

# TRABAJO PRÁCTICO DOMICILIARIO N\*1 DE PSICOLOGÍA 5TO A Y B

Profesora Cristina Benegas.

## INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA

La psicología es el estudio científico de la conducta y de los procesos mentales. Los psicólogos difieren en cuanto a los enfoques que adoptan para estudiar y comprender la conducta y la mente humanas. Aunque muchos psicólogos son intransigentes con respecto a las posturas adoptadas por algunos de sus colegas, puede decirse que se necesitan muchos enfoques diferentes para comprender la complejidad de la conducta y de la mente humana.

La conducta es todo aquello que hace un organismo, cualquier acción que podamos observar y registrar.

Los procesos mentales son las experiencias subjetivas internas que deducimos de la conducta: las sensaciones, las percepciones, los sueños, los pensamientos, las creencias y los sentimientos.

La Psicología no se contenta con la descripción del comportamiento, va más allá, intenta explicarlo, predecirlo y, por último, modificarlo.

## EVOLUCIÓN HISTÓRICA DE LA PSICOLOGÍA

En sus comienzos la psicología se desarrolló como parte de la filosofía. Su surgimiento como disciplina autónoma se produjo en Alemania, en 1879, cuando el fisiólogo Wilhelm Wundt creó su *Laboratorio de Psicología Experimental*. Aunque había estudiado fisiología, a Wundt le interesaba estudiar la mente humana. En su laboratorio desarrolló un método para el estudio de la mente de

acuerdo con las ciencias naturales que conocía: ideó situaciones cuidadosamente controladas, como por ejemplo estudiar los tiempos de reacción de las personas frente a estímulos luminosos. En estos experimentos entrenaba a las personas a informar acerca de sus sensaciones. Estos informes eran cuidadosamente registrados por sus ayudantes, que observaban las reacciones y los comentarios de las personas que participaban activamente del experimento. Llamó a este método de autoobservación introspección.

A través de este método, Wundt identificó dos elementos básicos de la vida mental: las sensaciones y los sentimientos. La tarea de la psicología consistía para él en el estudio de estos contenidos mentales mediante la introspección y la experimentación. Los experimentos de Wundt fueron muy importantes desde el punto de vista de la historia de la psicología, no tanto por lo que avanzó en la comprensión de los fenómenos mentales, sino porque su trabajo atrajo a muchos estudiantes que siguieron desarrollando la disciplina.

### Métodos empleados en psicología

Introspección: es la observación del hecho psicológico por aquel en quien se produce. El sujeto se autoobserva, y que en este autoexamen se capta el hecho psicológico. Para los introspeccionistas esta es la única manera de acceder a lo psíquico. Por ejemplo, para llegar a conocerse, una persona deberá reflexionar sobre sus reacciones, sentimientos, etc.

**La observación externa: nos expresamos a través de nuestro cuerpo y nuestro cuerpo nos expresa aunque queramos evitarlo. No podemos evitar, por ejemplo, ponernos colorados de vergüenza, o temblar de frío o de miedo. Con este método se afirma que es sólo con la observación de la conducta como se hace posible desarrollar el método científico en psicología.**

### **El campo de la Psicología.**

**A lo largo del siglo XX, el campo de la psicología, aquello a lo que se dedica, ha sufrido un importante proceso de expansión, dividiéndose en una serie de subcampos. De ellos, los mas importantes son:**

- **La psicología clínica:** los especialistas en este subcampo se dedican a la psicoterapia, ayudando a las personas a abordar sus problemas personales. Trabajan en hospitales, clínicas o realizan sus prácticas en consultorios. Además de tratamiento, los psicólogos clínicos realizan también diagnósticos psicológicos, a través de test o pruebas que ayudan a elegir el tratamiento más indicado según los casos. Se diferencian de los psiquiatras, que también tratan a personas perturbadas anímicamente, en cuanto a que estos últimos tienen formación médica y pueden así recetar psicofármacos, mientras que los psicólogos no.
- **La Psicología educacional:** trabajan en los procesos de enseñanza y aprendizaje que se llevan a cabo en la escuela, desarrollando en ocasiones nuevos métodos y evaluándolos. Se dedican también a los educandos con problemas de

**aprendizajes o de conducta, para ayudarlos a que lo superen.**

- **La psicología laboral: se ocupan de administrar test para la selección del personal requerido por las empresas y del mantenimiento de un buen clima social en los diferentes ambientes de trabajo. Algunas participan también en la realización de encuestas de mercado, especialmente coordinando lo que se denominan grupos motivacionales para la evaluación de la acogida del público a nuevos productos del mercado. Colaboran en equipos de publicidad.**
- **La psicología comunitaria: se trata de un campo de aplicación de la psicología relativamente nuevo, en el que se abordan los problemas de salud mental desde la perspectiva de la salud pública. Esto significa que su objetivo no es en este caso el individuo, sino los grupos en los contextos en los que se desarrolla su vida cotidiana. Por lo tanto, el psicólogo comunitario no atiende en su consultorio, sino que se traslada al barrio o la comunidad en la que ha sido designado para trabajar y realiza intervenciones en el lugar mismo de residencia de las personas involucradas. Por ejemplo si se trata de trabajar en la prevención del sida entre grupos de jóvenes no escolarizados, residentes en barrios humildes, los psicólogos comunitarios se trasladarán a esos barrios, buscando un espacio adecuado para realizar las tareas preventivas, como por ejemplo un club, y convocarán a los jóvenes para la realización de talleres y otras tareas preventivas.**

### ACTIVIDAD:

- ¿Cómo definirías la psicología?
- ¿Cuáles son los temas más importantes que estudia la psicología?
- ¿Cuál es la diferencia entre psicología y psiquiatría?
- ¿Cuándo surgió la psicología como disciplina autónoma?  
¿Cuál es su importancia para el desarrollo posterior de la disciplina?
- Describe brevemente el campo de acción de la psicología.
- Observa y analiza la siguiente viñeta, haz un comentario:

