Psihologie generală

Suport curs

Psihicul

- Psihicul, sistemul psihic uman (SPU, P.P. Neveanu) se manifesta prin procese psihice (gândire, memorie, afectivitate etc.), prin stări psihice (starea de conștiență sau de inconștiență, buna sau proasta dispoziție etc.) și prin însușiri psihice (însușiri temperamentale, caracter, nivel de creativitate etc.). La omul concret psihicul este chiar personalitatea sa, care se formează, se dezvoltă și se manifestă în societate prin relațiile interpersonale.
- Psihicul este o modalitate prin care omul există ca ființă în același timp biologică și socială, deci ca ființă biosocială iar ca ființă bio-psiho-socială, omul este personalitate.
- Obiectul de studiu al psihologiei este psihicul omului ca ființă bio-psiho-socială.

Procese psihice senzoriale

- Senzația
- Percepția
- Reprezentarea

Senzația

- **Definirea și caracterizarea generală a senzațiilor**

- Senzațiile sunt procese psihice senzoriale elementare de cunoaștere a însușirilor concrete, luate separat, ale obiectelor, când acestea stimulează receptorul unul singur organ de simț.
- Termenul senzație denumește procesul de semnalizare prin simțuri și, în același timp, rezultatul acestui proces, adică **imaginea primară a însușirilor concrete ale obiectelor**. De exemplu, senzație de acru, senzație de roșu etc.
- Orice obiect este o sinteza de mai multe însușiri concrete, iar **senzațiile reflectă astfel de însușiri separate**.
- De exemplu, zăpada are însușirile concrete “albă”, “rece”, “moale”. Ochiul ne dă doar senzația de alb.

Modalități senzoriale, tipuri de senzații

- Vizuale
  - Formare: unde electromagnetice cu lungimi 390-80 milimicroni
  - Proprietăți ale culorilor
  1. Luminozitate
  2. Tonalitate cromatică
  3. Saturația
- Auditive
  - Formare: vibrații ale obiectelor cu frecvențe 16 hz-20khz/s
  - Proprietăți ale undelor sonore:
    1. Amplitudinea
    2. Frecvența
    3. Forma sau timbrul
- Cutanate
  - Tactile
  - Termice
- Olfactive
- Gustative
- Interne
- Echilibru
- Kinestezice, de mișcare

Formarea senzației. Mecanismele neurofiziologice ale senzațiilor

- Organul morfofiziologic de realizare a senzațiilor se numește analizator (aproximativ echivalent cu termenul de "organ de simț"). Potrivit cercetarilor realizate, acesta este alcatuit din urmatoarele verigi funcționale:
- 1. receptor,
- 2. cale aferenta,
- 3. componenta cerebrala și
- 4. calea eferenta (conexiunea inversa).

Receptorul reprezinta segmentul periferic al analizatorului, fiind a1catuit din numeroase celule senzoriale a caror destinație este sa transforme acțiunea stimuli lor (fizici sau chimici) in semnale nervoase.

Celulele receptoare (aprox. 400 mil.) sunt specializate pentru anumite forme de energie (stimulii adecvați sau specifici) fața de care manifesta o mare sensibilitate. Aceasta specificitate a receptorilor este insa prezenta numai la "intrare" (spre exterior), la "ieșire" (spre fibrele nervoase senzoriale) ei trimițand semnale identice pentru intreaga rețea nervoasa. Din punctul de vedere al particularitatilor functionale, receptorii sunt determinati genetic.

Sub actiunea stimulului adecvat, in celula senzitiva ia naștere un potential electtic numit "potential receptor", proportional cu intensitatea stimulului, asigurand oglindirea fidela a parametrilor stimulului.

Receptorii transforma practic informatia continuta de stimul intr-o informație semnificativa pentru organism.

- **Calea aferentă,** care reprezinta sectorul intermediar, alcatuit din celule și fibre nervoase care transporta "influxul nervos" spre centrii superiori.
- Acest traseu nu este continuu, ci prezinta mai multe intreruperi sinaptice (la diferite etaje al.e sistemului nervos central), de la un nivel la altul avand loc o prelucrare succesiva tot mai complexa a semnalelor nervoase in așa fel incat ele sunt filtrate tot mai sever.
- La nivelul cortexului ajung numai semnalele cele mai informative, cele care necesita interventia celor mai complexe mecanisme cerebrale, celelalte fiind prelucrate pe nivelurile inferioare (se considera ca, de la toti receptorii, pleaca in medie o cantitate de informatie de 100 mil. biti/secunda, cortexul fiind capabil sa opereze cu 100 biți/secunda).

- **Zona centrala (componenta cerebrală).**
- Functiile de cunoaștere (inclusiv cele senzoriale) sunt indeplinite de blocul cerebral de "percepere, prelucrare și stocare a informatiei", care ocupa jumătatea posterioara a scoartei cerebrale.
- Caile senzitive apartinand analizatorilor exteroceptivi (și partial celor interoceptivi) se termina in zonele primare (de proiectie), in aceste zone constituindu-se așa-numitele "matrici interpretative" care decodeaza informatia senzoriala sosita pe caile ascendente.
- Pe plan subiectiv este vorba de "trairea" senzațiilor care reflecta diferitele proprietati ale obiectelor și fenomenelor.

- **Calea eferentă**
- Analizatorul este un sistem complex cu autoreglare.
- Receptorii sunt in permanența activi, sub influenta semnalelor de comanda sosite de la nivelurile superioare, inclusiv scoarta cerebrala, ei modificandu-și starea functionala in functie de necesitatile și interesele organismului la un moment dat.
- In concluzie, se poate afirma ca senzațiile nu sunt imagini care oglindesc in mod pasiv actiunea stimuli lor din lumea reala. Informatiile senzoriale, precum toate celelalte forme ale informației psihice, sunt rezultatul interacțiunii.

Legi ale sensibilității

- **Legea pragului absolut minim**
- **Legea pragului absolut maxim**
- **Legea pragului diferențial**
- **Legea proporționalității inverse**
- **Legea adaptării**
- **Legea contrastului senzorial**
- **Legea semnificației**
- **Legea sinesteziei**
- In realizarea unei senzatii sunt implicate toate legile sensibilitatii.

- **Legea pragului absolut minim**
- Pragul absolut minim este valoarea minimă necesară a stimulului pentru a produce o senzație specifică.
- De exemplu, pentru a produce o senzație vizuala, pragul este 2-3 cuante; pentru auz, pragul este 16-20 cicli pe secundă.
- **Legea pragului absolut maxim**
- Pragul absolut maxim este valoarea maximă a stimulului permisă de funcționarea organului de simț.
- Dincolo de pragul maxim, nu se mai produce o senzație specifica, ci senzația de durere. Senzațiile de durere au rolul de a proteja organismul față de stimulii primejdioși pentru viață, pentru integritatea organismului. De exemplu, știut fiind că lepra distruge sensibilitatea la părțile afectate, în spitalele pentru leproși, bolnavii trebuie supravegheați foarte atent căci pot să se mutileze datorită unor arsuri, tăieturi etc. la picioare, la mâini. El nu mai au senzații de durere.

- **Legea pragului diferențial**
- Pragul diferențial este valoarea cu care trebuie să varieze în plus sau în minus un stimul pentru a produce o senzație deosebită.
- De exemplu, ce diferență de înălțime este necesara între doua sunete pentru ca persoana respectiva să sesizeze ca sunt diferite, că nu aude același sunet?
- Oamenii se deosebesc între el în ceea ce privește sensibilitatea diferențială. Muzicienii au un prag diferențial auditiv scăzut, deci o sensibilitate diferențială auditiva înaltă (mare). Pictorii au o foarte înaltă sensibilitate diferențială vizuală.
- O persoană cu sensibilitatea diferențiala auditivă scăzută are dificultăți în învățarea vorbirii și scrierii.
- **Legea proporționalității inverse pot**rivit careia daca sensibilitatea este ridicata, atunci intensitatea fizica a stimulului, necesara pentru a determina o senzatie, este mai mica și invers;

- **Legea adaptării** contribuie la modificarea sensibilitatii in *sens ascendent* (sensibilitatea crește atunci cand actioneaza frecvent un stimul de intensitate mica) și *descendent* (sensibilitatea scade atunci ciind actioneaza frecvent un stimul de intensitate mare).
- **Legea contrastului senzorial** pune in evidenta nivelul sensibilitatii atunci cand actioneaza doi stimuli specifici in același timp. Exista un *contrast succesiv* și un *contrast simultan* (evident mai ales in cazul culorilor; eel mai bun contrast este galben și negru).
- **Legea semnificației** exprima relatia existenta intre nivelul sensibilitatii și proprietatile stimulilor in raport cu starile de necesitate și cu scopul activitatii desfîșurate. Astfel, daca exista o *relatie de concordanta,* sensibilitatea fata de stimul crește, iar *in caz de neconcordanta* (indiferenta), sensibilitatea scade.
- **Legea sinesteziei** se bazeaza pe interactiunea functionala a analizatorilor, evidentiind transferul de la un analizator la altul (stimularea unui analizator determina efecte senzoriale ale altui analizator chiar daca. acesta nu a fost direct stimulat).

PERCEPȚIA

- Percepția este procesul psihic senzorial prin care cunoaștem obiectul, **în totalitatea însușirilor concrete**, când acestea acționează asupra organelor de simț.

Fazele procesului perceptiv

- **Detecția.** Se sesizează prezența obiectului în câmpul perceptiv. Pentru a fi detectat obiectul, este necesar să se depășească pragul minim absolut.
- **Discriminarea.** Obiectul este diferențiat de altele din câmpul perceptiv. Pentru discriminarea obiectului, condiția este de a fi depășit pragul diferențial minim.
- **Identificarea** consta în recunoașterea obiectului. În această fază, au importanță mare experiența trecută de cunoaștere și limbajul.
- **Interpretarea.** Se dă semnificație obiectului.
- Percepția ne oferă cunoștințe verificabile, iar noile experiențe perceptive se integrează în cele trecute. Ea trebuie sa fie adevărată, dar **nu este o reflectare ca în oglindă**, ci răspunde trebuințelor fiecărui individ.

Legi ale percepției

- **Legea selectivității procesului perceptiv**
- **Legea integralității imaginii perceptive**
- **Legea constanței perceptive**
- **Legea proiectivității imaginii perceptive**
- **Legea semnificației**
- **Legea structuralității imaginii perceptive**

- 1.Legea integralitatii perceptiei(se refera la faptul ca imaginea obiectului este unitara si integrala,cuprinzand atat insusirile principale, cat si pe cele de detaliu si de context)
- 2.Legea structuralitatii perceptive(-consta in faptul ca imaginea perceptiva este organizata ierarhic,iar explorarea eficienta a unui obiect se face urmarindu-se punctele de maxima comcentrare informationala.Astfel, insusirile cele mai importante ocupa primul plan,iar celelalte un plan secund.)
- 3.Legea selectivitatii perceptive(asupra omului actioneaza o multitudine de stimuli externi, foarte variati, fiind o fiinta activa,acesta selecteaza din realitate exterioara acei stimuli care sunt in legatura cu activitatea sa.
- 4.Legea constantei perceptive(-constanta marimii, constanta formei,constanta culorii)
- 5.Legea semnificatiei(se refera la faptul ca tot ceea ce are semnificatie deosebita pt subiect este selectat cu mai mare usurinta din campul sau perceptiv)
- 6.Legea proiectivitatii imaginii perceptive(se refera la faptul ca neurofunctional imaginea se proiecteaza la nivel cortical, iar psihologic proiectia se realizeaza la nivelul obiectului.)

