

Unidad 1 Semestral Psicología

La problemática de la Psicología

- Proceso del conocimiento
- Emociones
- Motivaciones de la conducta humana; extrínsecas e intrínsecas.
- Personalidad
- Desarrollo del individuo
- Proceso de comunicación interpersonal
- Desajustes psíquicos y su terapia.

Psicología es la ciencia que estudia la conducta, los procesos mentales y la personalidad del hombre, considerado individualmente a lo largo de la vida y en su búsqueda por dar a ésta un sentido que le permita trascender.

Objeto de estudio de la psicología

Del concepto que se tenga de hombre, parten las diversas corrientes psicológicas.

La meta final de la es el esclarecimiento del conocimiento.

Corrientes:

- Teoría psicoanalítica. Si tema central es el inconsciente del cual proceden motivaciones que explican la conducta humana. Freud es su máximo representante, aunque también están Jung y M. Klein. consciente

Preconsciente

Teoría topográfica

Inconsciente

- Conductismo. Registrar conductas y observarlas. Skinner y Pavlov
- Humanista. Desarrollo integral, preocuparse por el sentido de la vida, su felicidad. Se le llama también tercer fuerza. Parte de la idea de que el ser humano es sano. Maslow, Frankl.
- Psicología Transpersonal. Tart en el mundo occidental comenzó esta corriente cuyos orígenes se remontan al hinduismo–busimo Zen y en cierta forma en la mística cristiana. La idea central es el yo cósmico que involucra a cada yo individual con toda la naturaleza.

En conjunto las cuatro corrientes consideran al ser humano como un ser: BIOPSICOSOCIAL

Historia de la

- Aun cuando la es una de las ciencias mas recientes, el estudio del comportamiento humano comenzó desde los filósofos griegos.
- Años después, filósofos del s XVII introdujeron la idea del *dualismo* según la cual el mundo se divide en espíritu y materia. El espíritu explica la existencia de los pensamientos y sentimientos y la materia designa el cuerpo.

- Descartes estableció el nexo entre el alma y el cuerpo, que es la mente.
- John Locke como parte del empirismo dijo que todos los conocimientos se obtienen por observación, por eso la primera corriente es la conductista.

El nacimiento de la psicología como individual se da en 1879 con Wilhem Wundt que funda su laboratorio de y utilizó el método de la introspección. Simultáneamente En EU William James realizó estudios similares.

A fines del s XIX Freud se interesó y descubrió el inconsciente. Curó a histéricas por medio de la hipnosis pues liberaban el inconsciente.

A partir de Freud se le llama psicoanálisis como tal pero su desarrollo se separa en corrientes.

Las pruebas psicológicas surgieron gracias a Galton en el s. XIX y las más comunes son las psicométricas

Metodología de la Ciencia de la Psicología

La psicología es una ciencia pues lleva una metodología sistemática.

Métodos de intervención (terapia, práctica psicológica, educación)

Investigación

Observación es un recurso utilizado en ambos métodos, es la herramienta + imp. de la psicología.

Tipos de observación:

- Anecdótica. No se tiene en mente lo que se quiere observar sino hasta que el evento surge.
- Por periodos fijos. Se sabe lo que se quiere observar y se hace en lapsos de tiempo determinados.
- Periodos variables. Igual que la anterior pero los lapsos cambian.
- Por evento. Sin tiempo, llego, observo y registro.

Introspección ver hacia dentro. La persona registra su propia respuesta se puede usar en inv e int, ha sido criticado por confiabilidad.

Entrevista de las herramientas mas usadas, muy de la mano con observ. Hay dos tipos:

- Abierta. El único objetivo es platicar, no hay cuestionario.
- Cerrada mas rígido con cuestionario.

Métodos psicofísicos empleados para la parte de percepción

Métodos pre-experimentales es casi una observ. son condiciones naturales a las que se aplica una variable.

Métodos experimentales. Se realizan en lab con condiciones controladas.

Métodos psicoanalíticos vías de acceso al inconsciente:

- Interpretación de los sueños. Dar un significado de acuerdo a la historia personal.

