



ENSAYO

GIOVANNI ALEXIS VILLATORO VIDAL

*UNIDAD 3 y 4: TEORIAS Y MODELOS PSICOLOGICOS, PROCESOS
PSICOLOGICOS Y PERSONALIDAD*

PRIMER PARCIAL

INTRODUCCION A LA PSICOLOGIA

MONICA LISSETH QUEVEDO PEREZ

PSICOLOGIA

PRIMER CUATRIMESTRE

ENSAYO “INTRODUCCION A LA PSICOLOGIA”

INDICE.....	PAG. 1
INTRODUCCION.....	PAG. 2
TEORIAS Y MODELOS PSICOLOGICOS.....	PAG. 3
PROCESOS PSICOLOGICOS Y PERSONALIDAD	PAG. 4
CONCLUSION.....	PAG. 5

INTRODUCCION

En el campo de la psicología, las teorías y modelos juegan un papel fundamental en la comprensión del comportamiento humano y en la aplicación de estrategias para mejorar la salud mental y el bienestar de las personas. A lo largo de la historia, diversas figuras clave han contribuido de manera significativa al desarrollo de estas teorías y modelos, cada una aportando su propia perspectiva y enfoque único. En este ensayo, exploraremos el contexto histórico de las teorías y modelos psicológicos, identificaremos a algunas personas influyentes en el campo y analizaremos varias perspectivas para proporcionar un análisis bien razonado. Además, consideraremos tanto los aspectos positivos como los negativos de estas teorías y modelos, y discutiremos posibles desarrollos futuros en este campo en constante evolución.

También nos adentraremos más allá de la mente y hablamos de la personalidad y que los individuos desarrollamos diferentes capacidades, destrezas y habilidades que se originan en el sistema nervioso y sus estructuras. Estos procesos psicológicos son indispensables para la vida de una persona y su relación con el entorno. Sin embargo, no por ello son sencillos de explicar puesto que los seres humanos somos tan completos que al estudiar los procesos de nuestra mente surgen distintas posturas, según los investigadores.

A continuación, hablaré brevemente sobre cada uno de estos procesos para más adelante dar a conocer las implicaciones que estos tienen en el desarrollo de las personas. cabe señalar que los procesos psicológicos no representan de manera separada, sino que se relacionan unos con otros como si fueran una serie de pasos para que se puedan llevar a cabo acciones, hasta cierto punto, cotidianas. La percepción es el contacto que establecemos con el ambiente y está estrechamente relacionado con los sentidos, ya que a través de ellos captamos lo que nos rodea.

TEORÍAS Y MODELOS PSICOLÓGICOS

En el siglo XIX, la psicología comenzó a establecerse como una disciplina académica independiente, separándose de la filosofía y la fisiología. Uno de los primeros enfoques importantes fue el estructuralismo, promovido por Wilhelm Wundt, que se centraba en descomponer la experiencia mental en sus elementos básicos. Esta perspectiva sentó las bases para la psicología experimental y la investigación empírica en el campo.

Posteriormente, el funcionalismo, impulsado por William James, surgió como una respuesta al estructuralismo y se enfocó en el estudio de la mente desde una perspectiva adaptativa, considerando cómo las conductas y procesos mentales ayudan a los individuos a adaptarse a su entorno. Estos enfoques iniciales marcaron el comienzo de una serie de teorías y modelos psicológicos que han continuado evolucionando hasta la actualidad.

En el siglo XX, el psicoanálisis, desarrollado por Sigmund Freud, revolucionó la psicología al introducir la idea de que los procesos mentales inconscientes juegan un papel crucial en la formación de la personalidad y el comportamiento humano. Freud propuso un modelo de la mente dividido en tres partes: el ello, el yo y el superyó, y desarrolló técnicas de terapia como el psicoanálisis para explorar y abordar conflictos internos.

Otro enfoque importante en la psicología del siglo XX fue la psicología conductista, liderada por figuras como John B. Watson y B. F. Skinner, que se centraba en el estudio del comportamiento observable y en cómo este es influenciado por el aprendizaje y la experiencia. El conductismo tuvo un impacto significativo en áreas como la terapia conductual y la modificación de conducta.

