

PSIHLOGIA

Definirea psihologiei

Fiecare stiinta cerceteaza o clasa sau categorie de fenomene care formeaza obiectul ei specific. Acesta este si cazul psihologiei care are drept obiect studiul fenomenelor psihice.

Psihologia nestiintifica, a simtului comun, a aparut odata cu dezvoltarea relatiilor interumane, inca de la inceputul aparitiei omului. Si-a castigat statutul de stiinta doar in secolul XX. Prima lucrarea stiintifica de psihologie ii apartine lui Fechner, "Elemente de psihofizica", iar primul laborator de psihologie apare la Leipzig, sub conducerea lui Wundt. Pentru a evidenta caracterul stiintific al acestei discipline, primele curente au insistat mult asupra descoperirii unor legiti comune in psihologie, ajungandu-se deseori la exagerari in acest sens.

Numim cunoastere psihologica acea versiune a procesul de cunoastere care are drept obiect fenomenele si insusirile psihice. In psihologie, una dintre metodele dominante la inceput a fost introspectia, care pleca de la ideea ca omul ar dispune de o capacitate speciala de cunoastere nemijlocita a propriului sau psihic; aceasta ar fi singura cale de cunoastere psihologica, ceea ce este o exagerare. Introspectia poate furniza date valoroase, dar in combinatie cu alte metode, spre exemplu studiul comportamental. Trebuie facuta distinctia intre introspectie si autocunoastere (autoobservatie). Autoobservatia este de fapt observatia aplicata asupra propriei persoane, ceea ce inseamna nu numai cunoasterea gandurilor, sentimentelor si aspiratiilor intime (introspectia), ci si cunoasterea derivata din activitatea proprie, din succese si esecuri, din relatiile cu semenii, din incercarile vietii, etc. introspectia este deci numai o latura a autoobservatiei.

Cei mai multi autori au definit psihologia pornind de la etimologia cuvintului. Cum cuvantul "psihologie" este compus din doua cuvinte ce provin din limba greaca: "psyche" (psihic) si "logos" (stiinta), s-a afirmat ca "psihologia este stiinta psihicului". **Psihologia** este, asadar stiinta care studiaza comportamentul uman, inclusiv functiile si procesele mentale ca inteligenta, memoria, perceptia, precum si experientele interioare si subiective cum sunt sentimentele, sperantele si motivarea, procese fie conștiente, fie inconștiente.

Luand in vedere aceste elemente, vom defini psihologia ca fiind stiinta care studiaza **psihicul** (proces, insusiri, stari, conditii, mecanisme psihice), utilizand un ansamblu de metode obiective, in vederea desprinderii legatii lui de functionare, in scopul descrierii, explicarii, integrarii, optimizarii si ameliorarii existentei umane.

Statistic vorbind, 5 din 10 persoane nu fac diferentierea dintre psiholog si psihiatru si resimt o jignire atunci cand li se propune un consult psihologic sau psihiatric, si asta pentru ca nu putem accepta ca avem o problema. Chiar si in cazul in care nu ar fi vorba de o problema psihologica sau psihiatrica, apeland la un specialist putem elimina aceste cauze din start, psihologul/psihiatru putand face o trimitere catre neurologie, genetica sau alte specialitati care pot diagnostica boala si recomanda inceperea unui tratament.

Inca de la inceputurile psihologiei aceasta a fost privita ca ceva supranatural, considerandu-se ca obiect al psihologiei sufletul; sufletul nefiind ceva palpabil, psihologia era greu de considerat o stiinta.

Se observa zilnic aceasta rezistenta, aceasta opunere de tot ceea ce tine de doctori, de psihologi, ca sa nu mai vorbim de psihiatri, in general reticenta fata de acceptul unei probleme reale. Este important sa acceptam ca avem o problema, acesta fiind primul pas in rezolvarea ei. Din pacate si de cele mai multe ori, omul asteapta pana in ultima instanta, abia apoi apeland la un medic, cand poate fi prea tarziu.

Primul pas in rezolvarea unei probleme este sa acceptam ca avem o problema, identificarea problemei. Un al doilea pas ar fi incercarea solutionarii ei, fie pe cont propriu fie apeland la un specialist.

Cand survine o problema, fie la nivel psihologic, neuropsihologic apare automat dificultatea in procesul de socializare, de unde rezulta exact scopul psihologului: sa ajute la integrarea subiectului in societate.

PROCESELE SENZORIALE

→ **senzatie** - „o simpla experienta constienta asociata stimulilor”

→ **perceptia** - „experienta constienta asupra obiectelor si a relatiilor obiectelor.”

Senzatie = procesul cu ajutorul caruia stimulii sunt detectati si codati, spre deosebire de

Perceptie = procesul mental al organizarii si interpretarii senzatiilor.

Senzatiile sunt procese psihice elementare, care reflecta diferitele însusiri ale obiectelor si fenomenelor lumii externe, precum si starile interne ale organismului, în momentul actiunii nemijlocite a stimulilor respectivi asupra receptorilor. Dincolo de marea diversitate a continutului informational al senzatiilor de care dispune omul, putem desprinde câteva caracteristici si legitati comune tuturor tipurilor de informatie senzoriala: modalitate senzoriala, intensitatea senzatiilor, durata senzatiilor, sensibilitatea analizatorilor, corelatia dintre intensitatea stimulului si intensitatea senzatiei produsa de acesta, adaptarea senzoriala (pozitiva si negativa), interactiunea analizatorilor. Senzatiile sunt tratate ca procese separate doar în scop didactic.

Prin **perceptie** înțelegem reflectarea în constiinta omului a obiectelor si fenomenelor care actioneaza direct asupra receptorilor. În perceptie are loc ordonarea si unificarea diferitelor senzatii în imagini integrale ale obiectelor si fenomenelor respective. Împreuna cu senzatiile, perceptiile asigura orientarea senzoriala nemijlocita a omului în lumea înconjuratoare. Cea mai importante particularitati ale perceptiei sunt: obiectualitatea, integralitatea, structuralitatea, constanta, inteligibilitatea, aperseptia. Procesual, se poate considera ca perceptia are loc în patru faze: depistare, discriminare, identificare si recunoastere. Formele perceptiilor sunt: perceptia spatiului, perceptia formei, perceptia marimii, a directiei, timpului, miscarii.

Un fenomen strâns legat de perceptie sunt **iluziile**, dintre care cele mai cunoscute sunt cele optice. Studiul iluziilor are o mare însemnatate pentru înțelegerea mecanismelor perceptiei. Trebuie spus, însa, ca iluziile apar nu numai în sfera perceptiilor, ci si în alte sectoare ale vietii psihice a omului. Astfel se vorbeste de iluziile memoriei; asa se întâmpla, de pilda, in cazul fenomenului “*déjà vu*”, când subiectul percepe clar ceva ce se petrece în momentul respectiv ca si când l-ar mai fi perceput cândva înainte, desi acest lucru n-a putut avea loc. De asemenea, este mentionata “*iluzia înțelegerii bruste*” (directe, prin “*intuitie*”) în sfera gândirii s.a.m.d. Principala însusire a iluziilor rezida în caracterul lor “*convingator*” pentru subiect. Iluziile pot sa apara în diferite modalitati senzoriale, dar cele mai numeroase, mai variate si mai bine studiate sunt cele din sfera vizuala. Acestea sunt pe larg utilizate în pictura, în arhitectura, în scenografia teatrala etc. Cauzele care determina aparitia iluziilor sunt foarte variate si înca insuficient studiate. Unele teorii explica iluziile optice prin actiunea unor factori periferici (iradiatia, acomodarea, miscarile ochilor etc.); altele, dimpotriva pun accentul pe influenta unor factori centrali.

