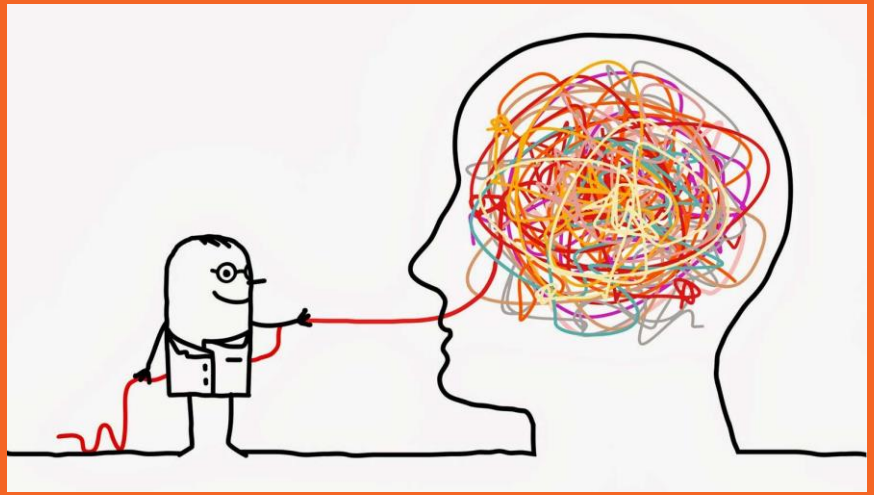
Tema 1



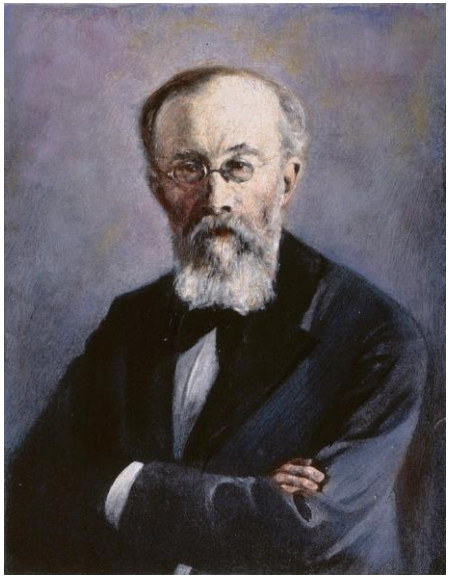
La psicología como ciencia

Teorías clásicas en Psicología

Desde finales del siglo XIX, los pioneros de la psicología científica desarrollaron un saber independiente de la filosofía.

Sin embargo, la psicología no es ciencia unificada. Hay distintas perspectivas teóricas y prácticas.

Estructuralismo

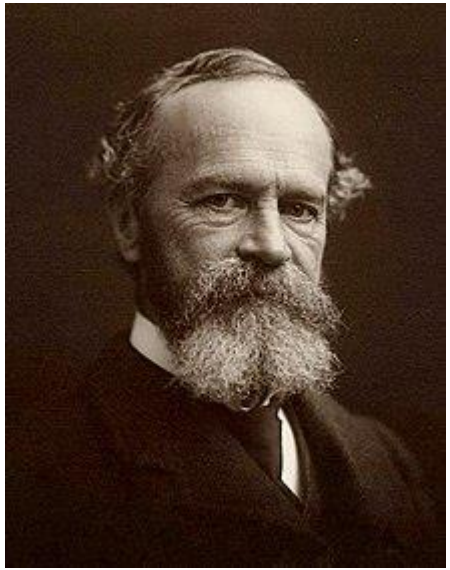


Fundado por Wilhelm Wundt (1832-1920), crea el primer laboratorio experimental para estudiar los contenidos mentales (sensaciones, sentimientos e imágenes).

Utiliza la introspección y la experimentación.

Considera que la mente tiene una estructura psicofisiológica que puede ser estudiada.

Funcionalismo



Fundado por William James (1842-1910), surge como una crítica al estructuralismo de Wundt.

En lugar de estudiar la estructura mental (los contenidos) se ocupa de las funciones adaptativas de la mente.

Se interesó por la forma en que los organismos luchan por adaptarse a un entorno cambiante y complejo.

Destaca por su análisis de las emociones entendidas como sensaciones producidas por la percepción de los estímulos externos.

Psicología de la Gestalt

Psicología de la percepción

Los psicólogos alemanes de la Gestalt también criticaron el enfoque de Wundt.

Se centran en el estudio de la percepción, entendida no como un conjunto de sensaciones sino una totalidad. Defendieron que percibimos totalidades, no un conjunto de sensaciones.

De la misma manera, no podemos comprender una melodía si estudiamos sus notas aisladamente.

ACTIVIDAD

El objetivo de esta actividad es iniciar la reflexión filosófica sobre el concepto de percepción, su función, sus límites y sus usos. Por ejemplo, para jugar.

¿Percibimos la realidad tal y como es? ¿Qué papel desempeña la atención en el proceso perceptivo? ¿Una imagen puede ser interpretada de forma diferente por varias personas?

Todas estas preguntas, y algunas otras, se van a plantear y vamos a tratar de darles respuesta entre todos.