Forme complexe ale percepției

- **Percepția spațiului**
- **Percepția timpului**
- **Percepția mișcării**
- **Percepția interpersonală**
- **Observația și spiritul de observație**
  - **Observația**
  - **Spiritul de observație**
- **Învățarea perceptivă**

REPREZENTAREA

- *procese psihice senzoriale congnitive care reflecta insusiri concrete si caracteristice ale obiectelor si fenomenelor realitatii (ABSENTE), sub forma imaginilor unitare dar schematice, in conditiile absentei actiunii directe a stimulilor asupra analizatorilor.*
- ***Clasificarea reprezentarilor:***
- ***1.****Dupa analizatorul dominant:-reprezentare vizuala*(imi amintesc tabla …), *reprezentare auditiva, olfactiva, gustativa, cutanata.*
- ***2.****Dupa modul de generalizare:*
- *-reprezentare individuala* (semnificativa pt mine)
- *-reprezentare generala* (semnificativa pt o clasa de obiecte si fenomene)
- ***3.****Dupa nivelul operatiilor implicate in formarea lor:*
- *-imagini reproductive* (-gandire-limbaj-memorie:-imi amintesc ca…)
- *-imagini anticipative* (-gandire-limbaj-imaginatie:-,ma gandesc ca…)

Proprietățile reprezentării

- a) *claritatea sau pregnanţa*, în funcţie de care distingem reprezentări intense sau vii şi reprezentări pasive sau şterse;
- b) *completitudinea*, pe baza căreia delimităm reprezentări bogate, care tind să se suprapună peste imaginile perceptive, şi reprezentări sărace sau lacunare (în principiu, imaginea-reprezentare este mai săracă, mai rezumativă decât imaginea-perceptivă);
- c) *relevanţa sau semnificaţia*, care permite delimitarea reprezentărilor relevante, în care se selectează şi se reţin notele cele mai caracteristice şi semnificative ale obiectului, şi reprezentări derizorii, care conţin note accidentale, nesemnificative (de regulă, reprezentarea reflectă în mai mare măsură semnificativul, relevantul, caracteristicul decât percepţia);

- d) *gradul de generalitate*, după care distingem reprezentări individuale, care reflectă obiecte concrete singulare (o anumită persoană, o anumită casă, un anumit obiect, etc.) şi reprezentări generale, care reflectă prototipul unei clase de obiecte asemănătoare (reprezentarea de casă în general, de om, în general, de copac, în general); de regulă, imaginea-reprezentare are un grad de generalitate mai înalt decât perceptul;
- e) *caracterul mijlocit*, care constă în aceea că elementele inormaţionale constitutive ale imaginii-reprezentare sunt furnizate de senzaţii şi percepţii;
- f) *caracterul panoramic*, care rezidă în transformarea seriilor şi succesiunilor de dimensiuni (însuşiri) care se etalează în percepţie în configuraţii simultane.

Gândirea

- Gândirea este procesul psihic de cunoaştere cel mai complex şi calitativ cel mai înalt. Ea permite omului reflectarea şi luarea în stăpânire mintală a generalului, esenţialului şi necesarului din realitatea externă.
- Spre deosebire de percepţie, care este legată strict de prezent, *hic et nunc*, gândirea se organizează ca activitate intelectuală multifazică, întinzându-se pe toate cele trei coordonate temporale: prezent, trecut, viitor. Ea realizează o permanentă corelare între diverse momente şi stări ale „obiectului”: foloseşte informaţia despre trecutul obiectului pentru a explica prezentul lui; integrează informaţia despre trecutul şi prezentul obiectului pentru a determina (prevedea) starea lui în viitor.

- Gândirea conferă activităţii de cunoaştere atributele abstractizării, predicţiei, anticipării, teoretizării.
- Fiind un proces şi o structură multidimensională de maximă complexitate, gândirea poate fi descrisă şi definită din unghiuri diferite: cognitiv-procesual, structural-operaţional, structural-informaţional.
- Din punct de vedere cognitiv-procesual, gândirea este activitatea intelectuală discursivă de prelucrare criterial-logică a informaţiilor furnizate de percepţie sau memorie, în vederea înţelegerii, explicării şi interpretării fenomenelor din univers (natură şi societate), a rezolvării diferitelor tipuri de situaţii problematice, a elaborării diferitelor proiecte şi planuri de activitate creatoare, a elaborării şi adoptării deciziilor optime de acţiune.

- Din punct de vedere structural-operaţional, gândirea este un sistem ordonat de operaţii sau de transformări care se aplică unei situaţii iniţiale (A0) pentru aducerea ei într-o stare finală (scop) (A*), ce reprezintă un răspuns, un rezultat sau o soluţie.
- În lumina acestei definiţii, gândirea ne dezvăluie o anumită organizare dinamică internă, în cadrul căreia vom identifica două tipuri mari de operaţii: *generale* şi *particulare* (specifice).

- Operaţiile generale sunt: *analiza, sinteza, abstractizarea, concretizarea*.
- Analiza constă în descompunerea pe plan mintal, a obiectului în părţi componente pentru dezvăluirea şi descrierea-explicarea structurii lui interne;
- sinteza este operaţia inversă, de reconstituire, pe plan mintal a obiectului, extrăgându-se şi reţinându-se informaţia esenţială despre structura lui internă. Rezultatul unei sinteze poate deveni „obiect” pentru o nouă analiză (analiza prin sinteză); bstractizarea rezidă în selectarea-reţinerea elementelor şi însuşirilor esenţiale şi lăsarea în afară a celor neesenţiale, secundare;
- generalizarea este operaţia de extindere a unor însuşiri sau relaţii extrase prin abstractizare la toate obiectele care fac parte din aceeaşi clasă;
- concretizarea este o operaţie de aplicare a principiilor şi legilor generale la analiza şi interpretarea cazurilor şi situaţiilor particulare.

- Operaţiile particulare (specifice) sunt cele care se formează şi se utilizează în interiorul diferitelor ştiinţe: matematică, fizică, chimie, biologie, psihologie, sociologie etc.
- Operaţiile gândirii au caracter *formal*, în sensul că se aplică unor constructe ideale, simbolice, desprinse de suportul obiectual concret, şi *reversibil*, în sensul că pentru orice transformare există una inversă sau opusă, a cărei aplicare duce la revenirea la situaţia sau starea iniţială.

- Din punct de vedere structural-informaţional, gândirea trebuie definită ca un sistem de noţiuni noi, organizat după criteriile esenţialităţii şi generalităţii.
- Noţiunea devine în acest caz unitatea structurală a bază a gândirii. Noţiunile pot fi empirice, reflectând însuşiri neesenţiale, desprinse în cadrul cunoaşterii comune, al experienţei cotidiene, şi ştiinţifice, reflectând însuşiri esenţiale desprinse în cadrul cunoaşterii ştiinţifice.
- După sfera de cuprindere, se delimitează: noţiuni individuale, care se raportează la obiecte singulare, luate separat, noţiuni particulare, care reflectă însuşiri comune unor grupe de obiecte şi noţiuni generale, categoriale care cuprind însuşirile esenţiale comune mai multor clase de obiecte sau tuturor obiectelor (ex. noţiunea de „existenţă”).

- Un nivel superior la integrare a conţinuturilor informaţionale (respectiv, a noţiunilor) este judecata. Aceasta afirmă sau neagă ceva despre altceva suportând testul adevărului. Orice judecată este adevărată sau falsă, după cum conţinutul ei corespunde sau nu realităţii.
- La rândul lor, constructele informaţionale ale judecăţilor se integrează în structuri informaţionale şi mai complexe de tipul raţionamentelor. În raţionament se surprinde discursivitatea gândirii, mişcarea ei de la anumite date sau judecăţi iniţiale către un anumit rezultat final (o concluzie) în care să apară informaţii sau adevăruri noi.

- Raţionamentul se realizează în trei forme principale: *inductivă*, în care, pornindu-se de la judecăţi individuale, particulare se ajunge la o concluzie generală, deductivă, în care se porneşte de la general, particular şi se merge spre particular, individual, şi analogică, în care se compară două obiecte pentru a li se pune în evidenţă, asemănările, ceea ce au în comun.

- **Formele gândirii**.
- Gândirea se diferenţiază pe plan operaţional şi informaţional, îmbrăcând mai multe forme:
- a) *în plan operaţional* distingem: 1) *gândirea algoritmică* şi 2) *gândirea euristică* şi, de asemenea: 1) *gândirea convergentă* şi 2) *gândirea divergentă*.
- *Gândirea algoritmică* se caracterizează prin aceea că aplicarea unei anumite succesiuni de operaţii (transformări) duce în mod necesar la rezultatul scontat;
- *gândirea euristică* are un caracter explorator, se desfăşoară după principiul *încercare-eroare*, succesiunea de operaţii la găsirea soluţiei corecte;
- *gândirea convergentă* porneşte de la un număr mare de elemente, de date pentru a ajunge în final la un număr mic de elemente sau date (ea comprimă câmpul informaţional);
- *gândirea divergentă* porneşte de la un număr mic de elemente sau date şi ajunge în final la un ansamblu mare de elemente sau date (ea diversifică şi lărgeşte câmpul informaţional).

- b) *În plan informaţional*, se diferenţiază: 1) *gândirea intuitiv-concret*ă şi 2) *gândirea simbolic-abstract*ă.
- *Gândirea intuitiv-concret*ă se caracterizează prin predominarea *codificării figural-imagistice* a conţinuturilor informaţionale şi prin *dependenţa de suportul perceptiv*;
- *gândirea simbolic-abstract*ă se caracterizează prin predominarea *codificării informaţionale* şi prin *detaşarea de suportul perceptiv*.

Imaginatia

- Deşi nu întotdeauna i s-a recunoscut identitatea de sine, imaginaţia este un proces distinct de prelucrare şi utilizare a informaţiei.
- Pe de o parte, ea vine, în continuarea reprezentării, bazându-se pe memorie, pe de altă parte, ea deviază printr-o buclă traiectoria care începe spre gândire, ocupând astfel o poziţie aparte pe continuumul activităţii cognitive a omului.

- **Specificul imaginaţiei** ni se dezvăluie în următoarele elemente:
- 1) generarea de imagini noi, pornind fie de la fapte reale date în experienţa anterioară, fie crearea prin mecanisme proprii de imagini „pure”, fără legătură aparentă cu realul;
- 2) operarea cu imagini exclusiv în limitele memoriei şi ale fanteziei, realizându-se combinări, amplificări, reordonări, etc.;
- 3) o minimă originalitate a modului de operare cu datele iniţiale şi a produsului final;
- 4) caracterul convenţional, figurativ şi simbolistic al funcţiei designative a imaginilor elaborate. Imaginaţia este elementul central în structura creativităţii, ca dimensiune globală a personalităţii.

Formele imaginaţiei

- **după natura produsului**

1)imaginaţia reproductivă

2)imaginaţia creatoare; (voluntara sau involuntară)

- **după domeniul de aplicaţie**

1) imaginaţia artistică (literară, muzicală, plastică);

2) imaginaţia tehnică, exprimată în inovaţii şi invenţii;

3) imaginaţia ştiinţifică, exprimată în conceperea strategiilor şi proiectelor de cercetare, în elaborarea modelelor explicative etc.;

4) imaginaţia architectural-constructivă, exprimată în crearea unor forme şi stiluri noi de construcţii;

5) imaginaţia managerială, care constă în elaborarea celor mai ingenioase şi eficiente moduri de conducere şi administrare etc.

Procedeele imaginaţiei

- Ca activitate intelectuală finalistă, imaginaţia se sprijină pe o serie de procedee specifice, precum:
- 1) Schimbarea proporţiilor lucrurilor prin diminuarea sau amplificarea lor (ex. „Guliver în ţara piticilor”, „Flămânzilă”, „Setilă” etc.);
- 2) Amalgamarea – combinarea de elemente şi trăsături esenţiale luate de la lucruri diferite (ex. Ducipalul lui Al. Macedon);
- 3) Schimbarea raporturilor cauzale (ex. un piepten aruncat de Făt-Frumos duce la apariţia unei păduri);
- 4) Substituţia (înlocuirea unor elemente cu altele, a unor obiecte cu altele);
- 5) Schematizarea (redarea unor fenomene, procese relaţii printr-o schemă);
- 6) Tipizarea (redarea unei trăsături generale printr-un prototip individual: avariţia întruchipată de Hagi Tudose);

Memoria

- *procesul psihic cognitiv de intiparire, pastrare, si reactualizare a informatiilor*
- Ca şi alte procese psihice, memoria se poate realiza la niveluri integrative diferite şi în forme diferite.
- După prezenţa intenţiei şi contextului voluntar, se disting:

1) memoria involuntară (absenţa intenţiei şi a scopului de a reţine, păstra şi reactualiza un fapt, o informaţie etc.) şi

2) memoria voluntară (prezenţa intenţiei şi a scopului);

- după gradul de înţelegere a celor memorate, se diferenţiază:

1) memoria mecanică şi

2) memoria logică;

- după durata păstrării celor achiziţionate, au fost identificate:

1) memoria de scurtă durată, pentru care limita superioară a păstrării este de trei minute, şi

2) memoria de lungă durată, pentru care limita superioară a păstrării echivalează cu durata vieţii individului;

- după conţinut, se delimitează:

1) memoria informaţional-cognitivă, prin care se achiziţionează, se păstrează şi se actualizează toate cunoştinţele noastre despre lume şi despre noi înşine,

2) memoria afectivă, care realizează păstrarea şi evocarea întregii experienţe emoţionale, plăcute sau neplăcute, şi care se integrează în dispoziţia generală de fond,

3) memoria motivaţională, legată de păstrarea trebuinţelor primare înnăscute şi a celor secundare, dobândite;

4) memoria motorie, care asigură păstrarea şi actualizarea schemelor mişcărilor obiectuale şi instrumentale care alcătuiesc praxia;

- după canalele senzoriale implicate în recepţionarea şi integrarea informaţiei, se diferenţiază:
- 1) memoria vizuală,
- 2) memoria auditivă,
- 3) memoria tactilă,
- 4) memoria olfactivă,
- 5) memoria gustativă şi
- 6) memoria kinestezică.
- În sfârşit, pe lângă o **memorie *evocativă***, prin care aducem trecutul în actualitate şi-l integrăm în activitatea şi comportamentul cotidian, trebuie admisă existenţa şi a unei **memorii *prospective***, de fixare, păstrare şi conectare la prezent a evenimentelor şi acţiunilor ce urmează să se producă în viitor. Această formă de memorie maximal dezvoltată la om face posibilă programarea, planificarea şi anticiparea în reglarea comportamentului.

- ***<u>Caracteristicile memoriei:</u>***
- ***-1-****activa*(prelucrare de informatii)
- ***-2-****situationala*(cand participam la un conflict)
- ***-3-****selectiva*(nu retinem si nu ne reamintim totul)
- ***-4-****relativ fidela*(amintirile prezinta deosebiri mai mici sau mai mari fata de datele percepute initial)
- **-5-***mijlocita*(asociem ceva nou cu ceva bine-cunoscut care ne inlesneste reamintirea)
- ***-6-****inteligibila*(intelegerea clara a unui text ajuta foarte mult la invatarea lui)

- **Procesele si formele memoriei**
- *Memoria cuprinde mai multe etape:*
- -*intiparirea* materialului(memorarea)
- -*pastrarea*
- -dupa caz, *reactualizarea* informatiilor respective
- ***1.Memorarea***(intiparirea,fixarea)
- -*memorarea involuntara*=cand retinem fara sa vrem,fara efort;
- -*memorarea voluntara*=cand ne propunem sa tinem minte, si sa facem eforturi necesare;
- -*memorarea mecanica*=simpla repetare a materialului, fara interventia gandirii, fara stabilirea de; legaturi logice
- -*memorare logica*=intelegerea; duce la progresul nostru intelectual.
- ***2.Pastrarea***, conservarea informatiilor.*Retinem ceea ce a fost memorat.*
- ***3.Reactualizarea*** informatiilor=se realizeaza prin recunoasterea unor persoane,obiecte, sau a unui text, si uneori prin posibilitatea de a rerda ceea ce a fost perceput sau a reproduce textul invatat.

- *Uitarea* este un fenomen opus memoriei şi constă în ştergerea sau scăderea sub pragul de actualizare a informaţiilor, experienţelor, amintirilor de un gen sau altul.
- Ea are atât o latură pozitivă, cât şi una negativă.
- Latura pozitivă rezidă în aceea că ne ajută să ne debarasăm de informaţii şi date nesemnificative şi inutile, lăsând locul liber pentru achiziţionarea altora mai importante;
- latura negativă constă în blocarea sau eliminarea din fluxul actual al conştiinţei a unor informaţii şi date importante şi necesare pentru finalizarea optimă a unei activităţi.

- Dinamica uitării depinde de natura şi caracterul materialului memorat.

Astfel,

- uitarea se produce mai rapid şi în raţii mai mari în cazul unui **material fără sens** (ex. silabe, cuvinte fără înţeles) decât în cazul materialului cu sens;
- se produce mai repede şi mai intens în cazul unui **material neorganizat**, fragmentat, decât în cazul unui material bine sistematizat şi organizat logic;
- se produce mai repede şi mai intens în cazul unui **material lipsit de semnificaţie** pentru noi, decât în cazul unui material cu semnificaţie mare.

- ***Memorie si uitare***
- ***1.Uitare totala***(cand nu ne mai amintim nimic)
- ***2.Recunoasteri si reproduceri partiale***
- ***3.Lapsusul***(uitarea momentana,cihar in momentul cand ne este necesara)
- ***Cauze ale uitarii:***
- *-oboseala*
- *-anxietatea*
- *-proasta organizare a cunostintelor*
- *-insuficienta efortului de invatare*
- *Repetitia esalonata*(cu pauze intre lecturi) da rezultate mai bune decat cea fara pauze.Intervalul optim fiind intre 5 min si 24 ore.
- Eficienta este *repetarea activa*, bazata pe aprofundarea intelesului si pe incercari de reproducere cu cuvintele proprii.

- Uitarea nu acţionează ca o fatalitate decât în cazuri patologice, de amnezie totală. În mod normal, ea poate fi ţinută sub control, determinând-o să acţioneze selectiv. Cerinţa principală pentru stabilirea efectului negativ al uitării constă în activarea şi întărirea (consolidarea) periodică a celor pe care le apreciem ca fiind importante şi necesare în activitatea noastră viitoare.

PROCESELE DE ENERGIZARE, POTENŢARE, DIRECŢIONARE A COMPORTAMENTULUI

- **Motivaţia**
- *procesul psihic reglator care activeaza, declanseaza, stimuleaza si sustine energetic activitatea. Este cauza interna a comportamentului.*
- *Trebuinetele*=deficite de ordin biologic si psihologic.

TREBUINTE-favorizate de valente(atractii*):-impulsuri*

-intentii

-tendinte

- ***Functiile:****-de semnalizare, -declansare,-autoreglarea conduitei*.
-

- Prin termenul de motivaţie se desemnează un întreg ansamblu de „entităţi” psihice care reflectă oscilaţiile, disonanţele şi deficitele care apar în cadrul diferitelor componente ale sistemului personalităţii, determinând subiectul să acţioneze în direcţia înlăturării lor şi restabilirii echilibrului.
- Luată global, motivaţia reprezintă, aşadar, forţa motrice internă a comportamentului şi activităţii, conferindu-ne caracterul de fiinţe active şi relativ autonome.
- Orice act comportamental integrat are o anumită bază motivaţională, iar motivaţia devine o lege generală de organizare a comportamentului.

- Elementul central al structurii motivaţionale este *trebuinţa*.
- Aceasta exprimă nevoia puternic consolidată de ceva anume: hrană, apă, aer, odihnă, mişcare, adăpost, informaţie, frumos etc. Nesatisfacerea îndelungată a unei trebuinţe duce la perturbări majore ale echilibrului psihic al personalităţii. De aceea, trebuinţele, prin actualizare, generează cele mai puternice motive sau mobiluri de acţiune.
- Genetic, trebuinţele umane se împart în două grupe mari:
  - *primare* sau *înnăscute* (aici intrând, în primul rând, trebuinţele biologice şi fiziologice) şi
  - *secundare* sau *dobândite* (aici intrând trebuinţele de cunoaştere, trebuinţele estetice, trebuinţele religioase, trebuinţele morale).

- Luând drept criteriu urgenţa şi ordinea de satisfacere, A. Maslow a construit „piramida trebuinţelor”, larg acceptată în psihologie. În forma ei finală, piramida cuprinde 8 clase, care în ordine, de jos în sus, sunt următoarele:
- I trebuinţe biologice
- II trebuinţe de securitate
- III trebuinţe de afiliere socială
- IV trebuinţele Eului
- V trebuinţe de autorealizare
- VI trebuinţe de cunoaştere
- VII trebuinţe estetice
- VIII trebuinţe de concordanţă.

