La ciencia de la psicología



Preámbulo

Módulo 1.1 Fundamentos de la psicología moderna

Módulo 1.2 Los psicólogos: quiénes son y qué hacen

Módulo 1.3 Métodos de investigación en la psicología

Módulo 1.4 Aplicación: conviértase en un pensador crítico

¿Sabía usted que . . .

- uno de los fundadores de la psicología moderna era tan mal estudiante que repitió un grado en la escuela? (p. 5)
- un movimiento que, por algún tiempo, dominó la psicología creía que los psicólogos debían alejarse del estudio de la mente? (p. 6)
- una de las escuelas principales de la psicología fue inspirada por el panorama visto desde un tren? (p. 8)
- la escuela de la psicología originada por Sigmund Freud sostiene que, por lo general, no estamos conscientes de nuestros motivos verdaderos? (p. 8)
- usted puede obtener listados y resúmenes de artículos de las principales publicaciones de psicología con el uso de su computadora casera (y gran parte de éstos no tienen costo)? (p. 37)

El cerebro adora los acertijos

■ Una estudiante de psicología cumplió con todos los requerimientos para un doctorado en la Universidad de Harvard, pero esta institución se negó a concederle el doctorado. La estudiante, determinada, hizo una distinguida carrera en psicología, impartió clases y condujo importantes investigaciones; incluso se convirtió en presidenta de la American Psychological Association. ¿Por qué supone que la universidad se negó a otorgar el grado doctoral a esta estudiante? (p. 19)



USTED, YO Y NOSOTROS

Tal vez este sea su primer curso de psicología, pero es probable que no sea su primer encuentro con muchos de los temas que los psicólogos estudian. Es posible que su primer contacto con el tema de estudio de la psicología iniciara muchos años atrás. Quizá sucedió cuando se preguntó por primera vez por qué la gente hace lo que hace o cómo difieren sus personalidades. Tal vez inquirió por qué su compañero de tercer grado no parecía poder quedarse quieto y, con frecuencia, interrumpía la clase. O quizá sintió curiosidad por cómo se relacionan las personas entre sí y cómo ejercen influencia en sus respectivas conductas. O tal vez se cuestionó más sobre sí mismo, sobre quién es usted y por qué hace lo que hace. Tal vez una de las razones por las que toma este curso es para aprender más acerca de usted mismo.

Los psicólogos estudian el comportamiento en todas sus formas. Una manera de pensar acerca de la psicología es comprender qué implica el estudio de *usted* (la conducta de otras personas), de *mí* (la conducta propia) y de *nosotros* (cómo se ve afectada nuestra conducta por los grupos y las influencias sociales). A los psicólogos también les interesa estudiar la conducta de las especies no humanas. Los estudios sobre el comportamiento de los animales pueden arrojar luz sobre los principios básicos de la conducta y pueden también ayudar a informar la comprensión sobre el comportamiento de las personas.

Puede encontrar respuestas para muchas de sus preguntas acerca de sí mismo y de los demás en este curso de introducción a la psicología. Sin embargo, es probable que no encuentre todas las respuestas que busca. Aún hay vasta información que no comprendemos, mucho que todavía hay por explorar. Este libro de texto, como el campo mismo de la psicología, en realidad se refiere al proceso de exploración; es decir, a la búsqueda de conocimientos sobre la conducta y los procesos mentales.

La psicología es una disciplina científica, pero, ¿qué es lo que la hace científica? Una respuesta es que valida la evidencia sobre la opinión y la tradición; incluso la tradición de honor o las opiniones de estudiosos y pensadores respetados. Los psicólogos no ignoran esto o incluso el *folklore*. No obstante, como científicos, necesitan que las opiniones, supuestos, creencias y teorías sean probadas y analizadas a la luz de la evidencia disponible. Los psicólogos buscan respuestas a las preguntas que ellos mismos y otras personas se formulan sobre la naturaleza humana por medio de métodos científicos. Al igual que otros hombres de ciencia, los psicólogos son profesionales escépticos. Sólo confían en teorías que pueden vincularse con la evidencia observable. Como en todas las ramas de la ciencia, los investigadores en el campo de la psicología reúnen evidencias para probar sus teorías, creencias y asunciones.

Antes de avanzar en nuestra exploración de esta ciencia, definamos qué queremos decir con el término *psicología*. A pesar de que se han propuesto diversas definiciones, la que más se utiliza en la actualidad la determina como la ciencia de la conducta y los procesos mentales. Pero, ¿qué significan éstos términos? En sentido amplio, todo lo que un organismo hace es una forma de conducta. Sentarse en una silla es una forma de conducta. Leer, estudiar y ver televisión son otras. También lo son prepararse un emparedado y hablar por teléfono. Sonreír, bailar y levantar el brazo, incluso pensar y soñar, son formas de conducta.

Los procesos mentales son experiencias privadas que constituyen nuestra vida interior. Entre estas experiencias privadas se incluyen pensamientos, sentimientos, sueños y ensueños, sensaciones, percepciones y creencias que los demás no pueden observar o experimentar de manera directa. Uno de los desafíos que enfrentan los psicólogos es encontrar la manera de lograr que esas experiencias internas estén disponibles para el estudio científico.

Antes de comenzar a explorar cómo estudian los psicólogos la conducta y los procesos mentales, vayamos a los prígenes de la historia de la psicología para ver la manera en que se desarrolló como disciplina científica y dónde se encuentra ahora.

Módulo 1.1

Fundamentos de la psicología moderna

- ¿Qué es la psicología?
- ¿Cuáles son los orígenes de la psicología?
- ¿Cuáles fueron las principales escuelas iniciales de la psicología?
- ¿Cuáles son las principales perspectivas contemporáneas en la psicología?

ste primer módulo del libro de texto prepara el escenario para nuestro estudio de la psicología y describe su desarrollo como disciplina científica. ¿Cómo se desarrolló la psicología?, ¿cuáles fueron las influencias importantes que dieron forma a su desarrollo como disciplina científica? Aquí respondemos esas preguntas mediante el recuento de una breve historia de la psicología. Comencemos por señalar que, a pesar de que es aún una ciencia joven, sus orígenes se remontan a la Antigüedad.

los procesos mentales.

CONCEPTO 1.1

A pesar de que la psicología es una ciencia relativamente joven, el interés por comprender la naturaleza de la mente y la conducta encuentra sus raíces en la Antigüedad.

La psicología es la disciplina

científica que estudia la conducta y



Psicología: la ciencia de la conducta y los procesos mentales
Los psicólogos estudian lo que hacemos y cómo pensamos, sentimos, soñamos, experimentamos y percibimos. Utilizan métodos científicos para guiar sus investigaciones sobre la conducta y los procesos mentales.

psicología Ciencia de la conducta y los procesos mentales. psicofísica Estudio de las relaciones entre las características de los estímulos físicos, como su intensidad, y las sensaciones que experimentamos como respuesta a ellos.

Orígenes de la psicología

La historia de la psicología no tiene un origen definido: no podemos marcar su nacimiento en ningún calendario. Podemos especular que es muy probable que la historia comenzara cuando los primeros seres humanos desarrollaron la capacidad de reflexionar sobre su propia naturaleza. Tal vez sintieron curiosidad, como muchos de nosotros la sentimos ahora, sobre lo que hace reaccionar a la gente. Pero lo que pudieron pensar o decir acerca de la naturaleza de los seres humanos aún se desconoce, pues no existe registro alguno de esas cavilaciones.

La palabra **psicología** se deriva de dos raíces griegas: *psyche*, que significa "mente", y *logos*, que significa "estudio" o "conocimiento". Por lo tanto, es apropiado acudir a los filósofos del periodo clásico de la antigua Grecia, alrededor de los años 500 y 300 a.C. Los filósofos de la antigua Grecia que ejercieron la influencia más profunda en el pensamiento psicológico fueron Sócrates (alrededor de 469-399 a.C.), Platón (alrededor de 428-348 a.C.) y Aristóteles (alrededor de 384-332 a.C.)

Sabemos de Sócrates por medio de los escritos de su discípulo prominente, Platón. Sócrates, cuyo credo más famoso fue "conócete a ti mismo", enfatizó la importancia del autoexamen y la reflexión personal. Él creía que una vida no examinada no valía la pena vivirla. Su tema de la autoexploración permanece como uno de los más perdurables en la psicología moderna. Platón también aprendió de Sócrates que no debemos confiar en nuestros sentidos para adquirir conocimientos sobre el mundo, dado que éste, que nos es dado a través de aquéllos, es una copia imperfecta de la realidad. La noción de que no debemos confiar en nuestra percepción como ventana hacia la verdad hace eco en los psicólogos modernos, quienes estudian cómo los sentidos pueden engañarnos en forma de ilusiones visuales (consulte el capítulo 3). Como Sócrates antes que él, Platón creía que, para adquirir verdadero conocimiento, debíamos apoyarnos en el pensamiento y la razón, no en la información que llega a nosotros por medio de nuestros imperfectos sentidos.

Aristóteles, el discípulo más famoso de Platón, pensaba distinto. Fue instruido como naturalista, de manera que no es sorprendente que creyera que el conocimiento podía ser adquirido por los sentidos mediante la observación atenta. Aristóteles sostenía que la búsqueda del conocimiento debía basarse en la experiencia del mundo que nos rodea, no en el puro pensamiento o razonamiento. La filosofía aristotélica llegó a influir en el desarrollo de las ciencias modernas, como puede verse en el énfasis que dichas ciencias hacen en la experimentación y en la observación atenta como senderos hacia el conocimiento.

A pesar de que la mayoría de los antiguos griegos creía que los dioses interferían en la vida cotidiana de la gente, Aristóteles afirmaba que la gente debía creer sólo en lo que podía ver y tocar. Fue uno de los primeros en escribir acerca de las causas naturales de la conducta humana en lugar de apelar a las explicaciones divinas o sobrenaturales. Incluso explicó cómo un pensamiento conduce a otro; sus conceptos sobre la asociación de ideas aún se encuentran en las perspectivas contemporáneas del aprendizaje y el pensamiento. Aristóteles también señaló que las motivaciones primarias de la gente y los animales inferiores son la búsqueda de placer y la evitación del dolor. Este enfoque se ha convertido en un pilar de las teorías modernas de la motivación.

Incluso, al considerar las contribuciones de los antiguos filósofos griegos, no debemos olvidar que otros sistemas de pensamiento acerca de la naturaleza humana se enraizaban por todas par-

tes al mismo tiempo: en África, el Medio y el Lejano Oriente, donde Confusio, filósofo y ensayista, (alrededor de 551-479 a.C.) se convertiría en el pensador más influyente y respetado en la historia china. Confucio creía que la gente tiene una capacidad innata para hacer el bien, y que el mal es el producto de un ambiente negativo o de la falta de educación, no de una naturaleza maligna. Como ya veremos, la creencia en que las influencias del ambiente desempeñan una función esencial en la determinación de la conducta encuentra su expresión en el pensamiento de las escuelas modernas de psicología. Confucio también sostenía que las personas debían gobernarse por principios morales (más que por motivos de beneficio propio), y que debían cultivar su mente al grado máximo. Los psicólogos contemporáneos también han vuelto su atención hacia los temas del razonamiento y desarrollo morales, como lo veremos en el capítulo 10.

La psicología fue un tema de profundo interés para filósofos, teólogos y escritores durante varios cientos de años. No comenzó a surgir como disciplina científica sino hasta finales del siglo xix. Uno de los primeros científicos que estudió los procesos psicológicos fue el fisiólogo alemán Gustav Theodor Fechner (1801-1887). Él estudió **psicofísica**, la rama de la psicología que estudia las relaciones entre la intensidad y otras características físicas de la luz, el sonido y otros

estímulos, y las sensaciones que experimentamos como respuesta a éstas (su brillo, volumen, etcétera). En 1860, Fechner publicó sus descubrimientos en su libro *Elements of Psychophysics*. En la década de 1850, otro fisiólogo alemán, Hermann von Helmholtz (1821-1894), desarrolló una teoría sobre cómo percibe la gente el color. Volveremos con las contribuciones de Fechner y von Helmholtz cuando revisemos los procesos de sensación y percepción en el capítulo 3.

Por lo regular, se acredita a un científico alemán, Wilhelm Wundt (1832-1920), la fundación de la psicología como una ciencia independiente. Otorgamos el crédito a Wundt (se pronuncia Vunt) porque estableció el primer laboratorio de psicología, donde comenzó a aplicar métodos en experimentales para hacer estudios al respecto (E. Taylor, 2000). Con la inauguración del laboratorio de Wundt, en Leipzig, Alemania, en 1879, la psicología hizo la transición de filosofía a ciencia (Benjamin, 2000).

En ciertos aspectos, Wundt era un candidato improbable para fundar una nueva ciencia. Cuando era niño fue un estudiante mediocre e incluso se le solicitó repetir un grado. El problema para el joven Wundt era que tendía a soñar despierto en clase. Con frecuencia podía encontrársele sentado, con un libro abierto en las manos y en el acto de contemplar el espacio en lugar de leer el texto asignado (una práctica que este autor espera que usted no emule demasiado cuando abra su libro de texto de psicología). Sin embargo, perseveró y, con el tiempo, se graduó de la escuela de medicina. A partir de entonces tuvo una brillante vida profesional como investigador en psicología. Más tarde, aplicó su instrucción científico a su verdadera pasión: la comprensión de la experiencia consciente. Al establecer el primer laboratorio de psicología, el hombre que en alguna ocasión se había retrasado en la escuela (porque estaba demasiado absorto en sus propios pensamientos), se convirtió en el primer científico de la mente.

Como con cualquier disciplina científica, el campo de la psicología es un relato evolvente de exploración y hallazgo. En este texto, usted encontrará a muchos de los exploradores y descubridores que han dado forma a la historia continua de la psicología. El puente entre el pensamiento antiguo y el presente inicia con Wundt; allí encontramos a



Wilhelm Wundt

FIGURA 1.1 Psicología, los primeros días: una línea de tiempo

1860	Gustav Fechner publica Elements of Psychophysics
1875	William James imparte en Harvard la primera conferencia sobre psicología
1878	G. Stanley Hall recibe el primer doctorado en psicología en Estados Unidos
1879	Wilhelm Wundt establece el primer laboratorio de psicología
1883	Primer laboratorio estadounidense de psicología establecido por G. Stanley Hall en la Universidad John Hopkins
1887	G. Stanley Hall funda el American Journal of Psychology
1889	James Mark Baldwin establece el primer laboratorio canadiense de psicología en la Universidad de Toronto
1890	• James escribe el primer libro de texto de psicología: Principles of Psychology
1892	 Se forma la American Psychological Association (APA); G. Stanley Hall es su primer presidente
1894	Margaret Floy Washburn es la primera mujer en recibir un doctorado en psicología
1895	Sigmund Freud publica su primera obra sobre psicología
1896	Lightner Witmer funda la primera clínica psicológica en Estados Unidos
1900	Freud publica La interpretación de los sueños
1905	 Dos franceses, Alfred Binet y Théodore Simon, anuncian el desarrollo de la primera prueba de inteligencia, la cual describen como "una escala de medida de la inteligencia" Mary Whiton Calkins se convierte en la primera presidenta de la APA
1908	El trabajo de Ivan Pavlov acerca del condicionamiento aparece por primera vez en una publicación científica estadounidense
1910	Max Wertheimer y sus colegas comienzan a investigar con la psicología de la Gestalt
1913	Watson publica el manifiesto conductista: Psychology as the Behaviorist Views It
1920	 Francis Sumner es el primer afroamericano en recibir un doctorado en psicología en Estados Unidos Henry Alston es el primer afroamericano en publicar sus descubrimientos de investigación en una importante revista de psicología en Estados Unidos

su discípulo, Edward Titchener, y al estructuralismo: la escuela con la cual ambos están asociados. (Consulte la figura 1.1 para conocer una línea de tiempo de los primeros días de la psicología.)

Wilhelm Wundt, Edward Titchener y el estructuralismo

Wilhelm Wundt estaba interesado en el estudio de las experiencias mentales. Empleó un método llamado **introspección**, o el cuidadoso autoexamen y reporte de las experiencias conscientes de la persona. Por ejemplo, él presentaba objetos a las personas, como fruta, y les pedía describir sus impresiones o percepciones del objeto en términos de su forma, color o textura, y cómo sentían el mismo al tocarlo. O pedía a los sujetos que olieran una esencia y describieran las sensaciones o sentimientos que dicha esencia provocaba en ellos. De esta manera, Wundt y sus alumnos buscaban dividir las experiencias mentales en las partes que las componen —sensaciones, percepciones y sentimientos—, y después descubrir las reglas que determinan cómo se combinan estos elementos para producir el rango completo de experiencias conscientes.

Edward Titchener (1867-1927), un inglés que fue discípulo de Wundt, Ilevó las enseñanzas y los métodos de introspección de su maestro a Estados Unidos y a otros países de lengua inglesa. La escuela de la psicología identificada con Wundt y Titchener fue conocida como **estructuralismo**, un enfoque que intentaba definir la estructura de la mente al dividir la experiencia mental en las partes que la componen. Los estructuralistas buscaron diseñar una tabla periódica de los elementos de la conciencia, de manera muy semejante a cuando los químicos, algunos años antes, construyeron la tabla periódica de los elementos (Willingham, 2007).

El primer estadounidense que trabajó en el laboratorio experimental de Wundt fue el psicólogo G. Stanley Hall (1844-1924) (Johnson, 2000). En 1892, Hall fundó la American Psychological Association (APA), actualmente la organización más grande de psicólogos en Estados Unidos, y fungió como su primer presidente. Nueve años antes, en 1883, Hall estableció el primer laboratorio de psicología en Estados Unidos, en la Universidad John Hopkins (Benjamin, 2000). Resulta claro que Hall desempeñó una función definitiva como padre de la psicología de aquel país. Por lo regular, ese honor se ha adjudicado al afamado psicólogo estadounidense William James.

William James y el funcionalismo

William James (1842-1910) fue capacitado como médico, pero realizó importantes contribuciones tanto a la psicología como a la filosofía. A pesar de emplear la introspección, cambió su enfoque hacia las funciones de la conducta. A diferencia de los estructuralistas, no creía que la experiencia consciente debiera ser dividida en elementos separados. En lugar de ello, sostenía que la experiencia mental puede comprenderse mejor en términos de las funciones o propósitos para los que sirve.

James creó el **funcionalismo**, la escuela de la psicología que se enfoca en cómo la conducta ayuda a los individuos a adaptarse a las demandas que enfrentan en el ambiente. Mientras los estructuralistas se ocupaban en comprender la estructura de la mente humana, los funcionalistas se dedicaban a estudiar las funciones de los procesos mentales (Willingham, 2007). Los funcionalistas examinaban el rol de las funciones de los procesos mentales, es decir, *por qué* hacemos *lo* que hacemos. Por ejemplo, James creía que desarrollamos hábitos, como las maneras características de emplear una cuchara o un tenedor, porque estos utensilios nos permiten desempeñarnos con mayor eficacia para satisfacer las numerosas necesidades que enfrentamos en la vida diaria.

John Watson y el conductismo

A principios del siglo xx, una nueva fuerza en la psicología adquirió relevancia. Se le llamó **conductismo** y su credo era que la psicología debía limitarse al estudio de la conducta evidente que los observadores pudieran registrar y medir. El fundador del conductismo fue el psicólogo estadounidense John Broadus Watson (1878-1958). Razonó que, dado que no es posible observar los procesos mentales de otra persona, la psicología nunca avanzaría como ciencia, a menos que eliminara los conceptos mentalistas como mente, conciencia, pensamiento y sentimiento. Rechazó a la introspección como método de búsqueda científica y propuso que la psicología se convirtiera

CONCEPTO 1.3

El estructuralismo, primera escuela de la psicología y asociada con Wundt y Titchener, utilizaba la introspección como método para revelar las estructuras fundamentales de la experiencia mental en forma de sensaciones, percepciones y sentimientos.

