

PSICOLOGIA

La Salle Gràcia

BAT, 2000–2001

PROGRAMA DE L'ASSIGNATURA

Tema 1: La Psicologia com a ciència:

- definició de «psicologia»
- branques actuals de la psicologia
- principals escoles psicològiques

Tema 2: Teoria de l'evolució: filogènia de l'ésser humà

2.1 origen de la vida

2.2 origen de l'espècie humana

2.3 processos d'hominització

Tema 3: Fisiologia de la conducta

3.1 El sistema nerviós

3.2 neurones i sinapsis

3.3 mapa del cervell

Tema 4: L'ésser humà com a processador d'informació

4.1 percepció

4.2 atenció

4.3 memòria

Tema 5: Condicionament i aprenentatge

5.1 l'explicació conductista

5.2 l'aprenentatge cognitiu

5.3 aprenentatge social

Tema 6: La intel·ligència humana

6.1 concepte d'«intel·ligència»

6.2 teories sobre intel·ligència i emotivitat

6.3 valor dels tests d'intel·ligència

Tema 7: Pensament i llenguatge

7.1 definició dels conceptes

7.2 la creativitat com a tret distintiu

7.3 conflictes i disfuncions

7.4 desenvolupament psicològic

Tema 8: L'inconscient

8.1 Freud i la psicoanàlisi

8.2 altres interpretacions

8.3 els mecanismes de defensa

Tema 9: La personalitat i els trastorns mentals

9.1 definició dels conceptes

9.2 teories i mètodes d'estudi de la personalitat

9.3 tipologia dels trastorns mentals i psíquics

9.4 psicoteràpies

Tema 10: La vida afectiva

10.1 definició d'«afectivitat»

10.2 emocions i sentiments

10.3 la motivació

10.4 afectivitat i sexualitat

Tema 11: Psicologia social

11.1 noció de «socialització»

11.2 identitat i pertinença

11.3 dependència i independència

11.4 la llibertat humana

Tema 1: LA PSICOLOGIA COM A CIÈNCIA

- Definició

- etimologia grega de la paraula
- ciència + tècniques aplicades
- relació amb altres ciències
- un marc conceptual propi
- uns mètodes d'investigació propis i compartits
- un objecte d'estudi específic
- ciència del saber humà que estudia la conducta i els processos

mentals subjacents que la condicionen

- objecte d'estudi: la conducta o actes d'un organisme que poden

ser observats i registrats

- analogia entre la conducta animal i la conducta humana:

els experiments amb animals

- Branques actuals de la psicologia

- psicologia experimental: estudi de la metodologia científica en

general i epistemologia del saber psicològic

- psicofisiologia: estudi de les bases biològiques de la conducta
- psicologia evolutiva: estudi dels canvis i del desenvolupament de la conducta humana des del període prenatal fins a l'adulthood
- psicologia clínica: diagnòstic i teràpia dels trastorns emotius i de la conducta; distinció entre «psicòleg» i «psiquiatre»
- psicologia escolar: estudi dels problemes psicològics relacionats amb l'educació i optimització del rendiment escolar
- psicologia social: estudi de les influències que la persona rep del medi social (institucions, grups i mitjans de comunicació)
- psicologia industrial o laboral: selecció de personal, optimització psicològica del rendiment laboral, relació persona-professió

- Principals escoles psicològiques

- breu història: la contraposició grega ànima-cos; El dualisme cartesià: la psique es caracteritza per la reflexió i la consciència, i l'antropologia és l'anàlisi del funcionament i dels mecanismes reflexius de la pròpia consciència; l'anàlisi dels processos psíquics en l'empirisme: estudis sobre la sensació i els mecanismes mentals d'associació d'idees; a finals del segle XIX, influència de l'evolucionisme en l'estudi de la ment: Weber i Fechner matematitzen la relació entre sensacions i estímuls, Galton estudia els trets de personalitat amb tests psicòmètrics, Gall estableix vincles entre les zones del cervell i les facultats psíquiques
- Wilhelm Wundt (1832–1920) és considerat com El fundador de la psicologia científica: ciència que analitza l'experiència en relació amb El subjecte d'aquesta; va analitzar els processos psíquics, la

voluntat i l'estructura de la consciència en condicions controlades de laboratori; la psicologia com a disciplina autònoma

- la psicoanàlisi: Sigmund Freud va descobrir els processos inconscients de la conducta: els impulsos de tipus sexual i els de tipus agressiu; El principi del plaer i El principi de la realitat; conflicte entre la libido i les normes morals i socials
- El conductisme de J. B. Watson: anàlisi del comportament segons l'esquema E-R; la conducta obeeix essencialment a un aprenentatge (sistema d'hàbits); els experiments de Pavlov; les tècniques d'Skinner per modificar El comportament amb càstigs i premis
- l'escola gestàltica de Wertheimer, Köhler i Kofka: la ment funciona com una totalitat complexa i organitzada (estructures del cervell), i hom integra els estímuls en estructures psíquiques organitzades
- l'escola humanista de Maslow i Carl Rogers: l'autorealització com a actuació d'acord amb la vocació i els desigs propis (autoacceptació), i la psicoteràpia com a sintonia amb la pròpia jerarquia de valors i motius
- l'escola cognitiva o cognostivisme: èmfasi en les estructures mentals del comportament i de l'aprenentatge; la ment interpreta les sensacions que percebim tot adaptant-les als coneixements previs; les estructures mentals són dinàmiques i adaptatives

[Realitzar les activitats de les pp. 21–23]

Tema 2: TEORIA DE L'EVOLUCIÓ: FILOGÈNIA DE L'ÉSSER HUMÀ

Copèrnic i Darwin van produir un doble canvi de paradigma explicatiu en ciència. La psicologia ha hagut de reflexionar sobre les mecanismes i les conseqüències de l'evolució en els éssers vius i sobretot en l'home. Per assolir la comprensió plena de l'ésser humà cal incorporar les principals idees evolucionistes i la filogènia de l'ésser humà als nostres esquemes mentals i a l'anàlisi de la conducta humana. Podrem desvetllar, així, una formació humana rica en valors ètics i solidaris.

2.1 Origen de la vida

2.11

- les grans cosmogonies del pensament precientífic
- Aristòtil: la generació espontània
- s. XVII, Francesco Redi: els cucs neixen dels ous de les mosques
- Leeuwenhoeck: éssers microscòpics en l'aigua de la pluja
- s. XIX, Pasteur: existència de microorganismes en l'aire
- 1930, Oparin i Haldane: la vida ha nascut de compostos inorgànics; hidrogen, metà i amoníac + raigs solars = molècules orgàniques sobre els oceans
- 1953, Stanley L. Miller: reproducció en laboratori de l'atmosfera i dels mars primitius = aminoàcids o «brou nutritiu»
- química prebiòtica: l'origen de la vida es troba en reaccions químiques de compostos inorgànics
- punt següent: l'evolució, que actua sobre la variabilitat aleatòria dels caràcters hereditaris
- Joan Oró: la hipòtesi de l'astrofísica

2.12

- s. XIX, Lamarck: els organismes evolucionen de manera continuada des de formes simples fins a més

complexes i fins a l'home; mecanisme: l'adaptació al medi (ús i desús dels òrgans), la funció crea l'òrgan i l'herència de caràcters adquirits

- Charles Darwin: evidències sobre la variabilitat de les espècies; 1859: *L'origen de les espècies*; i *L'origen de l'home*; la selecció natural: tenen més avantatges per sobreviure els individus amb variacions més favorables per l'adaptació al medi; les espècies evolucionen a partir d'un tronc comú
- 1900, Hugo de Vries o El mutacionisme: les mutacions genètiques produeixen profundes transformacions en els individus, es transmeten per herència i donen lloc a espècies originals
- s. XX, Pearson o teoria biometrista: l'evolució es manifesta per petites variacions, i no per mutacions qualitatives
- els estudis genètics o la teoria sintètica: les mutacions i la selecció natural són complementàries entre si; la biologia molecular li ha donat la raó

2.13

- els principis de la teoria de l'evolució són els següents: 1) la lluita dels individus entre si per l'existència a causa dels recursos limitats: sobreviuen els més forts i adaptats, els quals transmeten les seves característiques hereditàries; 2) l'esforç de les espècies per adaptar-se al medi en què viuen incrementa les possibilitats de supervivència i de reproducció; 3) les mutacions genètiques es produeixen en la replicació de l'ADN durant la transmissió hereditària, són noves variants hereditàries, i les beneficioses per a l'espècie són afavorides per la selecció natural (però la taxa de mutació és baixa); 4) la selecció natural és El mecanisme més important: és la conservació de les diferències i variacions favorables dels individus i la destrucció de les que són perjudicials; 5) la selecció familiar: és El potenciament de les conductes altruistes en relació amb els fills o «gen egoista» de Dawkins, ja que El parentiu ofereix més possibilitats de supervivència; 6) l'especiació: els individus d'una espècie poden reproduir-se entre si, però no amb individus d'altres grups; es restringeix la hibridació, ja que llur eficàcia reproductiva i adaptativa és molt més petita; i 7) l'equilibri puntuat: les espècies evolucionen ràpidament en molt poc temps i, un cop evolucionades, s'estanquen durant llarguíssims períodes

2.2 Origen de l'espècie humana

- canvis evolutius en els primats: l'ésser humà pertany a l'arbre genealògic dels primats, petits mamífers que vivien en els arbres, s'alimentaven d'insectes i després van adquirir un tipus de vida diürn, van incorporar els vegetals en l'alimentació, van augmentar considerablement de tamany i van experimentar grans canvis en les mans, l'aparell digestiu i la visió ocular
- El bipedisme: entre 5 i 10 milions d'anys es transformà El medi ecològic d'Àfrica (refredament i canvi del règim de pluges) ! disminució de la massa forestal; goril·les i ximpanzés resten als arbres i altres antropomorfs desenvolupen la marxa bípeda ! les mans s'alliberen de la funció locomotora, incrementen llur capacitat manipuladora, descobreixen l'ús instrumental dels objectes i després aprenen a fabricar utensilis
- El cervell: hi va haver una relació entre l'augment del volum del cervell i l'elaboració d'instruments; l'alimentació (fruites + caça) i la formació de grups socials amplis (conducta social) afavoriren l'augment del cervell; els canvis en la dentició, la columna vertical, la posició del cap, la capacitat visual i la introducció de la carn ! gran mobilitat geogràfica, emigració cap a altres zones i diversificació de característiques racials
- l'arbre filogenètic de l'ésser humà: la filogenia és l'estudi de l'origen i El desenvolupament de les espècies; l'arbre filogenètic estableix les relacions de parentiu entre les espècies: tronc comú i subdivisió en branques; «simi» és qualsevol mamífer de l'ordre dels primats, especialment els antropomorfs; fa 50 milions d'anys els simis es van ramificar en els del Nou i els del Vell Món, i

aquests darrers donaren origen als homínids, els quals es dividiren en goril·les, ximpanzés i l'ésser humà; les espècies intermèdies entre els simis i els éssers humans són: l'australopithecus (3–3,5 m. anys, 300–450 c.c.), l'homo habilis (2 m. anys + 600 c.c. + útils de pedra), l'homo erectus (1 m. anys + 1.000 c.c. + carn + caça organitzada), l'homo sapiens (500.000 anys + 1.400 c.c.) i l'homo sapiens neanderthalensis (40.000 anys) i El sapiens sapiens (125.000 anys)

- teories sobre l'origen humà: la monogènesi una sola població de sapiens primitius a l'Àfrica que s'expandeix pel Vell Món; la multiregional fa 125.000 anys l'homo sapiens sapiens va sorgir alhora a Europa, Àsia i Àfrica = les poblacions de sapiens van evolucionar totes alhora; hi va haver dues grans dispersions demogràfiques: a) des del tròpic cap a les zones septentrionals més temperades (els homínids africans van penetrar en Europa per Gibraltar); b) des d'Europa i Àsia l'homo sapiens es va expandir cap al continent americà pel nord i cap a Austràlia pel sud

