



Nombre del alumno: Dayana Yhurima
Mendoza Gómez.

PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del profesor: Mónica Lizzeth
Quevedo

Nombre del trabajo: Ensayo de la
unidad I y II

Materia: Psicología general.

Pichucalco, Chiapas a 21 de mayo de 2021.

Introducción

A continuación, se redactará de forma breve y precisa sobre la unidad 1 y el tema es psicología como ciencia y así mismos sus subtemas: campo de estudio y su aplicación, perspectivas históricas, psicología como ciencia y por último campos aplicados a la psicología. Por otra parte, se verá la unidad 2 y el tema a tratar es: Grandes sistemas de la psicología y sus subtemas son: psicoanálisis, conductismo, enfoque humanista, Gestalt y enfoque cognitivo.

En la unidad 1 nos habla de manera general como es la psicología y cómo influye como ciencia por el cual nos va describiendo la historia.

En la unidad 2 nos habla sobre los sistemas que se aplican en la psicología y nos va describiendo cada uno de ellos.

Unidad 1 psicología general

UNIDAD I: PSICOLOGIA COMO CIENCIA.

La psicología se concibe aquí como la crónica de una ciencia. Para ciertos es complicado entender la idea de discontinuidad en la crónica de la ciencia y, por lo tanto, reconocerla en la crónica de la psicología. Por otro lado, Alexander Koyré desarrolló una concepción discontinuista, basándose además en casos provenientes de la crónica de la ciencia y enseñó, ejemplificando, que el surgimiento de la ciencia mecanicista del siglo XVII no era el producto del cúmulo de conocimientos aportados a partir de los griegos, a lo largo de la edad media y hasta el renacimiento. Con el advenimiento de la ciencia actualizada (siglos XVI y XVII) y el desarrollo de procedimientos y técnicas propios de las ciencias naturales (siglos XVII y XVIII), los científicos que proceden de diversos campos -biólogos fisiólogos, físicos y médicos- trataron de utilizar estas herramientas al análisis de la verdad psicológica. La constitución de las especialidades sociales como ciencias ha sido un proceso lento que se empezó a finales del siglo XVI y se desarrolló a lo largo de los siglos XVII y XVIII. Durante el siglo XVII, la filosofía asumió la labor de basar el razonamiento producido por la naciente ciencia actualizada.

Descartes emprendió la labor de basar metafísicamente la ciencia, más que nada la física mecanicista y matematizada. Con la fundamentación epistemológica, Descartes pretendía enseñar que el razonamiento que procede de la ciencia física es verdadero. De esta forma, por un lado, se confirma la realidad separada y sin dependencia de las sustancias amplia y pasante, como motivo ontológico para la ciencia física.

La psicología comenzó a ser reconocida como disciplina científica distinguible de la filosofía o la fisiología a finales del siglo XIX, y tiene sus raíces en periodos más viejos de la crónica de la raza humana. Durante el siglo XVI la psicología todavía era considerada algo así como parte de la teología, sin embargo, la aparición de las especialidades médicas impulsó la concepción de lo espiritual (lo referente con el alma) en términos de funcionalidades cerebrales. En este instante se localizan las referencias de Thomas Willis a la Psicología en La ideología del Alma, y su tratado de anatomía de 1672 De Anima Brutorum (Dos discursos acerca del alma de los brutos). Por ser una ciencia, la Psicología se fundamenta en el procedimiento científico para descubrir respuestas. Etimológicamente, Psicología o Psicología, procede del griego psique: alma y logos: tratado, ciencia. Al pie de la letra significaría ciencia del alma; no obstante, contemporáneamente se le conceptualiza a la Psicología como una sección de las Ciencias Humanas o Sociales que estudia: La conducta

de los organismos personales en relación con su ambiente. La psicología del desarrollo trata de los procesos del incremento y del cambio durante la vida, a partir del lapso prenatal hasta la vejez y el deceso.

1.1 Campo de estudio y su aplicación.

-Psicología elemental: Tiene relación con la teoría psicológica sobre el comportamiento y los procesos mentales.

-Psicología general: Se delega del análisis del comportamiento de los organismos personales, procesos afectivos e intelectuales y el sistema psíquico.

