



FUNDAMENTOS DE PSICOLOGÍA

HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA

HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA: EVOLUCIÓN DE UNA CIENCIA PARA COMPRENDER LA MENTE HUMANA

La psicología, como ciencia dedicada al estudio del comportamiento y los procesos mentales, ha atravesado una evolución profunda a lo largo del tiempo. Desde los planteamientos iniciales del psicoanálisis, hasta los enfoques contemporáneos que integran la neurociencia y la psicología positiva, cada etapa ha aportado nuevas perspectivas y herramientas para entender al ser humano. Este recorrido histórico permite identificar los hitos y corrientes que han transformado la disciplina, destacando el papel de figuras claves, teorías fundamentales y avances tecnológicos que han consolidado a la psicología como un campo diverso, dinámico y en constante expansión.

El legado de Freud y el surgimiento del psicoanálisis

Un poco más adelante en la historia, hacia 1900, se presenta un hito fundamental en la evolución de la psicología. Al recorrer este campo, resulta imprescindible referirse a Sigmund Freud, una de las figuras más influyentes y reconocidas, considerado el fundador del psicoanálisis. Su trabajo ha dejado una huella profunda en la psicología, la psiquiatría, la cultura y las artes.

Freud nació en Freiberg, Moravia (actual República Checa), y se trasladó a Viena desde muy joven. Allí estudió medicina, con un interés particular en la neurología, lo cual lo llevó a investigar trastornos mentales. A finales del siglo XIX comenzó a desarrollar sus ideas sobre la mente humana, basándose en la observación clínica de pacientes con trastornos nerviosos. Su obra más influyente, “La interpretación de los sueños”, publicada en 1900, introdujo conceptos claves como el inconsciente, los sueños y la represión.

Freud propuso que, gran parte del comportamiento humano, está impulsado por deseos y recuerdos inconscientes. Además, formuló un modelo de personalidad compuesto por el ello (instintos y deseos), el yo (mediador racional entre el ello y la realidad), y el superyó (normas morales internalizadas).

En su teoría del desarrollo psicosexual, sostuvo que la personalidad se configura en la infancia a través de etapas centradas en diferentes zonas erógenas. También desarrolló el concepto de mecanismos de defensa, como forma de lidiar con conflictos entre el ello y el superyó.

El impacto de Freud fue revolucionario: modificó la comprensión de la mente humana e inauguró la psicoterapia moderna. Introdujo métodos como la asociación libre, la interpretación de los sueños y el análisis de la transferencia. Su influencia trascendió la psicología, alcanzando la literatura, el arte y la filosofía.

A pesar de su relevancia, sus ideas fueron cuestionadas por su carácter determinista y la falta de evidencia empírica. Durante el siglo XX, surgieron corrientes como el conductismo y la psicología humanista, que ofrecieron enfoques alternativos. Aún así, su legado continúa vigente.

El nacimiento del conductismo

Entre 1913 y 1950, el conductismo emergió como una corriente dominante que transformó radicalmente la psicología.

En 1913, John B. Watson publicó “La psicología como la ve el conductista”, donde afirmaba que la disciplina debía centrarse en el comportamiento observable y medible, dejando de lado la introspección. Propuso que el comportamiento podía modificarse mediante estímulos del entorno, estableciendo las bases del enfoque conductista.

Watson, reconocido como el fundador de esta escuela, rechazó el estudio de los procesos mentales internos y argumentó que la psicología debía alinearse con las ciencias naturales. Inspirado en Ivan Pavlov, afirmó que el comportamiento humano podía moldearse a través del condicionamiento.

También criticó la introspección por considerarla poco científica y promovió la idea del ser humano como “tabula rasa”, moldeado por el entorno. Además, aplicó sus ideas a campos como la publicidad y la educación. Su experimento con el pequeño Albert demostró que las emociones podían condicionarse, consolidando su teoría.

El condicionamiento clásico de Pavlov

Luego de la propuesta de Watson, es esencial resaltar el trabajo de Ivan Pavlov en el condicionamiento clásico. Aunque era fisiólogo, sus descubrimientos marcaron profundamente a la psicología.

A comienzos del siglo XX, Pavlov demostró, mediante experimentos con perros, que un estímulo neutro, como el sonido de una campana, podía asociarse con un estímulo incondicionado (comida), generando una respuesta condicionada (salivación). Este hallazgo ofreció un marco para entender el aprendizaje y la conducta, con impacto en la educación y la terapia conductual.

