



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Dominga contreras Jiménez

Nombre del tema: ensayo de la unidad 1 y 2

Parcial:1

Nombre de la Materia: psicología general

Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez

Nombre de la Licenciatura: psicología

Cuatrimestre: 3er

Pichucalco, Chiapas a 11 de julio del 2021

INTRODUCCION

La psicología como ciencia estudia la conciencia Y el comportamiento del ser humano, el cual nos genera tantas preguntas, menciona también de sus características y sus objetivos. Entre muchas cosas más.

La rama del conocimiento que se ocupa del estudio de los fenómenos psíquicos es la Psicología. la ciencia psicológica ha adquirido una importancia marcada desde el punto de vista social.

El Psicoanálisis es, a la vez, un conjunto de teorías psicológicas, un método de investigación y un método psicoterapéutico creados por Sigmund Freud.

La finalidad del conductismo es conducir al ser humano a que suprima sus conductas no deseadas, El conductismo sostiene que la psicología es el estudio del comportamiento individual en interacción con el entorno. La influencia del entorno es decisiva en el comportamiento humano y animal.

Todo mi ensayo va referido a la mente y alma del ser humano, como funciona, como lo educamos como somos y cómo podemos ser.

Psicología como ciencia



Psicología proviene del griego psique: alma y mente tratado, ciencia, literalmente significaría del alma. Literalmente significado de ciencia y definió la psicología como "**la ciencia que estudia el alma**". No es de extrañar que se definiera así pues grandes mentes como **Descartes** separaron el cuerpo de la parte pensante del ser humano, delimitando así dos espacios interdependientes conocidos como "**el cuerpo**" y "**el alma**" la Psicología es la ciencia que estudia la conducta y los procesos mentales. Trata de describir y explicar todos los aspectos del pensamiento, de los sentimientos, de las percepciones y de las acciones humanas.

Objetivos de la psicología

En la psicología se proponen cuatro objetivos o metas principales: que son **DESCRIPCION, EXPLICACION, PREDICCION, CONTROL**.

Descripción: es el paso inicial hacia la comprensión de cualquier fenómeno; Es la explicación sistemática e imparcial de las características observadas de los comportamientos.

Explicación: esto incluye el conocimiento de las condiciones que reproducen de manera confiable la ocurrencia de un comportamiento.

Predicción: se refiere a la capacidad de saber de antemano cuándo se esperaría que ocurrieran comportamientos.

Control: se refiere al estudio de lo aprendido sobre el comportamiento.¹

CARACTERÍSTICAS DE LA PSICOLOGIA DE LA CIENCIA

Precisión. Los psicólogos procuran ser precisos de varias maneras (a) definiendo con toda claridad lo que van a estudiar, (b) expresando los resultados de forma numérica, y (c) comunicando estos resultados por medio de informes detallados en los que describen a sujetos, equipo, procedimiento, tareas y resultados

Objetividad. se refiere al intento de evitar que sus prejuicios incluyan en sus estudios.

Empirismo. se refiere a que todas las afirmaciones deben estar respaldadas por estudios empíricos basados en la observación.

Determinismo. Afirma la creencia de que todos los sucesos tienen causas.

Parsimonia Se prefieren explicaciones sencillas que hayan sido sometidas a pruebas y que respondan a los hechos observados.

Campos aplicados a la psicología

Este cambio se divide en dos grandes grupos –áreas de estudio y áreas de aplicación-. estas son algunas de ellas.

Psicología experimental. Incluye el estudio de procesos psicológicos básicos, tales como percepción, sensación, aprendizaje, memoria, etc.

Psicología cuantitativa. Trata de desarrollar métodos matemáticos, estadísticos y cuantitativos para estudiar y comprender la conducta.

Psicología de la personalidad. Mide y describe la personalidad, y formula teorías sobre su desarrollo, Estudia al individuo y sus diferencias con otros individuos.

Psicología social. Estudia la conducta de los grupos, la influencia del grupo sobre la conducta de los individuos, la conducta de los individuos en función de ser miembros de un grupo, etc.

Psicología desarrollo. Estudia los cambios que se producen a lo largo de la vida.

Psicología de la educación. Estudia los aspectos psicológicos de la educación, estudia que otras variables, además del aprendizaje, influyen en el rendimiento.