CONCEPTO 1.4

William James, fundador del funcionalismo, creía que la psicología debía enfocarse en cómo nuestro comportamiento y procesos mentales nos ayudan a adaptarnos a las demandas que enfrentamos en el mundo.

introspección Enfoque interior de las experiencias mentales, como sensaciones o sentimientos.

estructuralismo Escuela de la psicología que pretende comprender la estructura de la mente al analizar las partes que la componen.

funcionalismo Escuela de la psicología que se enfoca en las funciones de adaptación de la conducta.

conductismo Escuela de la psicología que sostiene que esta disciplina debe limitarse al estudio de la conducta evidente y observable.

en una ciencia de la conducta, no de los procesos mentales. A este respecto, compartía con el antiguo filósofo griego Aristóteles la creencia en que la ciencia debía basarse en sucesos observables. El problema de la introspección es que no hay manera de observar de forma directa las experiencias mentales de un individuo o saber cómo los sentimientos o sensaciones de una persona se comparan con los de alguien más. Watson conminó tanto a sus colegas psicólogos como científicos, a enfocarse en lo que podemos observar, es decir, respuestas, reflejos y otras conductas observables.

Watson creía que el ambiente moldea las conductas de los seres humanos y de otros animales. Incluso alardeó que, si tuviera el control de las vidas de los bebés, podría determinar el tipo de adultos en que se convertirían:

Denme una docena de bebés saludables, bien formados, y mi propio mundo específico para criarlos, y les garantizo que elegiré a cualquiera de ellos al azar y lo instruiré para convertirse en cualquier tipo de especialista que yo pudiera sugerir: médico, abogado, comerciante en jefe y, sí, incluso limosnero y ladrón, sin importar sus talentos, predilecciones, tendencias, capacidades, vocaciones ni la raza de sus ancestros. (Watson, 1924, p. 82).

Nadie, desde luego, aceptó el desafío de Watson, de manera que nunca sabremos cuál hubiera sido el destino de "una docena de bebés saludables" bajo su dirección. Los psicólogos de la actualidad, sin embargo, creen que el desarrollo humano es mucho más complejo de lo que él pensaba. Muy pocos opinan que hubiera tenido

Para la década de 1920, el conductismo se había convertido en la escuela principal de la psicología en Estados Unidos, y continuó siendo la fuerza dominante en la psicología estadounidense durante varias generaciones. Su popularidad se debió, en gran medida, al trabajo del psicólogo de la Universidad de Harvard, B. F. Skinner (1904-1990). Skinner estudió cómo se forma la conducta mediante recompensas y castigos, las consecuencias ambientales que siguen a respuestas específicas. Mostró que podía entrenar animales para desarrollar comportamientos simples al recompensar respuestas particulares. Entonces, por ejemplo, una rata podía aprender a presionar una barra, y una paloma, a oprimir un botón, si obtenían una recompensa de raciones de alimento por estas respuestas. También demostró cómo las conductas más complejas podían ser aprendidas y mantenidas por medio de la manipulación de las recompensas, a las cuales llamó reforzadores. En algunas de sus demostraciones más pintorescas del uso del reforzamiento, entrenó a

éxito en el desafío que propuso.

una paloma para que oprimiera la tecla de un piano de juguete, y a un par de palomas a jugar una especie de *ping-pong*, en el cual las aves hacían rodar una pelota de ida y vuelta entre ellas. Estos métodos pudieron ser utilizados para enseñar a un mapache a lanzar una pelota como en el básquetbol, aunque es probable que el tiro de tres puntos esté más allá de su alcance.

A pesar de que Skinner estudió principalmente a palomas y ratas, creía que los mismos principios de aprendizaje que observó en los animales de laboratorio podían aplicarse también a los seres humanos. Skinner declaró que la conducta humana es producto de las consecuencias ambientales, como sucede en otros animales. Todo lo que hacemos, desde decir "discúlpeme" cuando estornudamos hasta asistir a clases o prepararnos un emparedado, representa respuestas aprendidas por medio del reforzamiento, aunque no podemos esperar recordar las múltiples ocasiones de reforzamiento implicadas en la adquisición y conservación de dichas conductas.

Max Wertheimer y la psicología de la Gestalt

Más o menos en la época en la cual Watson conminaba a los psicólogos a abandonar el estudio de la mente, otro joven psicólogo, el alemán Max Wertheimer [1880-1943], llevaría al incipiente campo de la psicología hacia una dirección diferente. En 1910, Wertheimer viajaba en tren con su familia a través de la Alemania central para tomar unas vacaciones en los territorios del río Rhin

CONCEPTO 1.5

El conductismo se basó en la creencia de que la psicología avanzaría como ciencia sólo si se alejaba del estudio de los procesos mentales y se limitaba al estudio de las conductas observables que pudieran registrarse y medirse.



Mapache jugador de básquetbol Al reforzar conductas particulares, incluso puede enseñársele a un mapache a lanzar una pelota como en el básquetbol.



Max Wertheimer

CONCEPTO 1.6

La psicología de la Gestalt se basa en el principio de que el cerebro humano organiza nuestras percepciones del mundo de manera que percibamos patrones organizados o todos, no una suma de fragmentos y piezas individuales de experiencias sensibles.

VÍNCULO DE CONCEPTOS

A pesar de que la psicología de la Gestalt influyó en muchas áreas de esta especialidad, se le conoce más por sus contribuciones al estudio de la percepción. Consulte el módulo 3.5.



FIGURA 1.2 ¿Qué es esto?

CONCEPTO 1.7

De acuerdo con Freud, gran parte de nuestra conducta está determinada por fuerzas y motivos inconscientes que yacen más allá del alcance de la conciencia ordinaria.

VÍNCULO DE CONCEPTOS

El modelo de terapia de Freud, llamado psicoanálisis, se basa en la creencia de que el cambio terapéutico es el resultado de descubrir y resolver conflictos inconscientes en el interior de la personalidad. Consulte el módulo 15.2.

psicología de la Gestalt Escuela de la psicología que sostiene que el cerebro estructura nuestras percepciones del mundo en términos de patrones o todos significativos.

gestalt Palabra alemana que significa "forma unitaria" o "patrón". **inconsciente** En la teoría

freudiana, parte de la mente que yace más allá de la atención consciente y que contiene impulsos e instintos primitivos.

perspectiva psicodinámica
Enfoque en el cual la conducta
se ve influida por la lucha entre
impulsos inconscientes sexuales o
agresivos y las fuerzas opositoras
que intentan mantener este
material amenazante fuera de la
conciencia.

(Hunt, 1993). Lo que vio desde el tren lo llevaría a fundar la **psicología de la Gestalt**, escuela que estudia las maneras en que el cerebro organiza y estructura nuestras percepciones del mundo.

Lo que cautivó a Wertheimer en el tren fue la ilusión de que los objetos en la distancia —postes de telégrafo, casas y las cimas de las colinas— parecían moverse con el tren, a pesar de que era evidente que estaban inmóviles. Incontables personas han observado el mismo fenómeno de movimiento aparente, pero le han prestado muy poca atención.

A Wertheimer le intrigó descubrir por qué ocurría ese fenómeno. Tuvo la idea de que la ilusión no era una jugarreta del ojo, sino que reflejaba procesos de nivel superior en el cerebro que creaban la percepción de movimiento. Pronto, Wertheimer canceló sus vacaciones e inició estudios experimentales sobre el fenómeno con dos asistentes, Wolfgang Köhler (1887-1967) y Kurt Kafka (1886-1943). Sus estudios los condujeron a descubrimientos sobre la naturaleza de la percepción, es decir, los procesos por medio de los cuales el cerebro organiza las impresiones sensoriales para formar representaciones o percepciones significativas del mundo que nos rodea.

Los psicólogos de la Gestalt rechazaron la creencia estructuralista de que la experiencia mental podía ser comprendida al desglosarla en las partes que la componen. La traducción aproximada de la palabra alemana **gestalt** es "forma unitaria" o "patrón". Los psicólogos de la Gestalt creen que el cerebro organiza cómo vemos el mundo, de manera que todo lo percibimos unificado u organizado y no una suma de fragmentos o piezas individuales de experiencias sensibles. La muy conocida máxima de la Gestalt de que "el todo es más que la suma de sus partes" expresa su filosofía fundamental. Usted percibe los puntos en la figura 1.2, no como una disposición sin forma de puntos individuales, sino como si representaran una flecha. Cuando ve un enorme grupo de objetos negros y voladores sobre su cabeza, al instante lo reconoce como una parvada de aves que vuela en formación. En otras palabras, su cerebro interpreta como patrones o unidades significativas lo que sus ojos ven.

Sigmund Freud y el psicoanálisis

Alrededor de la época cuando el conductismo y la psicología de la Gestalt establecían un punto de apoyo para la psicología organizada, surgía un modelo muy distinto de esta ciencia. Este se basó en las obras escritas de un médico austriaco llamado Sigmund Freud (1856-1939). La psicología de Freud se enfocaba no sólo en la mente, sino también en una región de la misma llamada **inconsciente**. Freud concibió al inconsciente como el almacén de motivos e instintos sexuales y agresivos primitivos, así como de los impulsos y urgencias de los deseos que surgen de aquéllos. Creía que los motivos subyacentes de nuestra conducta implican impulsos, sexuales y agresivos que yacen en las lóbregas profundidades del inconsciente, escondidos de nuestra conciencia ordinaria de nosotros mismos. En otras palabras, podemos hacer o decir cosas sin comprender los verdaderos motivos que generaron tales conductas.

Freud también creía que las experiencias de la infancia temprana desempeñaban una función determinante en la formación de nuestra personalidad y conducta, incluso conductas anormales como el temor excesivo y las fobias. Sostenía que los patrones de comportamiento anormal tienen sus raíces en conflictos inconscientes originados en la infancia. Estos implican una lucha dinámica dentro de la mente inconsciente entre los impulsos sexuales o agresivos inaceptables, mismos que pugnan por expresarse y se oponen a las fuerzas mentales que pretenden mantener a ese material amenazante fuera de nuestra atención consciente. Por lo tanto, a la perspectiva psicológica de Freud y sus seguidores, con frecuencia, se le conoce como **perspectiva psicodinámica**.

A diferencia de Wundt, James y Watson, Freud fue terapeuta, y su principal interés fue ayudar a la gente a superar sus problemas psicológicos. Desarrolló una forma de psicoterapia o "terapia hablada" a la cual llamó **psicoanálisis** (se discutirá en el capítulo 15). El psicoanálisis es un tipo de trabajo de detección mental que incorpora métodos, como el análisis de sueños y "lapsus linguae", que Freud creía que podían ser utilizados para penetrar en la naturaleza de los motivos y conflictos subyacentes, ignorados por sus pacientes. Freud sostenía que, una vez que estos conflictos inconscientes eran sacados a la luz de la atención consciente, podían solucionarse con éxito o "resolverse" durante el curso de la terapia.

Perspectivas contemporáneas en la psicología

¿Qué encontramos cuando observamos el panorama de la psicología actual? En primer lugar, una disciplina que tiene una gran deuda con sus fundadores, pero que constantemente se reinventa a sí misma para enfrentar nuevos desafíos. No todas las escuelas de pensamiento han sobrevivido a la prueba del tiempo. El estructuralismo, por ejemplo, ha desaparecido en esencia del panorama; otras mantienen pequeños grupos de devotos seguidores que permanecen fieles a los preceptos originales. Pero, en general, las primeras escuelas de la psicología —funcionalismo, conductismo, psicología de la Gestalt, psicoanálisis— han evolucionado o se han consolidado dentro de perspectivas más amplias. Hoy el panorama de la psicología puede dividirse en seis perspectivas principales: conductual, psicodinámica, humanista, fisiológica, cognitiva y sociocultural.

La perspectiva conductual

El núcleo esencial de la **perspectiva conductual**, la cual se enfoca en la conducta observable y en la primordial función del aprendizaje en la conducta, es, desde luego, el conductismo. Sin embargo, muchos psicólogos creen que el conductismo tradicional es demasiado simplista o limitado para explicar la compleja conducta humana. A pesar de que la influencia del conductismo tradicional continúa en la psicología moderna, ya no es la fuerza dominante que fue durante su auge, a principios de mediados del siglo XIX.

En la actualidad, muchos psicólogos adoptan una perspectiva más amplia basada en el aprendizaje, llamada **teoría social-cognitiva** (antes llamada *teoría de aprendizaje social*). Esta perspectiva se originó en la década de 1960 con un grupo de teóricos del aprendizaje que se separó del conductismo tradicional (consulte el capítulo 13). Los psicólogos creían que el aprendizaje se forma no sólo a partir de factores ambientales, como las recompensas y los castigos, sino también a partir de factores *cognitivos*, como los valores que otorgamos a diferentes objetos o metas (p. e., obtener buenas calificaciones) y las expectativas que formamos sobre los resultados de nuestra conducta ("Si hago X, entonces obtendré Y").

Los teóricos social-cognitivos desafiaron a sus colegas psicólogos a encontrar maneras de estudiar los procesos mentales en vez de hacerlos a un lado por no ser científicos, como han hecho los conductistas tradicionales. Estos últimos quizá no nieguen que el pensamiento sucede, pero creen que los procesos mentales quedan fuera del rango del estudio científico.

La perspectiva conductual condujo al desarrollo de una importante escuela de terapia: la **terapia conductual**, la cual implica la aplicación sistemática de principios del aprendizaje que están enraizados en la tradición conductista de Watson y Skinner. Mientras el psicoanálisis se ocupa de las obras de la mente inconsciente, el terapeuta conductual ayuda a la gente a adquirir conductas más adaptativas para superar sus problemas psicológicos, como los temores y las inhibiciones sociales. En la actualidad, muchos terapeutas conductuales pertenecen a un enfoque terapéutico más amplio llamado *terapia cognitivo-conductual*, la cual incorpora técnicas para cambiar tanto pensamientos no adaptativos como conductas evidentes (consulte el capítulo 15).

La perspectiva psicodinámica

La perspectiva psicodinámica aún es una fuerza vibrante en la psicología. Como otras visiones contemporáneas en la psicología, ésta continúa en evolución. Como veremos en el capítulo 13, los "neo-freudianos" (teóricos psicodinámicos que han continuado con la tradición freudiana) tienden a dar menos énfasis que Freud a los motivos básicos, como el sexo y la agresión, y se inclinan por enfatizar los procesos de la autoconciencia, la autodirección y la decisión consciente.

La influencia de la teoría psicodinámica se extiende más allá del campo de la psicología. Su enfoque en nuestra vida interior —nuestras fantasías, deseos, sueños y motivos ocultos— ha tenido profundo impacto en la literatura, el arte y la cultura populares. Las opiniones acerca de que las raíces de los problemas psicológicos pueden encontrarse en la infancia, y en que la gente

CONCEPTO 1.8

A pesar de que algunas de las primeras escuelas de la psicología han desaparecido, en esencia, las perspectivas contemporáneas en el campo, incluidas conductista, psicodinámica, humanista, fisiológica, cognitiva y sociocultural, han continuado en evolución y en la formación de nuestra comprensión de la conducta.

CONCEPTO 1.9

Muchos de los psicólogos de la actualidad se adscriben a la perspectiva de amplia base de la teoría del aprendizaje, llamada teoría social-cognitiva, la cual enfatiza las funciones de las influencias tanto ambientales como cognitivas en la conducta.

VÍNCULO DE CONCEPTOS

Los teóricos social-cognitivos creen que la personalidad abarca no sólo la conducta aprendida sino también las maneras como los individuos piensan sobre sí mismos y el mundo que los rodea. Consulte el módulo 13.3.

CONCEPTO 1.10

La perspectiva psicodinámica se enfoca en la función de la motivación inconsciente (deseos e impulsos interiores que desconocemos) y en la importancia de las experiencias de la infancia en la formación de la personalidad.

psicoanálisis Método de psicoterapia de Freud, enfocado en descubrir y resolver los conflictos inconscientes que, se cree, se encuentran en la raíz de los problemas psicológicos.

perspectiva conductual

Acercamiento al estudio de la psicología que se enfoca en la función del aprendizaje como explicación de la conducta observable.

teoría social-cognitiva Modelo contemporáneo con base en el aprendizaje que enfatiza la función de los factores cognitivos y ambientales en la determinación de la conducta.

terapia conductual Forma de terapia que implica la aplicación sistemática de los principios del aprendizaje para producir los cambios deseados en los estados emocionales y en la conducta.

CONCEPTO 1.11

La psicología humanista enfatiza la libertad y la responsabilidad personales por nuestras acciones, el valor de la autoconciencia y la aceptación de nuestro verdadero ser.

CONCEPTO 1.12

La perspectiva fisiológica examina las relaciones entre los procesos biológicos y la conducta.

CONCEPTO 1.13

La psicología de la evolución se adhiere al enfoque de que nuestra conducta refleja predisposiciones o tendencias heredadas que incrementaron la probabilidad de supervivencia de nuestros ancestros.

puede no ser consciente de sus motivos y deseos más profundos aún cuentan con gran apoyo, incluso el de personas no adscritas de manera formal a la psicología freudiana.

La perspectiva humanista: una "tercera fuerza" en la psicología

En la década de 1950, otro movimiento comenzó a adquirir importancia en la psicología. La **psicología humanista** pronto se reconoció como una "tercera fuerza" en la psicología porque fue considerada una respuesta a las dos fuerzas dominantes en el campo en esa época: el conductismo y la teoría freudiana. Los psicólogos humanistas, incluso los estadounidenses Abraham Maslow (1908-1970) y Carl Rogers (1902-1987), rechazaron los enfoques deterministas del conductismo y de la psicología psicodinámica, es decir, las teorías basadas en que la conducta humana está determinada por el ambiente (en el conductismo) o por fuerzas y motivos inconscientes que yacen fuera de la conciencia de la persona (en la psicología freudiana). En lugar de ello, los psicólogos humanistas declararon que el libre albedrío y la decisión consciente son aspectos esenciales de la experiencia humana.

Los psicólogos que adoptan una **perspectiva humanista** creen que la psicología debe enfocarse en las experiencias conscientes, incluso si éstas son subjetivas y no pueden ser observadas de forma directa, ni medidas en términos científicos. Los psicólogos humanistas consideran a cada uno de nosotros como individuos que poseemos conjuntos distintivos de características y capacidades, además de marcos de referencia o perspectivas de la vida que son únicos. Enfatizan el valor de la autoconciencia y el hecho de convertirnos en personas auténticas al ser leales a nosotros mismos. También subrayan los potenciales creativos de los individuos y destacan su capacidad para tomar decisiones que infundan significado y propósito a sus vidas.

La perspectiva fisiológica

La **perspectiva fisiológica** examina las relaciones entre los procesos biológicos y la conducta. No se identifica con un colaborador único sino con muchos psicólogos y neurocientíficos que se enfocan en las bases biológicas de la conducta y los procesos mentales.

Situada sobre los hombros hay una maravillosa masa de tejido —su cerebro—, la cual gobierna casi todo lo que usted hace. El cerebro es el centro de una computadora viva, increíblemente compleja: el sistema nervioso, el cual le permite sentir el mundo que le rodea; pensar y experimen-

tar; moverse a través del espacio, y regular los latidos de su corazón y otras funciones corporales. Además, coordina lo que usted ve y escucha con lo que hace. Su sistema nervioso también le permite visualizar el mundo que contempla y los mundos que nunca existieron. Como ya descubriremos a lo largo de este libro, la psicología fisiológica ha iluminado nuestra comprensión de las bases biológicas de la conducta y de los procesos mentales, incluso las funciones de la herencia, las hormonas y el sistema nervioso.

La **psicología de la evolución** es un movimiento dentro de la psicología moderna que aplica los principios derivados de la teoría de la evolución de Charles Darwin a un amplio rango de conductas (Gaulin y McBurney, 2001; Maestripieri y Roney, 2006). Darwin (1809-1882) creía que todas las formas de vida, incluso los seres humanos, evolucionaron a partir de formas antiguas de vida al adaptarse, con el paso del tiempo, a las demandas de sus ambientes naturales.

Por lo general, pensamos en genética al determinar características físicas, como el color de los ojos y la estatura. Los psicólogos de la evolución proponen que ésta también desempeña una función en la transmisión de ciertas tendencias o predisposiciones conductuales, como los rasgos agresivos. Sostienen que las características conductuales que pueden haber ayudado a los humanos primitivos a sobrevivir pueden haberse transmitido a nivel genético a las generaciones sucesivas: todo un largo camino hasta noso-



¿Podría existir una base evolutiva de la agresividad humana? Los psicólogos de la evolución creen que las tendencias conductuales que tenían valor de supervivencia para los humanos primitivos, como la agresividad, pueden haberse transmitido por la vía genética hasta los seres humanos modernos. Incluso nuestra predilección por los deportes agresivos podría reflejar estas corrientes genéticas subterráneas.

tros. Estos científicos examinan las conductas en diferentes especies que pueden verse influidas por procesos evolutivos, incluso la agresión, la conducta sexual y hasta el altruismo (es decir, el sacrificio personal del individuo para ayudar a perpetuar el grupo) (p. e., Kenrick, Li y Butner, 2003; Thornhill y Palmer, 2000). Sin embargo, reconocen que los factores ambientales, como el aprendizaje cultural y las influencias familiares desempeñan una importante función en determinar si esas tendencias o predisposiciones conductuales dan como resultado una conducta real (p. e., si una persona actúa de manera agresiva o no).