El conductismo radical de Skinner

Durante la década de 1930, el conductismo alcanzó una nueva etapa con la propuesta de B. F. Skinner, quien desarrolló el conductismo radical.

Skinner propuso el condicionamiento operante, que explica cómo las consecuencias de una conducta afectan su probabilidad de repetición. Introdujo conceptos como refuerzos (positivos y negativos) y castigos (positivos y negativos), que modifican el comportamiento.

Diseñó la “caja de Skinner” para estudiar estos procesos de manera sistemática. Su enfoque tuvo aplicaciones en la educación (refuerzo positivo) y la psicología clínica (modificación de conducta en trastornos como fobias o adicciones).

Skinner defendía una psicología basada en datos observables, alejándose de conceptos subjetivos. Si bien su teoría fue criticada por ignorar los procesos cognitivos, dejó herramientas valiosas que siguen vigentes.

La psicología humanista: una mirada centrada en la persona

A mediados del siglo XX, la psicología humanista emergió como reacción al psicoanálisis y al conductismo, proponiendo una visión más positiva del ser humano.

Carl Rogers y Abraham Maslow, lideraron este movimiento. Rogers impulsó un enfoque centrado en el cliente, destacando la capacidad innata de las personas para crecer y autorrealizarse. Maslow propuso la jerarquía de necesidades, que va desde las necesidades básicas, hasta la autorrealización.

Este enfoque influyó en la práctica clínica, la educación y el desarrollo personal, al destacar la experiencia subjetiva y el potencial humano.

Tabla1. Pirámide de Maslow

Autorrealización	<ul style="list-style-type: none"> • moralidad • creatividad • espontaneidad 	<ul style="list-style-type: none"> • falta de prejuicios • aceptación de hechos • resolución de problemas
Reconocimiento	<ul style="list-style-type: none"> • autorreconocimiento • confianza 	<ul style="list-style-type: none"> • respeto • éxito
Afiliación	<ul style="list-style-type: none"> • amistad • afecto 	<ul style="list-style-type: none"> • intimidad sexual
Seguridad	<ul style="list-style-type: none"> • seguridad física • de empleo • de recursos • moral 	<ul style="list-style-type: none"> • familiar • de salud • de propiedad privada
Fisiología	<ul style="list-style-type: none"> • respiración • alimentación • descanso 	<ul style="list-style-type: none"> • sexo • homeostasis

La revolución cognitiva: el estudio científico de la mente

Desde la década de 1950 hasta los años 70, la psicología vivió una transformación profunda con la revolución cognitiva, que centró su interés en los procesos mentales.

Frente a las limitaciones del conductismo, surgió la necesidad de explorar fenómenos como la percepción, la memoria, la atención y el lenguaje. El desarrollo de la computación permitió concebir la mente como un procesador de información.

Investigadores como George A. Miller (memoria) y Noam Chomsky (lenguaje), fueron fundamentales para este cambio. Se aplicaron métodos experimentales rigurosos que consolidaron la psicología cognitiva como una disciplina científica.

Este enfoque también dio lugar a terapias como la terapia cognitivo-conductual, que integra técnicas del conductismo con la modificación de pensamientos disfuncionales.

Psicología positiva y avances en neurociencia

Hacia finales del siglo XX, la psicología siguió diversificándose. En 1980, surgió la psicología positiva, impulsada por Martin Seligman, que se centra en el estudio del bienestar, la felicidad y las fortalezas humanas. Este enfoque va más allá del tratamiento de enfermedades mentales, buscando mejorar la calidad de vida, mediante intervenciones positivas como la gratitud, la resiliencia y el sentido de propósito.

Al mismo tiempo, los avances en neurociencia aportaron nuevas herramientas. Técnicas como la resonancia magnética funcional, permitieron observar el cerebro en acción. Se descubrió la neuroplasticidad, que demostró que el cerebro puede cambiar con la experiencia, y se identificaron correlaciones entre neurotransmisores y estados emocionales.

Conclusiones: una ciencia en constante transformación

En la actualidad, la psicología se caracteriza por su enfoque interdisciplinario, su apego a la evidencia empírica y su apertura a nuevas áreas de estudio. La diversidad de corrientes y enfoques, refleja la complejidad del comportamiento humano y de los procesos mentales. Cada etapa histórica ha dejado una huella profunda, y la búsqueda por comprender al ser humano, continúa guiando a esta ciencia hacia el futuro.