol bine determinat în cadrul vieții noastre psihice.

Uneori, atât în psihologie, cât și în limbajul obișnuit, se folosește și termenul de **capacitate** atunci când se face referință la componentele instrumental-operaționale ale personalității. Desigur, nu se poate pune un semn de egalitate între aptitudine și capacitate, însă între ele ca realități psihologice există o foarte strânsă interdependență. Aptitudinile reprezintă însușirile potențiale ce urmează a fi puse în valoare atunci când sunt asigurate condiții optime, iar capacitățile sunt aptitudinile împlinite care s-au consolidat prin exercițiu și s-au îmbogățit cu cunoștințe adecvate. „Capacitatea este aptitudinea plus câștigul ei în calitate, venit prin exercițiu” (Fl. Ștefănescu-Goangă).

Forma superioară de dezvoltare a aptitudinilor, precum și combinarea lor originală,

care asigură creația de valori noi și originale, reprezintă **talentul** (vezi figura alăturată).

Nivelul cel mai înalt de dezvoltare a aptitudinilor manifestate într-o activitate creatoare de importanță istorică pentru viața societății și progresul cunoașterii îl reprezintă **geniul**.

Din punct de vedere statistic, dintre cei dotați cu aptitudini, mult mai puțini au și talent și extrem de puțini devin geniali.



Talent în patinajul artistic

3.2. Rolul eredității și mediului în formarea și dezvoltarea aptitudinilor

Întrebarea dacă aptitudinile sunt înnăscute sau dobândite a fost pusă mereu de-a lungul timpului, răspunsurile, însă, au fost destul de diferite. Ele pot fi, totuși, grupate în jurul următoarelor poziții:

1. **Aptitudinile sunt înnăscute.** Printre autorii care au susținut foarte mult acest punct de vedere se remarcă F. Galton, autorul lucrării „*Caracterul ereditar al geniului*”, în cadrul căreia contesta dependența aptitudinilor și talentelor de condițiile obiective de viață a indivizilor umani. Metoda folosită era cea a *genealogiilor* și ea consta în stabilirea numărului personalităților de seamă din cadrul descendenților unor persoane cu un înalt statut social (judecători, militari, muzicieni etc.).

2. **Aptitudinile sunt dobândite**, un rol deosebit avându-l activitatea de învățare. Metoda folosită este cunoscută sub numele de *metoda gemenilor* sau *metoda gemelară*. Este vorba de studiul gemenilor, atât univitelini, cât și bivitelini, care au fost crescuți în aceleași condiții sau în condiții diferite de mediu și de educație, în vederea evidențierii, mai ales, a deosebirilor pe linie intelectuală și de personalitate.

3. Aptitudinile, deși depind și de ereditate, sunt influențate în mai mare măsură de factorii de mediu și de educație. Astfel, pentru psihologul francez R. Zazzo, aptitudinile depind în proporție de 1/5 de ereditate și în proporție de 4/5 de factorii de mediu. Deci raportul este de 4 la 1 în favoarea mediului !!!

4. Punctul de vedere al psihologiei moderne este cel ce ia în considerare interacțiunea factorilor ereditari și a factorilor de mediu. Factorii ereditari nu au un rol de determinare, ci de condiționare a aptitudinilor și ei se referă la ansamblul de dispoziții sau predispoziții, cum ar fi:

- particularitățile morfo-funcționale ale organelor de simț;
- tipul de sistem nervos;
- plasticitatea scoarței cerebrale;
- capacitatea scoarței cerebrale de a forma reflexe condiționate;
- particularități ale aparatului fonator;
- particularități ale sistemului osteomuscular.

Dotarea ereditară poate ajuta sau, dimpotrivă, poate îngreuna formarea aptitudinilor. Astfel, în caz de subdotare, învățarea este în mai mare măsură împiedicată, iar, în caz de supradotare, învățarea este mult ajutată, conducând la formarea aptitudinilor și la obținerea unor rezultate remarcabile.

Desigur, dotarea ereditară nu prezintă o aceeași importanță pentru orice tip de activitate umană. Astfel, dacă în domeniul activității artistice este necesară o dotare superioară, pentru alte activități (tehnice, științifice, organizatorice etc.) este necesară o dotare potențial-ereditară normală.

Faptul că existența unor însușiri înăscute favorizează dezvoltarea unor aptitudini specifice este susținut de cazul unor mari personalități creatoare în domeniul artistic, care au devenit „productive” deosebit de timpuriu în dezvoltarea și evoluția lor individuală.

Astfel, G. Enescu cânta la vioară la 4 ani și, la 7 ani, intra la Conservatorul din Viena, Mozart compunea menuete la 5 ani, Nicolae Grigorescu își câștiga existența cu iconițe pictate de el pe la vârsta de 7-8 ani, Goldoni scria o comedie la 9 ani, Voltaire citea curent la 3 ani, Goethe realiza lucrări literare la 8 ani, Nicolae Labiș înființa un cenacul literar la 13 ani, G. Sand compunea lungi povești încă înainte de vârsta de 3 ani.

Există, totodată, și cazuri de mari personalități creatoare care au început să „producă” mult mai târziu.

St. Aksakov realizează prima sa lucrare literară la 56 de ani, primul volum de versuri al lui T. Arghezi apare la vârsta de 47 de ani, M. Cervantes termină de scris „Don Quijote” la vârsta de 68 de ani, B. Show publică piesa „Căsuța cu mere” la 73 de ani și alte scrieri la 92 de ani, G. Bell a rezolvat problema stabilității echilibrului la avioane la 70 de ani, V. Tizian realizează celebra pânză „Bătălia de la Lepanto” la 95 de ani.

Aceste exemple demonstrează rolul deosebit al activității susținute, al angajării personalității pe linia activității creatoare.

Există însă și cazuri de mari personalități care, atunci când erau școlari, primeau calificative defavorabile, în sensul că erau considerați inapți pentru domeniile în raport cu care, ulterior, s-au dovedit geniali. De exemplu, Newton, Napoleon, Humboldt, Molière, Pasteur, Verdi etc.

Cum poți explica asemenea cazuri?



Pasteur în laboratorul său

3.3. Clasificarea aptitudinilor

Aptitudinile se pot clasifica în funcție de următoarele criterii: a) structura și gradul lor de complexitate; b) specificul activității solicitante.

a) Conform primului criteriu, deosebim două categorii de aptitudini: **simple** și **complexe**. **Aptitudinile simple** se referă la o serie de însușiri dezvoltate peste medie, care permit desfășurarea cu un randament sporit a unor activități. De exemplu: sensibilitate kinestezică, acuitate vizuală, distribuția atenției, forța imaginației, discriminarea culorilor etc. **Aptitudinile complexe** rezultă din îmbinarea și organizarea specifică a unor aptitudini simple și nu doar din însumarea acestora. Pe măsură ce individul uman desfășoară un anumit tip de activitate (tehnică, matematică, pedagogică etc.), se realizează o perfecționare continuă a aptitudinilor simple, însă lucrul cel mai important, acestea sunt integrate în formațiuni psihologice mai complexe, cu o organizare specifică în care regăsim preluate, interiorizate și generalizate moduri de acțiune și operații specifice aceluși tip de activitate.

b) După cel de-al doilea criteriu, aptitudinile se împart în: **speciale** și **generale**. Cele speciale sunt necesare pentru desfășurarea unei anumite forme de activitate cu o arhitectonică operațional-funcțională specifică. Astfel, pot fi diferențiate **aptitudini tehnice, științifice, artistice, sportive, organizatorice, matematice, literare** etc. Aceste aptitudini prezintă o „istorie” strâns, intim legată de „istoria” implicării concrete a individului într-o formă de activitate și a „preluării” modelului structural-operațional al acesteia.

În continuare, vor fi prezentate succint câteva **aptitudini speciale**.

• **Aptitudinea pedagogică**. Ea poate fi definită ca fiind **tipul de aptitudine ce se manifestă în activitatea cadrului didactic (educatorului) și care se referă la ansamblul de calități necesare pentru exercitarea cu succes a acestei profesii**.



Profesorul de psihologie a dat o temă despre lene.

Un elev aduce caietul gol, iar pe ultima pagină scrie: *Aceasta este lenea.*

Ce credeți că ar face un profesor cu aptitudini pedagogice? Dar unul fără aptitudini pedagogice?

Argumentați răspunsul.

Sub aspectul conținutului și funcționalității, aptitudinea pedagogică implică mai multe tipuri de competență:

- competența psiho-morală, care este asigurată de ansamblul de componente ce conferă o bună funcționalitate conduitei etico-morale a cadrului didactic;
- competența profesional-științifică, asigurată de ansamblul de componente necesare cunoașterii unui anumit obiect de învățământ;
- competența psiho-pedagogică, asigurată de ansamblul de componente necesare pentru „construcția” diferitelor subsisteme ale personalității elevului;
- competența psiho-socială, asigurată de ansamblul de componente necesare optimizării relaționării interumane.

Între aceste componente există o strânsă interdependență (N. Mitrofan).

Prin ce se deosebește după opinia ta, un profesor „bun” de un profesor „slab”?

• **Aptitudini sportive**. Ele pot fi împărțite în două subcategorii:

a) aptitudini sportive generale, caracteristice oricărei activități de educație fizică și sport: simțul orientării și echilibrului, rezistența la efort, dorință de întrecere, percepția mișcărilor etc.;

b) aptitudini specifice practicării unei anumite ramuri de sport, cum ar fi de exemplu: simțul plasamentului la jucători, sesizarea intențiilor adversarului la scrimă și la lupte,

calm și stăpânire de sine la tir, viteza de reacție la box și atletism, simțul ritmului, la gimnastică, orientare spațială, la handbal și baschet.

Aptitudinea psihosomatică constituie una dintre condițiile esențiale privind eficiența în sport, însă ea nu este suficientă pentru obținerea unor performanțe înalte fără sprijinul unor aptitudini intelectuale, cum ar fi: spirit de orientare dezvoltat, atenție bună, capacitate de formare rapidă a unor deprinderi și de a acumula cunoștințe.

Pentru activitatea sportivă de înaltă performanță, la toate acestea, se mai adaugă în calitate de cerințe:

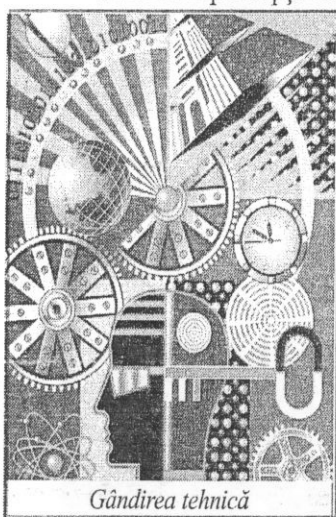
- atitudini pozitive față de activitatea sportivă;
- motivație puternică pentru domeniu.

• **Aptitudini tehnice.** Procedând la o analiză structurală a aptitudinilor tehnice, A. Roșca și B. Zörgö disting trei componente fundamentale care sub aspect evolutiv se suprapun cu etajele, iar sub aspect funcțional se întrepătrund:

1. etajul funcțional inferior ce cuprinde anumite configurații ale funcțiilor senzorio-motorii;

2. etajul al doilea, bazat pe primul, cuprinde structura percepțiilor și reprezentărilor spațio-temporale (reprezentarea de figuri, mișcări, ansambluri de mișcări masinale coordonate);

3. etajul superior care se bazează pe primele două, dar mai ales pe cel de-al doilea, reprezintă nivelul gândirii tehnice formale (acțiuni mintale formalizate) realizate cu ajutorul simbolurilor verbale, cifrice, literale, figurale.



Gândirea tehnică

• **Aptitudini școlare.** Ph.E.Vernon consideră în urma analizei structurale a aptitudinilor școlare că nucleul lor central este format de inteligența generală („g”), de factorul verbal-educational („v:ed”) și de motivație, atitudine, interes. Dacă de exemplu, la un elev inteligența generală („g”), aptitudinea verbală

sau factorul verbal-educational („v:ed”), interesul, atitudinea față de activitatea școlară, perseverența și alți factori de personalitate („x”) se prezintă la un nivel înalt de dezvoltare, șansele ca el să obțină rezultate bune sunt foarte mari. În cazul în care însă, mai ales, în ceea ce privește inteligența generală și aptitudinea verbală, ar exista anumite deficiențe, elevul s-ar confrunta aproape sigur cu eșecul școlar.

Din cadrul aptitudinii școlare mai fac parte și alți factori, cum ar fi: factorul spațial-mecanic („k:m”), factorul verbal („v”) și cel numeric („n”), aptitudinile tehnice, aptitudinile psihomotorii etc., care pot condiționa obținerea succesului în activitatea școlară, însă ele au o pondere mult mai mică decât a celorlalți factori.

Aptitudinile generale sunt cele care participă și ajută la desfășurarea cu succes a mai multor forme de activitate (de exemplu: inteligența, spiritul de observație etc.). Privite din perspectivă genetică, aceste aptitudini se perfecționează și ele pe baza funcționării și dezvoltării aptitudinilor speciale.

Aptitudinile, ca formațiuni psihice dinamice, se află într-o continuă dezvoltare (desigur, predominant în sens progresiv, dar, uneori, și în sens regresiv), în continuu proces de interacțiune, sistematizare, integrându-se într-un sistem instrumental-aptitudinal în interiorul căruia există în permanență relații de transpoziție, compensare, complementaritate. Totodată, se poate sublinia faptul că dezvoltarea aptitudinilor se poate realiza atât spontan, cât și dirijat, cea mai mare contribuție având-o, bineînțeles, acțiunile și influențele organizate, sistematizate, dirijate. Din acest punct de vedere,

școlii îi revin sarcini deosebite. De altfel, nivelul de dezvoltare și funcționalitate a aptitudinilor elevilor constituie unul dintre cei mai importanți indicatori ai caracterului formativ al procesului de învățământ.

Imaginați-vă că ați fost invitați să participați la o întâlnire cu conducerea școlii din care faceți parte, la care se vorbește despre fumatul în școală.

Acolo, ați fost rugați ca, timp de 10 minute, să vă spuneți părerea privind această problemă.

Ce ați spune?



3.4. Aptitudinea și succesul profesional

Deși nu în exclusivitate, aptitudinile favorizează obținerea succesului profesional. Ele se constituie în cerințe obligatorii pentru exercitarea unor profesii. De aceea, specialiștii efectuează studiul psihologic al unei activități de muncă, al unui post de muncă, în baza căruia se alcătuiește **psihograma**. Este vorba despre un document care cuprinde aptitudinile pe care trebuie să le dețină cel ce vrea să îmbrățișeze o anumită profesie. De exemplu, pentru a fi un bun șofer sunt necesare aptitudini, precum:

- capacitatea de concentrare și de distribuție a atenției;
- capacitatea de discriminare a culorilor;
- capacitatea de coordonare a mișcărilor;
- rapiditatea și precizia în reacții;
- o bună reprezentare spațială;
- percepție corectă a obiectelor și persoanelor în mișcare și a vitezei de deplasare a acestora.

În cazul în care nu sunt prezente asemenea capacități, vorbim de existența

unor **inaptitudini** și ele vor constitui piedici serioase pentru practicarea profesiei. Ele se constituie în contraindicații și pot fi de două feluri:

a) **absolute** – prezența lor împiedică fundamental buna desfășurare a activității;

b) **relative** – prezența lor nu împiedică în mod fundamental nici cantitatea și nici calitatea prestațiilor.

De exemplu, cineva nu poate fi profesor dacă este bâlbâit și nu se înțelege mai nimic din ceea ce spune (contraindicație absolută); pentru altcineva, prezența unei deficiențe locomotorii nu îl împiedică să fie un bun profesor (contraindicație relativă).

Încearcați să găsiți alte două exemple.



Psihograma este doar o parte a unui document mult mai extins, ce prezintă o anumită profesiune, numit **profesiogramă**. Ea este utilizată în activități precum:

- orientarea și consilierea școlară;
- orientarea și consilierea vocațională;
- selecția profesională;
- formarea profesională.

APLICAȚII

1. Care sunt șansele dezvoltării aptitudinilor în cele patru cazuri evidențiate:

- | | |
|------------------|------------------|
| a) E (-); M (-); | c) E (-); M (+); |
| b) E (+); M (+); | d) E (+); M (-); |

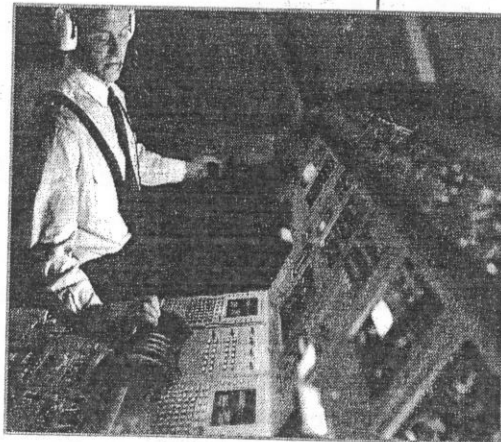
E = ereditate; M = mediu.

2. Identificați care dintre colegii voștri se caracterizează prin:

- a) factorul „g” dezvoltat;
- b) factorul „v:ed” dezvoltat;
- c) factorul „k:m” dezvoltat.

3. Priviți figura alăturată și încercați să stabiliți ce aptitudini trebuie să posede cel ce vrea să devină aviator.

4. Ce tipuri de aptitudini credeți că aveți? Ținând cont de ele, către ce tipuri de profesii v-ați putea orienta? Voi, de fapt, ce profesie ați vrea să îmbrățișați? Care credeți că sunt aptitudinile cerute de aceasta?



4. Caracterul



Termenul de caracter își are originea în vechea greacă și înseamnă tipar, pecete. Caracterul se referă la acele trăsături care descriu modul de a fi, de a se comporta, atitudinile, convingerile, profilul moral al unei persoane.

4.1. Caracterul ca profil psihomoral al personalității

Să luăm drept exemplu doi elevi, colegi de clasă. Ei par să semene foarte mult din punct de vedere al trăsăturilor de temperament, sunt amândoi calmi, meticuloși, serioși, răbdători, pașnici, deci par să fie flegmatici. Și din punct de vedere al aptitudinilor seamănă: sunt cei mai buni din clasă la matematică și fizică, fac parte din lotul olimpic. Dar ceva îi deosebește: în timp ce unul dintre ei este generos, dispus să își ajute colegii când au nevoie, chiar oferă bani cu împrumut sau face cinste cu un suc, celălalt este tocmai la polul opus: este individualist, egoist, nu-i place să ofere ajutorul, este chiar zgârcit și îi tratează cu ironie pe colegii care se descurcă mai greu la învățătură.

Așadar, dacă temperamentul este neutral, nu implică orientări valorice, în schimb caracterul este încărcat valoric, descrie profilul psihomoral al omului.



Dar oare cei doi colegi de clasă s-au născut cu aceste trăsături de caracter?

Dacă temperamentul este înnăscut, caracterul se dobândește prin modelare socio-culturală.

Putem spune atunci că primul coleg „are caracter“, iar al doilea „nu are caracter“? În termenii limbajului cotidian, putem spune așa ceva, dar în termenii psihologiei, nu.

Caracterul este alcătuit din trăsături care se desfășoară pe un continuum, de la pozitiv la negativ; toți oamenii au caracter, dar orientat valoric într-o manieră diferită.

Mai departe, putem spune că primul coleg are un „caracter puternic“, iar al doilea, un „caracter slab“?



Puterea caracterului este dată de forța convingerilor, de tăria cu care le apărăm și susținem, de constanța și persistența lor în timp și în împrejurări variate, și nu de încărcătura lui valorică.

În cazul nostru, cei doi colegi au un caracter puternic, bine reliefat.

Dar oare aceste trăsături caracteriale rămân neschimbate? Nu, în timp pot suferi modificări, uneori substanțiale în funcție de anumiți factori de mediu: familie, prieteni, societate, dar și întâmplări personale, care ne marchează profund.

Caracterul nu este imuabil, neschimbător, el se poate modifica în timp, sub influența unor factori de mediu, socio-culturali.

Credeți că manifestările caracteriale ale celor doi colegi s-ar putea inversa? În ce condiții, ce factori, ce întâmplări vă puteți imagina astfel încât să se ajungă la un asemenea efect major?



4.2. Formarea caracterului

Dacă trăsăturile caracteriale se dobândesc, oare cum se formează? **Geneza caracterului** debutează în copilărie imediat după naștere în procesul învățării sociale pe căi foarte variate. În primul rând familia, părinții vor încuraja comportamentele dezirabile și le vor sancționa



pe cele indezirabile. Copilul învață repede că un anumit comportament îi aduce recompensa, lauda, aprecierea celor din jur, iar alt comportament provoacă reproșul, pierderea unor beneficii sau chiar sancțiuni mai aspre. Acesta este **mecanismul condi-**

ționării care are efect în fixarea unor comportamente mai simple, în primii ani de copilărie.

Mecanismul autorității constituie o sursă importantă a formării caracterului. Autoritatea adultului se impune de la sine, el este purtătorul „adevărului suprem“, ceea ce decide el este literă de lege, iar nerespectarea se lasă cu sancțiuni. Exercițarea autorității merge mână-n mână cu mecanismul condiționării. Pe măsură ce copilul crește, autoritatea trebuie exercitată cu prudență, pentru că va crește nevoia de autonomie a copilului, dar mai ales a adolescentului. Autoritatea trebuie să treacă spre coparticipare, antrenare

Amintiți-vă atmosfera din familia voastră în anii miciei copilării, cum se purtau părinții și alți membri ai familiei. Încercați să identificați unele manifestări caracteriale proprii cu originea în acei ani.

a adolescentului la viața familiei sau a școlii, la luarea deciziilor prin consultare și nu la impunerea lor forțată.

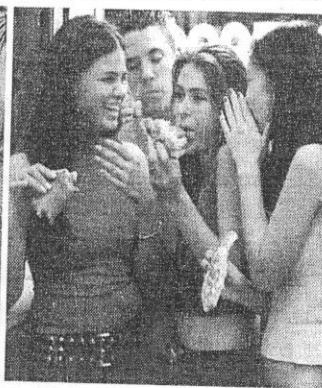
Se adaugă apoi **mecanismul imitației și al modelului**. Copilul va imita și va adopta modele de conduită din mediul lui familial, al părinților, bunicilor, fraților sau surorilor. Se produce un proces de „imprimare“, de întipărire, de asimilare a acestor modele ce își pot prelunge efectul pe toată viața.

