1. Concepto de Psicología.

La Psicología es la ciencia que estudia la **conducta y los procesos mentales**. 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.

Etimológicamente, Psicología o Psicología, proviene del griego ***psique*** : alma y ***logos***: tratado, ciencia. Literalmente significaría *ciencia del alma;* sin embargo, contemporáneamente se le conceptualiza a la Psicología como una parte de las Ciencias Humanas o Sociales que estudia:

- El comportamiento de los organismos individuales en interacción con su ambiente.
- Los procesos mentales de los individuos.
- Los procesos de comunicación desde lo individual a lo microsocial.

La psicología es el estudio científico de la conducta y la experiencia de como los seres humanos y los animales sienten, piensan, aprenden, y conocen para adaptarse al medio que les rodea.

2. Historia de la Psicología.

La psicología empezó a ser reconocida como disciplina científica distinguible de la filosofía o la fisiología a fines del siglo XIX, y tiene sus raíces en periodos más antiguos de la historia de la humanidad.

En el Papiro Ebers (aprox. 1550 adC) se encuentra una breve descripción de la depresión clínica. El texto está lleno de encantamientos y recetas mágicas para alejar demonios y otras supersticiones, y también se puede observar una larga tradición de práctica empírica y observación de este tipo de problemas.

A pesar del origen griego de la palabra Psicología, en la cultura helénica sólo existen referencias a la ***psique*** (esto es, alma o espíritu), como una fuente de preocupación de los filósofos post-socráticos (Platón y Aristóteles en particular) ante cuestionamientos acerca de si el hombre, desde el nacimiento, contaba con ciertas conocimientos y habilidades, o si esto lo adquiría con la experiencia. Los cuestionamientos también se relacionaban con la capacidad del hombre para conocer el mundo.

Estas interrogantes contaron con un gran número de aportaciones de la filosofía, que intentaban explicar la naturaleza de la ***psique***, sus aptitudes, y los contenidos adquiridos. Hasta el siglo XVI no hubo planteamientos pre-científicos al respecto. René Descartes afirmaba que el cuerpo funcionaba como una máquina mecánica perfecta, distinguiéndola del alma porque esta era independiente y única, con algunas ideas innatas que serían determinantes para ordenar la experiencia que los individuos tendrían del mundo. Thomas Hobbes y John Locke, de la tradición empírica inglesa, le daban un lugar muy importante a la experiencia en el conocimiento humano, destacando el papel de los sentidos para recoger información del mundo físico, de lo cual se desprendía el concepto de verificación de las ideas correctas por contrastación con la información sensorial.

En el siglo XVI la psicología aún era considerada algo así como parte de la teología, pero la aparición de las disciplinas médicas impulsó la concepción de ***lo espiritual*** (lo relacionado con el alma) en términos de ***funciones cerebrales***. En este momento se sitúan las referencias de Thomas Willis a la Psicología en ***La doctrina del Alma***, y su tratado de anatomía de 1672 ***De Anima Brutorum*** (***Dos discursos acerca del alma de los brutos***).

En el siglo XIX aparecieron los primeros intentos de adoptar métodos específicos para

ahondar en el conocimiento del comportamiento humano, que es lo que se entiende como ***psicología científica***, hecho que es asociado a Willhelm Wundt (1832-1920), un profesor de medicina y fisiología de la Universidad de Leipzig fundó en Leipzig el primer Instituto de Psicología en el mundo, y el primer laboratorio científico de psicología, en 1879. Este hecho es la fundación de la Psicología como ciencia formal.

Wundt y sus discípulos se concentraron en el estudio de los **contenidos de la consciencia**, mediante el método de la introspección rigurosa, que consistía en la descripción de las percepciones y sensaciones que el observador tenía ante la estimulación y las primeras escuelas psicológicas empezaron a establecerse: el Estructuralismo de Wundt y Titchener, y el Funcionalismo del médico y filósofo William James. El primero se concentraba en la forma y la estructura de los contenidos de la conciencia, y el segundo en los actos y funciones de la mente.

Hacia 1900, **Freud** establecio el método psicoanalítico,que ha ejercido una gran influencia sobre la gran influencia moderna. En 1920, John Watson publicó el ensayo que definía la escuela que se conocería como conductismo, y a principios de este siglo el neurólogo Sigmund Freud creo su propia teoría, el psicoanálisis. Estas teorías siguieron desarrollándose, la primera con el trabajo de B.F. Skinner y la segunda a través del trabajo de autores como Carl Gustav Jung, Anna Freud, Melanie Klein, Erik Erikson, Erich Fromm, Jacques Lacan, etc. Jean Piaget fue quien realizó una de las mayores aportaciones a la Psicología del siglo XX, al desarrollar la teoría de la epistemología genética, sobre la construcción del aspecto cognitivo del sistema psíquico.

3. Escuelas psicológicas actuales. Enfoques.

- ✔ **Enfoque conductista: Watson.** Se centra en la conducta observable. En sus experimentos, afirmaba que la conducta podría reducirse a cadenas de asociaciones de E-R, adquiridas a través del condicionamiento. Postulados:
  - ✔ Los psicólogos estudian los sucesos ambientales/estímulos (EE) y la conducta observable/respuestas (RR).
  - ✔ El tema central de la investigación es el aprendizaje, a partir de la experiencia.
  - ✔ El ambiente es primordial en el aprendizaje.
  - ✔ La introspección debe ser sustituirse por métodos objetivos(observación y experimentación).
  - ✔ A partir de experimentos con animales se infiere a comportamientos humanos.

- ✔ **Enfoque cognitivo.** ***Millar, Priban, Fodor****…Surge como reacción al conductismo, porque tratan a las personas como "cajas negra", donde lo que interesa es el antes y el después, pero no lo que ocurre dentro. Los cognitivistas creen que entre EE y RR intervienen procesos mentales capaces de transforma la información proporcionada por ellos. Se basan en la analogía mente-ordenador.*
  - ✔ **Metáfora del ordenador:** la mente es como un ordenador donde llegan un sinfín de informaciones (inputs), donde son seleccionadas, procesadas y almacenadas, y de la que salen mensajes vía neurológica que se convierten en respuestas motóricas, viscerales (outputs).
  - ✔ *La Psicología debe estudiar los* ***procesos, estructuras y funciones mentales que dan sentido a la conducta humana****. Estas estructuras cognitivas son dinámicas y adaptativas. Su función consiste en percibir las sensaciones, interpretarlas y adaptarlas a los conocimientos previos.*

- ✔ **Enfoque psicoanalítico. Sigmund Freud** (1856-1939) fue el fundador del Psicoanálisis. Postulados:
    - ✔ El objeto de estudio son los procesos mentales inconscientes que determinan la conducta.
    - ✔ Los problemas psicológicos estaban basados en experiencias traumáticas en la infancia de origen sexual, y en deseos insatisfechos.
    - ✔ El ser humano está dirigido por **impulsos**: vida (eros) y muerte (tánatos).
    - ✔ La energía psíquica o libido tiende a satisfacer los impulsos ya sea de forma real o imaginaria.
    - ✔ Estas tendencias chocan con las normas morales y sociales.
    - ✔ El individuo tiende a reprimirlas, expulsándolas de la conciencia al inconsciente.
    - ✔ Método: *Introspección:* análisis de lapsus, actos fallidos, contenidos de los sueños, asociación libre de ideas.

- ✔ **Enfoque humanista:** ***Abrahan Maslow y Carl Rogers***. Es una corriente dentro de la psicología que nace como parte de un movimiento cultural mas general surgido en USA en la década de los 60 involucra planteamientos como la política, las artes y el movimiento social llamado contracultura. Postulados:
    - ✔ Su objetivo es favorecer la *autorrealización,* buscando el equilibrio entre la propia vocación y las demandas de las instancias sociales (familia, amigos, profesores,...).
    - ✔ Al Psicólogo le interesa el individuo como ser excepcional e irrepetible, para que se acepte tal y como es.
    - ✔ Métodos: científicos, introspección, análisis producción literaria, intuición.