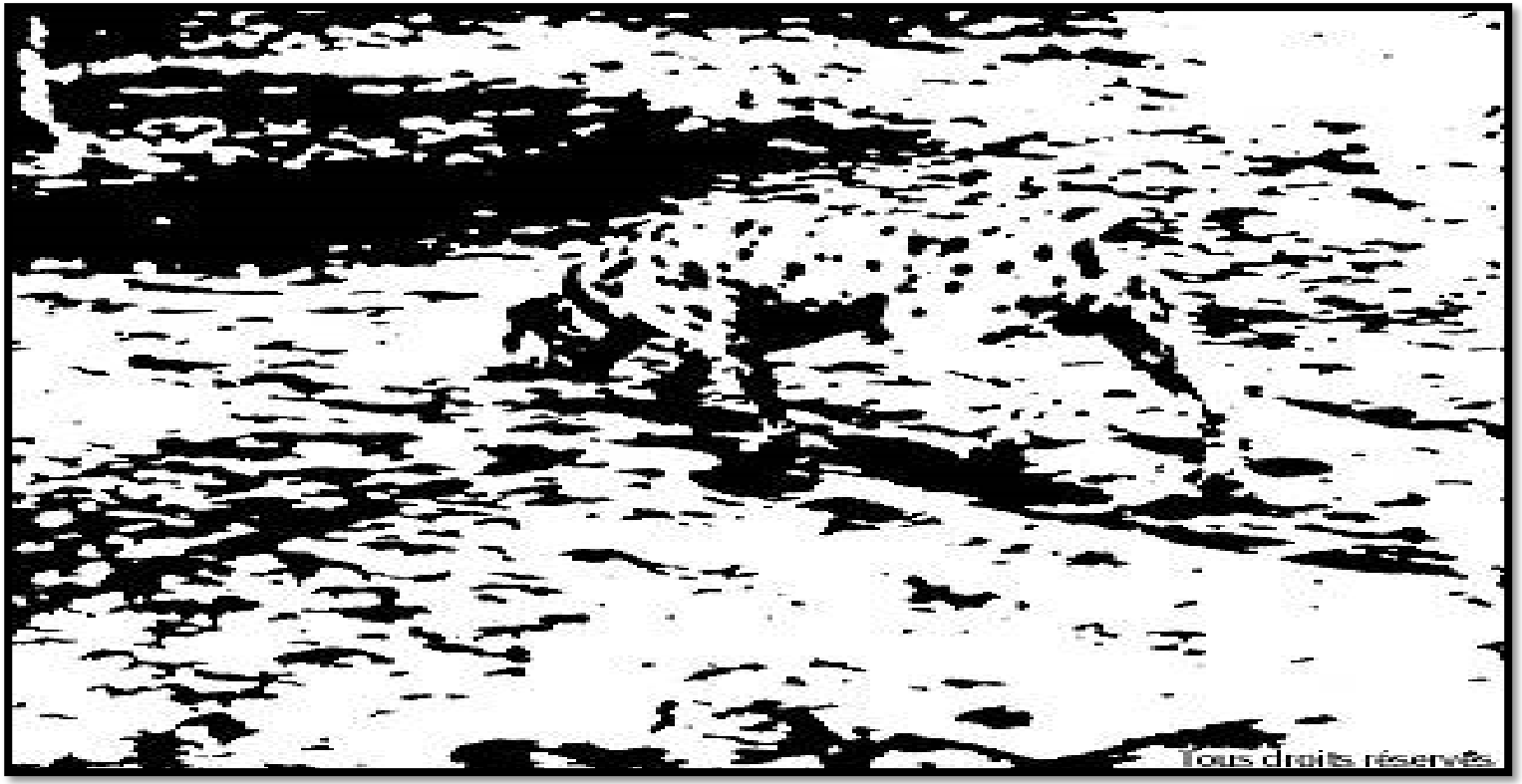
1.- PREGUNTA

¿Qué es la percepción?

RESPUESTA:

La percepción es el proceso mental por el que recibimos las señales que nos envía el mundo exterior y las organizamos para darle sentido.

Observar atentamente durante unos segundos el dibujo
¿Qué figura habéis percibido?

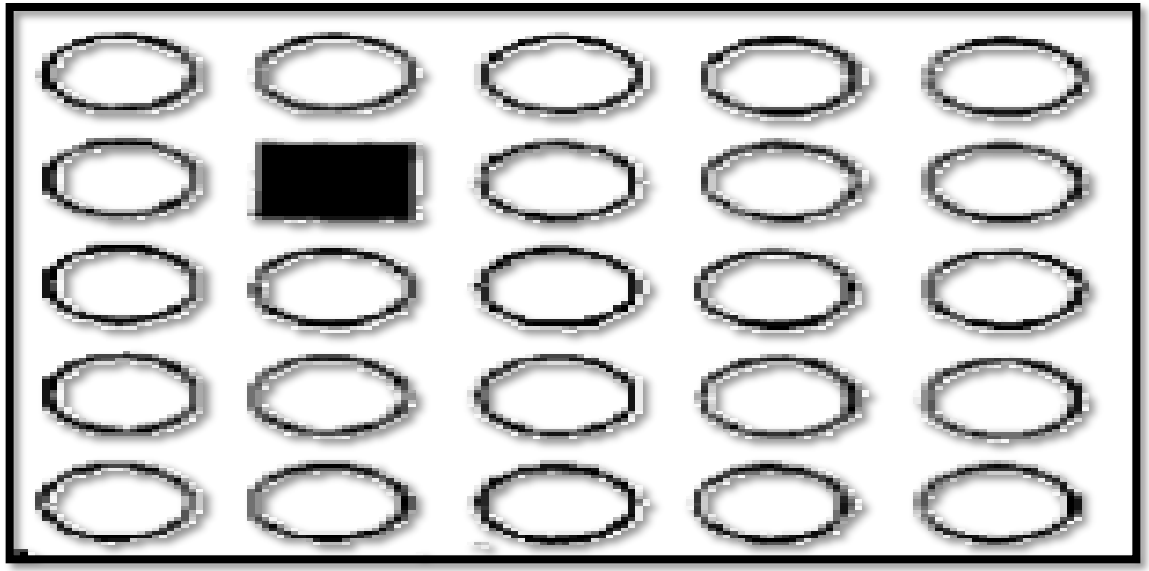


La ley de la pregnancia

Aunque un dibujo no sea perfecto, ni esté acabado, ni resulte enteramente coherente, nuestra mente tiende a percibirlo como acabado y coherente.

2.- VAMOS A VER OTRAS LEYES DE LA ORGANIZACIÓN PERCEPTIVA

¿Qué veis? ¿Cuál es la figura protagonista?