Reprezentarea. Sistemul cognitiv al individului a evoluat in timp, astfel incat sa poata face fata nu doar situatiilor prezente, ce se petrec „aici si acum”, dar si celor absente, in care informatia senzoriala nu este prezenta sau nici nu a fost prezenta. Apar noi capacitati cognitive care le depasesc pe cele perceptiv si care reprezinta capacitatea organismului de a avea o experienta psihica in lipsa contactului actual cu obiectul.

Noul mecanism psihic care permite reflectarea si cunoasterea obiectului in absenta lui, dar cu conditia ca acesta sa fi actionat asupra organelor de simt, poarta denumirea de reprezentare.

Procese cognitive superioare

GÂNDIREA

Gândirea se bazează pe raționament. In general se considera ca raționamentul este o *procedura prin care se obtin informatii noi din combinarea celor deja existente*. Deci, raționamentul este o trecere dincolo de informatia data initial. Dar nu orice astfel de trecere este în mod necesar o inferenta. De pilda, desi vedem doar doua fete si trei muchii ale unui cub, stim ca este vorba de un cub.

Gandirea nu opereaza cu obiecte individuale, ci cu relatii. Aceste relatii pot fi *categoriale* (sunt evidentiate in cadrul piramidei conceptelor; exemplu: pasare-gaina) si *determinative* (relatii de determinare de orice fel: relatii cauza-efect, genetice, functionale etc.; exemplu: ou-gaina).

Gandirea se defineste ca procesul cognitiv de insemnatate centrala in reflectarea realului care, prin intermediul abstractizarii si generalizarii coordonate in actiuni mentale, extrage si prelucreaza informatii despre relatiile categoriale si determinative in forma conceptelor, judecatilor si rationamentelor.

Faptele psihice prin care se manifesta gandirea sunt:

- sistemele operationale de nivel intelectual;
- conceptele si insusirea lor prin invatare;
- înțelegerea;
- rezolvarea de probleme.

Gandirea are doua mari componente, una *informationala* si alta *operationala*, prima dezvaluindu-ne latura ei de *continut* (faptul ca dispune de "unitati informationale" despre "ceva" anume – obiecte, fenomene, evenimente), cea de-a doua latura *functionala* (faptul ca implica transformari ale informatiilor in vederea obtinerii unor produse care, prin depasirea situatiei problematice, sa asigure adaptarea la mediu).

Latura informationala este constituita din ansamblul notiunilor si conceptiilor ca forme generalizate de reflectare a insusirilor obiectelor si fenomenelor..

Latura operationala a gandirii cuprinde ansamblul operatiilor si procedeele mentale de transformare a informatiilor, de relationare si prelucrare, combinare si recombinaie a schemelor si notiunilor, in vederea obtinerii unor cunostinte noi sau rezolvarii unor probleme. Gandirea foloseste doua categorii de operatii: unele sunt *fundamentale*, de baza, fiind prezente in orice act de gandire si constituind scheletul ei (analiza, sinteza, comparatia, abstractizarea, generalizarea, concretizarea logica), altele sunt *instrumentale*, folosindu-se numai in anumite acte de gandire si particularizandu-se in functie de domeniul de cunoastere in care este implicata gandirea. In randul acestora din urma intalnim mai multe modalitati si procedee operationale care se clasifica in perechi opuse.

Modalitati de operare a gandirii

- Analiza si sinteza superioara sunt operatiile gandirii prin care se realizeaza in plan mental, cu ajutorul simbolismului verbal, descompuneri, separari, disocieri ale unor obiecte si fenomene in parti componente si apoi reunirea lor, uneori dupa o alta schema, cu scopul generarii de informatii noi.
- Comparatia este operatia gandirii prin care alaturam in plan mental doua sau mai multe obiecte cu scopul stabilirii asemanarilor si deosebirilor. Orice comparatie are la baza un criteriu clar formulat. Cand utilizam mai multe criterii, acestea sunt considerate succesiv.
- Abstractizarea este operatia predominant analitica, prin care gandirea, actionand maximal selectiv, pozitiv si negativ, trece de la aparenta la esenta, de la variabil la invariabil, de la concret la abstract. In procesul ascendent al cunoasterii, abstractizarile se aplica nu numai concretului, ci si unor abstractiuni subordonate.
- Generalizarea este operatia gandirii dominant sintetica prin care insusirile esentiale si generale sunt reunite intr-un model informational unic, menit sa defineasca o clasa, o categorie de obiecte, fenomene, relatii. Acesta este aspectul intensiv al generalizarii. Prin aspectul extensiv al operatiei, modelul informational la care s-a ajuns este extins si la alte obiecte care nu au facut parte din inductia initiala. Atunci cand raportam un obiect individual la o clasa sau categorie, efectuam o generalizare.

LIMBAJUL

Limbajul poate fi definit ca un sistem de semne mânuite dupa anumite reguli în vederea fixarii, prelucrării și transmiterii informației; regulile pot fi de trei tipuri. Între limbaj și gândire există o puternică legătură. Bazele fiziologice ale limbajului au fost îndelung cercetate. În momentul de față se cunoaște localizarea dinamică și diferențială a acestuia.

Reperetele psihogenetice în dobândirea limbajului se centrează pe stabilirea unor etape parcurse de copil de-a lungul învățării exprimării corecte. Există o serie de teorii care încearcă să explice cum se

realizeaza acest proces, în momentul de fata este acceptata conceptia interactionista care porneste de la ideea de disponibilitate biologica si de dezvoltare a structurilor cognitive.

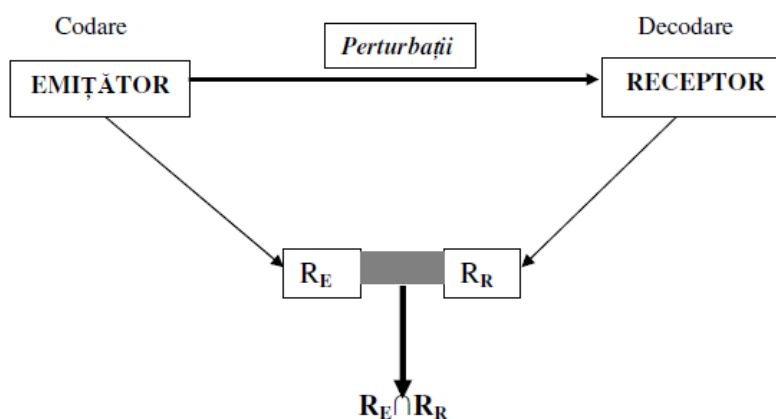
Se disting doua categorii generale de limbaj: limbajul verbal si cel nonverbal. Cel din urma este cel putin la fel de important ca si primul. Limbajul nonverbal este puternic influentat de cultura în care se formeaza individul. Formele limbajului sunt: limbaj verbal – limbaj nonverbal. Limbajul nonverbal a facut obiectul unor cercetari asidue în ultimii ani. Unii psihologi estimeaza ca circa 65% din semnificatiile prezente într-o conversatie sunt purtate de semnale nonverbale (gesturi, expresii faciale, pozitii ale corpului, miscari oculare, în spatiu etc.) De exemplu, psihologii au evidenciat existenta unor veritabile sisteme de comunicare mimica si gestuala la copiii de cresa între 1,6-4 ani. Acestea constau în secvente de gesturi, posturi, expresii mimate care într-un context dat provoaca reactiile dorite.

