



PROCESE CORTICALE

Psihicul uman si structura sa

Psihicul, reprezinta o expresie a activitatii nervoase superioare si activitatii reflexe a creierului. Cercetarile experimentale si observatiile clinice nu au aratat ca orice interventie, orice tulburare a functionarii mecanismelor neurocerebrale (traumatisme cerebrale, ingerari de alcool sau substante toxice, droguri) produc tulburari ale activitatii psihice. Starea de excitatie a celulelor corticale se traduce prin accelerarea vietii psihice, prin exacerbarea unor acte comportamentale, in timp ce starea de inhibitie a celulelor corticale are ca efect scaderea ritmului activitatii psihice.

Psihicul uman prezinta interactiunea si unitatea structural-functionala a trei niveluri integrative principale : ***inconstientul***, ***subconstientul*** si ***constientul***.

Modelul personalitatii la S. Freud :

- ***Sinele***
- ***Eul (Ego)***
- ***Supraeu (Super-ego)***

Inconstientul reprez. nivelul primar al organizarii psihicului structurat pe baza trebuintelor biologice e innascute si a mecanismelor reflexe de satisfacere a lor. Ca urmare este construit din porniri instinctuale, pulsuni, trebuinte, stari afective, vise.

Sigmund Freud, creatorul teoriei psihanalitice, considera inconstientul ca fiind sediul dorintelor si actelor refulate (reprimite), al instinctului erotico-sexual, libidoul. Pentru Freud, intre inconstient si constient exista o delimitare transanta si o bariera impenetrabila. Nu putem avea acces direct la continuturile inconstientului, ci numai indirect prin intermediul manifestarilor sale deghizate, simbolice : visele din timpul somnului, ticurile, lapsusurile, substitutiile si inversiunile din vorbire, actele ratate.

Subconstientul se afla sub nivelul constientei si cuprinde memoria potentiala, inclusive ansamblul de deprinderi si operatii de care dispune subiectul. Subconstientul este rezervorul in care se conserva deprinderile, automatismele, amintirile, deci toate actele care au trecut odata prin filtrul constientei, s-au realizat cu efort, dar care se afla acum intr-o stare latentă, virtuala.

Subconstientul are o organizare sistemica apropiata de cea a constientei, el este mai mult orientat si compatibil cu constientul decat cu inconstientul. De altfel, rolul sau este de a media trecerile de la constient spre inconstient si invers.

Dominarea constientului de catre inconstient apare sa fie in starile de affect (puternice) descarcari emotionale, de scurta durata_ sau in starile propriu-zis patologice

care presupun o rasturnare a raporturilor firesti, inconstientul devenind reglator al conduitei (ca in psihoze, cele mai grave maladii psihice).



Constiinta

Dupa cum arata si etimologia cuvintului – con-stiinta, con-science, so-znanie - actul constient constituie procesarea unor informatii de care subiectul dispune in vederea descifrarii, intelegerii, interpretarii unui nou obiect sau fenomen intalnit. Subiectul isi da seama de aceste (obiect, persoana, situatie) si il reproduce in subiectivitatea sa sub forma de imagini, notiuni, impresii. In virtutea experientei anterioare obiectul are un ecou informational si imediat isi da seama ce reprezinta. Chiar si atunci cand obiectul este nou, reuseste prin comparare, analiza, discernere sa-l identifice macar o parte din trasaturi si astfel sa-l constientizeze.

Intentionalitatea si vointa isi manifesta prezenta orientand constiinta spre scopuri si antrenand eforturi voluntare in situatii dificile. Sub raport energetic, constiinta este sustinuta de motive si emotii, si implica dimensiuni afective si general motivationale.

Constiinta reflexive, specific umana, are o *structura logico-verbala* : tot ceea ce este constinet se conformeaza normelor logice ce permit accesul la essential, general sau categorical. Psihologii sustin ca avand o structura verbala in constiinta exista o stransa lagatura intre planul grammatical si semantic.

Campul de constiinta presupune suprapunerea peste campul perceptive a unui camp semantic, ceea ce permite, o tematizare selective cu anumite focalizari.

Constiinta are un caracter procesual, ea se realizeaza prin constientizarea ce se produce in punctele sale cheie, prin *salturi* sau efecte ale *starilor de constiinta*. *Starea de constiinta* este o iluminare brusca, subiectul isi da seama subit de ceva prin aparitia unei corelatii intre fenomene si ele capata o semnificatie.

Daca psihicul uman este, in fapt, un ansamblu de functii si procese psihice senzoriale (senzatii, perceptii, reprezentari), cognitive (gandire, limbaj, memorie) si reglatorii (motivatii, afectivitate, vointa) ce se afla in interactiune si sunt dispuse ierarhic, ***constiinta este expresia activitatii intregului sistem psihic pentru ca toate functiile participa la constiinta. Constiinta este o sinteza, o integrare de fenomene psihice care prin ele insele nu sunt constiente, iar unele dintre ele nici nu devin constiente, dar contribuie la constienta, sunt un suport al acesteia.***

Somnul si visele

Se spune ca o persoana traieste o stare modificata de constiinta atunci cand functionarea sa mentala pare schimbata sau iesita din comun. Unele stari modificate de constiinta, ca somnul si visele, sunt traite de toata lumea, altele apar in conditii speciale, ca meditatie, hipnoza sau drogurile.

