



Nombre del alumno: José Fernando Aguilar Gómez

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre del trabajo: Super Nota

Materia: Psicología y salud

Grado: Primer cuatrimestre

Grupo:

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de octubre de 2021



ENTREVISTA

es un intercambio de ideas u opiniones mediante una conversación que se da entre dos o más personas.

Existen entrevistas laborales, periodísticas o clínicas.

Su fin es recolectar determinada información u opinión.

Dentro de una entrevista se pueden diferenciar dos roles:

Entrevistador: Cumple la función de dirigir la entrevista y plantea el tema a tratar haciendo preguntas.

Entrevistado: Es aquel que se expone de manera voluntaria al interrogatorio del entrevistador.

Las entrevistas clínicas son aquellas que se dan entre un profesional y un paciente.

Las entrevistas laborales pueden ser individuales o grupales.

Una entrevista formal y estructurada se caracteriza por estar planteada de una manera estandarizada.

A diferencia de la entrevista estructurada, una entrevista no estructurada es flexible y abierta.

La entrevista laboral puede ser estructurada, cuando se realiza una serie de preguntas que deben ser respondidas.





Cuestionario y pruebas psicológicas.

son herramientas o instrumentos de evaluación aplicadas en un individuo.

La razón de existencia de las pruebas psicológicas, es para verificar que los datos obtenidos sean realmente fiables



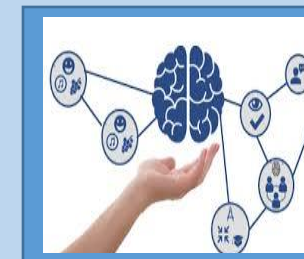
Las pruebas psicológicas pueden ser muy variadas y su clasificación depende desde la perspectiva a considerar



Pruebas proyectivas En comparación con las pruebas psicométricas, las evaluaciones proyectivas son menos estructuradas

Entre los test objetivos más utilizados se encuentra:

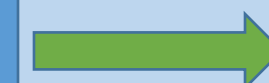
- Test cognitivos
- Test motores
- Test psicofisiológicos



- **Pruebas escritas:** se asocian a los cuestionarios.
- **Pruebas orales:** estas pruebas se realizan con la entrevista.
- **Preguntas abiertas:** caracterizado por la fluidez de la conversación.
- **Preguntas cerradas:** las preguntas aplicadas son definidas y cerradas.

Existen distintas clasificaciones, aunque con la emitida por el investigador Pervin, en la actualidad es considerada como una de las más aceptadas.

Pruebas psicométricas a través de este tipo de evaluación es posible generarles un valor cuantificable a características de rasgos cualitativos.



es un método de recolección de datos sobre un individuo, fenómeno o situación particular.

Observación directa

Características de la observación directa

investigación primaria, se emplea en ocasiones (como encuestas, cuestionarios, entre otros.



Los resultados obtenidos a través de este método pueden ser tanto objetivos como subjetivos.



La observación directa se caracteriza por ser no intrusiva.

Al momento de realizar la observación directa, se puede proceder de dos maneras: en forma encubierta v forma manifiesta.



¿Cuándo se emplea la observación directa?

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



Los estudios de observación directa suelen durar más de una semana.

el segundo método no es utilizado en ciertos contextos como por ejemplo al analizar comportamientos humanos

Se emplea cuando se desea estudiar el comportamiento de una persona o de un grupo de personas en una situación

Auto observación y Auto registro

Es la capacidad de descubrir

El autorregistro es una técnica muy utilizada en la terapia psicológica

La mayoría de las personas, cuyos ejemplos están en la vida cotidiana; viven automatizadas.



En el año 1974 apareció la Escala de Auto-Observación de Snyder,



El ser humano es una especie que siempre busca el sentido a las cosas, siempre buscar un por qué.

La auto observación es la herramienta para comenzar a generar cambios de manera positiva en todas las actitudes y formas de responder ante la vida.

Si se utiliza la escala original de Snyder se considera que son bajas las puntuaciones de entre 0 y 8.



El autorregistro Cognitiva que consiste en identificar y cuestionar los pensamientos negativos o desadaptativos.

CONCLUSION

En conclusión, con lo aprendido dentro de estos temas destacara lo aprendido dentro de estos cuatro temas destacare lo más importante a mencionar. Comienzo diciendo que una entrevista es un intercambio de ideas u opiniones mediante una conversación que se da entre dos o más personas, existen entrevistas laborales, periodísticas o clínicas. Todas son recíprocas, es decir, en ella el entrevistador plantea un interrogatorio estructurado o una conversación totalmente libre con el entrevistado. Su fin es recolectar determinada información u opinión.

Se nos menciona que una entrevista formal y estructurada se caracteriza por estar planteada de una manera estandarizada; en ella se hacen preguntas que previamente fueron pensadas y que se dirigen a un entrevistado. A diferencia de la entrevista estructurada, una entrevista no estructurada es flexible y abierta ya que, por más de que exista un objetivo de investigación que rige las preguntas, no se espera que las respuestas posean cierta profundidad o un contenido ordenado.

La entrevista laboral puede ser estructurada, cuando se realiza una serie de preguntas que deben ser respondidas; o no estructurada, cuando se trata de un diálogo entre el entrevistador y entrevistado de manera más fluida o natural. Sin embargo, en general suele ser mixta, es decir, el entrevistado responde a ciertas preguntas predeterminadas. Por otro lado, las entrevistas periodísticas son utilizadas como un medio testimonial para dar credibilidad a un cierto reportaje o análisis. Muchas veces sirven como introducción a un tema o como material para una investigación o un análisis determinado. Finalizando con las entrevistas clínica son aquellas que se dan entre un profesional y un paciente. Su objetivo es obtener una noción de los problemas o patologías que sufre el paciente.

