

Rui Henriques
25. 2. 2013 20 (Vinte) Valores

Reflexão Pessoal – Percepção, Aprendizagem e Memória

Ao longo do 2º período, realizámos diversos trabalhos de grupo acerca da Percepção, Aprendizagem e Memória e eu irei falar um pouco acerca de cada um desses temas e no fim de cada apresentação sintetizada, apresentarei uma pesquisa pessoal para passar da parte teórica para exemplos reais e, quem sabe conhecidos.

Percepção

Através da percepção conhecemos o mundo que nos rodeia, isto é, contactamos com as pessoas, situações, objectos, acontecimentos e pessoas presentes num aqui e num agora, formando imagens a seu respeito. A percepção identifica-se com a conduta psicológica pela qual organizamos as diversas sensações e tomamos conhecimentos na realidade.

Sensação é a captação de estímulos realizada pelos órgãos sensoriais. É com as sensações que se inicia o conhecimento, mas este não termina com elas, pois não é suficiente sentir estímulos, é necessário interpretá-los, organizá-los em objectos identificáveis. Generalizando, as sensações são a base elementar do conhecimento, organizam-se em percepções, conjuntos mais vastos e significativos.

Percepção é um processo de organização e interpretação da informação sensorial que nos permite identificar objectos e acontecimentos. É uma operação cognitiva essencial na compreensão do mundo à nossa volta. Quando somos impressionados por estímulos, a percepção já nos permite saber de que coisa se trata, por exemplo quando ouvimos conversas, músicas, ruídos e sabemos o que essas coisas são.

Os estímulos por si só não nos dizem nada, eles são mudos apenas dizendo alguma coisa depois de sujeitos a um processo de 'leitura'. Para que os estímulos percamos a mudez e digamos alguma coisa, é imprescindível que o ser humano disponha de estruturas neurológicas capazes de captar e interpretar, descodificando a mensagem que veiculam.

A possibilidade de alguns estímulos atingirem o nosso cérebro e outros não deve-se a uma espécie de filtro seleccionador designado por atenção. A **atenção** é a concentração da nossa mente sobre qualquer outra coisa que nos atrai e surge de modo evidenciado. Há dois tipos de atenção: a voluntária e a involuntária. A atenção voluntária depende do indivíduo, dos seus interesses e motivações, já a atenção involuntária é despertada pelo meio exterior, evidenciando um objecto em relação aos restantes. São diversos os factores que condicionam a atenção: uns, externos, inerentes aos estímulos do meio, outros internos, inerentes ao ser humano.

Entre os factores externos, contam-se a intensidade dos estímulos, o contraste, a luminosidade e o movimento. Nos factores internos, contam-se as motivações, os hábitos, as expectativas, o estatuto social e a profissão.

Na leitura que realizamos do mundo, evidenciamos uma forte tendência para resistir a certas mudanças, percebendo as coisas como se estas se mantivessem constantes. A constância perceptiva manifesta-se em relação à grandeza, à cor e à forma dos objectos e impedem-nos de viver num modo em que as mudanças verificadas o tornariam irreconhecível.

A percepção é uma construção cerebral de cada um, pelo que a objectividade do mundo é interpretada subjectivamente, em função dos significados que cada um atribui ao que o rodeia. Entre os factores de significação, contam-se a idade, o sexo, as motivações, a profissão, a experiência de vidas, as expectativas, o estatuto social, etc. Aliás, o facto de ao percebermos

cada sujeito projectar significações no que o rodeia, faz com que a percepção, mais do que uma cópia do mundo, seja uma construção recriada desse mesmo mundo.

