



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: María Elena Hernández Ballona

Nombre del tema: Unidad I Y II Psicología como ciencia

Parcial: I

Nombre de la Materia: Psicología General

Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo

Nombre de la Licenciatura: psicología

Cuatrimestre: 3er

INTRODUCCION

Se define como Psicología a *“La ciencia que trata la conducta y los procesos mentales de los individuos”*, cuyo campo de estudio abarca todos los aspectos de la experiencia humana. La palabra psicología etimológicamente está compuesta en la voz griega por Psique, que significa alma, mente, espíritu y logos que significa ciencia, estudio o Tratado, por ende, se entiende como el “estudio o tratado del alma.

En el siglo XVII, la filosofía asumió la tarea de fundamentar el conocimiento producido por la naciente ciencia moderna.

Para caracterizar, dentro de una teoría del conocimiento, la manera como el entendimiento hace posible el conocimiento verdadero, Estas interrogantes contaron con un gran número de aportaciones de la filosofía,

René Descartes afirmaba que el cuerpo funcionaba como una máquina mecánica perfecta, Thomas Hobbes y John Locke, de la tradición empírica inglesa, le daban un lugar muy importante a la experiencia en el conocimiento.

En el siglo XIX aparecieron los primeros intentos de adoptar métodos específicos para ahondar en el conocimiento del comportamiento humano,

Psicología Social: estudia como el entorno social influye, directa o indirectamente, en el comportamiento de los individuos. Estudiando en forma científica como los pensamientos, sentimientos y comportamientos de las personas. Son las que se ocupan, tanto teórica como prácticamente, de cómo y por qué cambian los individuos sus actitudes

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

Psicología de la personalidad: Se encarga de estudiar la evolución, caracterización cambios psicológicos que se da a lo largo de la vida el cada individuo.

Psicología Aplicada. Actividades profesionales de los psicólogos.

Psicología Educativa: n. Estudia los mecanismos implicados en el aprendizaje de un sujeto y los factores que intervienen en los centros educativos y que influyen de forma indirecta en la enseñanza y el aprendizaje, encargándose no solo del aprendizaje positivo sino también del negativo. El psicólogo de la educación suele desarrollar su actividad profesional en los sistemas sociales dedicados a la educación en todos sus niveles y modalidades, durante todo el ciclo vital de la persona.

Psicología Clínica: Las funciones del psicólogo clínico consisten en la prevención, diagnóstico y tratamiento de todo tipo de trastornos de la conducta que pueda presentar una persona.

Psicología del Deporte: La psicología del deporte es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte haciéndolos responsables, entregados, mejorando su rendimiento, prevención y apoyo emocional haciendo que disfrute del deporte.

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. . A pesar del origen griego de la palabra Psicología, en la cultura helénica sólo existen referencias a la psique (esto es, alma o espíritu), como una fuente de preocupación de los filósofos post-socráticos (Platón y Aristóteles en particular) ante cuestionamientos acerca de si el hombre, desde el nacimiento, contaba con ciertos conocimientos y habilidades, o si esto lo adquiría con la experiencia. René Descartes afirmaba que el cuerpo funcionaba como una máquina mecánica perfecta, distinguiéndola del alma porque esta era independiente y única, con algunas ideas innatas que serían determinantes para ordenar la experiencia que



individuos tendrían del mundo Thomas Hobbes y John Locke, de la tradición empírica inglesa, le daban un lugar muy importante a la experiencia en el conocimiento humano, En el siglo XVI la psicología aún era considerada algo así como parte de la teología, pero la aparición de las disciplinas médicas impulsó la concepción de lo espiritual (lo relacionado con el alma) en términos de funciones cerebrales. En el siglo XIX aparecieron los primeros intentos de adoptar métodos específicos para ahondar en el conocimiento del comportamiento humano, que es lo que se entiende como psicología científica, hecho que es asociado a Wilhelm Wundt (1832-1920),



Un profesor de medicina y fisiología de la Universidad de Leipzig fundó en Leipzig el primer Instituto de Psicología en el mundo, y el primer laboratorio científico de psicología, en 1879. Hacia 1900, Freud estableció el método psicoanalítico, que ha ejercido una gran influencia sobre la gran influencia moderna.

