



Ensayo

Nombre del Alumno: María José Hernández Gordillo.

Nombre del tema: “La importancia de la psicología en la actualidad”.

Parcial: 1.

Nombre de la Materia: psicología general.

Nombre de la Licenciatura: Psicología.

Cuatrimestre: 3.

Lugar y Fecha de elaboración: San Cristóbal de las Casas, Chiapas a martes 21 de junio del 2022.

Importancia de la psicología en la actualidad

La psicología es una ciencia importante porque permite conocer, en un nivel más profundo, los distintos campos del conocimiento humano, es decir, intentar que las personas, con la ayuda de un psicólogo, lleguen a conocerse, escucharse y sentirse mejor con la gente que los rodea.

Es una ciencia de interés histórico, pues desde el primer indicio del desarrollo de la humanidad, el hombre necesitaba entender la realidad en la que se encontraba queriéndola transformar y dominar. Hubo un tiempo en la historia de la humanidad en la que los procesos se explicaban en función de fuerzas externas no observables; pero algunos filósofos decían que el conocimiento, los sentimientos y pensamientos se explicaban a través de fuerzas externas observables, por lo que comenzó el interés de la ciencia en sí.

Todas las personas tenemos sentimientos, pues hay ocasiones en las que sufrimos y nos damos cuenta que el dolor no se puede evitar, pero si podemos apaciguarlo y ahorrarlo. Debemos aceptar el dolor, que es un sentimiento inevitable, ya que la mayoría de cosas no se pueden evitar ni contralar como nos gustaría. El ser humano necesita a alguien que apoye sus decisiones, que lo ayude a fortalecer su autoestima; para ello necesita de la participación de un psicólogo si así lo requiere.

Si la psicología no existiera, sería realmente difícil dar una explicación a lo que nos sucede, por lo tanto, no se podrían encontrar tratamientos ni ayuda para los diferentes estados emocionales de cada persona. En conclusión, la psicología es indispensable en la humanidad porque la gente necesita ser comprendida y apoyada.

El estudio de por qué la gente hace lo que hace ha sido durante mucho tiempo el tema preferido por filósofos, poetas, historiadores, novelistas u otras personas interesadas en el tema.

Definimos la psicología como el estudio científico del comportamiento y de los procesos mentales. En el presente documento veremos resumidamente algunas de las cuestiones y descubrimientos acontecidos a lo largo del tiempo, las raíces de esta ciencia relativamente joven, descendiente de dos disciplinas antiguas tales como la filosofía y la fisiología, las diferentes técnicas empleadas por los investigadores en psicología y también una visión de conjunto contemporánea.

Si nos dirigimos a cualquier libro que trate de psicología, todos la definirán como “el estudio científico del comportamiento y de los procesos mentales”. Podemos encontrar definiciones más desarrolladas y otras menos, pero finalmente la conclusión será siempre la misma.

Vamos a desarrollar esta definición palabra por palabra.

El término psicología proviene de las palabras griegas psyche (alma/mente) y los logos (estudio/conocimiento), por tanto, podemos deducir que se refiere al estudio o

conocimiento del alma y la mente. Cuando hablamos de un estudio científico, nos referimos a herramientas como la observación, la descripción y la investigación experimental, que nos ayudan a reunir información y ordenarla.

El comportamiento incluye aquellas acciones observables como la actividad física y la expresión oral, y aquellas no observables son las desarrolladas por los procesos mentales como la percepción, el pensamiento, el recuerdo o los sentimientos. Por tanto, la psicología es descendiente de dos disciplinas antiguas tales como la filosofía (la búsqueda de sabiduría a través del razonamiento lógico) y la fisiología (el estudio de los procesos vitales de un organismo, tales como la respiración, la digestión y la reproducción).

Escuelas del pensamiento, cada una promovida por pensadores pioneros. Estas hacen uso de diferentes métodos ya sean la introspección, experimentación, la hipnosis, la terapia centrada en el cliente o la observación. También podemos hablar del análisis factorial, los test, modelos computacionales o los sistemas de medición. Aunque la psicología comenzó a ser una materia de estudio independiente en el siglo XIX, tuvo que esperar a la llegada del siglo XX para desarrollarse y convertirse en la disciplina que conocemos hoy en día. Durante este siglo, la psicología ha experimentado muchos cambios, cada uno reflejo de los intereses e ideas de un período histórico concreto.

Ya hemos definido la psicología como el estudio de la mente, de la conducta, del procesamiento de la información en el hombre, o simplemente el estudio de la conducta humana. La psicología moderna abarca todos estos campos y algunos más, y estos puntos de vista contribuyen al conocimiento del ser humano. Abarca temas muy heterogéneos: trabajo, sueño, estrés, traumas y las funciones cerebrales entre otros.

Dentro de las perspectivas actuales en psicología encontramos:

Si queremos saber qué estudiaría cada perspectiva dentro de un mismo tema, podemos poner como ejemplo la ira. Para una persona que trabaje con la perspectiva de la neurociencia, serán importantes los circuitos cerebrales que producen el estado físico de “ponerse rojo de furia” o el “sentir calor”. Para aquellos que trabajen con la perspectiva evolucionista, analizarían hasta qué punto la ira facilitó la supervivencia de los genes de nuestros antepasados. De qué manera la herencia y la experiencia influyen en nuestras diferencias de temperamento individuales lo estudiará aquel de la perspectiva de la genética de la conducta. Quien trabaje con la perspectiva psicodinámica podría ver un ataque de ira como vía de escape de la hostilidad inconsciente. El estudio de las expresiones faciales y los gestos corporales o determinar los estímulos externos que desencadenan las respuestas de ira formarán parte de la perspectiva conductista. Para acabar, alguien que estudia de qué forma nuestra interpretación de una situación afecta a nuestra ira formaría parte de la perspectiva cognitiva, y aquel que explora qué tipo de situaciones desencadenan más cólera y cómo varían las expresiones de enojo según los contextos culturales es alguien que trabaja con una perspectiva sociocultural.

Estas perspectivas no necesitan ser contradictorias, sino que constituyen puntos de vista complementarios sobre el mismo estado biológico. Nos ayudan a conocer por qué las personas piensan, sienten y actúan tal y como lo hacen.

Desde sus inicios hasta hoy en día la psicología ha venido luchando por ser reconocida como una ciencia autónoma, todo esto gracias a las contribuciones que cada uno de los investigadores en su tiempo y época han venido aportando, La Psicología es una ciencia relativamente reciente que entre sus cometidos tiene el de estudiar la conducta humana. En todas nuestras actividades de relación con otras personas, tanto profesionales, familiares, afectivas, educativas, etc.