Comunicarea nonverbala între adulti este saturata în diferente transculturale. Contactul vizual, de pilda, are semnificatii diferite în culturi diferite. Doi europeni (sau nord-americani) aflati în conversatie privesc din când în când unul în ochii celuilalt (acest tipar l-a învatat în copilarie: "uita-te la mine când îti vorbesc", ne spuneau parintii). Pentru un japonez, acest lucru e considerat o impolitete grava, el fixându-si privirea pe gâtul partenerului de discutie. Un european poate vedea în aceasta o lipsa de interes din partea colegului sau japonez si va întrerupe conversatia. Un arab însa e obisnuit sa priveasca fix, în ochi persoana cu care vorbeste; pentru el, glisarea privirii e semnul lipsei de respect si al insolentei. Fara luarea în considerare a acestor diferente, comunicarea nonverbala dintre personaje din culturi diferite are de suferit.

Limbajul îndeplineste trei functii principale:

1. functia comunicativa;
2. functia cognitiva;
3. functia de reglare.

Modelul abstract al comunicarii încearca sa reprezinte grafic limbajul din perspectiva functiei comunicative. Functia cognitiva a limbajului face obiectul unei dispute: este dependenta gândirea de limbaj? Sunt limitele cunoasterii identice cu limitele limbajului? Functia reglatoare se refera la efectele limbajului asupra comportamentelor si proceselor psihice.



Modelul abstract al comunicării umane

Distingem în aceasta schema, mai întâi, emițătorul (E) și receptorul (R); între cele doua puncte (sursa și destinatar) distincte în spatiu sau timp, se interpune canalul sau calea de comunicare. Pentru ca informatia sa treaca prin acest canal, ea trebuie redată într-o forma apta de transmisie. Mesajul trebuie deci transpus într-un cod (sistem de semne) care sa fie comun cel puțin în parte emițătorului și receptorului. În schema de mai sus, aceasta relatie este redată de cele doua cercuri secante: unul din cercuri (R_E) indica repertoriul emițătorului, al doilea (R_R) – repertoriul receptorului în timp ce partea hasurata marcheaza repertoriul comun.

Asa cum s-a aratat, comunicarea presupune un cod interiorizat comun, care este în mod curent limba, împreuna cu mijloacele verbale de exprimare: gesturile, mimica, miscarea și atitudinea corpului, organizarea spatiala a comportamentului. Un asemenea cod este rezultatul unei evolutii istorice comune. Limba constituie codul fundamental. Într-un sistem de comunicare, la punctul de destinatie (R) mesajul urmeaza sa se retransforme în forma sa originala (informatie, idee, concept etc.). Evident,

între parteneri, nu "circula" informatia propriu-zisa, ci mesajul, - purtat de undele sonore, textul tiparit, mimica, gesturi – care trebuie descifrat cu o distorsiune sau pierdere minima. De notat ca orice emitor uman este "programat" în mod normal si ca receptor, situatia curenta în viata de toate zilele fiind aceea de dialog.

Data fiind gama atât de întinsa a mijloacelor de comunicare – cuvânt, gest, mimica, postura corporala etc. – dupa unii autori comunicarea si comportamentul devin practic sinonime. Intr-o asemenea optica, orice comportament capata – în procesul interactiunii – valoare de mesaj.

MEMORIA

Ce relatie este între atentie si memoria de scurtă durată(de lucru)? În definitiv, nu sunt ambele definite ca fiind unitati cognitive activate? Înainte de a da un raspuns riguros la aceste chestiuni, sa ne imaginam asteptând pasivi într-o statie de autobuz. Nefiind preocupati de ceva anume, auzim conversatiile oamenilor, vedem fetele lor, percepem traficul stradal si pietonal, temperatura de afara etc. Treptat, devenim nerabdatori si începem sa cautam cu privirea autobuzul pe care-l asteptam. În sfârșit, la capatul strazii apare un autobuz. O mare parte dintre stimulii pe care-i procesam anterior nu mai sunt luati în seama. Atentia noastra e captata de imaginea acestui autobuz. Pe masura ce se apropie, câmpul atentei noastre se reduce si mai mult: nu mai conteaza marimea sau culoarea lui, viteza de deplasare etc. Ne straduim sa deslusim cât mai rapid ce numar de linie are înscris într-o anumita parte a parbrizului, ca sa stim cum sa ne pozitionam. (N-am uitat informatiile despre numarul de persoane care asteapta autobuzul respectiv, comportamentul de care ar putea da dovada încercând sa urce în autobuz etc.). Nu e greu de deslusit ca, *în raport cu volumul memoriei de lucru, volumul atentei este mai fluctuant*. În starea de relaxare si asteptare pasiva, capacitatea atentei se suprapune peste capacitatea memoriei de lucru. Exista un numar de informatii mai activate decât restul informatiilor din memorie, dar nici una nu prezinta un interes deosebit.

Memoria de lunga durata (MLD) cuprinde toate cunostintele pe care le posedea sistemul de cunoaștere, dar la care accesul este selectiv. Am mentionat anterior ca termenul de MLD nu desemnează un "loc" anume unde se stocheaza informatia (ca marfurile într-un depozit), ci o anumita stare de activare a cunostintelor de care dispunem. Aceste cunostinte nu sunt stocate undeva anume, ci sunt mai mult sau mai putin activate. În comparatie cu cunostintele din memoria de lucru, cele din MLD sunt mai putin activate.

Uitarea. Toate experientele pe care le traieste subiectul uman ramân stocate definitiv în memorie. Practic, nu uitam nimic din ceea ce am trait sau am învatat vreodata. Eficienta memorarii este judecata în functie de eficacitatea reactualizarii. O carenta a reactualizarii este în mod automat judecata ca o deficiente a memoriei. Daca nu ne mai reamintim la scoala poezia învatata cu o zi în urma, înseamna ca "n-avem memorie buna", ca memoria noastra este deficitara. În fine, daca am uitat ca aveam o întâlnire - memoria e de vina. Cele mai cunoscute forme de reactualizare, adesea mentionate ca fiind singurele, sunt *reproducerea si recunoasterea*. De fapt procesul de reactualizare este dependent de o serie de factori care fac ca performantele de reactualizare sa fie extrem de fluctuante, deci nepotrivite pentru a trage concluzii ferme asupra capacitatii memoriei în general. Eficienta reactualizarii creste daca: a) contextul reactualizarii are cât mai multe proprietati similare celor prezente în contextul memorarii; b) contextul reactualizarii are cât mai putine asemanari cu alti stimuli decât cei care trebuie reamintiti.

E un fapt cert ca nu ne putem reaminti în orice moment, orice cunostinta învatata anterior. Prima explicatie e ca anumite cunostinte (ex: cele cu valoare adaptativa scazuta) se deterioreaza si dispar din memorie. A doua explicatie - în contul careia am oferit o serie de date experimentale - considera ca nimic din ceea ce am învatat nu se sterge din memorie. Anumite evenimente nu pot fi reproduse sau recunoscute din cauza deficientelor mecanismelor de reactualizare, nu din cauza unei deficiente a memoriei în general.

