



# Universidad del Sureste

---

## *Psicología General.*

Psicología Cognitivista.

Catedrática: Lourdes Yazmín Sarabia  
González.

Alumno: Carlos Miguel Méndez Gálvez.

# Psicología Cognitivista.

Respecto a la psicología cognitivista es que es la vertiente de la psicología que se dedica al estudio de los procesos mentales como la percepción, la planificación o la extracción de inferencias. Hay una metáfora respecto a la psicología cognitivista, menciona que la mente humana se entiende como un procesador de información comparable a cualquier ordenador, tiene puertos de entrada y de salida de datos, partes dedicadas a almacenar datos, en este caso sería la memoria, y ciertos programas informáticos encargados de procesar la información de manera adecuada. Esta es una metáfora computacional que serviría para crear modelos teóricos que permitiesen formular hipótesis e intentar predecir el comportamiento humano hasta cierto punto. Así nace el modelo informático de los procesos mentales. La psicología cognitiva se dedica al estudio de los procesos mentales como la percepción, la planificación o la extracción de inferencias. Cosa que queda fuera del alcance de los instrumentos de medición que se han venido utilizando en estudios científicos.

Entiendo por la psicología cognitiva que, es algo que actualmente es una de las corrientes terapéuticas más influyentes y efectivas en lo que es la recuperación de trastornos mentales, es la que se dedica al estudio y comportamiento humano y se centra en los aspectos no observables, mentales. Se encarga de conocer qué ideas fluyen en la mente del paciente y como estas influyen en su respuesta emocional y conductual, como se siente, que hace al respecto.

Todos los seres humanos somos capaces de generar cogniciones, esto es, pensamientos o representaciones mentales de aquello que conocemos, de lo que ocurre a nuestro alrededor. No ocurre lo mismo si no conocemos o somos conscientes de que algo existe. Me gusta como Bruner recalca la idea de que un estudiante aprendería muy rápido si se implicaba en el conocimiento que trataba de adquirir y lo aplicaba.

Me gusta mucho esta corriente, ya que la terapia cognitiva tiene como principal objetivo **ayudar** a los pacientes a **identificar** dichos pensamientos para que puedan evaluarlos.

[https://www.terapia-cognitiva.mx/pdf\\_files/psicologia-](https://www.terapia-cognitiva.mx/pdf_files/psicologia-cognitiva/clase1/Introduccion%20a%20la%20psicologia%20cognitiva.pdf)

[cognitiva/clase1/Introduccion%20a%20la%20psicologia%20cognitiva.pdf](https://www.terapia-cognitiva.mx/pdf_files/psicologia-cognitiva/clase1/Introduccion%20a%20la%20psicologia%20cognitiva.pdf)

[https://www.emagister.com/uploads\\_courses/Comunidad Emagister 59413 59413.pdf](https://www.emagister.com/uploads_courses/Comunidad_Emagister_59413_59413.pdf)