

# INSTRUCTURADO NIVEL 2

# Principios de Psicología

Lic. Romina Ruiz



## **PRINCIPIOS DE PSICOLOGÍA I**

Vamos a comenzar el transcurso de esta materia introduciéndonos en el rico y variado campo de la psicología: los diversos temas que estudian los psicólogos, el significado de la psicología como ciencia y algunos de los métodos de investigación que utilizan los psicólogos para describir, explicar y predecir la conducta. Luego revisaremos el desarrollo de la psicología, desde sus comienzos como una oscura ciencia de la mente hasta su estatus actual.

Preguntas de reflexión: ¿Qué piensan que estudia y hace un psicólogo? ¿Dónde trabaja? ¿Qué le interesa?

### **¿Qué es la psicología?**

La mayoría de los psicólogos contemporáneos estarían de acuerdo en una definición general y es que *la psicología es la ciencia de la conducta y los procesos mentales.*

Los psicólogos pretenden explicar cómo percibimos, aprendemos, recordamos, resolvemos problemas, nos comunicamos, sentimos y nos relacionamos con otras personas, desde el nacimiento hasta la muerte, en relación íntima y en grupos. Intentan entender, medir y explicar la naturaleza de la inteligencia, la motivación y la personalidad, así como las diferencias individuales y de grupo. Pueden concentrarse en las perturbaciones mentales y emocionales, los problemas personales y sociales, etc.

Es un campo muy variado que se interconecta con otras ciencias, tuvo su gran auge y expansión a finales del siglo XX.

### **Los campos de la psicología**

Al ser un campo tan amplio, hay áreas en psicología que tienen su especificidad. La psicología contemporánea no es un campo unificado, más bien es “un paraguas para una confederación amplia de subdisciplinas”. La APA (American Psychological Association, es una organización científica formada por psicólogos en 1892) está integrada por alrededor de 60 divisiones que representan los principales campos de indagación psicológica.

Algunos ejemplos: Psicología experimental, psicología del desarrollo, Psicología y arte, psicología educativa y escolar, psicología familiar, psicología de la adicción, psicología del ejercicio y el deporte.

Vamos a mencionar algunos campos específicos para entender cuál es el interés en el que está puesto el estudio en psicología.

- **Psicología del desarrollo:** Los psicólogos del desarrollo estudian el crecimiento humano mental y físico desde el periodo prenatal hasta la niñez, adolescencia, adultez y vejez. Se interesan tanto en los patrones universales del desarrollo como en las variaciones culturales e individuales. Aquí se puede reconocer a los psicólogos infantiles que se interesan en los bebés y los niños. Se interesan en temas como si los bebés nacen con personalidades y temperamentos distintos, la forma en que los bebés se apegan a sus padres, la manera en la que los niños aprenden, la adquisición del lenguaje y la moral. ( a través del juego, observan) También se encuentran aquí los psicólogos de la adolescencia, se especializan en los años que comprenden esta etapa, incluyendo la forma en que la pubertad, los cambios en las relaciones con los pares y los padres y la búsqueda de la identidad, hacen que

este periodo se torne muy difícil para algunos jóvenes. También se encuentran los **psicólogos del ciclo vital**, que se enfocan en los años adultos y las diferentes maneras en que los individuos se ajustan a las relaciones y la paternidad, la madurez, la jubilación y eventualmente hacia la muerte.

