

## OBIECTUL ȘI PRINCIPIILE PSIHOLOGIEI

Psihologia este știința centrală despre om, care se ocupă cu studierea și cercetarea relațiilor, stărilor, funcțiilor, proceselor, fenomenelor și sistemelor psihice, precum și a interrelațiilor dintre ele și a realității umane.

Ca știință, se ocupă cu descrierea și cu explicarea fenomenelor psihice.

Elementele componente ale Psihologiei generale sînt:

Procesele psihice cognitive senzoriale (senzații, percepții și reprezentări): procese ale cunoașterii logice (gîndirea, memoria și imaginația); procese psihice afective (emoții, sentimente și pasiuni) și procese psihice volitive (voința);

Fenomenele psihice: activități psihice (limbajul, învățarea și creația) și însușirile psihice (temperamentul, aptitudinile și caracterul), care constituie de fapt baza structurală a personalității.

Condițiile care stimulează și facilitează procesele, activitățile și însușirile psihice (motivația, deprinderile și atenția) toate acestea constituind de fapt partea I-a a volumului «ELEMENTE DE PSIHLOGIE GENERALĂ».

Psihologia generală, ca știință umanistă, utilizează și beneficiază o serie de principii științifice:

**Principiul autodeterminismului relațional și subiectiv** (întreaga viață psihică este determinată de realitatea înconjurătoare motivat, relațional și subiectiv).

**Principiul elaborării social-istorice a psihicului** care definește particularitățile psihicului uman în raport cu psihicul animal.

**Principiul proiectării subiective a realității** (proiectarea subiectivă este activă, proiectarea este procesuală și în final este subiectivă, aparținînd unui subiect și nu se epuizează).

**Principiul mijlocirii neurodinamice a proiectării subiective** (proiectarea nu se realizează direct ci mijlocit).

În literatura de specialitate se mai amintește și de alte principii: principiul dezvoltării, principiul constructivismului, principiul unității conștiinței și activității.

Alături de principiile psihologiei științifice această disciplină mai beneficiază și de anumite metode de cercetare principalele dintre care sînt:

— Metoda observației: autoobservația (consemnarea propriilor manifestări și conduite) și observația externă (orientată asupra altcuiva);

— Experimentul, provocarea intenționată a unui fenomen psihic, care poate fi experimentat în laborator ori experimentat natural;

— Metoda genetică și comparată (originea și evoluția fenomenelor psihice și a comportamentului pe plan individual — ontogenetic);

— Metoda biografică și a analizei proceselor activității;

— Metoda analizei psihopatologice;

— Metoda evaluării prin teste și instrumente psihologice;

— Metoda modelării și simulării cibernetice;

— Metoda statistico-matematică (dinamica și interacțiunea proceselor psihice).

Conținutul metodelor de cercetare în psihologie va fi tratat în volumul II al lucrării intitulat «ELEMENTE DE PSIHODIAGNOSTIC».

Psihologia ca știință inter și multidisciplinară, transdisciplinară are un sistem ramificat de discipline teoretice și aplicative. Dintre acestea, pe viitorul medic îl interesează psihologia medicală, care, de fapt, va constitui volumul III al lucrării respective.



## SENZAȚIILE

**Conceptul de sensibilitate în psihologie.** În cadrul procesului de cunoaștere a lumii subiective și obiective, senzațiile sînt procese psihofiziologice și psihice primare și fundamentale, prin intermediul cărora, în conexiuni și recombinații permanente, este posibilă realizarea devenirii ființei umane și a progresului tehnologic. În cadrul psihologiei umane și animale, senzațiile, în structura lor fundamental fiziologică, prin analizatori, în esență, se analogizează; diferența hotărîtoare apare la om — în sensul că senzațiile — ca procese psihice elementare, semnalizînd și reflectînd izolat, sub forma imaginilor simple și primare, însușiri concrete ale tuturor obiectelor, prin acțiunea directă asupra organelor de simț, rămîn totuși imagini senzoriale care au o cu totul altă semnificație ontogenetic-culturală, în sensul devenirii omenescului istoric, prin forța de memorizare și spiritualizare, depășind figurile psihofiziologice, prin stilizarea arhetipală a modernismului profesional, tehnologic, civilizat, cultural, în cadrul ciclului natural și artificial de existență, cunoaștere și progres.