Modelul este o sursă puternică de formare a caracterului. De ce oare? Tindem să ne identificăm cu un model, vrem să semănăm, să împrumutăm din calitățile lui, fie că sunt pozitive, fie că sunt negative. Model poate fi oricare persoană din anturajul nostru, din familie, din școală, din viața socială, științifică, artistică, a modei, de pe stradă, dintre anumiți colegi dintr-un grup sau

„gașcă“ (vezi figura de mai jos). Sunt perioade – mai ales în copilărie și adolescență – în care suntem foarte permeabili la un model; mai târziu, odată cu maturizarea intelectuală, morală și socială, suntem mult mai selectivi și mai critici în alegerea modelului.



a) Adolescentă în mediul familial



b) Aceași adolescentă pe stradă, „în gașcă“

Experiment: mergeți la o clasă mai mică și alegeți cinci băieți și cinci fete. Veți lucra cu fiecare individual. Preparați din timp o listă pe care scrieți următoarele cuvinte: mama, tata, bunicul, bunica, fratele, sora, prietenul (prietena) cel mai bun profesor (profesoară), om de știință, om politic, solist(ă) de muzică ușoară, top model, sportiv. *Atenție, nu scrieți nici un nume!* Scrieți aceste cuvinte pe foaie, de sus în jos, și apoi rugați colegul (colega) să se gândească cu mare atenție în ce măsură fiecare dintre aceste persoane au influențat caracterul lor, felul lor de a fi. Astfel, va pune în dreptul fiecărei persoane o cifră de la 1 la 10 cu semnul + pentru influențe pozitive și o cifră cu semnul – pentru influențe negative.

Este important să dați acest test în mod anonim, astfel încât colegul (colega) să aibă certitudinea confidențialității. Îi puteți da formularul și apoi să îi cereți să vi-l dea mai târziu. În orice caz, nu va avea de pus decât niște cifre cu semnul + sau –. Treceți media aritmetică a punctajelor pozitive pentru fiecare cuvânt și apoi a punctajelor negative. Împreună cu alți colegi, adunați rezultatele și le veți pune în discuție cu doamna sau domnul profesor de psihologie. Veți putea constata puterea extraordinară a modelului în formarea caracterului.

În concluzie, geneza caracterului este legată – în primul rând – de lumea în care intră copilul după naștere: este o lume plină de reguli, de norme gata date, proprii familiei și societății din care face parte. Vrând-nevrând, va trebui să le asimileze și să le respecte, învățând ceea ce este bine sau rău, de dorit sau nepotrivit pe bază de recompensă și pedeapsă și pe baza exercitării autorității (familiale, școlare). Apoi modelele vor contribui și ele la formarea caracterului, pentru ca – la maturitate – omul să fie capabil de autodeterminare, de alegeri în cunoștință de cauză.

4.3. Caracterul ca mecanism integrator al personalității

În structura caracterului, vom regăsi o varietate de componente, el putând fi considerat mecanismul integrator-sintetic cel mai important al personalității. Ce sunt onestitatea, bunul-simț, disciplina, respectarea cuvântului dat, punctualitatea, ambiția, perseverența, colegialitatea, loialitatea, toleranța, bunătatea sau răutatea, lenea, indisciplina, neseriozitatea, delăsarea, lingușeala, supușenia, modestia, minciuna, capriciul, încăpățânarea? Sunt **trăsături caracteriale**, sunt **atitudini-valori**.

Caracterul este mecanismul integrator-sintetic, orientativ și reglator ce reunește ansamblul de atitudini-valori definitorii pentru profilul psihomoral al personalității.

Nu orice manifestare comportamentală este o trăsătură caracterială. Trăsăturile caracteriale și de personalitate trebuie să dispună de anumite atribute. În primul rând, trebuie să dispună de:

- **atributul generalității** care se manifestă în cele mai multe dintre situațiile cu care este confruntat un individ;
- **atributul constanței, al stabilității** care se manifestă într-o manieră constantă, stabilă și nu conjuncturală;
- **atributul plasticității** care permite adaptarea omului la variate situații, să

nu fie rigide, fixiste și, în consecință, să fie **definitorii** pentru om, ceea ce sugerează că trăsăturile de caracter sunt adevărați invarianți de personalitate (P. Popescu Neveanu), care permit predicția comportamentelor.

Trăsăturile de caracter exprimă ceea ce este constant, relativ invariabil, stabil și definitoriu pentru personalitatea umană.

Conceptul de atitudine

Atitudinea este un raport, o poziție față de ceva anume. Trăsăturile caracteriale se exprimă ca atitudini valori. Atitudinea este un construct sintetic în structura căreia identificăm următoarele componente:

- **componenta cognitivă** care oferă atitudinii raționalitate, adoptare în cunoștință de cauză, anticiparea efectelor. Când greșim ceva ni se reproșează că nu ne-am gândit la urmări. Precumpănirea acestei componente conduce la trăsături caracterizate prin răceală, raționalitate, reflexivitate, prudență (uneori excesivă), luciditate;
- **componenta motivațională** ne arată că întotdeauna atitudinea are o anumită finalitate, izvorăște dintr-o trebuință, motiv, ideal, aspirație și este orientată spre atingerea unui scop. Precumpănirea acestei componente poate modula caracterul în funcție de dominarea unor trebuințe din piramida lui Maslow. Astfel, vom putea vorbi despre persoane orientate preponderent spre împlinirea fiziologică, materială, socială sau spirituală, despre persoane egoiste sau altruiste;
- **componenta afectivă** conferă susținerea energetică atitudinii, ne identificăm cu atitudinile noastre, le apărăm și le promovăm în raporturile cu ceilalți. Precumpănirea acestei componente poate conferi caracterului o notă sentimentală, afectuoasă, tandră, empatică;
- **componenta voluntară** este considerată, din perspectiva psihologiei germane, dar și a unor psihologi români, cum ar fi Paul Popescu-Neveanu, drept cea mai impor-

tantă în configurația caracterului. Într-adevăr până aici, prin celelalte trei componente, avem de a face în cel mai bun caz cu o **intenție**, dar numai prin componenta volitivă, atitudinea și trăsăturile caracteriale vor fi puse în acțiune. Dacă primele trei componente asigură **latura orientativă** a caracterului, direcționându-l, componenta voluntară asigură **latura reglatorie** a caracterului. În psihologia clasică germană, caracterul era definit ca **voință moralicește organizată**. Precum-pănirea acestei componente conferă caracterului ambiție, perseverență, fermitate, tărie, tenacitate. Recunoaștem aici **calități ale voinței**, care prin cristalizare, sedimentare, prin educare și antrenare ajung **trăsături volitive de caracter**.



Analizând felul vostru de a fi și de a vă comporta în mod obișnuit în viața de zi cu zi, încercați să puneți în evidență componenta determinantă a caracterului vostru: rațională, afectivă, voluntară. Solicitați și opinia altor persoane (părinți, surori, colegi, prieteni) și comparați cu propria evaluare.

Atitudinea este întotdeauna raportată la ceva anume, are un obiect. Atitudinea prezintă o **manifestare polară** ce rezultă din componentele ei motivațională și afectivă. Nu putem vorbi despre „atitudine neutră”, de fapt este o atitudine de ignorare care maschează în realitate refuzul sau necunoștința de cauză. Polaritatea nu este însă absolută. Oamenii nu sunt în totalitate numai buni sau răi, harnici sau leneși, cinstiți sau necinstiți. Trăsăturile de personalitate se înscriu pe un continuum care prezintă două extremități polare ca într-o scală cu mai multe trepte de intensitate. Astfel, un om poate fi mai puțin harnic, dar foarte cinstit, corect, disciplinat; mai puțin ambițios, dar foarte independent în acțiunile sale ș.a.m.d.

Conceptul de valoare

Psihologul american R. Linton introduce termenul de **atitudine-valoare** prin care desemnează o structură complexă de natură socio-culturală în cadrul căreia primul element

este **formă**, iar cel de-al doilea, **conținut**. Caracterul, ca sistem de atitudini-valori, prin atitudine, îndeplinește funcția formală de orientare, direcționare și reglare a conduitei, iar prin valoare spune și de ce face acest lucru.

Valoarea conferă conținut atitudinii.

Valoarea nu este un dat în sine, ea este **rezultatul unei relații dintre subiect și obiect**, al unei relații concrete în cadrul căreia raporturile se pot schimba în funcție de experiența subiectului, exigențele sociale, tradiții, obiceiuri sau modă și este, întotdeauna, trăită pozitiv sau negativ.

În timp, oamenii își fixează un **sistem de valori** sub influența factorilor sociali, de mediu, familiali și instituționali.

Acest sistem de valori ghidează acțiunile noastre, le conferă consistență și coerență. Sunt:



- **sisteme de valori proprii familiei** din care facem parte (de exemplu, o familie care promovează cinstea, corectitudinea, loialitatea);
- **sisteme de valori proprii unei școli** (valorile promovate de direcția școlii, de corpul profesoral);
- **sisteme de valori proprii unei instituții** (de exemplu, ale armatei: ordinea, disciplina, combativitatea sau ale unei firme: punctualitatea, disciplina, loialitatea, spiritul novator);
- **sisteme de valori proprii unei societăți democratice** (pluripartitismul, libertatea presei, asigurarea drepturilor omului, instituții aflate în serviciul cetățeanului) sau ale unei societăți totalitariste (partidul unic, presă obedientă puterii, încălcarea drepturilor și libertăților omului, instituții care oprimă cetățeanul);
- **sisteme de valori general-umane** care promovează pacea, libertatea, libera comunicare și deplasare a oamenilor, toleranța, bunătatea, iubirea aproapelui, spiritul de sacrificiu pentru apărarea copiilor, a familiei sau a unor valori înalte.

Toate aceste sisteme de valori își pun amprenta asupra individului și caracterul se află în mișcare, adaptare în raport cu asumarea unui anumit sistem de valori.

Rezultatul este constituirea unui **sistem de valori propriu** care reflectă într-o manieră selectivă toate aceste sisteme de valori și dă conținut atitudinilor caracteriale.



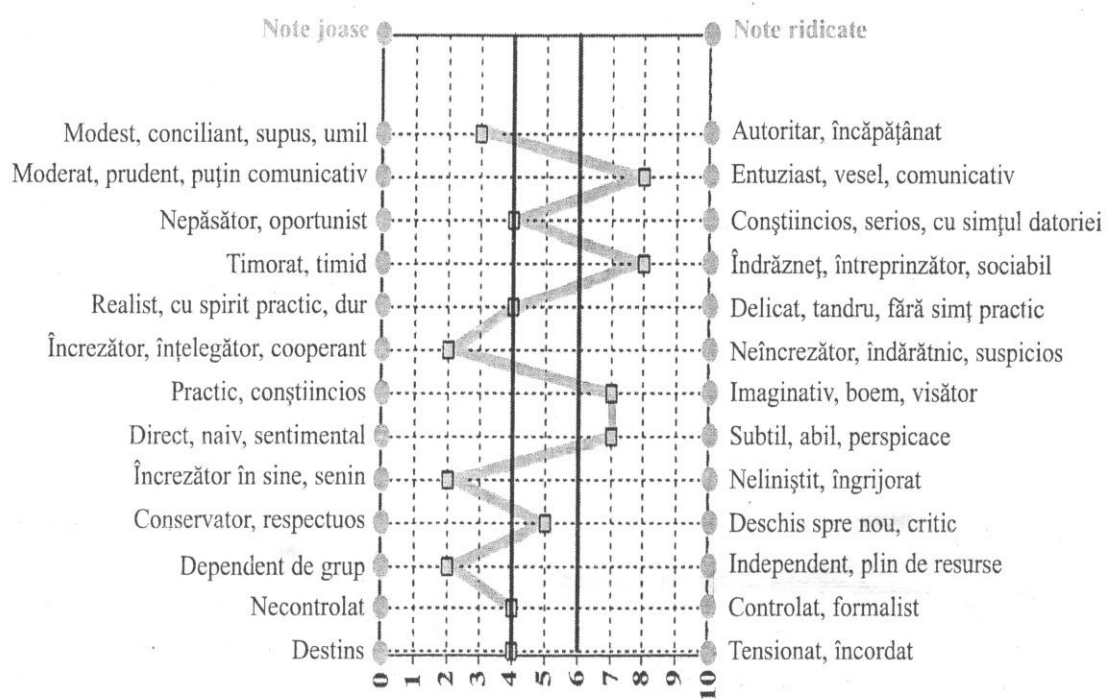
Încercați să analizați specificul și conținutul sistemului de valori propriu familiei voastre, propriu liceului în care studiați, dar și cel propriu grupului din care faceți parte.

În ce măsură credeți că vă influențează propriul sistem de valori? Constați valori comune? Care sunt acestea?

Ceea ce apărăm, susținem și promovăm prin trăsăturile noastre de caracter sunt tocmai sistemele de valori interiorizate, structurate și stabilizate.

4.4. Caracterul ca mecanism relațional

Caracterul pune omul în relație cu lumea prin intermediul sistemului de atitudini-valori. În timp, atitudinile se organizează, se structurează, se ierarhizează astfel încât caracterul capătă o **dimensiune sistemică** și o specificitate individuală, așa cum reiese din exemplul de mai jos. Marele personolog american G. Allport a propus un model al trăsăturilor de personalitate organizate sistemic.



Exemplu de profil de personalitate.

Astfel, la baza caracterului se află mii de dispoziții, trăsături circumstanțiale, conjuncturale, modalități de a denumi multiple manifestări ale personalității. Acestea sunt **trăsăturile secundare**. În cursul maturizării intelectuale, afective, sociale, în condițiile confruntării cu variate situații de viață, se structurează un set de **trăsături principale** în număr de 10-15. Aceste trăsături sunt deja caracteristice, pot fi recunoscute cu ușurință la un individ. Confruntarea în continuare cu situații de viață mai complicate conduce la filtrarea, selectarea unui număr foarte restrâns de trăsături, în număr de 2-3 care sunt definitorii pentru o persoană: **trăsături cardinale**. Acest model este sugestiv atât pentru modul cum se dezvoltă și maturizează trăsăturile caracteriale, cât și pentru modul cum sunt ele dispuse în structura personalității. În psihologia modernă, există tendințe de a reduce numărul factorilor care descriu

Încercați să verificați afirmația de mai sus, caracterizându-vă pe voi și pe alți colegi; de asemenea, rugați alți colegi să vă caracterizeze și observați gradul de suprapunere între ceea ce credeți voi despre propria persoană și ceea ce cred cei apropiați despre voi.

personalitatea (la cinci factori în modelul Big Five sau la trei, în modelul Even 3 Big). Această tendință o regăsim și la oamenii obișnuiți. Când ni se cere să caracterizăm pe cineva, nu vom emite un „listing” de însușiri, ci vom utiliza una, două, maximum trei însușiri.

Chiar dacă vom caracteriza oamenii printr-un număr restrâns de însușiri, aceasta nu înseamnă că vor fi unii identici cu alții. Spre exemplu: un om a cărui trăsătură, cardinală este disciplina nu este identic cu toți oamenii care au această trăsătură pentru că ea intră în combinații particulare cu alte trăsături (hărnicia, modestia, corectitudinea etc.). În plus, modul cum se impune o trăsătură, cum devine ea în istoria unui individ este propriu acestuia.

Analizați felul în care s-a constituit pe parcursul copilăriei voastre trăsătura de caracter disciplina și comparați prin discuții modul cum s-a structurat această trăsătură la alți colegi.

Ce factori particulari au contribuit la dezvoltarea acestei trăsături și în ce măsură o identificați ca pe o trăsătură principală sau cardinală de personalitate?

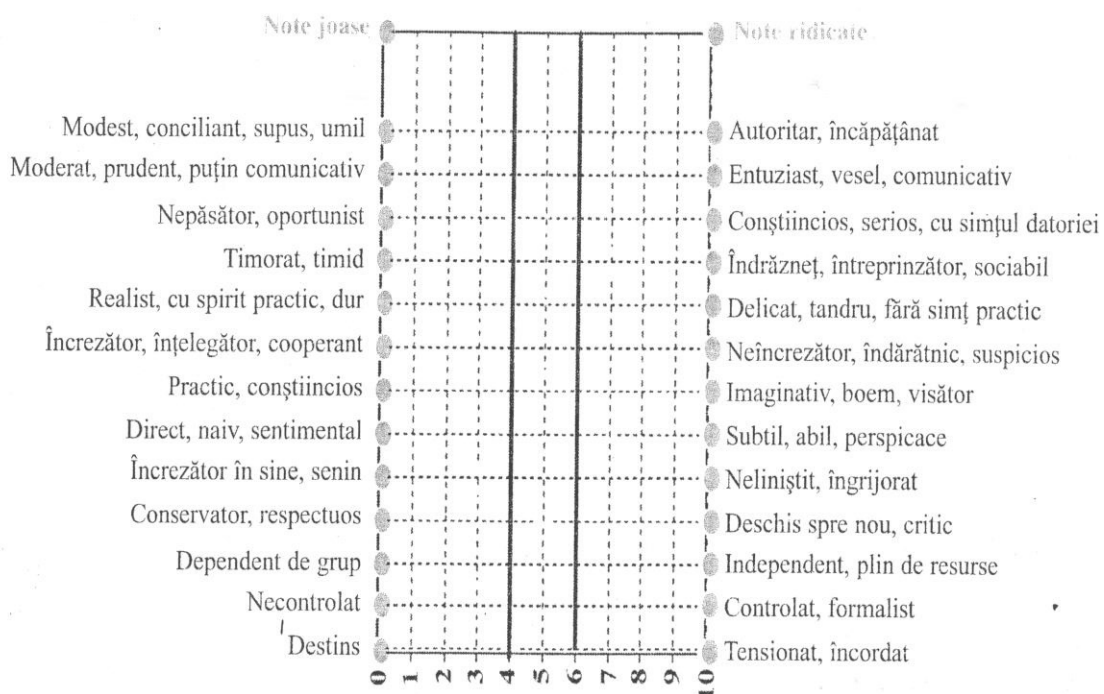
Relațiile dintre atitudini se structurează și în raport cu **obiectul atitudinii**: față de ce anume se exprimă, se raportează. Fiecare om este caracterizat de anumite atitudini față de societate, față de muncă, față de propria persoană. Vorbim aici de principalele categorii pentru că altfel am putea vorbi despre zeci de atitudini:

- **atitudini față de societate** exprimă poziția față de societatea în care trăim, față de instituțiile ei și, mai ales, **față de ceilalți semeni**. Putem vorbi despre cinste, corectitudine, sinceritate, altruism, deschiderea spre alții, toleranța, bunătatea, spiritul de înțajutorare și de sacrificiu, dar și despre opusul (aspectul negativ) acestor trăsături;
- **atitudini față de propria persoană** exprimă raportarea la propriul eu fizic, social și spiritual și se pot traduce prin admirație față de propriul eu, încredere în sine, optimism, stăpânire de sine, modestie, demnitate, spirit autocritic, dar și opusul acestor trăsături;
- **atitudini față de muncă** exprimă raportarea la propria activitate, la cerințele acesteia, la rezultatele așteptate și realizate și se traduc prin hărnicie, conștiinciozitate, exigență, autoexigență, disciplină, punctualitate, responsabilitate, asumarea erorilor, inițiativă, creativitate, dar și opusul acestora.

APLICAȚII

1. Faceți o listă cu cât mai multe (minimum 10) trăsături caracteriale, le scrieți pe o coală de hârtie de sus în jos. Apoi, gândiți-vă bine la felul vostru de a fi și puneți un x dacă îndeplinește atributul generalității, doi de x dacă întrunește atributul stabilității și trei de x dacă întrunește atributul plasticității. Veți afla, astfel, care sunt trăsăturile definitorii ale personalității dacă veți aduna semnele X ale fiecărei trăsături.

2. În graficul următor, alocăți puncte între 0 și 10 fiecărei trăsături de personalitate și apoi uniți-le printr-o linie. Astfel, veți descrie profilul propriu al personalității. Rugați și alți colegi să vă caracterizeze în același mod. Punctele comune sunt cele care vă caracterizează mai bine.



3. Faceți o listă de cuvinte care descriu obiecte, persoane, situații, evenimente din viața voastră și însemnați în dreptul fiecăreia semnul încărcăturii valorice (+ sau -) pe care o are pentru voi. Pentru o mai bună acuratețe, puteți solicita unui coleg să realizeze o listă și apoi să lucrați pe ea. Puteți face și voi o listă pentru alți colegi și să îi rugați să fixeze valențele. Apoi, ierarhizați-le în funcție de importanța lor în viața voastră și încercați să surprindeți care dintre ele exprimă trăsături caracteriale.

4. Încercați să descrieți și să analizați și alte tipuri de atitudini decât cele descrise în lecție. Precizați obiectul atitudinii și trăsături specifice de manifestare.

Maximum de efect, cu
minim de cunoștințe!



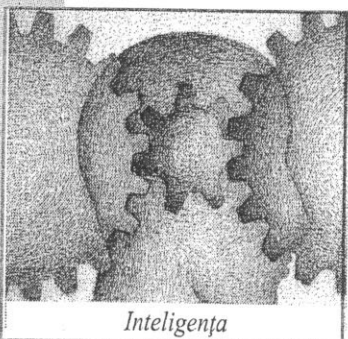
5. Inteligența

Ce avem în vedere, de fapt, atunci când spunem despre cineva că este inteligent? Pot fi mai multe aspecte: volumul de informații, rapiditatea cu care răspunde la unele întrebări sau cu care rezolvă anumite sarcini și probleme, soluțiile pe care le propune în anumite situații, modul în care își adaptează conduita în funcție de cerințele unor împrejurări.

5.1. Definiție și caracterizare

Inteligența este o calitate specifică a organizării mentale a omului, concretizată în capacitățile (M. Golu):

- de disociere-corelare-sistematizare-generalizare a proprietăților semnificative ale obiectelor (fenomenelor) din lumea externă și a relațiilor dintre acestea;
- de a face față diverselor situații problematice noi, imprevizibile;
- de a adopta decizii optime în situațiile alternative, prin aplicarea unor criterii și teste de eficiență, adevăr etc.;
- de a restructura și adecva „din mers” desfășurarea comportamentului (respectiv, activității) la logica desfășurării evenimentelor în plan obiectiv, extern;
- de a organiza și transforma în plan subiectiv-intern situațiile externe și de a elabora modele ideale pentru intervenția practică în realitate;
- de a crea și alege mijloacele adecvate scopului stabilit;
- de a anticipa rezultatele unor transformări (în plan intern-ideal sau în plan extern-practic);
- de a opera cu sisteme de semne, simboluri și semnale în comunicarea cu cei din jur și în reglarea propriei conduite;
- de a realiza succesiuni logice (și le-



Inteligența

gice) în câmpul unor evenimente haotice sau aleatoare și de a sesiza inadvertențe, lacune sau absurdități în teste verbale sau nonverbale, în situații problematice date spre rezolvare;

- de a se raporta distinct și specific la diferite laturi ale realității sau la una și aceeași latură în contexte diferite.

Deși au fost formulate în jur de 400 de definiții, după cum ne spune psihologul american J. Guilford, trebuie să facem efortul de a găsi ceea ce este esențial pentru comportamentul inteligent.

Inteligența este dimensiunea personalității ce favorizează adaptarea conduitei intelectuale, practice sau sociale la situații noi.

