



Nombre del alumno: Lesly Merari Utrilla López.

Nombre del profesor: Mónica Liseth Quevedo Pérez.

Nombre del trabajo: Ensayo “Introducción a la psicología”

Materia: Introducción a la psicología.

Grado: Primer cuatrimestre.

Grupo: Escolarizado Psicología.

Psicología como parte de nuestro entorno.

Emplear una sola definición para ella resulta imposible. Cuando meditamos a cerca del actuar de cada individuo nos damos cuenta que existen características que pueden estar ligadas entre sí o características que son comunes en cierto grupo de personas, el comportamiento humano en ocasiones puede llegar a ser algo curioso y extraño.

En la antigüedad, se desconocía mayormente sobre estos temas. Se creía que los trastornos de personalidad o mentales podían estar ligados a posesiones de demonios o espíritus. La eficacia de los tratamientos curativos en esa época era casi nula, pues consistía en una serie de conjuros o encantamientos. Actualmente se cuenta con un mayor conocimiento que explica la complejidad de la mente y sobre todo el poder que posee esta, respecto al resto del cuerpo.

Definámosla entonces; la **psicología** según la APA “*se trata del estudio de la mente y el comportamiento. Es una disciplina científica diversa que comprende varias ramas principales de investigación, así como varias subáreas de investigación y psicología aplicada. La investigación implica observación, experimentación, pruebas y análisis para explorar los procesos o estímulos biológicos, cognitivos, emocionales, personales y sociales que subyacen al comportamiento humano o animal.*” Esto nos deja ver, desde una perspectiva profesional, parte de las funciones y objetivos de la psicología. Si bien para nosotros es una **ciencia** que observa y analiza de diferentes maneras el comportamiento humano (y todo lo que esto conlleva: sentimientos, emociones, percepciones) en el entorno que se encuentre, aquí aunado a eso descubrimos que tiene subáreas que pueden irse hasta lo más recóndito del pensamiento. Es importante destacar que también ella busca una mejora en la calidad de vida de las personas a través de la resolución de problemas mentales o problemas de conducta.

Desde sus orígenes la psicología se ha presentado como una herramienta para la sociedad activa y son amplios los campos y ámbitos donde puede ser aplicada. Por ende no existe un solo tipo de psicología, sino que son muchas ramas, cada uno con sus objetivos:

- Psicología de las organizaciones y del trabajo: (conocida también como *psicología industrial*). Aplica la psicología a un plano laboral.
- La psicología del marketing y del consumidor. Aplica la psicología en el comercio.

- Psicología clínica y de la salud. Proporciona psicoterapias que pueden ser muy variantes de acuerdo a la formación y herramientas que cada profesional tenga. Se centra en los problemas no tan severos que afectan la calidad de vida de las personas.
- Sexología. Se encarga de la resolución de problemas que tengan que ver con la sexualidad. Puede ayudar no solo a quienes tengan problemas de este tipo, sino también pueden ser pieza clave en la mejora de la vida sexual de las parejas.
- Neuropsicología. Esta especializado en las neurociencias. Estudia a el funcionamiento del encéfalo y las alteraciones que puedan hacerse presentes en este asi como los procesos mentales.
- Psicología forense. Presenta, recopila y analiza pruebas de tipo psicológico que van a ser tenidas en cuenta en procesos judiciales.
- Psicología de la educación y del desarrollo. Fijan su atención en los procesos de aprendizaje, aplicando técnicas y estrategias para que las personas tengan un un proceso de lo más satisfactorio posible.
- Psicología del deporte. Tiene como fin implementar estrategias para hacer que el rendimiento psicológico y físico de los deportistas los lleve a mejorar sus resultados.
- Psicología social. Se especializa en atender la dimensión colectiva, todo lo relacionado a la relación y comportamiento de las personas en un contexto.
- Psicología Comunitaria. Se entiende que está ligada a la psicología social. Orientada a los problemas, y soluciones de los mismos, de una comunidad en específico. Esta involucra a la comunidad durante todo el proceso.
- Psicología de pareja y familiar. Ella se apoya en muchas de las distintas ramas como: la social o sexología. Se centra en las problemáticas que puedan presentarse dentro del seno de una familia y las terapias suelen ser en grupos ya que así se optimizan los resultados.
- Psicología básica experimental. Una de las ramas más generales que se especializan en todo lo que tiene que ver con el comportamiento humano.