La perspectiva cognitiva

Como Wilhelm Wundt, los psicólogos cognitivos estudian los procesos mentales en un esfuerzo por comprender cómo las personas adquieren conocimientos acerca de sí mismas y del mundo que las rodea. La palabra *cognitiva* proviene del vocablo latín *cognitio*, que significa "conocimiento". Los psicólogos que adoptan la **perspectiva cognitiva** estudian los procesos mentales involucrados en la adquisición y retención de conocimiento, como el aprendizaje, la memoria, la formación de conceptos, la solución de problemas y el empleo del lenguaje. Algunos psicólogos cognitivos aplican principios de procesamiento de información computarizada (p. e., los métodos mediante los cuales las computadoras procesan información para resolver problemas) para explicar cómo los seres humanos procesan, almacenan, recuperan y manipulan la información.

Los psicólogos cognitivos se sienten obligados a estudiar la experiencia mental; creen que los métodos que emplean para estudiar las cogniciones están bien fundamentados en la tradición científica. Después de todo, nadie ha observado jamás a las partículas subatómicas, como los protones y los neutrones, pero eso no ha impedido a los físicos conducir estudios científicos orientados a investigar sus propiedades. El capítulo 7 examina los intrigantes descubrimientos de investigación reportados por estos especialistas.

La perspectiva sociocultural

Los psicólogos que adoptan una **perspectiva sociocultural** examinan cómo la conducta y las actitudes se forman por las influencias sociales y culturales a las cuales la gente está expuesta. De manera más específica, ellos se enfocan en las influencias de la edad, las etnias, los géneros, las orientaciones sexuales, los estilos de vida, los niveles de ingresos, el nivel de discapacidad y la cultura en la conducta y los procesos mentales. Han incorporado temas relacionados con la diversidad a la vanguardia de la investigación y el pensamiento psicológicos.

Esta corriente de pensamiento nos lleva a formular cierto número de preguntas a las cuales regresaremos más adelante en el texto: ¿Varía la susceptibilidad a las ilusiones visuales entre culturas? ¿Existen diferencias de género en las capacidades básicas en matemáticas o en las habilidades verbales? ¿Cómo influye la cultura en los conceptos del ser? ¿Existen diferencias étnicas en los patrones de consumo de drogas?, y, si es así, ¿cómo debemos considerarlas? ¿Hay diferencias étnicas en la inteligencia? y, si es así, ¿qué debemos hacer con éstas? ¿Qué función desempeña la aculturación en la adaptación psicológica de los grupos inmigrantes?

La creciente diversidad de la sociedad contemporánea

La perspectiva sociocultural en la psicología refleja la importancia de los temas de la diversidad en nuestra sociedad. Los grupos étnicos minoritarios ahora constituyen alrededor de una tercera parte de la población de Estados Unidos, y se espera que su número aumente la mitad de la población a mediados del siglo xxi ("U.S. Minority Population", 2007). Sin embargo, la diversidad en la psicología no está limitada a las diferencias étnicas: también se refiere a las diferencias de edad, género, orientación sexual y nivel de discapacidad.

Este libro de texto emplea términos como *etnia, cultura e identidad étnica* cuando se refiere a las tradicionales distinciones "raciales". Se utilizan porque un concepto de raza con bases biológicas no parece coincidir con los descubrimientos de la genética moderna (Smedley y Smedley, 2005). Las pruebas de este tipo no pueden revelar agrupaciones genéticas distintas y correspondientes a las tradicionales clasificaciones raciales (Bonham, Warshauer-Baker y Collins, 2005; Smedley y Smedley, 2005). También carecemos de una estrategia definitiva para determinar el grupo racial de una persona con base en una norma biológica (Sternberg y Grigorenko, 2007).

CONCEPTO 1.14

La perspectiva cognitiva se enfoca en comprender los procesos mentales por los cuales las personas adquieren conocimiento acerca de sí mismas y del mundo que les rodea.

CONCEPTO 1.15

La perspectiva sociocultural coloca a la conducta dentro de un amplio contexto social al examinar las influencias de las etnias, los géneros, los estilos de vida, los niveles socioeconómicos y la cultura.

psicología humanista Escuela de la psicología que cree que el libre albedrío y la decisión consciente son aspectos esenciales de la experiencia humana.

perspectiva humanista

Acercamiento al estudio de la psicología que aplica los principios de la psicología humanista.

perspectiva fisiológica

Acercamiento al estudio de la psicología que se enfoca en las relaciones entre los procesos biológicos y la conducta.

psicología de la evolución Rama de la psicología que se enfoca en la función de los procesos evolutivos en la formación de la conducta.

perspectiva cognitiva

Acercamiento al estudio de la psicología que se orienta a los procesos mentales mediante los cuales adquirimos conocimiento del mundo.

perspectiva sociocultural

Acercamiento al estudio de la psicología que enfatiza la función de las influencias sociales y culturales en la conducta.



Quiénes somos Nuestra sociedad se hace cada vez más diversa en términos étnicos, al grado de que el grupo mayoritario tradicional en Estados Unidos, los caucásicos con orígenes europeos, se convertirá en minoría en algún momento del presente siglo.

¿Por qué es importante considerar este tipo de distinciones? La razón es que, con frecuencia, los diferentes grupos étnicos y culturales difieren entre sí en valores, costumbres y tradiciones que influyen en su conducta (Helms, Jenigan y Mascher, 2005). Como consecuencia, tomar en cuenta las diferencias entre etnias y culturas nos ayuda a comprender mejor la diversidad humana.

Las identidades "raciales" tradicionales también se han vuelto más difusas a medida que cada vez más personas se identifican con categorías no tradicionales. Por ejemplo, muchos hispanoamericanos se identifican como morenos, trigueños o nativos americanos: términos que indican su ascendencia y variaciones en el tono de piel.

Cada vez más personas en Estados Unidos y Canadá han difuminado las fronteras tradicionales pues se consideran birraciales, multirraciales o multiétnicas. La gente de orígenes multirraciales, como el golfista Tiger Woods, el beisbolista Derek Jeter y la cantante Mariah Carey, no son fácilmente clasificables con base en las distinciones raciales "tradicionales". De acuerdo con el último censo en Estados Unidos, alrededor de siete millones de estadounidenses se describen como multirraciales (Schmitt,

2001b, 2001c). La cantidad de jóvenes que se identifica como multirracial continúa en aumento a paso veloz. Más aún, el número de matrimonios interraciales o mixtos aumentó más de 50% durante la década de 1990, quedando la tasa en 6.7% en el año 2000 [Carey, 2005].

Los psicólogos reconocen que las muestras de investigación necesitan ser más ampliamente representativas de las poblaciones en las que desean generalizar sus descubrimientos. Gran parte de las primeras investigaciones en psicología se enfocó en muestras de gente caucásica de clase media, compuesta en su mayoría por estudiantes universitarios varones. No debemos suponer que los descubrimientos basados en grupos de individuos definidos de manera tan estrecha forzosamente se generalizan para incluir a otros grupos que tienen distintas experiencias de vida.

Resumen de las perspectivas contemporáneas

Es importante percatarnos de que ninguna perspectiva es, necesariamente, la correcta ni que las demás son erróneas. Cada perspectiva principal en la psicología contemporánea se enfoca en diferentes aspectos de la conducta o del funcionamiento psicológico. Cada una tiene algo único para ofrecer a nuestra comprensión de la conducta humana, y ninguna ofrece un panorama completo. Dada la complejidad de la conducta y la experiencia humanas no es sorprendente que la psicología haya explorado numerosos caminos para aproximarse a su tema de estudio. Tampoco asombra que muchos psicólogos de la actualidad se identifiquen con un enfoque *ecléctico* para comprender la conducta humana: un enfoque que incluya teorías y principios que representen perspectivas distintas. Debemos reconocer también que la psicología contemporánea no está dividida en escuelas de pensamiento con tanta precisión como lo parecía estar en sus orígenes. Hay gran oportunidad para que las diferentes perspectivas se complementen unas con otras.

Además de las seis perspectivas principales que configuran el panorama de la psicología contemporánea, un creciente movimiento dentro de la disciplina, llamado **psicología positiva**, se dirige hacia el estudio de los aspectos positivos de la experiencia humana, como el amor, la felicidad, el altruismo y la esperanza (Seligman *et al.*, 2005; Vallea, Huebner y Suldo, 2006). Los psicólogos han dedicado mucha atención a la comprensión de las debilidades y deficiencias humanas, incluso los problemas emocionales, los efectos del estrés traumático y las conductas conflictivas, como la violencia y la adicción a las drogas. Creada por el psicólogo Martin Seligman, esta corriente pretende equilibrar la balanza al enfocarse en nuestras virtudes y fortalezas, no en nuestros errores. A lo largo de este libro discutiremos diversas áreas de estudio dentro de la psicología positiva, incluso la conducta de ayuda, el optimismo, el amor, el envejecimiento exitoso, la felicidad, la autoestima, al autorrealización y la creatividad.

psicología positiva Movimiento contemporáneo dentro de la psicología, que enfatiza el estudio de las virtudes y cualidades humanas en lugar de las debilidades y carencias.

En la tabla de conceptos 1.1, la primera de varias en el libro, usted encontrará ejemplos de los tipos de preguntas generales que los psicólogos de cada una de las principales perspectivas contemporáneas podrían formularse, así como los tipos de interrogantes que ellos podrían enunciar a fin de aprender más acerca de temas específicos. Estos temas se presentan aquí para ayudarlo a distinguir entre las distintas corrientes de la psicología contemporánea y que serán discutidas a detalle en capítulos posteriores.



TABLA DE CONCEPTOS 1.1

Perspectivas contemporáneas en la psicología: cómo difieren

		Preguntas sobre temas específicos		
Perspectiva	Preguntas generales	Agresión	Depresión	Obesidad
Conductual	¿Cómo dan forma las primeras experiencias de aprendizaje a nuestra conducta como adultos?	¿Cómo se aprende la conducta agresiva? ¿Cómo es recompensada o reforzada? ¿La exposición a la violencia en los medios de comunica- ción masiva o entre amigos desempeña alguna función?	¿Cómo se relaciona la depresión con los cambios en los patrones de reforzamiento? ¿Cuáles capacidades sociales son necesarias para establecer y mantener relaciones sociales que pudieran servir como fuentes de reforzamiento?	¿Cómo producen obesidad los hábitos alimenticios no saludables? ¿Cómo podemos cambiar esos hábitos?
Psicodinámica	¿Cómo afectan los conflictos no resueltos de la infancia en la conducta adulta? ¿Cómo puede la gente recibir ayuda para sobrellevar estos conflictos?	¿Cómo se relaciona la agresión con los impulsos inconscientes? ¿Contra quién se dirigen esos impulsos en realidad?	¿Cómo podría la depresión relacionarse con pérdidas no resueltas? ¿Podría la depresión representar la ira vuelta hacia el individuo mismo?	¿Puede la obesidad estar relacio- nada con conflictos de la infancia que se vinculan con necesidades no resueltas de amor y apoyo? ¿Podría la comida convertirse en un sustituto del amor?
Humanista	¿Cómo hace la gente para perseguir metas que le den un sentido de significado y propósito a su vida?	¿Podría la agresión relacio- narse con la frustración que surge cuando la gente se ve bloqueada para perseguir sus metas? ¿Cómo podríamos modificar lo anterior para prevenir la violencia?	¿Podría la depresión estar relacionada con una carencia de autoestima o con una amenaza a la autoimagen de la persona? ¿Podría derivarse de una sensación de falta de propósito o de significado en la vida?	¿Qué es lo que prepara el escenario para la obesidad? ¿Tiene la comida un significado especial para las personas obesas? ¿Cómo podemos ayudar a esas personas a encontrar otras fuentes de satisfacción?
Fisiológica	¿Cómo hacen posible las estructuras y los procesos biológicos a la conducta? ¿Qué funciones desempeñan la naturaleza (herencia) y la nutrición (crianza) en áreas tales como la inteligencia, el desarrollo del lenguaje y la agresión?	¿Qué mecanismos cerebrales controlan la conducta agre- siva? ¿Podrían las anormali- dades cerebrales explicar la conducta violenta en algunas personas?	¿Cómo se relacionan los cambios en la química cerebral con la depresión? ¿Qué vínculos genéticos podrían existir?	¿Es hereditaria la obesidad? ¿Cuáles genes podrían estar implicados en ésta? ¿Cómo conduce a nuevos enfoques de tratamiento o prevención el conocimiento de las bases genéticas de la obesidad?
Cognitiva	¿Qué hace la gente para resolver problemas, tomar decisiones y desarrollar el lenguaje?	¿Qué pensamientos disparan las respuestas agresivas? ¿Qué creencias tienen las personas agresivas que pudieran incrementar su potencial para la violencia?	¿Qué tipos de patrones de pensamiento se relacionan con la depresión? ¿Cómo podrían cambiarse para ayudar a la gente a superar la depresión o impedir que ocurra?	¿Cómo afecta la obesidad el autoconcepto de una persona? ¿Qué tipo de pensamientos conducen a comer de manera compulsiva? ¿De qué manera pueden cambiarse dichos pensamientos?
Sociocultural	¿Cómo difieren los conceptos del ser entre culturas? ¿Cómo dan forma las influencias sociales y culturales a la conducta?	¿Qué condiciones sociales incrementan el consumo de drogas y la conducta agresiva? ¿Nuestra sociedad condona o incluso recompensa ciertas formas de violencia, como la agresión sexual contra las mujeres o el abuso conyugal?	¿Está relacionada la depresión con los factores de estrés social, como la pobreza o el desempleo? ¿Por qué es más común la depresión entre ciertos grupos de personas, en especial las mujeres? ¿Tiene relación con sus roles sociales esperados?	¿Algunos grupos tienen un riesgo mayor de padecer obesidad que otros? ¿Son importantes las diferencias culturales en las costumbres y los patrones alimenticios?

REVISIÓN DE MÓDULO 1.1

Fundamentos de la psicología moderna

REPASE

¿Qué es la psicología?

 La psicología es la ciencia de la conducta y de los procesos mentales.

¿Cuáles son los orígenes de la psicología?

A pesar de que los intentos sistemáticos por explicar la conducta humana pueden rastrearse hasta los filósofos de la Antigüedad, la psicología surgió como disciplina científica en el siglo xix, cuando Wundt fundó el primer laboratorio de psicología en Leipzig, Alemania, en 1879.

¿Cuáles fueron las principales escuelas iniciales de la psicología?

- El estructuralismo es la primera escuela de la psicología se identifica con Wilhelm Wundt y Edward Titchener e intentó dividir las experiencias mentales en las partes que las componen: sensaciones, percepciones y sentimientos.
- El funcionalismo es la doctrina de la psicología fundada por William James. Pretende explicar nuestra conducta en términos de sus funciones para ayudarnos a adaptarnos al ambiente.
- El conductismo es la escuela de la psicología iniciada por James Watson. Sostiene que esta ciencia debería limitarse a los fenómenos observables, es decir, la conducta.
- La psicología de la Gestalt es la corriente de la psicología fundada por Max Wertheimer. Se basa en la creencia en que el cerebro estructura nuestras percepciones del mundo en términos de patrones o todos organizados.
- El psicoanálisis, la escuela de pensamiento originada por Sigmund Freud, enfatiza la función de los motivos y conflictos inconscientes en la determinación de la conducta humana.

¿Cuáles son las principales perspectivas contemporáneas de la psicología?

- La perspectiva conductual se enfoca en el comportamiento observable y en las influencias de los procesos de aprendizaje en la conducta.
- La perspectiva psicodinámica representa el modelo de psicología desarrollado por Freud y sus seguidores. Sostiene que la conducta y personalidad nuestras se forman por motivos y conflictos inconscientes que están fuera del rango de la conciencia ordinaria.
- La perspectiva humanista refleja los puntos de vista de psicólogos de esta tendencia como Carl Rogers y Abraham Maslow, quienes enfatizaban la importancia de la experiencia subjetiva consciente, y de la libertad y la responsabilidad personales.
- La perspectiva fisiológica examina las maneras como la conducta y la experiencia mental se ven influidas por procesos biológicos como la herencia, las hormonas y las funciones del cerebro y de otras partes del sistema nervioso.
- La perspectiva cognitiva se enfoca en los procesos mentales que nos permiten adquirir conocimiento sobre nosotros mismos y sobre el mundo.

 La perspectiva sociocultural examina cómo nuestra conducta y actitudes se forman por las influencias sociales y culturales.

RECUERDE

- El científico más reconocido como fundador de la psicología como ciencia independiente fue _______.
- 2. La antigua escuela de la psicología llamada estructuralismo
 - a. rechazaba el empleo de la introspección como método de investigación
 - b. se enfocaba en la conducta evidente
 - c. investigaba la estructura de la mente
 - d. se ocupaba de las funciones de la conducta
- 3. La escuela de psicología que cree que esta disciplina debe limitarse al estudio de la conducta observable es
- 4. La psicología de la Gestalt se enfoca en
 - a. la organización de la mente
 - b. las maneras como el cerebro organiza y estructura nuestras percepciones del mundo
 - c. las funciones de la conducta
 - d. la función de la autorrealización en la motivación de la conducta
- 5. Los psicólogos humanistas rechazaron las nociones de que los procesos inconscientes o las influencias ambientales determinan nuestra conducta. En lugar de eso, ellos enfatizan la importancia de ______ en la comprensión de la conducta.
 - a. la decisión consciente
 - b. la herencia y los procesos fisiológicos
 - c. el condicionamiento clásico y operante
 - d. las estructuras subyacentes de la mente
- 6. ¿Cuál perspectiva psicológica se originó con el trabajo de Sigmund Freud?

Las respuestas a las preguntas de "Recuerde" aparecen en el apéndice C, al final del libro de texto.

REFLEXIONE

- Suponga que desea explicar la conducta en términos de cómo ayudan los hábitos de la gente a adaptarse a las exigencias del ambiente que enfrenta. ¿Cuál antigua escuela de la psicología adoptaría usted en su enfoque?
- Suponga que desea comprender la conducta en términos de las fuerzas subyacentes dentro de la personalidad que influyen en la conducta, incluso a pesar de que la persona no esté consciente de las mismas. ¿Cuál antigua escuela de la psicología representaría este enfoque?
- Los psicólogos humanistas enfatizan la importancia de encontrar un propósito o significado de vida. ¿Cuáles son sus propósitos en la vida? ¿Cómo puede lograr que su vida sea más significativa?

Mópulo 1.2

Los psicólogos: quiénes son y qué hacen

- ¿Cuáles son las diferentes especialidades en la psicología?
- ¿Qué cambios han ocurrido en las características étnicas y de género de los psicólogos con el paso del tiempo?

uando usted piensa en el psicólogo, ¿se forma una imagen mental de una persona que trabaja en un hospital o clínica, y que atiende a personas con problemas psicológicos? Esta imagen describe un tipo particular de psicólogo, es decir, uno clínico. Pero existen muchos otros tipos. La psicología es una profesión diversa, debido al gran número de áreas en el campo y a las muy distintas funciones que desempeñan los psicólogos. Algunos enseñan y conducen investigaciones; otros brindan servicios psicológicos a individuos u organizaciones, como escuelas o empresas. Por lo regular, los psicólogos se identifican con una especialidad o subcampo en particular dentro de esta disciplina; p.e., psicología experimental, clínica, del desarrollo, educativa o social.