IMAGINAȚIA

Multa vreme imaginatia a fost definita ca un proces de combinare a imaginatiilor, ceea ce se potriveste numai imaginatiei artistice. Dar procesul creator in stiinta comporta mai multe sinteze in domeniul ideilor, al abstractiunelor. De imaginatie da dovada si coregraful, ea putandu-se observa

chiar in comportamentul unor sportivi. Incat azi putem defini imaginatia ca fiind *acel proces psihic al carui rezultat il constituie obtinerea unor reactii, fenomene psihice noi pe plan cognitiv, afectiv sau motor.*

Deci nu vorbim de imaginatie doar in pictura sau poezie, ci si in matematici sau balet. Chiar si in domeniul afectiv poetii pot aduce un sunet nou. Originalitatea unui poet, sa zicem Marin Sorescu, nu consta numai in metaforele sale, ci si in modul de a trai diferite situatii si evenimente. Intr-un fel au trait iubirea poetii romantici si altfel o simte un poet contemporan. Ei insufla anumite atitudini care uneori devin o moda.

Desi dezvoltarea imaginatiei la un inalt nivel e caracteristica omului, germenii ei pot fi descoperiti si in conduita unor animale superioare. Iata un exemplu, povestit de un scriitor. Avea un caine de rasa, foarte rasfatat, caruia ii placea sa doarma intrun fotoliu foarte confortabil. Intr-o zi, venind din alta parte, catelul constata ca stapanul sau sta asezat tocmai in fotoliul sau preferat. Dupa ce se invarte de cateva ori nemulțumit, se indreapta spre usa de iesire afara si scanceste pentru a I se da drumul. Scriitorul se scoala si se duce sa o deschida, dar, in acel moment, cainele se repede triumfator si se aseaza la locul sau preferat. Desigur, acest truc a fost rodul imaginatiei sale, n-avea cum sa fi fost invatat.

Creativitatea este o capacitate mai complexa. Ea face posibila crearea de produse reale sau pur mintale, constitund un progres in planul social. Componenta principala a creativitatii o constituie imaginatia, dar creatia de valoare reala mai presupune si *o motivatie, dorinta de a realiza ceva nou, ceva deosebit.* Si cum noutatea, azi, nu se obtine cu usurinta, o alta componenta este *vointa, perseverenta* in a face numeroase incercari si verificari.

In afara de aceste aspecte, daca nu creativitatea, cel puțin imaginatia este necesara fiecarui dintre noi in conditiile vietii obisnuite. O echipade psihologi de la Universitatea Harvard a studiat caracteristicile psihice ale unor muncitori instabili, cei care creaza fluctuatia fortei de munca, aspect stanjenitor pentru managerii intreprinderilor. Sunt acele persoane care azi se angajeaza intr-o fabrica, dar dupa o luna-doua, pleaca in alta parte, dar nici aici nu stau mult s.a.m.d. Examinarea a aratat ca majoritatea lor erau lipsiti de imaginatie, in sensul de a nu fi capabili sa-si imagineze cum de ceilalti vad lucrurile altfel, au alte opinii, alte valori. Numim aptitudinea de a te identifica cu o persoana si a vedea lumea cu ochii ei, cu mentalitatea ei – *empatie*. **Empatia** presupune putina imaginatie care inasa lipsea muncitorilor amintiti mai sus si de aceea ei aveau numeroase neintelegeri, ducand fie la parasirea institutiei, fie la demiterea lor. Absenta capacitatii empatice ar explica, dupa aceiasi cercetatori, si mai multe din divorturi, unii dintre cei casatoriti nefiind capabili de empatie, deci sa-si imagineze alte dorinte, alte interese decat cele personale, ceea ce devine usor sursa de conflict. Iata ca, macar sub aceasta forma, imaginatia este o insusire valoroasa, importanta pentru o convietuire armonioasa.

Procesele de reglare a comportamentului

MOTIVAȚIA

Motivatia reprezinta totalitatea mobilurilor interne ale conduitei, înnascute sau dobândite care determina individul sa actioneze. Sursa actiunii este data de interactiunea dintre individ si mediu. Motivele, în conditii externe date, declanseaza, sustin si orienteaza activitatea. Luând conceptul generic de trebuinta sau motiv se realizeaza clasificari astfel:

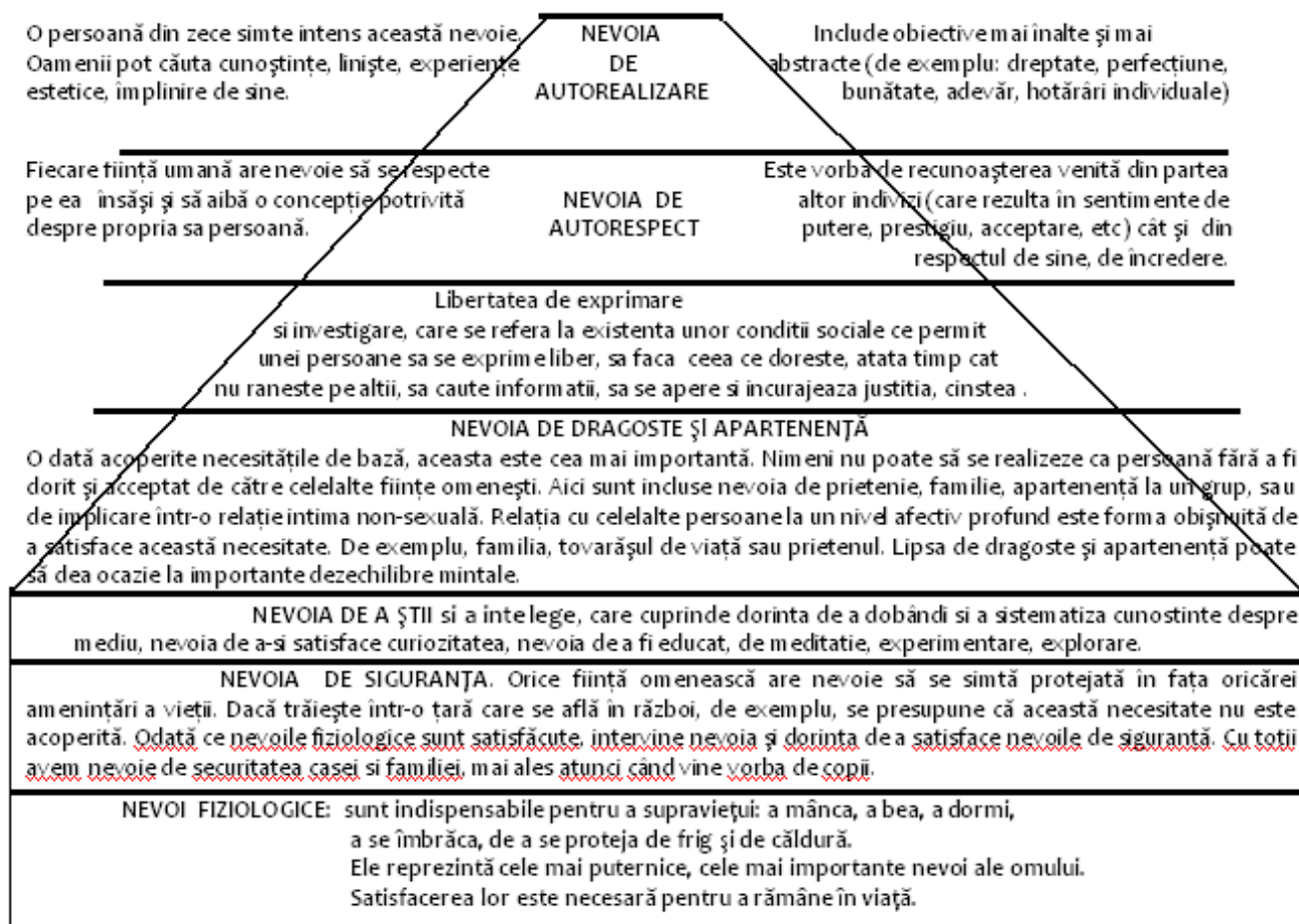
- *trebuinte primare,*
- *trebuinte secundare;*
- *motivatie intrinseca* – motivele realizării unei activități sunt exterioare actiunii în cauza.,
- *motivatie extrinseca* – motivele nu depind de vreo recompensa din afara activitatii.