2.3 Processos d'hominització

- encara no hi ha acord científic sobre la causa primera que va forçar El procés d'hominització: l'augment del cervell, la postura bípeda, El llenguatge, l'inici de la socialització...; El cas és que El registre fòssil no ens aporta informació suficient
- té força credibilitat la teoria multicausal de Bielicki, que subratlla la participació i El pes propi de tots aquests factors: postura i locomoció erecta, expansió del cervell, receptivitat sexual no cíclica de la femella, retard de l'ontogènia (desenvolupament embrionari), caça organitzada, fabricació d'instruments, comunicació simbòlica i les primeres formes d'organització social preagrícola
- cal subratllar que les relacions socials van esdevenir aviat la font principal de pressió selectiva sobre la població dels homínids i que entre El desenvolupament del cervell i els altres factors hi va haver una relació recíproca
- cal distingir entre «hominització» i «humanització»: la primera consisteix en l'aparició del gènere Homo: activitat instrumental i inici de la caça, i, amb l'homo erectus, socialització arcaica, caça sistemàtica i grupal, ús del foc i celebració de cerimònies rituals; la segona coincideix amb l'auge de l'Homo sapiens i les bases culturals: divisió del treball, domini de la tècnica, economia de subsistència, un ús ja ple del llenguatge, desenvolupament de l'art i elaboració d'un sistema de creences mítico-simbòliques
- l'aparició del pensament permet a l'home d'alliberar-se dels rígids patrons de la selecció natural, ja que mitjançant la ciència, la tècnica i la cultura pot preveure i modificar els processos naturals per garantir millor la supervivència i la cohesió del grup social en un medi transformat per l'home (segona naturalesa)
- tanmateix, aquest poder que l'Homo sapiens sapiens té sobre si mateix i sobre la naturalesa (exemple: possibilitat de manipular l'estructura genètica de l'ADN i possibilitat de manipular l'àtom) s'ha convertit en una amenaça seriosa i radical contra la supervivència de l'espècie humana en El planeta i contra la convivència entre els individus i els grups; per això se senten en l'actualitat moltes veus que demanen un codi ètic universal que reguli l'ús de les noves tecnologies
- la psicologia, com a estudi de la conducta humana i dels processos mentals en què aquesta descansa, no pot prescindir de la informació científica sobre l'origen del gènere humà, altrament no podrà ajudar a superar tot allò que atempta contra la dignitat de la persona i dels pobles

[Realitzar les activitats de les pp. 47–49.]

Tema 3: FISIOLOGIA DE LA CONDUCTA

3.1 El sistema nerviós

3.2 Neurones i sinapsis

3.3 Mapa del cervell

La conducta humana té per base els mecanismes fisiològics que la fan possible. No es pot estudiar la conducta humana sense conèixer les bases biològiques en què descansa. La Psicofisiologia és la branca de la psicologia que estudia les relacions que existeixen entre els processos biològics corporals i la conducta dels organismes. Les diferents funcions psíquiques es processen en El cervell: en les neurones i els sistemes de connexió neuronals i en les estructures cerebrals. L'estudi de la fisiologia prepara El camí per estudiar l'aprenentatge, la memòria o la intel·ligència.

3.1. El sistema nerviós.–

El sistema nerviós humà conté dos subsistemes: El sistema nerviós central (cervell i medul·la espinal) i El sistema nerviós perifèric (els nervis sensorials i motors). El SNC és el centre regulador de l'organisme, integra totes les informacions de l'organisme i del medi extern, envia impulsos als músculs i a les glàndules, coordina les activitats de l'organisme. El SNP inclou dos subsistemes: El sistema nerviós somàtic i el sistema nerviós autònom. El SNS relaciona l'organisme amb El món exterior a través dels nervis sensorials o aferents (traslladen al SNC les informacions dels sentits externs i interns) i a través dels nervis motors o eferents (traslladen els impulsos del SNC als músculs i glàndules per activar-los). El SNA regula automàticament les funcions vitals de l'organisme de manera independent de la nostra voluntat, com és ara les funcions vegetatives i visceral (digestió, circulació, sudoració, tec.), i així manté l'equilibri del nostre medi intern.

En el cervell es poden distingir tres grans zones: a) El cervell posterior, que inclou El cerebel (responsable de la coordinació motora i muscular) i vèries parts del tronc encefàlic (prolongació de la medul·la espinal); b) El cervell mitjà, conjunt de vies ascendents i descendents que comuniquen diferents òrgans del cervell i que controla algunes funcions visuals i auditives; c) El cervell anterior, zona que ubica els processos mentals més elevats, les principals funcions cognoscitives; està dividit en dos hemisferis, que controlen de manera inversa la lateralitat (en la majoria de les persones, l'esquerre controla El llenguatge, la percepció i l'espai); El còrtex cobreix El cervell amb circumvolucions i està fet de matèria grisa: els seus plecs profunds permeten distingir les zones cerebrals o lòbuls (mapa del cervell, de les funcions cerebrals), ja que les neurones del còrtex estan organitzades en unitats funcionals sensibles als diferents tipus d'estimulació (zones de recepció sensorials, zones de control d'activitats motores i zones de processos associatius); sota El còrtex hi ha la matèria blanca, que prepara i organitza els impulsos nerviosos que després passaran al còrtex; en El cervell anterior també hi ha El sistema límbic, que està relacionat amb les emocions, la motivació i la memòria a llarg termini, i una xarxa neuronal que activa les funcions més elevades del cervell (atenció, introspecció i raonament lògic) i fa possible la vigilància i la consciència.

3.2. Neurones i sinapsis.–

Les neurones són les cèl·lules nervioses bàsiques. Transmeten els impulsos nerviosos. Són les unitats essencials del cervell. Tenen una gran capacitat d'emmagatzemar, recuperar i utilitzar informació. En El cervell hi ha aproximadament un bilió de cèl·lules, de les quals quinze mil milions són neurones. Les neurones estan interconnectades en grans xarxes neuronals.

Consten del cos cel·lular, els receptors i l'axó. En El cos cel·lular, una membrana envolta El nucli, que conté l'ADN. En El citoplasma, les mitocondries subministren energia a la cèl·lula, i els ribosomes contenen l'ARN. Els receptors són les dendrites, que s'exciten per estímuls físics o per altres neurones i donen lloc a l'impuls

nerviós. L'axó (prolongació del cos cel·lular) porta l'impuls nerviós fins a les terminals presinàptiques, encarades amb les dendrites d'una altra neurona.

L'impuls nerviós viatja en una sola direcció: dendrites, axó, terminals. La velocitat és de 100m/s (360 km/h), gràcies a la mielina, que recobreix de substància blanca els nervis. Aquests no són més que paquets d'axons. L'impuls es transmet de forma elèctrica i química (breus potencials d'acció). La transmissió d'informació es produeix mitjançant la sinapsi (entre un axó i una dendrita, entre dues dendrites): s'alliberen neurotransmissors entre la neurona presinàptica i la neurona postsinàptica. Cada neurona posseeix més de mil terminacions nervioses. Un 10% del volum cerebral està ocupat per sinapsis.

Les neurones es classifiquen en: a) sensibles o aferents: traslladen els impulsos únicament cap al cervell o la medul·la espinal; b) motores o eferents: transmeten impulsos des del cervell o des de la medul·la fins als músculs o les glàndules; c) interneurons: realitzen funcions d'enllaç entre les sensibles i les motores.

Hi ha uns 50 neurotransmissors i constitueixen la base química de la conducta. Els antidepressius augmenten els efectes de la serotonina. Els fàrmacs antipsicòtics inhibeixen l'acció de la dopamina (milloren les al·lucinacions, El deliri o la disgregació del pensament de l'esquizofrènia).

3.3. Mapa del cervell. –

Les tècniques per l'estudi del cervell són: 1) L'estimulació elèctrica: amb elèctrodes es produeixen descàrregues que activen músculs o provoquen sensacions generals en l'individu. Així es poden relacionar emocions o conductes amb àrees específiques del cervell. 2) Els mètodes bioquímics: anàlisi dels processos químics en un cervell intacte mitjançant escàner i investigació farmacològica sobre els neurotransmissors; i anàlisi de talls de teixit de distintes zones cerebrals per veure'n els components bioquímics. 3) Lesions cerebrals: les autòpsies revelen la relació entre la pèrdua de determinades funcions i una lesió en una zona cerebral; també es poden extirpar o destruir zones del cervell d'animals, i observar els trastorns motors o psíquics derivat de lesions naturals produïdes en El cervell humà. 4) L'electroencefalograma: uns elèctrodes connectats al cervell en detecten l'activitat elèctrica, una sèrie d'ones elèctriques de freqüències diferents i d'intensitat variable. 5) Escàners i computadors capten imatges tridimensionals del cervell mitjançant ressonància magnètica. 6) La tomografia per emissió de positrons permet de conèixer El grau d'activitat que desenvolupen les diferents parts del cervell. Es basa en els canvis en l'emissió de radioactivitat.

La idea d'elaborar un mapa del cervell és la de precisar els òrgans i zones concretes que intervenen en cada funció psíquica. El problema, però, és que les funcions psíquiques més elevades involucren nombrosos centres cerebrals. Hi ha tres teories sobre El mapa del cervell humà: 1) Les localistes: El cervell constaria de molts centres i cada un seria responsable de determinats trets o qualitats psíquiques. El cervell seria com una central telefònica o un ordinador. 2) Les totalistes: els psicòlegs gestaltistes creuen que els processos psicològics superiors no es poden descompondre en elements simples, sinó que hi ha diferents funcions integradores (les funcions mentals no són independents entre si). 3) Les sintètiques: intenten integrar les dues postures anteriors. Existeix una relació entre determinades conductes i àrees del cervell, però l'execució de les funcions psíquiques superiors implica la interdependència i l'actuació simultània de nombroses àrees. El còrtex cerebral posseeix una gran plasticitat (es pot reorganitzar contínuament) i integra una funció sempre en un tot estructurat.

Existeix una diferència entre El cervell de l'home i El de la dona? Avui dia se sap que els homes assoleixen una puntuació més alta en percepció espacial, raonament matemàtic (però no en càlcul aritmètic) i habilitats motores (guiar i interceptar projectils), mentre que la dona està més ben dotada en fluïdesa verbal, rapidesa perceptiva i en tasques manuals de precisió que demanen una gran coordinació de les habilitats motores. Són les hormones sexuals les que condicionen durant El desenvolupament infantil els sistemes d'organització del cervell. L'educació i la divisió sexual de papers actuen sobre cervells ja condicionats funcionalment. Així els homes reaccionen als seus sentiments de manera instrumental, mentre que les dones ho fan simbòlicament a

través del llenguatge. Però avui dia sabem que no hi ha una superioritat global d'un sexe sobre l'altre, només hi ha diferències estadístiques en determinades conductes i habilitats. El nivell global d'intel·ligència no aporta tampoc cap diferència significativa.

La nostra conducta segueix pautes innates o apreses? Avui dia sabem que les pautes de conducta de tots els organismes són El resultat d'una interacció entre El codi genètic i El medi ambient. Per tant, en tota conducta hi ha components innats i components adquirits. Per exemple, l'ésser humà té determinades estructures cerebrals innates (connexions fixes dintre del sistema nerviós) que possibiliten l'aprenentatge d'una determinada llengua. Els components innats de la conducta s'han constituït tot al llarg del procés filogenètic: cada espècie es caracteritza per uns trets fisiològics propis i per uns comportaments innats específics. Cada espècie posseeix uns esquemes innats de comportament que fan possible la seva supervivència dins d'un medi ambient restringit. Però resulta que El medi també és canviant. Per això les espècies han de tenir mecanismes d'adaptació continus i originals, o sigui, una capacitat d'aprendre mitjançant la relació amb El medi ambient.