O asemenea definiție pune accentul, mai ales, pe finalitatea inteligenței, și anume adaptarea la situații noi.

5.2. Teorii privitoare la inteligență

Din multitudinea teoriilor formulate cu privire la inteligență, ne vom referi doar la câteva.

Teoria bifactorială a inteligenței a fost formulată de C. Spearman. Ea diferențiază factorul **g** (inteligență generală) și factorii **s** (specfici) ai inteligenței, cum ar fi: factorul verbal, factorul numeric, factorul spațial. Cu ajutorul factorului **g** oamenii obțin performanțe în toate domeniile de activitate, iar cu ajutorul factorilor specfici, ei obțin performanțe numai în anumite domenii.

Teoria multifactorială a inteligenței, propusă de L. Thurstone, în cadrul căreia înlocuiește factorul **g** cu mai mulți factori comuni, numiți de el **abilități mentale primare**:

- **comprehensiune verbală** – capacitatea de a înțelege sensul cuvintelor;
- **fluență verbală** – capacitatea de a se exprima rapid, de a combina cuvintele pentru a exprima idei;

- **factorul numeric** – capacitatea de a opera cu numere, de a face socoteli;
- **factorul spațial** – capacitatea de a sesiza relațiile dintre formele spațiale;
- **factorul memorie** – rapiditatea memoriei, trăinicia păstrării și corectitudinea reproducerii;
- **factorul percepție** – capacitatea de a sesiza detaliile, de a observa asemănările și deosebirile;
- **factorul raționament** – capacitatea de a găsi regula generală, de a formula o idee comună etc.

Teoria genetică este legată de numele lui J. Piaget (vezi figura de mai jos) care insistă mai ales asupra genezei inteligenței. În cadrul teoriei sale, folosește noțiuni preluate din biologie, dar care capătă o altă semnificație.



J. Piaget, 1896-1980

Astfel, inteligența este o *adaptare* a organismului la mediu. Adaptarea la rândul ei este o echilibrare între *asimilare* (integrarea noilor informații în sistemul celor vechi) și *acomodare* (restructurarea schemelor de asimilare impusă de noile informații).

Conduita inteligentă se elaborează treptat, parcurgând patru stadii:

1. stadiul senzorio-motor (0-2 ani); specifice acestui stadiu sunt *reacțiile circulare*, prin intermediul cărora se diferențiază asimilarea de acomodare și intervine focalizarea obiectelor, odată cu stocarea unor reprezentări și dobândirea unor semne ce pot simboliza obiectele. Gândirea copiilor este de tip „încercare și eroare”, ei cunoscând obiectele numai în funcție de acțiunile directe asupra acestora. Ei sunt incapabili să construiască mental un simbol care să reprezinte obiectul care nu mai este în câmpul vizual;

2. stadiul preoperațional (2-7 ani); în mod progresiv, copilul devine capabil de formarea simbolurilor. El își formează

abilitatea de a utiliza diferite sisteme de simboluri ce reprezintă obiectele și evenimentele pe care le trăiește. Apar noțiunile empirice, sunt inițiate operațiile de serie (ordonarea în sens crescător sau descrescător a elementelor unei colecții) și de clasificare, operație mult mai complexă, în care elementele unei mulțimi eterogene de obiecte sunt grupate ca fiind asemănătoare după diverse criterii (culoare, formă, mărime, funcții, utilități etc.). Deși realizează mari achiziții în planul limbajului, copilul preșcolar rămâne, totuși, în bună măsură tributar ireversibilității perceptive – de exemplu, nu sesizează faptul că turnarea uneia și aceleiași cantități de apă în pahare de forme diferite (înalt, îngust) nu schimbă cantitatea;

Copiii preșcolari sunt expuși în mult mai mare măsură decât alte categorii de vârstă la accidente, dacă traversează strada în locuri nemarcate.

Care ar fi explicația după părerea voastră?

3. stadiul operațiilor concrete (7-12 ani); constructele logice îmbracă forma unor judecăți și raționamente ce-i permit copilului ca dincolo de datele experienței senzoriale să întrevadă anumite permanențe, anumiți invarianți (de exemplu, cantitatea de materie, greutatea, volumul, timpul, viteza, spațiul). În ceea ce privește mai exact vârsta, cercetările experimentale au demonstrat că la 7-8 ani copiii admit *conservarea materiei*, la 9 ani recunosc *conservarea greutății* și la 11-12 ani recunosc *conservarea volumului*. Clasificarea este operația principală prin care micul școlar face conceptualizări intensive, rămânând însă într-un context concret fără a atinge nivelele superioare de abstractizare. Deci la acest nivel, inteligența este inductiv-logică și concretă;

4. stadiul operațiilor formale (12-17 ani) presupune capacitatea de a coordona propozițiile în unități mai mari. Se intră în posesia raționamentului ipotetico-deductiv. Prin aceasta se face trecerea de la operarea asupra realului la *operarea asupra*



posibilului. Inteligența devine reflexivă, se orientează pe ea însăși, bazându-se pe norme logice și matematice.

Teoria triarhică a fost formulată de R. Sternberg (1985) și cuprinde trei subteorii:

- **subteoria contextuală**, ce se referă la faptul că inteligența și comportamentul inteligent sunt determinate de contextul socio-cultural. Sarcinile cu care se confruntă o persoană într-o anumită cultură nu sunt comparabile cu cele cu care se confruntă o altă persoană într-o altă cultură. În consecință, testele care sunt construite într-o cultură nu pot fi folosite fără a fi adaptate într-o altă cultură. De exemplu, la întrebarea „Îți place fotbalul?“, răspunsul pozitiv la un subiect român înseamnă preferința pentru jocuri nonagresive, în timp ce același răspuns dat de un subiect american înseamnă preferința pentru jocuri agresive;

- **subteoria componențială**, care vizează mecanismele ce sunt implicate în conduita inteligentă, adică procesele executive, strategiile și modalitățile de procesare și de utilizare a informației pentru rezolvarea situațiilor problematice. Aceste mecanisme deși sunt universale, se prezintă în combinații și cu ponderi diferite de la un mediu cultural la altul;

- **subteoria celor două fațete** – individul se confruntă cu două categorii de sarcini sau de solicitări, unele *familiare* (cunoscute) și altele *inedite* (necunoscute). Pentru cele familiare există anumite automatisme, considerate a fi un fel de „sisteme locale“ sau răspunsuri la condițiile repetitive într-un mediu familiar. În fața unor sarcini inedite însă, nu are elaborate modalități de răspuns, de aceea, comportamentul inteligent se manifestă, mai ales, în raport cu acest gen de solicitări.

Teoria inteligențelor multiple, introdusă de H. Gardner (1983), susține că există șapte forme ale inteligenței:

- lingvistică,
- muzicală,
- logico-matematică,
- spațială,
- kinestezică,
- intrapersonală,
- interpersonală.

Pornind de la ele, se poate stabili profilul intelectual al unei persoane pentru a-i arăta posibilitățile pe care le deține și pentru a stabili opțiunile educative ce-i sunt adaptate.

Teoria inteligenței emoționale a fost elaborată de D. Goleman, doctor în psihologie neurocognitivă la Universitatea Harvard, care i-a dat o dimensiune internațională. Conform acestei teorii, există cinci competențe emoționale și sociale de bază și anume:

1. **cunoașterea de sine**: o evaluare realistă a talentelor proprii și o încredere de sine întemeiată;
2. **auto-control**: stările emoționale trebuie conduse astfel încât să favorizeze îndeplinirea obiectivelor și nicidecum să le stânjenească sau să le blocheze;
3. **motivarea**: folosirea preferințelor personale în direcționarea către atingerea țelurilor propuse, care să ajute persoana să ia inițiativa și să persiste în ciuda adversității;
4. **empatia**: identificarea stărilor emoționale ale celorlalți, capacitatea de a cultiva relații neconflictuale cu ceilalți;
5. **deprinderi sociale**: capacitatea de a te descurca bine în relații din punct de vedere emoțional.

5.3. Măsurarea inteligenței și implicații practice

Psihologia a făcut progrese mari din momentul în care s-au construit testele ca mijloace principale de măsurare a capacităților și însușirilor psihice. Foarte multă

atenție s-a acordat **testelor de inteligență** cu ajutorul cărora se măsoară nivelul de dezvoltare și de funcționalitate cognitivă a individului.



Alfred Binet, 1857-1911

Psihologul francez A. Binet (vezi figura alăturată) este cel care a construit, împreună cu Th. Simon (medic), prima „scară metrică a inteligenței” compusă din 30 de itemi (sarcini). Din această cauză, el este considerat astăzi ca fiind „părintele psihometriei”. În 1904, Ministerul Instrucției

Publice din Franța solicită înființarea unei comisii care să găsească în cadrul școlilor o metodă pentru diferențierea copiilor cu intelect normal de cei cu deficiență de intelect. Testul psihologic, construit de A. Binet și Th. Simon, a constituit un răspuns la o asemenea cerință practică și el a fost supus la două revizii (1908 și 1911, anul morții lui A. Binet).

În 1916, L. Terman s-a arătat a fi foarte interesat de testul Binet-Simon, de aceea l-a preluat în S.U.A. și l-a supus unor îmbunătățiri, denumirea nouă fiind de „*Scala de inteligență Stanford-Binet*” (Stanford provine de la Universitatea Stanford). El nu a renunțat la contribuțiile lui A. Binet, cum este cazul conceptelor de „*vârstă mentală*” (rezultatele obținute la teste) și „*vârstă cronologică*” (anii transformați în luni), însă introduce și elemente noi, inclusiv formula propusă de către psihologul german W. Stern cu ajutorul căreia se calcula **coeficientul de inteligență (QI)**:

$$QI = \frac{\text{Vârstă mentală}}{\text{Vârstă cronologică}} \times 100$$

În acest fel, se puteau depista copiii ce prezentau o dezvoltare normală (vârsta mentală era corespunzătoare vârstei cronologice) și, totodată, cei care fie prezentau un nivel de inteligență redus (vârsta mentală rămasă în urma vârstei cronologice), fie prezentau un

nivel de inteligență foarte ridicat (vârsta mentală mult mai dezvoltată decât cea corespunzătoare vârstei cronologice).

Ultima revizie a testului a fost făcută în 1985 și, de atunci și până astăzi, el a circulat sub denumirea „*Scala de inteligență Stanford-Binet – a patra ediție*”, fiind aplicată subiecților cu vârsta de la 2 ani și până la vârsta adultă. Din punctul de vedere al conținutului, ea cuprinde 15 subteste.

O altă contribuție majoră în domeniul psihodiagnozei inteligenței o aduce D. Wechsler, autor american de origine română. El construiește în 1939 un test de inteligență pentru adulți, care este cunoscut astăzi după ultima revizie din 1997 sub numele de „*Scala Wechsler de inteligență pentru adulți – III*” și ea se aplică subiecților cu vârsta între 16 și 89 de ani. În 1949, construiește un alt test, destinat copiilor cu vârsta între 6 și 17 ani, cunoscut astăzi după ultima revizie din 1991 sub denumirea „*Scala Wechsler de inteligență pentru copii – III*”. De asemenea, în 1967, a construit un nou test pentru copiii mici, cu vârsta între 3 și 7 ani, care este cunoscut astăzi după revizia din 1989, sub denumirea „*Scala Wechsler de inteligență pentru copiii preșcolari și pentru copiii școlari mici – R*”.

Testele de inteligență pot fi clasificate și ele în mai multe categorii, în funcție de obiectivul mai precis urmărit:

- teste pentru inteligență generală;
- teste pentru inteligență concretă;
- teste pentru inteligență abstractă;
- teste pentru inteligență tehnică;
- teste pentru inteligență socială;
- teste pentru inteligență emoțională;
- teste pentru inteligență lingvistică;
- teste pentru inteligență artistică.

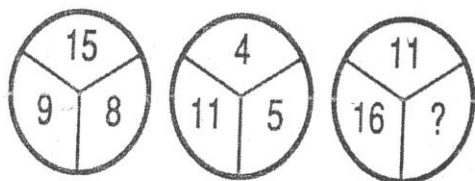
De asemenea, în funcție de modul în care se aplică, ele pot fi:

- teste individuale, cele care se aplică unui singur subiect, cum este cazul marilor baterii de inteligență;
- teste de grup, cele care se aplică unui număr mai mare de subiecți.

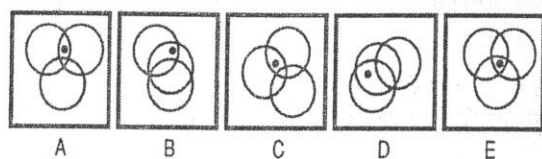


Prezentăm mai jos câteva exemple de
îtemi din unele teste de inteligență.

1. Care este numărul care lipsește din al
treilea cerc?



2. Care este figura ce nu se potrivește cu
celelalte patru?



3. Dacă toți oamenii au haine, atunci oamenii
mari au:

- haine mari;
- haine mai puține;
- haine;
- haine puține.

4. Pasăre este pentru Pește ceea ce este Avion
pentru:

- barcă;
- balenă;
- șalupă;
- vapor;
- submarin.

Cum nici testele de inteligență nu au
scăpat de unele critici, autorii s-au străduit să
le asigure un caracter științific, în sensul că

acestea trebuie să îndeplinească o serie de
cerințe, printre care cele mai importante sunt:

a) **fidelitatea**, care înseamnă capacitatea
de a oferi informații constante în cazul
reaplicării lui (un test de inteligență de
exemplu, nu poate în momentul T_1 de
aplicare să indice existența unei valori înalte
a coeficientului de inteligență, iar în mo-
mentul T_2 , să presupunem după o lună de
zile, să indice faptul că același subiect
prezintă un intelect de limită;

b) **validitatea**, care înseamnă capacitatea
testului de a măsura ceea ce-și propune să
măsoare. Dovada validității o constituie
corelația înaltă dintre rezultatele la test, în
baza cărora se pot formula *judexări prog-
nostice*, și rezultatele la *criteriu*, adică la tipul
de activitate în raport cu care s-a efectuat
testarea. Dacă în urma unei acțiuni de selecție
bazată pe teste, la o instituție de învățământ
superior, au fost reținuți cei mai dotați
candidați pentru solicitările specifice acti-
vității universitare, ei trebuie să ofere un
randament crescut în cadrul acestei activități,
dacă testul este valid.

După ce un test a fost construit, el este
supus unui proces complex de standardizare,
în sensul că el este aplicat pe un grup mare de
subiecți, selectați în baza unor mijloace
științifice din populația căreia i se adresează
testul. Rezultatele obținute sunt, apoi, grupate
în clase ce alcătuiesc *etalonul* testului.

Iată spre exemplu, cum se prezintă etalonul
pentru *Scala Wechsler de inteligență pentru
adulți-III*, prezentat în tabelul de mai jos.

Scor QI	Clasificare	Procentaj	
		Curba normală	Eșantion real
130 și peste	Excepțional	2,2	2,1
120 – 129	Superior	6,7	8,3
110 – 119	Peste medie	16,1	16,1
90 – 109	Medie	50,0	50,3
80 – 89	Sub medie	16,1	14,8
70 – 79	Borderline	6,7	6,5
69 și sub	Extrem de scăzut	2,2	1,9

După cum se poate observa din acest tabel, la o extremitate avem subiecți (2,1%) care sunt supradotați și au un nivel de inteligență excepțional și, la cealaltă extremitate, sunt subiecți (1,9%) care au un nivel al coeficientului de inteligență extrem de scăzut, ceea ce înseamnă că ei se caracterizează prin serioase disfuncții intelectuale.

Testele de inteligență sunt folosite în activitățile de *consiliere școlară și voca-*

țională, în sensul că după ce cunoaștem valoarea QI pentru un anumit tânăr îl putem sfătui să se îndrepte către acele forme de școlarizare și către acele profesii care solicită un același nivel de inteligență.

Pe de altă parte, testele sunt folosite și în activitatea de *selecție profesională*, în sensul că sunt recrutați, în baza rezultatelor, acei candidați care au un nivel al QI cerut de o anumită profesie.

APLICAȚII

1. Urmăriți pe parcursul unei zile de școală care dintre răspunsurile colegilor voștri pot fi considerate a fi inteligente.

2. Stabiliți cel puțin cinci profesii care solicită un nivel înalt al coeficientului de inteligență.

3. Cunoscând etalonul construit pentru *Scala Wechsler de inteligență pentru adulți-III*, ce puteți spune despre personalitățile care aveau următoarele valori ale coeficientului de inteligență:

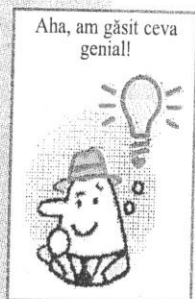
Kant – QI = 175; Voltaire – QI = 180; Leibniz – QI = 190; Goethe – QI = 200.

4. Rezolvați următorul test:

- Pe un rând sunt 5 case.
- Profesorul de matematică stă în casa roșie.
- În casa din mijloc se bea lapte.
- În casa verde se bea cafea.
- Casa albă este în dreapta casei verzi.
- Vecinul celui ce mănâncă mere are o vulpe.
- Profesorul de fizică are un câine.
- Profesorul de chimie bea ceai.
- Vecinul celui ce mănâncă struguri are un cal.
- Cel ce mănâncă vișine bea suc de portocale.
- Vecinul profesorului de matematică mănâncă mere.
- Profesorul de română stă în prima casă.
- Cel ce mănâncă piersici crește melci.
- Profesorul de biologie mănâncă cireșe.
- Vecinul profesorului de română stă în casa albastră.
- În casa galbenă se mănâncă struguri.

Ținând cont de informațiile furnizate de aceste propoziții, trebuie să găsiți răspuns la următoarele două întrebări și, totodată, să vedeți cât timp a durat până ați rezolvat testul:

- a) Ce profesor bea apă?
- b) Ce profesor crește zebre?



6. Creativitatea

Evoluția societății și progresele uriașe în planul cunoașterii și al tehnologiei ar fi greu de explicat dacă oamenii nu ar avea capacitatea de a depăși prezentul și de a crea noul. De-a lungul timpului, s-au realizat mii și mii de invenții și de inovații și s-au făcut extrem de multe descoperiri (progrese în planul cunoașterii). Astăzi, ne deplasăm extrem de repede cu ajutorul mijloacelor de mare viteză, comunicăm de la mare distanță în orice moment, avem acces la informațiile transmise din locuri foarte îndepărtate, am scăpat de boli care făceau ravagii printre semenii noștri. Și toate acestea pentru că omul nu s-a mulțumit cu ceea ce este, el fiind mereu marcat de nevoia de a crea ceva nou. Deci individul uman, printre alte trăsături ale personalității sale, se caracterizează și prin creativitate.

6.1. Ce este creativitatea?

Dar ce este creativitatea? Răspunsul nu este ușor de dat, datorită caracterului său deosebit de complex. De altfel, prin problematica ei, **creativitatea** nu intră numai în sfera de interes a psihologiei, ci și a altor științe.

 În psihologie, conceptul de creativitate a fost introdus de către G.W. Allport în 1937. Definițiile care au fost formulate de-a lungul timpului (după I. Taylor, ar fi peste 100) au pus accent mai mult fie pe personalitatea celui care creează, fie pe procesul de creație, fie pe produsul realizat. Ori surprinderea creativității în integralitatea ei necesită abordarea din perspectiva celor trei direcții.

Creativitatea este ansamblul unitar al factorilor subiectivi și obiectivi care duc la realizarea de către indivizi sau grupuri a unui produs original și de valoare pentru societate.

Factorii psihologici implicați în procesul creației se pot împărți în factori intelectuali și non-intelectuali:

A. Factorii intelectuali

1. **factorii de fluentă** (fluiditate), identificați de către J. Guilford sunt: fluentă verbală; fluentă asociațională; fluentă expresională; fluentă ideatională.

2. **flexibilitatea gândirii**, adică ușurința cu care un individ face legături noi între elemente independente, ușurința cu care el restructurează anumite seturi de scheme și anumite clișee. Opusul flexibilității îl constituie **rigiditatea gândirii**, evidențiată foarte bine de fenomenul **fixității funcționale** (de exemplu, individul este în imposibilitatea de a găsi noi utilități unor obiecte cunoscute, familiare);

3. **originalitatea**, care are mai mulți indicatori, cum ar fi: caracterul neuzual al soluțiilor, raritatea lor statistică, ingeniozitatea, caracterul surprinzător al unor noi asociații dintre cunoștințele utilizate etc.

În concepția lui Guilford fluiditatea, flexibilitatea și originalitatea constituie aspecte ale capacității de a realiza producții divergente (noi);

4. referitor la **intelligență**, studiile efectuate au arătat că nu întotdeauna există o corelație pozitivă între nivelul de inteligență (valoarea QI) și creativitate. Astfel:

- sunt unii foarte creativi, dar cu un nivel de inteligență relativ scăzut (mai ales în domeniul creației artistice);
- sunt alții cu un coeficient de inteligență foarte ridicat, dar care nu sunt deloc creativi și productivi.

5. **imaginația**, mai ales sub forma **imaginației productive** sau **creatoare** (procesele imaginației se desfășoară în direcția producerii unor imagini și combinații noi, originale). Creativitatea nici nu poate fi concepută fără existența acestui „laborator” de creare de imagini care ulterior pot găsi corespondent în realitate.

B. Factori non-intelectuali

1. **factori aptitudinali**; este vorba, mai ales, de aptitudinile speciale care favorizează desfășurarea unor tipuri de activități cu rezultate supramedii (aptitudini artistice, aptitudini tehnice, aptitudini literare, aptitudini muzicale etc.);

2. **factori motivaționali și atitudinali**; **motivația**, mai ales prin forma **motivației intrin-**



Cunoașteți vreun coleg, vreo cunoștință, vreun prieten care are un interes deosebit pentru un anumit domeniu?

Dacă da, arătați cum se manifestă această pasiune prin conduita sa.

seci are o mare importanță pentru creativitate. Interesul cuiva pentru un anumit domeniu de activitate îl menține racordat mai tot timpul la acesta. Toată ființa lui este orientată către ceea ce-l preocupă, către ceea ce-l atrage.

Pe de altă parte, *atitudinile*, mai ales cele creative, joacă un rol extrem de important în creativitate. Atitudinile creative pot favoriza la rândul lor dezvoltarea aptitudinilor;

3. factorii temperamentalii; temperamentul persoanei creatoare își pune amprenta asupra stilului său creator, la fel și alți factori, cum ar fi factorii sociali și psihosociali.

Psihologul român P. Popescu-Neveanu a arătat că, în calitatea sa de dimensiune complexă a personalității, creativitatea poate fi explicată prin *modelul bifactorial*, prin intermediul căruia ea este definită ca *interacțiune optimă între aptitudini și atitudini, între vectori și operații*.