La ley del contraste

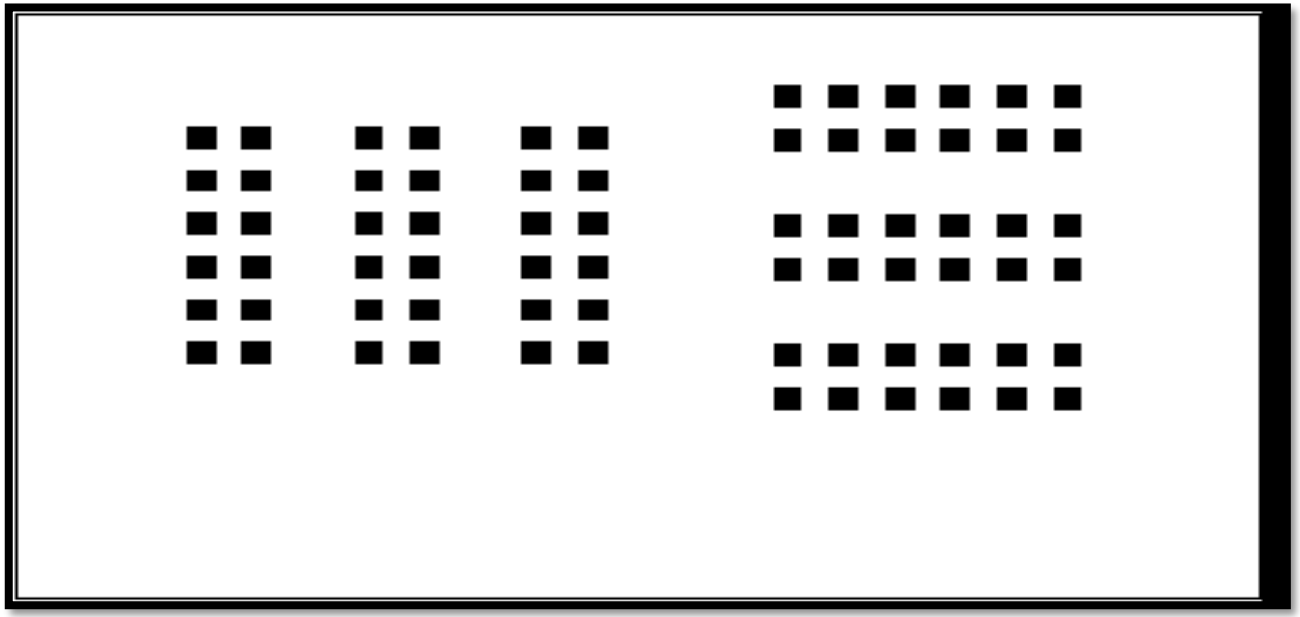
La percepción de un elemento está influida por la relación que tiene con otros elementos del conjunto.

En la imagen anterior, el cuadrado se constituye en figura y el resto en fondo.

Es ampliamente utilizada en publicidad…

CUTTY SARK

En la figura de la izquierda vemos columnas verticales, mientras que en la figura derecha vemos filas horizontales. ¿Por qué?

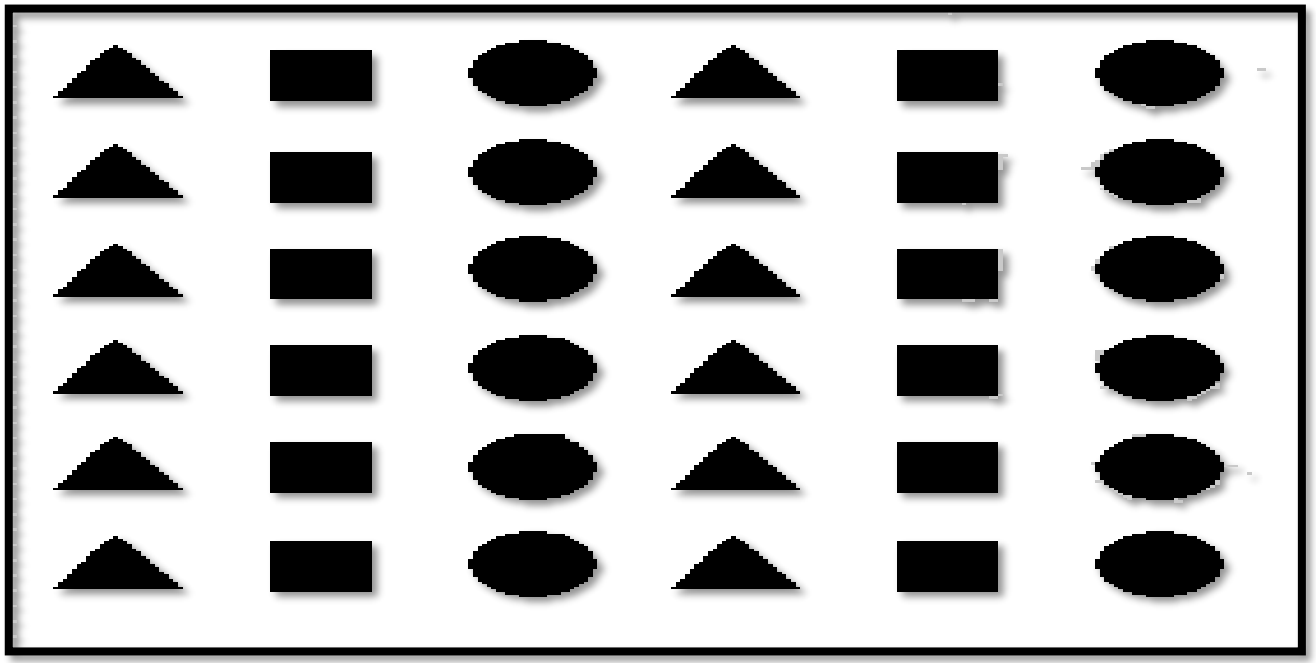


La ley de proximidad

Nuestra mente tiende a agrupar aquellos elementos que están más próximos entre sí.

Por ejemplo, si tres personas se encuentran cerca entre sí y una cuarta permanece a tres metros de distancia, veremos a las primeras como a un grupo y a la persona distante como a un extraño.

¿Veis columnas verticales o filas horizontales?
¿Por qué?



La ley de semejanza

Nuestra mente tiende a agrupar aquellos elementos que son semejantes entre sí o parecidos en tamaño, forma o color.

Por ejemplo, el uso de uniformes para identificar a personas diferentes como un mismo grupo.

3.- PREGUNTA

¿Qué papel juega la atención en el proceso perceptivo?