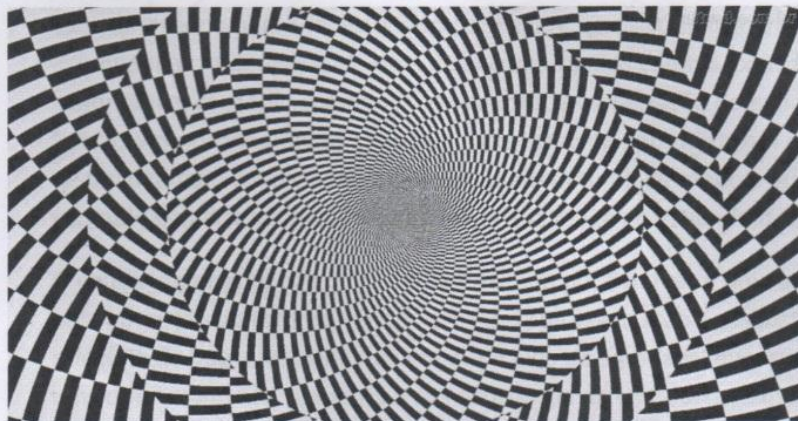
Existem casos em que o campo perceptivo se organiza de tal modo que, ao interpretar o real, o ser humano comete erros involuntários. Esses erros designam-se por ilusões e, são provocadas por uma espécie de forças dinâmicas próprias de campos perceptivos e não dos sujeitos.

Na verdade, a percepção é essencial como operação cognitiva para a compreensão do mundo à nossa volta.

Pesquisa relacionada com o estudo da Percepção:



O duelo dos dois cavaleiros em forma os seios da mulher, sendo a cabeça constituída por um grupo de personagens em violento combate.
Espanha, de Salvador Dali.



Ilusão ótica.



Ambiguidade da figura, é possível perceber uma jovem mulher como uma senhora idosa.

Aprendizagem

No decorrer da nossa vida aprendemos a falar, a utilizar os talhares, a atar os cordões do calçado, a ler, a utilizar electrodomésticos e a cumprimentar pessoas. Aprendemos na família, na escola, na rua, no café, na igreja, no campo de jogos, no autocarro e no local de trabalho. Pode ser de um modo espontâneo ou sistemático, consciente ou inconscientemente, com pouco ou muito esforço, estamos constantemente a efectuar aprendizagens.

A **aprendizagem** consiste na alteração relativamente estável do comportamento ou do conhecimento, devido à experiência, ao treino ou ao estudo; processo que ocasiona essa alteração.

As mudanças que ocorrem devido à maturação neurofisiológica, ao cansaço, a acidentes, a doenças, ao álcool ou às drogas não se inscrevem na aprendizagem.

Há dois modelos de aprendizagem: o comportamental, vocacionado para o fazer; e o cognitivo, vocacionado para o pensar.

No **modelo comportamental**, considera-se que o sujeito aprendeu quando dá prova de saber fazer, podem incluir-se as aprendizagens pelo condicionamento clássico e pelo condicionamento operante.

No **modelo cognitivo**, em que o sujeito pode ter aprendido sem ter oportunidade de o mostrar na prática, podem incluir-se a aprendizagem por insight e a aprendizagem social.

O **condicionamento clássico** baseia-se na associação de um estímulo condicionado e de um estímulo natural, de modo a que o indivíduo reaja ao primeiro da mesma maneira como reage ao segundo.

Este condicionamento foi estudado por Pavlov, que sistematizou outros processos que acompanham a aquisição de uma nova conduta, tais como a extinção, recuperação espontânea, recondicionamento, reextinção, generalização do estímulo e discriminação. No fundo, o condicionamento clássico é o processo de aprendizagem que se baseia na associação de um estímulo condicionado e um estímulo natural, de modo a que o indivíduo reaja ao estímulo condicionado do mesmo modo que reage ao estímulo natural.

O **condicionamento operante**, sistematizado por Skinner, é uma aprendizagem dinamizada pela obtenção do reforço, tendo na base a sua associação à resposta esperada. Este assenta no princípio de que a resposta que conduz a algo de agradável que, surgindo em consequência de um comportamento, aumenta a sua ocorrência do comportamento desejado. Generalizando o condicionamento operante é um processo de aprendizagem dinamizado pela obtenção de reforço e que é baseado na sua associação à resposta operante.

Reforço é o estímulo agradável que, surgindo em consequência de um comportamento, aumenta a sua ocorrência.

A experiência de Skinner consistia numa caixa que continha uma alavanca que permitia o fornecimento automático de alimento (reforço) ao animal, de acordo com um plano estabelecido pelo experimentador. Continha ainda um mecanismo que registava as respostas do animal, o que faz dispensar a observação contínua do experimentador. Este dispositivo registava cumulativamente as respostas dadas pelo animal durante a experiência. Este é o reforço positivo, pois é a apresentação de qualquer estímulo apetecível e que aumenta a frequência do comportamento.