En contraste, la psicología humanista, promovida por Carl Rogers y Abraham Maslow, se centraba en la idea de que las personas tienen un impulso innato hacia el crecimiento personal y la autorrealización. Este enfoque puso énfasis en la importancia de la experiencia subjetiva y la autenticidad en la vida de las personas, y ha tenido un impacto duradero en campos como la psicoterapia centrada en el cliente.

En años más recientes, la psicología cognitiva ha emergido como un enfoque dominante en la disciplina, centrándose en el estudio de los procesos mentales y cognitivos subyacentes a la conducta humana. Figuras como Aaron Beck, padre de la terapia cognitivo-conductual, han desarrollado modelos y técnicas para abordar trastornos como la depresión y la ansiedad desde una perspectiva cognitiva.

En términos de personas influyentes en el campo de las teorías y modelos psicológicos, es imposible pasar por alto la figura de Jean Piaget, cuya teoría del desarrollo cognitivo ha tenido un impacto duradero en la comprensión de cómo los niños adquieren conocimientos y habilidades a lo largo de su desarrollo. Ivan Pavlov, conocido por sus experimentos con perros y el condicionamiento clásico, también ha sido una figura influyente en el campo de la psicología experimental.

En cuanto a perspectivas positivas, las teorías y modelos psicológicos han permitido a los profesionales de la salud mental comprender mejor las causas subyacentes de los trastornos psicológicos y desarrollar intervenciones efectivas para abordarlos. La diversidad de enfoques en psicología también ha enriquecido nuestra comprensión de la complejidad del comportamiento humano y ha abierto camino a nuevas áreas de investigación y aplicación.

Sin embargo, también existen aspectos negativos en el campo de las teorías y modelos psicológicos. Algunas teorías han sido criticadas por su falta de validez empírica o su falta de aplicabilidad a grupos culturalmente diversos. Además, la tendencia a enfocarse en el individuo a menudo ha llevado a pasar por alto el papel de los factores sociales, políticos y económicos en la salud mental y el bienestar de las personas.

En cuanto a desarrollos futuros, es probable que las teorías y modelos psicológicos continúen evolucionando en respuesta a los avances en la neurociencia, la tecnología y la globalización. Nuevas teorías como la psicología positiva, que se enfoca en promover el bienestar y la felicidad de las personas, también están ganando terreno en el campo de la psicología.

PROCESOS PSICOLÓGICOS Y PERSONALIDAD

Este proceso nos permite interpretar los estímulos del exterior. La atención juega un papel muy importante en la percepción debido a que nos ayuda a que se seleccione el o los estímulos necesarios para dar una respuesta o ejecutar una acción.

una vez que los estímulos han sido percibidos, interpretados y organizados, la memoria hace uso de esta información para mantenerla disponible el tiempo que sea necesario con el fin de que el sujeto pueda ejecutar de manera coherente sus acciones habituales. Esto quiere decir que primeramente las memorias sensoriales registran los datos para filtrarlos a la memoria de trabajo o a corto plazo donde se codifican y analizan con el objetivo de decidir si serán eliminados o transferidos a la memoria a largo plazo. El proceso descrito anteriormente, posibilita el aprendizaje toda vez que implica un proceso cognitivo involucrado con este y el conocimiento.

La personalidad diversas características que definen cómo nos relacionamos con nuestro entorno y cómo experimentamos y respondemos a situaciones y estímulos. La personalidad no es estática; es dinámica y evoluciona a lo largo de la vida de una persona debido a factores biológicos, genéticos, ambientales y experienciales. La personalidad juega un papel esencial en casi todas las facetas de la vida humana. Impacta en cómo nos relacionamos con los demás, cómo afrontamos los desafíos, cómo perseguimos nuestros objetivos y cómo experimentamos y expresamos emociones. Además, la personalidad influye en nuestras elecciones vocacionales, nuestras preferencias en las relaciones interpersonales y en cómo manejamos el estrés y la adversidad.

