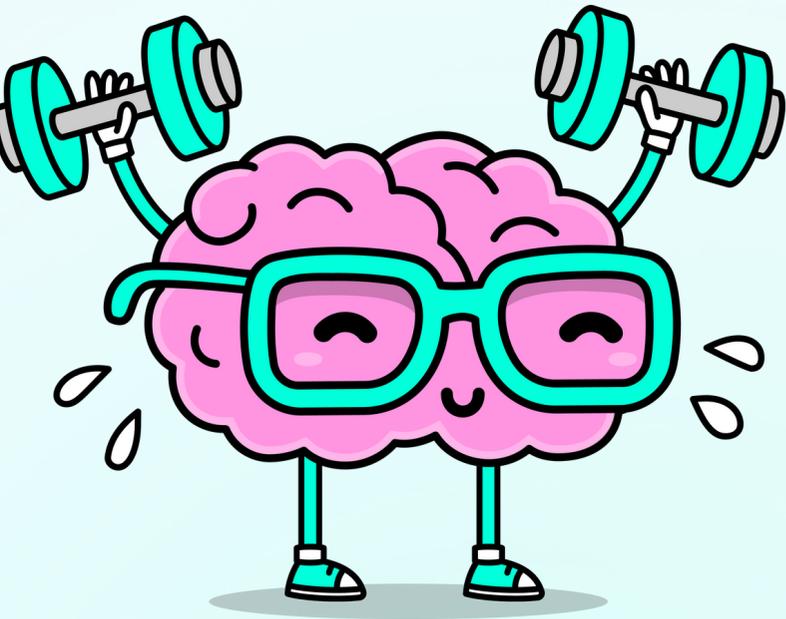


*Cuida tu
salud
mental*



... Y MEJORA TU VIDA.

UDS “MI
UNIVERSIDAD”

MATERIA:
INTRODUCCIÓN DE LA
PSICOLOGÍA

PROFESORA: GUADALUPE
DE LOURDES ABARCA
FIGUEROA

UNIDAD 1: EL
CONOCIMIENTO
PSICOLÓGICO

FECHA DE ENTREGA : 26
DE SEPTIEMBRE DEL
2023

ALUMNA: KARLA
NALLELY PEREZ
LOPEZ

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

I.1 INTRODUCCION A LA PSICOLOGIA

ES

La psicología es una disciplina apasionante que se dedica al estudio científico de la mente humana y el comportamiento.

A TRAVÉS DE...

A través de la investigación y el análisis sistemático, la psicología busca comprender los procesos mentales, las emociones, la cognición y cómo interactúan con el entorno y el comportamiento observable.

* ADEMÁS

examina cómo los seres humanos se desarrollan, aprenden, se adaptan y se relacionan con los demás.

I.2 ANTECEDENTES DE LA PSICOLOGIA

LOS

Los inicios de la exploración psicológica se encuentran en las civilizaciones antiguas.

EN LA...

Grecia clásica, pensadores como Sócrates, Platón y Aristóteles reflexionaron sobre la naturaleza de la mente y la conducta humana. Platón, por ejemplo, analizó la relación entre la razón y las emociones, mientras que Aristóteles abordó la percepción y la memoria en su obra "De Anima".

EN EL SIGLO XVII

René Descartes, propuso una dualidad mente-cuerpo y abogó por la razón como fundamento del conocimiento.

SIGLO XIX

marcó un cambio significativo en los antecedentes de la psicología. Wilhelm Wundt, en 1879, fundó el primer laboratorio de psicología experimental.

WATSON

afirmó que la psicología debía centrarse exclusivamente en comportamientos observables, rechazando el estudio de procesos mentales internos.

A MEDIADOS DEL

siglo XX, la psicología experimentó una nueva evolución con la aparición de la psicología humanista, liderada por Abraham Maslow y Carl Rogers. Esta perspectiva resaltó la importancia de la autorrealización, la autoestima y el potencial humano. A la par, la psicología cognitiva emergió, destacando la importancia de los procesos mentales en la comprensión del comportamiento.