Conductes innates són els reflexos i els instints, ja que són pautes fixes de comportament davant determinats estímuls del medi ambient. «Arc reflex» és la conducta reflexa més elemental: els estímuls es transformen en impulsos nerviosos d'excitació i provoquen la resposta automàtica dels músculs o de les glàndules (connexió directa entre una neurona sensorial aferent i una neurona motora eferent). Els reflexos són associacions neuronals que activen respostes automàtiques davant la presència de determinats estímuls. Un instint, en canvi, és un mecanisme nerviós més evolucionat que un reflex: està relacionat amb la conservació i supervivència de l'individu i de l'espècie (alimentació, reproducció, agressió, manteniment de les cries, festeig sexual, etc.); integra varies estructures neuronals i mecanismes de l'individu, i estan jeràrquicament organitzats.

«Etologia» és la ciència que estudia El comportament dels animals en relació amb El seu medi ambient, sobretot les conductes innates de les diferents espècies. L'«etologia humana» estudia l'ésser humà en allò que té en comú amb els animals, especialment l'instint. Els estudis etològics han proporcionat un gran nombre de dades d'interès per a la psicologia.

[Realitzar les activitats 2, 5 i 9.]

Tema 4: L'ÉSSER HUMÀ COM A PROCESSADOR D'INFORMACIÓ

4.1 percepció

4.2 atenció

4.3 memòria

Als humans ens caracteritza la capacitat de captar informació del medi intern i extern amb la finalitat de transformar-la en pautes de conducta. Ens adaptem al nostre entorn utilitzant la informació de què disposem. Hi ha diferents mecanismes que ens permeten la captació i el processament de la informació externa i interna. L'atenció i la memòria són dos d'aquests mecanismes tan importants. Però no cal oblidar que el psiquisme humà funciona com un conjunt interrelacionat en diferents nivells, i no pas com a facultats independents.

4.1. La percepció.–

L'ésser humà posseeix un nombre elevat de receptors sensorials, de cèl·lules nervioses especialitzades que ens posen en contacte amb el medi extern i intern. Aquests terminals transformen els estímuls físics o químics en impulsos nerviosos (neurones aferents). N'hi ha 4 tipus: 1) Els exteroceptors: superfície de l'organisme, capten l'estimulació del medi ambient (visió, audició, olfacte, gust i tacte). 2) Els interoceptors: a dins de l'organisme; aparells respiratori, digestiu, urogenital i vísceres; capten l'estimulació interna: sensacions de fam, set,

benestar, fred, calor, etc. 3) Els propiceptors: músculs, tendons, articulacions, etc.; controlen les respostes musculars; ens permeten caminar, controlar l'equilibri del cos, etc. 4) Els nociceptors: repartits per tot l'organisme, reaccionen als estímuls nocius, transmeten al cervell sensacions de dolor.

Els estímuls i les sensacions són els components essencials de la percepció. El món exterior és una mescla de partícules elementals i ones d'energia. Perquè els sentits siguin activats calen estímuls. Ara bé, no pas tots els estímuls que arriben als sentits són capaços de provocar sensacions. «Llindar mínim o absolut» és la mínima intensitat que cal perquè un estímul sigui capaç d'excitar un receptor sensorial. «Llindar màxim» és la màxima quantitat d'estímul que poden suportar els sentits. Quan els receptors sensorials capten els estímuls, els transmeten gairebé simultàniament al cervell, on són transformats en sensacions. Per tant, perquè hi hagi una sensació es necessiten dues coses alhora: els estímuls (ex. ones de llum) i el processament cerebral dels estímuls (recepció d'ones pels sentits visuals i transformació en una qualitat sensorial –color– pels mecanismes del SNC). Per tant, «sensació» és la resposta cerebral que dona un organisme a l'estimulació del medi ambient extern i intern (és la totalitat del procés de la percepció).

L'objecte directe de la nostra percepció són els objectes i els esdeveniments. La percepció, doncs, és una aprehensió de la realitat a través dels sentits. Però també està condicionada per l'aprenentatge, els esquemes cognitius, les motivacions, els interessos, el llenguatge, la cultura... El punt més important és que la percepció capta la realitat com a «món»: ens fa presents objectes i esdeveniments com a fets dotats de significat, com a realitat organitzada, estructurada, plena de sentit. S'anomena «percepte» el contingut del procés de la percepció, o sigui, l'objecte o esdeveniment tal i com és percebut.

Les teories més importants sobre els mecanismes de la percepció són: 1) L'associacionisme de Wundt (finals segle XIX): el cervell associa les sensacions entre elles mitjançant la suma dels elements aïllats fins a oferir la percepció global de l'objecte. 2) La Gestalt: percebem directament totalitats organitzades (formes o configuracions) segons lleis fixes de la percepció, car tenim capacitats innates per percebre les formes. 3) Les teories cognitives: la psicologia cognitiva creu que la percepció s'inclou en el camp més ampli de la cognició i, per això, està relacionada amb la memòria i la presa de decisions. La percepció és un procés anticipant: com a fruit d'un aprenentatge anterior, en la memòria del subjecte es graven uns esquemes cognitius, i la percepció s'hi adapta. La percepció és un procés constructiu (constructivisme de Marr i Neisser): a prenem a percebre, com a resultat creem esquemes cognitius en el nostre cervell que condicionen la nostra percepció de la realitat, aquests esquemes s'associen a una paraula o a un conjunt de paraules, així a través dels esquemes mentals i de les paraules que els designen atorguem significat als objectes que persegüim. 4) Enfocament neuropsicològic: la percepció està relacionada amb l'activitat neuronal. Com a resultat de les experiències perceptives del passat, es creen «assemblees cel·lulars» o unions sinàptiques de neurones que es consoliden. Les assemblees cel·lulars s'activen les unes a les altres i es modifiquen en el temps. Això explicaria la plasticitat del pensament. Actualment s'intenta sintetitzar les teories cognitives amb l'enfocament neuropsicològic.

Sembla que la percepció humana funciona d'acord amb unes lleis: 1) La llei de la relació figura–fons: el que percebem visualment és sempre una figura delimitada sobre un fons. La «copa de Rubin», amb la reversibilitat fons–figura, ho confirma. 2) Llei d'agrupació dels estímuls: organitzem una pluralitat d'estímuls en una figura el més simple i els més definida possible, així seleccionem la bona figura o la bona forma sobre altres configuracions possibles. 2.1.: llei de la proximitat: agrupem els estímuls més semblants. 2.2.: llei de la continuïtat: integrem en una figura els estímuls que tenen una continuïtat de forma. 2.3.: llei de la semblança: interpretem com a part d'un conjunt els estímuls que són semblants entre ells. 2.4.: llei del tancament: tendim a completar figures no tancades afegint–hi les parts que no tenen. 3) Llei de la constància perceptiva: és un fenomen perceptiu que consisteix en el fet que el nostre cervell extreu les característiques constants i invariables dels objectes a partir dels nombrosos estímuls que rep. El cervell construeix activament un món perceptiu, elaborant codis d'informació estable.

«Percepció subliminal» és la percepció que es produeix per sota del llindar de la consciència. El subjecte no n'és conscient i, per tant, no pot defensar–se dels seus efectes. L'experiment de la Coca–Cola i de les cares

agradable–desagradable. També s'utilitza el terme «subcepció».

Sobre la percepció actuen influències socials i culturals, a més de les individuals. El llenguatge té un paper fonamental en la percepció: un domini més precís del llenguatge augmenta la capacitat de percepció fina dels nens; la capacitat lingüística per elaborar abstraccions modifica substancialment la percepció del món; gràcies a l'adquisició del llenguatge abstracte, l'adult processa simbòlicament la percepció sensorial, percep el món com a dotat de significació. La cultura també juga un paper en la finura perceptiva dels pobles en relació amb aspectes essencials del medi ambient: la importància del medi explica les diferències perceptives que observem entre les diferents cultures. Sobre la percepció també actuen factors interns del subjecte, com ara motivacions i interessos, i les idees socials rebudes en l'educació. De fet, els animals tendeixen a posseir una gran finura perceptiva en tot allò que està relacionat amb les necessitats orgàniques bàsiques, com és ara la caça, el perill, les relacions sexuals, etc. I en l'ésser humà la motivació fa que percebem amb més finor o no (ex. la classe mateixa). Els prejudicis socials també tenen una influència en la percepció, ja que ens fan més selectius i discriminadors (experiment dels rostres jueus).

4.2. L'atenció.–

L'atenció és un procés psíquic difícil d'aïllar dels altres mecanismes de la percepció o de la memòria. Ara bé, no hi ha dubte que en la percepció hi ha un punt focal o centre de consciència que anomenem «atenció». Podem definir l'atenció com un procés selectiu de la percepció: a cada moment, el nostre cervell només és conscient d'un nombre limitat de la totalitat d'estímuls que impacten en els nostres sentits. L'àrea del cervell que sembla estar relacionada amb l'atenció és la «formació reticular», que és el centre de control i selecció dels impulsos sensitius i que està relacionada amb el manteniment dels estats d'alerta i de vigilància de l'organisme. L'atenció coneix diferents graus d'activació i la zona reticular manté l'organisme en estat d'alerta i de vetlla també segons diferents graus d'activació (*arousal*). El nivell òptim d'atenció és el mig, ja que aquest facilita la realització de tasques. *Atenció sostinguda* o *vigilància* és l'atenció necessària per desenvolupar amb èxit una tasca contínua al llarg de tot un període prolongat de temps. *Atenció selectiva* és una espècie de «filtre» psicològic: selecciona preferentment un estímulo o un grup d'estímuls. *Defensa perceptiva* és una propietat de l'atenció que ens permet d'identificar més de pressa els estímuls agradables o plaents, els estímuls que tenen una significació motivadora.

4.3. La memòria.–

És una conquesta de l'evolució mental de l'espècie humana. És la facultat que el nostre cervell posseeix per emmagatzemar i recuperar informació. Es troba íntimament relacionada amb la totalitat dels processos del pensament. Està constituïda per innumbrables components, els quals estan distribuïts tot al llarg de xarxes neuronals que actuen dins de nombroses estructures del cervell. Així, doncs, la memòria està formada per una sèrie de sistemes especialitzats, però interdependents.

Hi ha dues teories que intenten explicar el funcionament de la memòria. 1) Segons el conductisme, la memòria consisteix a establir relacions d'associació entre els elements que percebem. Per tant, depèn quantitativament de l'exercici o de l'ús de la informació emmagatzemada. 2) Segons els cognitivistes, la memòria té un caràcter actiu, no és un simple magatzem, sinó que és un procés constructiu que està íntimament relacionat amb altres facultats del psiquisme humà. La prova és que allò que evoquem ha estat sotmès a una estructuració i a una interpretació segons els esquemes mentals propis de cada persona.

Com es relacionen memòria i aprenentatge? Hi ha una predisposició genètica cap a la bona memòria o cap a la memòria dolenta. Però l'efectivitat de la memòria depèn de l'entrenament i de l'aprenentatge que ens ensenya a utilitzar-la amb el màxim de profit. Memoritzem més fàcilment quan:

- repetim successivament els elements del que volem memoritzar
- organitzem els continguts segons criteris de jerarquia o segons relacions conceptuals

- prèviament esquematitzem o resumim amb paraules nostres
- personalitzem de manera subjectiva un contingut
- associem continguts a imatges visuals
- estem motivats per un bon interès o pel plaer
- percebem selectivament amb atenció
- utilitzem regles mnemotècniques

El 1890, James va veure que hi ha dos tipus de memòria: 1) la primària, que processa la informació conscient del present; 2) la secundària, que regula el passat psicològic, s'ocupa d'una informació no conscient. El 1968, Atkinson i Shiffrin van descobrir els tres sistemes de la memòria: 1) la memòria sensorial (MS); 2) la memòria a curt termini (MCT); i 3) la memòria a llarg termini (MLT).