- **Neurociencia y psicología fisiológica:** Los psicofisiólogos y los neurocientíficos investigan **la base biológica de la conducta, los pensamientos y las emociones humanas. También estudian cómo se desarrolla, funcionan y en ocasiones fallan el cerebro y el sistema nervioso.** ¿Deja de crecer el cerebro en determinado momento o continua cambiando durante parte o la totalidad del ciclo vital? (Plasticidad neuronal) ¿Hay algunas áreas del cerebro más activas cuando la gente resuelve problemas matemáticos? ¿Hay otras que se activan cuando la gente juega y escucha música? (Especialización hemisférica). ¿Cómo lo hacen? Hay técnicas que utilizan estos psicólogos, de “imagenología”, que permiten investigar la participación de regiones específicas del cerebro en conductas y procesos mentales complejos. También hay técnicas donde encuentran donde está el daño neurológico que una persona por un accidente puede haber tenido y con eso realizar el tratamiento y la terapia específica si hay posibilidad de reparación. Genetistas conductuales.
- **Psicología experimental:** Los psicólogos experimentales **realizan investigación sobre procesos psicológicos básicos incluyendo el aprendizaje, la memoria, la sensación, la percepción, la cognición, la motivación y la emoción.** ¿De qué manera recuerda la gente y la hace olvidar? ¿Cómo tomamos decisiones y resolvemos problemas? ¿Son



universales las emociones: Es decir, la gente de culturas diferentes experimenta las mismas emociones en situaciones similares?

- **Psicología de la personalidad:** Los psicólogos de la personalidad estudian las diferencias entre los individuos en rasgos como la ansiedad, la sociabilidad, la autoestima, la necesidad de logro y la agresividad. Intentan determinar que ocasiona que algunas personas sean malhumoradas y nerviosas, mientras que otras sean alegres y de trato fácil, porque algunas son tranquilas y cautelosas y otras inquietas e impulsivas. ¿La personalidad es innata y estable o aprendida y sujeta a cambio?
- **Psicología Clínica y consejería:** Cuando se les pide que describan a un psicólogo, mucha gente lo primero que piensa es en un terapeuta que ve a pacientes o clientes, en su consultorio personal, clínica u hospital. Esta idea popular es en parte correcta porque casi la mitad de todos los psicólogos se dedican a la clínica psicológica o consejería. Los psicólogos clínicos se especializan en el diagnóstico, causa, tratamiento de trastornos psicológicos. (Ejemplo TAG, TLP). Los psicólogos más dedicados a la consejería sirven para dar apoyo a los pacientes en problemas “normales” de ajuste que la mayoría de nosotros enfrenta en algún momento: elección de una carrera, problema matrimonial.
- **Psicología Social:** Estudian la forma en que la gente se influye entre sí. Estudian temas como las primeras impresiones y la atracción interpersonal; la manera en que se forman, se mantienen o se cambian las actitudes, el prejuicio y la persuasión, la conformidad y la obediencia

y a la autoridad. Son en su mayoría investigadores pero también apuntan a la práctica. Los principios de psicología social se encuentran en los grupos de apoyo por ejemplo para quienes abusan de sustancias tóxicas, pacientes con cáncer, jugadores compulsivos., en las aulas en el uso de métodos cooperativos en vez de competitivos.

- **Psicología laboral u organizacional:** Generalmente están en empresas resolviendo problemas prácticos como la selección y capacitación de personal, el mejoramiento de la productividad y condiciones de trabajo. ¿Tienden las organizaciones a operar de manera diferente bajo liderazgo femenino o masculino? La investigación muestra que los grupos de trabajo con alta moral suelen ser más productivos que los grupos con baja moral: ¿Existen estrategias específicas que pueden utilizar los gerentes para mejorar la moral del grupo?

### **La psicología como ciencia**

Anteriormente comentamos que la definición más consensuada de la psicología, es *la ciencia de la conducta y de los procesos mentales.*

Vamos a detenernos un rato en la palabra **Ciencia:**

- La mayoría de los psicólogos confían en el método científico para responder sus preguntas, obtienen datos a partir de la **observación cuidadosa y sistemática**, desarrollan teorías que intentan explicar lo que han observado, hacen nuevas predicciones basadas en esas teorías y luego las prueban. Utilizan el método científico para **describir, entender y predecir** y a la larga obtener **cierto grado de control sobre lo que estudian.**