Vectorii pot fi: *pozitivi* (creativi), cu rol de energizare și direcționare a activității: trebuințele de creștere, motivația intrinsecă, interesele puternice, angajarea în profesie (activitate), niveluri ridicate de aspirație, atitudini creative (încrederea în forțele proprii, curaj, perseverență, curiozitate, receptivitate la nou, inițiativă etc.); *negativi*, cu rol de frânare a procesului creației: trebuințe homeostazice, motivația extrinsecă, lipsa unor interese adecvate, nivel scăzut de aspirații, atitudini noncreative (neîncredere în forțele proprii, conformismul intelectual, încăpățănarea etc.).

Operațiile la rândul lor pot fi și ele împărțite astfel: *operații noncreative*, adică rutiniere, automatizate, bazate pe algoritmi (predomină gândirea convergentă); *operații creative*, deschise, de tip euristic (predomină gândirea divergentă), bazate pe procedeele imaginației, pe descoperire și invenție.

6.2. Procesul creativ

Majoritatea autorilor consideră că acesta se desfășoară stadial. Referitor la numărul acestor

stadii sau etape, sunt puncte de vedere diferite. Astfel, D. Harris vorbește de existența a 6 etape, iar A. Osborn susține existența a 7 etape.

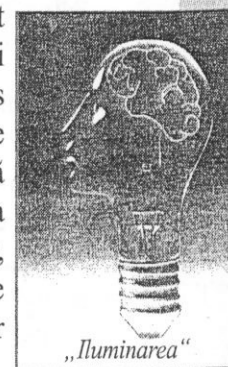
Dar punctul de vedere ce s-a impus cel mai mult aparține lui G. Wallas (1929). Acest autor distinge 4 etape esențiale ce pot fi întâlnite atât în creativitatea artistică, cât și în cea științifică:

1. Prepararea sau pregătirea, în cadrul căreia se pot diferenția mai multe subetape:

- sesizarea problemei,
- desprinderea ei din cadrul contextului în care este angrenată;
- informarea minuțioasă asupra „istoricului” acestei probleme;
- emiterea ipotezelor.

2. Incubația este perioada dintre momentul elaborării ultimei ipoteze și momentul când este definită soluția; numită și *perioada frustrăției*, un rol deosebit jucându-l asociațiile de la nivelul subconștientului și inconștientului. Ca întin-dere în timp, această etapă poate fi mai scurtă sau dimpotrivă ea poate dura foarte mult fără a fi obligatoriu să se ajungă la o soluție. În unele cazuri, aceasta poate fi și etapa renunțării.

3. Iluminarea sau etapa iluminării. Răspunsul căutat apare dintr-o dată și în mod miraculos. Sunt reacții de tipul: „Aha, asta era!”, „Am găsit!”, „Acum știu!” Acest moment al străfulgerării ideii poate apărea după eforturi intens depuse, alteori însă el poate apărea brusc fără legătură directă cu ceea ce făcea persoana (citea o carte, făcea o plimbare, asista la un spectacol etc.). De asemenea, el poate să apară chiar în timpul somnului.



4. Verificarea este etapa în care soluția este testată logico-matematic sau experimental. Ideea din mintea persoanei trebuie să fie materializată într-o formă corespunzătoare și confruntată cu realitatea materială și umană.

6.3. Niveluri ale creativității

I. Taylor consideră că există cinci niveluri ale creativității:

1. Creativitatea expresivă constituie forma fundamentală, ea manifestându-se în

comportamentul spontan (mimică-gesticulație, vorbire, desenele copiilor mici). Desigur, persoana nu este preocupată de obținerea unor produse de valoare.

2. Creativitatea productivă este orientată în primul rând spre obținerea unor noi produse, ea decurgând din modalitatea originală de combinare a unor factori psihici individuali, imprimând personalității o notă distinctă.

3. Creativitatea inventivă se valorifică prin invenții și descoperiri, punând în evidență o mare flexibilitate în perceperea de relații noi și neobișnuite.

4. Creativitatea inovatoare presupune modificarea semnificativă a fundamentelor sau principiilor care stau la baza artei sau științei, fapt ce permite trecerea la transformare (de exemplu, cubismul în artă).

5. Creativitatea emergentă se caracterizează prin formularea la nivelul cel mai profund și abstract a unui principiu sau a unei ipoteze noi. Este cel mai înalt nivel al creativității și se manifestă la omul de geniu care revoluționează unul dintre domeniile activității umane (științific, tehnic sau artistic).

6.4. Stimularea și dezvoltarea creativității

Mult timp s-a considerat că cei care sunt creativi sunt puțini și în cazul lor își spune cuvântul aproape în totalitate ereditatea. Și de aici, atitudinea de rezervă în raport cu posibilitățile de dezvoltare a ei pe parcursul vieții. În ultimul timp însă, s-a schimbat total optica privind creativitatea în sensul că *ea există sub formă latentă, virtuală, în grade și proporții diferite, la fiecare individ* (N. Sillamy). În consecință, putem vorbi de *stimularea, educarea și antrenarea potențialului creativ*.

Dezvoltarea creativității trebuie să presupună mai întâi înlăturarea unor blocaje ce sunt datorate modului de organizare a procesului educațional și, mai ales, caracteristicilor specifice modelului socio-cultural. Asemenea blocaje pot fi:

1. Blocaje cognitive, datorate unor scheme și stereotipuri cognitive ce nu permit individului realizarea unor restructurări, a unor asociații noi, stabilirea unor noi utilități a structurilor existente.

2. Blocaje de natură psihosocială, creația fiind ținută pe loc datorită conformismului. Odată ce preiau anumite norme comportamentale de la nivelul grupului și comunității, oamenii devin atât de „disciplinați” încât nu mai au puterea de a vedea ce este și ce poate fi dincolo de spațiul cognitiv și acțional în care își trăiesc viața.

Asemenea blocaje sunt mai prezente la cei mai tineri sau la cei mai în vârstă?

De ce oare?

3. Blocaje afective: teama de a nu greși, de a nu se face de râs, de a nu se compromite. Există însă și o serie de **metode** ce pot fi folosite pentru stimularea creativității:

A) Brainstormingul, metodă fundamentată de psihologul american A. Osborn, se aplică în grup. Acesta este format din 11-12 subiecți ce lucrează împreună timp de 30-50 de minute, respectând o serie de reguli, precum:

- dați frâu liber imaginației și propuneți cât mai multe idei, fără să vă preocupe neapărat calitatea lor;
- aprecierile critice sunt interzise, deci nimeni nu are voie să facă observații negative, să constate, să se mire sau să aibă îndoieli asupra valabilității ideilor propuse;
- sunt încurajate asociațiile neobișnuite de idei; imaginația trebuie să fie lăsată total liberă, iar ideile extravagante să fie acceptate necondiționat.



Aplicarea efectivă a acestei metode presupune parcurgerea mai multor etape:

1. conducătorul grupului, care este special instruit și antrenat, anunță problema de rezolvat;
2. se prezintă membrilor grupului regulile ce trebuie să fie respectate;
3. stimularea și încurajarea producției de idei;
4. consemnarea de către un secretar a ideilor produse, fără a se menționa și numele celor ce le-au emis;
5. evaluarea în final, de către o comisie specială, a ideilor, acestea fiind ierarhizate după valoarea lor.



Esența acestei metode constă în *separarea intenționată a actului imaginației de faza gândirii critice, obiective, raționale*. Etimologic, brainstorming provine din cuvintele în limba engleză „brain” = creier și „storm” = furtună, la care se adaugă desinența *ing.* Ar însemna în traducerea cuvânt cu cuvânt, „furtună în creier”, însă denumirea consacrată este cea a „*asaltului de idei*”.

B) Sinectica, metodă fundamentată de W. Gordon, cel ce a organizat în 1944 primul grup sinectic. Deși se aseamănă în multe privințe cu brainstormingul, această metodă se caracterizează prin următoarele:

- este prin excelență o metodă de grup și, totodată, o metodă calitativă;
- este o încercare mai disciplinată și mai specifică de a folosi *stările psihologice și aspectele emoționale*;
- grupul cuprinde 5-6 persoane cu pregătire și experiență diferită;
- se folosesc două operații de bază: a) „să faci ca un lucru ciudat să devină familiar”; b) „să faci ca obișnuitul să devină ciudat”.

Aplicarea presupune parcurgerea a 3 faze:

- 1) convertirea ciudatului în familiar – înțelegerea problemei;
- 2) convertirea familiarului în straniu, ciudat – îndepărtarea de problemă;
- 3) reconvertirea ciudatului în familiar – revenirea la problemă.

Cel care conduce grupul sugerează, din când în când, folosirea unor analogii, de aceea metoda mai poartă și denumirea de **metoda analogiilor**.

C) Metoda „6-3-5”, a cărei denumire provine de la faptul că grupul cuprinde 6 persoane, iar primele 3 idei emise sunt prelucrate de alte 5 persoane. Mai exact, aplicarea acestei metode presupune parcurgerea următorilor pași:

1. fiecare dintre cei șase membri ai grupului împarte o coală de hârtie în trei coloane;
2. conducătorul grupului enunță problema și fiecare participant formulează trei idei în cele trei coloane;
3. fiecare participant transmite foaia sa colegilor din dreapta și primește foaia colegului din stânga;
4. cele trei idei formulate de colegul de la care a primit foaia sunt completate, îmbunătățite, modificate etc.;
5. urmează noi deplasări ale foilor până când ideile inițiale au trecut pe la toți ceilalți membri ai grupului;
6. se adună foile și se poartă o discuție finală.

Dar creativitatea nu poate fi dezvoltată numai prin metode speciale. În cadrul procesului de învățământ și, mai larg, în cadrul procesului de socializare și culturalizare a personalității, trebuie să se producă o serie de schimbări privind modul în care este considerat procesul creației și modul în care pot fi folosiți factorii care facilitează dezvoltarea creativității. Astfel:

- creația nu aparține ereditar doar unei minorități;
- relația educațională trebuie să fie o relație des-tinsă, democratică, favorizând comunicarea liberă și eficientă dintre educator și educat;
- eliminarea blocajelor culturale și emoționale din cadrul câmpului educațional;
- stimularea inițiativei în a formula probleme, în a exprima opinii și în a formula soluții;
- utilizarea unor metode și procedee de învățare care să permită nu atât preluarea produselor activității de creație, ci, mai ales, deschiderea către noi alternative și formularea de noi întrebări.

Este mult mai important și mai util pentru un elev să pună cât mai multe întrebări și să-și exprime cât mai multe opinii, decât să reproducă cât mai exact ceea ce spun profesorii sau ceea ce este scris în cărți.

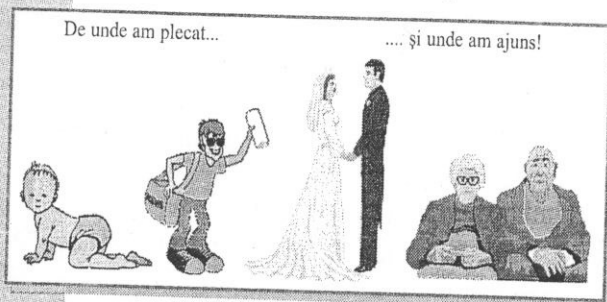
APLICAȚII

1. Un școlar, premiant la școală, este întrebat de un bătrân: „Dacă într-un pom sunt 24 de păsărele și un vânător trăgând cu pușca omoară 6 dintre ele, câte mai rămân în pom?” Școlarul răspunde repede: „18 păsărele”, iar bătrânul îi spune râzând:

„Niciuna”. Care dintre cei doi are dreptate și de ce?

2. Aveți la îndemână un triunghi, un cerc și un pătrat. Faceți cât mai multe combinații cu aceste elemente, indiferent de numărul lor, pentru a reda ceva, desigur, în formă stilizată.

1. Etape în dezvoltarea personalității



Personalitatea, așa cum se manifestă ea la persoana matură, cu structura și funcționalitatea sa complexă, este rezultatul unui îndelungat proces de dezvoltare care începe încă din copilăria timpurie.



Aceeași persoană în diferite etape de dezvoltare

Astfel, omul nu se naște cu personalitate, ci aceasta se formează treptat, parcurgând mai multe etape și atingând niveluri diferite de organizare și structurare.

Acest proces este determinat și condiționat de foarte mulți factori care intervin și interacționează variat, construind un drum de viață propriu fiecăruia. Trei dintre acești factori au fost considerați fundamentali pentru că lipsa oricăruia dintre ei sau slaba lor manifestare face fie imposibilă dezvoltarea personalității, fie o limitează foarte mult. Aceștia sunt: **ereditatea, mediul, educația**.

1.1. Factorii fundamentali ai dezvoltării psihice, ai formării personalității

Ereditatea este primul factor fundamental al dezvoltării personalității și cel dintâi care se manifestă. S-a demonstrat că nu există nici o manifestare psihică fără o bază organică asigurată de ereditate.

Ereditatea este proprietatea ființelor vii de a transmite urmașilor caractere dobândite de-a lungul filogenezei.

Mecanismul transmiterii acestor caractere este **codul genetic**, adică ansamblul tuturor genelor proprii speciei umane, organizate în

mod specific la fiecare ființă. Deci, fiecare are propriul său **genom**.

Prin acest mecanism se transmit particularitățile biologice structurale și funcționale de următoarele tipuri:

- aparținând oamenilor din toate timpurile;
- proprii unor grupuri rasiale și de sex;
- caracteristice unui arbore genealogic;
- comune cu ale părinților direcți;
- altele sunt rezultate din combinarea aleatorie a genelor primite de la părinți (de la fiecare se transmit câte 23 de cromozomi).

Prin urmare, mecanismul ereditar asigură particularități ale structurării și funcționării corpului: tipul somatic, aspectele statutare și ponderale, particularități metabolice, compoziția sângelui, specificul funcțional al sistemului hormonal și al altor organe, caracteristici ale sistemului nervos și ale organelor de simț, particularități fizionomice.

Identificați cel puțin trei caractere biologice care vă aparțin și care sunt asemănătoare cu ale părinților.



Caracteristicile corporale se reflectă în conținutul imaginii de sine, și anume în eul fizic, și în raport cu acestea fiecare poate trăi satisfacții și dezamăgiri și, totodată, încearcă pe o cale sau alta să le optimizeze.

Numeroase cercetări, mai ales cele asupra gemenilor, au demonstrat că ereditatea este un factor necesar pentru dezvoltarea personalității. Ea asigură premisele organice ale vieții psihice în general și implicit și ale personalității. Contribuția ei este mai mare la vârstele timpurii când se asigură creșterea și funcționarea organică și, cu deosebire, cea a sistemului nervos. De asemenea, importanța ei este mare pentru formarea anumitor componente ale personalității, cum ar fi temperamentul, inteligența, aptitudinile speciale (așa cum s-a văzut în capitolul al V-lea).

Dar ereditatea nu este suficientă pentru formarea personalității. Ea asigură premisele (R. Zazzo) care sunt totuși potențiale și polivalente și abia intervenția celorlalți factori va conduce la definirea și formarea anumitor componente ale personalității. Dacă mediul și educația nu acționează la timp, se pierde potențialul ereditar.

Este convingător exemplul copiilor crescuți de animale. Astfel, în 1799 în Franța, a fost găsit un copil de 11-12 ani care era complet animalizat.



Jean Itard, 1774-1838

Doctorul Itard (vezi figura alăturată) a lucrat trei ani cu acest copil ca să-l facă să se comporte ca oamenii, dar nu a reușit. La fel în 1954, a fost găsit în India un copil de 9 ani care scotea sunete animale, fugea în patru labe, își arăta dinții.

După ce a fost adus în societate, doi psihologi au încercat timp de 14 ani să-l învețe să vorbească, dar nu au reușit să-l facă să scoată nici un sunet uman (M. Zlate).

Prin urmare, în aceste cazuri s-a pierdut potențialul ereditar. Influențele de mediu și educație s-au exercitat foarte târziu. Ereditatea nu se transformă nemijlocit în componente ale personalității, ci se implică în interacțiuni complexe cu ceilalți doi factori.

Mediul este cel de-al doilea factor fundamental al dezvoltării personalității.

Mediul este totalitatea influențelor naturale și sociale, fizice și spirituale, directe și indirecte, spontane și organizate, intenționate și neintenționate care constituie ambientul în care se naște, trăiește și se dezvoltă omul.

Pentru om este important și mediul natural. Dar influența cea mai mare este exercitată de componentele socio-culturale. Fiecare ființă interacționează de-a lungul vieții cu mai multe medii:

- familial,

- al instituțiilor educative de diverse grade,
- al grupului de prieteni,
- al grupului de muncă,
- al comunității urbane sau rurale,
- a celei regionale și continentale care au și un anume specific socio-cultural.

Mediul exercită influențe variate și, totodată, caracteristice pentru fiecare vârstă. Acestea definesc o **nișă de dezvoltare**, care se referă la:

- obiecte și locuri accesibile copilului în cadrul acelui mediu;
- răspunsurile și reacțiile persoanelor din jurul copilului;
- cerințele adulților privind comportamentele și performanțele pe care trebuie să le atingă copilul;
- activitățile propuse, impuse sau desfășurate din inițiativa copilului și acceptate de cei din jur.

După aceste dimensiuni, se pot analiza condițiile de dezvoltare oferite de diferite tipuri de familii și diferite culturi.

Încercați să definiți nișă de dezvoltare oferită de familia voastră folosindu-vă de dimensiunile prezentate mai sus.



Dacă influențele mediului se exercită la timp în concordanță cu derularea programului ereditar, atunci dezvoltarea se realizează la niveluri înalte. Etnograful francez Vellard a găsit în Peru o fetiță de 2 ani provenită dintr-un trib primitiv. Ea a fost integrată într-o familie de intelectuali francezi care i-au asigurat condiții foarte bune de mediu și educație. Fetița a urmat școala, a făcut studii universitare și a ajuns etnograf, cunoscând totodată mai multe limbi străine. Prin urmare un mediu stimulativ care își exercită de timpuriu influențele poate asigura o dezvoltare foarte bună, dacă există premise ereditare normale. Cea mai bună perioadă a exercitării acestor influențe este între 2 și 8 ani când se petrec importante procese de maturizare somatică și de funcționare generală a organismului și mai ales, a sistemului nervos.

Influențe puternice exercită mediul asupra formării caracterului. S-a demonstrat că familia reprezintă un puternic factor de dezvoltare în copilărie. Modelele de conduită a părinților, cerințele și exigențele lor, stilul lor de viață, climatul socio-afectiv din familie, dragostea necondiționată față de copil, constituie influențe hotărâtoare pentru punerea bazelor personalității în preșcolaritate și dezvoltarea amplă a acesteia în următorii ani. Expresia „cei șapte ani de acasă” sintetizează toate aceste influențe și exprimarea lor mai ales în caracterul copiilor.

Influențele mediului familial sunt complementarizate de cele ale grădiniței și școlii și, treptat, acestea din urmă vor domina procesul formării personalității copiilor și tinerilor.

Școala, cu sistemul său de activități, cu interacțiunile de durată dintre elevi și profesori și dintre elevii înșiși cu regimul zilnic și climatul socio-afectiv caracteristic, va marca dezvoltarea caracterială a elevilor și va exercita influențe hotărâtoare asupra dezvoltării capacităților, aptitudinilor, talentelor, creativității. Sunt unele unități școlare care dobândesc un anumit renume și care contribuie la apariția la elevii lor a unor particularități ce le dau o notă specifică, recunoscută de către alții. Astfel se spune „sunt lazărist”, tu „ești lazărist”, care este o componentă caracteristică a identității absolvenților Liceului Gh. Lazăr din București.

Mediul familial și școlar contribuie foarte mult la dezvoltarea sistemului motivațional și a aspirațiilor, la formarea idealului de viață.

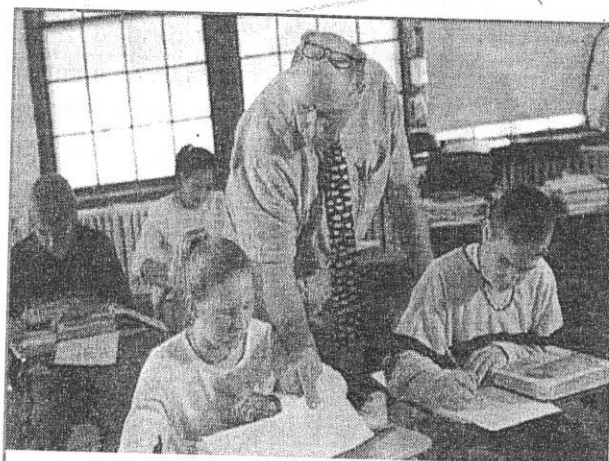
Începând cu preadolescența, crește foarte mult rolul grupurilor formale și mai ales al celor informale. Acești factori pot consolida anumite trăsături caracteriale, pot dezvolta altele, largesc experiența socială a tinerilor, diversifică atitudinile și comportamentele lor

prosociale. În lipsa acestor influențe, dezvoltarea unei persoane rămâne limitată și aceasta ar putea avea în viitor dificultăți de integrare socială.

Încercați să relevați ce experiențe sociale ați trăit împreună cu grupul de prieteni și care au produs unele schimbări în personalitatea voastră.

Educația este cel de-al treilea factor fundamental al dezvoltării personalității și într-o accepție largă, poate fi definit astfel:

Educația este ansamblul de acțiuni și activități care integrează ființa umană ca pe un factor activ, se desfășoară sistematic, unitar și organizat, pe durate lungi de timp, având conținuturi definite în raport cu cerințele societății, utilizând metode și strategii fundamentate științific și fiind conduse de persoane competente, special calificate.

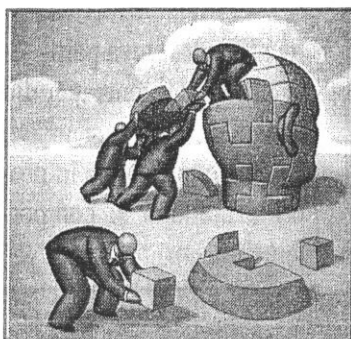


Desfășurarea unei ore de curs, în liceu

Mulți autori acordă educației rolul de factor hotărâtor în dezvoltarea personalității pentru că:

- ea proiectează devenirea acesteia și asigură condiții corespunzătoare de realizare;
- dezvoltă la nivel înalt capacitățile umane;
- asigură dezvoltarea deplină a personalității;
- stimulează transformările ei prin crearea intervalelor optime între cerințe și posibilități și sprijinirea adecvată pentru depășirea eventualelor obstacole;
- exercită influențe sistematice pentru dezvoltarea aptitudinilor, talentelor, creativității;
- promovează constant valori și norme care ajută la formarea caracterului, a aspirațiilor și proiectelor de viață.

Comparați dificultățile de exprimare verbală ale unei persoane care nu a urmat școala cu ale alteia care este absolventă de liceu și explicați modalitățile de influențare din partea școlii.



