



Ensayo: Unidad III PENSAR EN EL MUNDO SOCIAL

Materia: COMPORTAMIENTO SOCIAL

Cuarto cuatrimestre

Lic. en psicología general

Ma. de Lourdes Espinosa Monjaras

## **PENSAR EN EL MUNDO SOCIAL.**

Cognición social: Es la forma en la que interpretamos, analizamos, recordamos y empleamos la información sobre el mundo social. Existen límites definidos de nuestra capacidad para pensar acerca de los otros, la relación entre cognición y afecto funciona en ambos sentidos: nuestro pensamiento influye nuestras emociones y sentimientos, así como nuestros sentimientos pueden influir en nuestros pensamientos, esquemas: marcos mentales que nos permiten organizar gran cantidad de información de manera eficiente, afecto: estado emocional de una persona, sentimientos y estados de ánimo.

Los esquemas ejercen efectos importantes en tres procesos básicos: atención: que información recibimos. Codificación: como información recibida es almacenada en la memoria. Recuperación: proceso por el cual se recupera la información de la memoria para utilizarla, efecto de perseverancia: tendencia a mantener las creencias y esquemas incluso la presencia de información contradictoria, profecías autocumplidas: predicciones que en algún sentido llevan a que se hagan realidad, sobrecarga de información: casos en los que se excede nuestra habilidad para procesar información, heurísticos: reglas simples para tomar decisiones complejas o hacer inferencias de una manera rápida y "sin esfuerzo", representatividad: estrategia para hacer juicios basados en el parecido que tienen los estímulos o eventos que se evalúan con otros estímulos o categorías, de disponibilidad: estrategia para hacer juicios basada en la facilidad con que determinados tipos de información son traídos a la mente, priming: activación de la disponibilidad de información en la memoria o en la consciencia resultante de exposición a estímulos o eventos específicos, procesamiento automático: esto ocurre cuando, después de una extensa experiencia con una tarea o tipo de información alcanzamos un estado en el que desempeñamos la tarea o procesamos la información de manera similar, sin esfuerzo, de forma automática e inconsciente. Una vez activados los esquemas y otros marcos mentales, estos pueden influir en el pensamiento y en el comportamiento social.

## **ESQUEMA MENTAL**

Un esquema mental es un patrón organizado de pensamiento e ideas preconcebidas, es nuestra forma particular de pensar y de ver el mundo que guía nuestras emociones y condiciona nuestra conducta de manera inconsciente. Durante nuestros primeros años de vida comenzamos a formarnos ideas sobre nosotros mismos y el mundo mediante nuestro aprendizaje por observación y experimentación, y durante nuestras vivencias vamos construyendo de forma inconsciente nuestras creencias nucleares sobre la vida, las cuales están insertadas en estructuras mentales más o menos estables, los denominados esquemas.

La manera de evaluar una situación depende del esquema de cada persona, que selecciona de forma automática los datos que penetran en su conciencia, los que mejor encajen con sus expectativas e ideas aprendidas; sin embargo, los datos que no se ajustan a sus estereotipos los considera sospechosos, y tiende a rechazarlos o a modificarlos para que sean coherentes con sus prejuicios. Los esquemas son estructuras dinámicas que codifican lo que percibimos del entorno, instrumentos que asimilan y transforman de forma individualizada nuestra experiencia social.

Qué es el esquema mental. Los esquemas están formados por conceptos (palabras como 'política', 'educación' o 'vergüenza') que son ideas o símbolos que representan un conjunto de ideas relacionadas en nuestro sistema de procesamiento mental de la información. A través de nuestro aprendizaje vamos formando los diferentes conceptos, agrupando los objetos que comparten similares características. Y poco a poco vamos organizando e integrando conceptos de una palabra en conceptos de varias palabras que forman frases, y después en conceptos cada vez más amplios que forman párrafos, argumentos, planteamiento.

Diferentes planteamientos se integran en modelos mentales que van conformando nuestros esquemas, las unidades básicas para entender e interpretar el mundo en nuestro lenguaje mental. El esquema es la representación organizada de nuestra experiencia basada en la repetición de acontecimientos similares, que finalmente establece los patrones que organizan la personalidad humana. Los esquemas son las unidades fundamentales de la personalidad; la forma en que afrontamos las diferentes situaciones vitales basadas en nuestros esquemas mentales determina en gran medida nuestra personalidad.