En 1920, John Watson publicó el ensayo que definía la escuela que se conocería como conductismo, y a principios de este siglo el neurólogo Sigmund Freud creó su propia teoría, el psicoanálisis.

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: una revisión del conductismo: Las ideas de B. F. Skinner se parecen a las de Watson, sólo que agregó el concepto de reforzamiento o recompensa. Con ello convirtió al sujeto en agente activo del proceso de aprendizaje.

Psicología de la Gestalt: La percepción 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.

Psicología existencial y humanista: La psicología humanista pone de relieve la meta de alcanzar plenamente nuestro potencial. La psicología existencial atribuye los problemas psicológicos a los sentimientos de enajenación que caracterizan a la vida moderna.

Psicología cognoscitiva: La psicología cognoscitiva es el estudio de los procesos mentales en su acepción más general, A diferencia de los conductistas, estos psicólogos creen que los procesos mentales pueden y deben estudiarse con técnicas científicas.

Psicología evolutiva: La psicología evolutiva se centra en las funciones y en los valores adaptativos de varias conductas del hombre, tratando de entender cómo han evolucionado.

B. F. Skinner: una revisión del conductismo: se parecen a las de Watson, sólo que agregó el concepto de reforzamiento o recompensa.

Psicología de la Gestalt: la percepción 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.

Psicología existencial y humanista: La psicología existencial atribuye los problemas psicológicos a los sentimientos de enajenación que caracterizan a la vida moderna. La psicología humanista pone de relieve la meta de alcanzar plenamente nuestro potencial.

Psicología cognoscitiva: Es el estudio de los procesos mentales en su acepción más general; se centra en la manera en que percibimos, en que interpretamos y recuperamos la información. A diferencia de los conductistas

Psicología evolutiva: La psicología evolutiva se centra en las funciones y en los valores adaptativos de varias conductas del hombre, tratando de entender cómo han evolucionado.

La psicología como ciencia: Este método incluye lo siguiente: rigurosa observación y obtención de datos, esfuerzos por explicar las observaciones formulando teorías sobre las relaciones y las causas, y la prueba sistemática de hipótesis (o predicciones) para rechazar las teorías que no sean válidas. Estudia de forma teórica y práctica los aspectos, sociales, culturales y biológicos que influyen en el comportamiento humano, tanto a nivel individual como social, y el funcionamiento y desarrollo de la mente humana. Proviene del griego psique: Alma o espíritu.

Objetivos de la psicología:

Los psicólogos se proponen cuatro objetivos o metas principales

A.- Descripción. Siempre que se puede, se observa o mide directamente. Los psicólogos recopilan datos acerca de la conducta y del funcionamiento mental para estructurar una imagen coherente y precisa de estos fenómenos. . Una vez que un fenómeno ha sido descrito con exactitud los psicólogos generalmente intentan explicarlo.

B.- Explicación. . Por lo general, se proponen explicaciones llamadas hipótesis, -. Las hipótesis que encuentran algún apoyo se siguen verificando todavía más. Una prueba muy poderosa es la predicción.

C.- Predicción. Por ejemplo, si ver películas de guerra aumenta la conducta agresiva de los niños, entonces podríamos predecir, y esperar encontrar, que observar a padres agresivos también aumenta la agresividad de los menores.

D.- Control. . El control consiste en la aplicación de conocimientos para resolver problemas prácticos –por ejemplo, si la violencia aumenta las peleas entre los niños, deberemos reducir la agresión restringiendo la violencia en la TV y enseñando a los padres y a otros a usar técnicas no violentas.

A.- 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.

B.- Objetividad. La objetividad del psicólogo se refiere al intento de evitar que sus prejuicios incluyan en sus estudios.

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

D.- Determinismo. Afirma la creencia de que todos los sucesos tienen causas naturales. . El determinismo se reduce a ciertas actitudes respecto a la explicación y predicción Los psicólogos están convencidos de que las acciones de las personas están determinadas por un gran número de factores, algunos internos –potencialidades genéticas, emociones, pensamientos, El determinismo se reduce a ciertas actitudes respecto a la explicación y predicción.