Experimento de atención

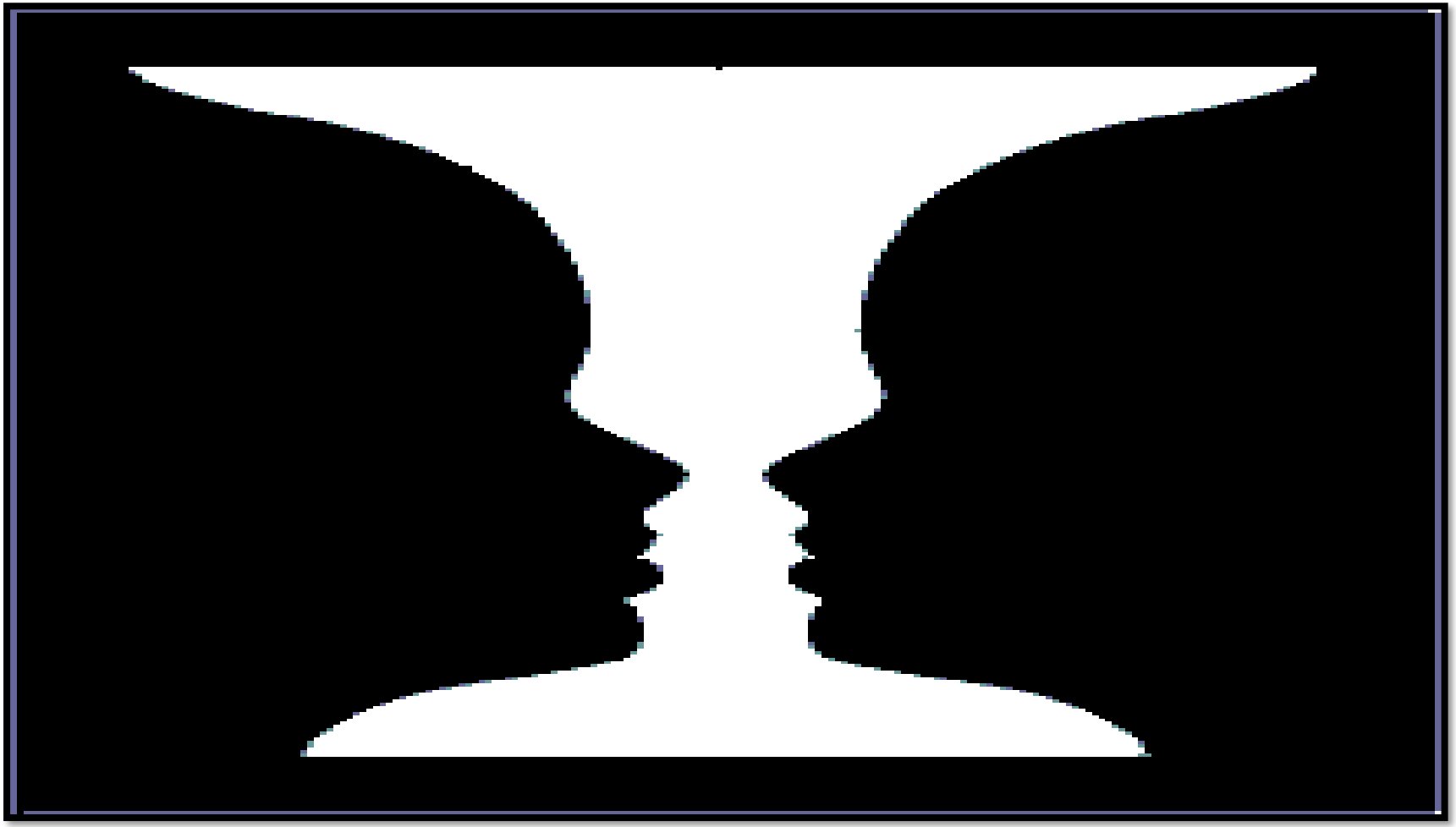
RESPUESTA:

La atención es el proceso mental por el que filtramos la información importante para nosotros. Seleccionamos la información que consideramos relevante y obviamos el resto.

4.- PREGUNTA

¿Una imagen puede ser interpretada de forma diferente por varias personas?

Veamos algunas figuras ambiguas….



La segregación figura-fondo

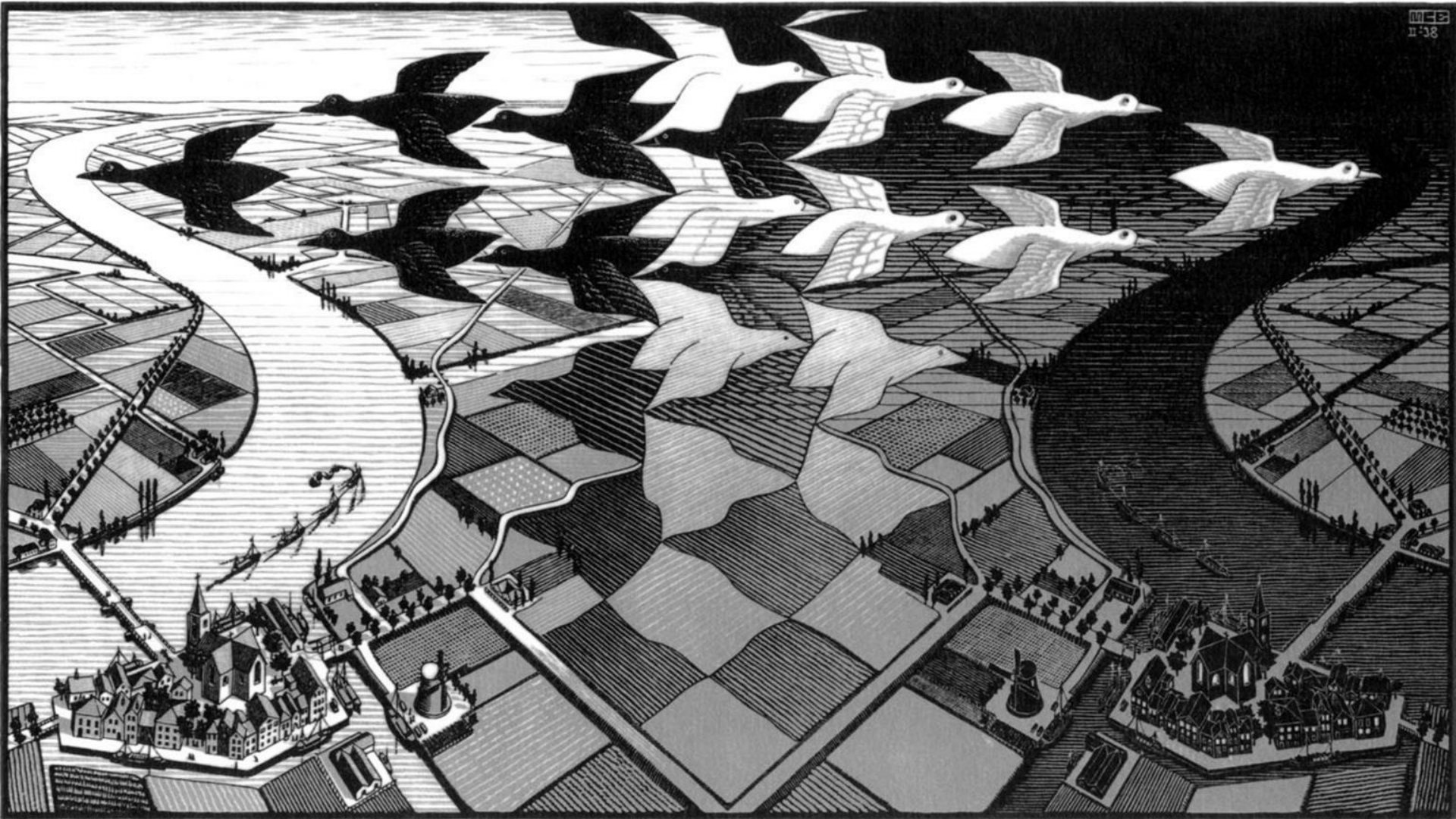
Existen figuras ambiguas que admiten diversas interpretaciones. Estas figuras muestran que la representación de la realidad está dirigida por el sujeto, al menos en parte: depende de cómo separemos los elementos de la imagen para reconocer una cosa u otras.