- Voy a mencionar más adelante algunos de los métodos de investigación que se utilizan pero para **desmitificar un poco “que método científico”** no es estar en laboratorio haciendo experimentos como muchos psicólogos que si han sido y son específicamente científicos.
- Voy a dar algunos ejemplos sobre cómo llegar a una teoría.
- **Tema: varones, mujeres y la agresión.** Muchas personas creen que los varones son naturalmente más agresivos que las mujeres. Otras afirman que los niños aprenden a ser más agresivos porque la sociedad y la cultura los alienta a ser combativos y violentos. ¿Cómo abordarían los psicólogos este tema? **1)** Tratarían de averiguar si los hombres y las mujeres difieren en la conducta agresiva. Varias investigaciones han abordado esta cuestión y la evidencia parece concluyente: los varones son más agresivos que las mujeres en lo que refiere a la agresión física. Es posible que las niñas o mujeres hagan comentarios desagradables o que griten pero es mucho más probable que los niños y los hombres peleen, peguen. **Luego de establecer que existen diferencias sexuales en la agresión física, el siguiente paso es explicarlas. ( cada una de estas explicaciones sería una TEORÍA)** **2)** **Los psicofisiólogos** atribuirían esas diferencias a la genética o a la química corporal, los **psicólogos del desarrollo** pueden considerar las formas en que se enseña a un niño a comportarse como un varón o como una niña. **Y los psicólogos sociales** pueden explicar las diferencias en términos de normas culturales, las cuales requieren que los varones se defiendan solos y enseñan que la agresión física no es femenina.

**Cada una de estas explicaciones se presenta como una teoría acerca de las causas de las diferencias sexuales de la agresión. Y cada teoría nos permite generar nuevas HIPÓTESIS, o predicciones acerca del fenómeno en cuestión.**

**Ejemplos de Hipótesis:** 1) Si las diferencias de género en la agresión se debe a que los hombres tienen niveles más altos de testosterona que las mujeres entonces podríamos predecir que los hombres extremadamente violentos deben tener niveles más altos de testosterona que los hombres que por lo general no son violentos.

2) Si las diferencias sexuales en la agresión surgen de la educación temprana entonces podríamos predecir que existen menos diferencias sexuales en la agresión en las familias donde los padres no enfatizan las diferencias de género. “Llorar es de nenita”. “Defendete porque sos macho”. Esto se investiga y si la evidencia empírica apoya una o más de las teorías, debería ser posible controlar la conducta agresiva en un grado mayor de lo que era antes.

**Algo interesante para finalizar con este tema:** Hubo una investigación que intento poner a prueba la teoría de que las normas culturales forman parte de la razón de las diferencias en la agresión. Se pensó que esas diferencias deberían ser menores en situaciones en que los individuos no se sientan evaluados en términos de su masculinidad o femineidad.

Un equipo de investigación probó esta hipótesis con un juego de guerra en una computadora. Cuando el investigador presentaba a los participantes de manera que evidenciaba quien era hombre y mujer, las



mujeres jugaban de manera menos agresiva que los hombres, cuando se decía que los participantes eran completamente anónimos tanto para los investigadores como para los contrincantes, las mujeres jugaban de manera tan agresiva como los hombres.

**¿Quiénes de Uds. tienen un tema que les gustaría investigar y probar, para convertirlo en una teoría?**

*“Las personas que descubren su propósito existencial tienen menos problemas emocionales e interpersonales y son menos propensas a desarrollar trastornos psicológicos”*

Tiene que ser una novedad, debes ser honesto, tiene que leer mucho... deberías aplicar el método científico a través de diferentes métodos de investigación.

MÉTODO DE INVESTIGACIÓN		ventajas	Limitaciones
Observación natural	La conducta se observa en el ambiente en el que ocurre naturalmente. Escuela, fábrica..	Proporciona gran cantidad de información conductual de primera mano que tiene mayor probabilidad de ser exacta que los reportes después del hecho. La conducta de los participantes es más natural, espontánea y variada que las conductas que tienen lugar en laboratorio. Rica fuente de hipótesis. Después se pueden estudiar con mayor rigurosidad científica.	La presencia de un observador puede alterar conducta de los participantes, registro que hace de la conducta puede reflejar el sesgo preexistente. ( expectativa). Ejemplo de cinta video que califican otros investigadores que no desconocen lo que pretende averiguar el estudio. Tomar la conducta como se presenta.