Otro tipo de psicólogos conducen investigación básica, es decir, la investigación que busca ampliar nuestra comprensión de los fenómenos psicológicos, incluso si dicho conocimiento no conduce a ningún beneficio práctico directo. Por lo regular, estos psicólogos trabajan para universidades o entidades gubernamentales. Algunos psicólogos conducen investigación aplicada, es decir, indagación que pretende encontrar soluciones a problemas específicos. Por ejemplo, un psicólogo podría realizar exploraciones sobre el aprendizaje y la memoria para estudiar métodos que mejoren las experiencias educativas de los niños con retraso mental. Sin embargo, otros especialistas trabajan en áreas aplicadas de la psicología, en las cuales brindan servicios a personas u organizaciones. Entre tales especialistas se incluyen los psicólogos clínicos, orientadores, escolares e industriales/organizacionales. Muchos de estos profesionales aplicados también conducen investigaciones en las áreas en las cuales ejercen. En este módulo, analizaremos más de cerca los diferentes tipos de psicólogos.

Areas de especialización en la psicología

Todos los psicólogos estudian la conducta y los procesos mentales, pero buscan este conocimiento de variadas maneras, en escenarios distintos y desde perspectivas diferentes. Las siguientes secciones brindan un panorama de las principales áreas de especialización y algunas en surgimiento dentro del campo de la psicología.

La mayoría de los psicólogos obtiene grados de doctorado en su área de especialización, como psicología experimental, clínica o social. El Ph.D. (doctorado en filosofía) es el grado doctoral más común y se otorga después de concluir trabajos de clases de especialidad y una tesis universitaria, la cual implica un proyecto original de investigación. Determinados psicólogos que buscan carreras prácticas pueden hacerse acreedores a un grado de doctorado en psicología (Psy.D.), el cual se enfoca más en capacidades de práctica que de investigación. Otros pueden dirigirse a programas de graduados en escuelas de educación y recibir un doctorado en educación (Ed.D.) En algunas áreas de especialidad, como la psicología escolar o industrial/organizacional, el grado de maestría es reconocido como el nivel con el que se puede iniciar el trabajo profesional en el campo elegido.

Principales áreas de especialización

La tabla de conceptos 1.2 ofrece un panorama de las principales especialidades en psicología discutidas en esta sección. La figura 1.3 muestra los porcentajes de psicólogos dedicados a las principales áreas de especialización, y la figura 1.4 resume dónde trabajan los psicólogos.

CONCEPTO 1.16

El campo de la psicología consiste en un creciente número de áreas de especialización.

investigación básica

Investigación enfocada en adquirir conocimientos, incluso si éstos no tienen una aplicación práctica directa.

investigación aplicada

Investigación que pretende encontrar soluciones a problemas específicos.



TABLA DE CONCEPTOS 1.2

Áreas de especialización en la psicología

Tipos de psicólogos	Enfoque principal	Pregunta típica estudiada	
Psicólogos experimentales	Estudio de aprendizaje, cognición, sensación y percepción, bases biológicas de la conducta y conducta animal	¿Cómo afectan los variados estados de excitación en el aprendizaje? ¿Qué centros cerebrales son responsables de la memoria?	
Psicólogos clínicos	Evaluación y tratamiento de personas con problemas y trastornos psicológicos, como depresión y esquizofrenia	¿Cómo podemos diagnosticar la ansiedad? ¿La depresión es atendida con más eficacia con psicoterapia o con terapia con medicamentos?	
Psicólogos orientadores	Ayudar a la gente con problemas de adaptación	¿Qué tipo de ocupación encontraría satisfactoria este estudiante? ¿Por qué a esta persona le resulta difícil hacer amigos?	
Psicólogos escolares	Trabajo en sistemas escolares para ayudar a los niños con problemas académicos o necesidades especiales	¿Se beneficiaría este niño con la educación especial o estaría mejor en un salón de clases regular?	
Psicólogos educativos	Construcción de pruebas psicológicas y educativas estandarizadas (como el SAT); mejorar la planeación de cursos y los métodos de instrucción	¿Esta prueba es una predicción válida de éxito en la universidad? ¿Cómo podemos enseñar álgebra de manera más eficiente?	
Psicólogos del desarrollo	Estudio del desarrollo físico, cognitivo, social y de la personalidad a lo largo de la proyección de vida	¿A qué edad comienzan los niños a caminar o a hablar? ¿Qué tipo de crisis enfrenta la gente en la edad adulta media o avanzada?	
Psicólogos de la personalidad	Estudio de las características psicológicas que nos hacen únicos	¿Cuál es la estructura de la personalidad? ¿Cómo medimos la personalidad?	
Psicólogos sociales	Estudio de los efectos del ambiente y las interacciones sociales en la conducta	¿Cuáles son los orígenes del prejuicio? ¿Por qué la gente hace cosas como parte de un grupo que no haría como individuo?	
Psicólogos ambientales	Estudio de cómo influyen y son influenciados la conducta y los procesos mentales de la gente en sus ambientes físicos	¿Cuáles son los efectos de la vida citadina en la gente? ¿Por qué el hacinamiento afecta la salud y la conducta de la gente?	
Psicólogos industriales/organizacionales	Estudio de las relaciones entre la gente y sus ambientes de trabajo	¿Cómo podemos descubrir quién se desempeñará bien en este puesto? ¿Cómo podemos hacer más justa la contratación y la promoción? ¿Cómo po- demos mejorar la motivación de los empleados?	
Psicólogos de la salud	Estudio de las relaciones entre los factores psicológicos y la prevención y tratamiento de las enfermedades físicas	¿Cómo podemos ayudar a la gente a evitar conductas sexuales riesgosas? ¿Cómo podemos ayudar a la gente a dejar de fumar y a comenzar a ejercitarse?	
Psicólogos del consumidor	Estudio de las relaciones entre los factores psicológicos, las preferencias de los consumidores y su conducta de compra	¿Por qué la gente selecciona marcas particulares? ¿Qué tipo de personas prefiere un tipo particular de producto?	

psicólogos experimentales

Aquellos que aplican métodos experimentales al estudio de la conducta y los procesos mentales. **psicólogos comparativos**

Los que estudian semejanzas y diferencias conductuales entre especies animales.

Los **psicólogos experimentales** ejercen métodos experimentales al estudio de la conducta y los procesos mentales. Estudian procesos, como aprendizaje, sensación, percepción y cognición. Un sector de psicólogos experimentales, llamados **psicólogos comparativos**, buscan comprender la conducta animal por sí misma, quizá por lo que ésta podría enseñarnos sobre la conducta humana. Otros, llamados **psicofisiólogos** (también conocidos como *psicólogos biológicos*) estudian las bases biológicas de la conducta.

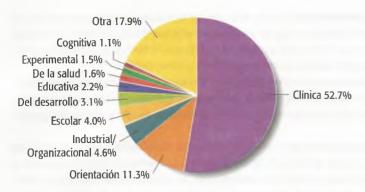


FIGURA 1.3 Áreas de especialización de los psicólogos Los psicólogos clínicos conforman el grupo más grande, seguidos por los psicólogos orientadores y los psicólogos industriales/ organizacionales.

Fuente: American Psychological Association, 2004.

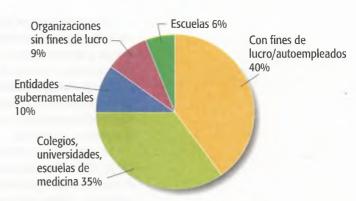


FIGURA 1.4 Dónde trabajan los psicólogos

El grupo más amplio de psicólogos trabaja en sitios donde se brinda servicios psicológicos. Muchos laboran en colegios y universidades como profesores, investigadores, administradores o supervisores de psicólogos en formación; otros prestan sus servicios en escuelas o en entidades gubernamentales.

Fuente: American Psychological Association, 2003a.

Los **psicólogos clínicos** evalúan y atienden a personas con trastornos psicológicos, como depresión o ansiedad; pueden emplear la psicoterapia para ayudar a la gente a superar sus problemas psicológicos o a sobrellevar mejor el estrés que enfrentan en su vida; pueden aplicar pruebas psicológicas para comprender mejor los problemas de sus pacientes o para evaluar sus capacidades intelectuales o su personalidad.

Muchos psicólogos conducen investigaciones de campo o capacitan a futuros profesionales de campo. Otros trabajan en hospitales o clínicas, y otro grupo labora en consultorios privados o en instalaciones universitarias. Como muestra la figura 1.4, los psicólogos clínicos representan el sector más amplio de psicólogos.

Las funciones profesionales de los psicólogos clínicos, en la evaluación y tratamiento de los trastornos psicológicos, con frecuencia, coinciden con las de los **psiquiatras**, médicos que han terminado la formación de residencia en la especialidad médica de la psiquiatría. A diferencia de los psiquiatras, los psicólogos sin embargo no pueden recetar medicamentos. No obstante, en la actualidad, esos límites pueden difuminarse porque un pequeño grupo de psicólogos ha sido formado en un programa especializado para prescribir medicamentos para atender trastornos psicológicos (Practice Directorate Staff, 2005).

Los **psicólogos orientadores** apoyan a la gente que tiene problemas de adaptación que, por lo regular, no son tan graves como los tipos de conflictos atendidos por sus colegas clínicos. Si usted no supiera a cuál curso inscribirse en la universidad o si tuviera dificultades para adaptarse a la vida universitaria, podría hablar al respecto con un psicólogo orientador. Estos especialistas ayudan a sus pacientes a tomar decisiones vocacionales o a resolver problemas maritales. Muchos trabajan en centros de consultoría universitaria, centros de consultoría comunitaria o instituciones de salud mental.

Los **psicólogos escolares** se desempeñan en sistemas escolares donde atienden a niños con problemas académicos, emocionales o de conducta, y evalúan a los estudiantes para colocarlos en programas de educación especial. También trabajan en equipo y colaboran con los profesores y otros profesionales para brindar una amplia gama de servicios para los niños.

Los **psicólogos educativos** desarrollan pruebas que miden la capacidad intelectual o el potencial académico, ayudan a adaptar enfoques educativos a los estilos de aprendizaje de los alumnos y crean estrategias para ayudar a los estudiantes a alcanzar su máximo potencial académico. Muchos se dedican a dirigir investigaciones. Entre los temas que estudian se encuentran la naturaleza de la inteligencia, cómo pueden los profesores mejorar el proceso de aprendizaje y el porqué algunos niños están más motivados que otros para tener éxito en la escuela.

Los **psicólogos del desarrollo** estudian el desarrollo físico, cognitivo, social y de la personalidad de la gente durante su vida. Los *psicólogos infantiles* son psicólogos del desarrollo que dedican su atención al desarrollo infantil.

psicofisiólogos Se enfocan en los cimientos biológicos de la conducta.

psicólogos clínicos Utilizan técnicas psicológicas para evaluar y atender individuos con trastornos mentales o psicológicos.

psiquiatras Médicos especializados en el diagnóstico y tratamiento de los desórdenes de la mente.

psicólogos orientadores Apoyan a la gente a clarificar sus metas y a tomar decisiones de vida o a encontrar maneras para superar problemas en varias áreas de su vida.

psicólogos escolares Evalúan y asisten a niños con problemas de aprendizaje u otras necesidades especiales.

psicólogos educativos Estudian temas relacionados con la medida de la inteligencia y los procesos implicados en los logros educativos o académicos.

psicólogos del desarrollo Se enfocan en procesos que implican el desarrollo físico, cognitivo, social y de la personalidad.

psicólogos de la personalidad

Estudian las características psicológicas y las conductas que nos distinguen como individuos y nos conducen a actuar de manera consistente al paso del tiempo.

psicólogos sociales Estudian las influencias grupales o sociales en la conducta y las actitudes.

psicólogos ambientales Analizan las relaciones entre el ambiente físico y la conducta.

psicólogos industriales/ organizacionales (I/O)

Investigan la conducta de la gente en el trabajo.

psicólogos de la salud Se enfocan en las relaciones entre los factores psicológicos y la salud física.

psicólogos del consumidor

Estudian por qué la gente compra determinadas marcas y productos en particular.

neuropsicólogos Se especializan en las relaciones entre el cerebro y la conducta.

gerontopsicólogos Se enfocan en los procesos psicológicos implicados en el envejecimiento.

psicólogos forenses Están involucrados en la aplicación de la psicología en el sistema legal.

psicólogos del deporte Aplican la psicología para comprender y mejorar el desempeño atlético. Los **psicólogos de la personalidad** buscan comprender la naturaleza de la personalidad, es decir, el conjunto de características psicológicas y conductas que nos distinguen como individuos únicos y que nos llevan a actuar de manera consistente a lo largo del tiempo. En particular, estudian cómo se estructura la personalidad, cómo se desarrolla y cómo cambia.

Los **psicólogos sociales** analizan cómo afectan las influencias grupales o sociales la conducta y las actitudes. Mientras los psicólogos de la personalidad examinan la composición psicológica del individuo para explicar la conducta, los sociales se enfocan en cómo afectan los grupos al individuo y viceversa.

Los **psicólogos ambientales** estudian las relaciones entre el ambiente físico y la conducta (Joye, 2007). Por ejemplo, estudia el efecto de la temperatura a la intemperie sobre la agresión y el impacto psicológico de factores ambientales como el ruido, la contaminación del aire y el hacinamiento. ¿Sabía usted que el estado de ánimo de la gente tiende a fluctuar de acuerdo con los patrones climáticos estacionales? En un estudio reciente, estos especialistas descubrieron que la gente tendía a informar de estados de ánimo más positivos durante el placentero clima de primavera, mientras el clima más cálido del verano estaba asociado con reportes de estados de ánimo más depresivos (Keller *et al.*, 2005).

Los **psicólogos industriales/organizacionales (I/O)** estudian los ambientes laborales. A ellos les preocupan temas como la satisfacción laboral, la selección de personal y la capacitación, las cualidades de liderazgo, los efectos de la estructura organizacional en la productividad y el desempeño laboral, además de los desafíos que representan los cambios en el lugar de trabajo (Koppes, 2007). Están capacitados para emplear pruebas psicológicas que determinen la coincidencia entre las capacidades e intereses del solicitante y los puestos disponibles dentro de una organización o corporación (Chan, 2005). Algunos psicólogos I/O realizan investigaciones de factores humanos, examinando tácticas para lograr que el equipo (p. e., bombas de aviones y sistemas computarizados) sea más eficiente y fácil de utilizar (Benson, 2006).

Los **psicólogos de la salud** estudian cómo afectan a la salud física los factores psicológicos como el estrés, el estilo de vida y las actitudes, y aplican este conocimiento para desarrollar programas de prevención de enfermedades e intervenciones para mejorar la calidad de vida de los pacientes con enfermedades crónicas, como padecimientos cardiacos, cáncer y VIH/SIDA.

Los **psicólogos del consumidor** están interesados en comprender la conducta del consumidor, es decir, por qué la gente compra determinados productos y marcas en particular. Examinan las actitudes de los consumidores hacia diferentes productos y hacia distintas maneras de publicitar o empacar productos; incluso el tipo de música que se escucha en las tiendas para poner a la gente de buen humor e inducirla a comprar (DeAngelis, 2004b).

Áreas emergentes de especialización

Cuando G. Stanley Hall fundó la American Psychological Association (APA) en 1892, ésta contaba con 31 miembros (Benjamin, 1997); en la actualidad, la membresía excede de los 150 000. No es sorprendente que el interés y las especialidades de la psicología abarquen un rango tan amplio, incluso áreas de especialización como la neuropsicología, la gerontopsicología, la psicología forense y la psicología del deporte (Fernández-Ballesterosa, 2006; Goldstein, 2007; Harmison, 2006).

Los **neuropsicólogos** estudian las relaciones entre el cerebro y la conducta. Mientras algunos de ellos limitan sus actividades a la investigación, los *neuropsicólogos clínicos* utilizan pruebas especializadas para evaluar los efectos cognitivos de las lesiones cerebrales y las embolias. Estas pruebas pueden ayudarlos a detectar áreas particulares del cerebro afectadas por la lesión o enfermedad. Los neuropsicólogos clínicos también pueden trabajar con especialistas en rehabilitación para diseñar programas que ayuden a las personas que han sufrido varias formas de daño cerebral a recuperar las funciones que sean posibles.

Los **gerontopsicólogos** se enfocan en los procesos psicológicos asociados con el envejecimiento. Pueden dedicarse a pacientes geriátricos para ayudarlos a sobrellevar el estrés de la vida avanzada, incluso la jubilación, la pérdida de seres queridos y el declive de la salud física.

Los **psicólogos forenses** trabajan dentro del sistema legal. Realizan evaluaciones psicológicas en casos de custodia de menores, testifican sobre la competencia de los acusados para presentarse a juicio, desarrollan perfiles psicológicos de tipo criminal, dan su testimonio experto en el tribunal sobre temas psicológicos o asisten a los abogados en la selección de miembros potenciales del jurado.

Los psicólogos del deporte aplican la psicología a los deportes y las competencias atléticas (Tenenbaum y Eklund, 2007). Como dijo el famoso beisbolista Yogi Berra, "El 90% de este juego es mitad mental". Entre sus capacidades está la de ayudar a los atletas a desarrollar habilidades de relajación y enfoque mental para superar la ansiedad de desempeño y mejorar su desempeño atlético. Mientras unos estudian características de la personalidad asociadas con el desempeño atlético, incluso las razones por las cuales los atletas se "ahogan" en situaciones difíciles, otros auxilian a los atletas a enfrentar las presiones de la competencia y a equilibrar los viajes, la familia y las exigencias de la vida, así como las dinámicas del equipo. Por si fuera poco, también asesoran a los jugadores que padecen dificultades psicológicas para adaptarse a los rigores de la competencia (Anderson, Van Raalte y Brewer, 2001).



La frontera mental Los psicólogos del deporte ayudan a los atletas a sobrellevar las exigencias de la competencia y les ayudan a mejorar su desempeño atlético.

La psicología profesional: cada vez más diversa

Los primeros psicólogos compartían más que un anhelo por comprender la conducta: casi todos ellos eran varones caucásicos con antecedentes europeos. Los rangos de mujeres en los primeros tiempos de la psicología eran estrechos, y los rangos de las minorías raciales y étnicas, aún más. Entonces, las mujeres y los miembros de las minorías enfrentaron diversos obstáculos para hacer carrera dentro de la psicología como les ocurrió en muchas otras profesiones. Una pionera en psicología fue Christine Ladd-Franklin (1847-1930). Ella cumplió con todos los requerimientos para un doctorado en matemáticas en la Universidad John Hopkins en 1882, pero la universidad se negó a otorgarle el grado porque en aquellos tiempos la institución no lo concedía a mujeres. Sin embargo, ella se convirtió en una distinguida investigadora en psicología y formuló una nueva teoría sobre la visión del color. Finalmente, recibió el grado doctoral de la Universidad John Hopkins en 1926, 44 años después de presentar su tesis doctoral.

Otra pionera fue Mary Whiton Calkins (1863-1930), estudiante brillante de William James, quien cumplió con todos los requerimientos del doctorado en Harvard, pero la institución se negó a otorgarle el grado doctoral. Como la Universidad John Hopkins, Harvard tampoco otorgaba grados doctorales a mujeres. Se le ofreció el doctorado por medio del Radcliffe College, una academia para mujeres afiliada a Harvard, pero ella lo rechazó. Difícil de disuadir, Mary realizó una distinguida carrera en psicología, la enseñanza y la conducción de importantes investigaciones acerca del aprendizaje y la memoria de corto plazo (Evans, 1999c). En 1905, Mary se convirtió en la primera presidenta de la APA (American Psychological Association).

Margaret Floy Washburn (1871-1939) fue discriminada de forma parecida cuando estudió psicología en la Universidad de Columbia. En 1894, después de encontrar un ambiente más receptivo en la Universidad Cornell, Margaret se convirtió en la primera mujer en Estados Unidos en obtener un doctorado en psicología. Margaret escribió un interesante libro,

The Animal Mind, y, en 1921, se convirtió en la segunda presidenta de la APA.

En 1901, Gilbert Haven Jones (1883-1966), un afroamericano, recibió un doctorado en psicología de una universidad en Alemania. Sin embargo, no fue sino hasta 1920, en la Universidad Clark, en Worcester, Massachusetts, que Francis Sumner (1895-1954) se convirtió en el primer afroamericano en recibir un doctorado en psicología en Estados Unidos. Sumner realizó una carrera distinguida en la enseñanza y la investigación. Ayudó a establecer el departamento de psicología en la Universidad Howard y fungió como su director hasta su muerte en 1954.