Maslow organizeaza trebuintele pe mai multe paliere, rezultând o piramida a trebuintelor umane. Reusita unei actiuni depinde de prefigurarea scopului unei actiuni si a nivelului la care se situeaza scopurile. Aici se impune distinctia între nivelul de aspiratie si cel de expectanta. În timp ce nivelul de aspiratie ar constitui o proiectare a personalitatii, a trebuintei de autorealizare sau performanta, nivelul de expectanta are în vedere întotdeauna situatii concrete si se bazeaza pe o estimare, pe un calcul al sanselor.

PIRAMIDA LUI MASLOW

Fiintele umane sunt motivate de anumite nevoi nesatisfacute, nevoile situate pe treptele inferioare ale piramidei trebuie satisfăcute înainte de a se putea ajunge la cele superioare. Omul nu este împins sau atras numai de forte mecanice, ci mai degrabă de stimuli, obiceiuri sau impulsuri instinctive necunoscute. Nevoile respective se deosebesc prin faptul că au un grad de intensitate diferit, unele fiind mult mai puternice decât altele. Aceste nevoi principale sunt așezate la baza piramidei, iar cu cât se urcă spre vârful piramidei, cu atât importanța, primordialitatea lor scade.

Succesul unei acțiuni se datorează angajării unui nivel optim al motivației, definit în funcție de dificultatea sarcinii, de capacități, de echilibrul temperamental și cel emoțional. Nivelul minim de activare și excesul de motivație se soldează cu efecte negative asupra acțiunii.



VOINȚA

Sunt împrejurări de viață când este mai dificil și necesită o încordare mai mare stăpânirea de sine, menținerea, prin forța voinței, a calmului, a lucidității, a puterii de discernământ. Efortul voluntar exprimă caracteristica specifică cea mai importantă a voinței prin care se deosebește de toate celelalte procese psihice. Constă într-o mobilizare a resurselor fizice, intelectuale, emotionale prin intermediul mecanismelor verbale. Din punct de vedere neurofuncțional, efortul voluntar reprezintă o organizare a activității nervoase în jurul unui centru dominant care exprimă, în plan psihic, scopul acțiunii. Efortul voluntar este trait de persoană ca o stare de tensiune, de încordare internă, de mobilizare a tuturor resurselor în vederea depășirii obstacolului.

Voința se definește ca proces psihic complex de reglaj superior, realizat în mijloace verbale și constând în acțiuni de mobilizare și concentrare a energiei psihonervoase în vederea biruirii obstacolelor și atingerii scopurilor conștiente stabilite. Reglajul voluntar se manifestă și ca inițiere și

sustinere a actiunilor si activitatii si ca frana, ca diminuare, ca amanare. si intr-un caz si in celalalt, este necesar efortul voluntar.

Vointa reflecta obstacolul care se interpune in calea atingerii scopului propus. Din punct de vedere psihologic, obstacolul nu se identifica nici cu un obiect sau fenomen al realitatii si nici cu rezistenta interna resimtita de om in desfasurarea unei activitati, ci reprezinta o confruntare intre posibilitatile omului si conditiile obiective ale acelei activitati.

Functia specifica a vointei este cea de autoreglaj constient realizat prin mijloace verbale. Rolul vointei in viata psihica vizeaza implicarea acestui proces in coordonarea, reglarea tuturor actiunilor constiente ale omului. Vointa confera constiintei dimensiunea autoreglajului prin mijloace verbale.

Efortul voluntar este o mobilizare de resurse fizice, emotionale, intelectuale, prin intermediul energiei nervoase. Intre obstacol si efortul voluntar exista o anumita concordanta, care rezulta din experienta confruntarii cu obstacole sau situatii asemanatoare. Aceasta experienta se poate castiga in mod nemijlocit, dar si intr-o maniera mijlocita, prin invatare, educatie, imitatie. Resursele de efort voluntar nu sunt nelimitate, ci depind de energia nervoasa. De aceea, oamenii invata sa utilizeze efortul voluntar intr-o maniera eficienta, economica.

Calitatile vointei, integrate in structuri mai complexe, devin trasaturi voluntare de caracter. Alte insusiri volitive. Vointa omului se caracterizeaza si prin alte insusiri, cum sunt indrazneala, vitejia, barbatia, darzenia, disciplina. Ele, insa, constituie intr-o masura considerabila o imbinare individuala a calitatilor volitive examinate mai sus. intalnim oameni care se disting prin fermitate. Ei lupta eu o perseverenta exceptionala pentru transpunerea in viata a deciziilor lor. Se pare ca eforturile si energia lor nu au limita. Ei inceteaza nazuinta spre scop numai dupa atingerea lui sau convingandu-se in mod absolut de imposibilitatea realizarii deciziei luate. La fel de inalt pot fi dezvoltate independenta si stapanirea de sine. Oamenii cu nivel inalt de dezvoltare a unor anumite insusiri volitive sunt numiti pe buna dreptate oameni eu vointa de fier.

AFECTIVITATEA

Activitatea umana, in afara axei motivatie – scop, esentiala pentru buna ei desfasurare, trebuie sa dispuna si de un puternic suport energetic . Când ne intilnim cu o serie de situatii noi, neprevazute, când trebuie sa facem fata actiunii unor factori perturbatori, mijloacele pur intelectuale sunt absolut necesare, dar nu si suficiente. In asemenea imprejurari se impune reactivarea.

Acest lucru este posibil de realizat cu ajutorul unor noi procese psihice pe care le denumim procese afective . Omul nu se raporteaza indiferent la realitate, dimpotriva obiectele, fenomenele, evenimentele care actioneaza asupra lui au un ecou, o rezonanta in constiinta sa, trezesc la viata anumite trebuinte, corespund sau nu nevoilor lui, ii satisfac sau nu interesele, aspiratiile idealurile. In cadrul proceselor afective pe prim plan se afla nu atât obiectul , cât valoarea si semnificatia pe care aceasta o are pentru subiect. Nu obiectul in sine este important ci relatia dintre el si subiect, pentru ca numai intr-o asemenea relatia obiectul capătă semnificatii in functie de gradul si durata satisfacerii trebuintelor . Desi strâns legate si in interactiune cu toate celelalte fenomene psihice, procesile afective au propriul lor specific.

