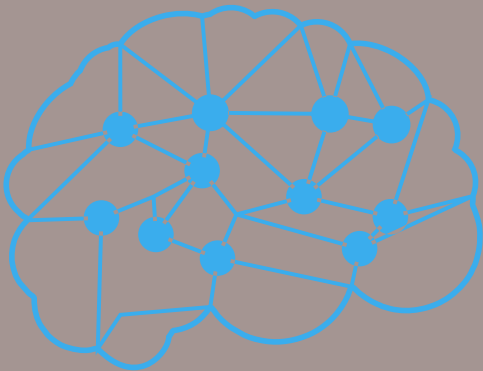




Mi Universidad



Nombre del Alumno: Luis Enrique Perez Ceibas

Nombre del tema: Métodos de la Psicología

Parcial: 1

Nombre de la Materia: Introducción a la psicología

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 1





METODO PSICOLOGICO



ELABORADO POR LUIS CEIBAS

¿QUE ES?

El método **es un camino a seguir**, un modo de operar, un proceso de búsqueda, una dirección que se imprime a las actividades de la investigación, con el propósito de **obtener resultados ciertos y beneficiosos**.
Cuanto más adecuados sean los métodos a seguir, mayor será el rendimiento del esfuerzo del investigador.



El propósito de estos métodos es la propagación de innovaciones en el diseño de **investigación, medición, metodología y análisis cuantitativo y cualitativo** a la comunidad psicológica; su objetivo es promover la comunicación efectiva sobre cuestiones sustantivas y metodológicas relacionadas.

¿PARA QUE SE UTILIZA?

CARACTERISTICAS

- Hacer una observación que describa un problema,
- Crear una hipótesis,
- Probar la hipótesis, y,
- Sacar conclusiones y refinar la hipótesis.

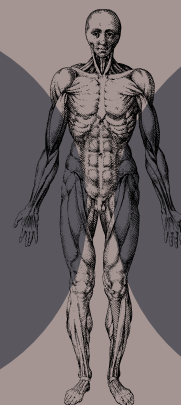


Ya desde la época de Aristóteles se intentaba descubrir lo que pasaba en nuestra mente, pero la carencia de métodos de investigación impedían llegar a resultados satisfactorios. Recién en 1860 los filósofos y psicólogos Wilhelm Wundt, Max Weber y Gustav Fechner dieron comienzo a los primeros experimentos dentro del campo de la psicología.

DESDE DONDE EMPEZO

PARTE IMPORTANTE DEL METODO

El objeto es la parte principal del método, pues sin objeto o tipo de objeto una ciencia no podría determinar su método a seguir. En psicología **los métodos comprenden los procedimientos mediante los cuales se obtienen los conocimientos** que integran la ciencia psicológica.



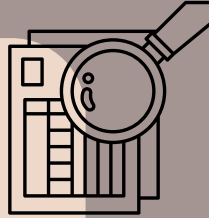
No son pocos los esfuerzos que se realizan para convertir el caos del conocimiento psicológico en un corpus teórico bien organizado, sistematizado y empíricamente validado cumpliendo los criterios del **método científico**.

DATO CURIOSO

TIPOS DE METODOS



OBSERVACION NATURAL



Los psicólogos se valen de la observación natural para estudiar la conducta humana o animal en su contexto natural. Un psicólogo con esta orientación hacia la vida real puede observar la conducta en una escuela o una fábrica; otro quizá sea un hecho a una familia para estudiar la conducta de sus miembros; otro observará a los monos en su hábitat natural en lugar de hacerlo en jaulas

La ventaja principal de la observación natural es que es probable que la conducta observada en la vida cotidiana sea más natural, espontánea y variada que la que se observa en un laboratorio.



Después de estudiar cuidadosamente a 52 personas durante un periodo de dos años en sus escenarios naturales, los autores encontraron que las personas que mostraban el ajuste más exitoso al trabajo eran las que también recibían fuerte apoyo en sus relaciones personales con otra gente. Sorprendentemente, los eventos estresantes de la vida no parecieron desempeñar un papel importante en qué tan bien se ajustaba esa gente al trabajo.

La principal desventaja de la observación natural es el sesgo del observador. Los testimonios oculares de un delito a menudo son fuentes de información muy poco confiables. Incluso los psicólogos que son observadores entrenados pueden distorsionar sutilmente lo que ven para conformarlo a lo que esperan ver



ESTUDIOS DE CASO



Un segundo método de investigación es el estudio de caso: una descripción detallada de uno (o unos cuantos) individuos. Aunque en algunas maneras es similar a la observación natural, el investigador emplea una variedad de métodos para recoger información que arroje un retrato detallado y a profundidad del individuo.