<b>Estudios de caso</b>	Se estudia en profundidad la conducta de una persona o unas cuantas personas. Observación en la vida real, entrevistas, test psicológicos.	Arrojan una gran cantidad de información descriptiva detallar. Muy útil para formular hipótesis.	El caso estudiado puede no ser una muestra representativa. A veces consume mucho tiempo y es costoso. Sesgo del observador.
<b>Encuestas</b>	A un grupo número de participantes se les formula una serie de preguntas estándar. Se seleccionan cuidadosamente: Muestras.	Permiten obtener una buena cantidad de datos con rapidez y de manera económica.	Las preguntas mal elaboradas generan respuestas ambiguas, por lo cual los datos pueden llegar a no ser claros. Ej: castigo en los niños Los sesgos de nuestro desvían los resultados
<b>Investigación Correlacional</b>			
<b>Investigación experimental</b>	Una o más variables se manipulan sistemáticamente y se estudia el efecto que esa manipulación tiene en otras variables	El control estricto de las variables ofrece a los investigadores la oportunidad de extraer conclusiones acerca de las relaciones causales. Causa-efecto	Artificialidad del escenario de laboratorio influya en la conducta de los sujetos; no es posible controlar ni manipular muchas variables, hay variables inesperadas.

**Ejemplo de estudio de casos: Jean Piaget:** Teoría de gran alcance sobre el desarrollo cognitivo estudiando de manera cuidadosa y detallada a cada uno de sus hijos, conforme crecían y cambiaban durante la niñez.

**Caso de Phineas Gage,** quien sufrió un daño cerebral severo e inusual que llevo a los investigadores a identificar la importancia de la parte frontal del

cerebro para el control de las emociones y la capacidad para planear y realizar tareas complejas.

Tanto la observación natural, el estudio de casos, las encuestas proporcionan un rico conjunto de datos crudos que DESCRIBEN conductas, creencias, opiniones. Pero no son ideales para hacer predicciones, explicar o determinar las causas de la conducta. Para eso los científicos acuden a la investigación experimental, donde ellos pretenden lograr tener un mayor control sobre la variable que están investigando.

### Pequeña reflexión

Si bien muchos de los que estamos acá probablemente no nos convirtamos en científicos en el sentido estricto de la palabra, el introducirnos en el campo del estudio de la conducta y de los procesos mentales nos lleva a adquirir ***estrategias importantes de observación, de análisis, de preguntar y repreguntar y saber cómo preguntar....nos convierte en personas con un pensamiento crítico y analítico.*** Quizás personas que cuestionan un poco el pensamiento común. Es un proceso mediante el cual se examina la información que tenemos, y en base a esta indagación se hacen juicios y se toman decisiones. ***Cuando pensamos de manera crítica definimos los problemas, examinamos la evidencia, analizamos las suposiciones, consideramos las alternativas y por último, encontramos las razones para apoyar o rechazar un argumento.*** Para pensar de manera crítica es necesario adoptar un estado mental en el cual lo más difícil quizás sea ***someter a escrutinio las propias creencias más profundas.***

Un psicólogo o alguien a fin a este campo va ser un hábil preguntador. Es una de las grandes características y en esos si ***nos convertimos en exploradores de la mente de quien estamos ayudando.***

***Ejemplo de caso clínico:***

Terapeuta (T): ¿Cómo has estado?

Paciente (P): Bien

T: ¿Podrías definirme bien?

P: Bien, que no ha pasado nada.

T: ¿Tienes ganas de tener la sesión de hoy y que hablemos de los temas que me has mencionado anteriormente?

P: Si.

T: ¿Cómo te ha ido con el conflicto con tu jefe?

P: Ah, no ya pasó. Ya fue.