- ✔ **La Gestalt:** ***Wertheimer, Köhler y Kofka***. Es una escuela de psicología que se dedico principalmente al estudio de la percepción.
    - ✔ Frente al asociacionismo imperante, la escuela de la Gestalt postulaba que las imágenes son percibidas en su totalidad, como forma o configuración, y no como mera suma de sus partes constitutivas: "El todo no es igual a la suma de las partes"

4. **Ramas o campos de la Psicología.**

1. **Psicología básica:** Se refiere a la teoría psicológica sobre la conducta y los procesos mentales.
    - ***Psicología general***: se encarga del estudio del comportamiento de los organismos individuales, procesos afectivos e intelectuales y el sistema psíquico.
    - ***Psicología Experimental*** **:** aplicación de técnicas de laboratorio, semejantes a las de las ciencias naturales para el estudio del comportamiento y los fenómenos psíquicos, entre los que se incluyen elementos de estudio tradicionales de la psicología, como la percepción, la memoria, el pensamiento, el aprendizaje y la resolución de problemas.
    - ***Psicofisiología:*** es una tendencia de la psicología experimental que considera las funciones psíquicas desde el punto de vista fisiológico.
    - ***Psicología Social:***Rama de la psicología que estudia como el entorno social influye, directa o indirectamente, en el comportamiento de los individuos. La psicología social comprende diversas teorías que pueden ser clasificadas como teorías del equilibrio. Son las que se ocupan, tanto teórica como prácticamente, de cómo y por qué cambian los individuos sus actitudes.

- ***Psicología evolutiva:*** Psicología evolutiva o del desarrollo humano. Los psicólogos denominan desarrollo al cambio psicológico que se da a lo largo de la vida.
- ***Psicología de la personalidad:*** se encarga de estudiar lo que nos caracteriza como individuos (nuestra personalidad). Busca entender cómo ésta se comporta, que influencias recibe durante su desarrollo, como puede medirse o modificarse.

2. **Psicología Aplicada.** Actividades profesionales de los psicólogos.
    - ***Psicología Educativa:*** Es una ciencia que se identifica con dos campos de estudios: la psicología y las ciencias de la educación. Estudia los mecanismos implicados en el aprendizaje de un sujeto y los factores que intervienen en los centros educativos y que influyen de forma indirecta en la enseñanza y el aprendizaje, encargándose no solo del aprendizaje positivo sino también del negativo. El psicólogo de la educación suele desarrollar su actividad profesional en los sistemas sociales dedicados a la educación en todos sus niveles y modalidades, durante todo el ciclo vital de la persona. También interviene en los procesos psicológicos que puedan afectar al aprendizaje o que deriven de el, independientemente de su origen (personal, grupal, social, de salud, etc.) Se responsabiliza de las implicaciones educativas de su intervención profesional, y si lo necesita puede coordinarse con otros profesionales.
    - ***Psicología Clínica:*** La psicología clínica es la que se encarga del estudio, diagnóstico o tratamiento de problemas o trastornos psicológicos o conducta anormal. Se dedica al bienestar humano y se enfatiza en la búsqueda del conocimiento. Las funciones del psicólogo clínico consisten en la prevención, diagnóstico y tratamiento de todo tipo de trastornos de la conducta que pueda presentar una persona. El campo de acción es muy grande se puede encargar desde pequeños desajustes en la relación del individuo con su medio (neurosis, fobias, timidez, etc.), hasta patologías que puedan destruir casi por completo la personalidad del sujeto como por ejemplo la esquizofrenia**.** Los problemas clínicos se formulan en términos de hipótesis para ser comprobadas a través de los encuentros con los pacientes que dan cuenta de su estado mental. La práctica clínica supone necesariamente la investigación.
    - ***Recursos Humanos:*** en la gestión de organizaciones, se llama recursos humanos al conjunto de los empleados o colaboradores de esa organización. Lo mas común es llamar así a la función que se ocupa de adquirir, desarrollar, emplear y retener a los colaboradores de la organización.
    - ***Psicología del Deporte:****La psicología del deporte es el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte*.

5. El método de la Psicología.

5.1.Es realmente una ciencia la Psicología? Para una gran parte de los psicólogos ésta no puede ser considerada una ciencia, ya que su **objeto de estudio (la conducta)** no es susceptible de ser investigado por medio de un método experimental y por eso no cumple con una de las principales condiciones de cualquier ciencia.
Sin embargo, los psicólogos como todos los científicos, realizan observaciones,

formulan hipótesis, elaboran teorías y modifican o perfeccionan esas teorías a la luz de nuevas observaciones.
En conclusión, la psicología cumple con el requisito básico de toda ciencia: confronta sus teorías con la realidad, rechazándolas si la experiencia no las demuestra. Es cierto que no puede ser preciso ni exacto como otras ciencias, debido a la complejidad de los factores que intervienen en la conducta.