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

F.- Aperturismo. Los psicólogos tienen que estar abiertos a las críticas, nunca pueden afirmar que sus resultados sean concluyentes, siempre deben de aceptarlos de forma provisional ya que en cualquier momento pueden ser rechazados.

Campos aplicados a la psicología

La clasificación de áreas de acción de la psicología que presentamos a continuación se divide en dos grandes grupos –áreas de estudio y áreas de aplicación, De hecho, en los distintos manuales introductorios a la psicología encontramos otras clasificaciones en las que aparecen otras áreas no contempladas en esta clasificación.

Psicología experimental. Se trabaja principalmente en laboratorios equipados para ello, y se utilizan tanto sujetos humanos como animales en las investigaciones.

Psicología fisiológica. Investiga las bases biológicas del comportamiento, especialmente el sistema nervioso y endocrino.

Psicología cuantitativa. a. Crean métodos estadísticos para su aplicación en experimentos y analizar los datos obtenidos en éstos. También construyen test, cuestionarios, escalas, etc.

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

pruebas especialmente elaboradas al respecto –de ahí su conexión con la psicología cuantitativa “psicometría.

Psicología social. Estudia la conducta de los grupos, c. Intenta resolver los problemas prácticos que surgen en las relaciones.

Psicología evolutiva o del desarrollo. a. Una parte de la psicología evolutiva focaliza sus estudios en algunas épocas determinadas de la vida. Otra parte se centra en la evolución de determinados procesos durante toda la vida, tales como el desarrollo del razonamiento moral desde la infancia hasta la edad adulta.

Psicología de la educación. Estudia los aspectos psicológicos de la educación. También estudia otro tipo de variables en relación con los profesores, o los métodos de enseñanza entre otras.

PSICOLOGÍA APLICADA.

Psicología clínica. La psicología clínica se sirve para establecer el diagnóstico de test, cuestionarios, auto informes, auto registros o la entrevista clínica entre otros procedimientos.

Salud mental pública. Este área de la psicología se preocupa más que de la personas, 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. La mayoría trabajan en colegios, ayudando a estudiantes en la vida académica, a plantear su futuro académico o a elegir una carrera. En su labor suelen ayudarse de test.

Psicología escolar. investigar temas prácticos que ayuden a la escuela a funcionar mejor. 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.

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

UNIDAD 2

Grandes sistemas de la psicología

Thomas Kuhn habla de su concepto de paradigma, Un paradigma es sin duda, un orden muy amplio, pero Kuhn exigía todavía más de los suyos; los logros del paradigma debían ser lo bastante notables como para captar el fiel apoyo de prácticamente todos los profesionales de la disciplina correspondiente.

Escuelas y sistemas psicológicos: Estas escuelas o estos sistemas, por lo tanto guardaban gran similitud con los paradigmas de Kuhn en lo que se refiere a facilitar los principios indispensables para diferir los esfuerzos del psicólogo y su estudio de la materia de un modo que promueve eficazmente el conocimiento.

Psicoanálisis. Conjunto de teorías psicológicas y técnicas terapéuticas que tienen su origen en el trabajo y las teorías de Sigmund Freud. La idea central en el centro del psicoanálisis es la creencia de que todas las personas poseen pensamientos, sentimientos, deseos y recuerdos inconscientes.

Breve historia del psicoanálisis. Todos sabemos, Sigmund Freud fue el fundador del psicoanálisis y el enfoque psicodinámico de la psicología. Esta escuela de pensamiento hizo hincapié en la influencia de la mente inconsciente en el comportamiento. Freud creía que la mente humana se compone de tres elementos: el ello, el yo y el superyó. Otro teórico asociado con el psicoanálisis es Erik Erikson. Erikson amplió las teorías de Freud e hizo hincapié en la importancia del crecimiento personal durante toda la vida.

El psicoanálisis ayuda a la gente a entenderse a sí mismos mediante la exploración de los impulsos que a menudo no reconocen porque están ocultos en el inconsciente.