Un preconcept, dar care de cele mai multe ori reprezintă același lucru sau are aceeași semnificație, al senzațiilor, este sensibilitatea; sensibilitatea este cea mai generală noțiune care aparține materiei vii, de la organismele unicelulare la cele superioare, cum este omul. Sensibilitatea este însușirea sau proprietatea fundamentală a materiei vii, în sens funcțional, deci, a organismelor de a fi excitate și de a se cunoaște afectele prin semnalizări dispozitive, prin încrustări genetice și pe parcursul evoluției, dobîndite, învățate, scăpînd de lumea reflexelor necondiționate și ajungînd în lumea reflexelor condiționate — spre o libertate de individualism cu iradiații insuficient determinate de unicitate și iritabilitate.

Sensibilitatea este specifică organismelor dotate sau care posedă un sistem nervos; ea reprezintă stimulii interni sau externi, pe care îi traduce, îi realizează în senzații. Sensibilitatea este calitativ superioară excitabilității, diferen-

fiind semnalizarea factorilor ambientali, în funcție de integritatea sau normalitatea organelor de simț, dar și de gradul sau nivelul de dezvoltare al sistemului nervos, prin care se realizează, la modul primar, reflectarea realității interne și externe a organismului.

Dacă nivelul primar al semnalizării îl reprezintă excitabilitatea, în cadrul psihologiei genetice, sensibilitatea reprezintă excitabilitatea senzorială, care diferențiază nivele calitative ale stimulilor, permițând integrarea percepției. Analizatorii vegetali, animalii și umani, fiind un produs al dezvoltării materiei vii, reprezintă interes psihologic dar și epistemologic, prin delimitarea a două relații:

— sensibilitatea se dezvoltă ca proces de adaptare a organismului la stimuli care concordă sau se identifică cu condițiile sale de existență; în acest sens organizarea senzorială este subordonată strategiei biologice a organismului;

— sensibilitatea se realizează prin structura unei logici treptate și progresive a realității; de acest reglaj, al adaptării senzoriale depinde complexitatea vieții umane în orientarea și adaptarea la mediu și al transformării lui.

În concluzie, sensibilitatea reprezintă o formă evoluată a adaptării îndeplinind o funcție de semnalizare, în raportul mijlocilor de mișcare și acțiune a comportamentului, la care se poate adăuga conduita internă și intimă care o anticipă pe cea externă-efectivă.

## ANALIZATORII

Analizatorii sînt aparate de semnalizare senzorială, specializate și autoreglabile ce îndeplinesc funcții de recepție, făcînd posibilă senzația. Fiecare analizator se compune din:

— receptorul sau segmentul periferic al analizatorului, care transferă energia excitațiilor externi în influx nervos;

— calea de conducere sau calea aferentă a influxului nervos ce constituie veriga intermediară (senzitivă, centripetă, care duce excitația la scoarța cerebrală) și face un prim filtraj al influxurilor nervoase;

— veriga centrală sau segmentul cortical (zona de proiecție), este de cea mai mare importanță și prezintă o zonă corticală specializată în operații de decodificare, de transformare a impulsurilor nervoase în fapt psihic, în senzații umane prin zone corticale de localizări funcțional-associative;



— conexiunea inversă sau aferența inversă, care participă la autoreglarea analizatorilor pentru receptarea cât mai deplină și fidelă a stimulilor; transmiterea impulsurilor nervoase ca mesaj autoreglator, de la centrii corticali spre periferia analizatorului; se realizează pe căi aferente care se găsesc în componența nervilor senzitivi.