-Psicología experimental: Aplicación de técnicas de laboratorio, similares a las de las ciencias naturales para el análisis del comportamiento y los fenómenos psíquicos, entre los que se integran recursos de análisis clásicos de la psicología, como la percepción, la memoria, el raciocinio, el aprendizaje y la resolución de inconvenientes.

-Psicofisiológica: Es una tendencia de la psicología empírica que estima las funcionalidades psíquicas a partir de la perspectiva fisiológica.

-Psicología Social: Rama de la psicología que estudia como el ámbito social influye, directa o de forma indirecta, en la conducta de las personas. La psicología social comprende distintas teorías que tienen la posibilidad de ser clasificadas como teorías del equilibrio.

-Psicología evolutiva: Los psicólogos denominan desarrollo al cambio psicológico que se da durante la vida.

-Psicología de la personalidad: Busca comprender cómo ésta comporta, que predominación obtiene a lo extenso de su desarrollo, como puede medirse o modificarse.

-Psicología Educativa: Estudia los mecanismos implicados en el aprendizaje de un individuo y los componentes que intervienen en los centros educativos y que influyen indirectamente en la educación y el aprendizaje, encargándose no solo del aprendizaje positivo sino además del negativo. El psicólogo de la enseñanza frecuenta desarrollar su actividad profesional en los sistemas sociales además participa en los procesos psicológicos que logren influir al aprendizaje o que deriven de él, independientemente de su origen (personal, en grupo, social, de salud, etcétera.) Se implica de las repercusiones educativas de su mediación profesional, y si lo requiere puede coordinarse con otros expertos.

-Psicología Clínica: La psicología clínica es la que se delega del análisis, diagnóstico o procedimiento de inconvenientes o trastornos psicológicos o conducta anormal. Las

funcionalidades del psicólogo clínico consisten en la prevención, diagnóstico y procedimiento de toda clase de trastornos del comportamiento que logre exponer una persona. La práctica clínica implica precisamente la indagación.

-Recursos Humanos: en la administración de empresas, se denomina recursos humanos al grupo de los empleados o ayudantes de dicha organización.

-Psicología del Deporte: La psicología del deporte es el análisis científico de los componentes psicológicos que permanecen asociados con la colaboración y el rendimiento en el deporte.

1.2 Perspectivas históricas

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.

Este hecho es la fundación de la Psicología como ciencia formal.

Wundt y sus discípulos se concentraron en el estudio de los contenidos de la consciencia, mediante el método de la introspección rigurosa, que consistía en la descripción de las percepciones y sensaciones que el observador tenía ante la estimulación y las primeras escuelas psicológicas empezaron a establecerse: el Estructuralismo de Wundt y Titchener, y el Funcionalismo del médico y filósofo William James.

John B. Watson: portavoz del colegio psicológica popular como conductismo, sostuvo que la psicología debe ocuparse exclusivamente del comportamiento observable y mensurable.

Skinner: una revisión del conductismo las ideas de B. Sus ideas dominaron la psicología de Estados Unidos hasta ya acceso la década de 1960.

Psicología de la Gestalt: Según esta escuela psicológica, la percepción se fundamenta en la tendencia de las personas a ver patrones, a diferenciar los objetos contra el fondo y a terminar las imágenes desde unas cuantas señales.

Psicología existencial y humanista: La psicología existencial atribuye los desórdenes psicológicos a las emociones de enajenación que caracterizan a la vida actualizada.

Psicología cognoscitiva: La psicología cognoscitiva es el análisis de los procesos mentales en su acepción más general; se reúne en la forma en que percibimos, en que interpretamos y recuperamos la información. A diferencia de los conductistas, dichos psicólogos creen que los procesos mentales tienen la posibilidad de y tienen que estudiarse con técnicas científicas.

Psicología evolutiva: La psicología evolutiva se concentra en las funcionalidades y en los valores adaptativos de numerosas conductas del ser humano, procurando de comprender cómo han evolucionado. Perspectivas diversas de la psicología en el instante presente hay pocos psicólogos modernos que siguen una sola escuela del pensamiento.

1.3 Psicología como ciencia

El concepto de psicología nace de los vocablos griegos PSYCHE –que significa alma- y LOGOS –que significa estudio-, lo cual expone que en sus inicios se refería al análisis del alma -posteriormente al de la mente-. Así como otros procesos mentales que no tienen la posibilidad de ser vigilados de forma directa, como por ejemplo percepción, memoria, atención, etcétera.

