

**Nombre de alumno: Samuel Alfredo
Leon Resendiz**

**Nombre del profesor: LIC. Luis Ángel
Galindo.**

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Psicología General

Grado: 3er cuatrimestre

Grupo: virtual

Tema original a desarrollar

UNIDAD III NATURALEZA Y FUNCIONAMIENTO.

Contenido

Introducción Pág. 3,4

Desarrollo Pág. 5-10

Conclusión Pág. 11

Bibliografía Pág., 12

Introducción

Busca caracterizar, analizar y construir conocimientos que sean comunicables. Se establecen de esta manera teorías y leyes generales de funcionamiento. Por otro lado, la misma disciplina muestra una cara volcada hacia el desempeño profesional de dichos constructos, es decir, cómo se profesan dichos conocimientos al servicio de la comunidad. Pero la profesión no es ciencia, sino más bien arte y pericia, donde la ciencia presta su servicio de medio auxiliar. En tanto que la ciencia es comunicable (uno de los requisitos fundamentales de científicidad), la práctica es de difícil transmisibilidad. El término de Psicología proviene de las palabras griegas PSYCHE que significa alma y LOGOS que significa estudio, lo que revela que en sus orígenes se refería al estudio del alma posteriormente al de la mente. La ciencia, como hemos visto, implica el uso de herramientas tales como la observación, la descripción y la investigación experimental, para reunir y organizar información. El comportamiento incluye, en su más amplia acepción, acciones que pueden ser observadas directamente, tales como actividades físicas o verbales, así como otros procesos mentales que no pueden ser observados directamente, tales como percepción, memoria, atención, etc. Si preguntamos a la gente qué es la Psicología, seguramente nos dirían cosas como: “La Psicología es aplicar test para conocer el coeficiente de inteligencia de los individuos o los rasgos de la personalidad de alguien”, “es psicoanalizar a las personas para conocer los traumas ocultos que tiene en su inconsciente y, de este modo poder curarlos”, “sirve para diagnosticar y curar las enfermedades mentales”, “aplica técnicas de terapia de grupo”, “realiza pruebas a selección de personal en las empresas”, trata problemas sexuales”, “ intenta resolver los problemas de niños difíciles, con fracaso escolar o con conducta inadaptada en la familia, con los compañeros o con la gente en general”... Aunque todas estas opiniones son válidas, no definen que es la Psicología sino alguna de sus múltiples aplicaciones. ¿Qué es la Psicología? La Psicología es una ciencia y como tal utiliza la investigación. Cuando se aplica un test o una terapia, previamente un grupo de investigadores ha estudiado la validez y la fiabilidad de dicha herramienta. Pero esto no es todo, es necesario además poseer una serie de constructos teóricos que nos definan lo que vamos a medir y como lo vamos a hacer. Una de las preocupaciones de la

Psicología, desde su fundación, es intentar que su conocimiento tuviera una base científica. Esto se logra aplicando a los hechos el método científico, el cual a través de una serie de pasos, que posteriormente trataré con más entendimiento, intenta encontrar las regularidades, tendencias y leyes de los acontecimientos que interesan a investigador con el fin de poder explicarlos. Para saber distinguir entre lo que es ciencia de lo que no, es necesario establecer unos criterios de demarcación, los cuales han sido estimados a lo largo del tiempo por consenso de la comunidad científica. Los criterios de demarcación de la ciencia no han permanecido constantes a lo largo de la historia, sino que han estado supeditados a la forma de pensar de los propios científicos. Algunos cuestionan si la Psicología es o no una ciencia, argumentando que su objeto de estudio es excesivamente amplio y difícil de someter a estricta comprobación empírica, por la naturaleza introspectiva y no observable de muchos de los fenómenos por ella estudiados (ejemplo: el pensamiento, la inteligencia, la motivación, las actitudes, etc.). En un sentido amplio, sí se puede afirmar que la Psicología reviste un carácter científico, pues a pesar de las limitaciones de su objeto de estudio los psicólogos intentan descubrir orden en la conducta, los pensamientos y los motivos de los seres humanos; dan cuenta de sus ideas y resultados en publicaciones y revistas, en un esfuerzo por hacer de dicho orden algo colectivo y público; y someten sus teorías a la comprobación experimental