Numa outra experiência de Skinner, o chão da gaiola provoca choques eléctricos ao rato, que

cessavam sempre que o rato accionava a alavanca, o que rapidamente fez aumentar a frequência deste comportamento. Neste caso, o rato aprendeu por reforço negativo, dado que era retirado um estímulo aversivo – o choque eléctrico. Reforço negativo é a retirada de qualquer estímulo aversivo e que diminui a frequência do comportamento.

O castigo é o estímulo desagradável que surge em consequência de um comportamento que diminui a sua ocorrência. Quando o rato passou a carregar menos vezes na alavanca porque apanha um choque eléctrico ou não recebia comida, estava a fazer uma aprendizagem por castigo. No primeiro caso, deparava-se com um estímulo incomodo. No segundo, via-se privado de um estímulo agradável. Em suma, o castigo é um estímulo aversivo ou a retira de um estímulo apetecível que faz diminuir a frequência do comportamento.

A **aprendizagem por insight** caracteriza-se por uma organização repentina de elementos quando se trata de resolver problemas. Trata-se de uma forma rápida mas incontrolada, de aprender. Também é chamada de intuição. No fundo, é um processo que ocorre quando se dá a compreensão rápida e inesperada dos dados de um problema e da forma de os organizar para o resolver.

A socialização implica processos de aprendizagem na comunidade. As aprendizagens que as pessoas fazem umas com as outras podem resumir-se no slogan "ver é saber".

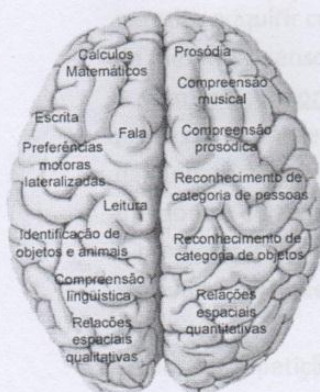
Albert Bandura, psicólogo dedicado à aprendizagem social, concluiu que as pessoas podem aprender tão bem directa como indirectamente. Assim um empregado que recebe o prémio pecuniário pelo seu desempenho profissional está a ser reforçado pelo seu comportamento positivo e tenderá a mantê-lo no futuro. Trata-se de uma aprendizagem directa conseguida por reforço directo.

Aprendizagem directa são aquisições em que as consequências dos atos recaem sobre o sujeito que os pratica.

Os colegas de trabalho tenderão a seguir o exemplo do empregado que recebera o prémio, em virtude de terem observado o seu bom desempenho. Trata-se de uma aprendizagem vicariante conseguida por reforço indirecto ou vicariante.

Aprendizagem vicariante ou indirecta são aquisições em que os modos de proceder são sugeridos pela observação das consequências que recaem nos outros.

No fundo, a aprendizagem é o processo pelo qual as competências, habilidades, conhecimentos, comportamento ou valores são adquiridos ou modificados, como resultado de estudo, experiência, formação, raciocínio e observação.



Partes do cérebro ligadas à aprendizagem

Aprendizagem por observação e imitação

Como estamos constantemente a aprender por imitação ou não, das outras pessoas, temos de ter em atenção todos os nossos passos, todos os nossos atos. Não nos devemos esquecer que os mais pequenos são aqueles mais atentos que, nos observam como seus ídolos, e tudo o que nós fazemos eles também querem fazer.

Memória

A **memória** é um sustentáculo das nossas aprendizagens, pois é ela que conserva aquilo que se aprendeu. É portanto, o suporte essencial de todos os processos de aprendizagem, permitindo ao ser humano um sistema de referências relativas à sua experiência vivida e ao reconhecimento de si como pessoa dotada de identidade própria.

Memória é assim um processo de recordar conteúdos que foram adquiridos e armazenados por serem posteriormente utilizados.