5.2. Método científico.

Es el modo en que las ciencias tratan de descubrir los ***principios generales que explican los hechos objeto de su estudio***. Una teoría científica explica, a través de un conjunto integrado de conocimientos, los principios que organizan y predicen los comportamientos o los hechos observados. Por razonable que pueda parecer una teoría, no se puede considerar como cierta a menos que se ***compruebe***. El científico usa métodos definitorios, métodos clasificatorios, métodos estadísticos, métodos hipotético-deductivos, procedimientos de medición, etc.

5.3.Métodos y técnicas de investigación en Psicología:

La psicología entendida como ciencia básica o experimental, enmarcada en la tradición positivista, y que utiliza un método científico de tipo cuantitativo, a través de la contrastación de hipótesis, con variables cuantificables en contextos experimentales, y apelando además a otras áreas de estudio científico para ejemplificar mejor sus conceptos.

El intento de comprender el fenómeno psicológico en su complejidad real ha intentado, desde una perspectiva más amplia, la utilización de metodologías cualitativas de investigación, que enriquecen la descripción e interpretación de procesos que, mediante la experimentación clásica cuantificable, resultan más difíciles de abarcar, sobre todo en ámbitos clínicos.

a. Técnicas descriptivas:

El punto de partida de una ciencia es la descripción. En la vida cotidiana, todos observamos y describimos a las personas, y a menudo tenemos intuiciones acerca de los motivos por los cuales se comportan de determinado modo. Los psicólogos profesionales hacen más o menos lo mismo, solo quede un modo más objetivo y sistemático.

- ***Observaciones Directas:*** comportamientos que pretendemos estudiar. Por ejemplo, la agresividad de alumnos/as de 3º ESO en el patio. Agresiones verbales(insultos, discusiones, amenazas,...) o físicas(patadas, peleas, golpes,...)
- ***Observaciones de laboratorio:*** situación artificial y controlada (reacción al comportamiento molesto de unos alumnos adiestrados en la biblioteca).
- ***Dispositivos de evaluación:*** Cuestionarios, entrevistas y pruebas psicológicas(test).
- ***Estudio de casos:*** Niños salvajes. Proporciona detalles íntimos de su desarrollo.

b. Técnicas explicativas:

1. Estudios de correlación: Análisis de relaciones causales, tratando de encontrar factores asociados a cierto tipos de conducta.¿ la participación en clase va pareja a un mayor rendimiento?.

- ***Correlación positiva:*** dos variables aumentan o disminuyen al mismo tiempo (cuando hace calor se comen más helados).
- ***Correlación negativa:*** si una variable aumenta la otra disminuye (a mayor depresión menor autoestima).
- ***Conclusión errónea de causalidad:*** el que dos factores correlacionen no significa que uno cause al otro. Pero nos permiten hacer predicciones para conocer mejor el comportamiento futuro.

2. Experimentos: El método consiste en manipular un aspecto que resulta controlable, y que llamaremos **variable independiente**, para analizar el efecto que produce en otro, normalmente relacionado con la conducta, y que llamaremos **variable dependiente**, de manera que al modificar la primera resulta también modificada la segunda.
La experimentación nos proporciona un **método para probar las hipótesis**: "***La música de piano, escuchada en los momentos anteriores a un examen, afecta positivamente a la disminución de la ansiedad que éste produce***".

- **<u>Variable dependiente</u>:** ansiedad producida por la proximidad del examen.
- **Instrumento para medida objetiva de la ansiedad:** prueba tipificada.
- **<u>Variable independiente:</u>** fragmento de piano (vals opus 64 de Chopin)
- **Grupos experimentales y de control** los seleccionaremos en una clase de forma aleatoria.
- **<u>Proceso</u>:** se separan los grupos: el **G. Control** haciendo las actividades normales y el **G . Experimental** escuchando en un lugar a parte la pieza de piano.Realizan juntos el examen y después contestarán de nuevo el cuestionario.
- En caso de que hubiera **diferencias significativas** en el G. Experimental y no en el G. Control, podemos considerar que son debidas a la variable independiente(la audición musical).