Desarrollo

La percepción es un proceso cognoscitivo, una forma de conocer el mundo. Si bien todos los mecanismos cognoscitivos están interrelacionados, el análisis que aquí se hace de la cognición comenzará con la percepción ya que ésta constituye "el punto donde la cognición y la realidad se encuentran" y "la actividad cognoscitiva más elemental, a partir de la cual emergen todas las demás", es necesario introducir información en nuestra mente antes de que podamos hacer otra cosa con ella. La percepción es un proceso complejo que depende tanto del mundo que nos rodea, como de quien percibe.

Aportaciones del entorno Como observadores, se tiene la capacidad de rescatar las propiedades válidas del mundo circundante, a partir de la información sensorial. Sin tener conciencia de ello, se analizan patrones cambiantes conforme nos desplazamos en el entorno. Al parecer se "estudia" lo que le sucede a las formas, figuras, colores e iluminación en todo tipo de condiciones. También se "analizan" los modelos estáticos; si se ve un rectángulo, desde cualquier ángulo, se observan cuatro esquinas que pueden considerarse un indicio confiable de lo que constituye un "rectángulo". Estos estudios personales aumentan el conocimiento sobre las propiedades reales del mundo.

Aportaciones de quien percibe Durante la percepción, el conocimiento del mundo se combina con las habilidades constructivas, la fisiología y las experiencias de quien percibe. **Habilidades constructivas** Las habilidades constructivas se refieren a ciertas operaciones cognoscitivas que participan de manera prominente en la percepción.

Conforme las personas se mueven, ven aquí o allá y registran información; cada mirada parece estar dirigida por una hipótesis con respecto al lugar donde se podrá encontrar información importante, como si se respondiera a preguntas premeditadas. En general, las preguntas son muy generales y pueden considerarse sólo como una preparación para un tipo específico de información. Veo el estómago de mi perrita, el cual se mueve de modo rítmico de adentro y hacia afuera, sugiriendo que está durmiendo. En seguida, observo sus ojos cerrados y su cuerpo inmóvil, para con **Habilidades constructivas** Las habilidades constructivas se refieren a ciertas operaciones cognoscitivas que participan de manera prominente en la percepción. Conforme las personas se mueven, ven aquí o allá y registran información; cada mirada parece estar dirigida por una hipótesis con respecto al lugar donde se podrá encontrar información importante, como si se

respondiera a preguntas premeditadas. En general, las preguntas son muy generales y pueden considerarse sólo como una preparación para un tipo específico de información. Veo el estómago de mi perrita, el cual se mueve de modo rítmico de adentro y hacia afuera, sugiriendo que está durmiendo. En seguida, observo sus ojos cerrados y su cuerpo inmóvil, para confirmar la suposición de que, en efecto, está tomando una siesta. Como sujetos que perciben, tenemos una constante anticipación de lo que sucederá, basada en lo que se acaba de detectar. La información contenida en cada acto perceptual debe almacenarse en la memoria por algunos momentos, de lo contrario se perdería su aportación. A cada momento se redirigen los esfuerzos de detección y se registra nuevo material; poco a poco se combinan los datos provenientes de las exploraciones sucesivas. Claro que no se percata uno que sólo se nos muestra la escena representada. Tampoco hay conciencia de que sólo se acepta una pequeña porción de los detalles y claves disponibles. Cuando se habla de las habilidades constructivas se hace referencia, entonces, a estas operaciones hipotetizadoras, anticipadoras, de muestreo, almacenadoras e integradoras.

Análisis de la percepción Si la sensación era un mero proceso receptivo, la percepción es algo más que eso, es el conocimiento de las respuestas sensoriales a los estímulos que las excitan. Por la percepción distinguimos y diferenciamos unas cosas de otras, nuestro ser del mundo, nuestra realidad de las otras cosas. La percepción supone una serie de elementos en los que hay que distinguir:

- La existencia del objeto exterior.
- La combinación de un cierto número de sensaciones.
- La integración de nuevos estímulos percibidos en experiencias anteriores y acumulados en la memoria.