- **Asociación libre.** Freud dejaba que sus pacientes hablaran solos.
- **Hipnosis.** Existe un estado entre despierto y dormido, bajan las defensas acerca de lo que no se quiere decir..
- **Métodos proyectivos.** Explorar impulsos, temores que se proyectan en alguna actividad como el dibujo.

Diálogo en contraposición a la entrevista. Mas como una conversación informal.

Encuestas de opinión se pregunta que se siente o piensa acerca de algo.

Ramas de la

Clínica. Fin de resolver problemas personales por medio de terapias: evalúa, diagnostica e interviene.

Educacional. Temas relacionados con procesos enseñanza–aprendizaje.

Comunitaria y social. Gralmente se manejan juntas. La social es teórica, investigación; la comunitaria interviene.

Industrial u organizacional. Estudia las conductas del individuo en el trabajo, implementa métodos de motivación y mayor productividad.

Experimental nuevas investigaciones y teorías que aporten conocimientos a la ciencia.

Unidad 2

La causa de la conducta humana tiene bases fisiológicas, específicamente en el Sistema Nervioso cerebro

Central médula

SN

somático

Periférico

Autónomo simpático

Parasimpático

Neurona. Célula característica de este sistema.

Toda la información que entra y sale de este sistema se transmite a través de nervios que son prolongaciones de las neuronas.

El SNC está muy protegido, el cerebro por el cráneo y la médula por la columna.

Paleoencéfalo:

- **El bulbo raquídeo** controla funciones inferiores que compartimos con los animales, como el

latido del &, digestión, respiración, etc.

- El cerebelo está situado en la parte posterior de la cabeza y sus principales funciones son equilibrio, postura y movimientos no voluntarios.

Neoencéfalo:

Es lo último que evolucionó, se encarga de funciones superiores como capacidad de aprender, almacenar información y el procesamiento consciente.

En el cerebro hay 4 lóbulos:

- Temporal: audición y habla
- Occipital: vista
- Parietal: sensopercepción
- Frontal: procesos básicos superiores (cálculo, memoria, sentido musical, etc)

Mesoencéfalo muchas estructuras: tálamo, hipotálamo, hipófisis; el tálamo es el filtro sensorial.

Capas piamadre

del duramadre

cerebro aracnoides

Médula su función es la sensibilidad y movimiento; gracias al arco reflejo (herramienta que trabaja sola, respuesta a un estímulo)

El SNP llega a cada parte del cuerpo, está compuesto por nervios: 31 pares espinales que van a las extremidades y 12 pares craneales que van del cuerpo hacia arriba.

- Somático: movimientos voluntarios simpático – extremidades
- Autónomo: movimientos involuntarios parasimpático – vesículas

Estos generalmente reaccionan de maneras opuestas; el parasimpático calma las reacciones del simpático y viceversa

La neurona es la célula más débil del organismo

- Muerte fácil por apoptosis (muerte natural) o por necrosis (tóxicos, accidentes, golpes)
- No se reproducen
- Especialización; tienen una función muy estricta.

Aquí va el dibujin de la neurona, jamás lo logré

Sinapsis: es el paso electroquímico de un impulso con el fin de comunicar las neuronas y por tanto todo el SN.

El impulso entra por las dendritas, pasa por el axón e impulsa un neurotransmisor (mensaje) a la siguiente neurona; la mielina facilita la transmisión eléctrica.

sensoriales

Neuronas motoras

Interneuronas (comodines)

Pensamiento rígido, lineal, Intuitivo, artístico, musical, creativo

importan los sonidos que tienen razonamiento de imágenes,

significado; se facilitan las explorador, expresión de emociones.

relaciones espaciales,

cuantitativas, es sistemático.

Los dos hemisferios son mas o menos simétricos, tienen cuatro lóbulos conectados por el cuerpo calloso.

La corteza motora del lado izquierdo regula la mayor parte del lado derecho y viceversa.