En 1920, mismo año en que Sumner obtuvo su doctorado, J. Henry Alston se convirtió en el primer afroamericano que publicó sus descubrimientos de investigación (sobre la percepción del calor y el frío) en una importante publicación estadounidense de psicología. Se re-



Las mujeres y los miembros de las minorías enfrentaron difíciles obstáculos para hacer carrera dentro de la psicología durante los inicios de la profesión.



Mary Whiton Calkins



Margaret Floy Washburn



Gilbert Haven Jones



Kenneth and Mamie Phipps-Clark

CONCEPTO 1.18

A pesar de que el campo de la psicología se ha vuelto más diverso, la representación de la gente de color aún es baja en la psicología profesional.

CONCEPTO 1.19

La profesión de la psicología ha experimentado un importante cambio de género en los años recientes.

quirieron otros 50 años (hasta 1971) antes de que el primero y, hasta el momento, único psicólogo afroamericano, Kenneth Clark [1914-2005] fuera electo presidente de la APA. En 1999, Richard Suinn se convirtió en el primer psicólogo asiático-americano en ser presidente electo de la APA.

La influyente obra de Clark sobre el desarrollo de la personalidad de los niños afroamericanos se extendió más allá del campo de la psicología. Sus textos fueron citados en el Supremo Tribunal de Justicia de Estados Unidos en su decisivo veredicto de 1954, Brown contra el Comité de Educación de Topeka, Kansas, el cual sostenía que las escuelas segregacionistas eran inherentemente inequitativas (Tomes, 2004). Un estudio clásico que condujo, en 1939, con su esposa Mamie Phipps-Clark (1917-1983) demostró que los niños afroamericanos, en edad preescolar, preferían jugar con una muñeca blanca que con una negra, y que atribuían más características positivas a la primera (Clark y Clark, 1939). Los Clark declararon que los niños afroamericanos llegaban a creer que debían ser

inferiores porque se les impedía asistir a la escuela con los niños caucásicos.

Los rangos profesionales de la psicología se han vuelto más diversos, pero la representación de las personas de raza negra aún es baja, en especial, a nivel de doctorado (Vasquez y Jones, 2006). La representación de las minorías en psicología, a nivel doctoral, se ha estancado en alrededor de la mitad de lo que es en la sociedad en general. La figura 1.5 muestra la configuración étnica de las personas con doctorado en psicología. Por ejemplo, sólo hay un psicólogo norteamericano nativo por cada 30 000 personas nacidas en Estados Unidos (Rabasca, 2000).

Una imagen distinta surge cuando examinamos los cambios de género en la psicología profesional. Las mujeres ahora representan más de dos terceras partes de los títulos de doctorado en psicología, en comparación a una de cada cinco en 1970 (Cynkar, 2007; Gill, 2006) (consulte la figura 1.6). Este cambio de género refleja la creciente representación de las mujeres en ocupaciones que por tradición eran desempeñadas por hombres, incluso la medicina y las leyes. Sin embargo, la equidad de género ha ocurrido a un ritmo más veloz en la psicología que en otras profesiones.

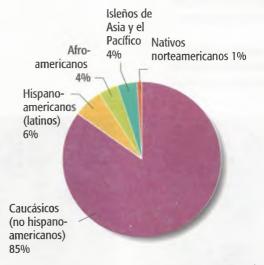


FIGURA 1.5 Etnias de receptores de doctorados en psicología Aunque los porcentajes de minorías en el campo de la psicología se han incrementado con el paso de los años, los estadounidenses caucásicos con orígenes europeos aún constituyen la mayoría de nuevos receptores de doctorados en psicología.

Fuente: National Science Foundation, 2004

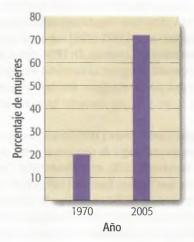


FIGURA 1.6 Receptoras de doctorados en psicología Las mujeres ahora representan casi tres cuartas partes de los nuevos receptores de doctorados en psicología, comparadas con sólo una quinta parte en 1970.

Fuente: Cynkar, 2007.

REVISIÓN DE MÓDULO 1.2

Los psicólogos: quiénes son y qué hacen

REPASE

¿Cuáles son las diferentes especialidades en la psicología?

 Entre éstas se incluyen los principales subcampos, como la psicología clínica y de orientación, la psicología escolar y la experimental, así como las áreas emergentes de especialización, como la gerontopsicología, la psicología forense y la psicología del deporte.

¿Qué cambios han ocurrido en las características étnicas y de género de los psicólogos con el paso del tiempo?

- A pesar de que la psicología es ahora una disciplina más diversa, la representación de los afroamericanos y otros grupos minoritarios aún es escasa en los rangos profesionales de los psicólogos.
- A diferencia de los primeros años de la profesión, cuando las mujeres eran excluidas de la realización de carreras profesionales, ahora constituyen alrededor de tres cuartas partes de los nuevos doctores en psicología.

RECUERDE

- La investigación ______ se enfoca en ampliar nuestra comprensión y conocimiento, mientras la investigación _____ se enfoca en encontrar respuestas o soluciones a problemas específicos.
- 2. Relacione los siguientes tipos de psicólogos con el tipo de trabajo que realizan: *a*) psicólogos orientadores; *b*) psicólo-

gos del desarrollo; c) psicólogos ambientales; d) psicólogos del consumidor.

- i. estudian cambios en las conductas y actitudes a lo largo del ciclo de vida
- ii. estudian los efectos de la temperatura a la intemperie sobre la agresividad
- iii. estudian las características psicológicas de la gente que compra determinados productos
- iv. ayudan a los estudiantes a adaptarse a la vida universitaria
- 3. Lo más probable es que un psicólogo que trabaja dentro del sistema legal sea un ______.
 - a. psicólogo social
- c. psicólogo forense
- b. neuropsicólogo
- d. psicólogo orientador
- 4. El primer afroamericano en recibir un doctorado en psicología en Estados Unidos fue _______.
 - a. Mary Whiton Calkins
- c. Gilbert Haven Jones
- b. Francis Sumner
- d. Kenneth Clark

REFLEXIONE

- Si no estuviera seguro de qué carrera estudiar y deseara ayuda para elegir entre las opciones vocacionales más adecuadas para usted, ¿a qué tipo de psicólogo acudiría? ¿Por qué?
- Suponga que lee en un periódico sobre un psicólogo que estudia cómo cambia la conducta de la gente cuando se vuelve parte de una muchedumbre desorganizada. ¿Qué tipo de psicólogo es probable que sea esta persona?

Módulo 1.3

Métodos de investigación en la psicología

- ¿Cuáles son los objetivos básicos de la ciencia?
- ¿En qué consiste el método científico y cuáles son sus cuatro pasos generales?
- ¿Cuáles son los principales métodos de investigación que emplean los psicólogos?
- ¿Cuáles son los lineamientos éticos que los psicólogos deben cumplir en sus investigaciones?

os psicólogos son instruidos para ser escépticos con las declaraciones y argumentos que no están basados en la evidencia. En especial, lo son con la opinión pública y el *folklore*. Lo que distingue a la psicología de otros cuestionamientos sobre la naturaleza humana, incluso la filosofía, la teología y la poesía, es el empleo de métodos científicos para adquirir conocimientos. Los psicólogos adoptan un **enfoque empírico**, es decir, basan sus opiniones en evidencias reunidas a partir de experimentos y la observación atenta.

Los objetivos de la ciencia: describir, explicar, predecir y controlar

Los objetivos básicos de la ciencia son describir, explicar, predecir y controlar. Como científicos dedicados a comprender la conducta y los procesos mentales, y en emplear esa comprensión para la mejora humana, los psicólogos comparten estas metas primordiales. **enfoque empírico** Método para desarrollar el conocimiento basado en la evaluación de la evidencia reunida a partir de experimentos y la observación atenta.

Descripción

La descripción clara y precisa es un pilar de la ciencia. Los psicólogos emplean métodos de observación atenta para hacer descripciones objetivas y precisas. Considere la viñeta de la izquierda, la cual se basa en una experiencia real en un salón de clases.

Imagine que es un alumno en una clase de psicología experimental. El primer día de clases, su profesora, una distinguida mujer de alrededor de 50 años, entra al salón con una pequeña jaula de metal que contiene una rata blanca. La profesora sonríe, saca a la rata de la jaula y la coloca sobre el escritorio. Después, pide a la clase que describa la conducta del roedor.

Como estudiante serio, observa con atención. El animal avanza hacia la orilla del escritorio, hace una pausa, se asoma por el borde y parece dirigir sus bigotes hacia abajo, en dirección al suelo. Luego camina por el borde del escritorio y recorre su perímetro. De cuando en cuando, hace una pausa y sus bigotes vibran hacia abajo, en dirección del suelo. La profesora toma a la rata y la devuelve a la jaula. Entonces solicita a la clase que describa la conducta del animal.

Un estudiante responde: "La rata parece buscar una manera de escapar".

Otro estudiante: "Explora su ambiente, lo examina". ("¿Explora?", piensa usted. "Ese alumno ha visto demasiadas películas bélicas").

La profesora escribe cada respuesta en la pizarra. Otra estudiante levanta la mano. "La rata realiza una búsqueda visual de su ambiente", dice. "Tal vez busque alimento".

La profesora solicita las descripciones de otros alumnos. "Mira a su alrededor", añade uno.

"Intenta escapar", dice otro.

Llega su turno. En un intento por ser científico, comenta: "No podemos saber cuál podría ser su motivación. Todo lo que sabemos es que examina su ambiente".

"¿Cómo lo hace?", pregunta la profesora.
"Visualmente", responde usted con confianza.

La profesora escribe la respuesta y luego se vuelve hacia el grupo al tiempo que menea la cabeza. "Cada uno de ustedes observó a la rata", dice, "pero ninguno describió su conducta. Cada uno hizo ciertas inferencias: que la rata 'buscaba una manera de bajar', que 'examinaba su entorno', que 'buscaba alimento' y cosas por el estilo. No son inferencias irracionales pero son inferencias; no descripciones. También sucede que son erróneas. Verán, la rata es ciega. Lo ha sido desde que nació. Es imposible que mire su entorno, al menos en términos visuales".

(De Nevid, Rathus y Greene, 2008, pp.19-20).

Como puede ver en la viñeta, la descripción científica depende de la observación atenta. Los psicólogos están instruidos para distinguir entre observaciones e **inferencias**, es decir, conclusiones extraídas de las observaciones. Las inferencias desempeñan una importante función en la ciencia: nos permiten saltar de lo particular a lo general, de lo que observamos sobre la conducta de un individuo a la categoría más general de conducta que ésta puede representar. Sin embargo, necesitamos distinguir entre describir lo que observamos y hacer inferencias basadas en dichas observaciones. Considere la pregunta: "¿Alguna vez ha observado la conducta anormal?" La respuesta, en términos científicos, es "No". Usted sólo puede observar la conducta. Etiquetar la conducta como anormal (o normal) es una inferencia, no una observación.

Entonces, ¿cómo podría describir con precisión y objetividad la conducta de una rata? Podría hacer un recuento detallado de los movimientos del animal, cuánto avanza exactamente en cada dirección, durante cuánto tiempo se detiene antes de girar, cómo mueve su cabeza de lado a lado, etc. La observación atenta y la descripción de la conducta brindan datos para desarrollar teorías que pueden ayudarnos a comprender mejor el fenómeno que estudiamos y quizá también a predecir futuros sucesos.

Explicación

Si nos limitáramos a la descripción, nos quedaríamos con una vibrante confusión de observaciones inconexas. Los psicólogos, como otros científicos, construyen teorías para ayudarse a comprender el fenómeno que estudian. Una **teoría** es una explicación que organiza las percepciones en patrones significativos, y representa las relaciones entre los sucesos contemplados en términos de mecanismos subyacentes. La teoría social-cognitiva, p.e., intenta explicar la conducta en términos de la influencia de los factores de situación, como las recompensas y los castigos, y de los factores cognitivos, como los valores y las expectativas.

Las teorías son juzgadas según su utilidad para representar un conjunto determinado de observaciones o de descubrimientos experimentales. Los científicos reconocen que incluso las mejores teorías son, por excelencia, sólo burdas aproximaciones a la verdad. Comprenden que después pueden aparecer teorías alternativas con explicaciones incluso mejores sobre la evidencia derivada de la observación.

Una combinación de teorías, en lugar de una sola, puede representar mejor un conjunto determinado de hechos. Por ejemplo, como ya descubrirá en el capítulo 3, la mejor explicación disponible

de la visión del color combina elementos de dos teorías que compiten entre sí.

inferencias Conclusiones que resultan de la observación.

teoría Formulación que representa relaciones entre sucesos observados o que explica los descubrimientos experimentales.

variables Factores o medidas que varían dentro de un experimento o entre individuos.

Predicción

Los científicos recurren a su comprensión teórica de los sucesos para elaborar predicciones sobre sucesos futuros. Las teorías ayudan a hacer más comprensibles los sucesos. También nos ayudan a elaborar predicciones acerca de eventos futuros y para sugerir estrategias para controlarlos. Con base en la teoría social-cognitiva, por ejemplo, podríamos esperar que los jóvenes que tienen expectativas positivas acerca del consumo de alcohol o de drogas, es decir, que creen que esas sustancias los harán más populares o que producirán otros resultados deseables, serán

más proclives a consumirlas. Al cambiar las expectativas, o al ayudar a los jóvenes a considerar los resultados negativos asociados con el consumo de alcohol o drogas, podríamos ayudarles a evitar consumirlos.

Una teoría que vincule el estrés con la depresión podría conducirnos a predecir que las experiencias estresantes, como un conflicto marital o el desempleo prolongado, incrementarían el riesgo de sufrir depresión. Si la evidencia sustenta este vínculo (y así es; consulte el capítulo 14), podríamos ser capaces de prevenir la depresión al brindar asesoría a las personas en momentos de angustia.

Lo cierto es que no todas las predicciones científicas acerca de sucesos futuros han surgido de la evidencia. Pero incluso cuando ocurren descubrimientos contrarios, son útiles para los científicos, pues les ayudan a reformular sus teorías, lo cual después puede permitirles elaborar predicciones más acertadas.

Control

El cuarto objetivo de la ciencia es el control de los sucesos. La ciencia de la física permitió a la gente controlar el poder nuclear y crear la supercarretera electrónica: internet. Las ciencias biológicas y médicas han permitido a la sociedad controlar muchas enfermedades infecciosas por medio de los programas de vacunación y otras iniciativas de salud pública, incluso al grado de la erradicación de algunas calamidades históricas, como la viruela.

Los psicólogos no pretenden controlar a la gente o manipularle para obtener beneficios. Por el contrario, descubren métodos para utilizar el conocimiento psicológico a fin de ayudar a la gente a dominar y adquirir control sobre su vida. La psicoterapia, p.e., ha apoyado a la gente a tener un mejor gobierno de los estados emocionales negativos (como la ansiedad y la depresión), a mejorar sus relaciones con los demás, y a desarrollar sus potenciales únicos. Sin embargo, abundan los mitos y las concepciones erróneas sobre la psicología; la tabla 1.1 contiene una muestra.

Los psicólogos buscan otro tipo de control: el que se da sobre las variables que estudian. Las **variables** son factores que varían en un experimento, como la dosis de un medicamento experimental. En un estudio de la memoria, para averiguar cuáles son los factores que afectan los recuerdos, los psicólogos pueden controlar variables como el tiempo de exposición a una lista de palabras que serán recordadas después o el número de repeticiones de la lista de palabras.

Como veremos más adelante en este capítulo, los psicólogos se adhieren a un código de ética que respeta la dignidad y el bienestar de sus pacientes y de las personas que participan en sus

CONCEPTO 1.20

Los psicólogos buscan explicar los sucesos por medio del desarrollo de teorías que conducen a predicciones que pueden ser probadas mediante la investigación y la observación atenta.

CONCEPTO 1.21

La palabra control tiene dos significados en la investigación psicológica: control de las variables en estudio, y utilizar el conocimiento obtenido de la investigación para ayudar a la gente a lograr un mejor dominio sobre su vida.

TABLA 1.1 Conceptos erróneos y comunes sobre la psicología			
Mito	Hecho		
Los psicólogos pueden leer la mente de la gente.	No, los psicólogos no pueden leer la mente de la gente. Como lo expresó un prominente psicólogo: "Si usted quiere saber qué es lo que la gente piensa, pregúntele. Quizá se lo diga".		
La psicología no es una verdadera ciencia.	La psicología es, de hecho, una verdadera ciencia porque se basa en el método científico.		
Los psicólogos manipulan a las personas como marionetas.	Los psicólogos ayudan a la gente a cambiar su conducta y a alcanzar sus metas. No manipulan ni controlan a la gente.		
Sólo puede existir una teoría psicológica cierta; todas las demás deben ser falsas.	Ninguna teoría representa a todas las formas de conducta. Las teorías son más o menos útiles en tanto representan la evidencia disponible y conducen a predicciones acertadas de conductas futuras. Algunas teorías representan ciertos tipos de conductas mejor que otras, pero muchas tienen valor por su representación de algunas formas de conducta.		
La psicoterapia es inútil.	Un gran cuerpo de evidencia demuestra que la psicoterapia es eficaz (consulte el capítulo 15).		
La gente no puede cambiar: sólo es como es.	La evidencia demuestra que la gente sí puede cambiar su conducta y sus maneras de relacionarse con los demás.		

CONCEPTO 1.22

El método científico es un marco de referencia para adquirir conocimiento mediante de la observación atenta y la

experimentación.

Los hombres de ciencia utilizan el método científico para probar predicciones derivadas de la teoría, la observación, la experiencia y las creencias comunes.

Los psicólogos enmarcan sus preguntas de investigación en forma de hipótesis o predicciones específicas acerca de los resultados que esperan obtener.

CONCEPTO 1.25
Los psicólogos reúnen evidencias para probar sus hipótesis.

estudios de investigación. Este código reconoce que la gente tiene un derecho básico de tomar sus propias decisiones y de ejercer opciones, incluso la de participar o no en una investigación psicológica.

El método científico: cómo sabemos lo que sabemos

Como otras disciplinas científicas, la psicología emplea el método científico en su búsqueda de conocimiento. El **método científico** es un marco de referencia para adquirir conocimientos y se basa en la observación atenta y el uso de métodos experimentales. Puede ser conceptualizado en términos de cuatro pasos generales que los científicos utilizan para probar sus ideas y para ampliar y refinar su discernimiento: 1) desarrollar una pregunta de investigación, 2) reformular ésta en forma de una hipótesis, 3) reunir evidencias para probar la hipótesis y 4) llegar a conclusiones acerca de la misma. La figura 1.7 resume estos pasos.

- 1. Desarrollar una pregunta de investigación. Los psicólogos generan interrogantes de investigación a partir de diversas fuentes, incluso la teoría, la observación atenta, las experiencias previas y las creencias comunes. Por ejemplo, un investigador puede estar interesado en la pregunta: "¿La exposición al estrés incrementa el riesgo de padecer un resfriado común?".
- 2. Encuadrar la pregunta de investigación en forma de una hipótesis. Un investigador reencuadra la pregunta de investigación en forma de una hipótesis; es decir, una predicción precisa que puede ser sometida a prueba a través de la indagación. Con frecuencia, las hipótesis surgen de una teoría. Por ejemplo, un investigador puede proponer la teoría de que el estrés debilita al sistema inmunológico, (el sistema de defensas del cuerpo contra las enfermedades), y nos deja más vulnerables a varios tipos de enfermedades, incluso al resfriado común. Basado en este modelo teórico, el investigador puede encuadrar su pregunta de investigación en forma de una hipótesis probable: "La gente que enfrenta altos niveles de estrés en su vida es más proclive a padecer un resfriado común que las personas con niveles menores de estrés, después de exponerse a los virus del resfriado".

Los investigadores también pueden desarrollar hipótesis basadas en creencias o supuestos comunes sobre la conducta. Considere la idea difundida de que "Los opuestos se atraen". Un presupuesto contrario es que las personas sienten atracción por quienes son semejantes a ellas, que "Las aves con el mismo plumaje vuelan juntas". Una hipótesis específica extraída de la última creencia podría redactarse de la siguiente manera: "La mayoría de las personas elige parejas románticas con nivel educativo similar".