La selección de ciertos elementos de nuestras sensaciones y eliminación de otros. En el acto perceptivo, el cerebro no sólo registra datos, sino que, además, interpreta las impresiones de los sentidos. La percepción no es, pues, como la respuesta automática de una máquina, las teclas de la máquina de escribir que al pulsarlas se disparan automáticamente y siempre en el mismo sentido. En la percepción, la cosa ocurre de otro modo, la respuesta que se da al estímulo viene siempre reestructurada, de tal modo que un mismo fenómeno observado y percibido por distintas personas, reciben respuestas distintas, y es interpretado de modo muy distinto. Por otra parte, como no percibimos sólo por un órgano sino que recibimos muchos estímulos al mismo tiempo y por distintos órganos, ocurre que la más leve desviación en cualquiera de los órganos puede dar lugar a diferencias profundas en el resultado total de nuestras percepciones. En cierto modo, la percepción es una interpretación de lo desconocido, aunque por ser la única que el hombre puede dar, ésta le sirve para su desenvolvimiento en el entorno con el que se encuentra en íntima comunicación.

La atención se manifiesta en las tareas escolares, las actividades deportivas, las ejecuciones laborales y, en general, en las diversas acciones cotidianas en que la activación mental se enfoca y concentra en cierto estímulo informativo o determinada tarea, pues "la atención es concentración de la actividad mental". La atención implica concentración en una actividad mental, como la de atender a una explicación oral, la lectura de un párrafo del texto o una conversación. El esfuerzo, energía mental o recursos cognitivos se centran o concentran en el procesamiento de estímulos informativos

prevenientes de la explicación, el texto u otra persona. 79 Ello implica que de los múltiples estímulos susceptibles de ser percibidos y atendidos se realiza una selección de determinados estímulos específicos auditivos o visuales, excluyendo todos los demás que interfieren el procesamiento de aquellos: ruido exterior, objetos del entorno, dureza del asiento, temperatura, etc. Por ejemplo, el estudiante normal concentra su actividad mental, con intensidad y persistencia, en los procesos (percepción, memoria, etc.) implicados en la realización de un examen escrito, seleccionando los estímulos visuales contenidos en el mismo, con exclusión de cualquier otra información visual o auditiva que pueda interferir en el procesamiento cognitivo que lleva a cabo con cierto nivel de profundidad. La selección de un estímulo, configuración de estímulos, mensaje o actividad específica y la concentración en ella de los recursos mentales disponibles, ignorando todos los demás, indica una capacidad limitada, ya que no es posible atender a varios simultáneamente. Disponer de capacidad de atender paralelamente a las conversaciones de varios grupos próximos en una reunión resultaría maravilloso. Pero, no es posible el simultáneo procesamiento de tales informaciones a cierto nivel de profundidad, a nivel de significado, no simplemente a nivel superficial de ciertas características sensoriales, como el tono o algunas palabras aisladas. En ciertas circunstancias, esto último puede ser posible, respecto de la conversación del grupo más próximo, con las características que se indicarán más adelante. Unas veces la actividad mental se concentra en ciertos estímulos del entorno que resultan relevantes o interesantes, dando lugar a un procesamiento guiado por los datos (de abajoarriba). Otras veces la atención se concentra en una específica actividad mental en virtud del propósito de la persona, dando lugar a un procesamiento conceptualmente guiado (de arriba-abajo). La atención es, pues, decisiva en la cognición y la acción humana, como responsable de la activación de procesos cognitivos enfocados en determinados estímulos informativos o tareas específicas, constituyendo un “modo disposicional que envuelve a todo el conocimiento, y muy particularmente a la percepción.”

Atención Selectiva: definición La atención selectiva es la asignación de los recursos atencionales en aquellos momentos en los cuales existen conflictos entre distintas señales. En estas situaciones complejas, se requiere poder inhibir una serie de estímulos mientras que se procesan otros. Se puede definir su función como la selección de una parte de la información para la mejora de su procesamiento. La atención selectiva puede trabajar en tres ámbitos distintos:

Atención selectiva espacial: la cual facilita el procesamiento de aquellos estímulos los cuales se encuentran en un espacio determinado.