T: Mencionaste que estabas por renunciar, que tu vida ya no tenía sentido si te quedabas sin trabajo, que por culpa del trato que tu jefe te hacia quisiste suicidarte porque no sabías como ponerle fin ese conflicto ¿Y ahora me dices que ya paso? ¿El conflicto se resolvió?

**Preguntar: una gran habilidad.**

**INTROSPECCIÓN:**

Observación que la persona hace de su propia conciencia, creencias, estados de ánimo para reflexionar sobre ello.

Habilidad de poner a prueba mis juicios y prejuicios personales a la hora de presentarme a una persona o a un grupo de personas. Porque se puede llegar a sesgar la información.

**Asepsia profesional:** Tener la mirada lo más limpia posible de prejuicios.

(Pensemos que prejuicios podemos llegar a tener a la hora de hablar con una persona...Ej: de los abortos) Expectativas en relación a los cambios y a los tiempos.

Por eso por ahí se explica porque la gente dice que los psicólogos son **empáticos**. "Nadie me entiende como psicólogo". ***Hay que aprender la habilidad de no juzgar pero de saber por ejemplo con preguntas poner a la persona en una auto confrontación con las dinámicas disfuncionales en su vida.***

En relación al caso clínico expuesto anteriormente, la respuesta a que el conflicto se resolvió es NO. No se resolvió. Negación. Y él no querer enfrentar un conflicto por MIEDO. Decidió seguir soportando el maltrato. En otro momento recabaría información y le mostraría a través de preguntas y de las propias que él me menciona de su infancia que está repitiendo una conducta que aprendió....porque fue observador y víctima de muchos maltratos en su familia....y así como su mamá nunca habló, él tampoco...nunca habló.

Si algo quisiera que te quede en esta primera clase...es llenarte de pasión por ayudar a las personas a salir de esas trampas y de esas trabas que vuelven disfuncional a la gente en tantas áreas. Yo lo veo literalmente como salir de una cárcel porque literalmente ya quizás lo habrán visto anteriormente pero los traumas esclavizan a la gente y les impide vivir en plenitud, en paz, con ellos mismos y con los demás.



### **Desarrollo de la psicología:**

Desde la época de Platón y Aristóteles la gente se ha preguntado acerca de la conducta y los procesos mentales. Pero recién a finales de siglo XIX se empezó a teorizar en cuestión. Y así se constituyó la psicología como una disciplina científica, formal, separada de la filosofía.

### **La “nueva psicología”: una ciencia de la mente.**

- **El surgimiento de la ciencia de la mente:**

+ Wundt y Tichener: **ESTRUCTURALISMO.**

Por consenso general la psicología nace en 1879, el año que Wundt fundó el primer laboratorio de psicología de la universidad de Liepzing Alemania. Wundt es la primera persona que se autodenomina psicólogo (“Padre de la psicología”), y escribe el primer libro de psicología llamado “Principios de psicología fisiológica”

- Estudiaban la mente a partir de la introspección y la autoobservación utilizando el método científico e intentaban separar la mente en distintas partes. La mente era un conjunto abstracto que estaba conformado por distintos elementos, estos elementos se combinaban y daban lugar a un pensamiento.
- Ejemplo: Lo que antes había sido conocido como simplemente “Mirar una flor”: Ahora sería el dirigir la mirada a la flor, focalizar la atención, Recordar la forma, asociar la forma al concepto.
- Mente: castillo. Ladrillos: Los elementos que tiene la mente.

Titchener, discípulo de Wundt es quien funda esta escuela con el nombre de Estructuralismo y emigra a EEUU donde funda la primera escuela de Psicología pero esta corriente muere con él porque no se le encontraba sentido en la vida práctica. Es decir, no se le encontraba funcionalidad.

+ William James: **FUNCIONALISMO**

Nace en América, tras la muerte del estructuralismo. Ellos intentaban aplicar los conocimientos del estudio de la mente a la vida diaria. Consistía ayudar a la adaptación al entorno de todo lo que estudiaban. Es por esto que ellos son quienes crean los primeros test y pruebas psicológicas y de aquí nace por ejemplo: La psicología escolar/educacional ya que era un ámbito donde ponían en práctica los conocimientos adquiridos en el laboratorio.

