



Nombre de alumno: Iram Ulises Gómez Guillén

Nombre del profesor: Sandy Naxchiely Molina Román

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Psicología General

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 3er Cuatrimestre

Grupo: Trabajo Social

Comitán de Domínguez, Chiapas a 21 de Mayo de 2022.

LA IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA GENERAL EN LA ACTUALIDAD

Por lo general la psicología se define como el estudio del comportamiento y de los procesos mentales humanos. Esta definición puede variar en función de la orientación teórica o del campo de aplicación; por ejemplo, fácilmente se puede ampliar el objeto de estudio a los animales, como lo que ocurre en la psicología comparada y en la etología.

La investigación psicológica se engloba en muchos casos dentro de lo que conocemos como psicología básica, la cual se dedica a la obtención de conocimientos sobre procesos como la percepción, la memoria o el razonamiento, que influyen en cualquier tipo de comportamiento del ser humano.

La aplicación más conocida de la psicología es su lado clínico, que tiene como meta ayudar a resolver problemas mentales y conductuales para mejorar la calidad de vida de las personas. La psicología comunitaria tiene objetivos similares a los de la clínica pero su enfoque es más grande, ya que trabaja con grupos más grandes de población en lugar de solo con individuos.

Otras ramas muy conocidas de esta ciencia son la psicología educativa, que analiza el aprendizaje y enseñanza con el objetivo de potenciarlo, y la psicología de las organizaciones, que aplica las teorías desarrolladas por la psicología social al ámbito profesional. La psicología forense, por su parte, se centra en la evaluación psicológica como apoyo a los procesos judiciales, y la del deporte tiene como meta la mejora del rendimiento deportivo.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA PSICOLOGÍA?

Debido a la amplitud del macro campo de la psicología, su importancia depende en gran medida de la aplicación concreta a la que nos refiramos. Sin embargo, en este apartado se priorizará sobre la relevancia de la psicología a nivel general, haciendo énfasis en algunas de sus aportaciones clave como las que se nombran a continuación.

PARA ENTENDER A LOS SERES VIVOS

Las teorías psicológicas son fundamentales para dar a conocer o explicar la conducta de los animales, como las personas en especial: cualquier actividad producida en una sociedad humana es susceptible de ser analizada desde la psicología puesto que siempre implicará la participación de los procesos mentales básicos. En relación al estudio de los grupos humanos, la psicología social es particularmente importante.

El análisis del comportamiento no sólo es interesante en sí mismo para un gran número de personas, sino que también permite aplicar los conocimientos adquiridos a muchos campos distintos, en especial dentro de las ciencias sociales y naturales como la medicina, la sociología, la economía, la historia, la ciencia política, la demografía, la lingüística, la veterinaria o la zoología.

PARA AUMENTAR LA CALIDAD DE VIDA

Muchas personas consideran que el objetivo último de la psicología es aumentar el bienestar y la calidad de vida de los demás. Aunque otros profesionales tienen concepciones distintas, lo cierto es que el servicio a otras personas ha sido un aspecto central en el desarrollo de la psicología y sigue siéndolo a día de hoy.

Evidentemente la psicología es útil para potenciar la salud mental y el crecimiento personal, pero los beneficios de esta ciencia no se limitan a la psique. La psicología de la salud, por ejemplo, procura el bienestar físico y la prevención de enfermedades a través de la adquisición de hábitos conductuales saludables, un aspecto clave que la medicina tiende a dejar de lado.

PARA MEJORAR LAS RELACIONES

Los conocimientos derivados de la ciencia psicológica son muy importantes para la mejora de las relaciones humanas. Así, son los psicólogos quienes más capacitados están para mejorar las habilidades sociales de las personas tímidas, de mediar en casos de divorcio o de intervenir en el mobbing (acosar, hostigar, acorralar en grupo) y el bullying, entre otras funciones.

PARA POTENCIAR EL RENDIMIENTO PROFESIONAL

En las sociedades actuales el rendimiento y la productividad son extremadamente valiosos en el plano profesional, y cada vez más personas se dan cuenta de que contar con psicólogos en su equipo de trabajo potencia los resultados de forma clara. Los recursos humanos, la psicología organizacional y la del deporte son buenos ejemplos de este rol.

PARA DESARROLLAR LA COGNICIÓN

Desde la psicología se han propuesto muchas técnicas para mejorar las capacidades cognitivas como el razonamiento lógico, la memoria o la solución de problemas. Hablamos de “metaconocimiento” para referirnos al conocimiento sobre los propios procesos de aprendizaje; entender cómo funcionan nuestros procesos mentales es muy importante para perfeccionarlos.

PARA AUMENTAR LA CREATIVIDAD

La psicología potencia la creatividad por distintos motivos. No sólo permite analizar el proceso artístico a nivel profundo, sino que la comprensión de la conducta y el funcionamiento mental de las personas es una ayuda muy importante para la creación de obras significativas y con personajes realistas.

PARA SOLUCIONAR PROBLEMAS CONCRETOS

Tanto la psicología clínica como otras ramas de esta ciencia se han centrado frecuentemente en resolver los problemas cotidianos. En este sentido consideramos que merecen una mención especial las técnicas de resolución de problemas como las propuestas por D'Zurilla y Nezu, que determinan una serie de pasos útiles para afrontar cualquier situación compleja.

PARA CAMBIAR EL MUNDO

Al fin y al cabo, muchas personas querríamos que la sociedad fuera más benévola con quienes la componen. Aunque las instituciones tienden a ignorar a la psicología por desconocimiento o por contraposición de intereses, si las aportaciones de nuestra ciencia en torno al bienestar individual y el funcionamiento colectivo se tuvieran más en cuenta el mundo sería sin duda un lugar mejor.

La mayoría de personas tiene una idea de a qué se dedican un psicólogo por lo menos los de la rama clínica. Sin embargo, en general se tiende a minimizar muchas veces menospreciar el rol de la psicología, limitándolo únicamente al tratamiento de trastornos mentales, las aportaciones de la psicología son múltiples y variadas.

La psicología estudia la conducta de las personas en su conjunto, las utilidades que se derivan de lo aprendido por esta ciencia se pueden aplicar a muchos campos.