Los psicólogos se proponen 4 fines o metas primordiales:

A.- Descripción: Los psicólogos recopilan datos sobre el comportamiento y del desempeño de la mente para estructurar una imagen coherente y rigurosa de dichos fenómenos.

B.- Explicación: se trata de establecer una red de relaciones causa-efecto.

C.- Predicción: Si una premisa es acertada, tendrá que ser capaz de hallar lo cual sucederá en situaciones en relación

D.- Control: Es además otra prueba poderosa de una premisa. El control se basa en la aplicación de conocimientos para solucionar inconvenientes prácticos

Las propiedades más importantes de la psicología como ciencia son:

A.- Precisión.

B.- Objetividad.

C.- Empirismo.

D.- Determinismo.

E.- Parsimonia.

F.- Aperturismo.

1.4 Campos aplicados a la psicología

La categorización de zonas de acción de la psicología que presentamos luego se divide en 2 enormes conjuntos –áreas de análisis y superficies de aplicación-. Por cierto, en los diversos manuales introductorios a la psicología pudimos encontrar otras clasificaciones en las que aparecen otras superficies no contempladas en esta categorización, así como clasificaciones que piensan varias superficies de análisis, de las que aquí reflejamos, como aplicadas o a la inversa.

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

Psicología fisiológica. Investiga las bases biológicas del comportamiento, en especial el sistema nervioso y endocrino. Los sujetos de análisis acostumbran ser humanos con heridas cerebrales o musculares, sin embargo, más que nada animales.

Psicología cuantitativa. Trata de desarrollar procedimientos matemáticos, estadísticos y cuantitativos para aprender y entender el comportamiento. Inventan procedimientos estadísticos para su aplicación en experimentos y examinar los datos logrados en éstos.

Psicología de la personalidad. Aspira clasificar a las personas por medio del análisis y cuantificación de determinados aspectos o propiedades. Todo lo mencionado se hace por medio de entrevistas y pruebas en especial desarrolladas al respecto –de allí su conexión con la psicología cuantitativa “psicometría”-.

Psicología social. Estudia el comportamiento de los conjuntos, la predominación del conjunto sobre el comportamiento de las personas, el comportamiento de las personas en funcionalidad de ser miembros de un conjunto, etcétera.

Psicología evolutiva o del desarrollo. Una sección de la psicología evolutiva focaliza sus estudios en varias épocas determinadas de la vida –por ejemplo, la niñez o la Otra parte se reúne en la evolución de determinados procesos a lo largo de toda la vida, como por ejemplo el desarrollo del argumento moral a partir de la niñez hasta la edad adulta.

Psicología aplicada.

Psicología clínica. En el procedimiento tenemos la posibilidad de diferenciar prácticamente 3 líneas de actuación, en funcionalidad de la corriente teórica donde se sitúe el psicólogo clínico (a) terapias psicoanalíticas. Por lo cual respecta a la indagación, el psicólogo clínico labora con procesos psicopatológicos y sujetos anómalos trastornos psicológicos.

Salud mental pública. Esta área de la psicología se preocupa más que de las 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. Área de la psicología que labora en especial con gente que tiene ligeros inconvenientes, como por ejemplo vocacionales o educacionales. La mayor parte trabajan en colegios, ayudando a alumnos en la vida académica, a proponer su futuro académico o a escoger una carrera.

Psicología escolar. Entre sus funcionalidades se hallan hacer exámenes vocacionales, educacionales y de orientación, acomodar la formación de los maestros para que mejoren sus interrelaciones con los estudiantes y con otros docentes, e averiguar temas prácticos que apoyen al colegio a funcionar mejor.