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

1.3 MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA

PARA...

recolectar datos de manera sistemática y objetiva, los psicólogos utilizan una variedad de métodos, como la observación natural, los estudios de caso, las encuestas, la investigación correlacional y la investigación experimental.

LOS...

psicólogos se valen de la observación natural para estudiar la conducta humana o animal en su contexto natural.

LA...

Observación natural se empleó en un estudio (Hammen, Gitlin y Altshuler, 2000) diseñado para entender por qué algunos pacientes con un trastorno bipolar tienen mayor probabilidad que otros de ajustarse con éxito al lugar de trabajo.

1.4 HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA

ES EL...

mismo Aristóteles quien propone que sea una parte de la filosofía la que se ocupe de indagar los asuntos del alma. Es el verdadero nacimiento de la Psicología. El estudio de los procesos mentales fue absorbido por la escolástica durante una buena parte de la edad media y todo fue interpretado a través de ángeles y demonios.

LA...

Aparición de la teoría de la evolución de Darwin marcó una verdadera revolución, que hasta la fecha sigue con sus resonancias en cuanto a la lucha entre lo biológico y lo divino del origen humano.

FRANCIS GALTON

era primo de Charles Darwin que después de leer su obra, decidió aplicar estos conocimientos a la psicología, concretamente al estudio de la inteligencia. Fue el primero en utilizar la estadística en sus observaciones.

PARA...

Galton el factor más importante de la inteligencia era el genético, mucho más que el ambiental. Galton subrayaba que la propia naturaleza, o conjunto de dotaciones innatas del individuo, era un factor determinante del éxito en la vida.

EN EL AÑO...

año de 1885 en el centro de Europa, a, Freud y Breuer comenzaban a hacer estudios sobre la histeria, enfermedad nerviosa para la cual en esa época no había explicación ni cura. De estos estudios primigenios derivó el psicoanálisis y su interpretación de los sueños, el descubrimiento de la sexualidad infantil, la introducción del concepto de inconsciente y la propuesta de una estructura del aparato mental.

COMPUESTA POR DOS SUBSISTEMAS

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua.

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

1.5 Psicología Aplicada y Práctica Profesional

Se refiere a la utilización de los principios, teorías y métodos psicológicos para abordar problemas y desafíos específicos en diferentes áreas de la vida

ESTA...

Área se centra en la aplicación práctica del conocimiento psicológico para mejorar la calidad de vida de las personas las organizaciones y las comunidades

EJEMPLOS DE CAMPOS DE LA PSICOLOGÍA APLICADA:

Psicología Clínica: Se enfoca en el diagnóstico y tratamiento de trastornos mentales y emocionales.
Psicología Educativa: Se centra en la aplicación de la psicología en el ámbito educativo.

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Se ocupa de mejorar el rendimiento deportivo, la motivación y el bienestar mental de los atletas.

Psicología Organizacional e Industrial: Se aplica en entornos laborales para mejorar la eficacia de las organizaciones y el bienestar de los empleados.

PSICOLOGÍA DE LA SALUD ...

Se centra en la relación entre la salud física y mental

PRÁCTICA PROFESIONAL EN PSICOLOGÍA:

Implica la aplicación de conocimientos y habilidades psicológicas en contextos reales para ayudar a individuos, grupos o comunidades a resolver problemas y mejorar su bienestar. Esto puede involucrar la terapia, la evaluación psicológica, la consultoría, la investigación aplicada y más.

1.6 DESARROLLO HUMANO

El desarrollo humano es un campo de estudio de la psicología que se centra en el proceso de crecimiento, cambio y maduración que experimentan los individuos a lo largo de su vida

* ETAPA PRENATAL:

Concepción y Embarazo: El desarrollo humano comienza en el útero materno. Durante el período prenatal, los órganos y sistemas del feto se forman y desarrollan. Los factores ambientales y genéticos influyen en esta etapa crítica.