3. Reunir evidencias para probar la hipótesis. El investigador desarrolla un diseño o estrategia de investigación para reunir evidencias y hacer una prueba científica de la hipótesis. El tipo de método de investigación empleado depende de la naturaleza del problema. En el ejemplo del estrés y el resfriado común, el investigador puede clasificar a las personas en grupos de alto o bajo nivel de estrés y después exponerlas (con su permiso, desde luego) a virus del resfriado para averiguar si el grupo con alto nivel es más proclive a contraer un resfriado común. Con el uso de esta metodología, los investigadores descubrieron que la gente sometida a elevadas situaciones de estrés crónico es más proclive a contraer un resfriado después de la exposición al virus del resfriado que el grupo de comparación de bajo estrés (Cohen et al., 1998).

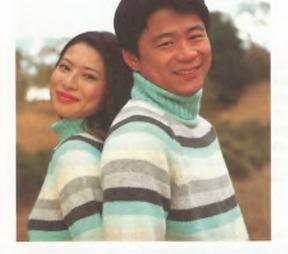
DIAGRAMA DE LA PSICOLOGÍA

FIGURA 1.7 Pasos generales en el método científico

Desarrollar una
pregunta de investigación
Reunir teorías, observaciones,
experiencias o creencias
comunes para formular una
pregunta de investigación

Formular
una hipótesis
Encuadrar la pregunta de
manera que se convierta en
una predicción específica
que pueda ser sometida a
prueba mediante la
investigación

Reunir evidencias Someter a prueba la hipótesis Llegar a conclusiones
Utilizar métodos estadísticos de análisis para determinar si los datos respaldan a la hipótesis



Probar una hipótesis Los psicólogos formulan hipótesis probables que guíen su investigación. Por ejemplo, un psicólogo podría plantear la hipótesis de que las parejas románticas con intereses y actitudes similares tienen más probabilidades de permanecer juntas que las parejas con intereses y actitudes disímiles. Sin embargo, las preferencias por la misma ropa pueden no tener injerencia en la longevidad de la relación.

4. Llegar a conclusiones sobre la hipótesis. Los investigadores llegan a conclusiones sobre sus hipótesis con base en la evidencia que su investigación ha producido. Para someter a prueba su hipótesis, recurren a la **estadística**, la rama de las matemáticas que implica métodos de tabulación y análisis de los datos numéricos. Emplean métodos estadísticos para determinar si las relaciones entre variables (p. e., el estrés y la vulnerabilidad al resfriado común), o las diferencias entre grupos (p. e., un grupo experimental que recibe tratamiento frente a un grupo control que no lo recibe) son significativas en términos estadísticos (o sea, que resulte relativamente poco probable que se deban a la casualidad). Una variable es un factor que varía en un experimento, como la dosis de un medicamento experimental o las calificaciones que reciban los participantes acorde con una medida de interés.

La **significancia estadística** es un concepto que indica que es poco probable que un descubrimiento se deba a la casualidad o a fluctuaciones azarosas. Asimismo, los científicos utilizan pruebas de significancia para determinar si un descubrimiento cumple con determinado umbral de significancia estadística, como una probabilidad menor de 5% de que el descubrimiento pudiera deberse a la casualidad. Los métodos estadísticos que usan los psicólogos y otros científicos son discutidos en el apéndice de estadísticas al final de este libro. Cuando los descubrimientos de investigación no sustentan la hipótesis del estudio, los científicos pueden ajustar las teorías de las cuales se derivaron las hipótesis y los descubrimientos de investigación pueden sugerir nuevos caminos de investigación o cambios en las teorías psicológicas.

Otro factor importante al llegar a las conclusiones es la **replicación**, que es el intento por duplicar los descubrimientos reportados por otros para determinar si ocurrirán de nuevo, bajo las mismas condiciones experimentales. Los científicos confían más en descubrimientos que puedan ser replicados por otros investigadores.

Métodos de investigación: cómo aprendemos lo que sabemos

El método científico es un marco de referencia que los psicólogos utilizan para someter a prueba sus ideas. Ahora consideremos los métodos particulares que emplean para adquirir conocimientos sobre la conducta y los procesos mentales: el estudio de caso, la encuesta, y el método de observación naturalista, el de correlación y el experimental.

El método de estudio de caso

El **método de estudio de caso** es un análisis, exhaustivo y detallado, de uno o más individuos. El psicólogo recaba información de entrevistas, observación o registros escritos. Sigmund Freud, en su caso, basó gran parte de su teoría de la personalidad y de la conducta anormal en datos provenientes de la contemplación y el estudio intensos de los pacientes que atendió en su práctica clínica. El científico suizo Jean Piaget (1896-1980) desarrolló una teoría de desarrollo cognitivo al observar de cerca y entrevistar a un reducido grupo de niños. Muchos de los primeros descubrimientos sobre la función cerebral provinieron de estudios de pacientes con lesiones cerebrales que coincidieron con los tipos de daño que los investigadores sostenían que estaban relacionados con deficiencias particulares en el funcionamiento de la memoria y las capacidades motoras.

CONCEPTO 1.26

Los psicólogos evalúan los resultados de sus estudios científicos mediante pruebas estadísticas para determinar si es improbable que

mediante pruebas estadísticas para determinar si es improbable que las relaciones entre variables o las diferencias entre grupos se deban a la casualidad.

CONCEPTO 1.27

Los psicólogos emplean una variedad de métodos de investigación para aprender sobre la conducta y los procesos mentales, incluso el estudio de caso, la encuesta, la observación naturalista, el de correlación y los experimentales.

CONCEPTO 1.28

Los estudios de caso pueden brindar abundante información y sugerir hipótesis probables, pero carecen de los controles hallados en los experimentos científicos.

método científico Instrumento de búsqueda que implica la observación atenta y el empleo de métodos experimentales.

hipótesis Predicción precisa sobre los resultados de un experimento.

estadística Rama de las matemáticas que implica la tabulación, el análisis y la interpretación de datos numéricos.

significancia estadísticaTérmino que representa que no es probable que un descubrimiento se deba a la casualidad o a las

replicación Intento por duplicar los descubrimientos.

método de estudio de caso Estudio a detalle de uno o más individuos.

fluctuaciones azarosas.

Pueden surgir problemas con los estudios de caso cuando los investigadores dependen de los recuerdos de experiencias pasadas de la gente, dado que los recuerdos pueden ser distorsionados o tener lagunas. La gente también puede reservarse información importante por vergüenza o pudor. Para presentar una impresión más favorable, algunas personas pueden incluso engañar a propósito al investigador. Los propios entrevistadores sólo pueden escuchar lo que esperan o desean y los observadores pueden sólo aquello que esperan o desean. En resumen, a pesar de que los estudios de caso tienen la posibilidad de ofrecer un tesoro de información y conducir a hipótesis probables, carecen de los rigurosos controles de los experimentos científicos.

El método de encuesta

El **método de encuesta** reúne información de grupos específicos de personas por medio de entrevistas estructuradas o cuestionarios. Una **entrevista estructurada** es una técnica de cuestionamiento que se apega a una serie preestablecida de preguntas en un orden particular. Un **cuestionario** es un conjunto escrito de preguntas o declaraciones que la gente puede responder marcando respuestas en un formato para tal propósito.

Los psicólogos y otros investigadores conducen encuestas para conocer las características, creencias, actitudes y conductas de ciertas poblaciones. En la investigación por encuesta, una **población** es el grupo total de personas de interés. Por ejemplo, una población podría consistir en todas las personas de 18 años o más en Estados Unidos, o tal vez todos los estudiantes de tercer grado de bachillerato. En términos generales, resulta poco práctico estudiar a una población total; una excepción sería una pequeña localidad que pudiera ser estudiada en su totalidad, como la de estudiantes que habitan en un dormitorio en particular. En casi todos los casos, sin embargo, las encuestas se aplican a **muestras**, o segmentos, de las poblaciones.

Para obtener conclusiones sobre la población, con base en una muestra, ésta debe ser representativa de la población de interés. Por "representativa" queremos decir que la gente que constituye la muestra debe ser típica de la localidad de interés. Las muestras representativas permiten a los investigadores *generalizar* o transferir los resultados de una muestra a la población total de la cual se extrajo. A fin de crear una muestra representativa, los especialistas utilizan el método de **muestreo aleatorio**, técnica en la que los individuos son seleccionados al azar en determinada área para participar en la muestra. Por ejemplo, un investigador puede constituir una muestra con el uso de un programa de computadora para seleccionar nombres de individuos o familias al azar dentro de determinada población. Las encuestas políticas que se reportan en los medios de comunicación masiva utilizan muestras aleatorias de potenciales votantes para predecir los resultados de las elecciones.

Como los estudios de caso, las encuestas pueden verse limitadas por lagunas en los recuerdos de la gente. Los participantes pueden ofrecer contestaciones que creen son socialmente deseables en vez de que reflejen lo que en verdad sienten o creen. Este estilo de respuesta resulta de lo que se conoce como **sesgo de deseabilidad social**. Por ejemplo, los participantes pueden exagerar la frecuencia con la que asisten a la iglesia o minimizar su consumo de alcohol. Otra forma de sesgo en la investigación por encuesta es el **sesgo del voluntario**. Éste surge cuando las personas que se ofrecen a participar en encuestas o en otros estudios de investigación no son representativas de la población de la que son extraídas.

El método de observación naturalista

El método de observación naturalista lleva el laboratorio "al campo" para observar de manera directa la conducta de los seres humanos o de otras especies animales en su ambiente o hábitat natural. Las personas o los animales que fungen como participantes de la investigación pueden comportarse con más "naturalidad" en sus propios ambientes que en los confines artificiales de un laboratorio experimental. Los psicólogos han observado niños en casa, con sus padres, para saber más acerca de las interacciones entre padres e hijos, y en patios escolares y salones de clases para averiguar cómo se relacionan los niños entre sí. Dado que la gente puede actuar de manera distinta cuando sabe que es vista, los observadores procuran no interferir en las conductas que observan. Para minimizar aún más esta predisposición potencial, los observadores pueden invertir tiempo en permitir que los sujetos se acostumbren a ellos, de manera que comiencen a actuar de forma más natural antes de que tenga lugar cualquier medición real. También cabe la posibilidad de que se ubiquen de manera que los sujetos no puedan verlos.

Mediante la investigación por encuesta, los psicólogos pueden reunir información sobre las actitudes y conductas de gran cantidad de personas, pero la información que obtienen puede estar sujeta a lagunas de la memoria o a sesgos.

método de encuesta

Instrumento de investigación que emplea entrevistas estructuradas o cuestionarios para recabar información sobre grupos de personas.

entrevista estructurada Técnica por la cual se formula un conjunto de preguntas en un orden particular.

cuestionario Conjunto escrito de preguntas o declaraciones específicas a las que la gente responde marcando sus respuestas en un formato para tal propósito. población Todos los individuos u organismos que constituyen grupos particulares.

muestras Extractos de una población.

muestreo aleatorio Método en el que cada individuo en la población tiene iguales oportunidades de ser seleccionado.

sesgo de deseabilidad social Tendencia a responder a las preguntas de una manera socialmente deseable.

sesgo del voluntario Tipo de tendencia que surge cuando las personas que se ofrecen a participar en una encuesta o estudio de investigación muestran características que las hacen no representativas de la población de la cual fueron extraídas.

método de observación naturalista Está basado en la observación atenta de la conducta en escenarios naturales. Pueden surgir problemas con este método si los observadores introducen sus propias predisposiciones. Por ejemplo, si éstos tienen una idea preconcebida acerca de que la manera de los padres de interactuar con un niño afecta su conducta, pueden tender a ver lo que esperan ver. Para impedir esto, se recomienda emplear pares de observadores para revisar la consistencia entre ellos. Los experimentadores pueden hacer supervisiones aleatorias en el sitio para verificar que los observadores registren con precisión sus medidas.

Los animales en un laboratorio o en ambientes semejantes a zoológicos pueden actuar de forma distinta a como lo hacen en su hábitat natural. Para saber más acerca de la conducta de los chimpancés, la naturalista Jane Goodall vivió durante muchos años entre ellos en su ambiente natural cuando fue aceptada gradualmente por los animales. Sus observaciones ponen en duda las creencias sostenidas durante mucho tiempo de que sólo los seres humanos utilizan herramientas. En su caso, ella vio cuando los chimpancés utilizaron una rama como herramienta para insertarla en un nido de termitas y extraerlas para después comérselas. Los chimpancés no sólo utilizaban herramientas, sino también mostraban otros comportamientos semejantes a los humanos, como besarse cuando se saludaban.

A pesar de que el método de la observación naturalista puede carecer de los controles disponibles en los experimentos controlados, es capaz brindar importantes revelaciones sobre la conducta según ocurre bajo condiciones naturales.

El método de correlación

Los psicólogos emplean el **método de correlación** para examinar relaciones entre variables. En el capítulo 12, usted leerá acerca de los descubrimientos que muestran una correlación o vínculo, entre el optimismo y un mejor ajuste psicológico entre pacientes con cáncer. En el capítulo 9, verá que el hábito de fumar entre las mujeres embarazadas está correlacionado, por desgracia, con un riesgo creciente de síndrome de muerte infantil súbita (SMIS) en los bebés. El método de correlación puede implicar el empleo de encuestas u observaciones naturalistas para recabar información relevante. Después, la información es analizada en términos estadísticos para examinar relaciones entre variables.

El **coeficiente de correlación** es una medida estadística de asociación entre dos variables. Los coeficientes de correlación pueden variar de -1.00 a +1.00. Los coeficientes con signo positivo representan una correlación positiva en la que los valores superiores de una variable están asociados con valores superiores de la otra variable (p. e., la gente con niveles superiores de educación tiende a ganar ingresos más altos; consulte la figura 1.8). Una correlación negativa, la cual

FIGURA 1.8 Relaciones de correlación

Estas gráficas muestran correlaciones positivas y negativas. Para una correlación positiva, los incrementos en una variable (nivel educativo) están asociados con aumentos en la otra variable (nivel de ingresos). Para una correlación negativa, los incrementos en una variable (privación de sueño) están asociados con descensos en la otra variable (estado de alerta). Cada punto en estas gráficas representa el punto de intersección de las calificaciones de un individuo en las dos variables representadas.



En términos generales, la gente con niveles educativos superiores tiende a ganar ingresos más altos.



Generalmente, mientras más tiempo se prive a una persona del sueño, es probable que esté menos alerta.

CONCEPTO 1.30

Con el método de observación naturalista, los investigadores en el campo pueden examinar la conducta según se desarrolle, pero corren el riesgo de influir en la conducta que observan.



Observación naturalista

método de correlación Modelo de investigación que examina las relaciones entre variables, según se expresan en la forma de una medida estadística llamada coeficiente de correlación.

coeficiente de correlación

Medida estadística de asociación entre variables cuyo rango varía de –1.00 a +1.00.



¿Su cerebro está en sus pies? Aunque la talla del zapato y la extensión del vocabulario están correlacionadas en los niños, no debemos inferir que el tamaño del pie de un niño determina su vocabulario.

CONCEPTO 1.31
Con el método de correlación podemos examinar cómo se relacionan las variables entre sí, pero no podemos determinar relaciones de causa-efecto.

Concepto 1.32
Con el método experimental, los investigadores pueden explorar relaciones de causa-efecto al manipular de manera directa algunas variables y al observar, sus efectos en otras variables, bajo condiciones controladas.

método experimental

Instrumento de investigación científica que implica la manipulación de variables independientes y la observación o medida de sus efecto en las variables dependientes bajo condiciones controladas.

variables independientes Factores que son manipulados en un experimento.

variables dependientes Efectos o resultados de un experimento que se cree que son dependientes de los valores de la o las variables independientes.

se representa con un signo negativo, significa lo inverso: los valores más altos en una variable están asociados con valores más bajos en la otra. Por ejemplo, mientras más tiempo la gente es privada del sueño, es probable que esté menos alerta. El tamaño de la correlación expresa la fuerza o magnitud de la relación entre las variables. Mientras más fuerte es la correlación, más cercano será el coeficiente de correlación a -1.00 o +1.00.

Las correlaciones son útiles porque nos permiten predecir una variable con base en la otra. Una correlación perfecta de +1.00 o -1.00 nos permite predecir con certeza. Digamos que descubrimos una correlación perfecta entre ciertas características genéticas y la probabilidad de desarrollar determinada enfermedad. Si supiéramos que usted posee esas características genéticas, seríamos capaces de predecir con certeza si desarrollará esa en-

fermedad. Sin embargo, casi todas las relaciones de interés para los psicólogos son menos que perfectas (es decir, varían en fortaleza entre 0.00, y+1.00 o -1.00). Un caso: aunque la inteligencia está correlacionada con el logro académico, no todas las personas con altas calificaciones en pruebas de inteligencia tienen éxito en la escuela. Una correlación de cero significa que no existe relación alguna entre las dos variables, por lo tanto, una variable no tiene valor de predicción para la otra.

Quizá usted haya escuchado la expresión "la correlación no es causa". El hecho de que dos variables estén correlacionadas no significa que una cause a la otra. Por ejemplo, la talla de zapatos en los niños está fuertemente correlacionada con el vocabulario. Aunque usted pueda afirmar que algunas personas parecen tener más inteligencia en los dedos de sus pies que la que otras tienen en todo su cerebro, no creo que diría que el crecimiento de un pie cause un incremento en el vocabulario. Por el contrario, la talla del zapato y el vocabulario están correlacionados porque los niños mayores tienden a tener pies más grandes y, así, un vocabulario más amplio que los niños más pequeños. Aunque el método de correlación está limitado en términos de causas subyacentes específicas, ofrece varios beneficios:

- Ofrece claves de las causas subyacentes. Aunque las relaciones de correlación no pueden determinar relaciones de causa-efecto, pueden señalar posibles factores causales que es posible seguir en la investigación experimental. Un ejemplo es que la evidencia de una correlación entre fumar y el cáncer de pulmón condujo a estudios experimentales con animales que demostraron que la exposición al humo del cigarrillo induce la formación de lesiones cancerosas en los pulmones.
- Puede identificar grupos de personas en alto riesgo de padecer problemas de salud o de conducta. El hecho de saber que existe una relación entre las expectativas positivas de los adolescentes hacia el consumo de alcohol, y la posterior manifestación de problemas con la bebida puede dirigirnos hacia el desarrollo de esfuerzos para prevenir el alcoholismo, mismos que se enfoquen en el cambio de las actitudes de los jóvenes antes de que surjan problemas con la bebida.
- Incrementa la comprensión de las relaciones entre variables o sucesos. Dicha comprensión es uno de los objetivos principales de la ciencia. En este libro exploraremos de cuando en cuando esas relaciones. Por ejemplo, en el capítulo 11 veremos las relaciones estadísticas entre el género y las capacidades matemáticas y verbales; en los capítulos 12 y 14 exploraremos si el estrés está relacionado no sólo con trastornos físicos, sino también con enfermedades mentales.

El método experimental

Con el **método experimental**, los investigadores exploran las relaciones de causa-efecto, al manipular ciertas variables llamadas **variables independientes**, y al observar sus efectos en otras *medidas*, llamadas **variables dependientes**. Éstas se llaman así porque se piensa que dependientes.

den del valor o nivel de la variable independiente o manipulada. Los experimentadores pretenden mantener constantes todos los demás factores o condiciones para asegurar que la variable independiente, por sí misma sea el factor causal.

Considere un experimento que examine si la popularidad del nombre de las mujeres afecta los juicios acerca de su atractivo físico. El experimentador formó pares de fotografías de mujeres con un nombre popular, como Jessica, Jennifer o Christine, o con un nombre tradicional que hubiera perdido preferencia, como Harriet, Gertrude y Ethel (Garwood, et al., 1980). Quizá no le sorprenda que las mujeres a quienes se les asignaron nombres populares fueran calificadas como más atractivas que las que recibieron nombres anticuados. El experimentador controló la variable independiente (el tipo de nombre) al asignar nombres populares o anticuados a las fotografías de las mujeres y midió los efectos de la variable independiente en la variable dependiente (grados de atractivo).

Por lo regular, los experimentadores utilizan **grupos control** para asegurarse de que los efectos de una variable independiente no se deban a otros factores, como el paso del tiempo. Por ejemplo, en un estudio para examinar los efectos del consumo de alcohol en la conducta agresiva, el grupo experimental recibió una dosis de alcohol, pero el grupo control, no. El investigador después observó si el grupo que había recibido alcohol mostraba una conducta más agresiva en una tarea de laboratorio que el grupo control.