Modificarea stării funcționale a analizatorilor este o reacție particulară a reacțiilor de adaptare a întregului organism. Cercetînd autoreglarea analizatorilor din punct de vedere al semnificației biologice a reflexelor care participă în această adaptare, se consideră că cea mai mare însemnătate o are aici interacțiunea reflexelor de orientare, adaptare și apărare. Funcția analizatorului este de a distinge diferiți stimuli care acționează asupra lui și de a efectua analiza sau diferențierea calitativă în cadrul fiecărui stimul. Aceasta implică o diviziune a analizatorilor care configurează un criteriu în clasificarea sau felurile senzațiilor.

#### DEFINIREA SFEREI ȘI CONȚINUTULUI NOȚIUNILOR PSIHOLOGICE DE SENZAȚII

**Senzațiile** sînt procese psihice elementare prin care se semnalizează și reflectă în mod izolat, sub formă de imagini primare și simple, însușirile concrete ale obiectelor și fenomenelor în condițiile acțiunii directe a stimulilor asupra organelor noastre de simț (asupra analizatorilor). Deci, senzațiile au caracter de semnalizare și reflectare nemijlocit, în contactul direct și concret cu stimulul. Senzațiile ne semnalizează despre ceea ce este și ce se întîmplă în jurul nostru, dar nu numai atît, ci și ceea ce se întîmplă în propriul nostru organism. De obicei, raportualitatea obiectiv- subiectiv- obiectiv.

În ceea ce privește însușirile obiectelor, acestea pot fi: culoare, greutate, gust, miros, temperatură, formă etc., iar imaginea primară ce are loc ca rezultat al contactului direct cu stimulii are și alte caracteristici:

- 1) durata senzației;
- 2) intensitatea senzației;
- 3) calitatea senzației;
- 4) tonalitatea afectiv-asociativă.

**Durata senzației**, este dată și condiționată de continuitatea acțiunii stimulului, căci la încetarea stimulării nemijlocite a receptorilor, încetăm să avem senzațiile și percepțiile respective.

**Intensitatea senzației** se apreciază ca fiind **proporțională cu forța stimulilor**; dar această proporționalitate nu depinde de tăria absolută a excitanților, ci este mai degrabă o funcție a intensității lor relative. Aceeași cantitate de excitant, să zicem un chibrit aprins, o percepem ca lumină puternică, în condițiile unui deplin întuneric în ambianță sau, abia o sesizăm ca stimul slab, dacă acționează într-o cameră puternic luminată.

Intensitatea proceselor senzoriale depinde de gradul de **excitabilitate a stimulului nervos**, precum și de **prezența unor dominante organice pentru stimulii respectivi**. Așa de exemplu, în starea de foame chiar cea mai mică stimulare alimentară este trăită intens de individ.

O altă însușire sau caracteristică generală a senzațiilor lor este **calitatea sau modalitatea lor**, adică modul de a fi vizuale, auditive, olfactive etc. Pentru reflectările elementare modalitatea este dată de însăși **specializarea analizatorilor**; pentru senzația și percepția optică dominante sînt însușirile vizuale ce se reflectă (formă, mărime, culoare, lumină), fără să excludem reacțiile, impresiile tactile, termice, etc.

**Tonalitatea afectivă**, este o caracteristică a proceselor senzoriale de a provoca în noi **o stare plăcută sau neplăcută**, de apropiere sau de respingere a realității pe care o reflectăm. Tonusul afectiv al senzorialității este reglat de centrul talamic și de hipotalamus, a căror acțiune este asociată cu satisfacerea sau nesatisfacerea unor necesități pe care le-am simțit în raport cu stimulii respectivi. În afara acestor însușiri sau caracteristici generale: durata, intensitatea, calitatea și tonalitatea afectivă a senzațiilor mai delimităm în cadrul proceselor senzoriale (în care intră percepția și reprezentările, caracteristici specifice), o serie de calități structurale ale senzațiilor care explică în fond, aportul senzorialității la cunoașterea mediului înconjurător, a realității. Aceste caracteristici specifice sînt:

- caracterul selectiv și al centrării dinamice pe obiect
- caracterul unitar și complex;
- aspectul constantelor în imagine și structurarea imaginii pe invariant;
- caracterul inteligibil și integrativ;
- caracterul de generalitate și proiectivitate.

