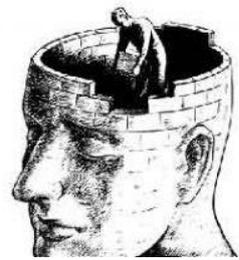


Unidad 1

¿QUÉ ES LA PSICOLOGÍA?



1.- INTRODUCCIÓN

El conocimiento o la búsqueda de explicaciones sobre el hecho mismo de la vida humana, de sus fenómenos vitales, de sus relaciones personales y del comportamiento, son cuestiones inherentes a la condición humana y que aparecen de manera intuitiva y práctica en el hombre, mucho antes de que aparezcan las primeras formulaciones teóricas. Este conocimiento práctico o esta búsqueda del saber, evidentemente variable de unos hombres a otros, es el germen del nacimiento de la ciencia, en este caso de la psicología.

La psicología nace, se desarrolla y se legitima como ciencia con la pretensión de explicar el comportamiento y la conducta del ser humano.

Etimológicamente, psicología proviene de los vocablos griegos “psyque” (alma, espíritu) y “logos” (estudio), es decir que sería la ciencia del alma, o de la “vida anímica”.

Primeras teorías científicas

- El estructuralismo de Wilhelm Wundt (1832-1920)

Los manuales de Psicología consideran a W. Wundt, como el fundador de la Psicología científica. Creó el primer laboratorio de psicología experimental en la Universidad de Leipzig. Consideraba que la psicología consistía en el estudio de los contenidos mentales (sensaciones, sentimientos e imágenes) mediante la introspección y la experimentación.



- El funcionalismo de William James (1842-1910)

W. James investigó cómo funcionan los procesos mentales (pensar) para satisfacer las necesidades humanas. Analizó las sensaciones producidas por los estímulos externos.



Mientras los estructuralistas se preguntaban “¿qué es pensar?”, los funcionalistas se preguntan “¿para qué sirve?”, es decir, pretenden saber cómo nuestras habilidades mentales nos permiten adaptarnos a un entorno complejo y cambiante.

El avance de los métodos experimentales y científicos fue concentrando los estudios hasta convertir a la Psicología en ciencia.

Surgen dos campos de estudio distintos:

- El estudio de la mente y su funcionamiento, utilizando la introspección como método de análisis.
- Otros prefirieron analizar los reflejos, mediante la observación y la experimentación.

2.- PRINCIPALES ESCUELAS PSICOLÓGICAS

- **Psicoanálisis.**

Es una de las teorías más populares, su influencia ha sido tan grande que incluso parte de su vocabulario se ha integrado en el habla coloquial, términos como represión, complejo o inconsciente ya son de uso habitual.

Fue su creador el médico austriaco Sigmund Freud (1856-1939). Estudio la técnica de la hipnosis. Desarrolló una teoría psicológica que denominó psicoanálisis. Para él la realidad fundamental sería lo inconsciente, intentaba descubrir los procesos inconscientes de la conducta. Utilizando la introspección buscaba el significado de los recuerdos, los sueños, las fantasías, los lapsus, los olvidos, etc. Se basa esta

teoría en el conflicto que se produce entre el principio del placer y el principio de realidad, que a su vez entran en conflicto con las normas morales y sociales. Los deseos insatisfechos dan lugar a todo tipo de conductas, surgiendo los mecanismos de defensa (como la represión). Se modifica la conducta haciendo conscientes y racionalizando los impulsos reprimidos. Seguidores principales: A. Freud, Jung, Erikson.

- **Conductismo.**

Fue un movimiento iniciado por J. B. Watson en 1913. Propone una metodología puramente científica, cuya función consiste en alcanzar leyes que permitan predecir y explicar la conducta. Para esta escuela el comportamiento se basa en el esquema Estímulo-Respuesta, de ahí que se le concediera poca importancia al factor hereditario. El aprendizaje y la estimulación formarían la conducta del individuo. Los experimentos de Pavlov influyeron en esta teoría. Otro importante personaje fue B. F. Skinner.

