A picture containing drawing

Description automatically generated

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Leydi Lucero Pérez Arguello*

*Nombre del tema: El conocimiento psicológico*

*Parcial: 1*

*Nombre de la Materia: Introducción a la psicología*

*Nombre del profesor: Johan Daniel Arguello Guillen*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en psicología*

*Cuatrimestre*

*Lugar y Fecha de elaboración*

Índice

1. Introducción ……………………………………………3
2. Introducción psicológica………………………….…….4
3. Antecedentes de la psicología……………………..….5, 6
4. El método de la psicología……………………………7, 8
5. El objetivo de la psicología……………….………….9, 10
6. Conclusión………………………………………..……11

**Introducción**

La psicología es la ciencia que estudia cómo pensamos, sentimos y actuamos. Se interesa por entender lo que hay detrás de nuestros comportamientos y emociones, y cómo las experiencias influyen en nuestra vida diaria.

Desde la forma en que nos relacionamos con los demás hasta cómo enfrentamos los desafíos, la psicología nos ayuda a comprender mejor nuestra mente y nuestras acciones.

Como los antecedentes desarrollan sus conocimientos para dar a entender por que surge todo esto, por que pasa, el porque reaccionamos así ante problemas.

La psicología se trata de entender como pensamos, sentimos y actuamos. Explora todo, del impacto que nuestras relaciones y el impacto de nuestro entorno.

**Introducción de la psicología.**

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

Desde las teorías sobre la personalidad y el desarrollo humano hasta los enfoques para comprender y tratar trastornos mentales, la psicología nos proporciona herramientas para explorar el funcionamiento interno de la mente y las interacciones entre individuos y su entorno.

La aparición de la psicología como disciplina formal nos conduce al problema de la ciencia. En general, ciencia se define como la adquisición sistemática de conocimientos. Pero, desde un punto de vista más limitado, esta adquisición se reduce a las observaciones que validan nuestros sentidos; debemos ver, oír, tocar, probar, u oler lo que se nos presenta para confirmar su existencia como datos científicos. Llamamos a esta forma de hacer ciencia empirismo, y método científico a su aplicación mejor controlada, cuando se manipulan y miden las variables.

**Antecedentes de la psicológica.**

Es una disciplina científica que explora la mente humana y el comportamiento, tiene sus raíces en una rica historia que abarca culturas, filosofías y avances científicos a lo largo de los siglos. Desde la antigüedad hasta la modernidad, los antecedentes de la psicología han dejado huellas fundamentales en la comprensión de la experiencia humana.

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". Estos filósofos sentaron las bases para la reflexión sobre la mente y sus procesos.

Wilhelm Wundt, en 1879, fundó el primer laboratorio de psicología experimental en Leipzig, Alemania, marcando el comienzo de la psicología como una ciencia independiente.

Wundt buscó medir y analizar procesos mentales a través de la introspección, aunque este enfoque resultó ser subjetivo y limitado en su aplicación.

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.

John B. Watson fue quien promovió un cambio radical con el surgimiento del conductismo a principios del siglo XX. Watson afirmó que la psicología debía centrarse exclusivamente en comportamientos observables, rechazando el estudio de procesos mentales internos. Este enfoque condujo a investigaciones sobre el condicionamiento y el aprendizaje, y posteriormente influyó en la terapia conductual.

**Métodos de Investigación en Psicología**

Todas las ciencias (la psicología, la sociología, la economía, la ciencia política, la biología y la física) requieren evidencia empírica basada en la observación cuidadosa y la experimentación. 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. Un psicólogo con esta orientación hacia la vida real puede observar la conducta.

Los observadores deben medir la conducta de manera sistemática, por ejemplo, elaborando una forma que les permita revisar qué está haciendo la gente a intervalos cronometrados. 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.

Por esta razón, los investigadores contemporáneos con frecuencia usan cintas de video que pueden analizar y calificar otros investigadores que desconocen lo que pretende averiguar el estudio.

En la investigación por encuestas se plantea una serie de preguntas predeterminadas en entrevistas personales o en cuestionarios a un grupo de personas seleccionadas.

Las observaciones naturales, los estudios de caso y las encuestas proporcionan un rico conjunto de datos crudos que describen conductas, creencias, opiniones y actitudes.

**El objetivo de la psicología**

Busca entender el comportamiento humano y los procesos mentales. Su objetivo principal es estudiar cómo piensan, sienten y actúan las personas en diferentes situaciones. Esto implica investigar desde la percepción y la memoria hasta las emociones y las relaciones interpersonales.

Los psicólogos utilizan diversas metodologías, como experimentos, encuestas y observaciones, para recopilar datos y desarrollar teorías que expliquen el comportamiento humano. Además, la psicología tiene aplicaciones prácticas en áreas como la salud mental, la educación, el trabajo y las relaciones sociales, ayudando a las personas a entenderse mejor a sí mismas y a los demás.

Ejemplos de areas en el que se especializan los psicologos para ayudr y llegar a su objetivo que es guiar y ayudar a las personas

\*Psicología clínica: Se enfoca en diagnosticar y tratar problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión.

\*Psicología del desarrollo: Estudia cómo las personas cambian y crecen a lo largo de su vida, desde la infancia hasta la vejez.

\*Psicología social: Examina cómo nuestras interacciones con los demás afectan nuestros pensamientos y comportamientos.

\*Psicología industrial-organizacional: Aplica principios psicológicos en el entorno laboral para mejorar la productividad, el bienestar de los empleados y la cultura organizacional.

\*Psicología positiva: Se centra en el estudio de lo que hace que la vida valga la pena, promoviendo aspectos como la felicidad, el bienestar y el desarrollo personal.

**Conclusion**

La psicología es una disciplina fascinante que se dedica a comprender la complejidad del comportamiento humano y los procesos mentales. A través de sus diversas ramas, como la psicología clínica, educativa, social y muchas más, se busca no solo entender los desafíos que enfrentamos en nuestra vida diaria, sino también proporcionar herramientas para mejorar nuestro bienestar emocional y mental.

El objetivo final de la psicología es ayudar a las personas a vivir de manera más plena, desarrollar relaciones saludables y afrontar las dificultades con mayor resiliencia. Al seguir explorando esta ciencia, podemos aprender más sobre nosotros mismos y sobre cómo interactuamos con el mundo que nos rodea.

Para finalizar esta ciencia es muy importante para las personas, Saber que no estan solos para solucionar problemas, traumas,etc. Que siempre contaran con ayuda profecional para guiarlos y dar soluciones a todo.