**ESTRUCTURALISMO:** QUE HAY EN LA MENTE!, NO COMO FUNCIONA.

SE CENTRA EN LOS CONTENIDOS MENTALES.

**FUNCIONALISMO:** PROPÓSITOS Y FUNCIONES DE LOS PROCESOS MENTALES. AÑADE LOS COMPORTAMIENTOS COMO VARIABLE DE ESTUDIO.

+ Sigmund Freud: **PSICOLOGÍA PSICODINÁMICA.**

De todos los pioneros de la psicología Sigmund Freud, es sin duda, el mejor conocido y más controvertido por la teoría básicamente que el plantea. Como doctor en medicina, él estaba fascinado por el Sistema Nervioso Central. Paso muchos años realizando investigación en el Laboratorio de Fisiología de la Universidad de Viena. Después de un viaje

a Paris donde estudió con un neurólogo que utilizaba la hipnosis para tratar los trastornos nerviosos, el empezó su práctica privada en Viena. Su trabajo con pacientes lo convenció de que muchas enfermedades nerviosas era de origen psicológico más que fisiológico. (ej de casos de conversión: donde **el trauma** se alojaba en un disfuncionalidad física)

¿Qué sostenía Freud? - Los seres humanos no son tan racionales como se imaginan y que el “libre albedrio” no existe como tal. Porque refiere que estamos motivados por instintos e impulsos inconscientes que no están disponibles para la parte racional de la mente. Freud veía al inconsciente como un caldero dinámico de primitivas pulsiones (energía) sexual y agresiva, deseos prohibidos, temores, recuerdos infantiles traumáticos. Todo eso alojado en el inconsciente. Aunque están **reprimidos** (escondidos para la conciencia), los impulsos inconscientes presionan sobre la mente consiente y encuentran expresión de forma disfrazada o alterada y esto es a través de sueños, lapsus (olvidos...de infancia), síntomas de enfermedad mental, chistes, y actividades socialmente aceptables como el arte, la literatura. (Se puede sublimar esa energía en algo moralmente bueno o malo). Para descubrir este inconsciente Freud desarrollo una técnica, **el psicoanálisis**, en la cual el paciente se recuesta sobre un diván, empieza a contar sus sueños y dice cualquier cosa que se le venga a la mente, (Asociación libre). Y el terapeuta empieza a entretejer.

En sus labores y en aquellos tempranos años no podemos negar que Freud llego profundo. Llego a teorizar algo que marcó un antes y después en la historia de la psicología. Fue tan controvertida esta teoría al inicio del siglo XX como lo había sido unos años antes la teoría de Darwin. Muchos de sus contemporáneos se escandalizaban por su énfasis en la sexualidad

y en la idea de que muchas veces no tenemos consciencia de nuestros verdaderos motivos y que estamos en una continua guerra con nosotros mismos.

Podemos comprar estos conceptos que Freud teorizo con los de la terapia cognitiva, esto es paradigma del procesamiento de información, tres niveles de creencias, creencias PROFUNDAS. La historia de las creencias profundas que muchas veces provienen del trauma. Hay represión porque el alma se defiende para no volver a sufrir. Poder hablarlo...**ponerlo en palabras** es gran parte de la sanidad y lo que se llama proceso elaborativo o reconstructivo en lo que es terapia.

Yo como terapeuta ¿Qué principios utilizo para la sanidad de un trauma?