EDAD ADULTA TEMPRANA Y MEDIA:

Formación de Relaciones y Familias: Los adultos jóvenes establecen relaciones íntimas y pueden formar familias. Las decisiones laborales y la búsqueda de logros profesionales son aspectos relevantes.

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

1.7 APRENDIZAJE Y MEMORIA

EL...

El aprendizaje se refiere a la adquisición de nuevos conocimientos, habilidades y comportamientos a través de la experiencia y la interacción con el entorno. Es un proceso dinámico que nos permite adaptarnos y responder de manera eficaz a diversas situaciones.

CONDICIONAMIENTO CLÁSICO:

El pionero Iván Pávlov demostró que los organismos pueden aprender a asociar estímulos previamente neutrales con estímulos significativos, generando respuestas automáticas.

CONDICIONAMIENTO OPERANTE:

Skinner introdujo el concepto de condicionamiento operante, en el cual los comportamientos se fortalecen o debilitan según las consecuencias que sigan a dichos comportamientos.

APRENDIZAJE OBSERVACIONAL:

Albert Bandura destacó el papel del aprendizaje observacional, donde las personas adquieren nuevos comportamientos al observar y modelar a otros.

* MEMORIA...

La memoria es la capacidad de retener y recuperar información aprendida previamente. Esta función esencial nos permite recordar experiencias, conocimientos y habilidades a lo largo del tiempo.

CARACTERÍSTICAS Y FUNCIONES:

Memoria Sensorial: Almacena información sensorial por un breve período de tiempo después de que un estímulo haya cesado.

MEMORIA A CORTO PLAZO:

Retiene información durante un corto período de tiempo, generalmente de segundos a minutos. Es crucial para tareas como la resolución de problemas y la toma de decisiones.

MEMORIA A LARGO PLAZO

Almacena información de manera más permanente. Incluye conocimientos y recuerdos que persisten durante períodos más largos, desde días hasta años.

MEMORIA EPISÓDICA, SEMÁNTICA Y PROCEDIMENTAL:

La memoria episódica almacena recuerdos de eventos y experiencias personales. La memoria semántica se refiere al conocimiento general sobre el mundo. La memoria procedimental almacena habilidades motoras y hábitos.

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

1.8 APLICACIONES DE LA PSICOLOGÍA EN LA VIDA DIARIA

Mejorando la Comunicación y las Relaciones Interpersonales: La psicología nos brinda perspectivas útiles para comprender cómo nos comunicamos y cómo interactuamos con los demás. A través de la empatía, la escucha activa y la comunicación efectiva, podemos establecer relaciones más sólidas y satisfactorias.

MANEJO DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD:

La psicología ofrece estrategias para enfrentar estas tensiones. La técnica de la respiración profunda y la relajación muscular

TOMA DE DECISIONES INFORMADAS:

La psicología puede iluminar el proceso de toma de decisiones al considerar cómo los prejuicios cognitivos y emocionales pueden influir en nuestras elecciones.

FOMENTANDO LA RESILIENCIA Y LA AUTOESTIMA:

La psicología promueve la resiliencia, la capacidad de superar adversidades y recuperarse de experiencias difíciles. La autoestima también es esencial para el bienestar. La práctica del autorreflexión y la autocompasión nos permite cultivar una relación saludable con nosotros mismos y manejar de manera efectiva la autocritica y la negatividad.

MEJORANDO EL RENDIMIENTO Y EL APRENDIZAJE

La aplicación de técnicas de psicología al aprendizaje puede mejorar la retención y la comprensión de la información. La técnica de la recuperación, que implica recordar activamente la información en lugar de simplemente revisarla, aumenta la retención a largo plazo

PROMOVIENDO LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR:

La terapia psicológica, como la terapia cognitivo-conductual y la terapia de aceptación y compromiso, puede ayudar a gestionar trastornos como la depresión y la ansiedad.