- Din analiza acestei piramide se degajă următoarele aspecte şi relaţii:
- 1) o trebuinţă este cu atât mai improbabilă, cu cât este mai continuu satisfăcută;
- 2) o trebuinţă nu apare ca motiv decât dacă cea anterioară ei a fost satisfăcută;
- 3) efectul perturbator al nesatisfacerii cronice a unei trebuinţe este cu atât mai mare, cu cât trebuinţa respectivă se situează mai aproape de baza piramidei;
- 4) activarea şi satisfacerea trebuinţelor se subordonează legii alternanţei – o trebuinţă o dată satisfăcută se retrage lăsând locul alteia.

- Pe lângă trebuinţe, în alcătuirea sferei motivaţionale a omului intră alte două componente: *interesele* şi *idealurile*.
- **Interesele** realizează legătura noastră selectivă şi relativ stabilă cu diferite aspecte ale realităţii şi domenii de activitate;
- **idealurile** reprezintă forţa de proiecţie şi propulsie a etaloanelor şi modelelor de devenire a propriei personalităţi.
- **După efectul în timp pe care îl are satisfacerea lor**, trebuinţele pot fi împărţite în
- **pozitive**, care contribuie la menţinerea echilibrului personalităţii sau la stimularea şi menţinerea proceselor de dezvoltare, şi
- **negative**, care determină degradări şi tulburări serioase ale tabloului psihocomportamental (ex. trebuinţe de alcool, trebuinţe de droguri etc.).

- ***<u>Modalitati si structuri ale motivatiei:</u>***
- ***1.Trebuintele***:-primare(biologice,functionale)
- -secundare(materiale,spirituale)
- ***2.Motivele***: mobile care declanseaza,orienteaza si sustin actiunea.Doua componente:una energizanta alta directionala.Stimuleaza la actiuni de optare, de cooperare, conflictuale.
- ***3.Interesele:*** personale-generale; profesionale-extraprofesionale; tehnice-stiintifice-artistice-sportive. Ele faciliteaza munca si dau satisfactii.
- ***4.Convingerile***=idei puternic ancorate afectiv, legate de aspiratii,sentimente,pot deveni „idei forta”
- ***5.Idealurile***=proiectii ale individului in sisteme de imagini si idei care ii ghideaza existenta.Se formeaza in cursul experientei.Trei elemente:-sensul vietii,-scopul vietii,-modul de viata.
- ***6.Conceptia despre lume si viata:-***cuprinde parerile despre om,natura, societate;-nu doar idei,ci convingeri;-reuneste cunostintele cu valorile.Sunt:-siintifice-naive;materialiste-idealiste; progresive-retrograde.

- ***Formele motivatiei:***
- *1.Motivatia pozitiva-negativa*
- *2.Motivatie intrinseca,-extrinseca*
- *3.Motivatie cognitiva-afectiva*
- ***Motivatie si performanta:*** relatia dintre ele depinde de complexitatea actiunii-cand e mica cresc in mod proportional, cand e mare,cresterea excesiva a motivatiei duce la scaderea performantei.
- ***Optimum motivational***-depinde de dificultatea sarcinii.
- -dificultatea apreciata corect=corespondentza intre performanta si motivatie
- -dificultatea apreciata incorect duce la:subestimare,sau supraestimare.De aceea e optima stimularea medie.
- ***Nivel de aspiratie***=gradul stimularii spre realizarea de progrese.Realizarea nivelului de satisfactii,e in raport cu posibilitatile fiecaruia. Ideal e ca nivelul de aspiratie sa fie putin peste posibilitatile actuale.

- Raportată la performanţa activităţii, motivaţia pune în evidenţă o anumită intensitate optimă – optimum motivaţional.
- În principiu, activităţile uşoare şi mai puţin atrăgătoare prin conţinutul lor reclamă o motivaţie mai puternică, iar cele dificile şi atractive prin conţinut reclamă o stare de motivaţie mai slabă.

Afectivitatea

- *procesul psihic reglator care reflecta relatiile dintre subiect si obiect pe baza de trairi, uneori atitudinale.*
- Sub denumirea de afectivitate se reuneşte un an ansamblu de structuri specifice, r**aportul de concordanţă sau discordanţă** dintre dinamica evenimentelor interne (stările proprii de motivaţie) şi dinamica evenimentelor externe (situaţiile, obiectele, persoanele din jur).
- Concordanta cauzeaza placere; contradictia-neplacere.
- Afectivitatea e in raport cu intregul organizm.Componenta bazala a psihicului, in relatie cu motivatia.

- Orice trăire şi componentă emoţională se caracterizează prin următoarele proprietăţi:
- 1) polaritatea (semn pozitiv – plăcere, relaxare, satisfacţie, bucurie, sau semn negativ – tensiune, insatisfacţie, repulsie, suferinţă);
- 2) intensitatea (încărcătura energetică pe care o antrenează cu sine trăirea emoţională; aceasta poate fi slabă, medie sau mare; intensitatea cea mai mare o au afectele);
- 3) durata sau stabilitatea (scurtă, medie, lungă; emoţiile sunt de durată scurtă, sentimentele sunt de durată lungă);
- 4) convertibilitatea (proprietatea structurilor afective de a-şi modifica semnul în timp: iubirea poate trece în ură, iar ura poate trece în iubire);
- 5) ambivalenţa (proprietatea unei structuri afective de a include concomitent trăiri de semn opus, pozitiv şi negativ, ex. gelozia).
- 6) convenționalizarea expresiilor

- **Genetic, se delimitează**
- emoţii primare, înnăscute (afectele: teama, frica, plăcerea, bucuria) şi
- emoţii secundare, dobândite (emoţiile estetice, sentimentele morale).
- **După gradul de complexitate, se diferenţiază**
- emoţiile simple (tonul emoţional care acompaniază procesele cognitive, trăirile de esenţă organică, stările de afect),
- emoţiile complexe (emoţiile situaţionale curente, emoţiile integrate activităţii – de joc, de învăţare etc.) şi
- structurile afective superioare (sentimente, pasiuni).

- Afectivitatea trebuie considerată o **componentă indispensabilă, necesară** a vieţii noastre psihice; ea conferă relaţiilor omului cu lumea un caracter activ şi selectiv.
- În funcţie de semnul dominant al organizării afectivităţii, tindem să ne apropiem şi să **ne integrăm în lume**, să stabilim şi să menţinem raporturi de comunicare şi cooperare cu cei din jur sau, dimpotrivă, să ne retragem şi să ne izolăm de lume.
- Fără emoţii, fără sentimente, existenţa umană ar deveni cenuşie, omul a fi un simplu **robot**, care nu ar face decât să reacţioneze mecanic la stimulii externi.
- Afectivitatea ne raportează nu numai la lumea externă, la celelalte persoane din jur, ci şi la propria persoană, fiecare din noi dezvoltând faţă de propriul Eu trăiri pozitive, de satisfacţie, de stimă, de acceptare, de mândrie de sine etc.
- Modul în care ne autopercepem şi ne autotrăim condiţionează modul în care ne relaţionăm cu ceilalţi.

- Afectivitatea **joacă un rol esenţial în activitate**, susţinând şi orientând, ca şi motivaţia, desfăşurarea ei. Pe fond de indiferenţă afectivă, performanţa în orice activitate este scăzută; la fel se întâmplă şi în cazul unor emoţii prea puternice (afecte); devine astfel justificată introducerea noţiunii de ***optimum emoţional*.** Aceasta exprimă intensitatea pe care trebuie s-o posede o trăire emoţională pentru a facilita finalizarea eficientă a activităţii.
- De aici decurge **necesitatea dezvoltării controlului voluntar asupra intensităţii trăirilor emoţionale**, pentru a nu le permite să ne dezorganizeze gândirea şi acţiunea.

- **Modul de structurare şi funcţionare a afectivităţii depinde nu numai de firea omului, de individualitatea lui, ci şi de regimul educaţional, de împrejurările de viaţă.**
- Astfel, o persoană emotivă din fire, prin exerciţii de voinţă şi suport adecvat din afară poate să ajungă să-şi controleze foarte bine emoţiile situaţionale prevenind instalarea timidităţii, după cum şi invers, o persoană din fire puţin sau deloc emotivă, într-un climat educaţional represiv şi în împrejurări de viaţă dure, dramatice poate deveni timorată, cu rezistenţă scăzută la acţiunea factorilor afectogeni.

Atenția – mecanism psihic de reglare

- nu posedă un conţinut informaţional propriu
- caracterizează toate procesele psihice de cunoaştere şi toate actele comportamentale finaliste, conştiente
- **Definire:** atenţia este mecanismul psihic prin intermediul căruia se potenţează şi se orientează selectiv activitatea perceptivă, activitatea mintală (de gândire) şi activitatea motorie externă, creându-se condiţii psihofiziologice optime de finalizare.

Proprietăți

- 1) *concentrarea*, care exprimă gradul de activare şi intensitatea focalizării conştiinţei şi controlului voluntar în cadrul percepţiei, gândirii şi acţiunii;
- 2) *distributivitatea*, care constă în concentrarea simultană a conştiinţei şi controlului voluntar asupra a două sau mai multor obiecte sau activităţi;
- 3) *stabilitatea*, proprietate a atenţiei de a se menţine la nivel optim de concentrare pe toată durata desfăşurării unei activităţi; opusă ei este instabilitatea, care are influenţă puternic perturbatoare atât asupra învăţării, cât şi asupra activităţii profesionale;
- 4) *mobilitatea*, proprietatea atenţiei de a-şi deplasa punctul optimei concentrări în concordanţă cu succesiunea evenimentelor şi secvenţelor activităţii; opusul ei este rigiditatea sau fixitatea – stagnarea atenţiei într-un punct.

- Concentrarea este o variabilă de personalitate. În general, persoanele cu temperament coleric și cele cu temperament flegmatic au o bună capacitate de concentrare comparativ cu sangvinicii și melancolicii. Ea depinde și de exercițiu, care duce la formarea deprinderii de a fi atent (atenție postvoluntară). Este recomandabil să se facă pauze în cursul activității, ca să se evite oboseala, care duce la fluctuații ale concentrării.
- Stabilitatea: Orice activitate de durată necesită stabilitatea atenției. Experimental, s-a constatat că stabilitatea poate să meargă până la 30 – 40 de minute dacă activitatea are un anumit grad de varietate.
- Mobilitatea este o variabilă temperamentala a personalității. În cazul celor cu o anumită inerție (flegmaticii, melancolicii), se poate obține o îmbunătățire a mobilității prin antrenament.
- Distributivitatea: S-a demonstrat experimental că atenția nu poate fi concentrată simultan asupra a mai mult de o singura activitate. Trebuie să se facă deosebire între “a fi atent” la două lucruri în același timp și “a face” două lucruri în același timp. Poți face două sau mai multe lucruri în același timp numai când doar o activitate cere atenție concentrată, iar celelalte sunt automatizate (sunt deprinderi) sau când diferite activități sunt integrate în una mai complexa.