Afectivitatea este o vibratie concomitent organica, psihica si comportamentala, ea este tensiunea intregului organism cu efecte de atractie a sau respingere, căutare sau evitare .

Procesele psihice care reflecta relatiile dintre subiect si obiect sub forma de trăiri, uneori atitudinile, poarta denumirea de procese afective . Cu o formula mai generala am putea spune afectivitatea reprezinta rezonanta lumii in subiect si vibratia subiectului in lumea sa .

Clasificarea proceselor afective:

Procesele afective primare au un rol caracter elimentar , spontan ,sunt slab organizate , mai aproape de biologic si mai putin elaborate cultural, ele tind sa scape constient , rational in categoria lor includem :

- a) tonul afectiv al proceselor cognitive , care se refera la reactiile emotionale ce insotesc si coloreaza afectiv orice act de cunoastere o senzatie , o amintire ...
- b) trairele afective de provenienta organica sunt cauzate de buna sau proasta functionare a organelor interne .
- c) afectele sunt forme afective simple , primitive si impulsive , puternice , foarte intense si violente , de scurta durata ,cu aparitie brusca si desfasurare impetuasa .

Procesele afective complexe beneficiaza de un grad mai mare de constientizare si intelectualizare .

Cuprind :

- a) emotiile curente care sunt forme afective de scurta durata , active , intense , provocate de insusirile separate ale obiectelor .
- b) emotiile superioare , legate nu atat de obiecte , ci de o activitate pe care o desfasoara individual .
- c) dispozitiile afective sunt stari difuze , cu intensitate variabila si durabilitate relativa .

Procesele afective superioare se caracterizeaza printr-o mare structurare si raportare valorica , situata nu la nivel de obiect , ci la nivel de personalitate depasind prin continutul si structura lor starile emotionale dispartate si tranzitorii .

- a) sentimentele sunt trairi afective intense , de lunga durata , relativ stabile , specific umane , conditionate social – istoric .
- b) pasiunile sunt sentimente cu o orientare , intensitate de gradul de stabilitate si generalitate foarte mare , antrenind intreaga personalitate.

Trebuie distinse doua mari forme de afectivitate , si anume afectivitatea individuala care este generata si traita de individ in functie de particularitatile sale psihoindividuale , fara ca ea sa influenteze starile afective ale altor persoane, si afectivitatea de grup sau intragrupala , care viseaza combinarea spontana a emotiilor si sentimentelor individuale , soldata cu aparitia unor stari afective comune , ce este traita si impartasita de toti membrii grupului.

ATENȚIA

Dintre toate formele de manifestare a vieții psihice, atenția este, în explicațiile curente, cel mai frecvent asociată cu performanța. Chiar dacă reușita sau eșecul într-o activitate se datorează în realitate bunei sau slabei funcționări a altor domenii ale psihicului cum sunt procesele senzoriale, memoria, gândirea ori structurile motivaționale, atenția este cea la care apelăm în mod curent pentru a ne justifica prestația.

Selecția atențională constă în stabilirea voită sau automată a unor priorități. Omul trăiește într-un mediu foarte complex; în fiecare moment al vieții noastre, o adevărată avalanșă de stimuli senzoriali adesea dispuși aleator și cu evoluție imprevizibilă ne bombardează analizatorii. Resursele noastre de prelucrare a informațiilor ce vin spre noi sunt însă limitate (după unele estimări, în fiecare secundă a vieții, asupra analizatorilor acționează un volum de aproximativ 100 000 biți de informație, din care putem prelucra conștient doar între 25 și 100 biți – Miclea, 1999). Apare așadar necesitatea logică a unei selecții.

Formele atenției

Susținerea atențională a activității este un domeniu complex care îmbracă forme particulare în momente diferite în funcție de sarcina efectuată dar și de particularitățile subiectului. În funcție de prezența sau absența intenției de a fi atent, a depunerii unui efort voluntar în vederea atingerii unui scop stabilit, atenția poate fi involuntară, voluntară și postvoluntară.

a) Atenția involuntară este forma elementară și naturală a atenției. Specificul ei este declanșarea și susținerea spontană, neintenționată, fără ca subiectul să-și propună să fie atent ori să depună un efort în acest sens. Din punct de vedere comportamental, atenția involuntară este explicată prin prisma *reflexului necondiționat de orientare*, ce apare atunci când ne confruntăm cu stimuli noi, cu apariție bruscă ori neașteptată.

b) Atenția voluntară este forma superioară și specific umană a atenției. Ea constă în orientarea selectivă și concentrarea deliberată asupra unui obiect, sarcini sau activități și în menținerea acestei focalizări cât timp este necesar pentru finalizarea unei activități și atingerea scopului propus. Este intrinsec legată de existența unei intenții, a unui scop conștient formulat și asumat. Un rol deosebit de important în acest proces îl au mecanismele verbale, ce funcționează ca o comandă internă în baza unui suport motivațional adecvat: „*trebuie să fiu atent...să mă concentrez...să urmăresc ce se întâmplă*”.

c) Atenția postvoluntară. Desfășurarea repetată a unei sarcini asumate conștient și voluntar face în timp ca aceasta să treacă de sub tutela procesărilor controlate sub cea a procesărilor automate. Astfel, dacă la început, schimbarea vitezelor autoturismului ne solicită intens atenția voluntară, fiind necesar să ne concentrăm asupra fiecărei manevre efectuate, cu exercițiul, putem să facem acest lucru fără un efort deosebit; mai mult, în același timp avem și controlul volanului, al pedalelor, ne orientăm pe șosea și putem asculta știrile la radio ori angaja într-o conversație. Aceasta întrucât activitățile menționate au devenit automate. Așa cum am arătat, cele mai importante premise ale automatizării sunt repetiția și invariabilitatea sarcinii (se desfășoară întotdeauna în același fel).

Structura și dezvoltarea personalității

Personalitatea

Personalitatea constituie o problemă complexă a psihologiei, complexitate dată de cele peste 100 de definiții de care aceasta a beneficiat de-a lungul timpului și până în prezent.

H. Pierson definește personalitatea ca fiind "organizare dinamică a aspectelor cognitive, afective, conative, fiziologice și morfologice ale individului". Această organizare dinamică se manifestă prin conduita omului în societate. Ea se formează în procesul de interacțiune dintre individ și lumea obiectivă.

Trăsăturile de bază ale personalității sunt:

- ↳ Aptitudinile,
- ↳ Temperamentul,
- ↳ Caracterul.

Succesele ce se obțin în cadrul unor domenii ale activității umane presupun existența unor însușiri psihice, denumite *aptitudini*. Acestea reprezintă particularitățile individuale ale oamenilor care se constituie ca o condiție a realizării unor activități la un nivel superior. Astfel, orice însușire considerată din punct de vedere al rezultatelor obținute, este o aptitudine.

Aptitudinile sunt fie ereditare fie se dezvoltă în cursul unei activități în funcție de mediu și de educație.

O formă superioară de manifestare a aptitudinilor este *talentul*.

Talentul se definește ca ansamblul dispozițiilor funcționale, ereditare și a sistemelor operaționale dobândite ce mijlocesc performanțe deosebite și realizări originale în activitate.

Forma cea mai înaltă de dezvoltare a aptitudinilor care se manifestă într-o activitate creatoare de însemnătate istorică o constituie geniul.

