Podemos perceber o ambiente vendo, ouvindo, cheirando, apalpando, sentindo sabores. Recebemos informações sobre o meio que nos cerca. Ao processá-las em nosso cérebro, nós as interpretamos, seja como sinais de perigo, sensações agradáveis ou desagradáveis, etc. Depois dessa interpretação, respondemos aos estímulos do ambiente, interagindo com ele.

Uma definição bastante aceita seria a de que um sentido é um sistema que consiste em um grupo de um tipo de células sensoriais que responde a um fenômeno físico específico, e que corresponde a um determinado grupo de regiões do cérebro onde os sinais são recebidos e interpretados. O número de sentidos que os [seres humanos](https://pt.wikipedia.org/wiki/Homo_sapiens) possuem tipicamente surgem da classificação dos vários tipos de células e as regiões do cérebro correspondentes.

As pessoas primariamente desenvolvem o conhecimento sobre como interagir com um sistema e, em menor extenção, sobre como esse sistema funciona. Nas décadas de 1980 e 1990, estes dois tipos de conhecimento foram muitas vezes referidos como o modelo mental do usuário.

Diz-se que os modelos mentais são utilizados pelas pessoas para raciocinar sobre um determinado sistema e, em particular, para que as pessoas tentem entender o que fazer quando algo inesperado ocorre com o sistema. Quanto mais familiarizado uma pessoa é com um sistema, maior é o seu modelo mental.

Dentro da psicologia cognitiva, os modelos mentais têm sido postulados como construções internos de algum aspecto do mundo externo que é manipulado, possibilitando que previsões e inferências sejam feitas.