- **Atenția involuntara**. Lipsește o intenție conștientizată de a fi atent.
- **Factori interni.**
- Țin de motivația subiectului: ce semnificație au obiectele respective.
- Trebuințe: de stimulare perceptivă
- **Factori externi și atenției involuntare:**
- imaginea atrage atenția mai repede decât textul imaginile care înfățișează oameni atrag atenția mai, repede decât cele care înfățișează obiecte);
- muzica atrage atenția mai repede decât narațiunea;
- secvențele cu ritm sincopat rețin atenția mai mult decât cele lente;
- stimulii intenși atrag atenția mai mult decât cei slabi; (de exemplu, în text, ceea ce este scrisa cu litere mari sau colorate); contrastul față de fond atrage atenția (contrast de culoare, de mărime, de viteză).
- Mobilitatea, repetiția, surprinzătorul față de obișnuit, necunoscutul față de cunoscut.

- **Atenția voluntara**. Este prezentă intenția ca motiv conștient de a urmări ceva. De ea depinde în mod hotărator eficienta oricărei activități.
- Este favorizată de:
- claritatea scopului.
- cunoașterea etapelor activității prin care se realizează scopul.
- ambianța (spațiu, lumină, ordine în lucruri, climat termic, absența a unor factori perturbatori).
- Presupunând efort, atenția voluntara duce la oboseală, de aceea sunt necesare pauze în timpul activității.
- Deprinderea de a fi atent este numită ***atenție postvoluntară***.

- La copil predomina atenția involuntara. Prin maturizare și activitate școlară bine organizată, în care se cere atenție voluntara, dar se folosesc și valențele celei involuntare, se ajunge la deprinderea de a fi atent.

- Atenție externă. Obiectul este în afară, este prezent în percepție și mai ales în observație, care cere atenție voluntară.
- Atenție internă. Obiectul ei este gândul sau sentimentul asupra căruia te concentrezi.
-

Voința

- Voinţa este modalitatea superioară de autoreglare a sistemului psihocomportamental, care în forma sa completă, este proprie omului şi se împleteşte strâns cu dezvoltarea funcţiilor conştiinţei.
- Stimulii specifici care determină constituirea blocului funcţional al reglajului voluntar sunt ***obstacolul* şi *dificultatea sarcinilor*** cărora individul uman trebuie să le facă faţă încă din primele zile după naştere. Ca factori interni favorizanţi se menţionează forţa proceselor nervoase fundamentale – excitaţia şi inhibiţia –, echilibrul acestor procese, motivaţia, rezistenţa la tentaţii.

- Rezultă atunci că voinţa nu se reduce la un simplu impuls spre acţiune şi nu este nici o forţă spirituală pură, ci o construcţie psihofiziologică complexă, care se dezvoltă treptat în ontogeneză în contextul activităţii fizice şi intelectuale – în „luptă” cu obstacole de diferite grade de dificultate.
- O astfel de înţelegere a naturii şi rolului voinţei ne permite să depăşim atât teoria liberului arbitru, potrivit căreia voinţa este o forţă primordială, situată în afara oricărui determinism, cât şi teoria fatalistă, a destinului implacabil, care consideră acţiunile voluntare ale omului ca fiind supuse unui determinism intern, orb.
- Prezenţa mecanismelor reglajului voluntar conferă subiectului uman atributul autodeterminării, dar aceasta înţeleasă nu în sensul sustragerii acţiunii unor factori extravoliţionali, ci în sensul libertăţii de a face opţiuni şi de a elabora decizii care să concorde cu principiul necesităţii obiective.

Fazele actelor voluntare

- 1. ***Stabilirea scopului.*** Alegerea scopului presupune a se ajunge la coincidența intenției ca motiv cu scopul ca țintă spre care ne îndreptăm prin acțiunea respectivă.
- 2. ***Deliberarea.*** Între conștientizarea scopului și optarea pentru el este un interval de timp în care are loc faza deliberării. Se produce o luptă între diferite motive când omul oscilează între pro și contra în legătură cu scopul acțiunii. El trebuie să opteze prin punerea în primul plan a motivului cu valoarea cea mai înaltă atât pentru el, cât și din punctul de vedere al criteriilor sociale.

- Subliniem că valorile sociale, de multe ori, sunt mai înalte decât motivele individuale. “Noi spunem că este voința când se prezintă următoarele două condiții:
- conflict între două tendințe; o singură tendință nu generează un act voluntar.
- când cele două tendințe dispun de forte inegale, una cedând celeilalte, iar prin actul voluntar are loc o inversare; ceea ce era mai slab devine mai puternic, iar ceea ce era originar mai puternic este învins de ceea ce era mai slab”. (J. Plaget, Psihologia copilului)

- 3. ***Decizia*** înseamnă a lua prin voința proprie o hotărâre.
- Prin deliberare, ai stabilit scopul. Acum hotărăști că acest scop trebuie îndeplinit și iți fixezi mijloacele prin care îl vei realiza. Inteligența și caracterul te-au ajutat să alegi ce este bine, iar acum te ajută să alegi mijloacele cele mai potrivite prin care vei duce la bun sfârșit intenția devenită scop.
- ***4. Executarea acțiunii***, are ca finalitate scopul. Numai când scopul a fost îndeplinit se poate spune că voința a mers până la capăt. A nu se realiza că această fază echivalează cu anularea a tot ce s-a făcut în fazele anterioare, oricât de bine s-ar fi făcut. Iar a trece la executarea unor acțiuni fără a trece prin cele trei faze anterioare se cheamă tot lipsa de voință ca modalitate superioara de autoreglaj verbal, deci inteligent. Omul matur se deosebește de copil sau de omul imatur tocmai prin prezența în acțiunile sale a fiecăreia dintre cele patru faze ale actului voluntar. Uneori lucrurile se desfășoară tensional, chiar dramatic în interiorul personalității, cerând efort, mobilizând toate resursele omului. Și cu cât efortul voluntar este mai mare, cu atât este mai obositor.

- Oboseala este un semnal al scăderii capacității omului, așa cum semnale sunt și foamea, durerea etc. Oboseala alarmează organismul. Primele ei semne sunt slăbirea atenției, apariția de mișcări suplimentare inutile. Capacitatea de efort se reface prin odihnă. Acumularea de oboseală duce la cronicizarea ei. Simptome: iritabilitate, nesociabilitate, lipsă de inițiativă, neliniște, scădere a orientării.

Trăsături ale voinței

- 1. ***Independența*** de voință se refera la a fi capabil să deliberezi și să iei decizii singur în împrejurările când așa trebuie să faci. Opusă acestei calități a voinței este *sugestibilitatea.* Are la baza o dispoziție accentuată a persoane spre imitație, care diminuează spiritul critic al gândirii. Sugestibilitatea este preponderent de natura afectiva (deci autoreglaj primar) și limitează libertatea de decizie a persoanei (care ține de autoreglajul voluntar superior, în care este preponderent intelectul).
- *Falsa independență a voinței* care este, de asemenea, un defect al persoanei, este negativismul activ ca opoziție la sugestii, chiar și atunci când acestea sunt nu numai utile, ci sunt necesare. Acest comportament este firesc la copil până la 3-4 ani, la tânăr și la adult, poate fi tulburare de comportament constând în rezistența sau ostilitate la orice idee venită din afara. Reprezintă tot o manifestare de tip afectiv. Există ai un negativism pasiv exprimat prin tăcere sau apatie.

- 2. *Promptitudinea* se referă la capacitatea persoanei de a lua hotărâri în timp optim, de a nu prelungi inutil deliberarea. Opusul și defectul de voință este *indecizia (tărăgăneala).* Tot un defect al voinței este *pripeală* și constă în a lua decizii fără o bună fundamentare a scopului ai a mijloacelor de realizare a lui. Această poate duce la schimbarea frecventă a deciziilor.
- 3. *Perseverența* constă în capacitatea de a finaliza deciziile în ciuda obstacolelor care apar în timpul executării acțiunii care duce la realizarea scopului. Îndeplinirea deciziei poate fi împiedicată de obstacole, acestea fiind de diferite grade de dificultate. Perseverența nu trebuie confundată cu î*ncăpățânarea*, care înseamnă a persevera în mod greșit și atunci când nu merită să se continue acțiunea întrucât condițiile nu mai permit. Încăpățânarea este caracteristică pentru copil, iar la adult, când se întâlnește, este determinată de un nivel scăzut al inteligentei.

- 4) consecvenţa, care reprezintă rezistenţa liniei de conduită adoptate la influenţa perturbatoare, precum şi concordanţa dintre vorbe şi fapte;
- 5) fermitatea, care exprimă capacitatea subiectului de a-şi menţine hotărârea luată, în pofida diverselor presiuni ce se exercită din afară asupra lui;
- 6) iniţiativa, care exprimă gradul de activism intern al subiectului, promptitudinea de implicare în acţiune într-o situaţie sau alta.

- Oamenii se deosebesc între ei din punctul de vedere al calităților voinței. La aceeași persoana, cele trei calități ale voinței există simultan într-o mai mare sau mai mica măsură. Ele se vor proba în capacitatea individului de a iniția, de a amâna, de a suspenda sau de a renunța la acțiuni și de a finaliza scopurile depășind obstacolele interne sau externe. Omul superior are voința bună, în serviciul unui caracter bun.