Influența mai multor factori la dezvoltarea personalității

Cu privire la relația dintre factori, se face precizarea: ereditatea este o premiză a dezvoltării psihice, mediul o sursă și o condiție, educația un factor determinant, o forță motrică a dezvoltării.

În relațiile cu mediul și educația, ființa umană nu este pasivă, ci în funcție de nivelul său de dezvoltare fizică și psihică, poate realiza următoarele tipuri de interacțiuni:

a) interacțiunea reactivă, adică în mediul său familial, în funcție de ce a reușit să achiziționeze până la un moment dat, un copil va răspunde într-un fel specific lui la anumite stimulări și nu va răspunde la altele; astfel copilul aflat în primul an de viață va răspunde unor stimuli sonori, luminoși etc., iar pe alții „îi va ignora cu măreție“ (J. Piaget);

b) interacțiunea evocativă constă în faptul că nivelul reacțiilor copilului schimbându-se antrenează răspunsuri diferențiate ale celor din jur, atenție și stimulări progresive; astfel părinții care observă la copil o plăcere specială pentru muzică vor tinde să asigure cât mai multe ocazii de susținere a acestei înclinații. Vor încuraja și valoriza orice reușită a copilului;

c) interacțiunea proactivă se referă la faptul că pe măsură ce copilul și mai ales preadolescentul și adolescentul se dezvoltă, ei devin capabili să selecteze relațiile și influențele ce se exercită asupra lor și să-și construiască astfel un mediu propriu (R. Atkinson și colab.); de exemplu, dacă un preadolescent este extravertit, el va căuta mereu ocazii de a fi împreună cu prietenii uneori nemulțumindu-și chiar familia.

Sub influența acestor factori se desfășoară un proces complex și îndelungat de formare a personalității care atinge niveluri calitativ distincte „...deosebite între ele prin diferențierea și specializarea interioară a componentelor personalității pe de o parte, dar și prin relațiile de interacțiune și interdependență realizate între structura internă și factorii externi.“ (M. Zlate)

1.2. Etape în dezvoltarea personalității

• Copilăria și formarea bazelor personalității

Așa cum s-a precizat, personalitatea nu se manifestă imediat după naștere, chiar dacă unele particularități temperamentale pot fi deja constatate. După trei ani se conturează componentele de bază a personalității. Astfel se produc maturizări neurofuncționale, se îmbogățesc și se diversifică activitățile preșcolarilor care permit să se dezvolte la un nivel inițial acele aptitudini care au componente senzoriale și motrice, așa cum ar fi cele pentru muzică, desen, coregrafie, limbi străine. Acestea se manifestă acum ca receptivitate crescută față de stimuli corespunzători, ca posibilități de discriminare fină, stocare rapidă de informații semnificative, însușire de mișcări simple și complexe.

Aptitudinile se dezvoltă apoi în școlaritatea mică, sub influența sistematică a procesului instructiv-educativ, astfel încât se exprimă deja în rezultate semnificative relevate de învățătoare, de cei din familie, de colegi. În situația unei înzestrări native speciale, chiar în preșcolaritate, aptitudinile pot atinge niveluri înalte și se pot exprima în rezultate remarcabile. De exemplu, Mozart (vezi figura alăturată) la 5-6 ani improviza cu ușurință motive muzicale simple, iar George Enescu a devenit la 5 ani autor al unei lucrări pentru pian și vioară.



Wolfgang Amadeus Mozart, 1756-1791

În preșcolaritate, încep să se formeze primele trăsături de caracter, cum ar fi respectul față de alții, hărnicia, autonomia independența, inițiativa etc. Modelele și cerințele parentale joacă un rol foarte important. În relațiile din cadrul grădiniței, se dezvoltă cu precădere sociabilitatea, disponibilitatea la colaborarea cu alții etc.

Odată cu intrarea în școală se pot dezvolta trăsături caracteriale cum ar fi sânguinia, conștiinciozitatea, punctualitatea, autoexigența etc.

Totodată, încep să fie din ce în ce mai evidente diferențele individuale în manifestarea personalității, iar cunoașterea acestora este foarte importantă pentru optimizarea educației școlare și familiale de la aceste vârste.

• **Preadolescența și adolescența, etape semnificative în dezvoltarea personalității**

În cursul acestor stadii, se produc schimbări importante la nivelul personalității. Se dezvoltă capacitățile și aptitudinile și se manifestă talente pentru noi domenii (informatică – vezi figura



Adolescent interesat de informatică

alăturată – matematică, fizică, chimie, tehnica, literatură, filosofie). Acestea se exprimă în rezultate remarcate mai întâi la nivelul școlii și apoi la cel regional și național. Adolescenții participă la olimpiade

naționale și internaționale, la concursuri sportive și artistice. Creativitatea se exprimă în preadolescență printr-un spor de fluiditate, iar în adolescență prin creșterea originalității.

Se consolidează trăsăturile de personalitate formate în copilărie, altele își schimbă poziția în structura generală a personalității pentru a corespunde mai bine cu progresele psihice generale și cu implicările adolescenților în activități și relații noi. Se formează noi însușiri caracteriale ce reglează relațiile sociale mai largi ale adolescentului și orientările sale în viitor. Procesul transformărilor

caracteriale nu este simplu, ci adesea tensionat, răscolitor, definind o adevărată criză de dezvoltare care a fost numită „criza de originalitate a adolescentului”.

Mai ales în adolescență, se formează noi componente ale personalității ce exprimă orientarea generală a persoanei, așa cum ar fi: o

concepție proprie de viață, un sistem personal de valori, un proiect sau ideal de viață, conștiința apartenenței la generație, imaginea de sine și identitatea de sine.

Identificați câteva particularități ale generației din care faceți parte și arătați cum se exprimă ele în propriile atitudini și comportamente.

• **Stadiul tinereții și al adultului, etape semnificative în maturizarea personalității**

Angajările fundamentale ale tinerilor în profesie, în viața socială, în cea de familie consolidează și îmbogățesc structura personalității.

Aptitudinile și talentele devin o certitudine și se exprimă în rezultate semnificative mai ales în plan profesional. Tinerii sunt, cu deosebire, interesați de sarcinile creative și de ocaziile de manifestare a disponibilităților lor.

Componentele temperamental-caracteriale sunt stabilizate și consolidate fără a fi rigide și exprimă un nivel nou al maturizării personalității. Tinerii demonstrează câteva trăsături dominante cum ar fi:

- energie și dinamism;
- orientare expresă spre nou și viitor;
- aspirații înalte;
- generozitate și încredere în ceilalți;
- curaj și temeritate etc.

Intrarea în profesie și întemeierea propriei familii cristalizează identitatea profesională, familială și socio-culturală care reprezintă o altă particularitate a evoluției personalității între 25 și 35 de ani.

În cursul stadiului adult, se consolidează identitatea profesională, familială și socio-culturală și se maturizează pe deplin personalitatea. Trăsăturile dominante ale personalității din acest stadiu sunt:

- stăpânirea de sine;
- echilibrul afectiv;
- independența în decizii și acțiuni;
- autonomia;
- prudența;
- obiectivitatea în perceperea de sine și a altora;

- g. expansiune moderată și fundamentată cu privire la proiectarea viitorului;
- h. înfruntarea matură a marilor încercări ale vieții.

• **Bătrânețea și schimbările caracteristice ei în funcționarea personalității**

Despre bătrânețe se spune că are un trecut lung și un viitor scurt, ceea ce simplifică planurile de viață și exprimă înțelepciunea adaptării la scăderea treptată a forțelor fizice și psihice.

Ieșirea din câmpul profesional (pensiunea) și organizarea vieții în jurul problemelor casnice și a conducerii la liberă voie a acestora

generează o descreștere a responsabilității sociale personale și aduce relaxare și posibilitatea de a se bucura de o anumită libertate. Dar aceste efecte apar numai la cei care își gestionează dezangajarea profesională și găsesc noi căi de a fi activi și de ajutor celorlalți.

Un aspect foarte important al personalității oamenilor în vârstă este și cel al înfruntării mature a finalului vieții și a deteriorării sănătății. Cercetările actuale sunt orientate cu precădere asupra susținerii persoanelor de vârstă a treia pentru ca ele să parcurgă optim această parte a vieții și să își rezolve singure cât mai mult timp problemele de existență.

APLICAȚII

1. Faceți un tabel în care să existe următoarele rubrici:

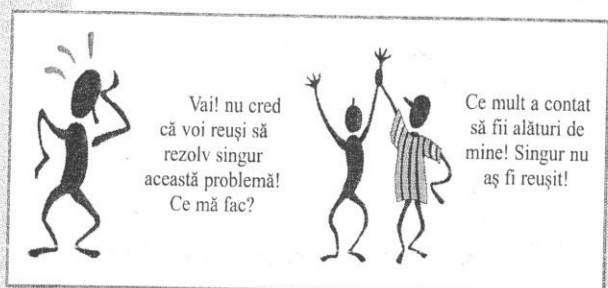
- denumirea stadiului,
- ce componente apar,
- ce se consolidează,
- ce se maturizează,
- ce se modifică în final,

Relevați astfel dinamica dezvoltării personalității.

2. Citiți frazele de mai jos. Trei dintre ele pot fi spuse de adolescenți, alte trei de tineri, altele de adulți și de bătrâni. Identificați care ar fi cei ce le spun.

- Pentru mine, viitorul este îndoielnic.
- Trecutul este pentru mine un punct de plecare pentru ceea ce vreau să proiectez.
- Gândurile mele se îndreaptă cel mai des spre trecut.
- Viitorul este departe, dar mă interesează din ce în ce mai mult.
- Mă gândesc la multe din ce pot să fac în viitor, dar vreau întâi să reflectez bine asupra lor.
- Cred că viitorul îmi aparține.
- Toți mă întreabă mereu despre viitor.
- La ce mă mai pot aștepta de acum încolo?
- Consider că mai am încă destule rezerve pentru confruntarea cu viitorul.
- Mă gândesc în egală măsură și la trecut și la viitor.
- Cred că viitorul aparține tineretului și nu mie.
- Nu prea îmi este clar viitorul, dar mă gândesc mereu la el.

2. Relațiile interpersonale și rolul lor în dezvoltarea personalității



V-ați gândit vreodată la cât de greu ar fi să trăiți în singurătate, fără nimeni, fără prieteni, fără cei pe care îi iubiți și prețuiți? V-ați gândit ce s-ar întâmpla? Cum v-ați simți? Cum ați supraviețui dacă o persoană dragă ar dispărea? Dacă nu, gândiți-vă acum și vă veți da seama că relațiile cu alții, cu semenii sunt fundamentale pentru existența umană.

2.1. Definiție și caracterizare

Prin esența sa, omul este o ființă socială, el nu poate trăi singur, izolat, rupt de ceilalți oameni. Dimpotrivă, el se raportează permanent la alții, acționează împreună cu ei, stabilește relații cu cei din jurul său. Existența umană ar fi greu de conceput în afara relațiilor sociale. Numai că aceste relații sociale sunt foarte multiple, variate și acționează în planuri diferite. Ele se întind de la relația de simpatie dintre două persoane, de la cea de rudenie sau de vecinătate, până la relațiile economice obiective, specifice unei societăți, unui anumit timp istoric. Printre acestea un loc aparte îl ocupă relațiile interpersonale care pot fi considerate ca reprezentând un *caz particular al relațiilor sociale*.

Relațiile interpersonale sunt legături psihologice, conștiente și directe între oameni.

Caracterul psihologic al legăturii arată că avem de-a face cu două surse psihice, ambele înzestrate cu toată gama funcțiilor, însușirilor, stărilor și trăirilor psihice; că la realizarea actului respectiv participă întreaga personalitate a individului și nu doar o „parte“, un „fragment“ al ei; în sfârșit, că trăirile psihice ale persoanelor care intră în relație sunt

orientate unele spre altele, în vederea obținerii unei reciprocități psihice. Pe baza acestui criteriu, diferențiem relațiile interpersonale de alte relații care au loc între surse nepsihice (obiect – obiect) sau între o sursă psihologică și o alta nepsihică (subiect – obiect).

Caracterul conștient al legăturii evidențiază faptul că pentru a intra în relații de tip interpersonal, oamenii trebuie să fie conștienți, adică să își dea seama unii de alții, de existența, nevoile și însușirile lor, de natura și scopul raporturilor care se stabilesc între ei. Această caracteristică ne ajută să diferențiem relațiile interpersonale de cele relații care au loc între două surse psihice, dintre care o sursă psihică este conștientă, iar cealaltă sursă psihică nu (mamă – sugar; medic – pacient în stare de comă; om – animal).

Caracterul direct al legăturii indică necesitatea prezenței „față în față“ a celor doi parteneri, realizarea unui minim contact perceptiv între ei. În relațiile cotidiene (mobile, dinamice, fluctuante), el acționează manifest, permanent, în timp ce în relațiile consolidate (bazate pe acumularea, sintetizarea și generalizarea selectivă tocmai a relațiilor cotidiene), caracterul direct este prezent implicit, latent, doar ca moment inițial. Pe baza acestui criteriu, diferențiem relațiile interpersonale de toate acele relații care sunt mediate, fie de surse nepsihologice (de telefon, de o scrisoare etc.), fie de surse psihice (relația dintre două persoane mediată de o a treia).

Funcționarea concretă a relațiilor interpersonale este condiționată de prezența *concomitentă* a tuturor acestor caracteristici definitorii, lipsa uneia dintre ele determinând existența unei interacțiuni, a unor relații interumane sau interindividuale, dar nu și interpersonale. Deși cele trei caracteristici sunt obligatorii pentru orice act interpersonal,

ponderea lor poate fi diferită în funcție de natura și specificul relației, în sensul că una dintre ele poate trece pe prim plan, subordonându-și-le pe celelalte. În relația profesor – elev, caracterul conștient și direct sunt atât de evidente încât nu ele contează cel mai mult, ci caracterul psihologic, fiind necesar ca între cei doi să se



Caracterul psihologic al relației medic – pacient

obțină acea reciprocitate a perspectivelor de care vorbeam mai înainte. La fel în relația medic – pacient, caracterul psihologic și direct al relației sunt evidente (vezi figura alăturată). Trebuie realizat mult mai bine caracterul conștient, bolnavul fiind convins de ceea ce îi spune medicul, să țină seama de sfaturile lui.

În afara acestor parametri definitorii, relațiile interpersonale au și alte particularități care evidențiază și mai bine semnificația lor pentru viața și activitatea oamenilor. Astfel, ele pot fi considerate ca reprezentând un fel de „aliaje”, de „mixturi” între social și psihologic, între obiectiv și subiectiv. Ele sunt sociale (deci obiective) prin faptul că au loc și depind de contextele sociale în care trăiesc indivizii; sunt psihologice (subiective) prin aceea că inițiatorul și purtătorul lor este omul cu psihologia sa proprie. Deși aceste două aspecte sunt intim corelate, aceasta nu înseamnă că între ele nu apar și relative distanțări, contradicții, extrapolări. Se știe că în cadrele instituționalizate primează de regulă aspectul social, formal, mai rigid, în timp ce în afara acestor cadre în viața cotidiană pe prim plan trec aspectele psihologice, informale, mobile.

Relațiile interpersonale au un pronunțat **caracter etic, moral** deoarece prin intermediul lor omul urmărește realizarea binelui sau răului, fie în raport cu sine, fie în raport

cu alții. Prin ele, comportamentul omului se valorizează, adică devine pozitiv sau negativ, acceptat sau respins din punct de vedere social. O asemenea particularitate a relațiilor interpersonale se capătă cu timpul, instituindu-se sau funcționând doar atunci când oamenii ajung la conștiința identității și valorii umane.

Dat fiind faptul că relațiile interpersonale dau posibilitatea oamenilor să trăiască unii prin alții, să se adapteze reciproc, să-și depășească limitele proprii lor individualități, ele capătă un pronunțat **caracter formativ**. Prin raportarea și compararea cu alții, oamenii reușesc nu doar să se cunoască prin alții, adică să își conștientizeze posibilitățile și limitele, părțile tari, solide și părțile slabe, fragile, dar să se și perfecționeze prin alții. De asemenea, prin intermediul învățării sociale ei reușesc să-și interiorizeze modelele de comportament interpersonal, învață cum să se comporte unii cu alții. Raportarea la altul, relația cu altul se soldează deci cu două categorii de efecte: o mai bună cunoaștere și autocunoaștere; o mai bună organizare a propriei vieți și activități.

Puteți arăta cum o relație cu o anumită persoană a contribuit la formarea voastră ca personalități?



2.2. Tipuri de relații interpersonale

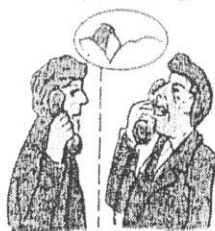
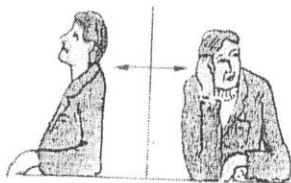
Relațiile interpersonale sunt extrem de numeroase și variate. Există relații:

- între copii de aceeași vârstă sau de vârste diferite;
- între părinți și copii;
- medic – pacient;
- vânzător – cumpărător;
- șef – subordonat;
- de ajutor reciproc;
- de conflict și opoziție;
- amicale, de prețuire, respect, dragoste;
- tensionate, de dușmănie și ură etc.

Din această cauză, clasificarea lor poate fi făcută, după mai multe criterii.



Ce tipuri de relații interpersonale credeți că ilustrează imaginile de mai jos?



Un prim criteriu pe care îl avem în vedere îl reprezintă *nevoile și trebuințele* psihologice resimțite de oameni atunci când aceștia se raportează unii la alții. Una dintre acestea o reprezintă nevoia de a ști, de a cunoaște, de a dispune de unele informații despre partenerul relației. O asemenea nevoie generează așa-numitele *relații de intercunoaștere*. Cu cât o persoană dispune de mai multe date despre cel cu care intră în relație, date cu privire la statutul lui profesional, la trăsăturile de personalitate la dorințele, nevoile, aspirațiile lui, cu atât relațiile se vor desfășura mai ușor. Când informațiile sunt limitate, relațiile se vor desfășura sub auspiciile tatonării, suspiciunii, incertitudinii. În aceste relații, extrem de importantă este imaginea pe care partenerii o au atât despre ei înșiși, cât și despre celălalt.

Alături de sistemul de imagini ale partenerilor, foarte important este și comportamentul manifest al acestora. Când sistemul de imagini și comportament acționează concomitent, se sprijină reciproc, relațiile vor avea un curs firesc. De regulă însă, sistemul de imagini este mai inert, rămâne în urma evoluției comportamentului. În aceste cazuri, intervine o eroare de percepție socială, care poartă numele de *inertă percepției*. În virtutea primei impresii (bune sau negative), comportamentul unor persoane poate fi gratificat sau sancționat chiar dacă evoluția ulterioară a comportamentului persoanei respective nu mai justifică acest fapt. În relațiile interpersonale, important este nu doar să ne formăm imagini corecte unii despre alții, ci să ne punem de acord sistemele de imagini cu evoluția ulterioară a comportamentului.

Amintiți-vă „prima impresie” pe care v-a făcut-o o persoană. Arătați dacă această impresie v-a influențat apoi relația cu persoana respectivă

Formarea unor imagini corecte depinde atât de capacitatea persoanei cu care intrăm în relație de a se exterioriza, cât și de propria noastră capacitate de a judeca, aprecia, valoriza comportamentele altora. Există persoane care chiar în condițiile unei abundențe de informații, de manifestări comportamentale ale partenerilor nu reușesc să surprindă esențialul, se conduc după aparențe, nu au capacitatea de a face legături etc. În schimb, alte persoane în condițiile deficitului informațional reușesc să-și cunoască foarte bine partenerii de relație.

• Încercați să vă amplasați în una dintre cele două categorii.

O altă trebuință pe care o resimt oamenii atunci când intră în relație unii cu alții este aceea de a se informa reciproc, de a face schimb de informații și mesaje, adică de a comunica. Această trebuință dă naștere *relațiilor de intercomunicare* care sunt atât de importante încât unii autori au considerat că ele stau chiar la baza apariției societății, a grupurilor sociale. În comunicarea interumană,

deosebit de importante sunt: natura mesajelor transmise și recepționate (verbale sau non-verbale), conținutul lor (logic-abstract sau afectiv-atitudinal), existența sau inexistența momentelor psihologice ale comunicării, a intenției de a modifica comportamentul partenerilor prin comunicare etc. Sunt profesioniști, cum ar fi cea de profesor, medic etc. în care esențial este nu numai conținutul logic al mesajului, ci și încărcătura lui afectivă, emoțională.

 Un psiholog povestește că, mergând odată pe stradă, a întâlnit un orb cu binecunoscuta-i plăcuță atârnată de gât pe care scria: „Sunt orb”. Întrebându-l cât câștigă, orbul i-a răspuns că extrem de puțin. Atunci, psihologul l-a întrebat dacă n-ar vrea să câștige mai mulți bani și, la răspunsul afirmativ al orbului, i-a luat plăcuța de la gât, a scris ceva pe ea, i-a pus-o la loc și a așteptat. Surpriza a fost enormă: în șapca orbului, au început să curgă o mulțime de bani. Ce scrisese psihologul pe plăcuța orbului? Următoarele cuvinte: „Afară este primăvară și eu nu o pot vedea.”

Explicați din punct de vedere psihologic faptul descris.

Cât de importante sunt relațiile de intercomunicare dintre oameni ne este demonstrat de situațiile de perturbare a comunicării. Dacă un profesor îi spune unui elev al său: „Du-te în clasă și spune că mâine nu mai facem lecția la ora 16, ci poimâine la ora 16, iar elevul se duce și transmite doar prima parte a mesajului („mâine nu mai facem lecția”), uitând din „întâmplare” pe a doua, este clar că activitatea respectivă nu se va desfășura deloc. În acest caz, are loc o *filtrare a informațiilor*, adică transmiterea doar a unora dintre ele și reținerea altora.

Alte fenomene de perturbare a comunicării sunt:

- *blocajul ei* (imposibilitatea de a comunica): amintiți-vă cum vă blocați uneori când sunteți ascultați la lecții, nemaiputând spune nimic, chiar dacă ați învățat anterior;

- *bruiatul* (deformarea conținutului unui mesaj din cauza gălăgiei: imaginați-vă ce se poate întâmpla când unui muncitor i se spune „crește temperatura în instalație cu 2 grade” iar el, din cauza zgomotului, înțelege cu „9 grade” și procedează ca atare);

- *distorsiunea informațiilor* (deformarea neintenționată a mesajului, îndeosebi atunci când el trebuie să parcurgă mai multe verigi: gândiți-vă la celebrul „telefon fără fir” jucat în copilărie).

În asemenea situații, controlul comunicării în vederea eliminării acestor perturbări devine extrem de necesar.

Puteți da exemple de efecte perturbatoare ale comunicării din activitățile voastre curente de elevi?

