



***NOMBRE DEL ALUMNO: JOSÉ ANDRÉS CANTORAL  
ACUÑA***

***NOMBRE DEL TEMA: ELABORA UN CUADRO  
SINÓPTICO DE LOS TEMAS 3.3 Y 3.4***

***PARCIAL: 3***

***NOMBRE DE LA MATERIA: PSICOLOGÍA DE LA SALUD***

***NOMBRE DEL PROFESOR: LILIANA VILLEGAS LÓPEZ***

***NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERÍA***

***CUATRIMESTRE: 1***

# OBSERVACIÓN DIRECTA

La observación directa es un método de recolección de datos sobre un individuo, fenómeno o situación particular

## Características de la observación directa

No intrusiva

La observación directa se caracteriza por ser no intrusiva. Esto quiere decir que el objeto observado se desenvuelve sin ser molestado por el observador.

No participación del observador

En la observación directa, el observador adopta un papel de bajo perfil como si se tratase de una mosca en la pared.

Duración larga

Los estudios de observación directa suelen durar más de una semana. Esto se hace por dos motivos. En primer lugar, para garantizar que el objeto se sienta cómodo con el observador y actúe naturalmente.

## Resultados objetivos y subjetivos

Observación manifiesta

La observación manifiesta se da cuando se le informa al objeto que está siendo observado. Este método no se emplea con frecuencia porque se podría producir el "efecto Hawthorne".

Observación estructurada

Por su parte, es estructurada cuando se preparan situaciones distintas con el fin de observar cambios en el comportamiento del objeto. En este caso, el investigador agrupa las impresiones obtenidas, facilitando el análisis posterior de los datos

## Elementos necesarios en la observación directa

Actitudes

En ocasiones, el proceso de observación puede durar semanas. Por lo tanto, el elemento principal de este método de recolección es el compromiso, tanto por parte del observador como por parte del observado.

Equipo técnico

Dependiendo del tipo de investigación que se esté ejecutando, puede ser necesario disponer de un equipo de grabación de audio y vídeo.

Posibles permisos

Por último, es necesario contar con la aprobación no solo de las personas observadas sino también de la institución en la que se lleva a cabo el estudio. En caso de que los objetos sean menores de edad, también es importante contar con el permiso de los representantes

**AUTO  
OBSERVACIÓN  
Y AUTO  
REGISTRO**

Auto-Observación

es la herramienta para comenzar a generar cambios de manera positiva en todas las actitudes y formas de responder ante la vida. Así mismo auto observarse no significa auto-criticarse, por el contrario brinda un enfoque positivo que permite darnos cuenta de conductas y patrones repetitivos que no son de ayuda. Incluso, la autocrítica y el regaño propio pueden ser en sí mismos conductas negativas que debes observar para poder cambiar.

Auto-Observación de Snyder, un instrumento de autoinforme que evalúa el grado de automonitorización

autoregistro

es una técnica muy utilizada en la terapia psicológica en general. En ocasiones, cuando se hace uso de ella no se le saca todo el partido que deberíamos; esto puede pasar, entre otras cosas, porque no logramos explicar claramente al paciente lo importante que resulta para ambos elaborar un buen autorregistro.

Si realizamos el autorregistro podremos analizar de qué situación inicial partimos, qué nos pasa por la cabeza ante esa situación, qué sentimientos nos provoca ese pensamiento y cuál es la consecuencia (o conducta) que aparece después de ese sentir/pensar.

# **BIBLIOGRAFÍA**

**Antología de psicología de la salud**