En estudios bien diseñados, los experimentadores utilizan **asignación aleatoria** para colocar a los participantes al azar en grupos experimentales o en grupos control. La asignación aleatoria equilibra a los grupos experimentales y a los de control en términos de los antecedentes y las características de personalidad de los individuos que constituyen los grupos. Este método nos brinda confianza en que las diferencias entre grupos, en cuanto a cómo actúan en las medidas dependientes, se deben a la o las variables independientes y no a las características de la gente que los conforman (loannidis *et al.*, 2001). No obstante, la asignación aleatoria no siempre es posible o responsable en términos éticos. Tenemos por caso que los experimentadores éticos nunca harían una asignación aleatoria de niños para exponerlos al abuso o a la negligencia a fin de averiguar los efectos que estas experiencias tendrían en su desarrollo. Quizá dependerían de métodos de correlación para examinar estas relaciones, incluso, a pesar de que los mismos no necesariamente determinan causas y efectos.

Los experimentadores pueden desear mantener a los participantes de la investigación, y a sí mismos, en la incertidumbre sobre cuál grupo recibe cuál tratamiento. En los estudios de fármacos, se asigna regularmente a los sujetos a recibir un medicamento activo o un **placebo**, es decir, una píldora inerte o "píldora de azúcar" hecha para imitar el medicamento activo. El propósito es controlar los **efectos placebo**, o sea, los resultados positivos que reflejan las expectativas positivas y esperanzadoras de la persona en vez de las propiedades químicas del medicamento en sí mismo (Dar, Stronguin y Etter, 2005). Si alguna vez ha tomado un antibiótico y ha empezado a sentirse mejor en el lapso de una hora o dos, pero no sabía que el medicamento requería 24 horas para comenzar a funcionar, es probable que usted haya experimentado un efecto placebo.

Recibir un placebo para alivio del dolor, en realidad, reduce la respuesta del cerebro a los estímulos dolorosos (Wager, 2005). Esto significa que los placebos pueden alterar la experiencia real del dolor de la gente y no sólo sus reportes del mismo. Sin embargo, también hemos descubierto que, en general, los placebos tienen efectos más poderosos en las experiencias subjetivas, como las sensaciones dolorosas, que en las condiciones médicas con mediciones objetivas, como la presión arterial alta (Bailar, 2001; Hrobjartsson y Gotzsche, 2001).

En los estudios de fármacos, los experimentadores intentan controlar los efectos de las expectativas al impedir que los participantes de la investigación sepan si han recibido el medicamento activo o el placebo. En los **estudios ciego sencillo**, sólo lo ignoran los participantes. En los **estudios de dobleciego**, tanto los participantes como los experimentadores (médicos con licencia para recetar y otros investigadores) son "cegados" (privados de la información) en relación con cuáles son los participantes que recibieron el medicamento activo. El hecho de mantener "ciegos" a los experimentadores impide que sus expectativas afecten los resultados.

Por desgracia, los "ciegos" en muchos estudios de dobleciego son más parecidos a las persianas venecianas un poco abiertas, es decir, los participantes y los experimentadores pueden ser capaces de adivinar si han recibido un placebo o un medicamento activo (Kirsch, 2004; Kirsch et al., 2002; Mooney, White y Hatsukami, 2004). Con frecuencia, los medicamentos activos tienen efectos colaterales evidentes que los delatan. Sin embargo, cuando son conducidos de forma apropiada, los estudios aleatorios de dobleciego son un importante medio para evaluar la eficacia

grupos control Grupos de participantes en un experimento de investigación que no reciben el tratamiento o la intervención experimental.

asignación aleatoria Método para asignar al azar a los participantes de la investigación a los grupos experimentales o control.

placebo Sustancia inerte o condición experimental que se asemeja al tratamiento activo.

efectos placebo Resultados positivo de un experimento que resultan de las expectativas positivas de los participantes y no del tratamiento experimental.

estudios de ciego sencillo En la investigación de medicamentos, estudios en los cuales los participantes ignoran si han recibido el medicamento experimental o un placebo.

estudios de dobleciego En la investigación de fármacos, estudios en los que tanto los participantes como los experimentadores ignoran cuáles de los participantes recibieron el medicamento activo y cuáles, el placebo.

de los nuevos medicamentos (Leber, 2000; Leon, 2000). Para saber más acerca de los métodos de investigación en la psicología, consulte el próximo "Intente lo siguiente".



Explore la psicología

Anatomía de un estudio de investigación: registro de primeras impresiones

¿Cuánto tiempo toma formarse una primera impresión de un desconocido?, 1 minuto?, 1 o 2 segundos? Inténtelo de nuevo. Las evidencias de un estudio reciente sugieren que las primeras impresiones se forman en lo que dura un parpadeo.

Los psicólogos de la Universidad de Princeton, Janine Willis y Alexander Todorov, condujeron un experimento en que expusieron a los participantes de la investigación a fotografías de rostros que aparecían frente a sus ojos. Los investigadores se preguntaban cuánto tiempo tomaría a los participantes formarse impresiones de las características de cada una de las personas cuyos rostros vieron en términos de atractivo, simpatía, competencia, confiabilidad y agresividad. Ahora nos asomaremos bajo la capucha para examinar los resultados del experimento.

Hipótesis de estudio (lo que predijeron que ocurriría)

Una hipótesis es un resultado predicho, pero que está muy lejos de una suposición. Las hipótesis se basan en una cuidadosa revisión de la teoría y de las investigaciones previas. Los investigadores Willis y Todorov formularon la hipótesis de que los participantes serían capaces de formarse impresiones sobre características con base en los estímulos de los rostros presentados con rapidez ante ellos; ¿con cuánta rapidez? Las investigaciones previas mostraron que la gente podía categorizar objetos, como clasificar si una escena era de un "día de campo" o de "un edificio", que le fueron presentados durante sólo 100 ms. (milisegundos) o una décima de segundo (Chua, Boland y Nisbett, 2005). Willis y Todorov formularon la hipótesis de que una exposición de 100 ms de un rostro sería suficiente para que los participantes se formaran impresiones de características que fueran consistentes con las de los calificadores, quienes habían tenido tiempo suficiente para mirar los mismos rostros. Hicieron muchas otras predicciones, incluso que prolongar el tiempo de exposición incrementaría la confianza que los experimentadores tenían en sus impresiones.

Procedimiento (qué y cómo lo hicieron)

Los investigadores reclutaron un total de 245 estudiantes sin graduar de Princeton; algunos recibieron un módico pago y otros créditos parciales para el curso. Del total, alrededor de la mitad participó en un estudio preliminar en que se les mostró un conjunto de 66 rostros distintos (33 rostros masculinos y 33 femeninos) y se les pidió elaborar juicios acerca de las características particulares de cada persona. Se les concedió tiempo ilimitado para ver las fotografías. La idea era obtener impresiones de características que fueran independientes al tiempo de exposición a las fotografías.

El resto de los participantes del estudio terminó la prueba cronometrada en la que se les mostró el mismo conjunto de rostros y se les pidió elaborar juicios sobre características con base en cada rostro como se les solicitó a los otros participantes. Para aquellos, sin embargo, los rostros fueron expuestos según uno de tres breves intervalos de exposición: 100 ms (100 milisegundos o una décima de segundo), 500 ms (medio segundo) y 1 000 ms (un segundo completo). La variable independiente (el factor manipulado por los experimentadores) fue el intervalo de exposición (tiempo de exposición a los estímulos faciales).



Involúcrese

Usted puede aprender de primera mano sobre la investigación en psicología con sólo ofrecerse como sujeto de investigación o como asistente de investigación. La mayoría de los departamentos de psicología ofrecen oportunidades para que los estudiantes participen en investigación facultativa como sujetos, asistentes o ambos. Pregunte a su instructor o al jefe del departamento cómo puede tomar parte en las actividades de investigación. Fungir como asistente de investigación le brindará un asiento en primera fila para presenciar desarrollos vanguardistas en el campo y oportunidades para obte-

ner valiosa experiencia en

investigación, la cual podría necesitar cuando solicite

empleo o su admisión en

una especialidad.

la escuela de graduados en



Me pregunto qué opina ella (él) de mí Las evidencias de investigación demuestran que la gente puede formarse impresiones significativas de otras personas con sólo un vistazo al rostro de estas personas.

Los 66 rostros que cada participante vio fueron presentados, uno a la vez, en la pantalla de una computadora. Después de que cada rostro era mostrado, los participantes juzgaban una característica en particular de la persona cuyo rostro acababan de ver. Algunos participantes calificaban a la persona en cuanto a competencia; otras, en cuanto a atractivo; otras más, en cuanto a simpatía, confiabilidad o agresividad. Por ejemplo, un participante que calificara la competencia veía aparecer esta pregunta en la pantalla de la computadora: "¿Es competente esta persona?". Los participantes recibieron la instrucción de registrar una respuesta de "sí" o "no" con sólo presionar determinadas teclas en el teclado de la computadora. Después, se solicitaba a los participantes que calificaran el nivel de confianza en sus impresiones, una vez más con el uso del teclado de la computadora para ingresar su respuesta.

Resultados y discusión (lo que descubrieron y lo que significa)

Las variables dependientes fueron las *calificaciones de características* (calificaciones de sí-no en competencia, atractivo, etc.) y las *calificaciones de confianza* (basadas en una escala de confianza de siete puntos). Los investigadores realizaron análisis estadísticos para probar las hipótesis del estudio. Primero, como se muestra en la tabla 1.2, calcularon los coeficientes de correlación que representaban las asociaciones estadísticas entre las calificaciones de características otorgadas por los participantes en la condición de exposición de 100 ms y en la condición no cronometrada. Las correlaciones mostraron sólidas relaciones positivas, lo cual sustenta la hipótesis de que la gente se formaba impresiones sobre características en una exposición de sólo una décima de segundo a los rostros, y que, en general, eran consistentes con las impresiones formadas cuando no se imponían limitaciones de tiempo.

Pruebas estadísticas adicionales indicaron que las correlaciones no se incrementaban significativamente cuando el tiempo de exposición aumentó a 500 o a 1 000 ms. Por lo tanto, haber agregado tiempo de exposición no fortaleció la relación entre calificaciones de características bajo condiciones cronometradas y no cronometradas. Según se predijo, los estudiantes mostraron más confianza en sus impresiones cuando observaron los rostros durante 500 ms que cuando lo hicieron durante 100 ms (consulte la figura 1.9). Para todas las características, excepto la agresividad, estas crecientes calificaciones de confianza fueron significativas en términos estadísticos (es decir, era poco probable que se debieran a la casualidad). Entre los 500 y los 1 000 ms, el único cambio significativo fue un incremento en las calificaciones de confianza para las impresiones de atractivo.

En resumen, la gente puede formarse sensaciones significativas de un solo vistazo al rostro de una persona; impresiones que, por lo general, son consistentes con las de la gente que se toma más tiempo para mirar los rostros. Sin embargo, el grado de confianza que la gente tiene sobre sus impresiones tiende a incrementarse a medida que cuenta con más tiempo para mirar a la persona a quien califica. Otra investigación reciente sugiere que la gente es capaz de formarse sensaciones consistentes de otras personas al observar su rostro a velocidades mucho más altas [hasta 39 ms] [Bar, Neta y Linz, 2006].

¿Por qué es importante?

¿Qué significa esto para nosotros?, ¿por qué es importante? Como dice la conocida expresión, nunca se tiene otra oportunidad para causar una primera impresión. Reflexione sobre el hecho de que cuando usted asiste a una cita a ciegas o a una entrevista de trabajo, la persona que lo saluda bien puede haberlo evaluado antes incluso de que usted haya pronunciado una palabra (Wargo, 2006). A pesar de que las impresiones pueden cambiar a medida que la gente lo conoce mejor, lo recomendable es que la primera cuente a su favor.

La tabla de conceptos 1.3 resume los métodos de investigación que ya hemos comentado.

TABLA 1.2

Correlaciones entre juicios de características para exposición de 100 ms y sin restricciones de tiempo

Juicios de características	Coeficientes de correlación
Confiabilidad	.73
Competencia	.52
Simpatía	.59
Agresividad	.52
Atractivo	.69

Fuente: Adaptado de Willis y Todorov, 2006.

Nota: Mientras más alta es la correlación, más fuerte es la relación entre las impresiones formadas a 100 ms y las formadas sin restricciones de tiempo. Todas las correlaciones fueron significativas en términos estadísticos, lo que implica que es poco probable que se debieran a la casualidad.

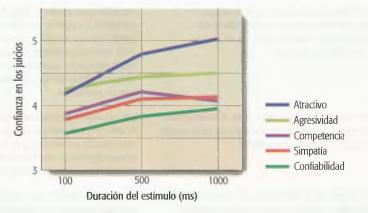


FIGURA 1.9 Calificaciones de confianza en las impresiones a diferentes periodos de exposición

Las calificaciones de los estudiantes a sus impresiones fueron más altas para el periodo de exposición de 500 ms que para el periodo de 100 ms. Los aumentos en calificaciones de confianza fueron significativos en términos estadísticos para todos los efectos de características, excepto la agresividad. Entre medio segundo (500 ms) y 1s completo (1000 ms) de exposición, las calificaciones de confianza se incrementaron significativamente sólo para las calificaciones de atractivo. Note que las calificaciones citadas se hicieron en una escala de siete puntos, de 1 (menos confianza) a 7 (más confianza).

Fuente: Adaptación de Willis y Todorov, 2006.

Citar referencias

Los psicólogos emplean un estilo particular para citar referencias, el cual fue desarrollado por la American Psychological Association. He aquí el estilo de referencias para artículos científicos, con el ejemplo del estudio de Willis y Todorov:



Fuente: Willis, J. y Todorov, A. (2006). "First impressions: Making up your mind after a 100-ms exposure to a face". Psychological Science, 17, 592-598.



Lo que hacen los investigadores	Comentarios	Acercamientos a preguntas de investigación sobre el amor
En el método de estudio de caso, el investigador entrevista u observa a un individuo (o a un grupo reducido de individuos) o examina registros históricos de las vidas de individuos en particular	La precisión de los estudios de caso puede verse comprometida debido a lagunas de error en los recuerdos de la gente o a sus esfuerzos por dar una impresión favorable al investigador	Un psicólogo interesado en las razones por las cuales la gente elige a sus parejas podría conducir a entrevistas profundas con varias personas casadas
En el método de encuesta, el investigador emplea cuestionarios o entrevistas para obtener información acerca de un grupo particular de personas	Los psicólogos pueden aplicar encuestas para explorar las actitudes de miles de personas sobre temas, como el aborto, el sexo prematrimonial o las actividades para el tiempo libre. Los resultados de las encuestas pueden verse comprometidos por la tendencia voluntaria y otros problemas	Los psicólogos podrían encuestar a miles de individuos sobre las características de las personas que han elegido como parejas
En el de observación naturalista, el investigador observa la conducta en el campo, es decir, donde ésta ocurre de manera natural	Los psicólogos intentan no interferir en la conducta que observan. Invierten un tiempo considerable en permitir que los participantes de la investigación se acostumbren a ellos antes de comenzar con sus observaciones	Los psicólogos podrían observar desde cierta distancia cómo caminan y se miran entre sí los amantes
En cuanto al de correlación, el investigador utiliza métodos estadísticos para revelar y describir relaciones positivas y negativas (correlaciones) entre variables	Este método puede sugerir la presencia de causa y efecto pero no lo demuestra. El grado al que las variables están asociadas en términos estadísticos se expresan como un coeficiente de correlación, el cual varía de -1.00 a +1.00	Los psicólogos podrían estudiar las relaciones entre los sentimientos de amor, autoestima y satisfacción sexual
En el método experimental, el psicólogo mani- pula una o más variables independientes (hace cambios en los ambientes de los participantes) y observa sus efectos en una o más variables dependientes (medidas). Se conducen experimentos para establecer relaciones de causa-efecto entre variables independientes y dependientes	Los participantes en grupos experimentales reciben un tratamiento experimental; no así los del grupo control. Todas las demás condiciones se mantienen constantes para asegurar que las variables independientes por sí mismas son la causa de los efectos observados. La asignación aleatoria de los grupos asegura que éstos no difieran en características que pudieran afectar el resultado	Los psicólogos podrían exponer a los integrantes de parejas a un tratamiento experimental en el cual compartieran una experiencia excitante, como ver una película emocionalmente fuerte, y luego medir los efectos del tratamiento en los sentimientos de los miembros de las parejas ent sí. (El grupo control podría ser expuesto a una película neutral)

Principios éticos en la investigación psicológica

Los psicólogos se adhieren a un código de ética que respeta la dignidad y el bienestar de sus pacientes y de aquellos sujetos que participan en sus estudios de investigación. Este código reconoce que la gente tiene el derecho elemental de tomar sus propias decisiones y de ejercer sus opciones, incluso la opción de participar o no en una investigación psicológica. Los lineamientos éticos también prohíben a los psicólogos utilizar métodos que puedan perjudicar a sus pacientes o a los participantes de la investigación (American Psychological Association, 2002).

Las personas que participan en experimentos pueden resultar perjudicadas no sólo por las intervenciones físicas, como los medicamentos experimentales que tienen efectos adversos, sino también por las intervenciones psicológicas, como provocarles manifestar conductas agresivas que después generen sentimientos de culpa o vergüenza. Las invasiones a la privacidad también son otra preocupación.

En la actualidad, casi todas las instituciones en las que se conduce investigación biomédica y conductual (como hospitales, universidades y fundaciones de investigación), cuentan con **comités de revisión de ética**. Estos comités, que con frecuencia se conocen como Direcciones de Revisión Institucional (IRB), por lo regular se componen de profesionales y personas comunes. Deben de firmar o sellar la aprobación a todas las propuestas de investigación antes de que ésta pueda realizarse en sus instituciones. El comité revisa las propuestas para averiguar si cumplen con los lineamientos éticos y asesoran a los investigadores sobre los perjuicios potenciales de sus métodos propuestos. En los casos en que los individuos pudieran experimentar perjuicios o molestias, los comités deben sopesar los beneficios potenciales de la investigación contra el daño potencial. Si los comités creen que la propuesta de investigación pudiera causar un perjuicio inaceptable, podrían negarse a aprobarla.

Uno de los principales requerimientos éticos es que los investigadores obtengan el **consenti- miento informado** de los participantes de la investigación antes de que comiencen a participar en el estudio. Esto significa que los participantes deben recibir suficiente información sobre los métodos y propósitos del estudio para tomar una decisión "informada" sobre si desean participar o no. Los participantes deben también tener la libertad para retirarse del estudio en cualquier momento.

Muchos estudios de importancia histórica en la psicología, incluso los famosos estudios de Milgram sobre obediencia a la autoridad (consulte el capítulo 16) han necesitado que los sujetos sean engañados acerca de los verdaderos propósitos de los estudios. Los lineamientos descritos en Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct (American Psychological Association, 2002) de la APA especifican las condiciones que los psicólogos deben de cumplir para utilizar prácticas engañosas en la investigación. Entre estas condiciones se incluyen una determinación de que la investigación está justificada por su valor científico, educativo o práctico; que no es posible ninguna estrategia de investigación alternativa; que a los participantes del estudio no se les confunda con ninguna investigación de la cual se tenga una expectativa razonable de resultar en daños físicos o graves aflicciones psicológicas, y que los participantes reciban una explicación del engaño tan pronto como sea posible hacerlo.

Los psicólogos también deben proteger la confidencialidad de los datos particulares de los participantes de la investigación y de los clientes a quienes atienden (Fisher, 2008), es decir, deben respetar el derecho de la gente a la privacidad. Hay momentos, sin embargo, en que la ley solicita a los psicólogos que revelen información confidencial adquirida durante el curso de una investigación o de la práctica clínica, como cuando un participante o paciente en terapia amenaza a otra persona con causarle daño físico.

Los lineamientos éticos también se extienden al uso de animales para la investigación psicológica. El diseño de proyectos de investigación con frecuencia excluye el uso de participantes humanos y, en esos casos, los investigadores utilizan animales como sujetos. Por ejemplo, para determinar cuáles conductas son instintivas y cuáles no lo son, los científicos han colocado a aves y a peces aislados de otros miembros de su especie. Este tipo de investigaciones no podrían realizarse con seres humanos debido a los efectos dañinos de separar bebés de sus familias. Como rutina, los científicos prueban medicamentos experimentales en animales para determinar sus efectos dañinos antes de dar inicio a las pruebas con seres humanos. Y aquellos que estudian el cerebro pueden destruir partes del mismo de los animales de laboratorio, como ratas o monos, para aprender cómo estas partes están relacionadas con la conducta. (En el capítulo 8, usted verá cómo la destrucción quirúrgica de zonas particulares del cerebro causa que los animales de laboratorio coman en exceso o dejen de comer por completo.)