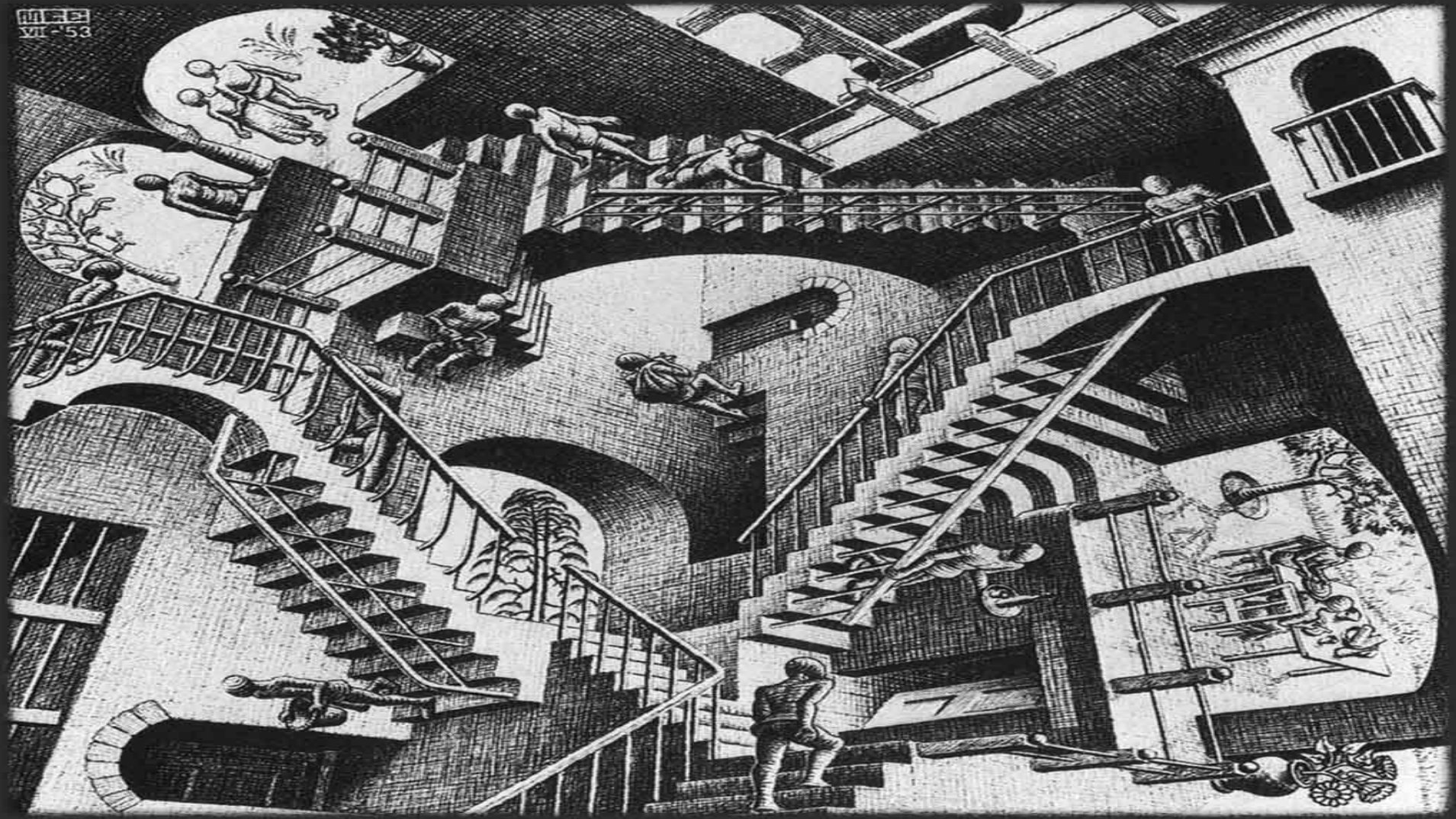
En la figura anterior, si organizamos el espacio blanco como figura veremos una copa, pero si se organiza como fondo entonces el espacio negro se organiza como figura y veremos dos caras iguales y simétricas.

El dibujo puede ser interpretado como la figura de una joven o como la de una anciana. Todo depende de si la línea clave se interpreta como una mandíbula o como una nariz.

El artista holandés Mauritius C. Escher (1898-1972) fue el gran artista de la ambigüedad visual.