Tipuri de aptitudini:

a) generale:

- memoria
- spiritul de observație
- atenția
- inteligența

b) speciale:

- aptitudini tehnice
- aptitudini psihomotorii
- aptitudini senzoriale
- aptitudini speciale
- aptitudini de conducere și de organizare

- în sens larg, personalitatea definește ființa umană considerată în existența ei socio-cultural;
- este un sistem - biologic
 - psihologic > care se formează pe parcursul existenței
 - social
 - cultural,

- este unică și originală. Nu există doi oameni identici ;
- subiectul uman privit sub trei aspecte <
 - omul care muncește
 - omul care gândește
 - omul care dă valoare vieții
- pe baza cunoașterii structurilor de personalitate se pot face previziuni asupra reacțiilor și conduitei subiectului;
- EUL - subiectul la nivelul căruia se întretaie trei predicate < - a avea
 - a fi
 - a gândi;
- rodul tuturor experiențelor acumulate de subiect în viață: corporale, sociale, spirituale
- presupune diferențieri ce au în vedere calitățile unei persoane
 - [individ - caracterul unui organism de a fi indivizibil (*indiferență*)
 - individualitate - individul luat în ansamblul proprietăților sale
 - persoană - nu sunt persoane decât oamenii (*statistic*)
 - personalitate - atributele și valorile unei persoane (*respect*)]

FACTORII FUNDAMENTALI AI DEZVOLTĂRII PSIHICE, AI FORMĂRII PERSONALITĂȚII

1 .Ereditatea este primul factor fundamental al dezvoltării personalității și primul care se manifestă (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.

2. Mediul este al doilea factor fundamental al personalității.

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 – se numește mediu. Pentru om este important și mediul natural dar cea mai mare influență este exercitată de componentele socio-culturale.

Mediul exercită influențe variate și caracteristice pentru fiecare vârstă , acestea definesc **nișa de dezvoltare** care se referă la :

- obiecte și locuri accesibile copilului în cadrul aceluiași 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.

3 .Educația – este cel de-al treilea factor fundamental al dezvoltării personalității

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.

ETAPE ÎN DEZVOLTAREA PERSONALITĂȚII

1. Copilăria și formarea bazelor personalității

- personalitatea nu se manifestă imediat după naștere, chiar dacă unele particularități temperamentale pot fi deja constatate
- după trei ani se conturează componentele de bază ale personalității

2. Preadolescența și adolescența – etape semnificative în dezvoltarea personalității

- acum au loc schimbări importante la nivelul personalității . se dezvoltă capacitățile și aptitudinile și se manifestă talentul pentru noi domenii
- creativitatea se exprimă în preadolescență printr-un spor de fluiditate, iar în adolescență prin creșterea originalității

- procesul transformărilor caracteriale este răscolitor , tensionat, devenind o adevărată criză de dezvoltare ce a fost numită „criza de originalitate a adolescentului”
- se consolidează trăsăturile de personalitate formate în copilărie, altele evoluează și se schimbă

3. 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
- componentele temperamental-caracteriale sunt stabilizate și consolidate fără a fi rigide și exprimă un nivel nou al maturizării personalității

4. Bătrânețea și schimbările caracteristice ei în funcționarea personalității

- 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.

TEMPERAMENTUL

Formă de manifestare a personalității sub, aspectul energiei, rapidității regularității și intensității proceselor psihice. Este latura dinamică a personalității cu influență asupra caracterului.

= *temperamentum* (a amesteca pt. a dilua)

- dat de ereditate
- se constituie ca urmare a activității nervoase superioare
- ceea ce este dat de la părinți
- caracteristici înnăscute
- latura dinamico-energetică a personalității
 - dinamic-iute, lent, mobil, rigid
 - energetic-energic, rezistent, exploziv sau inversul lor
- firea unui individ
- reactivitatea la stimuli emoționali
- nu se schimbă în mod esențial, presupune însă o evoluție prin influențe
- există tot atâtea temperamente câți oameni există, din necesități de cunoaștere s-au grupat în 4 tipuri de temperament
- nu este influențat direct de conștiință
- implică dispoziția afectivă persistentă

Clasificarea clasică desemnează patru tipuri de temperamente:

1. *Sanguinic* – rapiditate, vioiciune, calm, intensitate a emoțiilor și superficialitate a sentimentelor, năzuită spre schimbare, instabilitate a intereselor și înclinațiilor, distribuție și comutare ușoară a atenției, maximă adaptabilitate, rezistență, menținere a rezistenței și echilibrului psihic.

2. *Flegmatic* – calm, lentoare, slabă reactivitate afectivă, durabilitatea sentimentelor, răbdare naturală, înclinație spre rutină, refuz pentru schimbări.

3. *Melancolic* – capacitate de lucru redusă în condiții de suprasolicitare, slabă rezistență neuropsihică, sensibilitate acută.

4. *Coleric* – nestăpânire se sine, impulsivitate, agitație tumultozitate, nerăbdare, explozivitate emoțională, oscilați între activism impetuos și depresie, înclinație spre stări de alarmă și angoasă.

CARACTERUL

Caracterul este un mod de a fi

- întrunește însușiri sau particularități privind relațiile pe care le întreține subiectul uman cu lumea și valorile după care el se conduce

- = *character* (structura, tipar, pecete)
- format pe parcursul existenței
 - rezultat al influențelor culturale și al educației
 - angajează responsabilitatea persoanei
 - se află în legătură cu fenotipul
 - latura relațional-valorică a personalității
 - relațiile- individului cu mediul
 - valorile- dintre care se consideră a fi importante: adevărul, binele, frumosul
 - se formează pe parcursul adaptării la un sistem
 - afectivitatea, motivația au rol important
 - se modifică în timp
 - se construiește pe baza temperamentului
 - rezultă prin cultivarea trăsăturilor înnăscute, prin valorificarea însușirilor sistemului nervos, a organizărilor instinctive(un nucleu de trăsături esențiale)
 - este influențat de conștiință care își exercită controlul prin gândire, voință

CREATIVITATEA

Creativitatea este o capacitate complexă. Ea face posibilă crearea de produse reale sau pur mintale, constituind un progres în planul social. **Componenta principală a creativității o constituie imaginația**, dar creația de valoare reală mai presupune și o **motivație, dorința de a realiza ceva nou, ceva deosebit**. Și cum noutatea, azi, nu se obține cu ușurință, o altă componentă este voința, perseverența în a face numeroase încercări și verificări.

Creativitatea, presupune trei însușiri:

- Fluiditate - posibilitatea de a ne imagina în scurt timp un mare număr de imagini, idei, situații etc. ; sunt oameni care ne surprind prin ceea ce numim în mod obișnuit ca fiind "bogăția" de idei, viziuni, unele complet năstrușnice, dar care noua nu ne-ar putea trece prin minte.
- Plasticitate constă în ușurința de a schimba punctul de vedere, modul de abordare a unei probleme, când un procedeu se dovedește inoperant ; sunt persoane "rigide" care greu renunță la o metodă, deși se vedește ineficientă ;
- Originalitatea este expresia noutății, a inovației, ea se poate constata, când vrem să testăm posibilitățile cuiva, prin raritatea statistică a unui răspuns, a unei idei. Neîndoindu-ne, ne gândim la raritatea a ceva util, altfel ar trebui să apreciem favorabil bolnavii mintal care au tot felul de idei bizare, absurde.