Psicología clínica. Es la parte de la psicología que se dedica al estudio (investigación), diagnóstico y tratamiento del comportamiento anormal o desórdenes clínicos.

Salud mental pública. Esta área de la psicología se preocupa más que de la persona, de su entorno, es decir, del ambiente externo de las personas, y hasta qué punto estos ambientes pueden producir trastornos psicológicos.

Psicología de la orientación. trabaja especialmente con gente que tiene ligeros problemas, tales como vocacionales o educacionales.

Psicología escolar. Entre sus funciones se encuentran realizar test vocacionales, educacionales y de orientación, organizar la formación de los profesores para que mejoren sus relaciones con los alumnos y con otros profesores, e investigar temas prácticos que ayuden a la escuela a funcionar mejor.

Psicología industrial. estudio de la psicología del trabajo, la cual incluye temas de productividad, satisfacción en el trabajo o toma de decisiones.

Campo de estudio y su aplicación

Psicología básica: Se refiere a la teoría psicológica sobre la conducta y los procesos mentales.

Psicología general: Se encarga del estudio del comportamiento de los organismos individuales, procesos afectivos e intelectuales y el sistema psíquico.

Psicología Experimental: Aplicación de técnicas de laboratorio, semejantes a las de las ciencias naturales para el estudio del comportamiento y los fenómenos psíquicos, entre los que se incluyen elementos de estudio tradicionales de la psicología, como la percepción, la memoria, el pensamiento, el aprendizaje y la resolución de problemas.

Psicofisiológica: Es una tendencia de la psicología experimental que considera las funciones psíquicas desde el punto de vista fisiológico.

Psicología Social: Rama de la psicología que estudia como el entorno social influye, directa o indirectamente, en el comportamiento de los individuos.

Psicología evolutiva: Psicología evolutiva o del desarrollo humano. Los psicólogos denominan desarrollo al cambio psicológico que se da a lo largo de la vida.

Psicología de la personalidad: se encarga de estudiar lo que nos caracteriza como individuos (**nuestra personalidad**). Busca entender cómo ésta comporta, que influencia recibe durante su desarrollo, como puede **medirse o modificar**.

Psicología Educativa: Es una ciencia que se identifica con dos campos de estudios: la psicología y las ciencias de la educación. **Psicología Clínica:** La psicología clínica es la que se encarga del estudio, diagnóstico o tratamiento de problemas o trastornos psicológicos o conducta anormal.

Psicología Clínica: La psicología clínica es la que se encarga del estudio, diagnóstico o tratamiento de problemas o trastornos psicológicos o conducta anormal.

Perspectivas históricas

La psicología empezó a ser reconocida como disciplina científica distinguible de la filosofía o la fisiología a fines del siglo XIX, y tiene sus raíces en periodos más antiguos de la historia de la humanidad. Después de que los estudios de **Wundt** se hicieron públicos, el aprendizaje sobre psicología como ciencia creció en popularidad. Los científicos comenzaron a investigar cómo se conectan la mente y el cuerpo, y cómo la mente inconsciente afecta el pensamiento y el comportamiento conscientes. **John B. Watson** portavoz de la escuela psicológica conocida como conductismo, sostuvo que la psicología debería ocuparse exclusivamente del comportamiento observable y medible.

B. F. Skinner: Las ideas de B. F. Skinner se parecen a las de Watson, sólo que agregó el concepto de reforzamiento o recompensa.

Psicología de la Gestalt se basa en la tendencia del hombre a ver patrones, a distinguir los objetos contra el fondo y a completar las imágenes a partir de unas cuantas señales.

Grandes sistemas de la psicología

Psicoanálisis



Es la **esencia** de la psicología es la motivación, en gran parte inconsciente y sexual, y se le debe estudiar a través de sus manifestaciones en los sueños, los errores, los síntomas y la asociación libre. creado por Sigmund Freud se denomina a un método particular de psicoterapia y se deriva del método catártico usado por Sigmund Freud y Josef Breue hasta entonces. El psicoanálisis se refiere especialmente a la exploración del inconsciente, La

idea del psicoanálisis es la creencia de que todas las personas poseen **pensamientos, sentimientos, deseos y recuerdos inconsciente**. **Sigmund Freud** fue el fundador del psicoanálisis y el enfoque psicodinámico de la psicología. **Freud** creía que la mente humana se compone de tres elementos: **el ello, el yo y el superyó**.