## **HEURÍSTICO Y PROCESAMIENTO AUTOMÁTICO.**

Los animales vertebrados nos caracterizamos por afrontar docenas de decisiones cruciales en nuestro día a día. Cuando descansar, con quien relacionarnos, cuándo debemos huir y

cuándo no, qué significado tiene un estímulo visual, todo esto entra dentro del repertorio de pequeños dilemas cotidianos cuya resolución es una consecuencia inevitable de vivir en entornos complejos. Además, cuando el animal vertebrado en cuestión es el Homo sapiens de las sociedades modernas, estas decisiones se multiplican para transformarse en oleadas masivas de cuestiones que requieren nuestra atención: a quién votar, dónde buscar trabajo, a qué gestores delegar tareas, etc. Son muchas preguntas y no todas son fáciles de contestar y, sin embargo, salvo en algunas excepciones, las resolvemos con una facilidad pasmosa y sin necesidad de entrar en una crisis nerviosa.

¿Cómo se explica esto? La respuesta es que, en parte, no resolvemos estas cuestiones tal y como se nos presentan, sino que tomamos unos atajos mentales llamados heurísticos.

## **PROCESAMIENTO AUTOMÁTICO EN EL PENSAMIENTO SOCIAL**

Para que una respuesta sea automática, es necesario que la información se haya procesado de forma repetida. En los años 70 se empieza a considerar la idea de que los pensamientos y comportamientos racionales del ser humano no siempre son conscientes y controlados. En un principio se consideró que los procesos automáticos eran opuestos e incompatibles entre sí y que se diferenciaban en 4 aspectos que Bargh (1994) llama “Los cuatro jinetes del apocalipsis”:

-La consciencia

-La intencionalidad

-El control

-La eficacia

Los procesos automáticos:

-Se producen sin que la persona tenga consciencia de ello.

-No son intencionados.

-No están sujetos a un control deliberado, por lo que pueden resultar difícil o imposible evitar ciertos procesos una vez activados.

Son muy eficaces en término de coste-beneficio, en tanto que requieren pocos recursos cognitivos, no implican ningún esfuerzo, se basan en estructuras de conocimiento que ya están almacenadas en la memoria, y pueden ocurrir simultáneamente con otros procesos.

-Los procesos controlados:

-Se producen con consciencia.

-Requieren mayor esfuerzo cognitivo.

-Proceso más lento que el automático.

## **FUENTES POTENCIALES DE ERROR EN LA COGNICIÓN SOCIAL**

Construimos e interpretamos el mundo social en que vivimos; cada individuo trata de hacer lo posible por estar en lo cierto y sostener opiniones y creencias correctas, sin embargo, no siempre sopesamos las cosas de forma del todo racional, ya que muchas veces no disponemos de toda la información relevante y nuestra capacidad de procesamiento es limitada. Resulta imposible pensar detenidamente en todas y cada una de los fragmentos de información que nos llega, sobre todas y cada una de las decisiones que debemos tomar.

Por todo ello, tomamos “atajos mentales”, siempre que podemos, para ahorrar energía cognitiva, de modo que muchas veces ignoramos cierta información, o abusamos de otra información para no tener que buscar más, o aceptamos alternativas que, aunque no sean las más adecuadas, no están del todo mal. Todas estas estrategias pueden ser eficientes pero tienen el inconveniente de que pueden conducir a graves errores y sesgos, si elegimos la estrategia equivocada, o si por las prisas pasamos por alto información vital, por ej., con frecuencia juzgamos a partir de estereotipos, como el modo en que se presenta la información puede afectar a nuestro juicio sino somos conscientes de todos estos inconvenientes, podemos llegar a creer que nuestra perspectiva es la única posible, y por tanto, que es sinónimo de verdad.

## **AFECTO Y COGNICIÓN**

La afectividad como una clave interna o el modelo de la afectividad como información indirecta (Bower et al.), la afectividad como información directa (Schwartz et al.), la afectividad como un determinante del estilo de procesamiento de la información (Fiedler et al.) y la afectividad como un aspecto de los procesos motivacionales, son los modelos examinados. La discusión teórica y los resultados de las investigaciones nos llevan a concluir que los modelos más heurísticos son los no proposicionales y que plantean las funciones específicas de las emociones.

La cognición influye sobre el afecto a través de nuestra interpretación de los eventos provocadores de emoción y a través de la activación de esquemas que contienen un fuerte componente afectivo

## Bibliografía

*Antología usd.* (s.f.).

<http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=1134>. (s.f.).

<https://psikipedia.com/libro/psicologia-social/1164-procesos-cognitivos-automaticos-y-controlados>. (s.f.).

<https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-iberoamericana-mexico/psicologia-social/ensayos/cognicion-social-pensar-en-el-mundo-social/5954321/view>. (s.f.).