Sistema endócrino es otro sistema de comunicación entre el cerebro y el cuerpo.

Hormonas son mensajes químicos producidos por glándulas, transportadas por medio de la sangre.

- Las endócrinas van directo a la sangre.
- Las exócrinas salen a la superficie del cuerpo.

La glándula maestra es la hipófisis o pituitaria, controla y regula a las demás.

Hormona	Glándula	Función
Tiroxina	Tiroides	Metabolismo
Adrenalina	Medula suprarrenal	Reacciones de emergencia
Insulina	Islotes pancreáticos	Síntesis de glucosa
Andrógenos	Testículos y cort. suprarrenal	Caract. Sexuales masculinos
Estrógenos	Ovario, placenta testículos y cort.suprarrenal	Caract. Sexuales femeninos.

Unidad 3

Sensopercepción

El mundo que nos rodea se hace nuestro gracias a este proceso.

Sensación es un estímulo que excita un receptor.

Percepción; después de captar el estímulo lo interpretas.

Sensación	percepción
– excitación de un receptor corporal. – requiere un proceso mecánico. – simplemente se captan estímulos.	• Identificar el significado del estímulo. • Requiere aprendizaje y experiencia previos. • Interpretación de estímulos.

Sensación.

Umbral absoluto. Cantidad mínima de energía que producirá una sensación

Umbral diferencial. Diferencia apenas perceptible alteración mínima de un estímulo que puede provocar un cambio en la percepción.

Ley de Webber mientras mas fuerte sea un estímulo, mayor será el cambio que se requiera para que alguien lo note.

Adaptación sensorial los sentidos muestran máxima sensibilidad ante incrementos o decrementos nuevos y son poco sensibles a una estimulación permanente o casi inalterada.

Trasducción proceso mediante el cual los estímulos se convierten en energía electroquímica para que así lo entienda el sistema nervioso.

Sentidos corporales hacen contacto físico con el mundo externo.

- **Visión.** Conos–color, bastones–luz
- **Audición** se basa en vibraciones de aire y ondas sonoras que atraviesan varios huesos y fluidos. Se mide en decibeles.
- **Gusto y olfato.** Reaccionan con sustancias. Sexo y olfato se relacionan por las ferhormonas y el sistema límbico.
- **Sentidos cutáneos.** El que menos se adapta pues su función es el dolor.
- **Equilibrio.** Es una sensación que se encuentra en el oído interno.
- **Sensaciones corporales.** Cinestecia: sentido del movimiento gracias a receptores internos como los músculos. Dolor referido: viene de órganos internos.

Percepción

Proceso influido por el aprendizaje y la memoria, está relacionado con el pensamiento. Funciona por medio de 3 procesos complementarios:

+ **evocación:** mediante la influencia de la memoria

+ **rectificación:** las sensaciones llegan hasta nuestra mente de tal forma que somos capaces de completar, integrar o eliminar elementos para interpretar un estímulo determinado.

+ **organización:** al percibir estímulos les damos una organización con base a nuestros aprendizajes anteriores, de manera que cuando algo se parece a otra cosa, tendemos a relacionarlo.

Tipos de percepción

- **Sensible:** tiene que ver con los sentidos corporales.
- **Emocional:** te das cuenta de las emociones o sentimientos que tienes.
- **Axiológica:** captar valores; la adecuación de un objeto con el propio sujeto.
- **Intelectual:** dar un significado a las cosas.

***percepciones extrasensoriales:** telepatía, precognición y clarividencia

Factores que intervienen en el proceso de la percepción

- estímulo en calidad o cantidad.
- Madurez fisiológica
- Ejercitación especializada de los sentidos
- Cultura, ideas, ambiente.
- Vivencias fuertes
- Expectativa
- Valores
- Autoconcepto
- ECRO esquema conceptual referencial operativo. El criterio que tienes para percibir algo.
- Capacidad para dar sentido.