În sfârșit, o altă nevoie pe care o resimt oamenii este aceea de a se simți agreați de alții, de a se simți bine în compania lor, de a li se împărtăși emoțiile și sentimentele. Această nevoie dă naștere unui nou tip de relații interpersonale, și anume **relațiilor afectiv-simpatetice** care nu sunt altceva decât relațiile de simpatie sau de antipatie dintre oameni, de preferință sau de respingere afectivă. Ele dispun de sensuri diferite, putând fi unilaterale (neîmpărtășite) sau reciproce (împărtășite). Relațiile de simpatie dintre oameni sunt, de regulă, tonifiante, cu efecte pozitive, în timp ce cele de antipatie duc la efecte negative, creează climate tensionale, greu de suportat. Nu este exclus însă, ca simpatia exagerată să ducă la subiectivism exagerat, pe când antipatia moderată să inducă stări de emulație, de diferențiere



Relații afectiv-simpatetice

mai clară a personalităților, tocmai prin opoziție.

Un alt criteriu care poate fi folosit în clasificarea relațiilor interpersonale, îl reprezintă *latura lor procesuală, dinamică*. Ori, din acest punct de vedere, întâlnim relații care presupun acțiunea mutuală a partenerilor, pun în funcțiune aproximativ aceleași mecanisme, fără ca aceasta să conducă la modificarea particularităților personale ale partenerilor. În această categorie intră relațiile:

- de *cooperare* (bazate pe coordonarea eforturilor în vederea realizării unui obiectiv comun);
- de *competiție* (bazate pe rivalitatea partenerilor în atingerea unei ținte indivizibile);
- de *conflict*, (ce au ca suport opoziția mutuală raportată la un scop indivizibil).



Ilustrați cele trei tipuri de relații cu exemple din activitatea voastră școlară.

Din același punct de vedere, există și relații care presupun acțiunea mutuală a partenerilor soldată în timp cu modificarea caracteristicilor personale ale acestora. Ele sunt relațiile de:

- *acomodare* (când partenerii se obișnuiesc, se ajustează unul cu altul);
- *asimilare* (are loc o fuziune, un transfer reciproc de gusturi, mentalități, partenerii gândind și comportându-se aproximativ la fel);
- *stratificare* (ierarhizarea partenerilor în funcție de statutele pe care le dețin);
- *alienare* (echivalentă cu fuga, îndepărtarea de celălalt, ruperea relațiilor).

Dacă ne-am gândi la evoluția unui cuplu de tineri care trec de la prietenie la dragoste, apoi la căsătorie, pentru ca în final să ajungă la divorț, vom avea imaginea clară a acestor relații.

Forme complexe și delicate de relații interpersonale care le înglobează aproape pe

toate celelalte sunt prietenia și dragostea. Ambele sunt bazate pe libera alegere și afectivitate, și nu pe constrângeri sociale sau pe calcule raționale meschine. Încrederea și prețuirea mutuală sunt „ingredientele” esențiale ale prieteniei și dragostei.

Un cercetător american a pus următoarea întrebare:

Ce considerați mai important în prietenie?

Și a obținut o multitudine de răspunsuri.

Dacă această întrebare v-ar fi pusă și vouă, ce ați răspunde la ea?



Un psiholog englez, R. Sternberg, a propus un model triunghiular al dragostei. În vârful triunghiului, el a plasat trei dimensiuni ale dragostei, și anume:

- *intimitatea* (apropierea dintre parteneri, sudura sufletească, înțelegerea reciprocă, măsura în care unul îl valorizează pe celălalt și contează pe el);
- *angajarea* (decizia de a rămâne implicat în relație);
- *pasiunea* (atracția psihică și fizică/sexuală dintre parteneri).

Pornind de aici, el a stabilit trei tipuri de dragoste corespunzătoare fiecărei dimensiuni, alte trei care apar la intersecția a două dimensiuni, în sfârșit, un tip care deține toate dimensiunile. Aceste tipuri sunt:

• *dragostea simpatetică* este cea în care partenerii manifestă căldură, apropiere, dorința de a ajuta, preocuparea față de bunăstarea și fericirea partenerului (fără pasiune) și angajare pe termen lung;

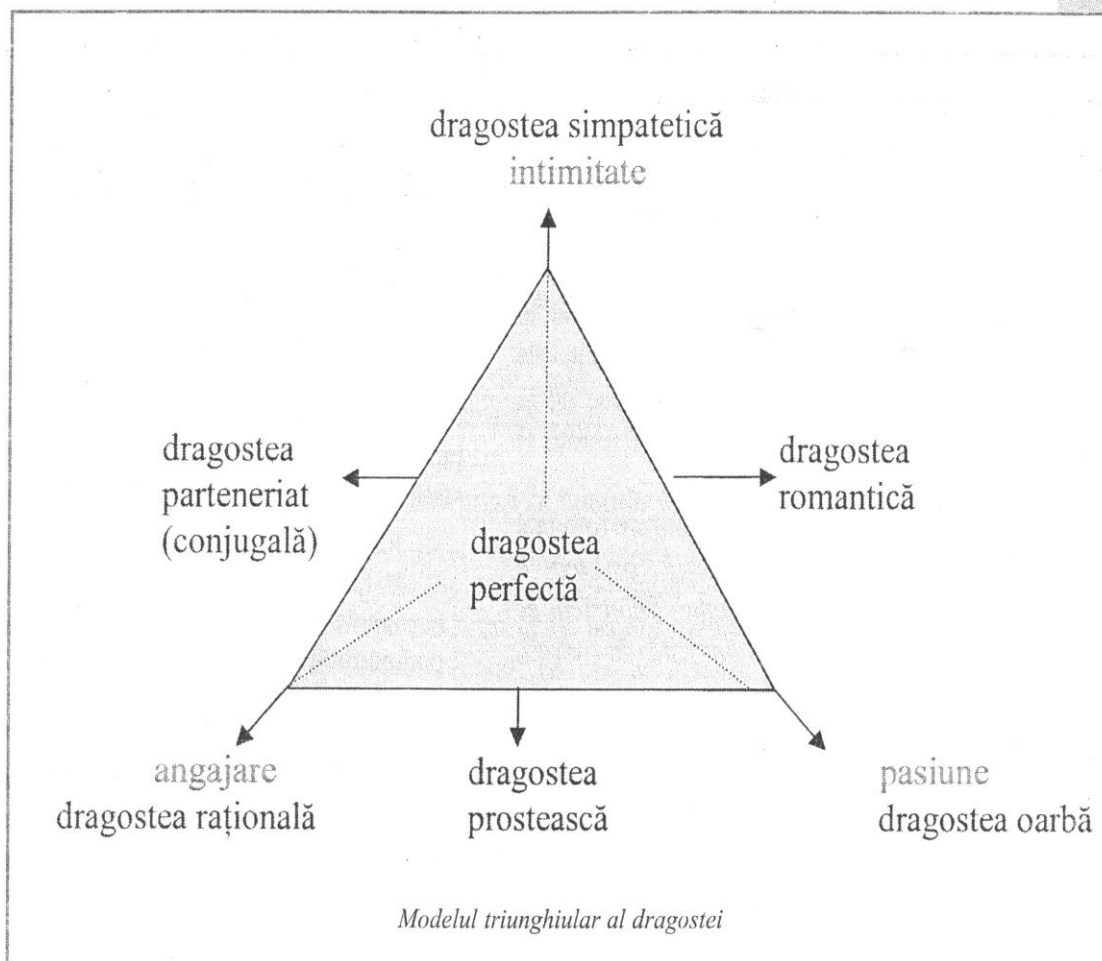
• *dragostea „oarbă”, pasională* este, după cum se exprimă doi autori, „un amestec confuz de dorințe și atracție sexuală, exaltare și durere, anxietate și destindere, altruism și gelozie” (neînsoțită de intimitate și angajare, ceea ce face ca să apară repede, dar să și dispară la fel de repede);

• *dragostea „rațională”* presupune angajare și decizie rațională, fără intimitate și pasiune,

este mai mult un fel de „contract” între parteneri, stă la baza căsătoriilor din interes.

Celelalte tipuri sunt „amestecuri” fie între două dimensiuni, fie între toate trei. Dragostea perfectă este cea la care mulți aspiră, dar puțini

ajung, ea este greu de menținut, chiar dacă la un moment dat se ajunge la ea. Acest model triunghiular al dragostei este redat în schema următoare:



2.3. Locul și rolul relațiilor interpersonale în structura personalității

Relațiile interpersonale reprezintă *cadrul, contextul de plămădire și formare, ca și de cristalizare treptată a însușirilor de personalitate*, care nu sunt altceva decât relații interumane interiorizate. Din acest punct de vedere, relațiile constituie nu doar conținutul personalității, ci și esența ei. Personalitatea va fi în ultimă instanță oglinda și expresia planului relațional. Un copil care trăiește într-un mediu familial organizat, structurat, valorizat pozitiv, cu influențe educative are toate șansele să își formeze o

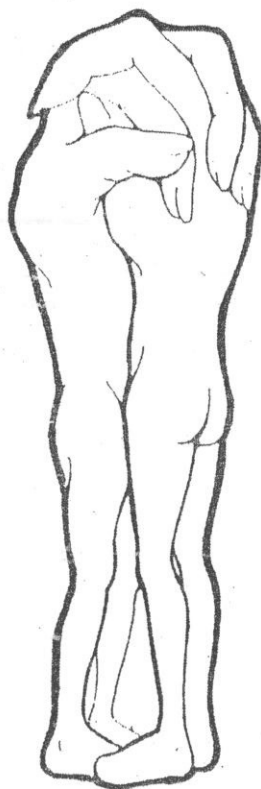
personalitate autentică, echilibrată, valoroasă. Dimpotrivă, un altul care trăiește într-un mediu relațional viciat, imoral, cu influențe nocive își va forma o personalitate fragilă, cu trăsături instabile, cu dificultăți de adaptare și cu frecvente devieri spre conduite infracționale. Dat fiind faptul că de valoarea relațiilor depinde valoarea personalității este necesar să se manifeste o grijă deosebită pentru asigurarea unui climat relațional pozitiv, favorabil.

Relațiile interpersonale constituie o puternică sursă mobilizatoare și dinamizatoare a întregii vieți psihice a individului. Astfel, relațiile interpersonale:

- pun în mișcare procesele psihice ale omului (îl „forțează“ să perceapă, să comunice, să se exteriorizeze afectiv și comportamental);
- dau naștere la diferite stări psihice (de satisfacție sau insatisfacție, certitudine sau incertitudine etc.);
- permit formarea și manifestarea unor însușiri psihice (în ele ne exprimăm opiniile și atitudinile).

Bogata lume lăuntrică a persoanei umane este profund *mișcată și dinamizată* de relațiile interpersonale (câte gânduri nu-i trec prin cap unui îndrăgostit când îi întârzie prietena la întâlnire, cât de repede le uită pe toate de îndată ce i-a sosit iubita, ce iute trece de la starea de mohoreală la cea de exuberanță și veselie).

Relațiile interpersonale constituie totodată „locul“ unde întreaga viață psihică a individului, întreaga sa lume lăuntrică se „varsă“, „curge“, se manifestă în relații, individul dezvăluindu-se mai complet, adecvat și integral decât în singurătate.



EU + TU = NOI

Relațiile interpersonale fac posibil ca EU + TU să fie egal cu NOI.

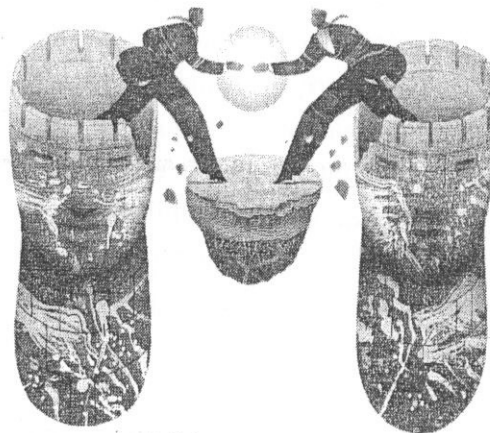
Se degajă faptul că relațiile interpersonale ocupă un loc central în structura personalității. De aceea este necesar ca diferitele sisteme și subsisteme ale societății (familia, școala etc.) să militeze pentru formarea unor orientări și atitudini corecte, lucide, controlate față de sine și față de alții, bazate pe încredere recipro-

că, pe echitate, egalitate în drepturi, pe respectul libertății și demnității umane.

Din cele de mai sus nu trebuie să înțelegem că doar relațiile interpersonale influențează personalitatea. Există și influențe de la personalitate înspre relații. Personalitatea, dacă este în linii mari cristalizată, cu atât mai mult dacă este bine formată, în virtutea unora dintre însușirile ei dă naștere, își *apropie*, *selectează anumite relații*, iar pe altele le *evită sau le respinge*, pe unele le *acceptă*, *promovează*, *dezvoltă și amplifică*, pe altele le *anulează*. Persoanele flexibile, sensibile la schimbări stabilesc ușor contacte interpersonale, se adaptează rapid la situațiile noi în timp ce persoanele rigide, dogmatice, închistate, orientate excesiv spre propria lor persoană sunt aproape incapabile să stabilească și să întrețină relații normale.

Dați exemple din experiența voastră personală prin care să arătați cum anumite personalități au schimbat ceva în jurul lor (în bine sau în rău).

Cei incapabili de a înțelege trăirile semenilor, de a se acomoda la ele se închid în sine, cad într-o stare de autonemulțumire, îi transformă pe alții în simple instrumente în vederea satisfacerii trebuințelor personale, devin „tirani“. Numai interinfluențarea reciprocă dintre relații și personalitate asigură atât formarea personalității, cât și acțiunea ei adecvată în diferite contexte sociale.



Influențarea reciprocă

APLICAȚII

1. Rugați diverse persoane mai puțin cunoscute, să vă povestească ce au făcut în ziua anterioară. Veți vedea că unele au o mare capacitate de exteriorizare, fiind extrem de transparente, în timp ce altele se exteriorizează greu fiind opace.

Ce concluzii trageți din acest exercițiu cu privire la relațiile de intercunoaștere?

2. Alegeți (sau elaborați) un text de aproximativ 10-15 rânduri. Citiți textul unei persoane până când aceasta declară că l-a reținut. Rugați, apoi, persoana respectivă să-l transmită (din memorie) unei alte persoane. Procedați la fel până când textul a trecut prin 10 verigi. Notați de fiecare dată conținutul mesajului transmis.

Ce informații s-au conservat? Care au fost omise? Ce noi informații au fost introduse? Care au fost denaturate? La ce verigă a lanțului au intervenit cele mai grave degradări ale mesajului?

Ce concluzii rețineți referitor la relațiile de intercomunicare?

3. Relațiile afectiv-simpatetice (de atracție interpersonală) dintre oameni sunt influențate de unii factori cum ar fi: proximitatea (apropierea) fizică și psihică; familiaritatea; contactul repetat; nevoia de afiliere (de cât mai multe contacte sociale); nevoia de intimitate (de relații calde și apropiate); anticiparea unor eventuale „beneficii” sau „costuri” etc.

Analizați propriile voastre relații afectiv-simpatetice și arătați în ce măsură ele au fost influențate de factorii de mai sus.

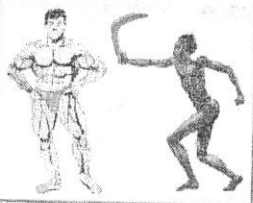
Pornind și de la rezultatele celorlalți colegi, puteți formula câteva generalizări?

4. Ce asemănări și ce deosebiri credeți că există între prietenie, prețuire, simpatie, dragoste?

Dacă nu puteți răspunde singuri, întreprindeți o „micro-cercetare” întrebându-i pe alții.

Sistematizați și analizați răspunsurile primite.

Care dintre noi o fi mai tare?
Oare cum se vede celălalt?



3. Imaginea de sine și de altul: rolul lor în dinamica personalității

Am văzut că viața psihică umană înțelegea ca sistem se caracterizează prin capacitatea de a întreține relații informaționale atât cu lumea, cât și cu sine și, astfel, își dezvoltă în interacțiune permanentă o conștiință a lumii și o conștiință de sine. Aceasta din urmă care se focalizează pe Eu și pe manifestările sale.

În strânsă interdependență cu dezvoltarea și funcționarea sistemului psihic uman și a nucleului său stabil – personalitatea, se dezvoltă și Eul.

Eul este nucleul integrativ, de coordonare și autoreglare a personalității.

3.1. Eul și imaginea de sine

Eul îndeplinește funcții de integrare și coordonare nu numai în planul relațiilor cu ambianța, ci și în raport cu sine. Aceste funcții ale Eului se dezvoltă treptat. În jurul a doi ani și jumătate, trei ani se achiziționează o adevărată experiență a afirmării Eului în înfruntarea cu cerințele adultului și în modelarea răspunsurilor copilului. Astfel, el începe să reacționeze invers decât vor părinții și parcă îi sfidează dinadins: plânge să i se dea un obiect și apoi după ce îl primește îl aruncă (P. Osterrieth). Copilul vrea să acționeze singur, să facă ceva singur sau să nu manifeste un anumit comportament. El spune mereu „eu, eu” sau „eu singur” (H. Wallon). „Această dorință de a acționa prin sine traduce încercarea copilului de a descoperi puterile Eului, de a cunoaște limitele acestor puteri...” (P. Osterrieth). La fel se prezintă cazul unui băiețel care nu împlinise încă trei ani și care traversa zilnic strada, mergea la bunica sa pentru a-i spune „Bunicuțo, nu vreau”, fără a lega acest comportament de o situație reală, ci doar de a reînfrânarea afirmării Eului (G. W. Allport). De aceea se apreciază că nevoia de autonomie este semnul principal al Eului. El are componente cognitive,

afective, voluntare și ajunge să se cunoască pe sine și să se autodirijeze și autoorganizeze. El se poate manifesta într-o dublă ipostază: ca **Eu pasiv**, conținând ca atare mecanismele la care m-am referit, și ca **Eu activ**, adică cel ce tinde să se autocunoască. Eul își poate forma despre sine o imagine care este solidară cu el, dar nu se identifică întru totul cu acesta. Multe dintre mecanismele Eului se pot conștientiza și exprima în conținutul imaginii de sine, dar altele rămân inconștiente, integrând și condensând în mod automat manifestările personalității.

Conștiința de sine și apoi cunoașterea de sine, desfășurându-se pe lungi perioade de timp, conduc la cristalizarea imaginii de sine care poate fi definită astfel:

Imaginea de sine este unificarea într-o totalitate a rezultatelor autocunoașterii, a relaționării cu alții și a trăirii evenimentelor autobiografice semnificative care au relevat calitățile și defectele pe care le are fiecare cu privire la Eul fizic sau material, Eul spiritual și cel social.



Cunoașterea de sine

Prin urmare din punctul de vedere a conținutului său, imaginea de sine cuprinde rezultatele cumulate ale percepțiilor de sine (dintre acestea cea mai importantă este

perceperea în oglindă), ale reprezentărilor asupra propriei ființe, ale formulării verbale a diverselor însușiri pozitive sau negative constatate în mod repetat, acceptate și asumate.

Acest conținut este rezultatul unui proces de durată, de reținere, selecție, respingere, păstrare și confirmare, organizare și structurare a unui mare volum de informații despre sine și despre maniera noastră de a relaționa cu alții. O cercetătoare americană (Susan Harter) a consemnat confesiunea unei adolescente cu privire la acest proces de cristalizare a imaginii de sine, adesea confuz, contradictoriu, dezamăgitor sau din contră generator de satisfacții. Iată ce a scris adolescenta: „Cum sunt eu ca persoană? Complicată. Sunt sensibilă, prietenoasă, populară și tolerantă, deși pot fi și timidă, nervoasă și nesuferită. Nesuferită! Mi-ar plăcea să fiu prietenoasă și tolerantă tot timpul. Acesta este felul de persoană care aș vrea să fiu și sunt dezamăgită când nu sunt. Sunt responsabilă, chiar studioasă din când în când, dar pe de altă parte mă și prostesc, deoarece dacă ești prea serios nu poți fi prea popular. De obicei nu sunt foarte bună la școală. Sunt o persoană destul de veselă, în special cu prietenii mei, cu care pot fi și zgomotoasă. Acasă este posibil să devin mai anxioasă în preajma părinților. Ei se așteaptă ca eu să obțin tot timpul note maxime. Nu este corect! Mă preocupă modul în care ar trebui să iau note mai mari, dar probabil aș fi considerată „toticară“ în ochii prietenilor mei“ (L.Steinberg).

Imaginea de sine ajunge să cuprindă cunoștințe despre valori și credințe, motivații și aspirații, trăsături ale personalității noastre, acceptări și respingeri din partea celorlalți, ce capacități avem și ce ne lipsește, ce succese am obținut și ce eșecuri, ce posedăm spiritual și material. Conținuturile imaginii de sine se referă la întreaga noastră ființă și, totodată, la acele caracteristici prin care ne deosebim de alții și pe care le raportăm la Eul nostru deosebit de „tu“ și „el“.

Dar imaginea de sine este și o construcție socială, pentru că fără oglindirea în altul, fără compararea cu ceilalți, fără receptarea reacțiilor altora față de noi, nu reușim să ne clarificăm și să ne verificăm constatările directe referitoare la propria persoană. Sunt autori (G.H. Mead) care consideră că începuturile Eului se află în mare măsură în atitudinile, cuvintele, gesturile celorlalți pe care fiecare le percepe, le imită și cărora le răspunde. De aceea este important pentru formarea imaginii de sine să interacționăm cu persoane care au atitudini favorabile față de noi, sunt receptive la ce reprezentăm noi, ne acceptă, ne stimulează, ne încurajează. O evoluție bună a imaginii de sine este influențată de părinți iubitori și disponibili, de prieteni adevărați, de profesori care ne prețuiesc și ne încurajează.

Identificați acele persoane cu care ați interacționat și care au avut o importantă și pozitivă influență în cristalizarea propriei imagini de sine.

De altfel, imaginea de sine implică, așa cum rezultă și din definiție, trei planuri interdependente:

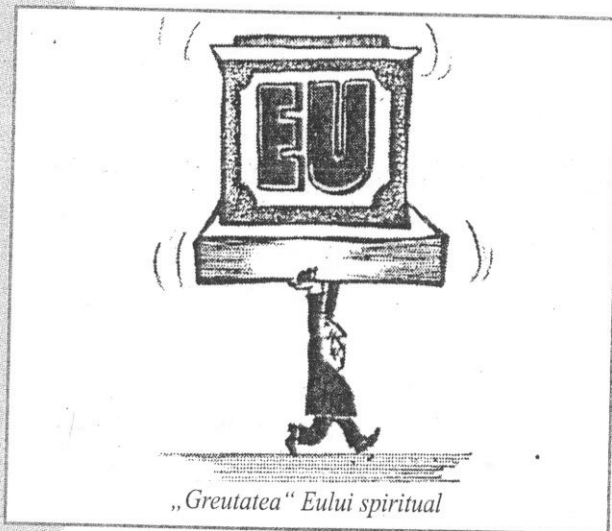
- Eul fizic,
- Eul psihic sau spiritual,
- Eul social.