- La MS registra les sensacions i explora les característiques de la informació que ens entra pels sentits. Té dues fases: primer registra l'estímul que capten els sentits i després conserva brevíssimament la petjada que deixa l'estímul. Sobre aquesta segona fase actua la MLT, la qual reconeix els trets d'aquest estímul sobre la base d'experiències prèvies. Un exemple de MS és la visió d'un llargmetratge (els fotogrames). Hi ha un tipus especial de MS per cada un dels cinc sentits.
- La MCT és una elaboració més complexa de les dades sensorials. Processa les dades que s'utilitzen conscientment, per tal de donar una resposta als problemes del nostre present immediat. Al final, part de la informació elaborada per la MCT passa a la MLT perquè sigui emmagatzemada allí amb caràcter indefinit. Dues característiques de la MCT són la limitació de la seva capacitat d'emmagatzematge i la brevetat de la seva retenció: 7 unitats no significatives durant 15–30 segons.
- La MLT conserva les percepcions, els sentiments i les accions del passat. La seva capacitat d'emmagatzematge és pràcticament il·limitada. Però no sempre ens és accessible la informació emmagatzemada en la MLT. La MLT i la MCT estan directament relacionades: la informació es traspasa de l'una a l'altra. L'actualització de la informació emmagatzemada en la MLT depèn de com hagi estat codificada i de si les claus que utilitzem per recuperar-la coincideixin amb les claus amb què va ser codificada. Alguns especialistes distingeixen dues parts en la MLT: a) la memòria episòdica: conté els fets o episodis que ens han passat, es refereix a fets concrets esdevinguts, és una memòria descriptiva; b) la memòria semàntica: és la memòria abstracta, abasta el coneixement racional del món i el llenguatge, s'organitza segons pautes lògiques i conceptuals, ens permet fer inferències, elaborar abstraccions, relacionar conceptes, conèixer el significat de les paraules, etc.

Diferències entre la MCT i la MLT:

- capacitat limitada/il·limitada per emmagatzemar la informació
- duració no persistent/persistent de la informació
- informació conscient i activa vs. en estat latent
- codificació de propietats acústiques i visuals vs. semàntiques
- informació present tot el temps vs. necessitat de mecanismes i tècniques entrenades per recuperar la informació
- amb l'edat es perd la MCT, però es conserva la MLT

Existeixen fenòmens d'activitat desmesurada de la memòria:

- les hipermnèsies: redordem imatges o esdeveniments completament oblidats des de feia molt de temps a causa de febres altes, perill imminent de mort, hipnosi, etc.
- Les paramnèsies: és creure que quelcom que succeeix en un moment determinat ja ho hem viscut amb anterioritat. És una falsa memòria. En psicoteràpia, els pacients s'inventen històries falses de llur infantesa.

Cap por a l'oblit: és necessari, perquè si conservéssim en la nostra memòria totes les experiències viscudes, seria impossible organitzar l'emmagatzematge de la informació.

Tema 5: Condicionament i aprenentatge

5.1 l'explicació conductista

5.2 l'aprenentatge cognitiu

5.3 aprenentatge social

Plantejament. –

L'aprenentatge (= A) és un component essencial de la conducta humana. Però també es dona en el regne animal. Per això la psicologia tant estudia l'A humà com l'A animal. Es tracta de comprendre tots els processos psíquics que es troben implicats en l'A. L'escola conductista creu que podem descobrir les lleis genèriques per a qualsevol tipus d'A a partir de les investigacions amb animals. L'escola cognitiva prefereix elaborar models sobre el processament de la informació cercant les relacions internes que hi ha entre l'A i altres facultats psíquiques, com és ara la memòria, el llenguatge i la percepció. La psicologia ha pogut elaborar tècniques d'A, que ens fan més conscients del nostre psiquisme, però que també es presten a la manipulació dels grups humans.

Podem definir l'A com un canvi manifest de conducta que és el resultat d'influències pràctiques o experiències. I també com un procés mitjançant el qual interioritzem una sèrie de coneixements o d'habilitats intel·lectuals i pràctiques, procés que afecta la totalitat de la nostra conducta i que ens permet d'adaptar-nos millor a la «segona naturalesa» que ha creat l'espècie humana. Una bona part de l'A es produeix gràcies al mecanisme de la imitació: observem la conducta dels altres i anem comprenent les explicacions amb què les justifiquen. I també aprenem per la via de l'assaig: fem intents d'adaptar la nostra conducta i les nostres respostes emotives i intel·lectuals a les situacions que vivim.

Els principals factors que juguen un paper en l'A són: 1) la memòria, que ens permet comparar experiències passades amb situacions presents; 2) els reforços o premis, que augmenten la probabilitat de la repetició, i els càstigs, que en disminueixen la probabilitat; 3) les motivacions o impulsos de la persona que orienten la seva disponibilitat a aprendre; 4) els estímuls o circumstàncies del món exterior que desencadenen una resposta en l'organisme; i 5) el condicionament o tipus d'A que consisteix a provocar l'associació d'un estímul i una resposta que no estan relacionats de manera natural.

L'A també és propi dels animals. De fet, existeixen diferents tècniques d'ensinistrament. Però l'observació i l'experimentació amb animals en el laboratori ha permès d'extrapolar conclusions sobre la conducta humana. La qüestió que s'hi planteja és si els animals poden tenir comportaments intel·ligents similars als humans, o bé si tots els seus aprenentatges es limiten a uns quants hàbits amb la funció d'adaptar-se millor al medi ambient. Köhler va creure que els ximpanzés podien analitzar un problema i trobar-ne de cop i volta la solució (*insight* o comprensió sobtada), de manera que només es diferenciem d'ells pel llenguatge i el pensament conceptual. Però el conductisme acusa Köhler de mentalista, i avui encara no hi ha un acord definitiu sobre si cal acceptar o no la intel·ligència animal.

5.1. L'explicació conductista de l'A. –

El conductisme és una escola psicològica científica. La va fundar Watson, qui el 1913 formulà els principis bàsics: 1) l'objecte de la Ps. ha de ser la conducta observable, no la introspecció ni els estats mentals; 2) sobre aquests estats mentals o de consciència no és possible obtenir coneixements verificables experimentalment; 3) allò que sí és observable, quantificable i repetible en l'experimentació són els estímuls i les respostes: la Ps ha de ser l'estudi de l'associació entre estímuls i respostes (E-R); 4) conducta són totes les reaccions corporals que podem mesurar, encara que no siguin observables a simple vista; 5) la Ps ha d'intentar descobrir les lleis de la conducta; 6) la conducta es consolida en forma d'hàbits, gràcies als quals ens adaptem a les situacions; 7)

la conducta és altament modificable; per això cal estudiar les tècniques més adients per modificar les conductes; 8) el lloc ideal per a l'experimentació és el laboratori; 9) Les conclusions de l'etologia són extrapolables a l'anàlisi de la conducta humana; 10) el punt central tant de la Ps com de l'etologia és el coneixement de les lleis i les tècniques de l'A.

El conductisme ha formulat les següents lleis explicatives de la conducta humana: 1) llei de l'assaig: repetim intents de solució i, quan trobem aquesta per casualitat, desapareixen els assaigs (ratolins en gàbies); 2) llei de l'exercici: la repetició d'una conducta en situacions semblants augmenta la probabilitat de la resposta adient (entrenament militar); 3) llei de l'efecte: el comportament que va acompanyat amb una recompensa consolida el nexa entre situació i resposta (el festeig); el malestar afebleix el nexa. Watson va rebutjar aquesta llei perquè la considerava mentalista.

Pavlov va ser el pare de l'escola russa d'orientació fisiològica. La conducta és un conjunt de reflexos motivats per l'estimulació. L'estudi de la digestió dels gossos mostrà que la salivació és un pur reflex. Recordem que un reflex és una associació neuronal que activa respostes automàtiques en presència de determinats estímuls (és innat, involuntari, comú a l'espècie i pràcticament invariable). Amb una tècnica d'A, Pavlov comprovà que els gos salivava fins i tot sense menjar. Pavlov havia condicionat la resposta del gos amb una tècnica d'A. La resposta reflexa davant del menjar (estímul incondicionat) provocava la salivació (resposta incondicionada); però després l'estímul condicionat (la campaneta) va provocar la mateixa resposta sense l'estímul incondicionat (resposta incondicionada). Pavlov va creure que la llei fonamental de tot A són l'associacions simples o cadenes d'associacions que s'estableixen en el cervell entre els estímuls ambientals i les conductes reflexes (condicionament responent).

Skinner és el pare de l'escola conductista nordamericana. Va criticar a Pavlov que en el model d'aquest el subjecte resta passiu a l'estimulació ambiental. Però Skinner també creia que les lleis de l'A animal són similars a les de la nostra espècie. Només que va recuperar la llei de l'assaig-error (lleis de l'intent repetit) per analitzar les formes d'A a partir de conductes actives (caixes d'Skinner). La seva posició és ambientalista: les conductes dels organismes estan determinades per les condicions ambientals. L'A de noves conductes exigeix prèviament una modificació de les circumstàncies ambientals que incideixen sobre un ésser en concret. Va definir la conducta com «aquella part del funcionament d'un organisme que consisteix a actuar o a relacionar-se amb el món exterior». Va elaborar també una teoria sobre reforços i càstics. Un reforç és qualsevol estímul que augmenta la probabilitat que una determinada conducta torni a ser executada. Els reforços positius atorguen una recompensa o gratificació. Els negatius suprimeixen alguna cosa que és desagradable per a l'organisme. Els càstics positius són els estímuls dolorosos associats a una conducta i tendeixen a l'extinció de la conducta. Els negatius consisteixen a perdre una situació agradable per a l'organisme.

De fet, és més efectiu un A assolit mitjançant reforços en comptes de càstics. Això s'explica per la importància de la motivació per a l'A. I aquest factor, la motivació, juntament amb altres factors que actuen en l'A, ha estat la causa del fracàs de l'educació programada a la manera conductista, que ja desapareix de les escoles. En canvi, s'utilitza encara amb èxit en la publicitat, com a tècnica de manipulació.

5.2. L'aprenentatge cognitiu. –

El conductisme va ser acusat de reduccionista: no té en compte els processos interns del cervell. Els estudis etològics de Tolman mostraren que els animals assolien un veritable coneixement sobre el medi en què hom els situava. Es creu que també hi ha mapes en el cervell dels animals. Hull va qüestionar que la motivació no jugués cap paper en l'A. I s'acusà a l'esquema E-R que és incapaç d'explicar la creativitat i l'originalitat de molts dels nostres actes.

La psicologia constructivista o cognitiva estudia l'A humà en la relació que té amb la intel·ligència, el pensament abstracte, el llenguatge i els processos cognitius superiors. Els fonaments d'aquesta escola es

troben a l'obra de Piaget. Però l'estudiarem amb més detall en el tema 7è, quan parlarem del pensament i del llenguatge. Avancem ara que els dos principis de la teoria de Piaget són: 1) aprenem per adaptar-nos millor al medi, i per això aprenem interioritzant els estímuls que captem del medi, i això ho fem adaptant i integrant els estímuls en els esquemes i estructures que ja posseïm prèviament; 2) com que el medi està en canvi continu, els nostres esquemes i estructures cognitives es van adaptant contínuament als estímuls del medi, i això vol dir que l'A es fa en forma d'adaptació o acomodació: hi ha una influència mútua entre la ment i el medi extern. La ment és, doncs, la facultat d'organitzar els estímuls de manera significativa. En el camp de l'A escolar i social, Ausubel destaca la importància d'ensenyar a aprendre de manera activa, constructiva, a partir dels coneixements previs del subjecte.