Veamos algunas de sus obras…




M.C.E.
VII-'53

Con sus cuadros, Escher quería demostrar que la percepción es un proceso subjetivo y que, en el fondo todo es relativo.

Pero, ¿qué es lo que hace que en una situación unas personas pongan su atención en unos elementos y otras se centren en otros?

RESPUESTA:

En el proceso perceptivo intervienen numerosos factores que pueden alterar y transformar la percepción de la realidad.

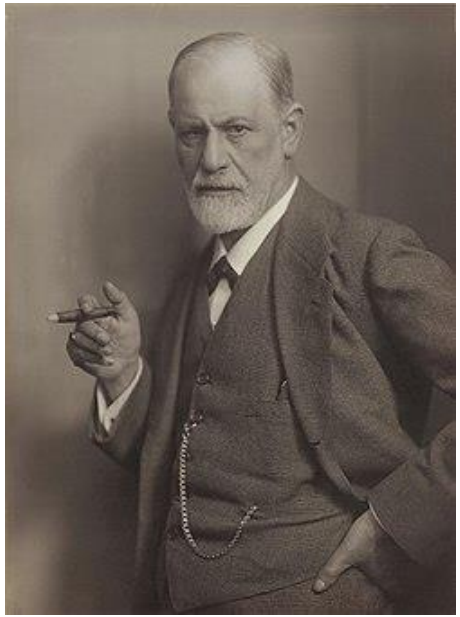
La percepción es sensible a factores individuales como el estado de ánimo, las experiencias previas, los intereses o las expectativas de cada persona.

La educación recibida, el tipo de familia en que nos criamos, la edad o el sexo determinan buena parte de la percepción de la realidad.

Principales teorías en Psicología

-Psicoanálisis
-Conductismo
-Humanista
-Cognitiva

Psicoanálisis



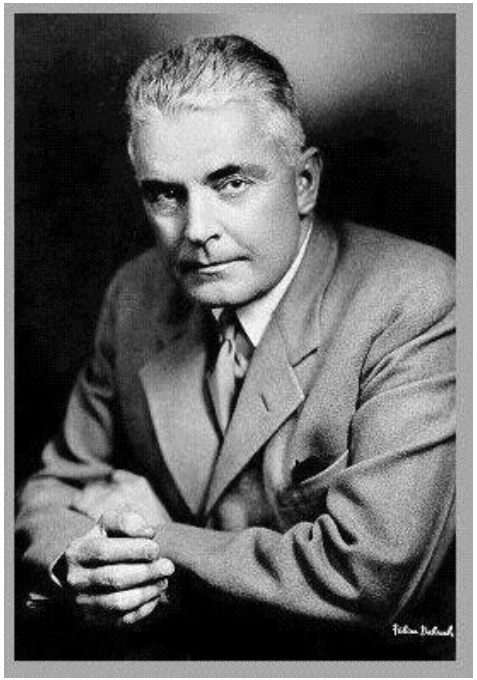
Fundado por Sigmund Freud (1856-1939), se interesa por el origen inconsciente de las enfermedades mentales, como la histeria o la neurosis.

Frente a la concepción tradicional de la filosofía, que concibe al ser humano como eminentemente racional, defiende que nuestra conducta está determinada por impulsos inconscientes o irracionales.

Para Freud la influencia del inconsciente en nuestra conducta es tan grande que asocia la estructura de la personalidad a la imagen de un iceberg del que solo resulta visible una pequeña parte de la superficie.

Utiliza la introspección, asociación libre de ideas y la interpretación de los sueños como método terapéutico.

Conductismo



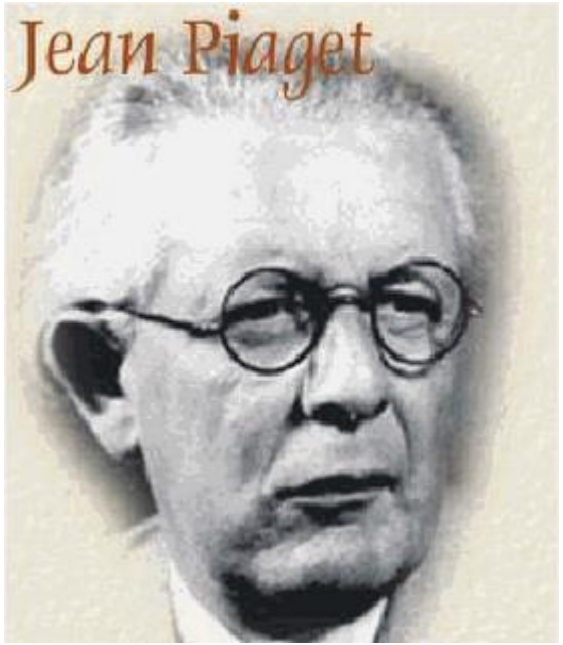
Fundado por John Watson (1878-1958), se caracteriza por prescindir tanto de la mente como de la fisiología. Se centra en el entorno y en su capacidad para modificar o controlar la conducta.

Distingue dos elementos en la conducta: los estímulos y las respuestas o reacciones del organismo (tanto en humanos como en no humanos).

Ivan Pavlov (1849-1936) desarrolla el condicionamiento clásico.

Frederik Skinner (1904-1991) desarrolla el condicionamiento operante.

Psicología cognitiva



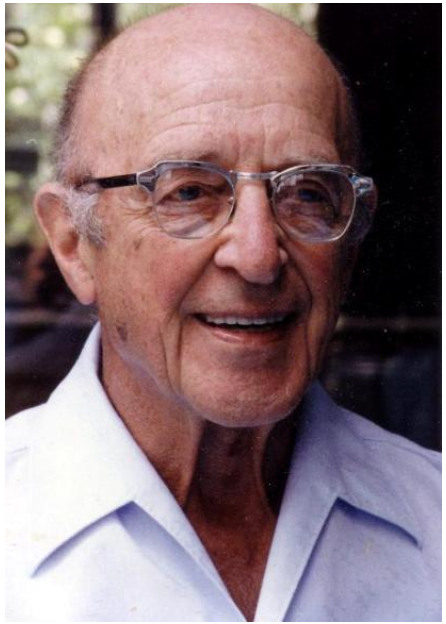
Surge como crítica a la teoría conductista. El ser humano no es un ejecutor pasivo de respuestas condicionadas, sino un procesador activo de la información que recibe del entorno.