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

UNIDAD II GRANDES SISTEMAS DE LA PSICOLOGIA

Thomas Kunh habla de su criterio de paradigma, el cual es en el sentido inclusivo, abarcaba casi todo lo primordial para hacer ciencia, por medio de la distancia completa que media entre un definido grupo de suposiciones metafísicas” en la parte superior”, hasta los compromisos con el artefacto y los métodos experimentales, “en la parte inferior” un paradigma es sin lugar a dudas, un orden bastante extenso, sin embargo Kunh exigía aún bastante más de los suyos; Una vez que se acepta un paradigma y los científicos tienen la posibilidad de hacer su trabajo recurriendo a este a gusto modo de solucionar inconvenientes de la ciencia, según Kunh, está en lo cual él llama una época “normal”, desgraciadamente para los defensores de la vida simple, el paradigma tiene en si los gérmenes de su propia devastación. Antecedente de Kunh solo unos pocos habían llegado a reconocer lo personal y conservadores de nuestros propios métodos. Según hemos observado ya, Kunh estima que en su evolución la ciencia pasa por 2 etapas

1.- La ciencia normal

2.- La revolucionaria

Existe no obstante otra ciencia genuinamente distinto: la ciencia pre paradigmática los expertos de la ciencia buscaban un modo a aproximarse a sus inconvenientes, de formularlos e inclusive de identificarlos, este lapso pre paradigmático se ve, es de prever, malogrado de los desacuerdos respecto de todos los puntos referentes a los fundamentos de la actividad científica el sistema perceptivo de Watson una vez que Kunh señalo que las ciencias más elaboradas tenían paradigmas y la psicología no, era difícil negarlo.

Watson acepta el juicio de Kunh de acuerdo con el cual las ciencias sociales y conductuales no han desarrollado aun un grupo de creencias, teorías y prácticas lo suficientemente popular, preciso y unido como para justificar la aplicación del término paradigma. La contestación de Watson es que nuestros propios esfuerzos reciben orientación de un grupo de cuestiones persistentes y alas que casi todos los psicólogos conceden trascendencia Identifico dieciocho cuestiones que serían expresadas como dimisiones y en las que las opiniones extremas sobre todas ellas representarían los extremos polares de la dimensión, y las opiniones intermedias, las posiciones intermedias. Estas escuelas o dichos sistemas, por consiguiente, guardaban gran parecido con los paradigmas de Kunh en lo cual tiene relación con facilitar los principios importantes para diferir los esfuerzos del psicólogo y su análisis de la materia de un modo que promueve eficazmente el razonamiento.

Asociacionismo: el psicólogo debe aprender los inicios de la sociedad de ideas, o de palabras o de las conexiones estimulo-respuesta, analizando los hechos más complicados para llegar a los más básicas, como la vía más directa para poder hacer la comprensión estructuralismo: el psicólogo debe aprender los contenidos de la conciencia por medio de él.

Funcionalismo: la psicología debería ocuparse principalmente de las funcionalidades de la mente y el comportamiento en la habitación del organismo al medio conductismo: el psicólogo debería aprender el comportamiento del organismo por medio de procedimientos estrictamente fines, la conciencia no podría ser parte de los datos de la psicología Gestalt: el psicólogo puede llegar a formulaciones útiles y plenas de sentido solo por medio del análisis de los todos significativos; el estudio prematuro es desastroso psicoanálisis: la esencia de la psicología es la motivación, en parte importante inconsciente y sexual, y se le debería aprender por medio de sus protestas en los sueños, los errores, los indicios. En cada escuela psicológica típica, o contemporánea existe una relación entre el contenido "perceptivo" sistemático de índole filosófica del colegio y los descubrimientos empíricos que se lograban procediendo con arreglo a los principios directivos de esta.

Los paradigmas los organizan mejor y las creencias más revolucionadas tienen la posibilidad de recoger información más confiable. No obstante, las diferencias en este grado drásticamente concreto no son tan llamativas como las que se observan en el grado teórico. Por consiguiente, tenemos la posibilidad de concluir que los sistemas y los paradigmas se diferencian principalmente en que los primeros carecen de la fuerza unificadora de las teorías.

2.1 Psicoanálisis

El psicoanálisis se define como un grupo de teorías psicológicas y técnicas terapéuticas que poseen su origen en el trabajo y las teorías de Sigmund Freud. La iniciativa central en el centro del psicoanálisis es la religión de que toda la gente tienen pensamientos, sentimientos, anhelos y recuerdos inconscientes.