5.3. L'aprenentatge social. –

En l'A intervenen factors hereditari i factors socials. Els aprenentatges dels éssers humans estan espeicalment marcats per les influències socials. Un cop hem superat la selecció natural, ara estem instal·lats en la selecció cultural. Des de la infantesa estem sotmesos a un procés de socialització: adquirim i interioritzem conductes socials transmeses pel medi cultural. Els agents d'aquesta transmissió o instàncies socialitzadores són: la família, l'escola, els amigs, els grups ideològics i els mitjans de comunicació de masses. La socialització és l'adquisició d'aprenentatges que ens facilitin la integració en els diferents grups socials. El paper i la importància dels moderns mitjans de comunicació són molt grans. La publicitat ho sap ben bé i se n'aprofita. La finalitat de la publicitat és doble: incrementar el consum i convèncer l'audiència. De fet, la publicitat no només intenta vendre productes i objectes, sinó també idees i creences. I ho fa utilitzant tècniques psicològiques relacionades amb l'A i la modificació de la conducta. Per exemple, la tècnica de crear necessitats falses, apel·lant a sentiments i desigs ocults del subjecte: fa veure al client que aquest objecte satisfà els seus desigs més enyorats (seguretat en un mateix, poder sexual, fetixisme, ser digne de gratificacions, etc.). El poder de la publicitat és aquest: desvetllar els desigs inconscients de l'espectador, tot presentant el producte lligat a determinades imatges; així l'espectador aprèn a associar inconscientment la possessió del producte amb l'èxit personal, sexual o professional. Com ens podem defensar de la publicitat? Cal una educació que ens ensenyi a jerarquitzar racionalment les nostres necessitats, que ens ajudi a incrementar la seguretat en nosaltres mateixos i que ens doni esperit crític.

Tema 6: LA INTEL·LIGÈNCIA HUMANA

- Des de finals del segle passat es manté la **polèmica** sobre les influències genètiques o socioambientals de la conducta intel·ligent. Avui dia, aquesta polèmica encara no està resolta. Té conseqüències d'interès social i de política cultural.
- Les **tesis ambientalistes** són aquestes:

* en néixer un nen, les seves capacitats mentals superiors encara no estan desenvolupades

* és necessària la interacció amb el medi ambient: l'evolució de la intel·ligència depèn de les estimulacions dels primers anys de vida

* els conductistes pensen que la ment és una «tabula rasa» en el seu origen

* els cognitivistes pensen que és l'estimulació primerenca allò que fa que apareguin les primeres estructures cerebrals

* és necessari un medi familiar i social adequat perquè les persones puguin desenvolupar una intel·ligència competent

* la intel·ligència pot ser modificada mitjançant l'aplicació de programes educatius en els primers anys de vida que estimulin l'adquisició d'aprenentatges adequats

* en l'actualitat aquests programes s'han estès a l'etapa educativa de l'adolescència

* s'addueix com a prova la «cultura de la pobresa», que portaria, en les classes pobres, a una «deficiència o diferència mental sociocultural»: el fracàs escolar afecta molt més els fills de classes socials econòmicament i culturalment febles

- Les **tesis innatistes** són aquestes:

* la intel·ligència és bàsicament una capacitat psíquica de l'individu que està relacionada amb la facilitat per a solucionar problemes de tota mena

* les influències socials no poden modificar substancialment les capacitats genètiques de l'individu

* els tests d'Intel·ligència mesuren realment les aptituds i destreses de l'individu

* les influències ambientals només permeten que l'individu desenvolupi (o no) la seva determinació genètica bàsica

* els programes d'intervenció educativa no poden aconseguir que els individus genèticament poc intel·ligents assolixin un elevat desenvolupament de la intel·ligència: només milloren habilitats específiques, que tenen poc a veure amb el pensament conceptual i abstracte

- La **intel·ligència artificial**:

* els enfocaments cognitius, centrats en l'anàlisi de l'ésser humà com a processador d'informació, han contribuït a fer créixer l'interès psicològic per les tecnologies de la informació

* la IA constitueix un camp interdisciplinari entre tecnòlegs i psicòlegs: ajuda a clarificar els processos interns de la intel·ligència, l'emmagatzematge de la informació i les estratègies de resolució de problemes

* la IA és la ciència (teorització sobre conceptes) i la tècnica (desenvolupa els mitjans tècnics adequats) que tracta del coneixement general de la intel·ligència amb l'objectiu de fabricar màquines intel·ligents, és a dir, artilugis que puguin dur a terme processos específicament humans, com és ara raonaments, resolució creativa de problemes i presa de decisions

* la IA no és la informàtica tradicional, tot i que la utilitza

* existeix tota una veritable polèmica sobre si existeix IA o no

* el problema consisteix en el fet que, en la resolució de problemes, els ordinadors utilitzen mètodes algorítmics: prenen en consideració totes les possibilitats que afecten el problema (si el problema està ben plantejat, s'acaba trobant la solució exacta)

* la intel·ligència humana utilitza estratègies heurístiques: només pren en consideració aquelles estratègies que aparentment són les més adequades per trobar la solució, i deixa sense analitzar la resta de possibilitats

* el cas és que molts problemes, i sobretot els més senzills de la vida quotidiana, no poden traduir-se a fórmules algorítmiques

* la intel·ligència humana s'equivoca tot sovint, però és creativa

* la dificultat més gran per fer que les màquines s'acostin a la intel·ligència humana és el fet que no hi ha

manera de dotar-les de sentit comú

- crítica de la metàfora de l'ordinador com a model: la ment humana no utilitza mecanismes semblants als d'un ordinador en el processament de la informació (no són sistemes idèntics)

Tema 7

PENSAMENT I LLENGUATGE

7.1. El pensament. –

- Ens diferencia dels **animals** la possessió d'un pensament abstracte i la capacitat lingüística per comunicar-nos per damunt d'un simple codi de senyals.
- **Pensament** és la capacitat mental d'ordenar, interpretar i donar sentit a les informacions de què disposem en el cervell. Pressuposa, doncs, una facultat integradora d'un conjunt d'operacions mentals que combina processos perceptius, memorístics i racionals i que apunta a la formació de nous conceptes, a la presa de decisions i a la resolució de problemes.
- Hi ha varies **classificacions** del pensament: a) racional (elaboració de conceptes + ús de modes lògics de raonament), imaginatiu (evocació d'imatges que no han estat percebudes) i creatiu (síntesi de racionalitat i imaginació); b) intuïtiu o concret (limitat a allò concret, a les dades sensibles) i abstracte (estableix relacions entre conceptes generals); c) reproductiu (actualitza els aprenentatges i estratègies disponibles a la memòria) i productiu (produeix respostes originals i creatives).
- El **raonament** és el procés intel·lectual més característic del pensament. És un tipus de procés mental lògic amb el qual establim relacions entre idees per treure'n una conclusió. Treballa bàsicament amb conceptes generals (abstraccions).
- **Abstracció** és una operació mental gràcies a la qual passem d'idees individuals i concretes a idees generals o conceptes universals.
- **Concepte** és una idea general sota la qual varies idees individuals resten subsumides després que un procés d'abstracció n'ha eliminat les qualitats individuals i ha descobert el tret general que tenen en comú i les fa semblants.
- Els mètodes més habituals del raonament lògic són la deducció i la inducció. La **deducció** és un procés lògic de raonament que consisteix a inferir una conclusió necessària a partir d'unes dades acceptades com a veritables (premisses).
- La **inducció** és un procés lògic de raonament que consisteix a concloure una llei general a partir de l'anàlisi d'una sèrie de fets que pertanyen a una misma classe, entre els quals hom observa l'existència de determinades relacions. La llei general inclou tots els fets que pertanyen a aquesta classe i que estan units per una determinada relació.
- El **pensament creatiu** és el procés mental gràcies al qual proposem solucions originals dels problemes plantejats. Demana saber unir els aprenentatges adquirits amb l'ús de la imaginació i la fantasia. Els tests d'intel·ligència no valoren aquesta capacitat de produir respostes originals a problemes nous.
- La **solució de problemes** és un procés mental típicament humà, ja que no és simplement fruit de l'atzar. Però tampoc no es deu a l'aplicació estricta del raonament lògic (sistema algorítmic). Depèn de tot un procés de meditació sobre un problema concret. Sense aquest treball continu no es trobaria la resposta adequada (de manera inesperada: Kekulé i el benzol). El procés heurístic de solució de problemes té quatre fases: 1) preparació: identificació del problema i acumulació de materials i coneixements; 2) incubació: període d'espera en què la ment estructura els materials organitzant-los sistemàticament i esforçant-se per descobrir noves relacions significatives entre ells; 3) la il·luminació o «insight»: aparició sobtada de la solució amb claredat, que descobreix les veritables relacions entre els elements del problema; és el moment de la inspiració o manifestació del pensament creatiu; i 4) avaluació: és la verificació de la solució (aplicació al problema).
- Quan la solució d'un problema no depèn d'un exercici lògic, es tracta d'un conflicte. **Conflicte** és una

situació en què se'ns presenten varies alternatives possibles que són incompatibles entre si (només podem elegir una) i que posseeixen una intensitat similar. És una situació en què s'enfronten com a mínim dos impulsos oposats en el subjecte, i aquest només pot actuar seguint un d'ells i ignorant l'altre. El conflicte és **extern** quan actuem contra les nostres idees o impulsos a causa d'una coacció exterior. És **intern** quan en el nostre interior hi ha una lluita entre motivacions oposades i igualment profundes. No hi ha regles universals per solucionar els conflictes: la solució depèn de la personalitat del subjecte, de les circumstàncies en què es produeix, d'experiències similars fetes en el passat i de molts altres factors, com ara les motivacions que impulsen la nostra conducta i els efectes de l'inconscient. (Psicologia/Joan Ordi)

7.2. El llenguatge.–

- Moltes espècies animals posseeixen sistemes de comunicació altament especialitzats. Però hi ha clares **diferències** entre el llenguatge animal i l'humà: innat vs. molts elements adquirits (raó: límits molt precisos de la capacitat d'aprenentatge animal); exclusivament mímic vs. bàsicament articulat; concret (compost de senyals) vs. abstracte i simbòlic.
- **Funcions** del llenguatge humà (Jacobson): expressiva, apel·lativa, denotativa o referencial, poètica, fàtica i metalingüística.
- No se sap encara **com va aparèixer** el llenguatge. Els monogenistes afirmen l'existència originària d'una llengua comuna; els multiregionalistes afirmen que la diversitat lingüística ja fou a l'origen. Hi ha la hipòtesi de la vibració de les cordes bucals: el treball col·lectiu donà sentit als sons. També s'opina que l'origen foren els senyals de perill amb què s'avisaven els homínids. També: primer fou un llenguatge mímic i després la ritualització dels gestos vbucals en cerimònies grupals. I també: els fetillers foren els primers a emprar sons articulats com a forma de domini i poder. Cap teoria no es pot verificar.
- El **debat Noam Chomsky–Skinner**: com aprèn un nen el llenguatge humà? Per a Skinner, els pares reforcen els primers balboteigs amb mostres d'alegria i d'estimació. Així el nen acaba imitant els gestos i sons dels adults, interioritzant mentalment associacions entre sons i objectes. Per a Chomsky, l'espècie humana té una capacitat innata per al llenguatge: existeix, en la ment de tothom, un conjunt de regles d'una gramàtica universal. La diversitat lingüística només és conseqüència del desenvolupament evolutiu i social. La capacitat de reconèixer l'estructura sintàctica de qualsevol llengua és innata.
- Relació **cervell–llenguatge**: hom creu que el pensament precedeix el llenguatge, ja que els cervells infantils són capaços de representar-se algunes generalitzacions conceptuals derivades de la percepció abans que els nens comencin a parlar. No sembla, doncs, cert que primer aparegui el llenguatge i després, i com a conseqüència, el pensament.
- Quines són les **influències socials** en la gènesi del llenguatge? Per a Piaget, el llenguatge és originàriament egocèntric: el nen parla primer amb si mateix; és gràcies a la socialització que s'acaba obrint als altres mitjançant el llenguatge. Per a Vygotski, el llenguatge s'origina primer com a medi de comunicació entre el nen i les persones que l'envolten; és amb el temps que el llenguatge es va convertint en interior.
- **Fases** en el desenvolupament del llenguatge: 1ª) crit–amanyac–balboteig. Els balboteigs de tots els nens són semblants independentment de la llengua materna. 2ª) Als 6 mesos el nen controla auditivament els seus propis sons, però aquests encara no tenen un contingut simbòlic. Fins als 30 mesos es pronuncien més vocals que consonants. Als 2 anys i mig, vocals i consonants ja es combinen adequadament. 3ª) Cap a l'any i mig, el nen emet les primeres paraules amb significació, en connexió amb el context i el suport gestual.. 4ª) Als 5 anys s'ha completat el desenvolupament sintàctic, amb un lèxic d'unes 2000 paraules.
- La **teoria de Piaget**: ha establert els fonaments de la psicologia evolutiva o psicobiologia, que és un estudi detallat de les fases del desenvolupament humà cognitiu. Ha influït en l'anomenada «Escola de Ginebra». Va voler descobrir les relacions entre la maduració del cervell i l'adquisició del

coneixement en els nens. La intel·ligència humana té un caràcter més adaptatiu que la dels animals. A més, interioritzem la realitat no com a còpia, sinó com a representació simbòlica: la realitat s'integra en nosaltres tot adaptat-se als esquemes previs del nostre cervell, i aquests es van modificant per poder-se adaptar a la realitat. El pensament és un tot, conjunt o globalitat que determina com a totalitat el procés de comprensió i de comunicació. Les persones actuem sobre els objectes i així els transformem en comprensibles. El pensament és una acció o operació sobre la realitat. En la psicologia de Piaget són conceptes constants el d'esquemes (interioritzacions mentals que ens permeten d'adoptar pautes de conducta), el d'estructures (allò que un individu sap fer) i el d'estadis (fase del desenvolupament cognitiu comuna a tots els éssers humans).