Eul fizic se referă la particularități cum ar fi: tipul somatic, relația dintre statură și greutate, culoarea părului și a ochilor, particularități fizionomice, etc. Psihologul american William James folosește și expresia de **Eu material** în care include Eul fizic și tot ce este de ordin material și care este legat de respectiva persoană, cum ar fi: îmbrăcămintea, casa, alte proprietăți despre care se spune „este al meu“. De aceea fiecare este sensibil la aprecierile celorlalți cu privire la ce este al său și dacă îl pierde sau îi este furat, se simte puternic frustrat.

Relevați trăsăturile dominante ale Eului vostru fizic.

Eul spiritual se referă la valori, dorințe, aspirații, însușiri caracteriale și temperamentale, aptitudini și talente, atitudini și concepții. El este rezultatul autorefecției,

al receptării aprecierilor altora, al comsemnării reușitelor și nereușitelor în diferite activități etc.



Notăți pe o foaie cinci calități și cinci defecte care se găsesc în conținutul imaginii voastre de sine și consultați apoi 2-3 prieteni în privința existenței și a intensității lor.

Eul social cuprinde acele calități care se dezvoltă în contextul relațiilor și activităților cu alții, cum ar fi locul ocupat în grupul clasei sau în cel al prietenilor, reputația și prețuirea celorlalți, asumarea și realizarea statutului și rolurilor etc.



Prezentați conținutul Eului social propriu și găsiți explicația respectivelor însușiri.

Eul social cuprinde și totalitatea părerilor și impresiilor pe care cineva și le face despre ceilalți.

Eul cuprinde atât calități cât și defecte și satisface sau dezamăgește persoana respectivă. Iată ce notează o adolescentă: „Cât de mult îmi place tipul de persoană care sunt? Ei bine, îmi plac unele lucruri la mine, dar altele nu. Mă bucur că sunt populară devreme ce este foarte important pentru mine să am prieteni. Dar la școală nu am rezultate bune, asemenea copiilor cu adevărat deștepți” (L. Steinberg).

Cristalizarea inițială a imaginii de sine se realizează între 6 și 8 ani, dar organizarea ei deplină se înregistrează în preadolescență și

mai ales în adolescență și va persista apoi tot restul vieții.

3.2. Conceptul de sine și stima de sine

Începând cu preadolescența, se formează **conceptul de sine** care cuprinde ideile, judecățile, evaluările cu privire la propria ființă, organizate într-un întreg coerent și logic, astfel încât cu ajutorul lui persoana se înțelege mai bine pe sine și își poate explica manifestările în circumstanțe diverse. Sprijinindu-se pe conceptul de sine, un adolescent poate spune: „...sunt timid când întâlnesc oameni prima dată, dar după ce îi cunosc, devin destul de prietenos”. În adolescență, conceptul de sine este mai abstract și mai cuprinzător (L. Steinberg). O cale importantă de cunoaștere a conceptului de sine este completarea chestionarului „Cine sunt eu”.



Scrieți pe o foaie 15 începuturi de fraze cu „Eu sunt...” și completați-le cât mai liber, așa cum vă vin în minte. Grupați răspunsurile după referirea lor la Eul fizic, psihic, social.

Conceptul de sine împreună cu imaginea de sine alcătuiesc latura cognitivă a reflectării propriului Eu.

Stima de sine este componenta afectiv-evaluativă și motivațională a cunoașterii Eului. Ea a fost definită astfel:

Stima de sine este atitudinea pozitivă sau negativă a subiectului față de propria ființă și modul de a se simți capabil, important, valoros.

Ea nu se identifică doar cu un sentiment sau altul față de sine, care este de regulă legat de o situație particulară și poate ușor oscila între pozitiv și negativ. Stima de sine este relativ constantă. Cercetările aprofundate au arătat că, de fapt, ea include o parte stabilă și o alta care se modifică în timpul unor perioade dificile de viață în cazul unor serii de insuccese etc. Totodată, cele trei Euri sunt legate de o stimă de sine nuanțată astfel că cineva poate avea un nivel ridicat al acesteia cu privire la Eul spiritual, dar unul scăzut în

legătură cu Eul fizic, și aceste decalaje vor nuanța atitudinile și angajările celui în cauză.



Exprimați în câteva fraze stima de sine caracteristică vouă, ghidându-vă după definiția dată.

El va tinde să caute ocaziile care îi conservă stima și respectul de sine și va evita toate situațiile opuse.

Imaginea de sine, conceptul de sine și stima de sine formează în general o unitate și au o foarte mare importanță în viața omului, în manifestarea și dezvoltarea personalității sale, în inițierea, realizarea și dezvoltarea relațiilor cu grupul. Astfel:

- o imagine de sine cât mai apropiată de particularitățile reale ale Eului este un factor de optimizare în activități și relații, asigură un tonus ridicat pentru activitatea psihică, securizează persoana în fața unor insuccese circumstanțiale, este un stimul important al dezvoltării personalității;
- un concept de sine clar este o condiție a angajării în sarcini majore fără teama de eșec și o premisă foarte bună a elaborării proiectului de dezvoltare proprie;
- stima de sine ridicată și constantă este un factor securizant în situații dificile, când poate să apară îndoiala cu privire la unele calități constatate altă dată sau chiar panica în fața descoperirii unor defecte. Stima de sine oscilează în genere în trecerea de la preadolescență la adolescență și generează anxietate și iritabilitate crescută, dificultăți de relaționare cu grupurile. Creșterea ei în adolescență asigură echilibrarea dintre indivizi și grupuri, susține inițiativele din cadrul clasei, întărește statutul și favorizează îndeplinirea rolurilor. Există o tendință generală a oamenilor de a-și proteja stima de sine prin a căuta toate circumstanțele de menținere și confirmare a ei și de a le evita pe cele care produc scăderea ei și disconfortul afectiv care o însoțește.



Identificați în trecutul vostru momente și cauze care au făcut să scadă stima de sine și amintiți-vă cum ați trecut peste acele perioade.

3.3. Autoprezentarea și autodezvăluirea

Având în vedere câmpul relațiilor interpersonale în care este implicat Eul fiecăruia, psihologia socială a identificat o altă formă de manifestare și anume **autoprezentarea**.

Autoprezentarea este maniera sau strategia pe care o folosește cineva pentru a dezvolta la ceilalți impresii pozitive și atitudini de acceptare și prețuire față de sine.

Autoprezentarea presupune autosupravegherea comportamentului propriu și adaptarea lui la modelele, cerințele și așteptările celorlalți, exercitarea rolurilor în conformitate cu normele sociale și de evitare, respingere a ceea ce este neacceptat și respins de persoane și grupuri. Această manifestare a Eului este benefică pentru adaptarea și integrarea în societate, numai dacă este călăuzită de adevăr și de intenția de a prezenta celorlalți ceea ce este într-adevăr relevant și important despre propria ființă. În aceste condiții, autoprezentarea optimă a cuiva poate stimula acceptarea și receptarea din partea celorlalți, poate atrage ajutorul lor, poate ușura manifestarea activă și pozitivă a sa în orice situații.. Autoprezentarea falsă are efecte exact contrare și duce la izolarea de către grup și la respingerea puternică a celui ce apelează la așa ceva. Autoprezentarea este o abilitate ce trebuie formată și corect orientată.



Elaborați în scris o autoprezentare. Cereți câtorva prieteni să evalueze gradul de corespondență cu particularitățile reale ale propriei personalități.

În același context al interrelațiilor cu ceilalți, se elaborează nu doar imaginea, conceptul și stima de sine, ci și **imaginea sau percepția celui alt despre noi înșine**. Aceasta se află la baza multor atitudini ale acestuia față de noi, susține apropierea și disponibilitatea lui de a comunica și interacționa cu noi. Mai mult chiar, expunerea într-o formă sau alta (verbală sau prin acțiuni) a percepției celui alt despre noi poate induce schimbări în propria imagine de sine. Însă aceste modificări depind de:

- cum este punctul de vedere a celuilalt rezultat din felul în care ne percepe și cât de apropiată este percepția lui de ceea ce ne este propriu;
- punctul de vedere a Eului propriu față de părerea și perceperea de către celălalt a noastră. Așa se explică de ce adolescenții nu sunt suficient de receptivi la percepția părinților despre ei înșiși pentru că îi cred subiectivi datorită faptului că îi iubesc prea mult sau prea puțin.



Notați care credeți că este imaginea pe care o are profesorul diriginte despre personalitatea voastră, apoi profesorii de la disciplinele unde aveți cele mai mari succese și la cei la care aveți rezultate mai slabe.

Rugați dirigintele să precizeze gradul de apropiere față de felul cum vă percepe el cu adevărat.

Pe de altă parte, inițierea și desfășurarea interacțiunilor și a interrelațiilor cu ceilalți sunt influențate și de **percepția noastră asupra altuia sau asupra grupului întreg**. Calitatea acestei percepții, adică gradul de completitudine, corectitudine și interpretările pe care le implică, devine factor intern subiectiv care mediază raporturile noastre cu celălalt. Totodată, percepția asupra celuilalt se poate dezvolta și perfectă în timp.

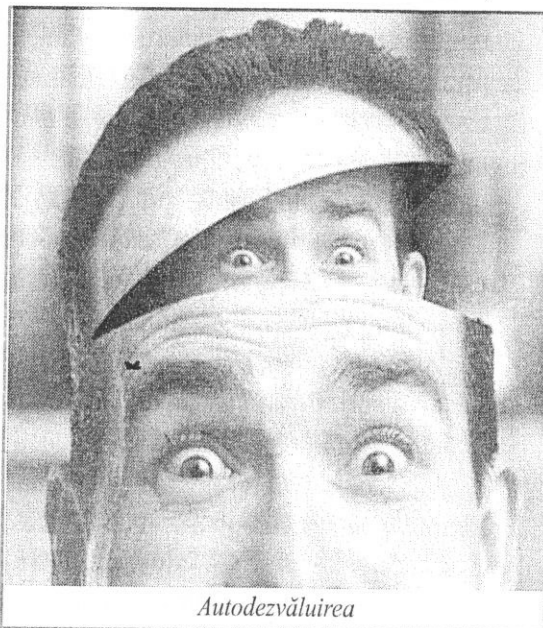
Dar percepția de altul nu este un act psihic simplu ca cel ce se referă la un obiect. Ea implică informație perceptivă referitoare la fizionomia și aliura celuilalt, la acțiunile și gesturile pe care le desfășoară, ce și cum comunică, dar toate acestea sunt repede subordonate conceptelor și sunt integrate mecanismelor cognitive de nivel superior care permit „citirea comportamentelor altuia”, adică dezvăluirea în spatele acestora a caracteristicilor Eului celuilalt.

Percepția celuilalt depinde pe de o parte de abilitățile cognitive de care dispunem, de pregătirea pentru a cunoaște oamenii, de capacitățile noastre empatice, dar și de gradul de dezvăluire a celuilalt.

Autodezvăluirea constă în comunicarea de către o persoană a unor informații mai mult sau mai puțin intime despre ea însăși.

Dar autodezvăluirea nu se realizează față de orice interlocutor. Ea presupune o relație temeinică și profundă cu acesta și încredere în cel ce primește astfel de informații.

Prin acest proces cineva ne poate comunica date importante despre sine, corespunzând realității ființei sale, dar care să fie relativ restrânse și să se refere fie la persoana sa, fie la relațiile sale cu alții. Prin urmare, un astfel de factor poate apare sau nu în sprijinirea percepției asupra altuia.



Autodezvăluirea

Cu cât realizăm o mai corectă percepție a altuia, cu atât reușim să stabilim relații bune de comunicare și de coacțiune cu acesta și să asigurăm o adaptare reciprocă benefică pentru fiecare. Perceperea corectă a altuia ne oferă posibilitatea de a ne compara cu acesta, de a obține noi repere pentru a clarifica propria imagine de sine și de a releva ceea ce ar putea fi călăuzitor pentru propria devenire.

Prin urmare, atât imaginea de sine și percepția socială a acesteia, cât și perceperea altuia sau a altora cu care stabilim interacțiuni reprezintă factori interni subiectivi de mare importanță atât pentru adaptarea noastră socială, cât și pentru dezvoltarea propriei noastre personalități.

APLICAȚII

Se utilizează **Scala Rosenberg a stimei de sine**, obținându-se răspunsuri de la fiecare elev pentru cei 10 itemi. Se convertesc în puncte astfel:

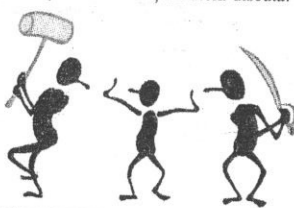
- dezacord puternic – 0 puncte;
- dezacord moderat – 1 punct;
- acord moderat – 2 puncte;
- acord puternic – 3 puncte.

Se adună punctele și se obțin scoruri finale care se ordonează începând cu cele mai mari.

Se stabilesc trei intervale de evaluare: stimă de sine ridicată, stimă de sine medie, stimă de sine scăzută și se încearcă identificarea factorilor care contribuie la atingerea fiecărui nivel.

	Afirmații	Exprimarea acordului			
		Acord puternic	Acord moderat	Dezacord puternic	Dezacord moderat
1.	În general sunt satisfăcut de mine însumi.				
2.	Câteodată mă gândesc că nu sunt bun de nimic.				
3.	Cred totuși că am un număr de calități.				
4.	Sunt capabil să fac lucrurile la fel de bine ca mulți dintre cei din jurul meu.				
5.	Simt că nu am prea multe motive să fiu mândru.				
6.	Am certitudinea uneori că sunt inutil.				
7.	Consider că sunt o persoană de încredere cel puțin la fel ca ceilalți.				
8.	Aș dori să pot avea mai mult respect pentru mine însumi.				
9.	După tot ce mi se întâmplă, cred că sunt ghinionist.				
10.	Am mereu o atitudine pozitivă față de mine.				

- Să mergem la luptă!
- Stați! Fără violență! Putem discuta!



4. Atitudinile și comportamentele pro- și antisociale

Fiecare om se află în relație cu alți oameni adoptând multiple atitudini și acte comportamentale în raport cu aceștia. Fiecare act comportamental are o serie de consecințe care pot fi pozitive („X” îl ajută, îi face un bine lui „Y”) sau dimpotrivă negative („A” îl rănește, îl umilește, îi face un rău lui „B”). În primul caz, vorbim despre **atitudini și comportamente prosociale**, iar în al doilea caz despre **atitudini și comportamente antisociale**.

4.1. Atitudini și comportamente

Atitudinile sunt formațiuni sau structuri psihice relativ stabile ce condiționează și determină opiniile și comportamentele.

Sunt dispoziții latente ale omului de a răspunde sau acționa în maniere diverse la stimulările mediului natural sau social. Ele preced percepția, acțiunea, judecata fiind considerate de aceea ca pre-percepții, pre-acțiune, pre-judecăți. Au mai fost denumite și **variabile ascunse** care pot fi reactualizate numai dacă luăm în considerare comportamentele particulare. Astfel, se poate constata legătură foarte strânsă care există între atitudini și comportamente.



Chiar dacă între cele două variabile nu există o relație directă, univocă, existența acestora nu poate fi negată. Atitudinea determină comportamentul, iar comportamentul la rândul lui determină atitudinea. Pornind de la o atitudine, putem deduce cu o anumită probabilitate comportamentul sau invers. Este mai probabil ca o persoană care are atitudini prosociale să manifeste comportamente de ajutorare. La fel de probabil este ca unele comportamente agresive ale oamenilor să se asocieze și să fie susținute de atitudini antisociale. Alături de **convergența** dintre atitudini și comportament întâlnim și **divergența** dintre ele. O persoană care are o atitudine negativă față de altă ar putea să-i sară în ajutor într-o situație oarecare. Se degajă de aici faptul că relația dintre atitudine și comportament este complexă și plurideterminată, ea manifestându-se în funcție de particularitățile situațiilor, de trăsăturile de personalitate, de așa numitul fenomen al dezirabilității sociale (gândim, simțim și ne comportăm cum ne cere grupul sau societatea, nu așa cum am dori noi).

Din multitudinea atitudinilor și comportamentelor definite și manifestate de oameni, extrem de importante sunt cele din cadrul relațiilor interumane. Prin atitudini oamenii intră în contact unii cu alții, se pun de acord sau se resping reciproc, se armonizează sau intră în conflict, se apără de ei înșiși sau de alții, confirmă, ignoră sau deformează realitatea, își exteriorizează și își fac cunoscute valorile. Psihologii vorbesc despre funcția de ajustare, apărare, expresie, cunoaștere și caracterizare a atitudinilor.

Atitudinile nu sunt înnăscute, formându-se ca rezultat al influențelor dinspre mediu asupra persoanei (la început dinspre mediul familial și apoi dinspre mediul social mai larg). Principalele modalități de formare sunt:

- *experiența individuală cu obiectul social;*
- *imitarea de modele (modelarea).*

Deoarece atitudinile oferă oamenilor posibilitatea de a-și anticipa reciproc comportamentele, ele au fost măsurate pentru: a fi cunoscute, formate și schimbate, a li se asigura o mare operaționalitate și valoare socială.

În schimbarea atitudinilor se recurge la o multitudine de metode și tehnici. Iată câteva dintre ele: schimbarea situației, schimbarea semnificației situației; sugestia ca formă de influențare unidirecțională prin argumente de ordin afectiv; persuasiunea ca formă de influențare bilaterală prin argumente logice, demonstrații raționale; strategia de argumentare ce se referă la ordinea prezentării argumentelor „tari” și „slabe” etc.

Când este mai bine să fie prezentate argumentele „tari”, la începutul sau la sfârșitul discursului?



Schimbarea atitudinilor nu are o finalitate în sine, ci numai în raport cu ceea ce trebuie pus în locul atitudinilor dislocate sau înlăturate. Dezirabil ar fi înlocuirea atitudinilor și comportamentelor antisociale/agresive cu atitudinile și comportamentele prosociale/de ajutorare).

4.2. Comportamentul de ajutorare

Comportamentul de ajutorare este actul sau actele comportamentale intenționate făcute în folosul altor persoane în afara serviciului și fără așteptarea unor recompense.



Maica Tereza, exemplu de comportament de ajutorare

Ajutăm pe cineva mai în vârstă să treacă strada, dăm bani unui copil bolnav, găzduim pe cineva fără locuință, oferim din hainele noastre celor care sunt sinistrați etc. Desigur, nu toți reacționăm exact la fel în fața celor ce solicită ajutor.



Prin urmare, condițiile restrictive pentru ca un comportament să fie considerat a fi prosocial (de ajutorare) sunt:

- actele comportamentale să fie săvârșite intenționat;
- ele să fie făcute în folosul altei persoane;
- să nu se aștepte recompense.

Numai dacă sunt întrunite toate aceste condiții, putem vorbi de comportament de ajutorare. Astfel, de exemplu, în cazurile următoare, nu putem vorbi despre existența unui asemenea tip de comportament:

- cineva care întâmplător se află într-un loc și prezența lui împiedică acțiunile unor răufăcători;
- persoana care afirmă că ajută pe mulți alții, dar asemenea acte comportamentale intră în sfera obligațiilor de serviciu;
- cei care ajută pe alții pentru a fi lăudați, remarcați sau chiar pentru a primi o recompensă materială.



Alcătuiți și voi o listă cu zece exemple de comportamente de ajutorare și zece exemple de comportamente care nu sunt de ajutorare.

Desigur, cercetătorii și-au pus întrebări privind motivația care stă la baza comportamentului de ajutorare. De ce îi ajutăm pe alții? Răspunsurile sunt însă diferite de aceea teoriile explicative pot fi grupate în felul următor.

a) Teorii sociologice sau teorii normative, conform acestor teorii, oamenii oferă ajutor altora respectând, de fapt, cerințele unor norme sociale, cum ar fi:

- *norma reciprocității*; în procesul socializării oamenii învață să se comporte cu ceilalți, așa cum ar dori să se comporte alții față de ei.

Deci când cineva te ajută, trebuie să răspunzi în același mod. Cercetările au scos în evidență faptul că norma reciprocității se aplică în special în grupurile și în comunitățile mai mici. Ea este foarte strâns legată de *principiul echității*: în relațiile interumane, fiecare așteaptă să primească beneficii proporțional cu ceea ce a investit.

De asemenea, norma reciprocității se aplică mai frecvent între cei care au statut social-economic similar și între cei care au un nivel ridicat al stimei de sine;

- *norma responsabilității sociale*; oamenii oferă ajutor altora datorită faptului că au învățat să-i ajute pe cei care sunt dependenți de ei. Se acordă ajutor copiilor, bătrânilor, rudelor, prietenilor, vecinilor etc. În acest sens, Berkowitz arată că oamenii se subordonează normei responsabilității sociale nu pentru a fi recompensați, ci pentru că ei se simt satisfăcuți când sunt atinse standardele morale interne. În cazul în care unii nu reușesc să respecte cerințele acestei norme, ei se simt vinovați și plini de tristețe.

b) Teorii biologice, aceste teorii încearcă să explice comportamentul de ajutorare prin factorii genetici. Ființele umane au o predispoziție biologică în a-i ajuta pe alții aflați în situația de a avea nevoie de ajutor.

c) Teoria învățării sociale, conform căreia originile comportamentului de ajutorare se află în procesul de socializare. Deci acest tip de comportament nu este înnăscut, ci este învățat.

Cercetările au scos în evidență o serie de aspecte, precum:

- probabilitatea adoptării comportamentului de ajutorare este mult mai mare la copiii cărora li se cere să se comporte în manieră altruistă;
- comportamentul recompensat are mai mari șanse de a fi repetat; atunci când copiii primesc recompense pentru că au ajutat pe cineva, crește probabilitatea ca ei să procedeze la fel în alte situații;
- observarea unui model adult care se comportă altruist îi determină pe copii să se comporte identic;
- filmele și emisiunile televizate cu conținut și mesaje prosocial au o influență pozitivă asupra copiilor în sensul că aceștia pot adopta în diferite situații, comportamente similare.

d) Teorii psihologice, în cadrul cărora se remarcă, mai ales, teoria cost-beneficiu, care se bazează pe următoarea teză: oamenii tind să mențină echitatea în relațiile interperso-

nale, pentru că relațiile inechitabile produc disconfort psihic. Prin *cost* se înțelege o gamă largă de factori atât de natură materială, cât și de natură subiectivă: consumarea unor bunuri materiale, cheltuirea unei sume de bani, consumarea timpului, efortul fizic și psihic, durerea, tristețea, pierderea stării de sănătate. Pe de altă parte, *beneficiul* se referă atât la recompensele externe (bani, stima celorlalți, ajutorul reciproc etc.), cât și la recompensele interne (gradul de satisfacție, creșterea stimei de sine, dobândirea sentimentului competenței etc.).



