



**Nombre de alumno: Guillén Mora Dulce María**

**Nombre del profesor: María Verónica Román Campos**

**Nombre del trabajo: Actividad 2**

**Materia: Psicopatología**

**Grado: Sexto Cuatrimestre**

**Grupo: "A"**

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de Junio del 2025

Analizar una conducta desde distintos modelos de normalidad (estadístico, cultural, funcional, ideal y subjetivo) y con base en los criterios clínicos del DSM-5-TR, para reflexionar sobre cómo se construye el concepto de “anormalidad” en la psicopatología.

### **INSTRUCCIONES GENERALES:**

- ***Elige una de las siguientes conductas para tu análisis:***

*Dormir con la luz encendida a los 25 años*

### ***Analiza la conducta elegida desde cada uno de los 5 modelos:***

- **Estadístico:** Según las estadísticas actuales nos dice que no es común que un adulto joven duerma con la luz encendida ya que normalmente los adultos prefieren dormir con las luces apagadas ya que suelen facilitarle el descanso adecuado.

#### ***✚ ¿Esta conducta sería considerada “normal” o “anormal”? ¿Por qué?***

*Según las estadísticas ya dichas es anormal esta situación porque podemos visualizar y verificar que la mayoría de las personas suelen preferir dormir sin ninguna luz para llegar a dormir correctamente, aunque no es un tema de problema.*

#### ***✚ ¿Qué factores influyen en esa interpretación?***

Estadísticas poblacionales, la edad cronológica del paciente o individuo, el posible miedo, ansiedad o preferencia de dormir con la luz encendida.

- **Cultural:** Culturalmente se espera que un joven adulto duerma todos los días con las luces apagadas, ya que si llega hacer lo contrario puede llegar a verse mal delante de la sociedad, es decir por los estereotipos ya hechos por la sociedad puede llegar a verse como un anormal. Uno de las frases

comunes que él puede experimentar es que lo que hace es muy infantil o inmaduro a pesar de su edad.

✚ **¿Esta conducta sería considerada “normal” o “anormal”? ¿Por qué?**

Anormal, porque según la sociedad se cree que la edad que tiene el paciente debería de dormir con la luz apagada y no encendida. Aunque puede cambiar dependiendo el entorno en el que se encuentra.

✚ **¿Qué factores influyen en esa interpretación?**

Creencias, estereotipos, la sociedad, el entorno familiar, normas sociales y factores internos como algún tipo de trauma o experiencia negativa.

- **Funcional (adaptativo):** Si la persona duerme de forma más segura, le ayuda a sentirse tranquila o le reduce la ansiedad con la luz encendida, su comportamiento se considera adaptativo. Sin embargo, si esto afecta la calidad del sueño o genera una dependencia, puede volverse disfuncional.

✚ **¿Esta conducta sería considerada “normal” o “anormal”? ¿Por qué?**

Dependiendo el contexto en que la persona utiliza esta herramienta, es decir, si duerme con las luces encendidas para reducir la ansiedad o tener un descanso agradable se puede considerar adaptativo, pero si utiliza este recurso y le perjudica tanto en su salud mental como física se puede considerar disfuncional.

✚ **¿Qué factores influyen en esa interpretación?**

El contexto emocional o psicológico, el nivel de dependencia de este recurso y la flexibilidad del cambio de esta conducta.

- **Ideal (normativo):** A los 25 años debería una persona dormir con las luces apagadas ya que es lo más correcto para su edad, y también esto se puede relacionar con su madurez, autonomía e independencia.

✚ **¿Esta conducta sería considerada “normal” o “anormal”? ¿Por qué?**

Anormal, porque se cree que lo ideal para una persona de 25 años es dormir con las luces apagadas ya que se cree que es una forma de demostrar la madurez e independencia, de igual forma puede tener ciertos problemas emocionales, por ejemplo, no haber superado el miedo a la oscuridad, dependencia a la herramienta o ansiedad no resuelta.

✚ **¿Qué factores influyen en esa interpretación?**

La conducta puede ser una respuesta a traumas o situaciones específicas no resueltas, se asume que ciertos temores deben haber sido superados o lo que se considera “maduro” puede variar según el contexto de su crianza o niñez.