Fiecare dintre aceste trei însușiri are însemnătatea ei ; caracteristica principală rămâne originalitatea, ea garantând valoarea rezultatului muncii creatoare.

Orice om normal poate realiza o îmbunătățire în munca sa, o mică inovație sau invenție. Ca dovadă că, în multe țări, numărul inventatorilor cu brevet este de ordinul zecilor și chiar al sutelor de mii.

Aspirația spre dezvoltarea spiritului creativ a dus la conceperea unor metode care, pe de o parte, să combată blocajele, iar pe de altă parte, să favorizeze asociația cât mai liberă a ideilor, utilizând astfel la maximum resursele inconstienței.

Brainstorming, ceea ce în traducere literară ar fi "furtuna, asaltul creierului" - în limba noastră noi o caracterizăm ca "asaltul de idei". Brainstormingul poate fi utilizat și în munca individuală, dar el este cunoscut mai ales printr-o activitate de grup, despre care vom vorbi imediat.

Conduita psihosocială

Imaginea despre sine și percepția socială a imaginii de sine

Imaginea de sine se referă la perspectiva individuală asupra propriei personalități.
= **modul subiectiv de reprezentare și evaluare pe care individul și le face asupra lui însuși, în diferite etape ale dezvoltării sale și în diferite situații în care se află.**

- Imaginea de sine ajunge sa contina cunostinte despre valorile si credintele, motivatiile si aspiratiile, trasaturile personalitatii noastre, ce capacitati avem si ce ne lipseste, ce succese am obtinut si ce esecuri, ce posedam spiritual si material, acceptari si respingeri din partea celorlalti.
- Imaginea de sine este si o constructie sociala pentru ca fara comparatia cu ceilalti, fara receptarea reactiilor celorlalti fata de noi nu reusim sa ne clarificam si sa ne verificam constatarile directe asupra propriei persoane.
- In psihologia sociala se pun cu precadere 3 probleme referitor la imaginea de sine:
 - In ce fel perceptia si reprezentarea despre noi insine depind de parerea celorlalti?
 - Cum se realizeaza perceptia despre celalalt?
 - In ce masura indiciile in legatura cu starea si intentiile unei persoane sunt utilizate pentru a crea imaginile si interpretarile asupra sa?

Formarea imaginii de sine

Formarea imaginii de sine depinde de 3 coordonate:

□ **EUL** = fiecare ne construim propria imagine despre noi, modul in care ne descriem, tipul de persoana care credem ca suntem.

= nucleul personalitatii, eu, ca persoana care ma cunosc stiu cum sunt din punct de vedere fizic, ce posed d.p.d.v. psihologic (cunostinte, deprinderi, aptitudini...) si ce fac d.p.d.v. social (ce roluri indeplinesc in societate)

3 planuri interdependente:

- Eul fizic (si material): particularitati fizice si materiale, ce este "al meu": haine, posesii...
- Eul psihic (si spiritual): valori, dorinte, aspiratii, insusiri de caracter si temperament, aptitudini.
- Eul social: calitati care se dezvoltă in contextul relatiilor si activitatilor cu ceilalti, parerile despre ceilalti (*de exemplu, două surori gemene – arata la fel, dar fiecare are alta perceptie asupra ei insisi, alta personalitate*)

□ **CELALALT** = constientizarea faptului ca ceilalti realizeaza asupra noastra o judecata ce are la baza modul in care persoana noastra e perceputa. Dinspre celalalt spre sine pot veni judecati subiective / obiective

(*de exemplu o studenta urata devine mai frumoasa pt ca ceilalti ii spun*)

□ **REFLECTIA EULUI** asupra imaginii de sine din perspectiva corespondentei sau necorespondentei intre aceasta si judecata celuiilalt. Aceasta poate da nastere unor sentimente pozitive sau negative si depinde de tipul fiecaruia de personalitate cum le recepteaza.

Imaginea de sine se formeaza incepand din copilarie (3 ani) pana in tinerete cand se dobandeste constiinta deplina asupra consecintelor propriilor comportamente.

*"ne cunoastem pe noi insine cunoscandu-i pe ceilalti
si ii cunoastem pe ceilalti cunoscand-ne pe noi insine"*

- ✓ Imaginea de sine depinde si se dezvoltă prin raportarea fiecaruia la diferitele grupuri din care face parte:
 - Grupuri primare – familia, prieteni foarte apropiati;
 - Grupuri secundare – formate pe baza similitudinilor de practica: clasa, grupul de munca, grupul religios, partide politice...);
- ✓ Un rol f important: compararea sociala (teorie in psihologia sociala) = ne comparam in general cu persoane care ne seamana, intrucat cineva prea diferit nu poate fi considerat punct de reper (un rocker nu se poate compara cu un manelist)

Perceptia sociala a imaginii de sine

- Reprezinta ceea ce gandesc ceilalti despre noi, despre modul in care aratam, cum ne purtam, despre cine suntem si cum suntem.
- Distinctia intre 2 puncte de vedere:
 - Al celuiilalt despre *eu*

- Al *eului* despre parerea celuiilalt asupra sa
- Celalalt poate avea *rol pasiv* – e doar un termen de comparatie (tinerii pe care ii vad pe strada) sau un *rol activ* – e creator de reguli de apreciere (grupul de prieteni – rock-eri)
- Parerile celuiilalt de care tinem seama au roluri diferite in propria noastra evaluare:
 - Evaluare estetica – daca arat bine sau nu;
 - Evaluare globala – sa cunosc pozitia sociala, locul in grup;
 - Evaluare capacitatilor, performantelor – cat de bun sunt in raport cu media.
- Functie de tipul de personalitate, nivelul de educatie, categoria profesionala - unii sunt mai mult sau mai putin dependenti de parerea celorlalti.

Relațiile interpersonale. Rolul lor în formarea și dezvoltarea personalității

Relațiile între persoane se stabilesc în cadrul grupurilor sociale.

Prin grup social – înțelegem un ansamblu uman structurat ale cărui elemente se influențează reciproc.

Exemple :

- colectivul de elevi
- familia
- echipa de lucru
- echipa sportivă
- locatarii unui bloc
- vecinii de pe o stradă
- personalul unei firme
- banda de hoți, - etc

Clasificarea grupurilor

- grupul – de apartenență – în care subiectul este implicat efectiv
 - de referință – din care am dori să facem parte
 - de vârstă
 - de presiune – constituit pentru a apăra niște obiective, interese
- statut = poziția unei persoane în grup
- rol = conduita, comportamentul pe care îl avem conform statutului
- Forme ale relațiilor cu ceilalți:
 - egoismul
 - altruismul
 - cooperarea
 - empatia

Comportamente pro și antisociale

COMPORTAMENTUL

- **prosocial** - este un comportament *intenționat*, realizat în afara obligațiilor profesionale și orientat spre
 - conservarea și promovarea valorilor sociale
 - forme de comportament : - *cooperarea*
 - *sprijinul*
 - *toleranța*
- **antisocial** - este un comportament care *sfidează* ordinea socială convenită, contrariază prin neluarea
 - în seamă a normelor și a instituțiilor sociale
 - este - fie voit, intenționat cu încălcarea în mod conștient a legilor juridice și a normelor
 - morale
 - fie manifestat de persoane bolnave cu tulburări de comportament grave
 - forme de comportament : - *agresivitatea*.