Limbajul

- **I. RAPORTUL GÂNDIRE -LIMBAJ**
- Cercetând raportul dintre gândire –limbaj, Jean Piaget a ajuns la concluzia că pe parcursul dezvoltării ontogenetice a acestora, există momente de convergenţă şi divergenţă între acestea, dar, că genetic, **gândirea precede limbajul**.
- factori genetici:
  - O structură determinată a creierului, a organelor de articulaţie, a aparatelor de recepţie a semnalelor verbale;
  - Curiozitatea specifică copilului;
  - Capacitatea de imitaţie a semnalelor produse de cei din jur.
- *Dar, singură potenţialitatea lingvistică nu este suficientă pentru a asigura dezvoltarea reală a limbajului şi, mai ales, a structurilor complexe ale acestora.*

- Pentru ca un copil să înveţe să vorbească este necesar ca el să fie sub influenţa adecvată a unui mediu lingvistic. Astfel, creierul copilului nu inventează limbajul, şi nici nu alege limba pe care o va învăţa. Aceasta va depinde de informaţia furnizată de lumea exterioară. Dacă copilul nu se află într-un mediu verbal corespondent şi nu primeşte materialul lingvistic necesar, atunci aceste potenţialităţi dependente de factorii genetici nu au nici o importanţă, ele rămânând neutilizate. Drept argument, sunt invocate curent aşa-numitele cazuri de **copii-lup,** de copii mici abandonaţi de părinţi şi crescuţi de animale. Aceşti copii, deşi au venit pe lume cu o anumită **potenţialitate lingvistică dată** de o structură determinată a creierului şi a coardelor vocale, nu au putut să-şi formeze, în absenţa unui mediu lingvistic adecvat, capacitatea verbală de comunicare specific umană. Nici ulterior, după ce au fost recuperaţi unii dintre ei şi supuşi unei educaţii verbale, nu s-a reuşit formarea capacităţii verbale articulate, pentru că **zonele lor corticale pregătite la naştere pentru a primi şi decodifica semnalele verbale s-au atrofiat prin nestimulare şi neexersare.**

- **II.COMUNICAREA, LIMBA ŞI LIMBAJUL**
-
- Comunicarea a fost definită adesea ca o formă particulară a relaţiei de schimb între două sau mai multe persoane, două sau mai multe grupuri. (Claude Levi-Straauss).
- Nobert Sillamy (1965) insistă asupra caracterului de feed-back al comunicării: când informaţia este transmisă, se produce o acţiune asupra receptorului şi un efect retroactiv asupra persoanei emitente.
- Anzien şi Martin (1969) atrag atenţia asupra elementelor componente ale comunicării ca şi asupra orientării ei. Comunicarea constituie după ei, *ansamblul proceselor psihice şi fizice prin care se efectuează operaţia de punere în relaţie a unei persoane sau a mai multora cu o altă persoană sau mai multe, în vederea atingerii unor obiective.*
- Aşadar, esenţiale pentru actul comunicării sunt:
  - Relaţia dintre indizivi sau dintre grupuri;
  - Schimbul, transmiterea şi receptarea de semnificaţii;
  - Modificarea voită sau nu a comportamentului celor angajaţi în comunicare.

- De Vito a stabilit 5 scopuri esenţiale ale comunicării:

1. *Descoperirea personală* (în timpul comunicării învăţăm despre noi şi despre alţii, ne descoperim mai ales prin intermediul comunicării sociale, care constă în raportarea la alţii şi, în final, la propria noastră persoană);
2. *Descoperirea lumii externe* (comunicarea dă o mai bună înţelegere a realităţii exterioare, a obiectivelor şi evenimentelor);
3. *Stabilirea relaţiilor cu sens* (prin comunicare depridem posibilitatea de a stabili şi menţine relaţii stânse cu alţii);
4. *Schimbarea atitudinilor şi comportamentelor* (comunicarea, mai ales cea realizată prin mass-media, excelează în schimbarea atitudinilor şi comportamentelor oamenilor);
5. *Joc şi distracţie* (comunicarea este un mijloc de destindere).

Clasificare

- După **numărul de persoane** care participă la procesul comunicaţional avem:
  - *Comunicarea intrapersonală* (limbajul intern);
  - *Comunicarea interpersonală* (se desfăşoară între două persoane);
  - *Comunicare de grup*: a) comunicarea intergrup (între grupuri);
  - b) comunicarea intragrup (în interiorul grupului).

- După **instrumentele, mijloacele comunicării.**
  - *Comunicarea verbală;*
  - *Comunicarea paraverbală;*
  - *Comunicarea nonverbală.*

- După **prezenţa sau absenţa unor obiective:**
  - *Comunicarea incidentală* (atunci când individul furnizează informaţia despre sine fără a avea intenţia de a o face; indivizii comunică informaţii despre statutul, rolurile, aspiraţiile şi chiar despre o serie de trăsături psiho – comportamentale proprii);
  - *Comunicarea consumatorie* (care survine ca o consecinţă a unor stări emoţionale sau motivaţionale ale unui individ, fiind expresia directă a acestor stări; ceea ce îi împinge pe indivizi să comunice nu este dorinţa de a furniza informaţii, ci pur şi simplu de a-şi exprima starea afectivă pe care o trăiesc);
  - *Comunicarea instrumentală* (urmăreşte un obiectiv riguros, şi anume, modificarea conduitei receptorului);
  - *Comunicarea comuniune* (partenerii comunică cu bucurie reciprocă; această formă comunicaţională vizează mai ales atmosfera emoţională apărută în decursul derulării ei).

- Nu orice proces de comunicare între oameni poate fi considerat limbaj, în sensul propriu al cuvântului. În accepţiunea strictă, limbajul se referă la *comunicarea verbală care se desfăşoară în timp şi care implică o serie de operaţii caracteristice: audiere, vorbire, citire, scriere.*
- Limba reprezintă *un sistem de mijloace lingvistice, fonetice, lexicale şi gramaticale, istoriceşte constituite cu ajutorul cărora se realizează comunicarea reciprocă dintre oameni, adică limbajul.* Componentele fundamentale şi corelative ale limbii sunt lexicul şi structurile gramaticale, adică toate cuvintele şi combinaţiile posibile de cuvinte. Există într-o limbă reguli de combinare a sunetelor, cuvintelor şi propoziţiilor, care împreună formează structura gramaticală a limbii respective.

- limba este un fenomen social (elaborat de societate şi nu de fiecare individ în parte), limbajul este un fenomen individual, individualizarea lui realizându-se atât pe plan fiziologic (datorită unor particularităţi ale aparatului fonator), cât şi în plan psihologic (el având o manifestare personală şi diferită de la individ la individ);
- Dacă limba este extraindividuală, limbajul este un mijloc de vehiculare a limbii, el presupune transformarea elementelor limbii în elemente proprii. Ori, pentru aceasta este necesară conştientizarea laturii fonetice, grafice şi semantice a cuvintelor, trecerea de la structuri semantice simple (cuvinte izolate), la structuri semantice complexe (propoziţii, fraze, discursuri, texte).

- **III. FEED –BACK-UL INFORMAŢIONAL (COMUNICAŢIONAL)**
-
- *Expeditorul* –care este generator de informaţii; la acest nivel se elaborează mesajele şi se declanşează actul comunicării;
- *Emiţătorul* – este un aparat specific de emisie a semnalelor şi este reprezentat, fie de aparatul vocal pus în mişcare de impulsurile coordonate de creier, fie de aparatul verbo-motor, în cazul scrierii mesajului. Aparatele emiţătoare funcţionează după un anumit **cod,** în cadrul vorbirii avem de-a face cu un cod lingvistic, sonor, respectiv codul semnalelor verbale, compus din consoanele şi vocalele care alcătuiesc cuvinte. Comunicarea în scris face uz de codul literelor sau a semnelor grafice proprii limbii.
- *Canalul* – poate fi mediul aerian, firul telefonic, telegraful etc;
- *Receptorul* – are misiunea de a capta semnalele orale sau scrise, şi de a le transforma în impulsuri nervoase în analizator;
- *Destinatarul* – este instanţa care primeşte mesajul şi îl interpretează. Acest mesaj care a fost decodificat va declanşa la destinatar un răspuns de un anumit tip (abrobare, mirare, respingere) care va pleca spre expeditor.

- **Perceperea şi înţelegerea limbajului sunt activităţi psihice complexe care depind de mai mulţi factori:**
- **Capacitatea auzului fonematic** care ne permite să recepţionăm, să distingem semnalele verbale complexe şi cuvintele susceptibile de confuzii. Perceperea cuvintelor în comunicare impune surprinderea, după caz, a caracterului adresativ, interogativ, exclamativ, implorativ etc.
- **Consistenţa de conţinut a comunicării,** condiţie asigurată de:
- a) capacitatea expeditorului de a-şi construi succint şi corect propoziţiile şi frazele;
- b) capacitatea de a transmite un volum optim de informaţie relevantă despre obiectul, fenomenul, evenimentul pe care vrea să le comunice.
- **Condiţia inteligibilităţii comunicării** depinde nu numai de caracterul logic, organizat a celor expuse, dar şi de raportul de accesibilitate de la interlocutor la expeditor.

- Omul dispune de **patru modalităţi de comunicare**:
  - ***comunicarea prin gesturi***
  - ***comunicarea afectivă,*** expresivă, prin mimica feţei, privire, pantomimă;
  - ***comunicarea atitudinală***, prin atitudine
  - ***comunicarea verbală***, cea mai importantă, prin intermediul cuvintelor, adică prin limbajul sonor.

- **FUNCŢIILE LIMBII ŞI ALE LIMBAJULUI**
- **1. Funcţia de comunicare:** constă, pe de o parte în nominalizarea obiectelor, fenomenelor, evenimentelor realităţii, iar pe de altă parte în efectuarea predicaţiilor corespunzătoare. Specialiştii vorbesc de două funcţii ale comunicării: a) *descriptivă* (descrierea obiectelor şi fenomenelor realităţii); b) *argumentativă* (prin care aducem argumente în favoarea unei idei.
- **2.Funcţia cognitivă:** limba şi limbajul participă direct la realizarea procesului de cunoaştere a realităţii obiective de către om.
- **3.Funcţia de reglaj şi autoreglaj a gândirii:** exprimă posibilitatea acesteia de a asigura organizarea tuturor proceselor şi stărilor psihice care sunt implicate în realizarea unei activităţi voluntare proiectate. Acest lucru se realizează prin intermediul obiectivelor, scopurilor pe care persoana şi le formulează în termeni verbali.
- **4. Funcţia emoţional –expresivă:** constă în exprimarea atitudinilor afective ale persoanei faţă de situaţiile şi evenimentele realităţii, cu ajutorul unor mijloace verbale specifice cum sunt: ritmul, intonaţia, accentul, pauzele.
- **5. Funcţia imperativ –persuasivă:** exprimă posibilitatea limbajului de a influenţa gândurile şi conduita oamenilor. Un caz particular al acestei funcţii îl constituie *sugestia verbală* în stare de veghe sau de somn hipnotic, folosită larg în practica terapeutică. Efectele sugestiei verbale au o forţă deosebită, determinând vindecarea unor maladii psihice.

- **IV. FORMELE LIMBAJULUI**
-
- În principal, limbajul este clasificat în următoarele forme principale:
- **1. Limbajul extern:** este adresat cu precădere unor destinatari din afară, el se realizează în două forme:
  - *Limbajul oral*
  - *Limbajul scris*
- 2 Limbajul intern**:** este un limbaj pentru noi, de comunicare pentru noi înşine.

