



**Mi Universidad**

## ENSAYO

*Nombre del Alumno:* Angelo Alekzandre Sanchez Perez

*Nombre del tema:* Actividad 1

*Parcial:* 1

*Nombre de la Materia:* Introduccion a la psicologia

*Nombre del profesor:* Johan Daniel Arguello

*Nombre de la Licenciatura:* Psicologia General

*Cuatrimestre:* 1

# ÍNDICE

Introducción	01
1 El conocimiento psicológico.	02
1.1 Introducción psicológica.	02
1.2 Antecedentes de la psicología.	03
1.3 El objetivo de la psicología.	04
1.4 El método de la psicología.	05
Conclusión	06
Bibliografía	07

# INTRODUCCIÓN

El propósito de este trabajo es recopilar el conocimiento adquirido en estas 3 semanas de duro estudio en los temas mencionados en el índice anterior.

Además de su propósito recopilatorio se espera que este trabajo pueda usarse como base de estudio en las evaluaciones y prácticas futuras.

Dicho esto me gustaría dar una pequeña descripción de la psicología, así como una generalización en su origen y eventual reconocimiento como una ciencia.

La psicología es una disciplina que se ha desarrollado y evolucionado a lo largo del tiempo. Su origen se remonta a la filosofía y la medicina en la Antigua Grecia, pero no fue hasta el siglo XIX que se convirtió en una ciencia independiente.

# 1.0 El conocimiento psicológico.

La psicología por definición es el estudio científico de la mente humana y el comportamiento, esto aborda áreas como los procesos mentales e interacciones sociales.

El conocimiento por otro lado es descrito como un conjunto de conceptos, procesos, métodos y experimentos con una finalidad científica, la psicología fue considerada una ciencia en 1879 gracias a los aportes del psicólogo estructuralista Wilhelm Wundt y a su laboratorio experimental en Leipzig, Alemania.

Llamamos corrientes o escuelas a las teorías y perspectivas de algunos psicólogos, cada una de estas ha aportado algo a la psicología moderna, de manera más o menos efectiva.

A través de estas corrientes se ha buscado solucionar patologías, entender emociones, solucionar problemas del aprendizaje o sociales.

## 1.1 Introducción psicológica

Wundt creía que la psicología debía centrarse en el estudio de la conciencia y la experiencia subjetiva, y desarrolló una técnica llamada introspección que consistía en la autoobservación de las propias experiencias.

En la primera mitad del siglo XX, la psicología siguió evolucionando gracias a las aportaciones de Sigmund Freud y su teoría psicoanalítica, que se enfocaba en la mente inconsciente y los procesos emocionales. También destacaron psicólogos como B.F. Skinner, quien desarrolló la teoría del condicionamiento operante, y Carl Rogers, quien se enfocó en la terapia centrada en el cliente y la importancia del autoconcepto.

## 1.2 Antecedentes de la psicología.

La idea del estudio de la mente fue iniciada por el filósofo griego Aristóteles, aunque en ese momento se concibió como una rama de la filosofía, la palabra psicología justamente proviene de las palabras griegas Psique (alma) y logos (trato o estudio) esto dio pie a una variedad de teorías y analogías, como las 4 personalidades de hipócrates, el mundo de las ideas de platón, la idea de la tabla rasa, las dudas, el alma etc.

Varios años después otra importante aportación será otorgada por San Agustín de Hipona, esta sería la aparición del YO o la conciencia, ideal que sería fundamental en el psicoanálisis freudiano.

La percepción mágica de la mente continuará durante el oscurantismo, apoyada por las ideas eclesiásticas, eventualmente el renacimiento en el siglo XV otorga una oportunidad de crecimiento para todas las ciencias a través de una visión humanocentrista, a pesar de este gran avance la psicología no sería reconocida como una ciencia hasta el 1879, por esto mismo todo el conocimiento antes de este año es considerado pre científico.

## 1.3 El objetivo de la psicología.

Hoy en día, la psicología es una disciplina muy amplia que abarca desde el estudio del comportamiento y las emociones humanas, hasta la investigación en áreas como la neurociencia y la psicología social. La psicología se ha convertido en una ciencia aplicada y es utilizada en muchas áreas como la educación, el deporte, la salud y el trabajo.

Esto es posible gracias a la gran cantidad de ramas y enfoques para la resolución de problemas que aporta la psicología, por ejemplo, podemos utilizar la terapia de insensibilización para superar diversas fobias, técnicas de relajación en un trabajo estresante, etc.

De cierta forma se puede comparar los avances tecnológicos con los avances psicológicos, ambos nos permiten adecuar el ambiente a nuestra comodidad, facilitan nuestra vida diaria pero también nos impulsan a cuestionar la naturaleza creadora humana.

## 1.4 El método de la psicología.

La psicología sigue el método científico al llevar a cabo investigaciones, pero cuando estamos en terapia debemos adaptar los métodos al paciente, normalmente se sigue este formato: Entrevista, identificar aparente problema, hipótesis, acercamiento, observar la reacción del paciente, decidir tratamiento,

Hay tres aproximaciones a la terapia:

➤ Insight:

- Psicoanálisis freudiano o psicodinámica,
- Cognoscitiva:
  - Racional-emotiva o cognoscitiva-conductual.
- Humanista:
  - Terapia centrada en el cliente, de grupo, familiar y conyugal.

➤ Conductual:

- Condicionamiento clásico:
  - Desensibilización sistemática,
  - Terapia de aversión.
- Condicionamiento operante:
  - Moldeamiento,
  - Reforzamiento,
  - Castigo,
  - Extinción.
- Aprendizaje por observación:
  - Modelamiento.

➤ Biomédica:

- Psicofarmacología
- Terapia electroconvulsiva
- Psicocirugía

## CONCLUSIÓN.

En resumen, la psicología es una ciencia con un origen que se remonta a la filosofía y la medicina en la Antigua Grecia, pero fue en el siglo XIX cuando comenzó a desarrollarse como disciplina independiente gracias a la labor de pioneros como Wilhelm Wundt. Desde entonces, ha evolucionado y se ha expandido a diferentes áreas, siendo hoy en día una ciencia aplicada fundamental en la comprensión y mejora de la vida humana.

La psicología tiene diversos aportes a la sociedad, entre ellos:

- ❖ Comprender la personalidad,
- ❖ Mejorar la calidad de vida,
- ❖ Promover la salud mental,
- ❖ Personalizar la educación,
- ❖ Aportes a la psicología social
- ❖ Aportes a la intervención social

## Bibliografía:

- Platón. (2000). *La República* (2ª ed., F. Lisi, Ed.). Gredos. (Original publicado en el siglo IV a.C.)
- Descartes, R. (1998). *Meditaciones metafísicas*. (E. Bello, Trad.). Alianza Editorial. (Original publicado en 1641).
- *Psicología Gehirn*. (s.f.). Origen de la psicología como ciencia. <https://psicologiagehirn.com/origen-de-la-psicologia-como-ciencia/>
- Huffman, K. (2009). *Psicología en acción*. [Limusa].
- Rieber, R. (Ed.). (2013). *Wilhelm Wundt and the making of a scientific psychology*. Springer Science & Business Media.
- Jung, C. G. (2015). *Freud and psychoanalysis, Vol. 4*. Routledge.
- Baeyens, F., Eelen, P., & Crombez, G. (1995). Pavlovian associations are forever: On classical conditioning and extinction. *Journal of Psychophysiology*.
- Ross, D. W. (2022). *Aristóteles* (Vol. 26). RBA Libros y Publicaciones.