EL ELLO: no tiene la percepción de la realidad y se apoya en lo que Freud se refiere como los "**procesos primarios**" para satisfacer las necesidades e impulsos básicos de un individuo.

EL YO: Usa el "**principio de realidad**", el yo evalúa las acciones y sus consecuencias potenciales y determina las soluciones adecuadas a los impulsos del ello. Para lograr esto, el yo emplea los "**procesos secundarios**" de la **percepción, el reconocimiento, el juicio y la memoria**.

SUPER YO: El superyó contiene los valores de un individuo y la moral social que se aprenden a través de la formación infantil y las experiencias.

La mente consciente e inconsciente

En la **mente inconsciente** se incluyen todas las cosas que están fuera de nuestro conocimiento consciente. Estos podrían ser recuerdos de la infancia temprana, secretos y deseos ocultos. el inconsciente contiene cosas que pueden ser En la mente consciente se encuentra todo lo que está dentro de nuestra conciencia. El contenido de la mente consciente son las cosas que somos consciente.

Conductismo



El conductismo es una corriente de la Psicología que se centra en el estudio de las leyes comunes que determinan el comportamiento humano y animal.

El conductismo, también conocido como psicología **comportamental**, es una teoría del aprendizaje basada en la idea de que todos los comportamientos se adquieren a través del condicionamiento. Los conductistas tienden a concebir

a los seres vivos como “**tabulas rasas**” cuya **conducta está determinada por los refuerzos y castigos** que reciban más que por predisposiciones internas.

Conceptos básicos del conductismo

Estímulo: se refiere a cualquier señal, información o evento que **produce una reacción (respuesta)** de un organismo.

Respuesta, Cualquier conducta de un organismo que **surge como reacción a un estímulo**.

Condicionamiento: es un tipo de **aprendizaje derivado de la asociación** entre estímulos y respuesta

Castigo, Opuesto al refuerzo: consecuencia de una conducta que disminuye la probabilidad de que vuelva a darse.

El condicionamiento clásico Es una técnica utilizada con frecuencia en el entrenamiento comportamental en la cual un estímulo previamente neutral se combina con una respuesta automática o refleja (respuesta no condicionada).

El condicionamiento operante También se le conoce como condicionamiento instrumental, es un proceso de aprendizaje el cual ocurre a través de refuerzo y castigo.

Wilhelm Wundt (1832-1920), considerado por muchos “**el padre de la Psicología**”, sentó las bases de lo que acabaría siendo el conductismo. Creó el primer laboratorio de Psicología científica y utilizó de forma sistemática la estadística y el método experimental para extraer reglas generales sobre el funcionamiento de los procesos mentales y la naturaleza de la conciencia.

Enfoque humanista



La Psicología Humanista es un movimiento que aparece en los años 60 del siglo XX en respuesta a los modelos terapéuticos de entonces: el conductista por su rigidez y el psicoanálisis por su énfasis en la patología de tipo más bien pesimista

Abraham Maslow (el creador de lo que hoy se conoce como la [Pirámide de Maslow](#) de las necesidades humanas).

El valor de la experiencia percibida en sus diferentes planos: cognitivo, emocional, somático y conductual. Es decir, lo que pensamos, lo que sentimos, lo que percibimos y lo que hacemos.

Necesidades básicas humanas y autorrealización personal (Maslow) las primeras necesidades que debe cubrir la persona son las de supervivencia vital o fisiológica, **básicamente alimentación y bebida, sin las cuales no podría vivir**. Una vez cubiertas estas primeras, precisa tener una seguridad, seguridad que le puede proporcionar un techo: **el hogar, la familia, y la normativa social de protección**. En tercer lugar, toda persona tiene la necesidad de sentirse miembro de un **grupo, aceptado y apreciado por los componentes del mismo**. Cubiertas las tres primeras necesidades, la persona tiene la necesidad de ser valorada positivamente como persona y como profesional en su trabajo.

Gestalt

La teoría de la Gestalt apareció en la Alemania de principios de siglo **XX** como reacción a la psicología conductista, que rechazaba la consideración de los estados subjetivos de consciencia a la hora de investigar sobre el comportamiento de las personas y ponía énfasis en los efectos que el contexto familiar, y por extensión social y cultural, tiene sobre nosotros.