- a) *Limbajul oral:* rezultă din succesiunea selectivă, structurată după reguli logico –gramaticale, a sunetelor articulate, produse de aparatul fonator la comanda centrilor corticali verbo –motori. Limbajul oral se realizează în trei forme:
- *Solilocviu* înseamnă vorbirea cu voce tare cu noi înşine. În mod normal, această formă de manifestare a limbajului oral se întâlneşte la copil, până în 5 ani, prin care se exteriorizează intenţiile. La adult, vorbirea cu voce tare apare doar situaţional, ca de exemplu, în cazul singurătăţii sau în stări patologice.
- *Monologul* presupune prezenţa unui destinatar extern, care să recepteze fluxul mesajelor fără a replica decât la sfârşit. De obicei, monologul este centrat pe o anumită temă şi are ca obiectiv informarea, instruirea destinatarilor, lămurirea, convingerea acestuia de ceva, relaxarea sau catharsis-ul (ca în cazul poeziei sau a teatrului). Pentru a-şi atinge obiectivul propus, oratorul trebuie să-şi adapteze conţinutul şi forma discursului ca şi maniera de expunere la particularităţile psihologice şi de vârstă ale auditoriului.
- *Dialogul*

- *Dialogul* este forma cea mai frecventă de realizare a limbajului oral. El se desfăşoară prin alternarea poziţiilor celor doi parteneri ai actului comunicaţional. Dialogul poate fi **structurat şi liber – situaţional.**
- **Dialogul structurat** se axează pe o anumită problemă şi se urmăreşte obţinerea, în final, a unui consens. Desfăşurarea lui depinde de poziţia iniţială a interlocutorilor faţă de problema pusă în discuţie, respectiv, dacă părţile au interese opuse sau convergente. În ştiinţă, dialogul în forma dezbaterilor şi disputelor între cercetători şi şcoli reprezintă motorul principal al progresului conceptual –teoretic.
- **Dialogul liber –situaţional** se desfăşoară spontan, cel mai adesea purtându-se asupra diverselor aspecte ale realităţii, fiind puternic imprimat de subiectivitatea partenerilor implicaţi în conversaţie.

- *b) Limbajul scris:*se realizează prin codarea mesajelor orale în formă grafică; el apare mult mai târziu decât cel oral, atât în cursul evoluţiei istorice, cât şi în ontogeneză.
- Dincolo de importanţa sa comunicaională, limbajul scris are o semnificaţie cu totul aparte –aceea de obiectivare, fixare şi perpetuare în timp a limbii şi a structurilor sale logico –gramaticale.
- Limbaje ale semnelor: codul morse, codul semnelor rutiere, libajul surdo-mutilor

- **2.Limbajul intern:** este un limbaj pentru noi, de comunicare pentru noi înşine. El se dezvoltă prin interiorizarea treptată a dialogurilor şi a controverselor realizate în planul limbajului oral. De aceea, el ajunge la maturitate abia la vârsta adolescenţei.
- Spre deosebire de cel exterior, în limbajul intern cuvintele sunt recepţionate şi interpretate în mod simultan cu o mare **rapiditate şi o bogăţie de asociaţii**.
- Limbajul intern este foarte **concis**, el uzitând de structuri gramaticale sumare, de formulări adesea eliptice.
- Pentru codificarea sau decodificarea inteligibilă a cuvintelor în acest limbaj sunt suficiente numai anumite date informaţionale, de regulă cele principale.
- Limbajul intern are un rol major în **proiectarea şi anticiparea actiunilor noastre conştiente.**
- Limbajul intern **premerge obligatoriu tuturor comunicărilor noastre cu ceilalţi din jur, funcţionând ca un permanent corector**.

PERSONALITATEA

- **Precizări terminologice**
- Termenul de **individ** desemnează acea entitate indivizibilă care este determinat biologic. El este aplicabil în descrierea şi analiza nu numai a omului, ci a oricărui organism viu – plantă sau animal.
- Termenul de **persoană** este corespondentul, în plan social, al individului în plan biologic. El desemnează individul uman ca entitate concretă într-un cadru relaţionl dat, aşa cum este perceput de cei din jur.
- Termenul de **personalitate** este legat în sociologie, istorie, etică, filosofie de atributul valorii; în psihologie el se ia într-o accepţiune diferită, ca desemnând modul şi gradul de integrare şi ierarhizare sistemică a comportamentelor biologice, psihice şi socioculturale la omul normal considerat într-un mediu social concret.

- Astfel, **din punct de vedere semantic şi operaţional**, personalitatea este un **concept integrator supraordonat**, care subordonează toate celelalte concepte ale psihologiei, inclusiv pe cele de psihic, conştiinţă, comportament.
- **Din punct de vedere ontologic**, pesonalitatea reprezintă o realitate **complexă**, care face obiect de studiu pentru biologia umană, pentru psihologie, pentru sociologie, pentru etică şi filosofie.
- Psihologia se ocupă cu studiul componentei psihice şi a comportamentelor mediate psihic, ale acestei realităţi.

Direcţii de definire a personalităţii în psihologie

- În 1950, McClelland inventaria nu mai puţin de 100 formulări diferite, iar la începutul deceniului al IX lea, numărul acestora depăşea 150.
- G. Allport a realizat o primă sistematizare a definiţiilor existente, el identificând trei grupe mari:

1) definiţii prin efect extern;

2) definiţii prin structură internă

3) definiţii pozitiviste.

- Definiţia care pare să aibă circulaţia cea mai mare este următoarea: **„Personalitatea este unitatea bio-psiho-socială care se formează stadial în ontogeneză şi determină un mod specific şi relativ stabil de raportare a omului la lume şi la sine însuşi”.**

Modele de descriere a personalității

- 1) modelul analitic al trăsăturilor;
- 2) modelul factorial (trăsăturile sunt înlocuite cu factori, numeric mai puţin şi mai riguros definibili);
- 3) modelul blocurilor funcţionale:
  - blocul dinamico-energetic (temperamentul) blocul conativ-relaţional (caracterul), blocul instrumental (aptitudinile),
  - blocul de orientare şi axiologic (idealuri, valori dominante);

- 4) **modelul Big-Five**, care pune la baza structurii personalităţii cinci dimensiuni:
    1. **extraversia** (arată capacitatea de orientare a persoanei către exterior, modul de implicare în acţiune, sociabilitatea);
    2. **agreabilitatea** (include diferenţe individuale relevate de interacţiunea socială – prietenie, plăcere);
    3. **Conştiinciozitatea** (vizează, modul concret al individului de a aborda sarcinile, activităţile, problemele care apar în viaţa lui);
    4. **stabilitatea emoţională** (diferenţe individuale referitoare la caracteristicile structurii emoţionale);
    5. **cultura sau intelectul** (arată diferitele caracteristici ale funcţiilor intelectuale (creativitate, inventivitate, deschidere la experienţă).

- Structura şi trăsăturile de bază ale personalităţii se consideră în principiu elaborate la vârsta de 20-24 de ani – o dată cu trecerea de la adolescenţa târzie la maturitate.
- În această structură şi în aceste trăsături se reflectă şi se împletesc într-un mod specific:
- generalul („În anumite privinţe toţi oamenii sunt la fel”)
- particularul („În anumite privinţe unii oameni sunt la fel) şi
- individualul („În anumite privinţe nici un om nu este la fel cu celălalt”).

- În descrierea şi analiza personalităţii se apelează la procedeul clasificărilor tipologice.
- Criteriile sunt foarte diferite prin conţinutul pe care-l vizează şi prin aria de cuprindere:
- **criterii temperamentale** (personalităţi introvertite şi personalităţi extravertite, sau: personalităţi flegmatice, personalităţi colerice etc.);
- **criterii caracteriale** (personalităţi integre şi personalităţi coruptibile);
- **criterii aptitudinale** (personalităţi înalt productive şi eficiente, personalităţi medii, personalităţi slab productive şi eficiente);
- **criterii de organizare internă** (personalităţi mature şi armonios dezvoltate, personalităţi mature accentuate, personalităţi imature etc.).

Conștiința – nucleul personalității

- Specificul psihicului uman este apariția conștiinței;
- Distincție:
  - Conștiința implicită – primitivă, nediferențiată, conștiință de ceva, o separare confuză între eu și celelalte obiecte
  - Conștiința reflexivă – conștiința de sine (apare după 2 ani când copilul se recunoaște și folosește pronume: eu, tu, al meu…, formarea se încheie la vârsta de 14-15 ani)

Temperamentul

- Temperamentul reprezinta manifestarea si dezvoltarea particulara a tipului de sistem nervos in plan psihologic si comportamental.
- Temperamentul este latura expresiva si dinamico-energetica a personalitatii.
- Etimologie: temperare lat.=a amesteca

- Caracteristicile temperamentului:

- este inascut, particularitatile lui tinand de structura somatica, de sistemul nervos, de resursele energetice
- evolueaza in raport cu intregul organism si sistemul nervos; spre sfarsitul adolescentei trasaturile de temperament se maturizeaza, mentinandu-se relativ constante pana spre batranete, cand unele trasaturi cunosc un proces de aplatizare (datorita pierderii vitalitatii, vigorii, voiciunii), iar altele se accentueaza (ex.iritabilitatea la un coleric, depresia la un melancolic)
- temperamentele nu sunt bune sau rele, de dorit sau indezirabile
- nu exista temperamente pure; tempera - temperare (latina)=a amesteca. Temperamentul real al omului este o combinatie originala, aparte care il individualizeaza.

- Cateva criterii de identificare a temperamentului:

- ritmul si viteza desfasurarii trairilor si starilor psihice
- intensitatea vietii psihice
- durabilitatea manifestarilor psihocomportamentale
- intrarea, persistenta si “iesirea” din actiune
- impresionabilitatea si impulsivitatea
- frecventa pe unitatea de timp a trairilor psihice
- egalitatea sau inegalitatea manifestarilor psihice
- capacitatea de adaptare la situatii noi
- modul de folosire a energiei psihice

- Indicatorii nu apartin doar unei anumite conduite, ci intregii personalitati, fiind stabili si avand manifestari continue.

- Temperamentul este latura expresiva a personalităţii, are caracter predominant innascut, evolueaza pe parcursul vieţii, nu exista temperament pur si nu exista temperament bun sau rau.

Tipologii si portrete temperamentale

- -o tipologie cuprinde un ansamblu de caracteristici temperamentale comune unui numar mare de indivizi.
- -prima tipologie cunoscuta este cea realizata de Hipocrate si Galenus (medici ai antichitatii). Ei au realizat o corespondenta intre cele 4 umori (lichide) ale organismului si temperament: sange-sanvinic; bila galbena-coleric; limfa-flegmatic; bila neagra-melancolic.

- -Pavlov a stabilit corespondenta intre tipurile de activitate nervoasa superioara (date de caracteristicile celulei nervoase de baza) si tipurile temperamentale. Criteriile sunt: forta care desemneaza amplitudinea modificarilor electro-chimice de la nivelul electronului, mobilitatea excitatiei si inhibitiei, rapiditatea si flexibilitatea adaptarii la situatii noi si echilibrul exprimat de raportul de forta dintre excitatie si inhibitie.
- Tipurile temperamentale sunt:

- puternic, neechilibrat, excitabil/ colericul
- puternic, echilibrat, mobil/ sangvinicul
- puternic, echilibrat, lent/ flegmaticul
- slab/ melancolicul

- -C.G.Jung abordeaza temperamentul in functie de orientarea spre lume si spre propria persoana.Cele doua tipuri temperamentale sunt:

- extravertul- orientat spre exterior, sociabil, cauta emotii puternice, isi asuma riscuri, este impulsiv, optimist, superficial in sentimente, ii plac miscarea, actiunea, distractiile
- introvertul – linistit, introspect, izolat, prudent, organizat, rareori agresiv, isi cenzureaza sentimentele, inclinat spre pesimism, foarte stabil in sentimente

- -Eysenck pleaca de la teoria lui Jung, adaugand dimensiunii extraversie-introversie, dimensiunea stabilitate- instabilitate neuropsihica (nevrozism).