Al igual que la observación natural, los estudios de caso pueden proporcionar información valiosa, pero también tienen desventajas importantes. El sesgo del observador es un problema aquí tanto como en la observación natural. Más aún, ya que cada persona es única, no podemos extraer con confianza conclusiones generales a partir de un solo caso.

Por ejemplo, el psicólogo suizo Jean Piaget desarrolló una teoría de gran alcance sobre el desarrollo cognoscitivo estudiando con cuidado a cada uno de sus tres hijos conforme crecían y cambiaban durante la niñez. Otros investigadores han probado su teoría con experimentos que incluyen una mayor cantidad de niños en varias culturas.



ENCUESTA



En la investigación por encuestas se plantea una serie de preguntas predeterminadas en entrevistas personales o en cuestionarios a un grupo de personas seleccionadas cuidadosamente. Quizá las más familiares sean las encuestas realizadas antes de las elecciones importantes. Durante meses, incluso un año, antes de la elección somos bombardeados con estimaciones del porcentaje de gente que probablemente vote por cada candidato.

✦ Pero las encuestas se emplean también para otros propósitos. Por ejemplo, una encuesta encontró que el 61 por ciento de los adultos interrogados por teléfono creían que los publicistas incluían mensajes subliminales en sus anuncios, y el 56 por ciento estaban convencidos de que dichos mensajes hacían que la gente comprara cosas que no deseaba (Lev, 1991). (No existe evidencia científica que apoye esas creencias.)

Las encuestas, incluso aquellas con una tasa baja de respuesta, pueden generar una gran cantidad de información interesante y útil a un costo relativamente bajo, pero para ser precisas, las preguntas de la encuesta han de ser claras y sin ambigüedad, la gente encuestada debe seleccionarse con mucho cuidado (vea la técnica del muestreo más adelante) y estar motivada para responder a la encuesta de manera reflexiva y cuidadosa



3 METODOS MAS COMUNES

INTROSPECCION

La introspección fue antiguamente considerada como *el único método psicológico*. Ésta consiste en la observación directa e inmediata de los fenómenos mentales por el propio individuo; en otras palabras, es realizar un examen de nuestro interior, la observación de la consciencia por la propia consciencia.



- El lenguaje, los gestos, las actitudes y el tono de voz
- El funcionamiento de los órganos y sistemas corporales como: el corazón, el aparato respiratorio, el sistema muscular, sistema digestivo y el sistema nervioso.
- Resultado de actividades, como: la escritura, pintura, trabajo manual o formas de dibujo

CONSISTE:

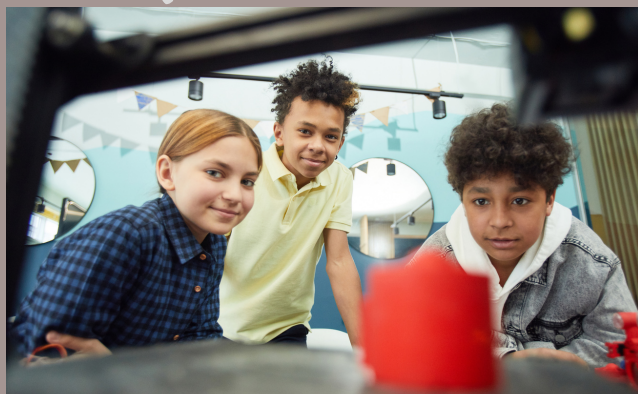
Este método consiste en la capacidad de la consciencia para poder desdoblarse sobre sí misma y realizar una reconstitución de los hechos por la memoria.

EXTROSPECCION

La extrospección es un término utilizado para los métodos de observación exterior. Es percepción o razonamiento ordinario de los sentidos sobre las cosas así percibidas. Se estudian extrospectivamente, las manifestaciones o alteraciones corporales que acompañan los procesos psíquicos interiores.

A diferencia de la introspección que se basa en hechos subjetivos, la extrospección se basa en hechos objetivos, los cuales pueden ser percibidos al mismo tiempo por diferentes observadores.

Por ejemplo, si una persona experimenta una emoción, las reacciones externas generadas, como ser: movimientos; expresión facial; cambios en el ritmo cardíaco, pueden ser percibidas por otro observador.



RETROSPECCION

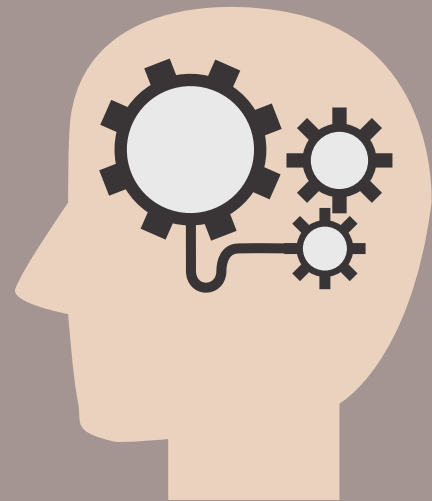
La retrospección es una forma de introspección que puede presentarse como recuerdo o reminiscencia. Este método psicológico consiste en la investigación del pasado mediante los recuerdos. A veces se toman como forma de retrospección las autobiografías, pero estas, muchas veces carecen de un contenido sincero.