Atención selectiva en el objeto: donde el marco de referencia atencional es un objeto para, de esta forma, procesar de manera adecuada todas las características de este.

Atención selectiva temporal: se considera una habilidad del ser humano que nos permite utilizar la información acerca de intervalos temporales para optimizar la detección de la información importante.

Funcionamiento de la atención selectiva A la hora de identificar los estímulos importantes, las personas podemos hacerlo de dos formas distintas, mediante la orientación abierta y la orientación encubierta. Por lo que respecta a la primera, son necesarios los movimientos oculares para fijar nuestra mirada sobre el estímulo deseado, sin embargo, en la encubierta no es necesaria cambiar la posición de la cabeza o de los ojos. Por ello existen una serie de ventajas de la encubierta frente la abierta:

- No requiere de movimientos oculares.
- Al no haber

movimiento, es más rápida. • Facilita el procesamiento de los estímulos activando las vías neuronales que lo procesaran posteriormente. A la hora de explicar el funcionamiento de la atención selectiva podríamos hacer uso de una metáfora conocida como foco de luz. Para ello hay que imaginar la atención como el foco de luz emitido por una linterna, donde la zona que queda iluminada es la que sería procesada de una manera más rápida y fácil, mientras que la zona oscura quedaría inhibida. El funcionamiento de la atención selectiva no se trata de un proceso unitario, sino que en él participan un conjunto de diferentes mecanismos que trabajan de manera coordinada.

Es la capacidad mental a la que más recurrimos y a la que mayor esfuerzo exigimos, aunque a todos nos ha traicionado alguna vez. Gracias a la memoria, recuperamos imágenes y escenarios del pasado, conservamos nuestras experiencias y emociones, y 85 elaboramos nuestra historia personal. No podemos vivir sin conciencia de lo que hemos vivido. Los psicólogos que investigan la memoria se preguntan: Cómo se guardan los datos, las experiencias y los conocimientos en el cerebro? ¿Es la memoria una estructura unitaria o está compuesta por múltiples sistemas? ¿Nos importa la fiabilidad de la memoria? ¿Existe alguna estrategia para mejorar nuestra memoria?. La memoria es la capacidad de adquirir, almacenar y recuperar la información. Somos quienes somos gracias a lo que aprendemos y recordamos. Sin memoria no seríamos capaces de percibir, aprender o pensar, no podríamos expresar nuestras ideas y no tendríamos una identidad personal, porque sin recuerdos sería imposible saber quiénes somos y nuestra vida perdería sentido. La función principal de la memoria es proporcionar a los seres humanos los conocimientos necesarios para comprender el mundo en el que viven. La memoria conserva y reelabora los recuerdos en función del presente y actualiza nuestras ideas, planes y habilidades en un mundo cambiante. Existe una memoria implícita, que comprende los hábitos, la sensibilización y el condicionamiento clásico, y también las destrezas perceptivas y motoras, como andar en bicicleta. Además, está la memoria explícita que incluye los recuerdos conscientes sobre personas, lugares, objetos y acontecimientos. La memoria humana se puede investigar desde el punto de vista neuropsicológico (estructuras cerebrales asociadas a la memoria), o desde el psicológico (memoria como estructura o proceso mental). Desde este segundo punto de vista, podríamos considerar a las personas como procesadores de información, que de una forma análoga al ordena, codifican, conservan y recuperan la información. La investigación neuropsicológica demuestra que la memoria no es unitaria, sino que se compone de varios sistemas interconectados y con distintos propósitos. Cuando la memoria falla y aparece la amnesia, se pierde alguna memoria pero otras se mantienen intactas. El problema de la memoria es que no siempre se comporta como quisiéramos y, a veces, sigue su propio programa: guarda información que no necesitamos y, como si quisiera incordiarlos, olvida cosas que nos gustaría recordar.