- **La Gestalt.**

Surgida en Alemania en la segunda década del siglo XX. Sus más famosos representantes fueron Wertheimer, Köhler y Koffka. Esta palabra significa Forma o Configuración. Esta teoría defiende que el psiquismo no puede descomponerse en elementos aislados porque la mente funciona como una totalidad compleja y organizada, donde lo esencial radica en la forma o configuración que adoptan los elementos, es decir el todo no es igual a la suma de las partes, sino que el todo está en función de las partes.

- **Psicología humanista.**

Es una teoría surgida como reacción al psicoanálisis y al conductismo. Afirma que la función de la Psicología es que el individuo a su autorrealización, aceptándose tal y como es. Se considera al hombre autónomo y responsable de las decisiones que toma para su desarrollo personal. Y para hacer posible este desarrollo personal deberá seguir una jerarquía de valores de acuerdo a sus propios deseos y vocaciones. Se emplea con frecuencia la dinámica de grupos como terapia. Sus representantes más conocidos son Maslow y C. Rogers.

- **Psicología cognitiva.**

La psicología cognitiva es aquella que estudia los procesos de pensamiento, la elaboración de información de ideas, llamando a estas elaboraciones, percepciones y su procesamiento cogniciones. Esta escuela defiende que la mente y la conciencia se hallan constituidas o por estructuras cognitivas creadas a partir de aprendizajes anteriores, y que además estas estructuras son dinámicas y adaptativas. Se basa en los estudios sobre procesamiento de la información, de investigaciones psicolingüísticas y en los vínculos entre el psiquismo y las estructuras neuronales. Principales teóricos: Piaget, Stenberg.

3.- OBJETIVOS DE LA PSICOLOGÍA

Objetivos y metas fundamentales de la psicología son:

1. DESCRIBIR. Es una tarea básica recoger datos y recabar información sobre los procesos cognitivos y los comportamientos.
2. EXPLICAR. Es decir, tratar de averiguar las causas de determinada conducta. Para ello formula hipótesis o explicaciones basadas en una teoría o estudio, siempre sujetas a revisión.
3. PREDECIR. Es la capacidad para pronosticar un comportamiento. Una relación causa - efecto dentro del ambiente nos asegura que unos hechos preceden a otros.
4. CONTROLAR. Significa alterar o modificar las condiciones que influyen en el comportamiento predecible.



4.- RAMAS DE LA PSICOLOGÍA

El estudiante de psicología se ha de acostumbrar a encontrar gran diversidad de enfoques y vertientes que presenta. Por ejemplo, pronto verá que:

- Hay muchas psicologías aplicadas (clínica, educativa, del trabajo, jurídica, del deporte...).
- Hay psicología del niño, del adulto, del adolescente.
- Hay psicología de la atención, memoria, percepción, emoción, motivación, personalidad.
- Y como ya sabes, hay psicologías distintas por sus planteamientos teóricos: conductistas, humanistas, cognitivistas...

4.1. Psicología básica y psicología aplicada

- **Psicología básica o general:** estudio con métodos científicos de la naturaleza y funcionamiento de los procesos psicológicos básicos (condicionamiento, memoria, cognición, atención, lenguaje,...) del hombre.
- **Psicología aplicada:** estudio de la funcionalidad de los procesos psicológicos básicos en los distintos ambientes en los que los individuos actúan, tanto en su dimensión normal –individual y colectiva- como patológica.

Principales ramas de la psicología básica:

- ⇒ **Psicología experimental.** Se dedica esencialmente al estudio de la metodología científica en general y de los métodos de investigación en particular. Estudia aspectos como la percepción, el aprendizaje, el pensamiento, etc., a través de diseños experimentales e investigaciones de laboratorio.
- ⇒ **Psicofisiología. Psicobiología.** Toma como objeto de estudio las bases biológicas del comportamiento. Busca establecer las relaciones existentes entre los procesos corporales, el sistema nervioso o endocrino y la conducta de los organismos. Puede investigar qué zonas cerebrales muestran mayor actividad cuando un organismo presenta una conducta agresiva. También se ha llegado a hablar de la psicogenética.
- ⇒ **Psicología evolutiva.** Se ocupa de los cambios y desarrollo de la conducta humana desde el periodo prenatal hasta la vida adulta. Buscan describir rasgos globales de una fase de desarrollo, estableciendo relaciones entre la edad, la madurez y las conductas observadas. La edad del individuo, su contexto sociocultural y el conjunto de experiencias individuales influyen en el perfil conductual del individuo.
- ⇒ **Psicología social.** Su objeto de investigación consiste básicamente en las influencias que ejercen los grupos sociales o los medios de comunicación sobre el individuo. ¿Por qué una persona se convierte en líder? ¿Por qué dos personas acaban uniéndose sus vidas? ¿Por qué tenemos prejuicios ante determinados hechos o personas?
- ⇒ **Psicología diferencial.** Estudia las diferencias individuales utilizando grupos de referencia.
- ⇒ **Psicología de la personalidad.** Investiga qué características definen a una persona, cómo interactúan las fuerzas genéticas y ambientales en la personalidad de cada individuo, y por qué éste se comporta de una forma y no de otra.

Especialidades en psicología aplicada:

Las principales: Psicología clínica, Psicología industrial y Psicología educativa.

- ⇒ **Psicología escolar o educativa.** Comprende el estudio de problemas psicológicos relacionados con la educación. *Diagnóstico para evaluar las capacidades, mejorar las técnicas pedagógicas, programa específicos para alumnos superdotados, problemas de aprendizaje, etc.*
- ⇒ **Psicología laboral (o del trabajo).** Estudia ciertos aspectos relacionados con el mundo industrial y laboral: selección de personal más óptimo y capacitado, puesta en marcha de programas que favorezcan la jornada laboral, las relaciones en el trabajo, etc.
- ⇒ **Psicología clínica.** Estudia el diagnóstico y la terapia de los trastornos emotivos y de la conducta. Abarca las enfermedades mentales (psicosis, esquizofrenia, etc.), sino también problemas de la conducta, inadaptación social, depresiones, ansiedad, drogodependencias, etc.
- ⇒ Nuevas especialidades: **Psicología del deporte, Psicología jurídica, Psicología de la publicidad...**

5. MÉTODOS DE TRABAJO

La psicología utiliza el método científico (hipotético – deductivo) de forma similar a otras ciencias, formula hipótesis para explicar los hechos observados, y deduce las consecuencias para contrastarlas con la realidad.

El orden lógico de dichas fases sería el siguiente:

Observación → *hipótesis* → *deducciones* → *contrastación*

Los métodos de investigación son instrumentos que nos permiten abrir nuevos caminos, orientarnos hacia nuevos objetivos, aspirar a descubrir nuevas teorías, etc.

Los estudios de psicología son fundamentalmente de dos tipos: longitudinales y transversales, aunque también cabe la combinación de ambos. Dentro de estos dos tipos de estudios, se utilizan diferentes métodos de trabajo, entre los que cabe destacar: el método descriptivo, el método correlativo y el método experimental.

5.1.- El método descriptivo

La observación natural no explica la conducta, sencillamente la describe. La descripción se puede definir como la manera objetiva y sistemática de transmitir la información obtenida en el estudio de los diferentes hechos o casos.

Los psicólogos utilizan diferentes instrumentos para llevar a cabo el estudio, entre los que se encuentran:

- **La observación natural:** consiste en analizar de manera directa al sujeto o la situación en su ambiente natural. Algunas de sus características:
 - Es siempre sistemática y activa.
 - Puede ser equipada (cuando emplea instrumentos en la observación) o simplemente preparada, con un cuaderno de notas, por ejemplo. Y puede darse en un ambiente natural (como en etología) o en un ambiente seleccionado (como en clínica).
 - Permite la observación de campo, de los fenómenos tal y como se dan fuera del laboratorio (en la naturaleza o en la ciudad).