En última instancia, la personalidad es un componente esencial de la experiencia humana y tiene un impacto profundo en cómo navegamos por la vida, nos relacionamos con los demás y nos convertimos en quienes somos. A través de la investigación continua y el análisis teórico, seguimos ampliando nuestra comprensión de la personalidad y su influencia en la diversidad de la condición humana.

La autoestima también influye en las relaciones interpersonales. Las personas con una autoestima saludable suelen ser más seguros y asertivos en sus interacciones con la sociedad y su entorno ya que juega un papel crucial en el desempeño del individuo. Las personas con una autoestima positiva tienden a creer en sus habilidades y se sienten más capaces de enfrentar tareas desafiantes. Esto se traduce en un mayor nivel de motivación y compromiso en la sociedad y en lo cotidiano.

Para que la formación de la personalidad ocurra depende de la interacción de diversos factores como la genética, crianza, experiencias tempranas, cultura, educación y las interacciones sociales. Otras de las cosas que pueden influir en nuestra personalidad son los “traumas”.

Los traumas pueden ser el resultado de experiencias como abuso físico, sexual o psicológico, pérdida de seres queridos, desastres naturales, violencia, entre otros. Todo esto pueden influir en la formación de la personalidad de los individuos de diversas maneras como:

- desarrollar una personalidad más reservada o retraída
- ansiedad
- depresión

todo esto puede ser erradicado gracias a tratamientos psicológicos y terapias cognitivo-conductual que se enfoca en cambiar patrones de pensamiento y comportamiento negativos, y se ha utilizado eficazmente en el tratamiento de trastornos como la ansiedad y la depresión.

Es de suma importancia saber regularizarnos emocionalmente ya que al hacerlo potencializamos nuestra percepción, atención, memoria y la toma de decisiones para ser capaces de capaces concentrarnos mejor en las tareas, retener información con más eficacia y tomar decisiones más racionales y socializar de una manera mas fluida y sin restricciones.

Las relaciones interpersonales y las habilidades sociales son aspectos fundamentales de los procesos de socialización mismo que desempeñan un papel crucial en la formación de individuos socialmente competentes y ciudadanos activos en la sociedad. A medida que los individuos interactúan con su entorno, aprenden habilidades sociales, valores y normas que guiarán su comportamiento y su participación en la comunidad. Un entorno social saludable y acogedor es esencial para facilitar una socialización positiva y asegurar que los individuos se conviertan en miembros comprometidos y empáticos de la sociedad en su conjunto, mismo que solo se logra sanando mentalmente, la psicología aplicada se enfoca en resolver problemas y mejorar la calidad de vida de las personas a través de la aplicación directa de conocimientos psicológicos para abordar problemas específicos, Algunas de las áreas más prominentes incluyen:

- Psicología Clínica: Se enfoca en la evaluación y el tratamiento de trastornos mentales y emocionales.
- Psicología Educativa: Se aplica en el contexto educativo para mejorar la enseñanza y el aprendizaje.
- Psicología del Trabajo y Organizacional: Se centra en mejorar el rendimiento y el bienestar en el lugar de trabajo.
- Psicología Deportiva: Se aplica en el ámbito del deporte para mejorar el rendimiento y la motivación de los atletas.
- Psicología Forense: Se aplica en el sistema legal y de justicia, Los psicólogos forenses evalúan a individuos involucrados en casos legales, como sospechosos, testigos y víctimas, y brindan información psicológica relevante.

CONCLUSION

Finalmente debemos tener en cuenta la importancia que conlleva a que todas las personas tengan procesos psicológicos estables, ya que esto permite mantener un buen aprendizaje, comunicación, desenvolvimiento, motivación, entre otros. Estos procesos son fundamentales para la obtención de habilidades en nuestro entorno lo que permite tener un gran desarrollo físico cognitivo.

El conocimiento acerca del desarrollo humano permite al individuo tener una perspectiva más amplia de los procesos que se producen durante cada etapa de la vida, sin lugar a dudas complementa la formación de los futuros profesionales (psicología y educación) para un mejor entendimiento de los factores que hay que tomar en cuenta al momento de realizar alguna intervención.

REFERENCIAS: antología de “introducción a la psicología”