O conceito de aprendizagem como mudança sistemática da conduta supõe implicitamente a memória como condição de conservação da resposta aprendida. Na realidade, a memória é o fundamento de todos os comportamentos e conhecimentos dos seres humanos, é um processo cognitivo que consiste na retenção, codificação e armazenamento e na evocação das informações, conhecimentos, acontecimentos, expectativas, conceitos, ideias e sentimentos. Sem memória, as aprendizagens estariam permanentemente na fase de aquisição, isto é, não ter memória seria o mesmo que não ter aprendido nada. Aprendizagem e memória são processos indissociáveis na medida em que, por um lado, uma conduta só se considera aprendida se for retida ou memorizada e, por outro, só se pode reter o que foi aprendido. É a memória que nos permite representar ao mundo. Não há nada pior que para um ser racional do que sofrer uma doença que afeta deveras a sua memória: perdemos tudo o que fomos ao longo da vida, viver na perda progressiva da memória é igual a uma morte em vida numa vida que já não se sente como sua, nem se sabe como sua. Sem memória, não somos seres humanos, pois é a memória que assegura o facto de sabermos «quem» somos, a nossa identidade pessoal. Não ter memória seria o mesmo que não ter aprendido nada!

A memória inclui quatro momentos: recepção e codificação onde a informação recebida tem de ser devidamente preparada para que o armazenamento possa ser feito; armazenamento, depois do tratamento das informações, estas são guardadas num grande depósito; recuperação, sempre que necessitamos de uma informação, há que ir procura-la ao armazém; esquecimento, os dados mnésicos perdem-se com o tempo e, este desaparecimento vai permitir adquirir conteúdos novos. De acordo com esse modelo, podemos falar de três tipos de memória: sensorial, a curto prazo e a longo prazo.

A **memória sensorial** regista as impressões visuais, auditivas, olfactivas ou táteis sem as processar, e conserva-as durante um quarto de segundo. Se não se prestar atenção aos dados da memória sensorial, eles perdem-se; se se lhes prestar atenção, eles codificam-se e passam à memória a curto prazo.

A **memória a curto prazo** é uma área iluminada, é o centro consciente por onde passam as lembranças de que nos servimos em dado momento, As lembranças são aí 'visíveis' por vagos minutos.

Se houver repetição, as informações mantêm-se por mais tempo nesta memória, se houver interferências, deterioram-se e desaparecem. Tem por função seleccionar as lembranças,

enviando as mais significativas para a memória a longo prazo.

A **memória a longo prazo** é o armazém de um grande número de informações, onde ficam retidas por tempo indeterminado, até que a memória a curto prazo as venha buscar para serem utilizadas.

Muito do que se aprende esquece-se passa por alterações deturpadas ou desaparece com o tempo. A deturpação do traço mnésico pode relacionar-se com falhas na codificação, no armazenamento ou na recuperação.

Uns dos factores do esquecimento são as outras aprendizagens, capazes de interferir nos conteúdos mnésicos, de forma proativa ou retro.

Freud explicou o esquecimento com razões inconscientes, defendendo que apenas esquecemos o que nos interessa esquecer. Chamou recalçamento ou repressão à tendência que os seres humanos têm de evitar inconscientemente a recordação de certas impressões e situações penosas. As lembranças penosas são recalçadas, para não surgirem na zona clara da memória onde podem determinar sentimentos incomodativos.

O esquecimento apresenta uma dimensão positiva, na medida em que filtra os conteúdos mnésicos, eliminando os de menor interesse e permitindo novas aquisições.

Em suma, perder a memória é perder o nosso sentido de humanidade, pois a memória é o nosso património individual que nos torna únicos e nos assegura a nossa identidade pessoal. A memória é fundamental na vida dos seres humanos, na verdade é a base do conhecimento para todos nós.

Pesquisa pessoal relativa ao tema da Memória:

- Este tema da memória é muito interessante e desperta a atenção de qualquer pessoa, uma vez que não há nada pior para um ser racional do que sofrer de um doença como o alzheimer ou outra que afete a sua memória.

Nos vídeos abaixo é nos possível verificar as fases de uma doença como o alzheimer e como isso afeta o nosso dia a dia:

- <http://www.youtube.com/watch?v=TJEI56FQX2M>

- http://www.youtube.com/watch?v=Lwb_V2GODkw

A nossa memória é o que nos permite viver e sem ela somos seres moribundos que vivemos uma vida onde parece que estamos mortos.