Tipos de medidas que se suelen tomar en la observación sistemática:

- Latencia: tiempo que transcurre entre la presentación de un estímulo y la aparición de una respuesta.
- Frecuencia: número de veces que aparece la respuesta en un tiempo determinado.
- Duración: tiempo transcurrido entre la aparición de la respuesta y su fin.
- Intensidad: fuerza con que ocurre la conducta.

- **Las encuestas:** muy utilizadas por la psicología social.
- **El estudio de casos.** Se trata de analizar casos en clínicas o en situación de laboratorio.
- **Los inventarios:** son una serie de preguntas encaminadas a facilitar la observación de un tercero. Los más habituales son los de conducta, en los que aparecen ítems del tipo: "Hablo en clase...: Nunca – Algunas veces – A menudo – Casi siempre.
- **Los cuestionarios:** son similares a los inventarios pero con posibilidad de respuesta más cerrada. Los más habituales son los de personalidad. Sus preguntas suelen ser del tipo: "Me gusta viajar...: Solo – En compañía de alguien".

5.2.- El método correlacional

La correlación se produce cuando un rasgo o forma de conducta acompaña a otra, revela en qué medida una predice a otra. Esto facilita la labor de diagnosticar o predecir lo que otros sujetos pueden llegar a realizar en condiciones similares.

Una correlación es positiva cuando dos hechos aumentan o disminuyen al mismo tiempo (relación directa). Una correlación es negativa cuando la relación es inversa, es decir, si una cosa aumenta, disminuye la otra; por ejemplo, una persona deprimida suele tener baja autoestima.

5.3.- El método experimental

Cuando deseamos conocer la relación entre causa y efecto, debemos utilizar un método basado en la experimentación que busca la contrastación de situaciones.

El método consiste en manipular un aspecto que resulta controlable, y que llamaremos variable independiente, para analizar el efecto que produce en otro, que llamaremos variable dependiente, de manera que intentemos comprobar en qué medida se modifica la segunda al aplicar la primera.

Dicho de otra forma, el experimentador manipula un fenómeno (la realidad que considera *causa* de los fenómenos que quiere comprender) para observar los cambios que dicha manipulación provoca en los fenómenos que quiere comprender (que en esa medida serán sus *efectos*). La realidad que manipula o controla el experimentador será la "variable independiente" y la realidad en la que influye la anterior "variable dependiente".

Procedimiento:

- 1º: selección de variables.
- 2º: diseño experimental, diseño del experimento que se va a realizar en situación de laboratorio.
- 3º: preparación de un grupo de control para descartar la influencia de variables extrañas en el experimento que vayamos a realizar. Las variables extrañas son las circunstancias que pueden estar presentes en el experimento y que el científico no considera las auténticas causas del fenómeno que quiere comprender. El grupo de control debe tener las mismas características que el grupo experimental, pero no debe estar presente en él la variable independiente (la supuesta causa del fenómeno a estudiar). Sin embargo en el grupo experimental *sí* debe estar presente la variable independiente. El efecto del tratamiento se tendrá que observar en el grupo experimental (en él podremos comprobar si se cumplen nuestras predicciones pues en él se tendrán que manifestar los *efectos de la manipulación de la variable independiente* (la causa).
- 4º: redacción de la relación causa – efecto.

ALGUNAS DEFINICIONES DE PSICOLOGÍA

- *"La Psicología es la ciencia de la vida mental, de sus fenómenos, de sus condiciones"*

(W. James, 1890)
- *"La Psicología es una ciencia natural que considera como su objeto la conducta humana: las cosas que hace y dice, aprendidas o no aprendidas"*

(Watson, 1913)
- *"El estudio de las reacciones objetivamente observables que un organismo lleva a cabo como respuesta a estímulos, también objetivamente observables, provenientes del medio".*

(Watson, 1913)
- *"La Psicología tiene la misión de establecer las leyes fundamentales de la actividad mental, estudiar las vías de su desarrollo, revelar los mecanismos subyacentes a la misma y describir las mutaciones que se producen en ella como consecuencia de estados patológicos"*