Desi la prima vedere somnul pare sa aiba putine in comun cu starea de veghe, intre cele doua fenomene exista similitudini. In starea de vis gandim, desi tipul de rationament este foarte diferit de cele realizate in starea de veghe; ne putem aminti unele vise asa cum ne amintim evenimente din starea de veghe si nu suntem in intregime insensibili la mediul inconjurator.

Fazele somnului

Cercetarile psihologilor incepute in anii '30 au dus la descoperirea unor tehnici de masurare a profunzimii somnului si la stabilirea momentelor cand apar visele. Aceste cercetari masoara schimbarile electrice la nivelul scalpului si miscari oculare care apar in timpul viselor. Cand individual doarme, undele cerebrale devin mai putin regulate si scad in amplitudine. Faza a doua este caracterizata de aparitia unor faze si de o crestere si scadere brusca, si ocazionala a amplitudinii EEG (numita complex K). Fazele 3 si 4, caracteristice pentru un somn profund, sunt marcate de unde lente, cunoscute sub numele de unde delta.

Dupa aprox. o ora de somn se produce o noua schimbare : EEG devine foarte active (chiar mai active decat atunci cand persoana este treaza_ si se deceteaza miscari oculare rapide atat de pronuntate incat se pot vedea ochii persoanei adormite miscandu-se in spatele pleoapelor inchise. Acest stadiu este cunoscut sub numele de *somn REM*, iar celelalte patru stadii sub numele de somn non-REM(NREM). Stadiul 4 al starii de somn este cel mai relaxant si apar undele cele mai regulate si mai adanci. Aceasta se coreleaza cu afirmatia subiectului ca dormea foarte adanc si s-a trezit cu greu. Pe de alta parte, invidizii care se aflau in stadiul 2 au afirmat ca dormeau iepureste si le-a fost foarte usor sa se trezeasca.

Trecerea de la veghe la somn si durata acestora pe parcursul unei zile poarta numele de ritmuri circadiene (*circa* – aproximativ, *dies* – zi).

Ritmurile circadiene, numite si ritmuri diurne, sunt controlate de ceasul biologic intern. S-au facut experimente cerandu-le subiectilor sa traiasca o perioada de timp intr-un mediu in care nu existau posibilitati de apreciere a duratelor (camere inchise, lipsite de lumina sau alti stimuli externi). Desi ciclurile urmate de acesti subiecti au fost de 25 de ore, ei si-au pastrat pattern-ul general al perioadelor active si pasive.

Au fost elaborate diverse teorii ceea ce priveste motivele pentru care visam. Una dintre cele mai celebre teorii apartine lui Freud : ”Orice vis este realizarea unei dorinte”. Dar aceasta dorinta este intotdeauna mai mult sau mai putin deghizata. Visul arata, dupa Freud faptul ca inconstientul cu ajutorul preinconstientului este capabil de operatii de transpunere si deghizare, adesea foarte complexe. Prin acestea visul constituie, pentru Freud, calea privilegiata, “calea regala”, pentru a accede la cunoasterea

mecanismului inconstientului si pentru a dovedi indiscutabil existenta lui. Interpretarea unui vis va consta in trecerea de la *continutul manifest* la *ideile latente*. Freud analizeaza simbolismul visului. El crede ca mecanismele existenciales ale deghizarii sunt urmatoarele : visul *condenseaza* mai multe evenimente in unul singur si *deplaseaza* sarcina emotionala a unei idei asupra altei idei. Descifrarea visului se aseamana cu cea a unei limbi. Se decompune povestirea in diferitele sale elemente constitutive, apoi se incearca sa se gaseasca amintiri, idei, comparatii care se asociaza in mod liber cu fiecare dintre termenii visului. Aceasta este tehnica *asociatiilor libere*.

Freud si-a fondat o mare parte din teoria sa psihanalitica pe interpretarea viselor. In teoria sa despre personalitate el a infatisat mintea ca pe un aisberg cu o singura parte –eul, la nivel constient, si celelalte doua parti – sinele si supraeul – ingropate in inconstient.

Deoarece sinele si supraeul se manifesta continuu prin solicitari care incearca sa ajunga la eu, acesta trebuie sa se autoprotejeze. Exigentele sinelui si ale supraeului sunt considerate prea amenintatoare ca sa fie admise de constient. Chiar si in vis aceste solicitari trebuie sa fie facute intr-o forma deghizata. Elaborarea visului este termenul utilizat de Freud pentru a descrie deghizarea avcestor dorinte si impulsuri.

Totusi, alti cercetatori au pus la indoiala aceste idei. Daca rolul visarii este de a satisface dorinte inconstiente, atunci e foarte greu de explicat de ce copiii si animalele viseaza atat de mult. Dupa Freud, cel putin la copiii foarte mici nu s-au format inca traumele si dorintele ascunse pe care ei trebuie sa le reprime ca sa nu poata fi decelate de constient – si totusi copiii viseaza foarte mult.

Evans sustine ca visarea permite creierului sa ordoneze si sa organizeze o multitudine de impresii senzoriale primite in timpul zilei pentru a alege pe care ce vor fi uitate de cele care vor fi rememorate ulterior. Acesta ar putea explica constatarile ca indivizii private de somn devin paranoici ca si cum and nu ar mai putea vedea lucrurile in perspective. Multi dintre voi au avut experienta de a adormi cu o problema in minte si au constatat adesea ca aceasta pare mai putina dificila dimineata. Se crede ca prin capacitatea de a organiza gandurile si de a uita lucrurile nerelevante, ne este favorizata o perspectiva asupra lucrurilor, in timpul somnului si a viselor.

