



Lic. En Trabajo Social y Gestión Comunitaria

Psicología General

Actividad: Reporte de Lectura Tema 2.4 y 2.5

Profesora: Ana Estelí Hidalgo Martínez

Alumna: Cristian Yazmín Bule Montes de Oca

10 de Julio de 2020.

La Teoría de la Gestalt

- Es una teoría muy usada en psicoterapia y resolución de problemas.
- Permite conocer la manera de ser, de comportarse y sentir de una persona más allá de lo que se observa o se mide.
- Se encuentra dentro de la psicología humanista debido a que enfatiza en vivencias subjetivas de las personas.
- Surge en Alemania a principios del siglo XX, en reacción a la psicología conductista.
- Su centro es dar explicaciones en la manera en que cada persona percibe las cosas y toma decisiones en base a las formas que se crea.
- Niega que existe un todo perceptivo, pero propone que lo experimentado por las personas es la suma de partes, una figura que sólo es considerada entera.
- Según este enfoque, aprendemos a partir de las figuras que se crean en nuestra mente.
- La Gestalt tiene leyes y son:
 1. **La Ley de la buena forma:** percibimos con mayor rapidez y exactitud aquellas formas completas que son más simples o simétricas.
 2. **Ley de la figura-fondo:** la figura no puede ser percibida como figura y a la vez como fondo.
 3. **Ley de la continuidad:** si varios elementos forman un flujo orientado hacia alguna parte, este será un todo
 4. **Ley de la proximidad:** los elementos próximos entre sí, se perciben como parte de una unidad.
 5. **Ley de la similitud:** los elementos parecidos se perciben como si fueran de la misma forma.
 6. **Ley del cierre:** una forma tiene mejor percepción cuando su contorno está más cerrado.
 7. **Ley de la completión:** una forma abierta se percibe como cerrada.

Enfoque cognitivo o psicología cognitiva

- Estudia los procesos mentales internos, es decir, estudia lo que sucede en el interior de nuestro cerebro como: la percepción, el pensamiento, la memoria, la atención, el lenguaje, la resolución de problemas y el aprendizaje.
- Provocó grandes esfuerzos de investigación para su creación.

- La “Metáfora computacional de la mente”: compara a la mente humana con un procesador de información que tiene parecido a un ordenador, este ordenador analiza operaciones funcionales de la mente y es capaz de elaborar hipótesis en función de los estímulos causales.
- Fodor y Garrett afirman que los sistemas neuronales tienen representaciones innatas que hacen referencia a la propiedad de pensar.
- La psicología cognitiva proporciona herramientas para mejorar la memoria, permite desarrollar nuevas formas de ayuda a las personas para poder lidiar con dificultades psicológicas y mejora la comprensión de cómo las personas forman, almacenan y recuperan recuerdos.
- El pensamiento negativo interfiere con la salud y la felicidad.
- Los tratamientos de terapia se centran en ayudar a personas a cambiar sus pensamientos negativos y remplazarlos por positivos y realistas.