(Luria, 1977)
- *"El objeto de la Psicología es aquella actividad mediante la que los organismos existen en sus respectivos medios, respondiendo a sus estimulaciones y operando sobre ellos, de un modo propositivo en parte consciente"*

(Pinillos, 1975)
- *"La psicología es la ciencia que estudia la conducta que desarrolla o las respuestas que emite un organismo ante los estímulos que inciden sobre él."(Ed. Almadraba)*
- *"La psicología es una ciencia que estudia el comportamiento de los seres vivos y los procesos mentales por los que los sujetos conocen y se orientan en su entorno y aprenden de la experiencia" (Ed. Mc Graw Hill)*
- *"La ciencia o la disciplina del saber humano que estudia la conducta y los procesos mentales que subyacen bajo ella y la condicionan"*
- *"Ciencia que estudia el comportamiento humano, analizando los procesos mentales, sociales, biológicos, etc., que pueden actuar como condicionante".*
- *La psicología es la ciencia que se ocupa tanto teórica, como prácticamente, al estudio de los aspectos biológicos, sociales y culturales del comportamiento humano, tanto a nivel social como individual, así como también del funcionamiento y desarrollo de la mente humana.*
- *La psicología es el estudio científico de los procesos mentales y del comportamiento de los seres humanos y sus interacciones con el ambiente físico y social.*

CUADRO SINÓPTICO DE LAS DIFERENTES ESCUELAS PSICOLÓGICAS

ESCUELA PSICOLÓGICA	REPRESENTANTE	OBJETO DE ESTUDIO	CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES
Estructuralismo (1879)	W. Wundt	Estructura básica de la conciencia humana.	-En lugar de estudiar el alma, a Wundt le interesa la conciencia, entendida como experiencia inmediata.
Funcionalismo (1890)	W. James J. Dewey	Funcionamiento de la conciencia.	-Estudia las actividades mentales desde el punto de vista de su función.
Psicoanálisis (1895)	S. Freud	Inconsciente	-Se centra en las leyes que rigen los procesos inconscientes de la mente y su relación con la conciencia. -Considera que los datos conscientes son insuficientes para explicar el comportamiento humano. -Se piensa que el inconsciente puede ser entendido a través de sus manifestaciones: lapsus, actos fallidos, contenidos del sueño, fantasías -Trata de resolver los problemas de sus pacientes haciendo aflorar los pensamientos, conflictos y deseos inconscientes.
Conductismo (1912)	Watson Pavlov Skinner	Conducta observable	- Se estudian los sucesos ambientales (estímulos) y la conducta observable (respuesta). El comportamiento sólo puede ser estudiado desde el esquema: estímulo-respuesta (E-R). - El tema central de la investigación es el aprendizaje, a partir de la experiencia. -Debe estudiarse la conducta de los animales, además de la humana ya que los organismos más simples son más fáciles de comprender que los complejos. -Los experimentos prueban que la conducta es altamente modificable y por tanto, deben estudiarse las técnicas más propicias para la modificación de conducta.
Psicología Cognitiva (1960)	Piaget Bruner	Estructuras y procesos mentales	-Analogía mente-ordenador. -Se basan en el esquema: E-O-R. Piensan que entre el estímulo y la respuesta intervienen procesos mentales capaces de transformar la información inicial proporcionada por los estímulos. -Estudia los procesos internos del pensamiento que se producen entre el estímulo inicial y la respuesta, para poder tomar decisiones.
Constructivismo ¹ (1980)	Piaget Vygotsky Ausubel	Cómo el sujeto construye la realidad	-Hace aportaciones muy importantes sobre el saber previo del sujeto como requisito imprescindible para dotar de significatividad al saber en construcción; y sobre la reestructuración de los esquemas cognitivos como requisito para el desarrollo de aprendizajes significativos.

¹ Recordad que el Constructivismo no es una teoría en sentido estricto, sino un conjunto de principios que se integran en un todo coherente y que proceden de las siguientes teorías: genético-cognitiva (Piaget), socio-histórica (Vygotski) y aprendizaje verbal-significativo (Ausubel).