În ceea ce privește prima caracteristică specifică a senzațiilor — **caracterul selectiv și al centrării dinamice pe obiect** — trebuie să subliniem **detectarea selectivă a stimulilor** (a informațiilor) și centrarea procesului senzorial pe



obiect, respectiv pe acele aspecte și elemente ale situației concrete cu care efectuăm în principal interacțiunea; este esențială în realizarea proceselor cognitive senzoriale. **Ea ține de însăși natura sistemelor noastre de echilibrare cu mediul.** Dacă aparatele senzoriale ar înregistra absolut toate informațiile, ca pe o bandă de magnetofon, noi nu am putea distruge nimic din acestea.

Caracterul selectiv al reflectării senzoriale este favorizat atât de factori obiectivi ca: noutatea stimulului, intensitatea, aspectul dinamic al fenomenului etc., cât și de factorii subiectivi personali: sarcina cognitivă pe care o avem în raport cu situația dată, legătura noilor informații cu cele anterioare, interesul pentru realitatea reflectată, dispoziția specială de percepție-recepție, frecvența unor stări afective pozitive sau negative față de stimulii în cauză.

Gradul de selectivitate al procesului senzorial este în funcție, printre altele, de însăși **faza de desfășurare în care se află procesul.** În genere, aceasta începe cu descentrarea și sesizarea difuză a stimulului, evoluind spre o centrare precisă, expresă și vectorizată asupra principalelor aspecte (informații), după care se continuă prin descentrare, angajând activitatea conștiinței în stimulări noi.

În viața de toate zilele este dificil și chiar imposibil practic de a diferenția senzațiile de percepții, care sînt în esență o reflectare a obiectelor în complexitatea însușirilor lor, iar fiziologic explicația constă în faptul că excitațiile care ajung la scoarța cerebrală, ca efect al stimulării simultane sau succesive a receptorilor de către diferite însușiri ale aceluiași obiect se leagă între ele, **continuînd o sinteză corticală** (percepția).

În acest sens vorbim despre percepții. Numai printr-un proces de analiză și abstractizare putem desprinde senzațiile.

**Deosebirea dintre senzații și percepții** se poate constata în mod concret în cazuistica neurologică și psihopatologică (agnoziile vizuale, pierderea capacității de recunoaștere a obiectelor). De asemenea, această delimitare se relevă și în cazul interoceptorilor (organele și țesuturile interne) și proprioceptorilor (receptorii din mușchi).

Ceea ce distingem în mod esențial la procesele senzoriale ale omului, spre deosebire de procesele senzoriale ale animalelor, este mai întîi aspectul cognitiv — senzațiile ca și percepțiile fiind procese de cunoaștere prin care ne informăm nemijlocit asupra realității; procesele senzoriale

sînt conștiente și pot fi exprimate și comunicate în mod voit.

Omul reacționează la toți stimulii din jur și în mod continuu, la situații ambigue, polivalente și de alternativă. În același timp, omul este mai puțin sensibil în unele privințe, decît unele animale: vîz — vulturul, ultrasunete — cîinele, razele infraroșii — furnicile.

Procesele senzoriale ajung să formeze în noi un cadru psihic sensibil de referință, în funcție de care ne orientăm practic în mediul fizic și, în parte, în cel social, realizînd adaptarea la mediu. La nivelul activității senzoriale, biologice, fenomenul adaptării constă în modificări funcționale, care instituie stări preparatorii, propice recepției informațiilor. Fenomenul adaptării constă într-o anumite dispoziție interioară a analizatorilor de a reflecta schimbările. Există în acest sens:

- a) adaptări de diferite nivele;
- b) adaptări musculare și de postură;
- c) adaptări motrice.

Există și o adaptare mintală, de dispoziție intelectuală, de a favoriza anumite recepții senzitive și de a filtra altele, de a nu ține seama de ele. Se ajunge la o autentică specializare a dispoziției senzoriale.

Senzațiile omului sînt și **produsul dezvoltării sale istorice** și se deosebesc calitativ de senzațiile animalelor, legate de trebuințele lor biologice. La om, munca a creat o sferă de trebuințe incomparabil mai mari decît la animale, iar activitatea de satisfacere a acestor trebuințe a dezvoltat activitatea motrică a omului și activitățile sale senzoriale.

Mediul social, în unitate cu cel biologic, aduce cu el munca, tehnica, arta, cultura, care modelează, complică și înmulțesc senzațiile, astfel încît, putem spune că la nivelul reflectării noastre senzoriale avem o **specializare socială a analizatorilor**, modelată de cultură (ontogenetică).

## CLASIFICAREA SENZAȚIILOR

Sînt utilizate mai multe criterii de clasificare a senzațiilor, dintre care două le menționăm:

- în mod tradițional, după tipul aparatului specializat pentru recepție sau după existența celor 5 organe de simț: vîzul, auzul, tactul, gustul și mirosul, etc ;



— după structura conținutului informațional, adică ce tip de însușiri sînt semnalizate prin acea modalitate senzorială. Astfel, s-au desprins 3 categorii de senzații, în funcție de organul receptor.

1) Senzațiile exteroceptive, care reflectă excitații din sfera corpului nostru, avînd două delimitări:

a) telereceptive (de la distanță: vizuale, auditive, olfactive);

b) tangoreceptive (prin atingere: cutanate și gustative).

2) Senzații proprioceptive, care reflectă poziția și mișcările corpului nostru, delimitînd:

a) senzații kinestezice;

b) senzații de echilibru.

3) Senzații interoceptive, care informează despre stările și modificările organelor noastre interne și a proceselor vegetative, în cîmpul esteziei generale se disting ca senzații de durere.

Evitînd prezentarea structurii și particularităților anatomofiziologice ale organelor de simț receptoare, menționăm caracteristicile principale psihologice ale senzațiilor, după criteriul ordinii importante pentru om.

**Senzații vizuale.** Datorită faptului că pot surprinde statistic cel mai mare număr de informații (aproximativ 90%), în condiții de telerecepție simultană; senzațiile vizuale sînt considerate «simțul central al realității obiective» și în același timp un principal «mijlocitor al practicii».

Senzațiile vizuale sînt determinate de acțiunea energiei radiante a luminii solare (sau a altor corpuri de iluminat), dată în diferite lungimi de undă electromagnetică; spectrul undelor electromagnetice descoperite pînă acum este cuprins între  $10^{-14}$  și  $10^{+8}$  milimicroni, iar spectrul vizual uman se realizează în jurul valorii de  $10^{-6}$  milimicroni. Ochiul uman s-a adaptat numai la anumite frecvențe și lungimi de undă cuprinse între 380—800 milimicroni, care de fapt cuprind oscilațiile corespunzătoare spectrului solar pe care noi îl reflectăm, descompunîndu-se într-un corp transparent, în care se disting 7 culori: roșu — oranj — galben — verde — albastru — indigo — violet (sau R.O.G.V.A. I.V.). Razele infraroșii și ultraviolete nu le percepem, ochiul nostru nu le recepționează. Orice senzații vizuale se caracterizează prin trei proprietăți:

— **tonul cromatic** care este determinat de lungimea de undă corespunzătoare și diferențiază culorile, alcătuiind spectrul; culorile albe și negru sînt acromatice (cu toate nuanțele de cenușiu);

- **saturația** care exprimă puritatea culorii;
- **luminozitatea** sau strălucirea culorii.

Combinarea acestor trei însușiri duc la diferențierea unui mare număr de nuanțe cromatice; un om obișnuit diferențiază circa 500 de nuanțe cromatice, pe când un pictor distinge câteva mii.

Toate nuanțele de culoare pot fi obținute pe calea legilor amestecului (Newton), din trei culori cromatice: verde — roșu — albastru. Cunoașterea legilor amestecului permite o mulțime de aplicări practice (grafică, pictură, industrie textilă).