Enfoques de la percepción

- Gestalt. No es lo mismo el todo que la suma de las partes:
 - Proximidad
 - Similitud
 - Figura – fondo
 - Inferencia perceptual
- Enfoque empirista. Toda la info, deriva de las percepciones sensoriales y de la experiencia.
- Enfoque del procesamiento de la información: propone que la información es manejada en varias etapas, que los procesos mentales están interconectados y no aislados.

Anomalías de la percepción

- ilusión. Si hay un estímulo, la mente lo deforma, es una representación errónea de la realidad.
- Alucinación. No existe estímulo, la mente lo crea.

Percepción del tiempo y el espacio

Es individual y subjetivo.

El espacio lo percibimos en 3D gracias al aparato vestibular, la vista y las referencias del cuerpo.

El tiempo se ha estudiado muy poco, lo único fisiológico son los ciclos corporales como sueño–vigilia, respiración, etc.

Atención

Enfoque de la actividad mental hacia algo determinado. La concentración es mantener la atención un tiempo determinado.

- Espontánea. No es voluntaria, de repente surge algo que capta tu atención.
- Voluntaria. Decides focalizar tus sentidos.
- Pasiva. La menos voluntaria, no la puedes evitar.

Imaginación

Proceso de crear en la mente objetos o eventos sin la sensación. Imaginamos a partir de lo que ya conocemos. Ayuda a la ciencia y tecnología, es el sustento del arte. Una aplicación práctica son las visualizaciones guiadas.

La imaginación es importante en la psicología:

- Los niños menores de 3 años no distinguen la diferencia. Pensamiento mágico, lo que imaginan se puede hacer realidad.
- Humanismo. La primera herramienta para crear tu realidad es la imaginación.

Unidad 4

Aprendizaje puede definirse como un cambio relativamente permanente en el comportamiento; se obtiene a partir de la experiencia voluntaria o involuntariamente.

C.clásico

C.operante

modelación

Tipos de ensayo y error

Aprendizaje repetición

Ap. Significativo

Asociación

Condicionamiento Clásico

Descubierto por Pavlov accidentalmente.

Campana estímulo neutro Campana estímulo condicionado

Comida estímulo incondicionado

Salivación respuesta incondicionada tiempo Salivación respuesta condicionada

El CC es un tipo de control sobre las respuestas de un animal o persona, de forma que una respuesta anterior se asocie con un nuevo estímulo. Respuestas Involuntarias

Principios Generales del CC:

- Una respuesta debida al CC se adquiere gradualmente. Mientras más se repita la asociación, la respuesta aumenta.
- Sincronía de tiempo y lugar. Los estímulos incondicionales y neutros deben coincidir.
- Generalización. Todo lo que se parezca al estímulo debe producir la respuesta.
- Discriminación. Capacidad de responder de manera diferente a diferente estímulo.

Este es el estímulo que asocié y no otro

- Extinción. Todo se olvida si no se repite la asociación en mucho tiempo.
- Recuperación espontánea. En algún lugar y momento, después de determinado tiempo, se recupera la respuesta.

Condicionamiento Operante. (respuestas voluntarias)

Realizado a partir de las consecuencias del comportamiento.

Skinner: Walden Dos

Principios Generales del CO

- **Reforzador.** Consecuencia de una conducta, estímulo que incide en la probabilidad de que se repita una conducta (premios) Pueden ser positivos (dar algo) o negativos (quitar algo).
- **Castigos.** Estímulo o consecuencia con la finalidad de disminuir la conducta. No es la mejor opción pues puede acarrear ira, agresión o evitación.

Programas de reforzamiento. La diferencia entre programas depende de la frecuencia con que das un reforzador.

- **Programas continuos.** La conducta siempre se refuerza.
- **Programas Intermitentes.** Por numero de repetición o por número de tiempo, pueden ser fijo o variable en ambos casos.
- **Economía de fichas.** (llenar tarjetas) dar reforzadores parciales cada que se presenta la conducta prometiendo un reforzador final.

Modelación

Aprender imitando a otros, sobre todo en respuestas sociales.

