

**Karla Nallely Pérez López**

**• *Investigación en psicología***

***• Jesús Isaías León Arguello***

***•30 05 2024***

***La psicología como ciencia y su importancia en la actualidad***

Los Conductistas clásicos, encabezados por John B. Watson en la primera parte de nuestro siglo, Ayudaron a desarrollar la psicología como ciencia. El programa de Watson para lograr la Transición de una no ciencia a una ciencia fue el siguiente: “si se quiere que la psicología Llegue algún día a ser una ciencia, deberá seguir el ejemplo de las ciencias físicas; tendrá que Volverse materialista, mecanicista, determinista y objetiva” ( Heidbreder, 1933, p. 235). Se puede afirmar que la Psicología es una “ciencia bisagra”, en tanto que integra diferentes niveles de la realidad: el biológico y el social. Siendo lo psicológico el máximo nivel de integración y en él están presentes mecanismos propios de la biología de la especie, tal como se señaló anteriormente, pero que no tendrían mayor desarrollo si no cuentan con un contexto sociocultural que les dé sentido y pertinencia. De ahí, que se pueda afirmar que el objeto de estudio de la Psicología son los procesos de pensamiento, de sentimiento y de acción, desplegados tanto en sujetos individuales como colectivos.

La psicología se considera como ciencia, debido a que se basa en el uso del método científico. Por ello, la práctica profesional de los psicólogos, se fundamenta en el conocimiento que obtienen por medio de las evidencias verificables del comportamiento humano y de sus procesos mentales. Es así como los estudios psicológicos están diseñados de manera similar a como se plantean las indagaciones de otros campos científicos. Trata de describir y explicar todos los aspectos del pensamiento, de los sentimientos, de las percepciones y de las acciones humanas. Por ser una ciencia, la Psicología se basa en el método científico para encontrar respuestas. De acuerdo con la Asociación Americana de Psicología (APA), la psicología es una ciencia que estudia el comportamiento y los procesos mentales de las personas. Y, por su parte, los psicólogos son especialistas que, por su capacidad y conocimientos, trabajan con psiquiatras, sociólogos, empresarios, docentes y muchos otros profesionales más.

Gracias a que la psicología brinda la oportunidad de conocer la manera en que funcionan los procesos mentales, propone técnicas que incitan al mejoramiento de las capacidades cognitivas. Por ejemplo, del lenguaje, el razonamiento lógico y las funciones ejecutivas. La psicología como ciencia es muy importante en la actualidad porque puede tratar algunos síntomas de la ansiedad, la depresión, la bipolaridad, la depresión, la distimia, la psicosis, la esquizofrenia y muchos otros trastornos mentales más.