Na minha opinião, estes três temas: percepção, aprendizagem e memória são bastante importantes e utilizados na nossa rotina diária, especialmente a aprendizagem que se interliga com a memória. Todos eles são muito importantes e, são eles, que nos permitem ser seres altamente capacitados.

Como proposta de actividade sugiro o filme "The Butterfly Effect", uma vez que a acidente que ocorreu numa noite foi possível verificar no filme três finais:

1º) Invés de seguir em frente, ele reencontra Kayleigh e como eles não haviam se conhecido, ele convida-a para tomar café;

2º) Kayleigh passa por ele e a mesma olha para ele, porém Evan não olha para ela, então Kayleigh segue em frente e Evan também;

3º) Invés de voltar para o tempo em que tinha 7 anos, ele volta para o dia do seu nascimento, e morre.

Num dos finais, Evan fica incapacitado a nível motoro, então vê-se obrigado a reaprender tudo o que até antes fazia sem qualquer dificuldade, obrigando-o a encarar a vida de outra forma.

Jenny Henriques nº9 12ºB

Percepção

Através da percepção conhecemos o mundo que nos rodeia, isto é, contactamos com as pessoas, situações, objectos, acontecimentos e pessoas presentes num aqui e num agora, formando imagens a seu respeito. A percepção identifica-se com a conduta psicológica pela qual organizamos as diversas sensações e formamos conhecimentos na realidade.

Sensação é a captação de estímulos transmitidos pelos órgãos sensoriais. É com as sensações que se inicia o conhecimento, mas esta não termina com elas, pois não é suficiente sentir estímulos; é necessário interpretá-los, organizá-los em objectos identificáveis. Generalizando, as sensações são a base elementar do conhecimento, organizam-se em percepções, conjuntos mais ricos e significativos.

Percepção é um processo de organização e interpretação da informação sensorial que nos permite identificar objectos e acontecimentos. É uma operação cognitiva essencial na compreensão do mundo à nossa volta. Quando somos impressionados por estímulos, a percepção já nos permite saber de que coisa se trata, por exemplo quando ouvimos concertos, músicas, ridos e rufidos e que essas coisas são.

Os estímulos físicos do meio nos dizem nada, eles não dizem nada, eles não dizem nada alguma coisa depois de sujeitos a um processo de "leitura". Para que os estímulos possam ser mudas e digam alguma coisa, é imprescindível que o ser humano disponha de estruturas psicológicas capazes de captar e interpretar, decodificando a mensagem que veiculam.

A possibilidade de alguns indivíduos dirigirem a atenção para outros não deve ser vista como um fenómeno de tipo reflexivo, sendo designado por atenção. A atenção é a concentração do nosso pensamento sobre determinado objecto que nos atrai e sobre o qual incidimos. Há dois tipos de atenção: a voluntária e a involuntária. A atenção voluntária depende do indivíduo, dos seus interesses e motivações; a atenção involuntária é despertada pelo meio exterior, e há alguns que dependem em maior ou menor grau de ambos os factores que condicionam a atenção: os factores ambientais dos estímulos do meio, outros internos, inerentes ao ser humano.

Entre os factores externos, contam-se a intensidade dos estímulos, o contraste, a luminosidade e o movimento. Nos factores internos, contam-se as motivações, os hábitos, as expectativas, o estatuto social e a profissão.

No contacto que fazemos do mundo, evidenciamos uma forte tendência para resistir a certas tendências, percebendo as coisas como se estas se mantivessem constantes. A constância perceptiva manifesta-se em relação à grandeza, à cor e à forma dos objectos e impedem-nos de viver num mundo em que as grandezas, cores e formas seriam inconstantes.

A percepção é uma construção cerebral de cada um, pelo que a objectividade do mundo é interpretada subjectivamente, em função dos significados que cada um atribui ao que o rodeia. Entre os factores de significação, contam-se o idoso, o sexo, as motivações, a profissão e a experiência de vida, as expectativas, o estatuto social, etc. Além do facto de se perceberem