Desde el punto de vista científico, el valor de la autobiografía no debe ser exagerado, pues no es un método exacto.



MECANISMO DE DEFENSA

Los mecanismos de defensa son las reacciones inconscientes que tenemos en situaciones emocionalmente difíciles de aceptar y que utiliza nuestro cerebro para intentar mantener nuestro equilibrio psicológico y evitar el sufrimiento o malestar que nos supondría enfrentar esa realidad



RETROSPECCION OPTIMISTA

La retrospección optimista es una falsedad de la memoria; es la tendencia a recordar eventos de manera más favorable de lo que realmente fueron. Ésta representa un claro ejemplo de que la memoria no es tan precisa o confiable como solíamos creer; de hecho, ésta es sorprendentemente falible y engañosa.



TRANSTORNO BIPOLAR

¿QUE ES UNA PERSONA BIPOLAR?

Una persona con trastorno bipolar tiene cambios bruscos, y fuera de lugar, en el estado de animo y en el comporta miento, los cuales oscilan entre dos polos opuestos; alternando con periodos de apatía, desesperanza, ansiedad y poca energía, conocidos como estados de **depresión.**



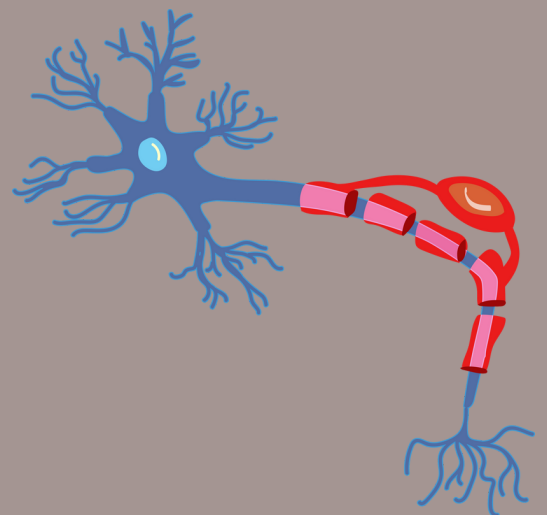
CONCIENCIA

En todos los seres humanos, la conciencia es la que nos hace darnos cuenta de la realidad: **es la que nos distingue de los animales**, la conciencia tarda años en desarrollarse y madurar



NEUROTRANSMISORES

En todas las personas, el estado de animo, los sentimientos y las emociones están reguladas por moléculas químicas, llamadas neurotransmisores.



3 TIPOS DE TRANSPORTO BIPOLAR

BIPOLAR 1

El trastorno bipolar 1 parece ser el mas clásico y mas comun, se caracteriza por ataques de mania y depresion



BIPOLAR II

Es un estado de hipomania con extasis y euforia, similar a la mania tipica, pero con menor grado de desarrollo, o sea, menos intensa.



CICLADO RAPIDO

Suele aplicarse a aquellos pacientes bipolares que padecen cuatro o mas episodios o recaídas al año, estas personas son mas dificiles de estabilizar y sufren mas, asi como sus familiares, pues son mas frecuentes a las crisis



CONCLUSION

COMO CONCLUSION, SE PUEDE DECIR QUE LOS METODOS DE LA PSICOLOGIA SE UTILIZAN PARA SEGUIR UN PROCESO, EL CUAL AYUDA A SABER EL LO QUE PUEDE TENER EL PACIENTE.

EN EL CUAL HAY DIFERENTES METODOS O FORMAS DE TRATARLO, PARA LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DE CADA UNO. TAMBIEN EN UNA PARTE DE LA SUPERNOTA COLOQUE LO QUE ES EL TRANSTORNO DE BIPOLARIDAD, EL CUAL A MI PUNTO DE VITS PUEDE SER EL QUE MAS MOLESTE PARA LLEVAR, POR DECIRLO ASI "UNA MEJOR VIDA".

TAMBIEN ESCOGI EL TEMA PORQUE ES UN TEMA MUY EXTENSO, EL CUAL HABLA DE COMO TRATAR CADA TRANSTORNO Y COMO SE PONE EN MARCHA POR ASI DECIRLO LA AYUDA PSICOLOGICA.



BIBLIOGRAFIAS

PAGINA WEB: https://www.esalud.com/metodos-psicologicos/#google_vignette

TRANSTORNO BIPOLAR DE J.R LOZANO: (Pag 47 {P2})- (Pag 48-49 {P1})- (Pag 65-82)

ANTOLOGIA UDS