- El pensament segueix, per a Piaget, una **evolució similar** en tots els éssers humans. Les etapes del desenvolupament cognitiu de les persones segons Piaget són tres:

etapa	edat	característiques
1 ^a període sensòrio- motor	fins als 2 anys	– formes primàries de conducta: solució de problemes immediats – formes instintives de conducta: sobre la base dels reflexos es van assentant les primeres conductes apreses – interiorització sota la forma d'esquemes – repetició de les accions descobertes i interioritzades – apareixen els primers aprenentatges perceptius – egocentrisme radical – la intel·ligència es redueix a percebre i coordinar moviments – primeres conceptualitzacions (comprensió causal, pas del temps)
2 ^a període preopera- tori	de 2 fins a 6-7 anys	– comença amb el llenguatge – es desenvolupa el pensament simbòlic: joc, dibuixos, expressions – es desenvolupen les primeres relacions socials: comunicació i intercanvi d'accions amb els altres – es forma el pensament lògic: noció senzilla d'identitat dels objectes i de permanència en el temps – la causalitat és animista (els objectes posseeixen voluntat: el sol és bo) i artificialista (tots els objectes han estat creats per algú) = la causalitat és teleogògica (orientada vers una finalitat: el nen no comprèn el per què, sino el per a què)
3 ^a període operatori	a partir dels 7 anys	– operacions concretes fins als 12 anys: el nen pot operar amb objectes, però només si estan al seu davant – operacions formals a partir dels 12 anys: el nen opera mitjançant el pensament simbòlic i conceptual = culminació dels processos cognitius – possibilitat d'interioritzar una acció: representació mental, vinculació amb altres accions i construcció de sistemes

		– el nen comprèn que les accions poden invertir-se – el nen comprèn que una quantitat de matèria es manté idèntica malgrat les diferents formes que adopti
--	--	---

- Les discrepàncies de **Vygotski**: Piaget i l'Escola de Ginebra no donen cap importància a la socialització en el procés de maduració del nen. La interacció social és un factor determinant del pensament. La internalització de les conductes està mediatitzada pel context social. Són els aprenentatges allò que accelera els processos evolutius cerebrals, i no a la inversa. El nen desenvolupa el seu pensament guiat pels adults o per altres nens de més edat: imita els models que acaba interioritzant.
- En l'actualitat hom intenta de compaginar factors individuals i socials per explicar la gènesi i evolució del coneixement humà.

Tema 8: L'INCONSCIENT

8.1 Freud i la psicoanàlisi

8.2 altres interpretacions

8.3 els mecanismes de defensa

8.4. fenòmens relacionats amb l'inconscient

8.1 Freud i la psicoanàlisi. –

La consciència és una facultat o funció psíquica que ens permet el coneixement i la reflexió sobre el món exterior i de nosaltres mateixos. Els processos de la consciència són processos conscients, i aquests afecten la pràctica totalitat del SNC: són els processos de la percepció, l'atenció i la memòria, així com el pensament abstracte, la vida afectiva i la motivació.

Però la vida psíquica abasta un camp més gran que el dels processos conscients, ja que existeix l'inconscient, una estructura psíquica situada a sota dels processos conscients i que es manifesta en els nostres actes, pensaments, somnis i fantasies, i en la forma de recuperar la informació de la memòria.

Sigmund Freud (1856–1939) va elaborar a Viena, juntament amb Breuer, una nova tècnica: la catarsi o abreacció, que fa que els pacients descarreguin les emocions retingudes que lluiten per sortir a la consciència. Si hom aconsegueix la catarsi, els símptomes desapareixen o milloren molt. Així es va iniciar la teràpia psicoanalítica.

Freud va distingir tres àmbits en la ment humana: 1) la consciència; 2) el preconscient: els continguts psíquics que poden ser recuperats amb facilitat per la memòria; facilita que els impulsos sexuals i agressius es puguin adaptar a les exigències de la realitat i dels valors morals; 3) l'inconscient: els impulsos, desigs i fets oblidats que romanen fora de la consciència a causa de la repressió de la censura. L'inconscient aflora sota la forma d'imatges oníriques, actes fallits o imaginacions de la fantasia. Aquest és el model topogràfic de Freud.

Freud va escandalitzar la societat vienesa, marcada pel puritanisme de la moral burgesa. Defensava que la causa dels trastorns psíquics i de bona part de la conducta quotidiana de les persones és d'origen sexual, i que els nens tenen impulsos sexuals des del mateix moment del naixement. Aquí el concepte bàsic és el de «pulsió»: impuls provocat per una energia i que tendeix a buscar la seva satisfacció mitjançant un objecte adequat. Les pulsions bàsiques de l'ésser humà són les sexuals o «libido» i les d'autoconservació o

«necessitas». Més tard parlà de pulsions de vida o eros i de pulsions de mort o thànatos (conducta agressiva). Així el món instintiu de l'ésser humà consisteix en l'acció d'impulsos sexuals i d'impulsos destructius. Ara bé, «sexual» vol dir l'energia de les pulsions que està relacionada amb tot allò que es pot designar amb la paraula «amor».

Els principis que regulen l'activitat psíquica humana són el de plaer i el de realitat. El psiquisme tendeix a satisfer els seus impulsos descarregant la sobreexcitació en un objecte que li propocioni plaer. Ara bé, amb la maduració de la persona anem ajustant l'activitat psíquica a les condicions de la realitat que ens envolta postergant els nostres desigs (així ens socialitzem).

El model topogràfic va ser substituït per un model estructural del psiquisme humà: 1) l'allò: instints i pulsions primaris de la naturalesa humana que no són controlats per la consciència: trets hereditaris, pulsions sexuals i agressives, records i desigs reprimits. Hi governa el principi de plaer i és la part irracional i amoral del nostre psiquisme. 2) el jo: instància intermèdia entre l'allò i la realitat exterior. Adapta els impulsos sexuals i agressius a les condicions externes objectives, emprant mecanismes de defensa que impedeixen la frustració del subjecte. 3) El super-jo: el conjunt de les normes morals, prohibicions i amenaces ètiques que el subjecte ha interioritzat

El psiquisme evoluciona, per a Freud, des de la fase oral (el nen és un ser absolutament egoista que només viu pel plaer), per la fase del jo (el nen modifica la seva acció per prestar atenció al món extern: principi de realitat) fins a la fase del super-jo (el nen s'adapta a la família perquè el jo el força a reprimir els seus impulsos sexuals i agressius). La repressió és el principal mecanisme que afaïçona la personalitat social del subjecte.

- Altres interpretacions. –

!La **psicoanàlisi** no va ser acceptada per una gran part dels psicòlegs contemporanis de Freud: la consideraven mancada de fonament científic. També els deixebles van mostrar el seu desacord amb el mestre. Entre aquests destaquen Adler i Jung.

!**Adler** criticà el pansexualisme de Freud i accentuà el caràcter social de la personalitat. El que fa evolucionar la persona és el complex d'inferioritat que es crea en el nen quan pren consciència que depèn dels adults. Llavors empra un mecanisme compensatori: l'ambició de poder. Amb l'impuls o ànsia de poder l'individu cerca l'èxit personal, econòmic i sexual, per vèncer el complex d'inferioritat i fer-se un lloc entre els adults. Freud rebutjà aquesta teoria.

!**Jung** no creia que tots els símbols tinguessin un origen sexual. Per a ell la libido és una energia vital, i no només plaent. Les neurosis no són només fruit de traumes de la infantesa, sinó que també les experimenten subjectes madurs com a conseqüència de la realitat que els envolta. El que caracteritza la personalitat és el predomini de tendències introvertides (personalitat que subratlla la fantasia, l'autodomini, l'autosuperació) o extravertides (personalitats que busquen el plaer, l'agressivitat, l'èxit professional i sexual). L'inconscient no consisteix només en les experiències oblidades de l'individu, sinó que també inclou símbols i imatges comuns a tota la humanitat (inconscient suprapersonal o col·lectiu). Les imatges i els símbols comuns a totes les cultures reproduïxen arquetips universals. L'origen d'aquests arquetips és la disposició innata de l'espècie humana a formar símbols i imatges universals. El contingut d'aquest inconscient col·lectiu es troba expressat en els mites, els símbols, les llegendes religioses o màgiques, etc. Tot aquest material de la religió, la mitologia, l'art, la literatura i les tradicions folklòriques i populars dóna veu als arquetips humans universals.

!El **conductisme** no ha acceptat l'existència de l'inconscient: no hi ha proves fisiològiques que demostrin l'existència en el cervell d'associacions neuronals responsables de l'inconscient. El que no pot negar, però, és que existeixen fenòmens inconscients. Ara bé, els interpreta així: algunes situacions o fets (estímuls) van ser dolorosos per a l'individu; llavors els premis i els càstigs li van ensenyar a adoptar una conducta condicionada;

així les veritables causes de la conducta resten oblidades, gràcies a una típica reacció de fugida de l'individu. L'experiment de Dollard i Miller sobre la repressió (caixa de descàrregues elèctriques) mostrà, per a ells, que l'oblit o la repressió procedeixen de conductes apreses. Així, els fenòmens inconscients ens fan conèixer els mecanismes de defensa que desenvolupem per evitar l'aparició de l'angoixa. Després, aquests mecanismes els generalitzem, de manera que la resposta condicionada també es produeix en presència d'una estimulació propera o semblant a l'estimulació original. En poques paraules, el conductisme explica els fenòmens inconscients així: els sentiments, els impulsos, els desigs, etc., associats a situacions en les quals l'individu va patir un càstig, tendeixen a ser evitats i exclosos de la consciència. Ara bé, aquesta explicació (model conductista de la repressió) és considerada avui massa senzilla i simplista: no pot explicar satisfactòriament nombrosos actes complexos relacionats amb l'inconscient.

- Els mecanismes de defensa.–

Són mètodes o tècniques que utilitzem les persones amb la finalitat d'evitar l'angoixa o l'ansietat que ens produeixen les frustracions i els conflictes del nostre psiquisme. Característiques generals: 1) són dispositius del jo: s'empren per evitar les influències de les pulsions en la conducta de l'individu; 2) en la major part dels casos, són inconscients; 3) actuen treient de la consciència algun aspecte de la realitat física o psicològica; 4) llur objectiu és el d'evitar l'angoixa o el dolor psíquic que els conflictes provocarien en la consciència; 5) són emprats per totes les persones, no només pels qui pateixen trastorns psíquics.