La terapia Gestalt nos ofrece un enfoque terapéutico muy útil para esos aspectos que dejan a un lado el ámbito más clínico, y nos acercan a dimensiones como la toma de consciencia,

leyes de la teoría de la Gestalt son:

- **La ley de la figura-fondo:** no podemos percibir una misma forma como figura y a la vez como fondo de esa figura.
- **Ley de la continuidad:** si varios elementos parecen estar colocados formando un flujo orientado hacia alguna parte, se percibirán como un todo.
- **Ley de la proximidad:** los elementos próximos entre sí tienden a percibirse como si formaran parte de una unidad.

- **Ley de la similitud:** los elementos parecidos son percibidos como si tuvieran la misma forma.
- **La ley de cierre:** una forma se percibe mejor cuanto más cerrado está su contorno.
- **Ley de la compleción:** una forma abierta tiende a percibirse como cerrada.

Enfoque cognitivo

La **psicología cognitiva** se encarga de estudiar los procesos mentales **internos**, todo aquello que sucede en el interior de nuestro cerebro, incluyendo **la percepción, el pensamiento, la memoria, la atención, el lenguaje, resolución de problemas y el aprendizaje.**

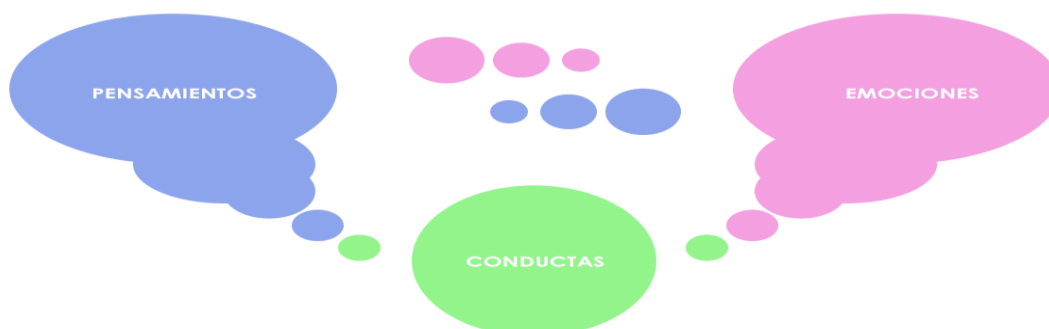
Breve historia de la Psicología Cognitiva

Albert Ellis presentó por primera vez su enfoque racional de terapia en la convención de 1957 de la Asociación Americana de Psicología. La terapia cognitiva llamó la atención en la comunidad psicológica de todo el mundo y provocó grandes esfuerzos de investigación.,
¿Qué es la TCC? Es una forma de entender cómo piensa uno acerca de sí mismo, de otras personas y del mundo que le rodea, y cómo lo que uno hace afecta a sus pensamientos y sentimientos.

Se ha demostrado que es útil tratando: ansiedad, Depresión, Pánico, otras fobias, Fobia social Bulimia, Trastorno obsesivo compulsivo Trastorno de estrés postraumático y Esquizofrenia.

Con la ayuda de los psicólogos cognitivos, las personas pueden ser capaces de encontrar maneras de hacer frente e incluso superar estas dificultades. **Los tratamientos de terapia** se centran en ayudar a las personas a cambiar estos patrones de pensamiento negativos y reemplazarlos por otros más positivos y realistas.

Psicología Cognitiva y Salud Mental. Se han desarrollado nuevos enfoques de tratamiento para ayudar a tratar la depresión, ansiedad, fobias y otros trastornos psicológicos. La Terapia Cognitivo Conductual y la Terapia Racional Emotiva son dos métodos en los que los clientes y los terapeutas se centran en las cogniciones subyacentes que contribuyen a la angustia psicológica.



CONCLUSION

La psicología es la esencia que estudia el alma y la mente humana a través de las emociones, sentimientos y nuestro comportamiento. El comportamiento nos ayuda a saber cómo es nuestra personalidad, sentimientos, forma de actuar entre muchas más.

La psicología nos aporta varias ramas y teorías de la percepción, inteligencia y nos permite descubrir y estructurar nuestro conocimiento.

Podemos decir que desde sus inicios a la actualidad sus métodos han cambiado mucho, pero sus objetivos son las mismas.

GRACIAS