La psicología puede contar con cuantas ramas le sean posibles, ya que para cada actividad humana ella puede desempeñar una función.

Esta palabra, **psicología**, proviene de dos vocablos griegos que son: *Psyche* (alma) y *Logos* (estudio). Por ello, podemos decir que para los griegos la psicología era el estudio del alma.

En nuestros días se considera a la psicología como el estudio de la mente o el comportamiento humano o animal.

Dentro de la mitología griega observamos a la diosa Psique que se presenta en forma de una joven con alas de mariposa. Esto se debe a que los griegos tenían una ancestral creencia que cuando una persona fallecía, en su último suspiro su alma salía de su interior para volar libre como una mariposa. Se le atribuye a esta diosa una exuberante belleza y era la representante de la bondad y el alma humana.

A través del tiempo, las ciencias en general han estado en proceso de desarrollo muy significativo que ha consolidado lo que son hoy en día. Particularmente, la psicología, ha tenido etapas en la que su desarrollo ha sido lento y etapas en la que ha podido hacer incremento y fortalecerse. Se ha visto influenciada por muchos filósofos, personas de alto mando social e inclusive ha sido afectada por la fuerza de las cuestiones religiosas hace muchos años.

La psicología guarda una íntima relación con una de las grandes ciencias: la filosofía. Dentro de los grandes filósofos griegos que realizaron aportes fundamentales en el desarrollo de la psicología fueron: **Platón y Sócrates**. Mientras que **Sócrates**, sentó los fundamentos del método científico, **Platón**, concebía el cuerpo como el vehículo del alma, la cual es la verdadera responsable de la conducta humana.

Durante esa misma época Hipócrates realizó el estudio de las enfermedades físicas y psíquicas por medio de métodos inductivos y las atribuyó a desequilibrios en los humores y o fluidos corporales.

René Descartes, que contribuyó a la concepción dualista que separaba el cuerpo y el alma. Baruch Spinoza que cuestionó esta teoría o John Locke, quien afirmó que la mente depende de influencias ambientales. De igual modo el médico Thomas Willis atribuyó los trastornos mentales o alteraciones en el sistema nervioso. Franz Joseph quien introdujo la frenología que indica que las funciones mentales dependen del tamaño de áreas concretas del cerebro. Franz Mesmer, Marko Marulic, Rudolf GÖckel, Cristian Wolff, entre muchos otros.

Anteriormente, tener una enfermedad o trastorno mental te convertía en una persona que tenía guardada relación con lo mágico o lo diabólico. Se les atribuía también a pecados, por todo ello estos eran tratados por medio de rezos, exorcismo o algunos otros comportamientos que tuvieran que ver con el bien espiritual.

Enfocándonos al plano actual, muchos aún consideran que ir a un psicólogo simplemente es innecesario. En otras circunstancias, se suele confundir a los profesionales de la salud mental pues muchos consideran que acudir al psicólogo es lo mismo que acudir con un psiquiatra. Ciertamente es que ambos guardan una muy estrecha relación y en numerosos casos trabajan en conjunto según la necesidad de cada paciente, pero lógicamente no son los mismos; pues mientras que uno solo ayuda e impulsa a los pacientes por medio de pláticas y algunas técnicas que ayuden a desvanecer las dificultades personales, otro es el que trata con los que tienen problemas un poco serios (enfermedades y trastornos) y es el que está autorizado para medicarlos.

Estas personas pueden llegar a ser una de las herramientas sociales más importantes. En las ciudades cada vez el estrés colectivo aumenta y todo eso debido a el sinnúmero de problemas que se presentan día con día. Esta ciencia se hará aún más importante de lo que ya es ahora.

Mediante ella podemos lograr mejores relaciones personales, resolver conflictos de una manera efectiva y segura, nos puede ayudar en nuestros negocios y empresas, nos ayuda en caso de presentar alguna dificultad social, podemos mejorar nuestra calidad de vida de todas las maneras posibles, logrando así la felicidad y plenitud que todo individuo anhela.

Nuestra paz mental es nuestra responsabilidad.

Referencia y fuentes:

Diapositiva de apoyo a foro.

Antología "Introducción a la psicología" septiembre-diciembre (2020_B).

<https://psicologiaymente.com/psicologia/ramas-campos-psicologia>

<https://www.psicologia-online.com/definicion-de-psicologia-segun-autores-4865.html>