Hoy en día, el psicoanálisis abarca:

- La terapia psicoanalítica: Aplica los principios psicoanalíticos de escenarios y situaciones del mundo real
- La neuro parálisis: Aplica la neurociencia a temas psicoanalíticos tales como los sueños y la represión).

La mente consciente e inconsciente

Estos podrían ser recuerdos de la infancia temprana, secretos y deseos ocultos. Según Freud, el inconsciente contiene cosas que pueden ser desagradables o incluso socialmente inaceptable. En algunos casos, las cosas que están fuera de nuestra conciencia pueden influir en el comportamiento de manera negativa y conducirnos a trastornos psicológicos. . El contenido de la mente consciente son las cosas que somos conscientes o fácilmente puede traer a la memoria.

La Ello, el Yo y el Súper yo

Ello: Freud creía que la personalidad se compone de tres elementos clave. El primero de ellos lo denomina Ello.

Yo: El segundo aspecto de la personalidad es el Yo, también conocido como Ego. Esta es la parte de la personalidad que debe hacer frente a las exigencias de la realidad.

Superyó: El superyó o Superego es el último aspecto de la personalidad y contiene nuestros ideales y valores.

Mecanismos de defensa del Yo

Un mecanismo de defensa es una estrategia que el ego usa para protegerse de la ansiedad

Estas herramientas defensivas actúan como una salvaguarda para mantener los aspectos desagradables o estresantes del inconsciente lejos de la conciencia

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. El condicionamiento ocurre a través de la interacción con el medio ambiente. Los conductistas creen que nuestras respuestas a los estímulos ambientales moldean nuestras acciones.

El conductismo se estableció formalmente con la publicación de 1913 del clásico de John B. Watson creía firmemente que la conducta humana puede ser modelada en su totalidad, como lo resume una de sus frases más populares, es considerado como el padre del conductismo, al igual que los conductistas estrictos crían que el comportamiento es el resultado de la experiencia.

El aprendizaje también puede ocurrir a través de recompensas y castigo.

El conductista B.F. Skinner describió el condicionamiento operante como el proceso en el cual el aprendizaje puede ocurrir a través del refuerzo y el castigo. Al formar una asociación entre cierto comportamiento y las consecuencias de dicho comportamiento, se aprende. Por ejemplo, si un padre recompensa a su hijo con elogios cada vez que recoge sus juguetes, el comportamiento deseado se refuerza constantemente, como resultado será más probable que el niño organice sus trastos.

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.

- **El valor de la experiencia percibida:** Es decir, lo que pensamos, lo que sentimos, lo que percibimos y lo que hacemos.
- **El hombre es un todo global:** En la simple suma de sus partes, en que mente y cuerpo interactúan de manera conjunta y relacionada.
- **Dejar de pensar en términos de paciente-enfermo.** Los problemas psicológicos son dificultades para actualizar o realizar nuestro potencial de crecimiento.

Necesidades básicas humanas y autorrealización personal (Maslow)

La actitud, común en la psicología clínica, consistente en centrarse en el estudio de lo anormal y en el estudio de las patologías, fijándose en los aspectos negativos y desintegradores de la personalidad, La persona para llegar a su autorrealización personal debe superar una escala de necesidades básicas propias:



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. El siguiente escalón es el de la autorrealización personal. Cubiertas las tres primeras necesidades, la persona tiene la necesidad de ser valorada positivamente como persona y como profesional en su trabajo.

La situación actual de la Psicología Humanista: Dentro de la Psicología Humanista, sin embargo, hay actualmente multitud de técnicas, particularmente de psicoterapia o de "crecimiento personal" de las más diversas procedencias, el denominador común de las cuales es difícil de identificar. Por ello resulta menos que inútil cualquier intento de trazar una panorámica de su estatus actual.

Un poco de historia sobre la 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.

Gestalt: La teoría de la Gestalt es un concepto que seguramente te sonará si eres de esas personas que sienten curiosidad. Es una teoría muy utilizada actualmente en psicoterapia y resolución de problemas, es por eso que para entender bien la teoría de la Gestalt es necesario un pequeño cambio de mentalidad, y nada mejor para conseguir esto que aprender en qué sentido está orientado su enfoque y cuáles son sus principios.