En base a el Cuestionario y pruebas psicológicas. Las pruebas psicológicas son herramientas o instrumentos de evaluación aplicadas en un individuo para obtener una información determinada en relación a su mente, la razón de existencia de las pruebas psicológicas, es para verificar que los datos obtenidos sean realmente fiables y por tanto tomar decisiones referentes a los resultados obtenidos por el evaluado. Las pruebas psicológicas pueden ser muy variadas y su clasificación depende desde la perspectiva a considerar, es por ello que en este caso nos centraremos en primer lugar, en los tipos de pruebas a nivel estructural.

Es importante mencionar que las pruebas no necesariamente son realizadas de forma individual, al igual se pueden considerar los test colectivos, aunque este último a pesar que puede ser muy rentable para las empresas o instituciones, en algunos casos se hace una crítica debido a la pérdida de información en relación al individuo, haciendo mucho más complejo el proceso de evaluación por parte del especialista o profesional encargado.

El tema de observación directa es un método de recolección de datos sobre un individuo, fenómeno o situación particular. Se caracteriza porque el investigador se encuentra en el lugar en el que se desarrolla el hecho sin intervenir ni alterar el ambiente, ya que de lo contrario los datos obtenidos no serían válidos. Al momento de realizar la observación directa, se puede proceder de dos maneras: de forma encubierta (si el objeto no sabe que está siendo observado) o de forma manifiesta (si el objeto es consciente de estar siendo observado).

Los resultados obtenidos a través de este método pueden ser tanto objetivos como subjetivos, los objetivos involucran cifras (por ejemplo, el tiempo que le toma al objeto hacer cierta actividad), mientras que los subjetivos incluyen impresiones (por ejemplo, la ansiedad que cierta actividad generó en el objeto).

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. Además del compromiso, son importantes la paciencia y la perseverancia. Puede darse que en las primeras sesiones de observación no se recolecten datos de relevancia para la investigación. No obstante, es necesario continuar si se quiere dar una conclusión adecuada al estudio.

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.

Autoobservación y Auto registro. Gran parte de la superación personal está en la Auto-Observación, que, desde el punto de vista psicológico, consiste en tomar conciencia de las actitudes y respuestas automatizadas que todos tenemos ante las circunstancias cotidianas de la vida. La auto observación es entonces la capacidad de descubrir nuestra verdadera naturaleza y comenzar a tomar conciencia de nosotros mismos es la clave de la superación personal.

La 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 autocriticarse, por el contrario, brinda un enfoque positivo que permite darnos cuenta de conductas y patrones repetitivos que nos son de ayuda. Así, la observación la propia conducta y pensamientos es una invitación a tomar conciencia, a darnos cuenta de lo que hemos dado por sentado durante años y que nos ha traído hasta donde estamos ahora.

En el año 1974 apareció la Escala de Auto-Observación de Snyder, un instrumento de autoinforme que evalúa el grado de auto monitorización. Este test constaba originalmente de 25 ítems, correspondientes con afirmaciones asociadas a las facetas de la auto observación; más adelante el número se redujo a 18 y mejoraron las propiedades psicométricas. Si se utiliza la escala original de Snyder se considera que son bajas las puntuaciones de entre 0 y 8, mientras que son altas si se encuentran entre 13 y 25. Las puntuaciones intermedias (entre 9 y 12) indicarían un grado medio de auto observación.

La Terapia Cognitiva considera que, en numerosos padecimientos, la persona se ve envuelta en problemas debido a su falta de registro de lo que ocurre. Una pobre capacidad de observación de que ciertas cosas acontecen en determinados momentos y bajo ciertas circunstancias es un factor que predispone altamente a verse involucrado en dificultades.

Existen varias técnicas de auto registro. El paciente puede recibir la instrucción de observar cuándo le ocurre algo, en qué circunstancias, con qué frecuencia, etc. En todos los casos, estos métodos de autoobservación tienen la propiedad de incrementar la capacidad del paciente de controlar los fenómenos perturbadores. Auto observar es una manera de lograr una mayor distancia y, por ende, de disminuir el peso negativo de los síntomas. Se trata de uno de los ejemplos más característicos de tareas intercesión. El ser humano es una especie que siempre busca el sentido a las cosas, siempre buscar un por qué, una explicación a los acontecimientos. Las personas sanas psicológicamente atribuyen lo bueno que les pasa a sus capacidades, su esfuerzo y trabajo; mientras que las situaciones negativas o lo malo lo atribuyen al azar o a la suerte. ¿Por qué hacemos esto? Primero porque tenemos una autoestima que proteger; y segundo, porque no somos capaces de no dar explicación a todos los acontecimientos.

Por último, menciono el concepto muy importante acerca del auto registro en base a (Beck, 1976) nos dice que es una técnica utilizada en la Terapia de Reestructuración Cognitiva que consiste en identificar y cuestionar los pensamientos negativos o desadaptativos que producen malestar, para sustituirlos por otros pensamientos más apropiados que generen una emoción positiva.

FUENTES BIBLIOGRÁFICAS

- Antología UDS, p-78-96- Recuperado el 26/10/2021:
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/8383ffd3ef75ae668b872da93117697e-LEN%201%C2%B0%20-%20Psicolog%C3%ADa%20y%20Salud.pdf>