A medida que se alarga la existencia humana, la fragilidad de la memoria se hace más evidente. Los trastornos del cerebro como el Alzheimer o la demencia senil, que destruyen progresivamente las facultades mentales, están aumentando en nuestra sociedad. El escritor francés François de la Rochefoucauld decía irónicamente que todo el mundo se queja de su mala memoria, nadie de su poco entendimiento. Muchas personas

desprecian el valor de la memoria en beneficio de la inteligencia, pero ¿no es la memoria la base de cualquier conducta inteligente?. El conocimiento de los mecanismos de la memoria y su funcionamiento requiere una investigación multidisciplinar. En la actualidad, se investiga la memoria desde campos tan diversos como la neurobiología, la psicología, las ciencias cognitivas, la historia o la literatura.

Tipos de memoria

1. Memoria sensorial
En ella la información permanece el tiempo necesario para ser identificada y poder procesarla después. Tiene una duración muy breve (200 -300 mseg),
2. Memoria a corto plazo
Es el recuerdo de material de forma inmediatamente posterior a su presentación. Una vez que se ha seleccionado una información en la memoria sensorial, pasa a un almacén que se conoce como memoria a corto plazo, operativa o inmediata. La memoria operativa o de trabajo es la capacidad de realizar tareas que implican a la vez el almacenamiento y manipulación de información, y se divide en cuatro componentes:
Sistema de almacenamiento provisional hasta que el cerebro procese esa información. Por ejemplo, el aprendizaje de un número de teléfono. Agenda visuoespacial: similar al anterior, en lugar de lo verbal se centra en lo visual. Se almacena información de los dos anteriores y de memoria a largo plazo, y se crea una representación de la situación. Tareas de memoria de trabajo, operaciones y selección de estrategias. 87 La memoria a corto plazo no se reduce a un sistema de almacenamiento pasivo a corto plazo, sirve de memoria de trabajo y tiene capacidad limitada. Puede almacenar y manipular informaciones y permite tareas como el razonamiento, la comprensión y la resolución de problemas
3. Memoria a largo plazo o memoria diferida
Es el recuerdo de información tras un intervalo en que la atención de la persona se centra en aspectos distintos del objetivo. Tiene gran capacidad y permite que la información se almacene de forma duradera. Podemos dividir esta memoria en memoria explícita y memoria implícita:
Memoria implícita o no declarativa. Almacena de modo inconsciente. Aparece en el entrenamiento de capacidades reflejas motoras o perceptivas. Entre las más estudiadas, el priming (la exposición previa a determinado material facilita el posterior rendimiento de una persona para recuerdo del mismo) y el “aprendizaje de habilidades” o memoria procedimental (aprendizaje de una habilidad)
Memoria explícita o declarativa. Incluye el conocimiento objetivo de las personas, los lugares y las cosas y lo que ello significa. Esto se recuerda de manera consciente. Su adquisición se relaciona con el sistema hipocampal y otras estructuras del lóbulo temporal medial del cerebro. El hipocampo es una estación transitoria en el camino hacia la memoria a largo plazo. El almacenamiento a largo plazo del conocimiento episódico y semántico radica en diferentes áreas de la corteza cerebral. Las áreas de asociación son los últimos “depósitos” de la memoria explícita y su daño afecta al recuerdo de conocimiento explícito que se adquirió antes de la lesión. La memoria explícita se clasifica a su vez en dos tipos: memoria episódica y semántica.
Memoria episódica. Es el recuerdo de sucesos específicos, que pueden ser asignados a un momento concreto en el tiempo. Permite almacenar y recordar acontecimientos de nuestra vida (historia personal, familiar o del ámbito social...), con una referencia temporoespacial (por ejemplo, qué cenaste ayer: tiempo –ayer- y espacio -en casa-).
Memoria semántica. Almacén general de información, de datos; no depende de un tiempo o lugar determinado. Representa el cuerpo de conocimiento e información compartido por los miembros de una sociedad: los conocimientos, “el saber”, “la cultura” de una persona,