Breve historia del psicoanálisis

Teorías de Freud fases psicosexuales, el inconsciente y simbolismo de los sueños siguen siendo un asunto famoso entre los psicólogos y laicos, pese a que su obra es vista con escepticismo por varios en la actualidad. Muchas de las visualizaciones y las teorías de Freud estaban basadas en casos clínicos y estudios de casos, por lo cual sus resultados difíciles de generalizar a una población más grande. Sea como sea, las teorías de Freud cambiaron la manera en que pensamos sobre el desempeño de la mente y la conducta humano, y dejaron una huella duradera en la psicología y la cultura.

Los enfoques clásicos de Freud ya se han superado extensamente, y los enfoques más modernos de la terapia psicoanalítica realizan énfasis en una perspectiva sin prejuicios y más empática.

La mente consciente e inconsciente

En la mente inconsciente se integran cada una de las cosas que permanecen fuera de nuestro entendimiento consciente. En la mente consciente está todo lo cual está en nuestra conciencia.

La Ello, el Yo y el Superyó

Siguiendo con la Teoría de la Personalidad según Sigmund Freud, estamos con las 3 construcciones primordiales de la personalidad:

Ello: Freud creía que la personalidad está formada de 3 recursos clave.

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

Mecanismos de protección del Yo

Estas herramientas defensivas trabajan como una proteje para conservar los puntos desagradables o estresantes del inconsciente lejos de la conciencia. Una vez que algo nos parece bastante abrumador o inclusive contraproducente, los mecanismos de custodia nos ayudan a conservar la información fuera de la conciencia con el objetivo de reducir la malestar.

2.2 Conductismo

El conductismo, además conocido como psicología comportamental, es una teoría del aprendizaje basada en la iniciativa de que todos los comportamientos se adquieren por medio del condicionamiento. Los conductistas precisos creían que cualquiera podría ser potencialmente entrenada para hacer cualquier labor, independientemente de su origen genético, aspectos de personalidad y pensamientos internos, en los parámetros de sus habilidades físicas, solo es necesario del condicionamiento adecuado.

Breve historia del conductismo

El conductismo se estableció formalmente con la publicación de 1913 del tradicional de John B. Watson y creía firmemente que la conducta humana puede ser modelada en su totalidad. También es considerado como el padre del conductismo. Según el conductismo clásico cualquier persona, independientemente de su origen, puede ser entrenada para actuar de una manera particular mediante el condicionamiento correcto. Desde aproximadamente la década de 1920 hasta mediados de la década de 1950, el conductismo se consolidó como la escuela de pensamiento dominante en la psicología.

Existen 2 primordiales vertientes del condicionamiento:

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. Ocasionalmente, el estímulo neutral puede llegar a evocar la contestación refleja sin necesidad del estímulo natural que lo produce, el estímulo asociado se llama ahora como el estímulo condicionado y la conducta aprendida como contestación condicionada.

El condicionamiento operante

También, se le conoce como condicionamiento instrumental, es un proceso de aprendizaje el cual pasa por medio de refuerzo y castigo. Por medio del condicionamiento operante está establecido una asociación entre un comportamiento y un efecto para esa conducta.

Supuestos básicos del conductismo

Todo el comportamiento se aprende del medio ambiente:

-El conductismo enfatiza el papel de los componentes del medio ambiente en la predominación del comportamiento, hasta la casi exclusión de componentes innatos o heredados.

-La psicología debería ser vista como una ciencia: Las teorías requieren ser respaldadas por datos empíricos logrados por medio de una observación y medición cuidadosa y controlada del comportamiento.

-El conductismo hace referencia primordialmente al comportamiento observable, en contraposición a los eventos internos como el raciocinio y el sentimiento: Si bien los conductistas constantemente permiten la realidad de cogniciones y emociones, prefieren no estudiarlas, debido a que solo la conducta observable, o sea, el externo puede medirse objetiva y científicamente.

La conducta es el resultado de la contestación de estímulo: Toda la conducta, sin que importe cuán complejo sea, se puede minimizar a una sencilla agrupación estímulo-respuesta.

Tipos de Conductismo

Históricamente, la exclusión más significativa en medio de las variantes del conductismo es la existente entre el “conductismo metodológico” original de Watson y las maneras de conductismo que después se inspiraron en su trabajo, conocidas colectivamente como neoconductismo, ejemplificando, el conductismo extremista.