- **Subjetivo:** La persona puede percibir si su situación es problema o no y como este puede influenciar en sus decisiones en su vida cotidiana.

✚ **¿Esta conducta sería considerada “normal” o “anormal”? ¿Por qué?**

Depende, porque la persona siente como un problema o no su conducta dependiendo del contexto, no importa si es común o culturalmente aceptada, lo importante es cómo se siente esta persona al realizarla. Puede ser normal si la persona se siente cómoda con la acción, si le ayuda emocionalmente o física, pero si el paciente se siente incómodo y no sabe cómo trabajarlo se puede considerar anormal ante esta acción.

✚ **¿Qué factores influyen en esa interpretación?**

Nivel de malestar o incomodidad emocional, deseo de cambio o aceptación del hábito o la percepción individual del personaje.

## **Parte 2: Aplicación de criterios clínicos (media cuartilla)**

*Evalúa si esta conducta podría considerarse un trastorno según los criterios del DSM-5-TR:*

- **¿Provoca malestar significativo?** Dependiendo la situación. Si el individuo no se siente impactado, no siente vergüenza, ansiedad ni la necesidad de hacer un cambio, no hay malestar clínico, por lo que no cumple con este requisito. Sin embargo, si la persona se siente avergonzada, incómoda por su comportamiento o quiere cambiarlo sin lograrlo, entonces puede haber un malestar considerable.

- 

- **¿Impide el funcionamiento diario (disfunción)?**

Si esta persona logra trabajar, estudiar, tener relaciones y dormir de manera aceptable, no se considera que haya un problema. En cambio, si la necesidad de dormir con luz afecta el descanso, causa insomnio, conflictos en la pareja, ansiedad persistente o dependencia excesiva, entonces puede existir un problema.

### **¿Rompe normas culturales de forma extrema?**

- Aunque no es algo que se espera mucho en los adultos desde un punto de vista cultural, no se considera una violación o falta de respeto delante de las normas sociales. Tener luz encendida al dormir puede percibirse como "niño" o "extraño", pero no se considera una acción inaceptable o escandalosa desde una perspectiva cultural.

## **Parte 3: Reflexión final (media cuartilla)**

- *¿Qué aprendiste al aplicar estos modelos y criterios?*

Aprendí que existe muchas formas de interpretar una situación personal, es decir, como un problema, síntoma o costumbre puede llegar a influenciar a la conclusión

de dicha persona relacionándose con las costumbres, ideas, estereotipos, opiniones personales, etc. Y como este puede llegar a conectarse en la evaluación y padecimientos del paciente. Por último, me ayudo a comprender que como futuros psicólogos debemos tener la mentalidad muy abierta y no encerrarnos en nuestros propios prejuicios.

- ¿Qué riesgos existen al etiquetar algo como “anormal” sin un análisis profundo?

Podemos perjudicar al individuo, es decir, visualizarlo como una persona rara o inmadura, y así con ello conlleva a alimentar más los prejuicios de la sociedad. También podemos afectar su autoestima y su ética, al punto de que la persona produzca una depresión o enfermedad mental. De igual forma se puede llegar a confundir con un cierto trastorno y perjudicar más a la persona. Etiquetar una conducta como "anormal" sin analizar su contexto, puede hacer más daño que bien. Es esencial basarse en un enfoque profesional, empático y contextualizado para comprender el comportamiento humano.

#### ✚ ***¿Qué postura ética crees que debe tener el psicólogo ante lo diferente?***

Un psicólogo debe reconocer, entender y valorar la diversidad humana en todas sus formas: cultural, emocional, conductual, sexual, cognitiva, entre otras. También es necesario que el profesional de la psicología mantenga una mentalidad sin prejuicios personales, culturales o ideológicos. Cualquier psicólogo debe tener una actitud ética que muestre apertura, respeto, empatía y dedicación a la comprensión de lo diferente, entendiendo que la diversidad humana es una parte valiosa de la riqueza psicológica, y no un problema que deba solucionarse.