CONCEPTO 1.33

Los psicólogos dedicados a la investigación deben cumplir lineamientos éticos que están diseñados para proteger el bienestar de los participantes de la investigación.

comités de revisión de ética
Aquellos que evalúan si los
estudios propuestos cumplen con
los lineamientos éticos.
consentimiento informado
Aceptación a participar en un
estudio después de la revelación de
información sobre los propósitos

además de sus riesgos y beneficios

y la naturaleza del mismo,

potenciales.

Los temas relacionados con el tratamiento ético hacia los animales, en los estudios de investigación, han cobrado relevancia en años recientes. En un extremo del debate se encuentran quienes argumentan que los avances significativos en la medicina y la psicología no hubieran podido suceder sin investigaciones de este tipo (Fowler, 1992). Sin embargo, encuestas recientes han descubierto que la mayoría de los psicólogos cree que no es ético matar animales o exponerles al dolor, sin importar los beneficios potenciales que las investigaciones aporten a los seres humanos (Plous, 1996). De acuerdo con los lineamientos éticos de la APA, los animales no deben ser dañados o sometidos a estrés a menos de que no exista una manera alternativa de conducir la investigación, y de que las metas de la misma estén justificadas por su pretendido valor científico, educativo o práctico (American Psychological Association, 2002]. Los investigadores también deben de obtener la aprobación de sus direcciones de revisión institucional para asegurar que realizarán prácticas éticas.

REVISIÓN DE MÓDULO 1.3

Métodos de investigación en la psicología

REPASE

¿Cuáles son los objetivos básicos de la ciencia?

 Los objetivos básicos son descripción, explicación, predicción y control de los sucesos o variables.

¿En qué consiste el método científico y cuáles son sus cuatro pasos generales?

- El método científico es un conjunto de principios guía que dirigen el proceso científico.
- El método científico comprende cuatro pasos generales que guían la investigación: 1) desarrollar una pregunta de investigación, 2) formular una hipótesis, 3) reunir evidencia y 4) llegar a conclusiones.

¿Cuáles son los principales métodos de investigación que emplean los psicólogos?

• Entre éstos se incluyen el de estudio de caso, el de encuesta, el de observación naturalista, el de correlación y el experimental.

¿Cuáles son los lineamientos éticos que deben cumplir los psicólogos en sus investigaciones?

- Los psicólogos están comprometidos a cumplir con los lineamientos éticos que promueven la dignidad del individuo, el bienestar humano y la integridad científica.
- · Los psicólogos tienen prohibido emplear métodos que perjudiquen a los participantes de la investigación o a sus clientes y deben recibir la aprobación de sus protocolos de investigación por parte de las direcciones de revisión institucional antes de realizar investigaciones con seres humanos o animales.

RECUERDE

- 1. ¿Cuál de los siguientes no es uno de los cuatro pasos generales del método científico?
 - a. desarrollar una pregunta de investigación
 - b. probar la hipótesis
 - c. utilizar el método de estudio de caso como punto inicial de la investigación
 - d. llegar a conclusiones
- 2. Una ventaja distintiva del método de observación naturalista, cuando se utiliza de forma adecuada, es que
 - a. permite establecer relaciones de causa-efecto
 - b. no obliga a los experimentadores a cumplir con lineamientos éticos que gobiernan otras formas de investigación
 - c. nos permite generar hipótesis con base en el estudio intensivo de las experiencias de vida de una persona

- d. brinda un panorama de la conducta que ocurre en escenarios naturales
- El doctor Phillips quiere averiguar si escuchar música puede reducir la presión arterial alta. ¿Cuál método de investigación es el más adecuado para responder a esta pregunta?
 - a. experimental
- c. de correlación
- b. encuesta
- d. observación naturalista
- 4. En el estudio de Willis y Todorov sobre las impresiones de características que la gente se forma a partir de un vistazo al rostro de una persona, la variable independiente fue:
 - a. las calificaciones de características
 - b. las calificaciones de confianza
 - c. la exposición a los rostros
 - d. el tiempo de exposición a los estímulos
- 5. Los lineamientos éticos para la investigación psicológica
 - a. proporcionan un conjunto de reglas que gobiernan la investigación cuando la obtención de aprobación por parte de los comités de revisión de ética causan retrasos críticos en la investigación.
 - b. están diseñadas para proteger a los participantes de las investigaciones de perjuicios físicos o psicológicos.
 - c. permiten a los investigadores violar el principio de consentimiento informado cuando el experimento no puede ser realizado de acuerdo con dicho principio.
 - d. Son un conjunto de normas que aplican para la investigación con humanos pero no con animales.

REFLEXIONE

- Tal vez no le sorprenda saber que algunas investigaciones han demostrado que los adolescentes con tatuajes tienen más probabilidades de involucrarse en conductas riesgosas que sus amigos no tatuados (Roberts y Ryan, 2002). Los jóvenes tatuados son proclives a fumar cigarrillos, a beber de manera compulsiva, a consumir marihuana y a unirse a pandillas. Pero, ¿los tatuajes causan esas conductas riesgosas? O, ¿puede usted pensar en otras explicaciones para los vínculos entre los tatuajes y el comportamiento de alto riesgo?
- ¿Puede pensar en otro ejemplo en el que dos variables estén correlacionadas pero no relacionadas a nivel causal?
- Suponga que a usted le interesa estudiar las relaciones entre el consumo de alcohol y las calificaciones entre estudiantes universitarios. Suponga que no puede controlar si los estudiantes consumieron alcohol ni cuánto consumieron. ¿Cuál sería entonces el valor de este tipo de investigación? ¿Sería capaz de concluir que el consumo de alcohol afecta las calificaciones? ¿Por qué?

Aplicación Módulo 1.4

Conviértase en un pensador crítico

Pensamiento crítico implica adoptar una actitud de cuestionamiento, en la cual sopesemos con atención la evidencia y apliquemos un análisis meticuloso al someter a prueba las declaraciones y los argumentos de otras personas. Es una manera de evaluar información al mantener una actitud escéptica hacia lo que usted escucha y lee; incluso hacia lo que lee en las páginas de este libro de texto.

El pensamiento crítico requiere una disposición a desafiar la sabiduría convencional y las creencias comunes que muchos de nosotros suponemos verdaderas. Cuando piensa de manera crítica, mantiene una mente abierta y deja en suspenso la creencia hasta que pueda obtener y evaluar evidencias que sustenten o refuten una declaración o argumento en particular. Usted encuentra *razones* para apoyar sus creencias en lugar de sólo depender de impresiones o "corazonadas". En este libro, será capaz de agudizar sus capacidades de pensamiento crítico al responder a las preguntas propuestas en las secciones "Pensamiento crítico sobre la psicología", las cuales aparecen al final de cada capítulo.

Características del pensamiento crítico

Los pensadores críticos mantienen un escepticismo saludable: cuestionan las asunciones y las declaraciones hechas por otras personas y exigen ver la evidencia sobre la cual se basan esas conclusiones. He aquí algunas sugerencias para pensar de manera crítica sobre la psicología:

- Cuestiónelo todo. Los pensadores críticos no aceptan a ciegas la validez de las declaraciones hechas por otras personas, incluso las enunciadas por figuras de autoridad, como líderes políticos y religiosos, científicos o escritores. Mantienen la mente abierta y sopesan la evidencia sobre la cual se basan dichas afirmaciones.
- 2. Clarifique lo que desea expresar. El hecho de que una declaración sea falsa o verdadera puede depender de cómo definimos los términos que empleamos. Considere la declaración "El estrés es malo para ti". Si definimos estrés sólo en términos de las presiones y problemas de la vida diaria, entonces quizá haya algo de verdad en esa declaración. Pero si definimos estrés de manera más amplia para incluir cualesquiera sucesos que impongan una presión sobre nosotros para que nos adaptemos a éstos, incluso los sucesos positivos (como el nacimiento de un hijo o una promoción en el trabajo) entonces, en realidad, ciertos tipos de estrés pueden ser deseables (consulte el capítulo 12). Tal vez hasta necesitemos cierta cantidad de estrés para mantenernos activos y alertas.
- 3. Evite la simplificación exagerada. Considere la declaración "El alcoholismo es hereditario". En el capítulo 4, revisamos evidencias que indican que los factores genéticos pueden contribuir al alcoholismo. Sin embargo, el origen de éste, así como el de muchos otros trastornos psicológicos y físicos, es más complejo. La genética por sí misma no relata toda la historia. Numerosos trastornos implican la interacción entre factores biológicos, psicológicos y ambientales, cuya naturaleza apenas hemos comenzado a desenmarañar.
- 4. Evite la generalización exagerada. La gente de China, Japón y otras culturas del este asiático tiende a ser más reservada en cuanto a revelar información sobre sí misma a desconocidos que los estadounidenses o los europeos (consulte el capítulo 16). Sin embargo, esto no significa que todas las personas de las culturas del este asiático sean más reservadas o que todos los estadounidenses o europeos sean más abiertos.
- 5. No confunda correlación con causa. Como verá en el capítulo 10, las niñas que muestran señales más tempranas de pubertad que sus amigas (p. e., desarrollo precoz de los senos) tienden a tener una autoestima más baja, una imagen corporal más negativa y más problemas emocionales. Sin embargo, ¿los cambios físicos asociados con la pubertad precoz causan esas consecuencias psicológicas negativas o es probable que estén implicados otros factores que expliquen esos vínculos, como las reacciones de la gente a esos cambios?

El pensamiento crítico implica adoptar una actitud escéptica y de cuestionamiento hacia las creencias y supuestos comunes y sopesar argumentos en términos de la evidencia disponible.

pensamiento crítico Adopción de una actitud escéptica y de cuestionamiento y un escrutinio cuidadoso a las declaraciones o argumentos.

- 6. Considere los supuestos sobre los que se basan esas declaraciones. Considere la declaración de que la homosexualidad es un trastorno psicológico. En parte, la declaración se basa en supuestos subyacentes sobre la naturaleza de los trastornos psicológicos. ¿Qué es un trastorno psicológico? ¿Qué criterio se utiliza para determinar que una persona padece un trastorno psicológico? ¿Los homosexuales, las lesbianas o las personas con una orientación sexual bisexual satisfacen con este criterio? ¿Existe evidencia que sustente esas aseveraciones? En el capítulo 14, usted verá que los profesionales de la salud mental ya no clasifican a la homosexualidad como un trastorno psicológico.
- 7. Examine las fuentes de las declaraciones. En sus publicaciones, los científicos citan las fuentes sobre las cuales basan sus declaraciones (consulte la lista de referencias de este libro, en la cual se menciona las fuentes utilizadas en su preparación). Cuando examine las citas bibliográficas, preste atención a detalles como las fechas de publicación (para determinar si las fuentes son obsoletas o actuales) y a las revistas u otras publicaciones donde las fuentes pueden haber aparecido (para averiguar si son respetadas revistas científicas o fuentes cuestionables). Las citas de referencias permiten a los lectores revisar las fuentes originales por sí mismos para averiguar si la información proporcionada es precisa.
- 8. Cuestione la evidencia sobre la cual se basan las declaraciones. ¿Las declaraciones se basan en evidencia científica contundente o en anécdotas y testimonios personales que no pueden ser verificados de manera independiente? En el capítulo 6, consideramos la controversia sobre los llamados recuerdos recuperados, es decir, recuerdos de abuso sexual en la infancia que de pronto reaparecen durante la edad adulta, por lo regular, durante la psicoterapia o la hipnosis. ¿Son precisos esos recuerdos?, ¿o puede tratarse de relatos surgidos de la imaginación?
- 9. Considere maneras alternativas de explicar las declaraciones. ¿Cree usted en la existencia de la percepción extrasensorial (PES)? Algunas personas declaran tener capacidades extrasensoriales que les permiten, con el simple uso de la mente, leer la de otras personas, transmitir sus pensamientos a otros, mover objetos o cambiar la forma de los mismos. ¿Son creíbles esas declaraciones? ¿O quizá existan otras explicaciones más mundanas para este tipo de extraños fenómenos, como la coincidencia, la falsificación deliberada o el truco? En el capítulo 3 consideramos el caso de una psíquica que afirma haber recurrido a sus capacidades extrasensoriales para encontrar a una persona desaparecida. ¿Fue percepción extrasensorial?, ¿o pueden existir otras explicaciones?

Piense de manera crítica sobre la información en línea

Una de las bellezas de internet es que cualquier usuario puede publicar información a la que otras personas puedan acceder. Sin embargo, esta libertad lleva consigo el riesgo de que la información publicada pueda ser inexacta. Los investigadores encuentran que, por lo general, la información en línea sobre la salud es precisa, pero a menudo está incompleta y resulta difícil de comprender para innumerables personas (Berland *et al.*, 2001; Benotsch, Kalichman y Weinhardt, 2004). Sin embargo, internet puede ser un vehículo eficaz para difundir información que quizá no sea accesible por otras fuentes, como la que los jóvenes pueden utilizar para armarse con recursos de prevención de enfermedades de transmisión sexual (Keller y Brown, 2002).

Los pensadores críticos no interrumpen su actitud escéptica cuando entran a la red. Revisan las credenciales de la fuente al formular preguntas como las siguientes: ¿Quién publica el material? ¿Es la fuente una institución respetada? ¿O se trata de un individuo o de un grupo de personas sin credenciales aparentes y quizá con un interés particular?

La más confiable información en línea proviene de reconocidas fuentes científicas, como revistas líderes en el ramo o entidades gubernamentales, como los institutos nacionales de salud y la Association for Psychological Science. Una razón por la que los artículos de las publicaciones científicas son tan confiables es que llevan un proceso de revisión por parte de colegas en el que los científicos independientes los analizan de manera meticulosa antes de que su publicación sea aceptada. Muchas organizaciones científicas y renombradas proporcionan vínculos a abstractos (breves descripciones) de obras recientes. Gran parte de esta información está disponible sin costo.

Es triste decirlo pero incontables personas nunca cuestionan la información que llega a ellas en páginas impresas o en las pantallas de sus computadoras. Pero, como pensador crítico, usted *puede* evaluar los argumentos y los supuestos por sí mismo. Las secciones de pensamiento crítico que aparecen al final de cada capítulo le brindarán una oportunidad para aumentar sus habilidades de pensamiento crítico.

Es recomendable que los estudiantes que están preocupados por sus calificaciones tengan en cuenta otra precaución sobre el uso de internet. Un estudio basado en una muestra de estudiantes universitarios demostró que los alumnos que eran asiduos usuarios recreativos de internet tenían un mayor proclividad que los usuarios ocasionales a reportar que su uso de la red perjudicaba su desempeño académico (Kubey, Lavin y Barrows, 2001).

Pensamiento crítico Adopte una actitud crítica cuando utilice internet. Revise la credibilidad de la fuente del material y sea cauteloso con la información proporcionada por empresas o comerciantes que buscan promover o vender productos o servicios en particular.



Pensamiento crítico sobre la psicología

He aquí el primer ejercicio de pensamiento crítico que usted encontrará en este libro. Con base en la lectura del capítulo, responda las siguientes preguntas. Después, para evaluar su progreso en el desarrollo de capacidades de pensamiento crítico, compare sus respuestas con las de ejemplo en el apéndice A.

Un experimentador afirma que escuchar las lecciones de un profesor, mientras usted duerme, puede ayudarle a mejorar sus calificaciones. El científico basó esta conclusión en los siguientes datos:

El experimentador invitó a los alumnos de una numerosa clase de introducción a la psicología a participar en un estudio en el que recibirían cintas de audio de las lecciones del profesor, y se les solicitó reproducirlas mientras dormían. Cada uno de los 36 alumnos que aceptaron participar recibió un reproductor de cintas de audio especialmente equipado. Aseguradas en el dispositivo con selladores a prueba de violaciones, había grabaciones de cada lección impartida en las dos semanas previas al examen final. De manera automática, el aparato reproducía la cinta dos horas después de que los alumnos se durmieran. En otros momentos, el botón para reproducir quedaba desactivado para que los estudiantes no pudieran escuchar la cinta.

Después de los exámenes finales, el experimentador comparó las calificaciones de los estudiantes que participaron en el experimento con las del grupo de alumnos seleccionados de la misma clase que no tomaron parte en este. Los resultados mostraron que los que sí participaron alcanzaron calificaciones significativamente más altas en su examen.

- 1. ¿Cree usted que las declaraciones del experimentador están justificadas? ¿ Por qué?
- 2. ¿Cuáles factores adicionales podrían influir en las diferencias observadas en las calificaciones del examen entre los dos grupos?
- ¿Cuáles cambios haría usted en el diseño de este estudio para fortalecer la conclusión del experimentador?

Resumen Visual

Capítulo 1 La ciencia de la psicología

Módulo 1.1 Fundamentos de la psicología moderna

PRIMERAS ESCUELAS DE LA PSICOLOGÍA

- Wilhelm Wundt v el estructuralismo: dividir las experiencias mentales en las partes que las componen.
- William James y el funcionalismo: la conducta vinculada con la función.
- John Watson v el conductismo: la psicología debía limitarse al estudio de la conducta observable.



Wilhelm Wundt

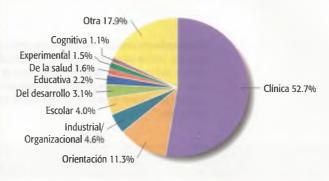
- Max Wertheimer y la psicología de la Gestalt: "el todo es más que la suma de sus partes".
- Sigmund Freud y el psicoanálisis: la exploración del inconsciente.

Perspectivas contemporáneas en la psicología

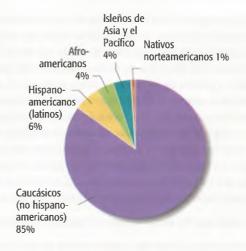
- Conductual: enfatiza la función del aprendizaje en la explicación de la conducta observable.
- Psicodinámica: explora influencias inconscientes en la conducta.
- Humanista: se enfoca en la experiencia consciente y en la autoconciencia.
- Fisiológica: se enfoca en los cimientos biológicos de la conducta.
- Cognitiva: explora los procesos mentales mediante los cuales adquirimos conocimiento del mundo.
- Sociocultural: explora cómo los factores sociales y culturales influyen en la conducta.

Módulo 1.2 Los psicólogos: quiénes son y qué hacen

■ Áreas de especialización en la psicología



- Áreas emergentes de especialización Neuropsicología Gerontopsicología Psicología forense Psicología del deporte
- Etnias de receptores de doctorados en psicología: se ha hecho más diversa pero aún predominan los estadounidenses caucásicos con orígenes europeos



Módulo 1.3 Métodos de investigación en la psicología

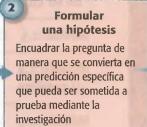
LOS OBIETIVOS DE LA CIENCIA

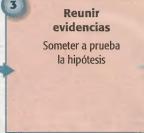
- Descripción: exposiciones claras y precisas del fenómeno
- Explicación: desarrollo de teorías para definir los sucesos
- Predicción: aplicación de las teorías para anticipar sucesos
- Control: dominio de los sucesos y las variables

EL MÉTODO CIENTÍFICO

Marco de referencia para adquirir conocimientos por medio de la observación atenta y la experimentación, la cual comprende cuatro pasos generales:

Desarrollar una pregunta de investigación Reunir teorías, observaciones, experiencias o creencias comunes para formular una pregunta de investigación





conclusiones Utilizar métodos estadísticos de análisis para determinar si los datos respaldan a la hipótesis

Llegar a

Pasos generales en el método científico

RECABAR EVIDENCIAS: TIPOS DE MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN

- Método de estudio de caso: examen intensivo de individuos
- Método de encuesta: recopilar opiniones y actitudes
- Método de observación naturalista: llevar la investigación a campo
- Método de correlación: examinar las relaciones estadísticas entre variables
- Método experimental: exploración de relaciones de causa-efecto a través de la manipulación de las variables independientes y de medir sus efectos en las variables dependientes



En términos generales, la gente con niveles educativos superiores tiende a ganar ingresos más altos.



Generalmente, mientras más tiempo se prive a una persona del sueño, es probable que esté menos alerta.

Relaciones de correlación