- extravertul instabil/ colericul
- extravertul stabil/ sangvinicul
- introvertul stabil/ flegmaticul
- introvertul instabil/ melancolicul

INSTABIL
Întristat
Anxios
Rigid
Sobru
Pesimist
Rezervat
Nesociabil
Limitat
Reactiv
Neastâmpărat
Agresiv
Excitabil
Schimbător
Impulsiv
Optimist
Activ
MELANCOLIC
COLERIC
INTROVERTIT
EXTRAVERTIT
FLEGMATIC
SANGVINIC
Pasiv
Grijuliu
Îngândurat
Pasnic
Controlat
Demn de încredere
Temperat
Calm
Sociabil
Vorbăreț
Săritor
Hazliu
Vivace
Spirit de grup
Aptitudini de conducere
STABIL

Caracterizarea celor patru tipuri fundamentale ale temperamentelor

- Colericul – predominant extravert, instabil, excitabil, reactiv, impulsiv si foarte activ, consuma o mare cantitate de energie nervoasa ceea ce duce la epuizare, caderi nervoase sau chiar depresii; nu suporta activitatile monotone, statice, are mereu initiative, este orientat spre schimbare, dornic sa se impuna.
- Sangvinicul – predominant extravert, stabil, dinamic, sociabil, prietenos, dependent de grup (are nevoie de recunoastre), stie sa se faca placut, leaga usor prietenii, tinde sa fie superficial si inconstant in sentimente.

- Flegmaticul – predominant introvert, stabil, constant, calm, echilibrat, ponderat, prudent, rezervat, leaga mai greu prietenii, rabdator, perseverent, izbucneste rar, constant in sentimente.
- Melancolicul - predominant introvert, instabil, inclinat spre autoanaliza excesiva, neincrezator in sine si in ceilalti, temator, nesigur, inclinat spre visare, cu un slab spirit practic.

Cum se comporta un elev apartinand unuia dintre cele patru temperamente?

- Elevul coleric este agresiv, galagios; nu-si poate stapani furia atunci cand se simte nedreptatit, dar nici veselia razand in hohote in chiar mijlocul lectiilor. Ajunge frecvent in fata dirigintelui si directorului pentru rabufnirile si violentele sale. Ii place sa se impuna celorlalti colegi, este incapatanat si nesabuit in actele sale, riscand adesea.

- Elevul sangvinic molipseste si pe ceilalti cu veselia sa; este mereu neastamparat, pus pe glume, braveaza cu succes atunci cand ia note proaste, greseste din graba si superficialitate, dar e dispus sa-si ceara scuze si sa se impace cu toata lumea; se entuziasmeaza cu usurinta, vorbeste neintrebat si barfeste fara mari retineri, nu poate pastra mult timp un secret.

- Elevul flegmatic este retinut in tot ceea ce face si spune; isi alege cu grija cuvintele atunci cand trebuie sa vorbeasca, analizeaza problemele din diverse puncte de vedere, cantareste indelung orice raspuns, este constiincios si se tine intotdeauna de cuvant, de aceea este, in general, respectat si apreciat de ceilalti care sunt totusi intrigati de conservatorismul si conformismul sau.

- Elevul melancolic tremura vesnic de teama celor din jur, colegi si profesori, roseste usor, se sperie de tot ceea ce ar putea fi o amenintare pentru el, se imbolnaveste (mai mult subiectiv, imaginar) atunci cand trebuie sa dea lucrari, plange cu usurinta cand e sicanat sau din cauza tensiunii afective.

Caracterul

- Latura relațional-valorică a personalității
- Etimologic termenul de *caracter* provine din limba greaca (semnificfmd *tipar; semn,pecete)* și desemneaza ceea ce este caracteristic pentru un om, modul propriu al acestuia de a se comporta in relatiile cu altii.
- Intr-un sens larg termenul de *caracter* este sinonim cu cel de *personalitate*, desemnand portretul psiho-moral ce cuprinde conceptia despre lume și viata, convingerile, credintele, aspiratiile, idealurile unei persoane, continutul și calitatea actiunilor, stilul sau de activitate.
- Prin specificul sau, caracterul se dovedește a fi **expresia intregului sistem al personalitatii**.

- Caracterul este totalitatea insușirilor psihice esențiale și stabile care se exprima in valorile promovate și prin atitudinile (comportamentul) omului in raport cu diferite domenii ale vietii socialeși in raport cu sine.

Caracter-temperament:

- in timp ce temperamentul este neutru din punct de vedere socio-moral, nefiind influentat de conștiinta și deciziile acesteia, **caracterul sau trasaturile de caracter pot și sunt valorizate**, receptate ca pozitive sau negative;
- spre deosebire de trasaturile temperamentale, innascute**, trasaturile de caracter sunt dobandite** de-a lungul vietii sub influenta modelelor socioculturale de comportament și a valorilor pe care Ie cultiva și Ie impune societatea;
- **caracterul este o instanta de control și verificare**, respectiv chiar și in cazul temperamentelor cu un nivel energetic redus exista posibilitatea ca prin interventia conștiintei acest lucru sa fie compensat (de exemplu, nu se poate justifica lipsa de performanta a unui melancolic datorita temperamentului sau, deoarece printr-o mai buna planificare a timpului și prin vointa acest lucru poate fi depașit);
- temperamentul își pune amprenta asupra modului in care trasaturile de caracter se manifesta in comportament.

Caracter- aptitudini:

- in timp ce aptitudinea este un sistem operational eficient care se investește in activitate și care se evalueaza dupa rezultatele obtinute, **caracterul se refer a la atitudinea fata de diferite laturi ale realitatii,** inclusiv activitatea proprie;
- **intre aptitudini și trasaturile de caracter pot exista relatii discordante sau concordante**, discordanta (de obicei prezenta unor trasaturi de caracter negative) conducând la frânarea posibilităților de dezvoltare.

- Portretul psiho-moral al unei persoane poate fi conturat prin precizarea diferitelor trasaturi de caracter.
- **Trăsăturile de caracter reprezintă pozitii ale subiectului fată de cele din jur, un mod de a se raporta la evenimentele existentei sale in lume.**
- Aceste modalitati de raportare se numesc *atitudini:*
- **Atitudinea reprezinăi modalitatea de raportare la o clasă generală de obiecte sau fenomene și prin care persoana se orientează subiectiv și se autoregleaza preferențial.**
- *Nu orice trasatura de caracter reprezinta* o *atitudine*, ci este necesar ca trasatura in cauza sa fie definitorie, esentiala, durabila (sa determine un mod constant de manifestare a individului), asociata cu o valoare morala și exprimata cu o anumita intensitate .

- Atitudinea se dovedește a fi o **construcpe psihică sintetică, ce cuprinde elemente cognitive, afectiv-motivaponale și volitive** (are la baza notiuni, reprezentari, judecati morale, este sustinuta energetic și este directionata de aspiratii, idealuri, stari afective și convingeri). Pot fi delimitate astfel in cadrul atitudinii trei segmente principale**: un segment decizional, un segment direcțional și un segment executiv.**
- In functie de preponderenta unora sau altora dintre elemente, se poate vorbi de **atitudini determinate cognitiv, afectiv sau volitiv,** dar, in oricare dintre situatii, atitudinea se manifestă in comportament prin intermediul acpunilor voluntare.
- Structura caracterului poate fi studiata prin analiza sistemului de atitudini, dupa domeniul care conditioneaza formarea lor și domeniul in care se manifesta.

- - Atitudini fata de ceilalti oameni : este vorba de *gradul de deschidere fata de cei din jur*, exprimandu-se prin gradul de pretuire, respect, stima, dragoste fata de ceilalti, fata de om in general. La un pol pozitiv pot fi amintite atitudini precum: omenia, altruismul, recunoașterea valorii celorlalti, loialitatea, omenia etc., iar la un pol negativ intoleranta, invidia, egoismul etc.
- - Atitudini fata de sine: se refera la faptul ca fara o cunoaștere de sine nu ne putem compara cu ceilalti și nu ne putem cultiva propria individualitate, dar ca este necesara pastrarea unui echilibru in modalitatile afirmarii de sine. La un pol pozitiv pot fi enumerate atitudini precum: increderea in fortele proprii, modestia, demnitatea, iar la cel negativ, desconsiderarea de sine, orgoliul, autoumilirea etc.
- - Atitudini fata de munca, fata de activitate : se refera la intelegerea de catre individ a necesitatii de a desrașura o activitate utila, de a-și pune in valoare aptitudinile. Spiritul de initiativa, sarguinta, hamicia etc. se plaseaza la un pol pozitiv, in timp ce lenea, indolenta, nepasarea etc. sunt situate la un pol negativ.

- - Alte clase de atitudini: *atitudini culturale*, *atitudini fata de, familie*, *atitudini fata de natura*, *atitudini privind societatea in ansamblul ei* etc.
- Pentru a schita intr-adevar portretul psihb-moral al unei persoane este necesar sa fie luate in calcul și **trasaturi voluntare de caracter** (acestea nu pot fi pozitive sau negative și de aceea nu reprezinta atitudini) precum: **fermitatea, perseverenta, stapanirea de sine, curajul, barbatia, spiritul hotarat, eroismul.**
- Oricum, se poate observa ca trasaturile de caracter se prezinta in cupluri contrastante, dar nu se poate aprecia ca o persoana ar dispune doar de unul dintre membrii unei perechi, fiind vorba, de fapt, de dominante.

- Caracterul este expresia intregului sistem al personalitatii, in aceasta masura dovedindu-se a avea un rol deosebit. de important in adaptarea și integrarea individului in viata sociala.
- Atunci cand dorim sau se impune modificarea anumitor trasaturi caracteriale, **caracterul se dovedește a influenta intreg sistemul personalitatii noastre, oferind un sens sau altul actiunilor noastre.**
- Caracterul nu se poate defini in afara orientarii axiologice a persoanei, eticul trebuind sa ramana atunci punctul de referinta preeminent și pentru omul complex al lumii contemporane. In acest sens, caracterul se dovedește (tinand cont și de distinctia, simplistii de altfel, intre "oameni de caracter" și"oameni rara caracter") a reprezenta **o sumă de principii care ofera consistenta interioara a individului in campul social.** Intreaga noastra conduita este determinata de aceste principii (trasaturi) esentiale in raport cu propria noastra persoana, cu propriul nostru mod de a fi, indiferent care este acesta. Caracterul se dovedește atunci ca reprezentand **"personalitatea evaluata din punct de vedere etic"**.