1.9 TRASTORNOS PSICOLÓGICOS MÁS COMUNES

Los trastornos psicológicos representan una amplia gama de condiciones que afectan la salud mental y el bienestar emocional de las personas

DEPRESIÓN:

La depresión es uno de los trastornos psicológicos más comunes y debilitantes en todo el mundo. Quienes la padecen experimentan una tristeza profunda y persistente, falta de interés en actividades que antes disfrutaban, fatiga, cambios en el apetito y el sueño, y una pérdida generalizada de energía. Además de los síntomas físicos, la depresión también afecta el pensamiento, causando sentimientos de inutilidad, culpa y desesperanza.

TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA:

El trastorno de ansiedad generalizada se caracteriza por una preocupación constante y excesiva sobre una variedad de situaciones y temas, incluso cuando no hay motivo aparente para preocuparse. Las personas con este trastorno pueden sentirse inquietas, tensas y experimentar síntomas físicos como sudoración excesiva y palpitaciones.

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

TRASTORNO DE PÁNICO: ATAQUES DE ANSIEDAD INTENSA E INESPERADA

EL....

El trastorno de pánico se caracteriza por ataques repentinos e intensos de ansiedad, conocidos como ataques de pánico. Estos ataques pueden incluir síntomas como palpitaciones, dificultad para respirar, temblores y una sensación abrumadora de miedo y pérdida de control. Las personas con este trastorno a menudo evitan situaciones que temen que puedan desencadenar un ataque.

TRASTORNOS DE ALIMENTACIÓN:

La anorexia involucra una restricción extrema de la ingesta de alimentos, llevando a la pérdida de peso significativa. La bulimia implica episodios de atracones seguidos de conductas de purga, como el vómito. El trastorno por atracón implica atracones sin conductas de purga.

ESQUIZOFRENIA: LA REALIDAD ALTERADA

La esquizofrenia es un trastorno psicótico grave que afecta la forma en que una persona piensa, siente y se comporta. Las personas con esquizofrenia pueden experimentar alucinaciones, delirios, pensamiento desorganizado y dificultad para expresar emociones. A menudo, tienen dificultades para diferenciar entre la realidad y la fantasía.

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

1.10 GRANDES FIGURAS EN LA HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA

La historia de la psicología está marcada por figuras influyentes cuyas ideas y contribuciones han sentado las bases para la comprensión de la mente humana y el comportamiento.

Wilhelm Wundt: El Padre de la Psicología Experimental

Wilhelm Wundt, un psicólogo alemán, es considerado el fundador de la psicología experimental. En 1879, estableció el primer laboratorio de psicología en Leipzig, Alemania. Wundt abogó por el método introspectivo, donde los participantes describían sus experiencias mentales en respuesta a estímulos específicos.

SIGMUND FREUD: EL PADRE DEL PSICOANÁLISIS

Neurólogo y psiquiatra austriaco, revolucionó la psicología con su teoría del psicoanálisis. Introdujo conceptos como el inconsciente, los impulsos instintivos y la importancia de la infancia en la formación de la personalidad. Freud creía que los conflictos no resueltos en el inconsciente influyen en el comportamiento y las emociones de las personas. Su enfoque terapéutico, conocido como psicoanálisis, se centra en explorar los procesos mentales inconscientes y ha tenido un impacto duradero en la terapia y la comprensión de la mente humana.

B.F. SKINNER: EL MAESTRO DEL CONDICIONAMIENTO OPERANTE

A través de sus experimentos con animales y más tarde con humanos, Skinner demostró cómo los comportamientos podían ser moldeados mediante refuerzos y castigos. Su concepto de "caja de Skinner" ilustra cómo los organismos pueden aprender asociaciones entre comportamientos y consecuencias.