Els més importants són:

- la repressió: és l'esforç per allunyar de la consciència tots els continguts psíquics que són dolorosos o inacceptables per al subjecte. Nomé s'obliden els fets que provoquen angoixa o ansietat. Allò que és reprimat apareix, distorsionat, en els actes fallits, els somnis, els lapsus i les fantasies. Hi ha la variant de l'aïllament: no s'obliden els fets perturbadors, sinó només les emocions que hom hi associava (vergonya, culpa, dolor moral...). També hi ha la variant de la negació: hom rebutja una idea desagradable o perturbadora sense llençar-la a l'inconscient, sinó negant-la en la seva realitat (no és veritat que hagi desitjat la seva mort).
- la regressió: el subjecte reproduïx comportaments d'estadis anteriors de la seva evolució que li resultaven satisfactoris (conductes infantils davant d'un conflicte). Afecta la presa de decisions i la responsabilitat.
- la fixació: és la negació a créixer psíquicament. Davant l'angoixa d'una nova fase evolutiva, inconscientment hom prefereix restar fixat en els comportaments de la última fase. Afecta la maduració adequada de la personalitat (són persones immadures).
- el desplaçament: consisteix a desviar els sentiments perturbadors considerats tabús o prohibicions cap a un altre objecte que no tingui aquestes característiques. Hom evita així l'angoixa. Una variant és la sublimació: hom desvia les pulsions cap a objectes o accions que posseeixin una valoració social positiva i que siguin considerats ideals (dels impulsos sexuals reprimits a la solidaritat). Per a Freud, l'art, la cultura i la religió són sublimacions.
- la projecció: consisteix a projectar sobre els altres sentiments, desigs o impulsos inacceptables per a un mateix, amb la qual cosa evitem la frustració personal. És el mecanisme típic dels paranoics (culpen els altres del propi fracàs). Ex.: no volem admetre que estimem X i ens convencem que X ens estima.
- la formació reactiva: quan un desig és reprimat, el subjecte pot realitzar conductes totalment contràries al desig. Amb aquesta reacció negativa evita l'angoixa. Ex.: actituds de gran hostilitat contra els homosexuals poden amagar inconscientment desigs homosexuals reprimits.
- la racionalització: es tracta d'una justificació del propi acte que revelen sentiments inacceptables o reprimits i que consisteix a donar raons que hom creu ben fonamentades amb la finalitat que no aparegui l'ansietat com a fruit d'una conducta que a l'individu li sembla poc ètica o moral. Els individus tracten d'autoconvèncer-se de la pròpia conducta donant explicacions als altres i donant-se explicacions a si mateixos. Evitem així, per ex., no ser acusats de discriminació envers els homosexuals. Vegi's la fàula de la guineu i el raïm.
- la identificació: per pal·liar les nostres frustracions internes ens identifiquem amb una persona que ha

triomfat socialment, professionalment i sexualment i n'imitem la conducta. És la conducta típica de l'adolescent. Si aquesta identificació porta a l'extrem d'imitar literalment el model, esdevé una introjecció: interiorització de totes les pautes de conducta del model.

- la fantasia: realitzem mentalment i de forma imaginària allò que no som capaços de fer en la vida real o que no podem aconseguir. Ex.: relació morbosa entre l'onanisme i les fantasies.
- la compensació: emmascarem el sentiment de frustració en alguns aspectes de la vida tractant de sobresortir en altres aspectes. Quan aparentem ser més del que som en realitat, apareix la compensació fictícia (ex.: l'hidalgo espanyol).

Els mecanismes de defensa es presenten habitualment en relació els uns amb els altres. Per això és difícil distingir-los. Totes les persones utilitzen aquests mecanismes, però no amb la mateixa intensitat i persistència. Formen part de la conducta normal. Només donen lloc a trastorns psíquics si els emprem de manera contínua i intensa.

8.4. Fenòmens relacionats amb l'inconscient. –

- els somnis

Totes les cultures els han interpretat com un fenomen misteriós. Avui sabem que estan integrats en els processos fisiològics del son, del dormir. Definim el son (DGLC) com l'estat fisiològic que constitueix el període de descans, en què la consciència i la voluntat són suspeses totalment o parcialment i les funcions orgàniques són disminuïdes (ex.: fer un son, tenir el son fort o lleuger, agafar el son, passar tota la nit en un son, he perdut el son). I la son com les ganes de dormir (tinc una son que no hi veig). L'ús de l'electroencefalograma ens ha demostrat que el son té dues grans fases: la REM (Rapid Eyes Movements) i la no-REM, la qual es subdivideix en dues fases: el son superficial i el son profund, cadascuna de les quals es subdivideix en dues subfases. O sigui:

SON NO-REM: 80%	
son superficial	son profund
55%	25%
fase I fase II	fase I fase II
5% 50%	12,5% 12,5%
SON REM: 20%	
intercalat durant les fases de son no-REM	
cada 60-90 minuts	

Només somiem durant la fase REM (el son paradoxal). En adormir-nos entrem en un moment de preson que dóna lloc a l'inici de la fase I del son no-REM. Després se segueixen les quatre fases no-REM, entre les quals s'intercalen fases de son paradoxal cada 60-90 minuts, i és en aquestes intercalacions que somiem. Per tant, al llarg de vuit hores de son una persona normal somia aproximadament entre quatre i cinc cops. Que no siguem conscients dels nostres somnis no vol dir que no somiem cada nit. De fet, només recordem una part molt petita dels somnis que es produeixen al llarg de la nostra vida.

Característiques dels somnis: hi apareixen imatges distorsionades i sovint absurdes que escenifiquen fets o esdeveniments. Els psicoanalistes creuen que sota aquest contingut manifest (incoherent, no lògic) opera un contingut latent que té la seva lògica, el seu sentit. Per a Freud el contingut latent té relació amb els records reprimits: com que el jo afebleix la seva vigilància, en el somni apareix l'inconscient, però el conscient encara conserva part de la seva força repressora, i així deforma els continguts inconscients del somni per evitar que

provoquin angoixa o frustració. Els mecanismes més importants d'aquesta transformació són: 1) la censura: el jo elimina o atenua part del material reprimat que apareix en el somni, o bé el modifica o només deixa que s'insinui; 2) la condensació: el jo agrupa diferents continguts inconscients en un sol objecte (imatges de persones conegudes apareixen amb atributs d'altres persones); 3) la simbolització: el jo impedeix que els impulsos inconscients es mostrin directament en ells mateixos, i els deixa aparèixer sota la forma d'objectes o situacions que els simbolitzen, amb la qual cosa evita l'ansietat (ex.: alguns desigs sexuals apareixen representats en els somnis en forma de símbols fàl·lics, com ara objectes punxaguts i penetrants, o de símbols vaginals, com ara objectes còncavos). Per tant, per interpretar un somni cal descobrir els continguts latents que s'hi expressen, i per fer-ho cal desemmascar les distorsions de la censura. En general, sembla que totes les persones somiem amb fets, esdeveniments o associacions mentals que hem viscut durant la vigília del dia abans. En un primer moment, Freud va creure que tots els somnis eren realitzacions de desigs inconscients prohibits (libidinosos). Així els malsons són una mena d'autocàstig del subjecte (masoquisme). Però la I GM el va obligar a acceptar que hi ha altres somnis que no són libidinosos.

- l'art

L'art és un medi adequat per expressar imatges inconscients. A *El malestar en la cultura* Freud creia que l'art està directament relacionat amb les pulsions sexuals i agressives: l'artista ofereix una representació socialment afeblida de les seves fantasies eròtiques i destructives. La cultura és, doncs, el producte d'un procés gegantí de sublimació: els creadors desplacen la satisfacció de les seves pulsions inconscients cap a objectes estètics que la societat valora positivament (la novel·la, els quadres, el cinema, etc.) i en els quals les fantasies reprimides per la censura del jo poden desenvolupar-se amb llibertat. Però l'art és només això?

- les drogues

El consum de drogues té efectes amplis sobre la consciència, ja que els elements químics de les drogues, en actuar sobre el cervell, poden alliberar una gran quantitat d'imatges més o menys inconscients. La OMS defineix la droga com qualsevol substància que, en ser introduïda en l'organisme viu, pot modificar una o més de les seves funcions. Per tant, són drogues certs fàrmacs, l'alcohol, la cocaïna, l'heroïna, els al·lucinògens (LSD, mescalina), l'haixix, la marihuana, les drogues de disseny, el tabac, etc. No totes les drogues provoquen el mateix efecte sobre l'inconscient. Així, el tabac només ajuda a calmar l'ansietat que provoca la seva addicció. D'altres, com l'LSD, poden provocar al·lucinacions sensorials profundes. El consum habitual de drogues condueix a la drogodependència, és a dir, a l'ús d'algun estupefaent del qual l'individu ja no pot prescindir. El GDL defineix estupefaent així: substància tòxica que actua com a narcòtic o com a euforitzant el consum abusiu de la qual és capaç de crear hàbit i dependència, de produir greus perturbacions físiques i mentals en l'individu i d'alterar-ne la personalitat.

Tema 9: LA PERSONALITAT I ELS TRANSTORNS MENTALS

9.1 definició dels conceptes

9.2 mètodes d'estudi de la personalitat

9.3 tipologia dels trastorns mentals i psíquics

9.4 psicoteràpies

9.1. Definició dels conceptes

No existeix un patró únic de personalitat, ja que cadascú té la seva pròpia personalitat: hi ha personalitats dominants i dominades, extravertides i introvertides, segures de si mateixes o vacil·lants i influenciables. La personalitat és el conjunt de qualitats biològiques, psíquiques i socials que permeten de diferenciar els

individus entre si, ja que estableixen la forma de ser, de pensar i d'actuar de cada persona. La distinció que anteriorment es feia entre *personalitat* i *caràcter*, avui dia ha estat abandonada: segons Allport, el caràcter és simplement la personalitat avaluada des del punt de vista ètic. El caràcter fa referència als valors morals, el prenem en consideració quan fem un judici de valor sobre algú. Fora d'això, s'encavalca amb la personalitat.

Com que al llarg de la nostra vida experimentem canvis importants en la nostra manera de ser i de pensar, la personalitat evoluciona. De fet, la psicologia evolutiva ens ha demostrat que la personalitat es desenvolupa segons fases. També sabem que la personalitat està determinada tant per causes biològiques com pels aprenentatges que hem assolit a través de l'acció educativa. Hi ha també altres factors que juguen un cert paper a l'hora de configurar en concret la personalitat d'algú: la pressió social condiciona moltes persones en relació amb el físic. En conclusió, en la personalitat de cada individu existeix una relació íntima entre la genètica, la química cerebral i les pautes de comportament dels organismes.

9.2. Mètodes d'estudi de la personalitat

Si entenem per *personalitat* el conjunt de conductes, d'interessos i de sentiments més o menys permanents d'un subjecte, llavors per conèixer com és la seva personalitat cal una preparació professional específica, ja que la conducta externa no sempre expressa bé la personalitat oculta. Encara que soni a contradictori, és molt difícil que ens comportem com realment som. Els psicòlegs utilitzen l'entrevista personal com a mètode per accedir als trets de la personalitat. Ara bé, l'entrevista personal no és gens efectiva si no hi ha una confiança mútua entre el psicòleg i l'entrevistat. Hi ha dos tipus d'entrevistes: obertes i dirigides. En les primeres, el subjecte expressa les seves experiències sense que el psicòleg intervingui gaire. En les segones, el psicòleg planteja una sèrie de preguntes que el subjecte ha de contestar per tal que tots dos puguin dialogar sobre els aspectes psicològics que preocupen. La finalitat de l'entrevista és establir un diagnòstic i un possible tractament terapèutic en cas de trastorn de la personalitat o de disfunció psíquica.