- **Cuando el comportamiento ajeno aumenta las posibilidades de que yo haga una conducta.**
- **Desinhibición.**
- **Binario o Social (Bandura)** veo que refuerzan una conducta en alguien mas y la imito.

Ensayo-error

Thorndike. A base de ensayar respuestas, recibiendo reforzamiento en las correctas y cometiendo errores se aprende la conducta deseada.

Repetición

Repetir verbal, mental o motoramente.

Aprendizaje Significativo

Ausbel identificó tres tipos de aprendizaje:

- **Por repeticiones.** Símbolos o representaciones unitarias.
- **De proposiciones.** Aprendes la relación entre varios símbolos.
- **Significativo o de conceptos.** Llevas las cosas a un contexto real, viviéndolo.

Por asociación

Muy usado en la publicidad, ej. Asociar la belleza con el éxito.

Factores que influyen en el aprendizaje

- **Retroalimentación.** Puede favorecer o afectar, que te digan si lo que aprendiste está bien o mal y por qué..
- **Transferencia.** Positiva: lo que ya sabes te sirve como herramienta para aprender algo nuevo. Negativa. Lo que ya sabes es un obstáculo para aprender algo nuevo.
- **Práctica.** La habilidad mejora si se repite.

Estrategias de aprendizaje

Radican en la forma personal de aprender.

- **Aprendiendo a aprender.** Qué me funciona y qué no. Mnemotecnica: asociar ideas, conceptos, imágenes. Síntesis: realizar cuadros sinópticos. Hola niñas, estan estudiando mucho?? jeje
- **Desvalidez y pereza.** Con pereza no hay forma de aprender, lo importante es saberla combatir. La Desvalidez es no poder hacer algo.
 - **Estabilidad.** Lo malo que te pasa es estable, no cambia.
 - **Globalidad.** Si repruebo una materia soy pésima estudiante.
 - **Intermalidad.** Me culpo por algo que pudo haber sido externo.

Condiciones ambientales que facilitan el aprendizaje

- **Tipo de material,** que llegue a todos los canales sensoriales.
- **Repetición.** Que vuelva a llegar a tu cabeza constantemente.
- **Condiciones de práctica (distractores)** que nada desvíe el aprendizaje.

Factores personales

- **Edad**
- **Motivación**
- **Disposición para el aprendizaje**
- **Metas y objetivos**

Problemas del aprendizaje

- **Retraso mental.** Función cognitiva anormal.

CI –70

CI 70–.85 límite.

- **Dislexia.** Capacidad inferior para el proceso de lecto escritura.
- **TDA– H trastorno por déficit de atención.** Es algo fisiológico, puede ser problema de desarrollo.

Memoria

Es una facultad intelectual que nos permite almacenar información y ganar experiencia, conocimientos y mantener una historia personal y la propia identidad.

Info se almacena se procesa se recupera

Fases de la memoria

- Fijación adquisición o registro, captados por la sensación, imaginación que son guardados por la mente.
- Codificación (Trasducción)
- Conservación. Los recuerdos se almacenan pasando a ser parte del inconsciente.
- Evocación. Un estímulo es capaz de recuperar la información.
- Localización. Esfuerzo mental de ubicar el recuerdo.
- Reconocimiento. La atención se concentra en los recuerdos para identificarlos como previamente almacenados.

Tipos de memoria

- Almacenamiento sensorial. Fracc segs.
- Corto plazo. 20/30 seg.
- Largo plazo

Memoria de acuerdo a su contenido

- Imágenes sucesivas. Forma más elemental de la memoria sensorial. Persistencia de las sensaciones en los órganos receptores. No es regulada por la voluntad.
- Imágenes gráficas (mem fotográfica o imágenes eidénicas) mas común en niños y adolescentes
- Imágenes de representación. Va mas allá de la fotográfica, es significativa.
- Memoria discursiva. Tiene que ver con cadenas de conceptos.
- Memoria emocional. Cuando una percepción emocional queda en tu memoria, son recuerdos de sentimientos.
- Memoria motora. Habilidades manuales que se convierten en hábitos.