JEAN PIAGET: EL PIONERO EN EL DESARROLLO COGNITIVO

Propuso que los niños pasan por etapas distintas de desarrollo cognitivo, cada una caracterizada por formas particulares de pensamiento y razonamiento. Sus estudios sobre cómo los niños adquieren conocimiento y resuelven problemas influyeron en la educación y la comprensión de cómo los niños aprenden.

CARL ROGERS Y ABRAHAM MASLOW: LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

Rogers desarrolló la terapia centrada en el cliente, que enfatiza la empatía, la aceptación incondicional y la autenticidad del terapeuta para promover el crecimiento personal y la autoexploración. Maslow formuló la teoría de la jerarquía de necesidades, que describe cómo las personas buscan satisfacer sus necesidades desde las más básicas hasta las más elevadas, como la autorrealización. La psicología humanista pone énfasis en el potencial humano y la búsqueda de la autenticidad y el significado en la vida.

EL CONOCIMIENTO PSICOLÓGICO

1.11 AVANCES EN NEUROCIENCIA Y PSICOLOGÍA

Neuroplasticidad: El Cerebro como Entidad Cambiante:

Uno de los avances más emocionantes en neurociencia es la comprensión de la neuroplasticidad, la capacidad del cerebro para cambiar y adaptarse a lo largo de la vida.

NEUROIMAGEN Y CONECTIVIDAD CEREBRAL: MIRANDO DENTRO DEL CEREBRO EN ACCIÓN

Los avances en tecnología de neuroimagen, como la resonancia magnética funcional (fMRI) y la tomografía por emisión de positrones (PET), han permitido a los científicos observar la actividad cerebral en tiempo real. Estas técnicas revelan qué áreas del cerebro están activas durante diferentes tareas y experiencias.

NEUROCIENCIA Y EMOCIÓN: DESCIFRANDO LOS CIRCUITOS EMOCIONALES

La neurociencia ha proporcionado una visión más profunda de cómo el cerebro procesa las emociones. Los investigadores han identificado áreas cerebrales específicas, como la amígdala y la corteza prefrontal, que están involucradas en la regulación emocional y la toma de decisiones.

PSICOLOGÍA COGNITIVA Y NEUROPSICOLOGÍA:

La psicología cognitiva y la neuropsicología han colaborado para explorar cómo el cerebro procesa la información y cómo influye en el pensamiento y la memoria.

NEUROCIENCIA SOCIAL: COMPRENDIENDO LA INTERACCIÓN HUMANA

La neurociencia social investiga cómo el cerebro procesa las interacciones sociales, como la empatía, el reconocimiento facial y la toma de decisiones sociales.

APLICACIONES PRÁCTICAS: IMPACTO EN LA EDUCACIÓN Y LA SALUD MENTAL

Los avances en neurociencia y psicología han tenido aplicaciones prácticas en diversos campos. En educación, la comprensión de la neuroplasticidad ha llevado a enfoques de enseñanza que fomentan el aprendizaje adaptativo y personalizado.

1.12 LA PSICOLOGÍA EN EL SIGLO XXI

Uno de los desarrollos más notables en la psicología del siglo XXI es la integración de la tecnología en la práctica clínica y la investigación. La telepsicología, que implica la terapia y el asesoramiento en línea, ha permitido el acceso a la atención psicológica en áreas remotas o para aquellos con limitaciones de movilidad.

La psicología en el siglo XXI ha tomado un giro hacia la comprensión de la diversidad cultural y su impacto en la salud mental y el comportamiento humano. Los psicólogos están reconociendo la importancia de considerar las diferencias culturales en la investigación y la práctica clínica.

El uso creciente de la tecnología también ha planteado desafíos éticos en la psicología. La privacidad en línea, la seguridad de los datos de los pacientes y la confidencialidad en la telepsicología son preocupaciones críticas. Los psicólogos deben abordar estas cuestiones de manera responsable y cumplir con estándares éticos para garantizar la integridad y el bienestar de sus clientes.