Els psicòlegs utilitzen tests i qüestionaris de manera habitual per obtenir informació sobre la personalitat d'un subjecte. Els tests estan basats en tècniques d'interpretació subjectives, mentre que els qüestionaris contenen preguntes que hom pot contestar de manera bastant objectiva. Els tests que estudien la personalitat són anomenats *tests projectius*, ja que el subjecte projecta en les respostes trets de la seva personalitat que estan ocults o són inconscients. Alguns tests famosos són: a) el de Rorschach o test de les taques negres: el subjecte identifica taques amb situacions o sentiments. És un test molt efectiu per diagnosticar la depressió i l'esquizofrènia. b) El test de dibuixos: el subjecte ha de dibuixar una escena o objecte (per ex. la família, un arbre o la figura humana): el psicòleg observa els trets amb què el subjecte caracteritza el que dibuixa. c) El test de a percepció temàtica (T.A.T.): consta de diferents làmines que contenen diferents escenes. Cada subjecte tendeix a interpretar-les segons els trets dominants de la seva personalitat.

Els tests de personalitat o tests projectius han estat acusats de ser massa subjectius, de dependre massa de la interpretació del psicòleg. Els qüestionaris de personalitat volen ser més objectius: a través d'una sèrie de preguntes intenten estimular l'autoanàlisi del subjecte i les seves reaccions emotives. Després es comparen les respostes amb taules estadístiques, i els resultats són fàcilment quantificables. Ara bé, tenen l'inconvenient que no exploren la creativitat personal. El més utilitzat és el Minnesota Multiphasic Inventory Test.

9.3 Tipologia dels trastorns mentals i psíquics.–

No existeix un acord general sobre la classificació i la nomenclatura científica dels trastorns mentals i psíquics, ni tampoc a l'hora de definir-los. Sovint el *trastorn mental* és definit com qualsevol anomalia patològica que impliqui greus alteracions en el pensament, les emocions o la conducta, de manera que l'individu troba dificultats per adaptar-se a l'entorn personal i social. I sovint es diferencien els trastorns mentals dels *psíquics* segons l'origen: els primers són deguts a malformacions fisiològiques o somàtiques; els segons tenen un origen exclusivament psicològic.

Neurosi és un trastorn o malaltia mental caracteritzat per desordres funcionals: afecta només una part de la conducta (no es perd la capacitat global de raonament ni el sentit de la realitat del subjecte), mostra símptomes psíquics i emotius que dificulten la vida diària (incapacitat per controlar tasques vitals bàsiques) i consisteix en una obsessió que pertorba l'individu. *Psicosi* és un trastorn mental que implica la pèrdua global del sentit de la realitat, afecta les capacitats del raonament, el judici i la pròpia percepció, sovint va acompanyat d'al·lucinacions (visions o percepcions imaginàries: alteracions de la realitat externa o interna del subjecte) i de deliris (estats de pertorbació mental que es manifesten per una gran excitació, incoherència en les idees, delusions –enganys de la ment– i al·lucinacions). La psicosi, doncs, és una malaltia mental molt més greu que la neurosi.

Classificació de les neurosis. Es parla de *conducta neuròtica* si el trastorn no és ocasional o transitori, sinó habitual i excessiu (intensitat i permanència).

- les neurosis d'angoixa: provoquen sentiments de por i sofriment per fets que hauran d'esdevenir-se en el futur. La conducta mostra una forta inquietud i intranquil·litat. L'objecte de la por no està clar (por sense objecte precís). Sobre la base fisiològica de l'angoixa (augment de la freqüència cardíaca, del flux sanguini, de la pressió, de l'adrenalina, etc) apareix l'ansietat, que és una pertorbació psíquica caracteritzada per un estat d'extrema inseguretat i inquietud.
- Les neurosis anomenades fòbies: són patològiques pel fet que consisteixen en una aversió apassionada, angiosa i obsessiva, en un temor irracional i incontrolable que es presenta davant determinades situacions o objectes. Ex.: fòbia als animals (zoofòbia), als espais tancats (claustrofòbia), als espais oberts (agorafòbia).
- La hipocondria: és una neurosi caracteritzada per una por irracional i una preocupació excessiva per la salut pròpia, acompanyada sovint de malenconia (tristesia vaga, ombrívola i duradora). La persona hipocondríaca creu que pateix una malaltia greu, a partir de la interpretació personal que fa de les seves sensacions físiques o de signes del seu cos (creu que són els símptomes d'aquelles malalties greus). Aquest estat pot produir reaccions psicossomàtiques.
- Les neurosis depressives: revelen un estat de disminució de vitalitat o d'activitat funcional que presenta símptomes com ara ànim trist, abatiment moral, sensació de buidor interior, desconsol, sensació de soledat, dificultat per comunicar-se amb els altres i per establir relacions afectives, apatia i inactivitat, molta dificultat a l'hora de fer les tasques quotidianes, algunes alteracions físiques (insomni, primor), falta de confiança en un mateix, sentiments de culpabilitat, sensació que la vida pròpia no té sentit, etc. (cfr. Vallejo-Nágera, p. 13).
- Les neurosis de conversió: abans hom les anomenava *histèria*. És un estat psíquic en què es presenten disfuncions físiques (paràlisis, cegueses, tremolors, tics...) sense que existeixin lesions orgàniques que les justifiquin. Es produeixen com a resultat d'una experiència amb una carga emotiva alta que el subjecte normalment no pot processar. De vegades es cura quan el pacient és sotmès a una altra situació amb sobrecàrrega emotiva (ex.: Lourdes). Els histèrics tenen un desig morbós de cridar l'atenció dels altres sobre ells mateixos. Amb atacs que contenen comportaments histriònics o teatrals, crisis de plors, atacs semblants a l'epilèpsia, etc., els histèrics busquen que els altres els prestin atenció i atencions.
- Les conductes obsessivo-compulsives: Obsessió és el fet que una idea o preocupació persistent s'apodera de l'esperit i aquest no la pot controlar. Tot i que el subjecte intenta impedir que en la seva ment apareguin determinades idees, no pot evitar certs pensaments o imatges. Compulsió és un impuls incontrolable que mou a fer actes que si no es realitzessin provocarien una angoixa intensa. La gravetat es troba en el fet que la persona compulsiva vol modificar la seva conducta, però no pot evitar la repetició dels seus actes. Algunes conductes compulsives són socialment perilloses i molt greus: la piromania (impuls irresistible a provocar focs, incendis), la cleptomania (impuls irresistible a robar), la ludopatia (impuls irresistible al joc), etc.

Algunes psicosis. Recordem que una psicosi inclou una desorganització amplíssima de la conducta que afecta la totalitat o la major part de la personalitat. Les psicosis, doncs, són molt més greus que les neurosis.

- *L'esquizofrènia*. En grec vol dir ment escindida. Consisteix en una escissió de la personalitat. Es manifesta en forma de desordre total i pregressiu del pensament i de la conducta. Va acompanyada d'al·lucinacions i d'idees delirants. L'esquizofrènic sent que els altres no el comprenen; per això desenvolupa una conducta introvertida que el porta a l'autisme esquizofrènic (total aïllament en el propi món interior). Quan la malaltia fa un brot (crisi), el comportament és estrofolari i absurd. Un símptoma determinant és l'al·lucinació auditiva: l'esquizofrènic sent veus en el seu cap (escolta els seus propis pensaments, sent veus que parlen d'ell). La malaltia alterna entre períodes de normalitat relativa i brots. Cada nou brot implica un deteriorament progressiu de la malaltia. Com que els símptomes apareixen, normalment, durant l'adolescència o en els primers anys de joventut, abans rebia el nom de demència precoç. Avui es creu que hi ha una clara predisposició genètica. No té guarició definitiva.
- La *paranoia*. Si només afecta els trets de la personalitat, parlem de trastorns paranoics (subjectes que es mostren desconfiats, megalòmans, orgullosos, etc.). Però si hi ha idees delirants (deliris i idees fixes) que afecten gran part de la conducta, es parla de psicosi paranoica. Les idees fixes més habituals són la mania persecutòria i la mania de grandesa, totes dues en graus que van des d'un nivell intrascendent fins a un nivell socialment perillós.
- Les *psicosis maníaco-depressives*. Actualment, es coneix més aviat amb el nom de trastorn maníaco-depressiu bipolar. *Mania* és el comportament hiperactiu del subjecte que es manifesta en una producció debordant de pensaments i accions. El maníac mostra un estat d'alegria contagiosa, tendències vers un optimisme desmesurat, idees de grandesa, hilaritat, loquacitat..., i realitza diferents tasques a la vegada tot passant de l'una a l'altra sense enllestir-ne mai cap. La psicosi maníaco-depressiva mostra cicles alternants de depressió i de mania en un mateix subjecte. A més, és un trastorn ciclotímic, ja que alterna fases d'una certa normalitat amb fases de brot. Avui sabem que la depressió i la mania tenen un component genètic.

Altres trastorns. A més de neurosis i psicosis, hi ha altres trastorns amb implicacions psíquiques que estan relacionats amb les toxicomanies, la conducta alimentària i la conducta sexual. Vegem-ne alguns.

- Una toxicomania és una drogoaddicció, dita també drogodependència. Ja sabem que *droga* és qualsevol substància estupefaent o narcòtica capaç de crear dependència. Doncs bé, les toxicomanies, quan ja han creat una dependència física i psíquica que s'escapa al control del subjecte, van acompanyades de trastorns psíquics: desinterès per aconseguir metes i objectius a la vida, pèrdua d'un cert contacte amb la realitat objectiva, incapacitat per mantenir relacions afectives, desorganització –si més no parcial– del pensament, dificultats per complir amb un horari laboral, desinterès pel propi aspecte físic i per la pròpia imatge, etc.
- Algunes malalties que estan relacionades amb la conducta alimentària, com ara l'anorèxia i la bulímia, també acostumen a anar acompanyades de trastorns psíquics. L'*anorèxia* és una pèrdua o disminució de la gana, i no és preocupant si només és temporal (desànim o disgust, menstruació, astènia primaveral, creixement, etc.), però sí ho és si està lligada a una obsessió per la figura i si aquesta obsessió depèn d'idees equivocades sobre l'autoestima (els altres no m'estimaran, no m'acceptaran si no segueixo els canons estètics de la societat). Es creu que darrera d'una anorèxia de vegades hi ha una personalitat perfeccionista amb tendència a obsessionar-se. L'anorèxia no se supera sense ajut psicològic i psiquiàtric professional (teràpia individualitzada i teràpia de grup). La bulímia és una altra malaltia relacionada amb la conducta alimentària. El símptoma físic és una sensació de fam intensa i imperiosa i que, a més, resulta difícilment saciable. Però aquest símptoma físic sovint acompanya algunes neurosis, o bé estats d'excitació maníaca o fins i tot demències. Quan la bulímia va lligada a una neurosi, és manifestació d'un trastorn psíquic, que pot estar relacionat amb l'autoestima i pot expressar una obsessió. Igual que en el cas de l'anorèxia, cal l'ajut professional del psiquiatre i del psicòleg.
- Algunes conductes sexuals manifesten un trastorn psíquic. El *sadisme*, per exemple, és un comportament sexual pervers: només a través del sofriment físic infligit a l'altre s'aconsegueix l'excitació eròtica i la satisfacció sexual. El gust de fer sofrir i de veure sofrir durant la relació sexual està expressant un desordre de la personalitat. Els psicòlegs sexòlegs esbrinen les causes d'aquestes perversions, que sovint estan relacionades amb una personalitat patològica, amb traumes de la infantesa, amb desordres emocionals, etc, i apliquen teràpies de modificació de la conducta. De fet, el sentit comú ja diu que, quan la sexualitat no es

practica com a mitjà d'unió afectiva de la parella i així separem sexualitat i estimació de l'altre, això vol dir clarament que en la nostra personalitat hi ha algun punt de desequilibri i de manca de maduresa humana. Molts psicòpates criminals practicaven el sadisme sexual amb les seves víctimes. També són comportaments sexuals psicològicament preocupants i patològics el masoquisme (només el propi sofriment i la humiliació provoquen plaer sexual), la zoofília (només s'aconsegueix l'excitació sexual en presència d'animals o en contacte amb els genitals d'animals) i l'exhibicionisme (comportament psicopatològic que consisteix en l'exhibició dels propis òrgans genitals).

1

1

•