Conductismo metodológico: el artículo anteriormente dicho de Watson” La psicología de la misma forma que la ve el conductista” además conocido como “el manifiesto conductista”, en el que Watson delinea los inicios de todos los conductistas: La psicología a partir de la perspectiva conductista es una rama empírica puramente objetiva de la ciencia natural.

Conductismo Radical

El conductismo extremista ha sido fundado por BF Skinner y estuvo conforme con la suposición del conductismo metodológico en que la finalidad de la psicología debe ser predecir y mantener el control de la conducta. Otra excepción fundamental entre el conductismo metodológico y extremista tiene relación con el tamaño en que los componentes del medio ambiente influyen en la conducta.

9 puntos claves del conductismo

1. El aprendizaje puede ocurrir a través de asociaciones.
2. Diferentes factores pueden influir en el proceso de condicionamiento clásico.
3. El aprendizaje también puede ocurrir a través de recompensas y castigos.
4. Los programas de refuerzo son importantes en el condicionamiento operante
5. Varios pensadores influyeron en la psicología conductual
6. Hay una serie de técnicas terapéuticas arraigadas en la psicología del comportamiento.
7. La psicología conductual tiene sus fortalezas
8. El conductismo también tiene sus debilidades.
9. La psicología del comportamiento difiere de otras perspectivas

2.3 Enfoque humanista

Es un desplazamiento que surge en los años 60 del siglo XX en contestación a los modelos terapéuticos de entonces: el conductista por su rigidez y el psicoanálisis por su hincapié en la enfermedad de tipo más bien pesimista.

Es un desplazamiento bastante heterogéneo y abierto, por lo cual hay numerosas escuelas terapéuticas englobadas en la corriente humanista, sin embargo que no obstante comparten ciertos principios básicos habituales, que proceden de las ideas filosóficas y psicológicas de figuras como Abraham Maslow, Carl Rogers, Erich Fromm, Eric Berne y varios otros. Dichos principios podrían ser: conjunta y relacionada.

Humanista es aquella psicología centrada en el individuo, individuo de la misma, que atiende a sus necesidades y que tiene en importancia, para la descripción psicológica y para la optimización personal, el ambiente y la cultura de cada una, así como las colaboraciones establecidas entre el individuo, su ambiente y su cultura”.

Necesidades simples humanas y autorrealización personal (Maslow) Maslow incriminación la reacción, común en la psicología clínica, consistente en centrarse en el análisis de lo anormal y en el análisis de las enfermedades, fijándose en los puntos negativos y desintegradores de la personalidad, aun cuando sea a fin de “curar” o arreglar la

Maslow sospecha que la psicología (ciencia de la persona) debería centrarse en el análisis de individuos sanas y emocionalmente sin inconvenientes debido a que, para él, el individuo es naturalmente buena y tiende a su autorrealización personal (“El hombre autorrealizado”). El individuo para llegar a su autorrealización personal debería superar una escala de necesidades primordiales propias: claramente las primeras necesidades que debería cubrir el individuo son las de supervivencia esencial o fisiológica, fundamentalmente ingesta de alimentos y bebida, sin las cuales no podría vivir. Cubiertas las 3 primeras necesidades, el individuo tiene la necesidad de ser valorada de manera positiva como persona y como profesional en su trabajo. Solo en caso de que sus situaciones del medio ambiente externas (la sociedad pertenece a su ámbito personal y presiona en varios casos en dirección contraria) o su propia voluntad impidan la satisfacción de alguna de estas necesidades primordiales el individuo no va a poder autorrealizarse y se producirán la frustración que corresponde y la actitudes autoagresivas o hetero agresivas , que supondrán el caso de desequilibrio, o falta de “bondad” y satisfacción personal, la carencia de su estado de felicidad y equilibrio. Maslow

se posiciona en oposición a la psicología pasiva, estática de habituación al medio, que no posibilita ninguna alteración positiva en uno mismo por una psicología activa de construcción y auto creación que provoca que el individuo crezca, mejore y creador hace. Maslow asocia a esta clase de persona activa, en funcionalidad de su propia autorrealización y aumento. El individuo que autorrealiza no tiende a su autodestrucción (a su enfermedad), sino que tiende a su aumento personal y capacitación innovadora. El comportamiento humano agresivo nace, además de por la imitación de modelos (Bandura), una vez que se le impide la satisfacción de las tendencias o necesidades simples. Esta expresividad autora se pone de manifiesto en lo cual Maslow llama "experiencias cumbre", que son instantes bastante especiales que todos nosotros mismos, debido a su aumento personal, experimenta sensaciones bastante positivas por medio de vías de cualquier persona de los escalones de su escala: estéticas, de entendimiento, eróticas, de amistad, o sencillamente de las ocupaciones propias de nuestra vida diaria.