Culorile au efecte emoționale, relaxante, ameliorând plăcut viața noastră cotidiană prin diferite contrastări cromatice.

**Senzațiile auditive.** Procesul auditiv se realizează în condiții de telerecepție. Excitațiile auditive produc cele mai importante efecte energizante asupra creierului. Omul nu este numai receptor de sunete ci și un emițător de sunete. În relațiile umane audição și emisia dobîndesc funcții privilegiate în realizarea comunicării, într-un complex configurativ verbal și muzical. Auzul, ca modalitate senzorială, este cel mai apropiat de procesele intelectuale prin factura discursivă, dar și datorită limbajului. Sistemul auditiv uman percepe sunete cu frecvențe de 16—22 000 cicl/s. Senzațiile auditive corespund la proprietățile sunetului fizic prin înălțimea raportată la frecvență, prin tărie sau intensitate raportată la amplitudine și prin timbru corespunzător caracterului sunetului. După timbrul sunetului (sau forma undei sonore), mai deosebim vocile și instrumentele muzicale între ele. În viața de toate zilele sunetele pe care le auzim sînt totdeauna complexe, cu semnificații diferențiate în procesul adaptării pozitive și negative. Auzul prezintă la om trei modalități: fizic, muzical și verbal.

**Senzațiile olfactive.** Senzațiile olfactive sînt strîns legate de senzațiile gustative, aflîndu-se în raporturi sinestezice. Senzațiile olfactive, ca instanță telereceptivă, semnalizează prezența substanțelor nutritive, de evitare a celor toxice, orientînd spațial direcțiile selecției în cadrul relațiilor sexuale la animale.

Mirosul are o componentă afectivă în legătură cu acțiunea substanțelor mirositoare asupra diverselor funcții ale organismului. Mirosurile pot fi stimulative, atractive, stenice sau inhibitoare, dăunătoare, repulsive. Senzațiile olfactive depind de proprietățile individuale ale substanțelor. Este dificil a se realiza o clasificare a lor. O clasificare va-



lidă este cea în mirosuri plăcute, neplăcute, ambigui. Henning a propus o grupare a mirosurilor după substanțele tipice propunând 6 forme fundamentale ale impresiilor olfactive: mirosuri de fructe, flori, smoală, cromatice, fetide și empireumatice. În general, clasificările senzațiilor olfactive sînt relative.

**Senzațiile gustative.** Gustul este considerat ca un detector ce contribuie la echilibrarea alimentară a organismului cu condițiile externe. Alături de durere, gustul dispune de cea mai pregnantă componentă afectivă, selectînd prin atracție sau respingere preferențiale. Gustul îndeplinește și funcții nemijlocit gustative, de reflecție a proprietăților fizico-chimice ale substanțelor. Henning propune un model tetraedric al gusturilor (sărat, dulce, acru, amar), în care se pot stabili relații directe sau mediate, indirecte. Diferențierea gusturilor este și în funcție de regimul alimentar și a condițiilor ecologice, în funcție de actul de consum. Sensibilitatea gustativă are factura gastronomiei regionale. Spectrul senzațiilor gustative rezultă din combinarea factorilor afectivi și gnostici. În degustație (vin, tabac, etc.), factorul afectiv introduce diferențierea și conferă semnificație. În dinamica gusturilor complexe există anumite contraste, care pun în evidență un gust contrar.

**Senzațiile cutanate.** Pielea, acest organ de simț fundamental, asigură mecanismul senzațiilor cutanate, prin trei sensibilități receptoare.

— sensibilitate tactilă (de atingere, de presiune — mîngîiere);

— sensibilitatea termică (cald — rece);

— sensibilitatea algică (de durere).

În practica medicală senzațiile cutanate pot fi suspendate pe trei căi: anestezie locală, rehanestezie și narcoză centrală.

Celelalte categorii de senzații: proprioceptive și interoceptive sînt studiate amănunțit, ca, de altfel, și cele menționate, în cadrul diverselor discipline medicale; noi am relevat doar cîteva caracteristici psihologice mai importante.