Se basa en la metáfora del ordenador para estudiar lo que ocurre en la mente de una persona. Distingue entre estructuras y procesos mentales:

Las estructuras son las partes permanentes del sistema (el hardware o sistema físico): memoria a corto plazo, memoria a largo plazo, conocimiento, ideas, etc.

Los procesos son no-permanentes y son las operaciones que se encuentran bajo el control del sujeto: percepción, pensamiento, imaginación, etc.

Psicología humanista



Aparece a mediados de los años 1950 y sus autores más representativos son Abraham Maslow (1908-1970) y Carl Rogers (1902-1987). Defiende las siguientes tesis:

-El ser humano es autónomo y responsable de las decisiones que toma para su desarrollo personal.

-Los pensamientos, sentimientos y acciones humanas forman un todo integrado. La psicología debe estudiar al individuo globalmente.

-La vida humana se desarrolla en un contexto interpersonal. “Somos lo que hacemos con lo que hicieron con nosotros” (J. P. Sartre).

Características de la Psicología

-Objetivos
-Métodos y técnicas de estudio
-Ramas de la Psicología

Objetivos

La psicología busca comprender las causas que subyacen a la conducta humana. Sus objetivos principales son:

-Describir, recoger datos y recabar información detallada sobre los procesos cognitivos y los comportamientos. Ej: si una persona sufre insomnio, el psicólogo investiga en qué situaciones se produce.

-Explicar o determinar las causas de un comportamiento pensamiento. Ej: el psicólogo formula hipótesis sobre los problemas que impiden a esa persona conciliar el sueño.

-Predecir o establecer relaciones causa-efecto. para asegurar con bastante fiabilidad que un hecho precede a otro.

-Controlar las condiciones que influyen en el comportamiento. Ej: el psicólogo sugiere cambios de rutina para ayudar a conciliar el sueño.

Métodos

En general, se pueden dividir en dos grandes grupos:

-Métodos cualitativos o comprensivos

-Métodos cuantitativos u objetivos

Métodos cualitativos

o comprensivos

Buscan comprender los aspectos subjetivos y no cuantificables de la persona

Incluye las siguientes técnicas:

-La observación interna o introspección

-Test y pruebas diagnósticas (proyectivas)

-Entrevista personal, análisis de escritos, dibujos, etc.

-Dinámicas y terapias de grupo

-Interpretación de los sueños

TEST DE LA CASA

LA PERSONALIDAD

CONSIGNA

Dibuja una casa en una hoja de papel.

Preguntas al finalizar la tarea:

¿Esta casa está habitada o deshabitada?

¿Quién vive en ella?

LA PUERTA

Una puerta muy pequeña puede reflejar timidez extrema o necesidad de protegerse de todo lo que nos rodea.

Una puerta grande es síntoma de extraversión e incluso dependencia hacia las relaciones sociales.

Si la puerta está abierta puede significar que estamos dispuestos a comunicarnos sin problema y expresar nuestras emociones.

Si la puerta está cerrada e incluso hay cerraduras en ella, puede significar que queremos proteger nuestra intimidad o que tenemos miedo de que nos juzguen por nuestros sentimientos o pensamientos.

LAS VENTANAS

Se pueden interpretar como el medio por donde vemos todo lo que ocurre a nuestro alrededor, por lo tanto:

Una casa sin ventanas expresa miedo o negación a afrontar la realidad de nuestro mundo.

Unas ventanas abiertas y grandes equivalen a mucha disposición a contactar con el exterior, a ser abiertos con los demás y a no tener miedo.

Las ventanas cerradas y pequeñas pueden ser síntoma de una personalidad cauta y reservada hacia los demás.

EL TECHO

El techo de la casa es lo equivalente a nuestra mente y nuestras ideas.

Un techo muy grande en comparación con la casa puede mostrar una personalidad demasiado soñadora o idealista, con poco contacto con el mundo real.

Un techo muy elaborado (con detalles dibujados como las tejas) representa una mente muy racional o creativa, con motivación por las ideas pero sin perder de vista aquello que conecta su mente con la realidad.

Cuando el techo está plano puede ser una señal de que nos sentimos oprimidos con lo que nos rodea o que hemos sufrido problemas en el núcleo familiar.

Aspectos generales de la casa

Casa pequeña: si hemos dibujado la casa sin ocupar mucho espacio, podemos estar mostrando introversión y pocas ganas de llamar la atención. Una casa pequeña también puede reflejar un complejo de inferioridad.

Casa grande: una gran casa suele ser un claro signo de alegría, comodidad y una buena capacidad para querer y dejarse querer.

Casa parecida a un castillo: este fenómeno suele ocurrir más en los niños pequeños y puede reflejar mucha imaginación o, si el niño ya es mayor, ganas de escapar de la realidad.

Casa alejada: si hemos dibujado un largo camino antes de vislumbrar la casa, puede que nos sintamos nostálgicos o que añoremos algo de nuestro pasado.

El jardín: Muestra buenas capacidades de expresión e imaginación. Sin embargo, si el jardín está rodeado por muros o vallas que no permiten verlo, tal vez sea síntoma de agresividad e inseguridad.

Los árboles: la existencia de árboles en el dibujo suele ser una expresión de abundancia y de buena disposición a dar y a formar parte de una sociedad

El camino: debemos analizar el camino de un modo parecido al de las ventanas o la puerta, dibujamos los caminos según como nos sintamos con relación al mundo exterior (recto, con piedras, bifurcaciones, curvas...)

Animales: los animales muestran un buen soporte afectivo, suelen ser la proyección de nuestra red social de apoyo. Algunos expertos afirman que la existencia de un sol en el dibujo representa nuestra figura paterna.

Cables de teléfono y antenas: Muestran una personalidad obsesiva, extremadamente detallista y una fuerte necesidad de mantener una rutina.

Existe una rama de la psicología que afirma poder analizar la personalidad de un individuo mediante las interpretaciones de dibujos e imágenes. Esta rama es el psicoanálisis.