información que adquirimos a través de los libros y la enseñanza desde el colegio 88 (por ejemplo, ¿cuál es la capital de Francia?; no recordamos en qué lugar y qué día adquirimos esa información). Cada vez que el conocimiento sobre algo es recordado, el recuerdo se construye a partir de fragmentos diferentes de información, cada uno de los cuales se almacena en almacenes de memoria especializados. 4. Memoria retrógrada y memoria anterógrada Esta diferencia se utiliza al hacer referencia a los recuerdos en relación al momento de codificación respecto a una lesión cerebral. La información adquirida en momentos previos a la lesión es la memoria retrógrada, la presentada para su aprendizaje tras la lesión es la memoria anterógrada. Procesos de memoria La memoria implica un conjunto de estructuras cerebrales y procesos que permiten fijar, guardar y recuperar múltiples informaciones, reconocer acontecimientos como familiares, recordar hechos pasados, y mantener una información el tiempo necesario para ser utilizada. Un sistema de almacén de información necesita atención, codificar o registrar información, almacenarla y poder recuperar o acceder a esa información. 1. Atención La atención requiere alerta y activación. Mantener la concentración en el tiempo (atención sostenida), resistir a interferencias (atención selectiva) y ser capaz de focalizar los recursos atencionales (atención dividida y alternante). Permite la entrada de información. 2. Fijación o codificación La codificación o fijación (registro) es el proceso donde la información se prepara para poder guardarse. Es muy importante la concentración, atención y motivación. Puede codificarse de muchas formas: imagen, sonidos, experiencias, acontecimientos o ideas. La información se transforma en una representación mental almacenada. Las características de un estímulo o un hecho se convierten en una "huella de memoria". 3. Almacenamiento o consolidación 89 La información tiene que almacenarse para conservarse largo tiempo. Son importantes las estrategias como ordenar la información, que se mantiene para acceder a ella cuando se requiera. La consolidación es una huella de memoria duradera 4. Recuperación o evocación Proceso consciente de acceso a la información almacenada. Permite localizar, acceder y utilizar la información que se ha almacenado anteriormente.

Conclusion

El componente conductual o expresivo. De la emoción comprende tanto conductas no verbales (lenguaje corporal: expresiones faciales, movimientos corporales, conducta de aproximación – evitación) como verbales (entonación de la voz, intensidad, sonidos, etcétera.). Así, por ejemplo, si vemos una persona con la boca abierta, las cejas alzadas y los ojos bien abiertos, al mismo tiempo que emite una exclamación, por ejemplo, oh!, seguramente calificaremos, sin grandes dificultades, su estado emocional como de sorpresa. • Este componente de la emoción está muy influido por factores socioculturales y educativos que pueden modular la expresión emocional. De esta manera, la expresión emocional varía a lo largo del desarrollo ontogenético de la persona, y son los adultos los que ejercen un control emocional más grande que los niños. Por otra parte, las reglas sociales modulan la expresión emocional porque nos facilitan o inhiben la manifestación de acuerdo con el contexto en el cual tiene lugar la experiencia emocional. Así, por ejemplo, saltamos de alegría si gana nuestro equipo e inhibimos nuestra ira o insatisfacción en el trabajo delante de un superior. • El componente cognitivo. Está relacionado con la vivencia afectiva, con el hecho de percibir la emoción en sí y la situación en que se desencadena, de experimentar propiamente la emoción y también con la evaluación de dicha situación. Hace referencia a los estados subjetivos calificados, por el sujeto, como agradables o desagradables, positivos o negativos que experimenta cuando es objeto de una emoción y con el reconocimiento consciente que hacemos de nuestro estado emocional, es decir, con la “etiqueta” que le ponemos para identificarlo, por ejemplo, decir que “soy feliz”, que “tengo miedo” o “me siento culpable”.

Bibliografía

1.- Arango, S. (2009). Los ritmos circadianos y la productividad laboral. El cuaderno. Escuela de Ciencias Estratégicas. Vol 3 N° 5. P. 39-57 (2009). Medellín Colombia.

2.- Arana, J., Meilán, J., Pérez, E. (2006). El concepto de psicología. Entre la diversidad conceptual y la conveniencia de unificación. Apreciaciones desde la epistemología. Revista Intercontinental de Psicología y Educación 2006

3.-Baron, R. (1997). Psicología.

3a Ed. México: Prentice Hall, Hispanoamérica, SA. 4.-Coon, D. (2005). Fundamentos de Psicología. 10a Edición. Thomson editores.