

المرحلة الأولى هي الحافز البيئي حيث تبدأ عملية الإدراك عندما يتعرض الفرد لمحفز من البيئة المحيطة به والذي يمكن أن يكون في شكل ضوء، أو أأي نوع آخر من المثيرات الحسية. الأنف) وتدفعها إلى استيعاب المعلومات وتوجيهها إلى الدماغ. لكن الإدراك لا يبدأ بمجرد وصول المثير إلى الحواس بل يحتاج الفرد إلى أن يكون في حالة انتباه وتركيز لإلتقاط هذه المحفزات بشكل فعال. في هذه المرحلة يتم توجيه الانتباه إلى مثير معين بينما يتم تجاهل أو تقليل الانتباه إلى المثيرات الأخرى إن قدرة الفرد على تحديد هذا المثير يعتمد على عدة عوامل، المرحلة الثالثة تتعلق بـ الصورة على شبكية العين: وهي مرحلة حيوية في الإدراك البصري عندما يدخل الضوء من خلال العين، يمر عبر أجزاء متعددة من العين مثل القرنية وعدسة العين التي تعمل على تركيز الضوء وتوجيهه إلى الشبكية هنا تتكون صورة مقلوبة للمثير على الشبكية هذه الصورة هي مجرد تمثيل أولي للمثير والدماغ يبدأ في معالجتها بشكل تدريجي. هذه الإشارات تنتقل عبر الأعصاب البصرية إلى الدماغ حيث يتم معالجتها وتفسيرها تعتبر هذه المرحلة نقطة التحول الرئيسية التي تبدأ فيها الحواس بتحويل المعلومات المادية إلى إشارات عصبية يمكن للدماغ أن يفهمها . بناءً على السياق البيئي والمعرفي الذي يعيشه. المرحلة السادسة هي الاعتراف: وفي هذه المرحلة يبدأ الدماغ في تصنيف وتفسير المثير بشكل دقيق الإدراك لا يقتصر على مجرد تحديد المثير بل يشمل أيضا تقييمه وفهمه استنادا إلى المعارف السابقة ، على سبيل المثال إذا كان الشخص يرى أزهارا في الحديقة فإنه يدرك أنها ازهار ويحاول التعرف على نوعها أو ما اذا كانت تثير لديه ذكريات معينة.