La causa de nuestras dolencias se debe a problemas, miedos, deseos o traumas reprimidos. Los reprimimos porque la conciencia de ellos nos produce malestar. Pasan de la conciencia al inconsciente. Pero, al no enfrentarnos a ellos, siguen provocando síntomas de malestar. Al estar en el inconsciente, se expresan de manera críptica, a menudo irracional: a través de los sueños, lapsus, etc…

Dada esa necesidad de estudiar dolencias sin causas aparentes, se desarrollaron una serie de instrumentos denominados técnicas proyectivas. Estas técnicas se basan en interpretar, por ejemplo, un dibujo.

INTERPRETACIÓN

Una vez interpretados todos los elementos del dibujo, podemos formar una descripción bastante elaborada de nuestra personalidad.

No obstante, las técnicas proyectivas son objeto de crítica en la psicología moderna por ser tan generales y estar sujetas a tantas interpretaciones personales.

Métodos cuantitativos

u objetivos

Pretenden determinar los hechos cuantificables y relacionarlos entre sí por medio de leyes

Incluyen las siguientes variantes:

-Observación naturalista

-Estudio de casos singulares

-Investigación experimental o hipotético-deductiva

-Investigación correlacional (mediante técnicas demoscópicas)

Las medidas psicofisiológicas

Consisten en observar las reacciones fisiológicas y corporales de las personas.

La atención se centra en el ritmo cardíaco, la presión arterial o la actividad muscular según la activación emocional ante determinadas preguntas.

Uno de los métodos es el electrograma facial (EMG) para medir las reacciones de una persona ante frases persuasivas pro y contra actitudinales.

Por ejemplo: una reacción positiva va a acompañada de un aumento de la actividad de los músculos cigomáticos del rostro, mientras que una reacción negativa de los orbiculares.

La observación de la conducta

Consiste en observar el comportamiento de las personas sin que lo sepan, centrando la atención en la postura corporal, los gestos, el contacto visual, etc.

Resulta interesante observar, por ejemplo, las incoherencias entre la comunicación verbal y no verbal.

VIDEO:

La vida secreta de los niños es un programa que nos descubre cómo los más pequeños se inician en la vida social, gestionan sus emociones y forman su personalidad.

https://www.youtube.com/watch?v=rDFWsUe6Auo

Los procedimientos psicométricos

Consisten en ordenar o escalar la actitud de un sujeto o grupo de sujetos frente a una idea o situación concreta.

El más conocido es la escala de Likert.

Se ofrece una serie de ítems o enunciados que expresan una idea positiva o negativa respecto a un fenómeno y se pide responder en una escala que oscila desde "totalmente en desacuerdo" hasta "totalmente de acuerdo".

La persona elige el punto de la escala que mejor refleje su actitud. Los resultados se transforman en porcentajes estadísticos y se analizan.

P33 **En relación con el último profesor que te ha dado clase, ¿en qué medida estás de acuerdo con las siguientes afirmaciones?**

(Por favor, marca sólo una casilla en cada línea.)

	Muy de acuerdo	*De acuerdo*	*En desacuerdo*	*Muy en desacuerdo*
a) Mi profesor nos avisa de que tenemos que trabajar duro.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
b) Mi profesor nos proporciona ayuda extra cuando es necesario.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
c) Mi profesor ayuda a los alumnos con su aprendizaje.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4
d) Mi profesor da a los alumnos la oportunidad de expresar sus opiniones.	☐ 1	☐ 2	☐ 3	☐ 4

El experimento de Mills

A un grupo de estudiantes de secundaria (11-12 años) se les pasó un cuestionario sobre su valoración de la mentira, con preguntas en las que se preguntaba expresamente por formas de mentira como copiar en los exámenes. Poco después, estos alumnos tuvieron que hacer un exámen. La situación fue preparada de tal manera que resultaba casi imposible aprobar sin copiar, y para los estudiantes era fácil pensar que lograrían copiar sin ser sorprendidos. Como podría esperarse, hubo alumnos que copiaron y otros que no. Unos días después, Mills volvió a realizar el mismo cuestionario para medir las actitudes que tenían los alumnos hacia el hecho de copiar. En general, quiénes habían copiado se hicieron más tolerantes con la mentira, y quienes resistieron la tentación adoptaron una actitud más intolerante.

Es decir, las valoraciones y juicios morales se limitan a justificar por qué hacemos lo que hacemos.

En conclusión: el procedimiento más eficaz para cambiar una actitud es lograr que la persona se comporte ya de acuerdo con esa actitud que supuestamente todavía no tiene.

La disonancia cognitiva

Según la teoría propuesta por Festinger, una de las motivaciones humanas básicas es la reducción de la disonancia cognitiva:

Si hay conflicto entre pensamiento y acción, modificaremos uno de los dos elementos para reducir o eliminar el conflicto.

Por ejemplo, un alumno que copia en un examen probablemente cambiará su actitud (anteriormente contraria a este tipo de trampas) o, si no llega a ese extremo, reformulará su percepción del hecho disonante ("no era un verdadero examen, solo un ejercicio de clase", "aunque no hubiera copiado habría copiado igual", "la culpa es del profesor por no vigilar más").

Ramas

La Asociación Americana de Psicología (APA) distingue hasta 56 especialidades.

En principio, podemos clasificar las diferentes ramas de la filosofía en dos grandes conjuntos: la psicología teórica (o básica) y la psicología aplicada.

Psicología teórica

Comprende los diferentes campos de conocimiento que pueden ser objeto de investigación:

-Psicología general

-Psicología experimental

-Psicología de la personalidad

-Psicología del aprendizaje

-Psicología diferencial

-Psicología evolutiva

-Psicología social

-Psicobiología o neurociencia

Psicología aplicada

Comprende los diferentes campos en los que el trabajo del psicólogo se aplica para mejorar las condiciones de vida de una persona o el funcionamiento de una organización:

-Orientación familiar

-Orientación educativa

-Orientación de trabajo

-Psicología clínica

-Psicología deportiva

-Psicología de las organizaciones

Toc Toc

Un grupo de pacientes coincide en la consulta de un eminente psicólogo, todos ellos aquejados de TOC (Trastorno Obsesivo Compulsivo).

https://www.youtube.com/watch?v=QUTcCNHcEXc