La teoría de la Gestalt y sus influencias humanistas

La psicología de la Gestalt: Da importancia a aspectos positivos de la psicología tales como la autorrealización y la búsqueda de decisiones acertadas, y trabaja con una concepción del ser humano como agente capaz de desarrollarse de forma libre y autónoma.

La teoría de la Gestalt y el concepto de "forma" Algunas escuelas de la psicología consideran que las representaciones mentales que se crean en nuestra consciencia son la suma de piezas de imagen, sonido, tacto y memoria. La teoría de la Gestalt, sin embargo, niega que exista un "todo" perceptivo que esté compuesto por el conjunto de datos que van llegando a nuestro cuerpo.

Las leyes de la Gestalt: La ley de la figura-fondo: no podemos percibir una misma forma como figura y a la vez como fondo de esa figura, el fondo es todo lo que no se percibe como figura.

¿Cómo son estas "formas" según la teoría de la Gestalt?

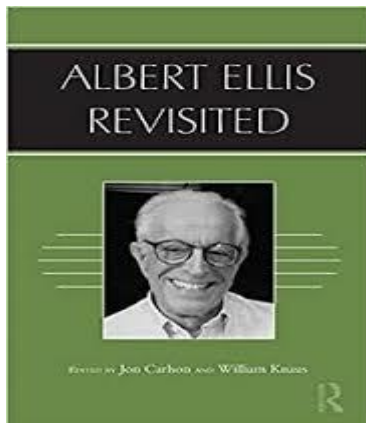
Una imagen mental no es realmente una imagen visual: Tanto es así que, para los seguidores de la teoría de la Gestalt, las leyes de la Gestalt son aplicables no sólo a lo



percibido a través de la vista, Gestalt nos propone un enfoque psicológico en el que la persona tiene un papel activo construyendo unidades de significación acerca de sus experiencias y que, además, es capaz de reestructurar sus "formas".

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. Aunque Ellis se mostraba de acuerdo con Freud en que las fuerzas inconscientes pueden tener efectos significativos sobre los pensamientos y comportamientos de una persona, pensaba que éstos no se debían a conflictos de la primera infancia.

Metáfora computacional de la teoría cognitiva

La teoría cognitiva describe la mente humana como un procesador de información parecido a un ordenador, que analiza las operaciones funcionales de la mente y es capaz de elaborar sus hipótesis en función de los estímulos causales. La organización computacional de la memoria a corto plazo, por ejemplo, sería algo similar a la unidad central de procesamiento (CPU), mientras que la memoria a largo sería parecida al disco duro de un PC moderno.

Aplicaciones de la Psicología Cognitiva

Existen numerosas aplicaciones prácticas de esta disciplina cognitiva, para mejorar la memoria, lo que ayuda a las personas a recuperarse tras una lesión cerebral y ofrece tratamientos eficaces para mejorar los trastornos del aprendizaje.

Aplicaciones clínicas de la Psicología cognitiva

Numerosos psicólogos cognitivos trabajan en la rama clínica, tratando directamente con las personas que están experimentando problemas relacionados con los procesos mentales. 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

Gracias a la investigación en esta área, se han desarrollado nuevos enfoques de tratamiento para ayudar a tratar la depresión, ansiedad, fobias y otros trastornos psicológicos. Gracias a estas terapias los psicólogos pueden ayudar a los clientes a identificar las creencias irracionales y otras distorsiones cognitivas que están en conflicto con la realidad y luego ayudarles en sustitución de dichas ideas con las creencias más realistas y saludables.

CONCLUSION

La Psicología No Solo Es Un Estudio Científico Sino Que Es Uno De Los Estudios Que Realiza Procesos Psicosociales Que Implica El Desarrollo Y Consecuencia Del Comportamiento Interpersonal ante aquellas personas que sufren con problemas como depresión, ansiedad, entre otras buscando ayuda profesional para así poder relacionarse entre la vida social sin problema alguno Y A Su Vez La Manera En Que Las Personas Se Relacionan con ellos.