2.4 Gestalt

Es una teoría muy utilizada actualmente en psicoterapia y resolución de problemas, pero también se ha popularizado por ser uno de los enfoques psicológicos más atractivos para aquellas personas que creen que la manera de ser, comportarse y sentir del ser humano no puede reducirse sólo a lo que es directamente observable o medible. Sus fundamentos filosóficos y leyes acerca de nuestra manera de percibir las cosas hunden sus raíces en años y años de investigación, y sus formulaciones acerca de la mente humana no siempre son intuitivas.

La teoría de la Gestalt y sus influencias humanistas: La psicología de la Gestalt pone énfasis en las vivencias subjetivas de cada persona, 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.

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.

Construyendo la realidad e interpretándola: La palabra alemana Gestalt, que muchas veces se traduce al español como "forma", representa este proceso por el que construimos marcos de percepción de la realidad: todas las personas interpretamos la realidad y tomamos decisiones sobre ella en base a estas "formas" o "figuras" mentales que vamos creando sin darnos cuenta. La teoría de la Gestalt se centra en dar explicaciones acerca de nuestra manera de percibir las cosas y tomar decisiones a partir de las "formas" que creamos.

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. Por el contrario, propone que lo que experimentamos es más que la suma de sus partes, y que por lo tanto existe como un todo, una figura que sólo puede ser considerada entera. Así pues, lo que ocurre es que la globalidad de nuestras "formas" mentales se impone a lo que nos va llegando a través de los sentidos, y no al contrario.

Las leyes de la Gestalt

En la teoría de la Gestalt se fueron formulando leyes que argumentan los principios por los que dependiendo del entorno en el cual nos encontremos percibimos ciertas cosas y no otras. . Estas son las leyes de la Gestalt, que fueron propuestas en un inicio por el psicólogo Max Wertheimer, cuyas ideas fueron desarrolladas y reforzadas por Wolfgang Köhler (en la imagen) y Kurt Koffka.

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.

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.

2.5 Enfoque cognitivo

La psicología cognitiva se ocupa de estudiar los procesos mentales internos, todo eso que ocurre en el centro de nuestro cerebro, incluyendo la percepción, el raciocinio, la memoria, la atención, el lenguaje, resolución de inconvenientes y el aprendizaje.

Breve historia de la Psicología Cognitiva: Albert Ellis presentó por primera ocasión su enfoque racional de terapia en la convención de 1957 de la Agrupación Americana de Psicología.

La terapia cognitiva llamó la atención en la comunidad psicológica de todo el mundo y provocó grandes esfuerzos de investigación. A medida que el enfoque fue incorporando diversos elementos de comportamiento en su práctica habitual, fue surgiendo la tan valorada Terapia Cognitivo Conductual.

La “metáfora computacional de la mente” de 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. A raíz de esto se construyó la “teoría computacional de la mente”, que intenta interpretar los patrones sistémicos de la mente humana.

Psicología Cognitiva y Salud Mental

La Terapia Cognitivo Conductual y la Terapia Racional Emotiva son 2 procedimientos en los cuales los consumidores y los terapeutas se centran en las cogniciones subyacentes que contribuyen al malestar psicológico. Gracias a esto los psicólogos pueden detectar las creencias irracionales y otras distorsiones cognitivas que permanecen en problema con la verdad y después ayudarles en sustitución de dichas ideas con las creencias más realistas y saludables.

Conclusion.

Como se podrá apreciar en este ensayo me fue imposible de hacerlo breve ya que trate de no omitir muchos detalles que considere importantes, así mismo espero que haya quedado claro los temas que se trataron. Ya hablando de manera general, los cuatro objetivos principales de la psicología son describir, explicar, predecir y modificar el comportamiento humano. En muchos sentidos, estos objetivos son similares a aquellas actividades que probablemente realizamos a diario en la medida que interactuamos con los demás.