Pentru a se determina gradul de inechitate în relația dintre două persoane, se poate folosi formula:

$$\frac{\text{Ceea ce dă persoana „A”}}{\text{Ceea ce primește persoana „A”}} = \frac{\text{Ceea ce dă persoana „B”}}{\text{Ceea ce primește persoana „B”}}$$

Cu cât se resimte mai puternic inechitatea, cu atât tendința de reinstaurare a echității va fi mai accentuată.

4.3. Factori ce influențează comportamentul de ajutorare

Ei pot fi împărțiți în două categorii.

a) **Factori situaționali**, comportamentul de ajutorare depinde în mare măsură de caracteristicile situației în care se află individul. Este vorba, în special, despre situațiile de urgență, cele care implică un pericol pentru o persoană și care solicită o intervenție imediată. Referitor la acestea, cercetările efectuate au evidențiat că *prezența sau absența celorlalți* influențează în mod decisiv acordarea ajutorului; cel mai frecvent prezența celorlalți constituie un factor care determină amânarea intervenției. În consecință, a fost formulat așa-zisul *efect de trecător* (B. Latané și J. Darley): este mai probabil ca oamenii să acorde ajutor într-o situație de urgență când se află singuri cu cel ce are nevoie de ajutor, decât dacă se află și alții în prezența lor.

Atunci când sunt mai mulți participanți sau observatori se produce o *difuziune a responsabilității* față de situația în care fiind singur un individ realizează că îi revine în întregime responsabilitatea de a acorda ajutorul.

b) **Factori de personalitate**, este vorba pe de o parte despre *stările psihologice tranzitorii* și pe de altă parte despre anumite *trăsături de personalitate*.

Referitor la stările psihologice tranzitorii, cercetările au scos în evidență faptul că stările psihologice pozitive (oamenii se simt bine, au o bună dispoziție) sunt mult mai favorabile pentru acordarea ajutorului decât stările psihologice negative (oamenii sunt indispuși, au griji, au probleme etc.).

În ceea ce privește trăsăturile de personalitate, majoritatea autorilor se află în consens în a considera că cel mai mult legată de comportamentul de ajutorare este *competența percepută specifică*. Cei care se simt competenți, adică au sentimentul că pot stăpâni situația, pot acorda ajutor altora. De exemplu, dacă cineva se consideră competent în ceea ce privește mecanica autoturismului, va acorda ajutor celui căruia i s-a oprit motorul în câmp.

4.4. Comportamentul agresiv

Ce este agresivitatea?

Într-un mod mai puțin pretențios, agresivitatea poate fi considerată o caracteristică a acelor forme de comportament orientate în sens distructiv în vederea producerii unor daune fie ele materiale, moral-psihologice sau mixte. Deci actul agresiv poate viza unele obiecte (casă, mașină, mobilă etc.), ființa umană (individul uman izolat, microgrupurile, colectivitatea) sau ambele. Pentru a găsi exemple privind comportamentul agresiv nu este nevoie de eforturi speciale, având în vedere uriașele disponibilități privind mediatizarea. Din nefericire, suntem aproape zilnic martorii diferitelor forme de manifestare a agresivității (războaie, crime, jafuri, tâlhării, violuri, incendieri, distrugeri etc.).



Pentru a defini mai bine agresivitatea, este necesar să fie operate, mai întâi, unele delimitări conceptuale. Astfel, agresivitatea nu se confundă cu comportamentul antisocial, cum ar fi delincvența și infracționalitatea. Conduita boxerului nu este orientată antisocial

și cu cât este mai agresivă, cu atât este mai performantă. Și, invers, nu orice comportament antisocial, inclusiv infracțional, poate fi caracterizat prin agresivitate. Sunt comise infracțiuni prin inacțiune, deci fără agresivitate. Destul de frecvent, agresivitatea este asociată și chiar confundată cu violența. Desigur, de cele mai multe ori comportamentul agresiv este și violent, dar sunt și cazuri de conduită agresivă



Puteți da și alte exemple de comportamente agresive care să nu se confunde cu cele antisociale?

(este clară intenția de a vătăma, de a face rău) în forme non-violente. Otrăvirea lentă a unei persoane este o conduită agresivă, dar non-violentă.



Comportamentul agresiv este orientat nu numai în afara subiectului, ci și asupra sinelui. Și aici trebuie să diferențiem între actele comportamentale autodistructive, forma cea mai gravă fiind sinuciderea, și actele comportamentale care pot periclita sănătatea și echilibrul organismului (fumat, alcool, droguri). Elementul esențial de diferențiere îl constituie, desigur, prezența intenției autodistructive.

Așadar, în sinteză, putem defini agresivitatea în felul următor:

Agresivitatea desemnează orice formă de conduită orientată cu intenție către obiecte, persoane sau către sine în vederea producerii unor prejudicii, a unor răni, distrugerii și daune.

4.5. Forme ale agresivității

Pot fi utilizate următoarele criterii de clasificare:

- în funcție de agresor sau de persoana care adoptă o conduită agresivă;
- în funcție de mijloacele utilizate în vederea finalizării intențiilor agresive;
- în funcție de obiectivele urmărite;
- în funcție de forma de manifestare a agresivității.

În raport cu primul criteriu, diferențiem:

- *agresivitatea tânărului și agresivitatea adultului;*
- *agresivitatea masculină și agresivitatea feminină;*
- *agresivitatea individuală și agresivitatea colectivă;*

- *agresivitatea spontană și agresivitatea premeditată.*

În raport cu al doilea criteriu, diferențiem:

- *agresivitatea fizică și agresivitatea verbală;*
- *agresivitatea directă, cu efecte directe asupra victimei, și agresivitatea indirectă, între agresor și victimă existând intermediari.*

Privitor la al treilea criteriu, diferențiem:

- *agresivitatea care urmărește obținerea unor beneficii, a unui câștig material;*
- *agresivitatea care urmărește predominant rănirea și chiar distrugerea victimei.*

În această privință, unii autori fac distincție între *agresivitatea datorată supărării sau mâniei* și *agresivitatea instrumentală*. Diferența principală constă în faptul că prima formă apare mai ales ca urmare a supărării sau ostilității, în timp ce a doua (instrumentală) este orientată în primul rând în direcția obținerii unui câștig material (bani, obiecte etc.), actul agresiv având rolul de mijloc de obținere a unor asemenea achiziții.

Privitor la al patrulea criteriu, putem diferenția:

- *agresivitatea violentă și agresivitatea non-violentă;*
- *agresivitatea latentă și agresivitatea manifestă.*

În mod sigur și voi ați manifestat unele comportamente agresive. Ghidându-vă după clasificarea propusă, arătați care au fost mai frecvente. Explicați de ce.



Desigur, nici pe departe nu se poate considera că aceste tipologii epuizează toate criteriile de clasificare și toate formele de existență și de manifestare a agresivității.

4.6. Cauzele agresivității

Răspunsurile oferite de specialiști la întrebarea dacă agresivitatea este sau nu înăscută pot fi grupate astfel:

a) Agresivitatea este înăscută. Poziția este susținută de autori precum S. Freud și K. Lorenz. Însă în timp ce pentru Freud, oamenii se nasc cu instinctul de a agresa și de a fi violenți ceea ce înseamnă că agresivitatea este predominant distructivă, la K. Lorenz,

agresivitatea interspecii are o valoare adaptativă și este esențială pentru supraviețuire. Animalul își apără teritoriul, disponibilitățile de hrană și, îndepărtându-i pe alții, previne supraaglomerarea. În plus, datorită faptului că cel puternic și viguros îl învinge pe cel slab și neputincios, se produce o selecție naturală a celor cu un bun potențial genetic ce va permite odată cu transmiterea lui urmașilor reproducerea agresivității.



Teoriile care au abordat agresivitatea ca pe un instinct au fost supuse unor multiple critici, dar respingerea cvasigeneralizată a naturii instinctuale a agresivității nu înseamnă însă și ignorarea unor influențe biologice asupra ei, cum ar fi:

- influențe neuronale – există anumite zone ale cortexului care în urma stimulării electrice facilitează adoptarea de către individ a comportamentului agresiv;
- influențe hormonale – masculii sunt mult mai agresivi decât femelele datorită diferențelor de natură hormonală;
- influențe biochimice – creșterea alcoolului în sânge, scăderea glicemiei pot intensifica agresivitatea.

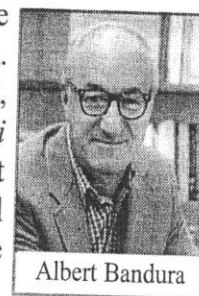
O altă perspectivă ce sugerează că agresivitatea este cel puțin parțial înăscută este oferită în ultimii ani de către *sociobiologie*. În viziunea sociobiologilor, toate aspectele comportamentului social, inclusiv agresivitatea, pot fi înțelese în funcție de evoluție. Deoarece agresivitatea ajută masculii aparținând unor specii neumane să obțină parteneri, principiile selecției vor favoriza în timp creșterea nivelurilor de agresivitate (cel puțin printre masculi).

b) Agresivitatea este un răspuns la frustrare. Cei care susțin această afirmație pleacă de la convingerea că agresivitatea este determinată de condițiile externe. De fapt, ipoteza frustrație-agresivitate face parte din categoria teoriilor stimulării sau provocării agresivității, care capătă tot mai mult sprijin din partea unor psihologi. Aceste teorii sugerează faptul că agresivitatea – mai exact conduitele agresive – s-ar origina în special într-o stimulare sau provocare externă pentru a răni sau a prejudicia pe altul. În acest sens, cea mai populară și mai cunoscută este *teoria frustrare-agresivitate*, formulată de J. Dollard, care pleacă de la două postulate:

- „agresivitatea este întotdeauna o consecință a frustrării“;
- „frustrarea conduce întotdeauna către o anumită formă de agresivitate“.

c) Agresivitatea este o reacție la *evenimentele aversive*. Expunerea la evenimente aversive (pe care preferăm să le evităm) generează afecte negative (sentimente neplăcute). Aceste sentimente, la rândul lor, activează automat tendințele către agresivitate și luptă.

d) Agresivitatea este un *comportament social învățat*. Această poziție este legată în special de numele lui A. Bandura (vezi figura alăturată), care formulează *teoria învățării sociale a agresivității*. Potrivit acestei teorii, comportamentul agresiv se învață prin mai multe modalități, și anume:



Albert Bandura

- direct, adică prin învățare directă (prin recompensarea sau pedepsirea unor comportamente);
- prin observarea și imitarea unor modele de conduită a altora, mai ales a adulților.

Cel mai frecvent, consideră Bandura, modelele de conduită agresivă pot fi întâlnite în:

- familie (părinții copiilor violenți și ai celor abuzați și maltratați provin adeseori ei înșiși din familii în care, ca mijloc de disciplinare a conduitei, s-a folosit pedeapsa fizică);
- mediul social (în comunitățile în care modelele de conduită agresivă sunt acceptate și admirate, agresivitatea se transmite ușor noilor generații; de exemplu, subcultura violentă a unor grupuri de adolescenți oferă membrilor lor multe modele de conduită agresivă);
- mass-media (în special televiziunea care oferă aproape zilnic modele de conduită fizică sau verbală).

4.7. Factori ce influențează agresivitatea

Deși, din nefericire, sunt extrem de mulți, pentru o mai bună sistematizare ei pot fi grupați astfel:

- a) factori ce țin mai mult de individ, de conduită și de reactivitatea lui comportamentală;
- b) factori existenți în cadrul familiei;
- c) factori ce țin de mijloacele de informare în masă.

În prima categorie includem:



Încearcă să faci o mică statistică. Câți dintre colegii tăi de clasă aparțin tipului A de personalitate și câți tipului B? Tu în ce categorie te încadrezi? Ce consecințe ar apărea asupra conduitei clasei dacă raportul ar fi exact invers?

• *tipul de personalitate*, în special *tipul A*, ce se caracterizează mai ales prin: extrem de competitiv; tot timpul grăbit (pe fugă); în

special iritabil și agresiv. Acest tip este complet opus *tipului B*. În urma cercetărilor efectuate, s-a demonstrat că cei ce aparțin tipului A tind să fie mult mai agresivi, într-o paletă mai largă de situații, decât cei ce aparțin tipului B;

• *diferențele de sex*; toate statisticile privind infracțiunile arată în mod clar că bărbații sunt mult mai agresivi decât femeile. Cu toate acestea sunt autori care atrag atenția asupra faptului că diferențele dintre sexe privind comportamentul agresiv depind în mare măsură de rolurile și de practicile de socializare. De exemplu, dacă stereotipurile tradiționale privind *masculinitatea* și *feminitatea* continuă să descrească, diferențele dintre sexe privind agresivitatea pot descrește. Și invers, dacă asemenea stereotipuri persistă sau chiar pot să se întărească, atunci diferențele dintre sexe privind agresivitatea este de așteptat să se accentueze;

• *frustrarea* – se menține ca una dintre cele mai frecvente surse de influențare a agresivității;

• *atacul sau provocarea directă*, fizică sau verbală, ce atrage, de cele mai multe ori, răspunsul agresiv al celui vizat și, nu de puține ori, șirul răzbunărilor devine practic nesfârșit;

• *durerea fizică și morală* poate duce la creșterea agresivității;

• *căldura* – foarte multe cercetări au constatat o legătură directă între temperaturile înalte și manifestarea agresivității;

• *aglomerația*, în mijloacele de transport, în dormitorul unui cămin de colegiu, în casa de locuit etc., apare în calitate de agent stresor și poate crește agresivitatea;

• *alcoolul și drogurile* – nu numai în rândul specialiștilor, dar și al nespecialiștilor este recunoscut faptul că alcoolul, consumat mai ales în cantități mari, se constituie într-un important factor de risc în comiterea unor acte antisociale bazate pe violență. De asemenea, drogurile pot determina comportamentul agresiv, însă în ce măsură se poate realiza acest lucru depinde de mai mulți factori, cum ar fi:

tipul drogului, mărimea dozei și dacă subiectul este sau nu realmente amenințat și pus în pericol;

• *materialul sexy și pornografic*, care este accesibil oricărei categorii de vârstă în forma imaginii (poze din reviste, dar mai ales filmul, caseta video), în formă scrisă (reviste, cărți).

Din a doua categorie, cele mai grave forme de manifestare a agresivității în cadrul familiei sunt *bătaia* și *incestul* cu consecințe extrem de nefavorabile asupra procesului de dezvoltare și maturizare psihocomportamentală. Din nefericire, în viața de zi cu zi pe multe meridiane ale globului, bătaia este frecvent folosită, luând uneori forme extrem de grave, provocând copiilor leziuni corporale și chiar decesul. Violența manifestată în cadrul familiei și, mai ales, asupra copiilor a atras de mult atenția specialiștilor care, la rândul lor, au încercat să evidențieze structurile de personalitate specifice celor care maltratează copiii, mecanismele și dispozițiile motivaționale care susțin asemenea forme de conduită, consecințele imediate și de perspectivă asupra sănătății fizice și psihice a copiilor supuși unui asemenea tratament.

Din cea de-a treia categorie se distinge în special *violența expusă prin intermediul televiziunii și presei*. Foarte multe cercetări efectuate au condus la concluzia că vizionarea scenelor și imaginilor cu violență este asociată cu comportamentul agresiv.

Au existat chiar și încercări de a scoate în evidență procesele care explică modul în care *violența expusă de mass-media stimulează creșterea agresivității* (Baron și Byrne, 1991). Acestea ar fi următoarele:

• *expunerea la violență slăbește inhibițiile spectatorilor privind angajarea în asemenea comportamente*. Raționamentul ar fi: „dacă aceste persoane pot să facă, atunci pot și eu“;

• *expunerea la violență oferă privitorilor noi tehnici de a-i ataca și vătăma pe alții*. Și asemenea comportamente odată achiziționate tind să fie utilizate în contexte potrivite;

• *urmărirea altor persoane, angajate în acțiuni agresive, poate influența cunoștințele privitorilor în câteva moduri*: 1. asemenea materiale pot activa gândurile și imaginile agresive, acestea fiind disponibile în sistemul cognitiv al privitorului; 2. expunerea la filme și emisiuni de televiziune agresive pot întări și activa scenariile referitoare la agresivitate – idei despre ce evenimente s-ar putea întâmpla sau sunt potrivite într-un mediu dat;

• *expunerea continuă la violență prin mass-media poate reduce sensibilitatea emoțională la violență și la consecințele sale*.



4.8. Modalități de prevenire și reducerea a agresivității

Agresivitatea nu este un răspuns automat, programat, de aceea ea poate fi prevenită sau cel puțin redusă. Sunt cunoscute deja unele căi propuse.

a) **Catharzisul** (una dintre cele mai vechi), legat de așa-numitul „*model hidraulic*“ (energia agresivă acumulată ca urmare a impulsurilor instinctuale sau a frustrării resimte nevoia descărcării); trebuie găsite însă modalitățile de descărcare a tensiunii emoționale și de reducere a pornirii către conduita agresivă. Cel mai frecvent întâlnite par a fi următoarele:

- consumarea tendinței agresive la nivelul imaginarului, al fanteziilor (teorie dezvoltată de S.Freud);

- angajarea în acțiuni violente efective, dar fără consecințe antisociale: practicarea unor sporturi, agresivitate față de obiecte neînsuflețite (idee anticipată deja de Platon).

Cercetările experimentale mai noi au condus însă, după cum s-a mai menționat, la concluzia cvasigeneralizată potrivit căreia modalitățile de substituie a comportamentului agresiv nu conduc la o reducere a violenței, ci dimpotrivă la o potențare și o intensificare a ei.

b) **Pedepasa**, care este folosită din cele mai vechi timpuri și în cele mai diverse forme. De cele mai multe ori, ea se aplică în urma manifestării agresivității, în vederea sancționării acesteia și, totodată, cu intenția clară de a preveni repetarea actelor de violență. Pedepsele pot fi instituționalizate (cum ar fi cazul sancțiunilor juridice) și neinstituționalizate (cum ar fi cele din cadrul familiei).



După unii autori, pentru ca pedepsa să fie eficientă, trebuie să fie îndeplinite câteva condiții și anume:

- *pedepsa trebuie să fie promptă* – trebuie să urmeze cât mai repede posibil agresivității;
- *trebuie să fie intensă* – adică să aibă o magnitudine suficientă pentru a fi adversativă pentru cei care ar putea să o primească;
- *trebuie să fie probabilă* – probabilitatea ca ea să urmeze acțiunile agresive trebuie să fie destul de mare.

c) Reducerea efectelor învățării sociale.

Pentru a preveni imitarea și învățarea comportamentului agresiv, trebuie evitat pe cât posibil contactul copilului cu modelele de conduită agresivă. De asemenea, în munca educativă trebuie insistat pe direcția realizării unor „frâne agresivo-inhibitive“ care să-l ferească pe subiect din interior de angajarea în confruntări de natură agresivă. Un obiectiv central al muncii educative îl constituie formarea unui model de tip „conduită amânată“ care în urma raționalizării situației conflictuale, a efectelor și consecințelor posibile îl ajută pe subiect să nu dea curs imediat oricărei provocări de natură agresivă. Desigur, munca educativă desfășurată atent și temeinic conduce la formarea mai generală a unor deprinderi și abilități de raportare și comunicare interpersonală și socială, la formarea unor capacități empatică și a unor aptitudini pentru parteneriat, toate acestea funcționând la rândul lor ca mijloace de frânare și de reducere a tendințelor de adoptare a comportamentului agresiv.

d) **Alte tehnici pentru reducerea agresivității** sunt menționate de către Baron (1983):

- *expunerea la modele nonagresive*; persoanele expuse la asemenea modele au demonstrat mai târziu niveluri mai scăzute ale agresivității, chiar dacă erau provocate;



Salvarea de la înec, model nonagresiv

- *formarea unor deprinderi sociale pozitive*, cu ajutorul cărora să-și exprime dorințele față de alții, să se autoexprime și să manifeste sensibilitate față de stările emoționale ale altora;

- *răspunsuri incompatibile*: starea afectivă pozitivă ca mijloc de reducere a supărării; această tehnică se bazează pe principiul: este imposibil să te angajezi în două răspunsuri incompatibile sau să trăiești simultan două stări emoționale incompatibile. Concret, când unor persoane supărate li se induc reacții sau stări emoționale incompatibile cu supărarea sau agresivitatea (de exemplu, empatie, umor etc.), acestea vor arăta niveluri reduse ale agresivității.

APLICAȚII

1. Cercetările de psihologie socială arată că oamenii nu-s mai puțin dispuși să-i ridice de pe trotuar pe cei doborâți de băutură, să-i însoțească pe nevăzători, să-i sprijine pe cei oribil mutilați.

Care credeți că ar putea fi explicația? Dintre cele trei teorii ale comportamentului de ajutorare prezentate, care credeți că se potrivește cel mai bine? Explicați de ce.

2. În 1964, o tânără a fost omorâtă în stradă sub privirea a 73 de persoane. Nimeni nu a intervenit, nu a dat telefon la poliție, deși privea scena de la ferestrele apartamentelor. Cum explicați acest fenomen aparent inexplicabil?

3. Dacă ați avea putere de decizie, ce tipuri de emisiuni de televiziune ați recomanda pentru tineri? De ce?

4. Dați exemple de comportamente agresive valorizate de societate.

5. Prezentați argumente în baza cărora practicarea unor sporturi devine un mijloc de reducere a agresivității.

6. Prezentați argumente în baza cărora să demonstrați că agresivitatea și violența sunt înlăturate prin adoptarea „conduitei amânate“.

7. Ce ar trebui să facă școala pentru reducerea agresivității și violenței?

8. Un om se deplasează cu mașina, el afirmând că întotdeauna ajută pe oricine se află în nevoie. La o cotitură, cineva îi face semn să oprească, dar el nu răspunde, spunând ulterior că a procedat așa de teamă să nu fie păcălit de un răufăcător. A aflat apoi că persoana respectivă a decedat datorită lipsei de ajutor.

Ce putem spune despre atitudinile lui sociale?

9. De câte ori făcea ceva rău nepotul său, bunicul bătea un cui într-o ușă de lemn. Când s-a umplut ușa, bunicul i-a arătat-o nepotului, acesta promițând rușinat că va face de acum înainte numai lucruri bune. Bunicul i-a promis că pentru fiecare faptă bună va scoate câte un cui. Când au fost scoase toate cuiele, nepotul a exclamat în culmea fericirii: „Vezi, bunicule, nu mai este nici un cui!“ Și atunci bunicul i-a răspuns: „Da, într-adevăr, nu mai este nici un cui, dar au rămas găurile...“

Încercați să surprindeți tâlcul spuselor bunicului.

CUPRINS

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