- El hablarlo...busco...sondeo....Una vez que se corre la barrera...
- Escucho sin juicios...sin valoraciones.
- Llevo a la persona a un tiempo donde la llevo a verse en un camino. ¿Querés dejar eso atrás realmente? Forma parte de una historia que no te define, que no te condiciona....y es cuando tomás la decisión de PERDONAR. Perdonar al ofensor....perdonarse a uno mismo... perdonar a Dios a veces. Y luego...observamos juntos ¿En que ese trauma repercute hoy en mi vida actual?...Es decir...¿consumo drogas? ¿No me relaciona con nadie por temor al rechazo? ¿Limpio todo lo que toco por temor a ensuciarme? ¿Tengo relaciones sexuales con quien me da la gana y los impulsos?...o¿ veo pornografía cada tanto?. Es decir, trabajo la CONDUCTA porque ya soy consciente de porque lo hago. Ejemplo de tomar conciencia: *“Yo Catalina, de 40 años, No puedo estar sola, siempre estoy con algún hombre en pareja, enamorándome*

*incasablemente de quien me da un poco de afecto y atención porque estoy llenando el hueco de abandono de mi padre en la infancia". Soy consciente, entonces puedo empezar a trabajarlo.*

## **LAS DÉCADAS CONDUCTISTAS**

*Redefinición de la psicología: El estudio de la conducta*

**Inicio siglo XX:** La psicología se veía a sí misma como el estudio de los procesos mentales que pueden ser conscientes e inconscientes (Psicología psicodinámica), vistas como unidades discretas y compuestos (estructuralismo) o como un flujo siempre cambiante (funcionalismo). Método principal era la introspección y la autoobservación tanto en el laboratorio como el diván del analista.

Una nueva generación de psicólogos se rebela contra este enfoque y empezó a decir **¿Y LA CONDUCTA?** El líder de este movimiento fue un psicólogo estadounidense llamado Watson, que argumentaba que la idea completa de la vida mental era una superstición, llamaban a la mente una CAJA NEGRA a la que no se tenía acceso, porque si uno no puede ver algo no lo puede medir ni ser objeto de estudio científico. LA PSICOLOGÍA ERA EL ESTUDIO DE LA CONDUCTA OBSERVABLE Y MEDIBLE Y NADA MAS. Y esta visión de la psicología se llamó **CONDUCTISMO**.

**ANTECEDENTES:** Fisiólogo ruso Ivan Pavlov, quien había ganado un Premio Nobel sobre su investigación sobre la digestión. En el curso de sus experimentos Pavlov advirtió que los perros de su laboratorio empezaban a salivar en cuanto escuchaban que se acercaba quien los alimentaba, incluso



antes que pudieran ver su comida ellos salivaban. Decidió averiguar si la salivación (Reflejo automático) podría moldearse con el aprendizaje. Comenzó a presentar de manera repetida una CAMPANA con la presencia de la COMIDA. El siguiente paso fue observar que sucedía cuando se presentaba la campana sin introducir el alimento. Después de apareamientos repetidos los perros salivaban solo en respuesta a la campana. A esto se llamó **CONDICIONAMIENTO CLÁSICO**: una forma simple y básica de entrenamiento en aprendizaje.

ESTIMULO INCONDICIONADO (VER LA COMIDA)

RESPUESTA INCONDICIONADA (SALIVACIÓN. Respuesta involuntaria)

ESTIMULO NEUTRO (Sonido de campana)

ESTIMULO CONDICIONADO (Sonido de campana)

RESPUESTA CONDICIONADA (Salivación)

Ejemplo de cuando nosotros sentimos el olorcito a la comida. Ruido de platos.

### **APLICACIÓN A LA VIDA DIARIA:**

- Perro corre a buscar su correa cuando su dueña se empieza a poner sus zapatos deportivos.
- Emoción condicionada: Va conduciendo el auto, y pasa por una plaza, ve el banco y comienza a latir fuerte mi corazón, sensación cálida en el cuerpo. Al principio no entiende pero luego recuerda que ese era el sitio con el que se reunía con su novia de la secundaria hace más de 20 años.

- Pensamientos o emociones positivas que asociamos con el olor a pan calentito...panadería...
- **No nacemos con esas reacciones, se aprenden por este tipo de condicionamiento que estamos explicando.**
- Fobias que son temores irracionales que despiertan ciertas cosas: Gatos, arañas, gallinas, lugares altos, lugares cerrados.

**CONCEPTO DE APRENDIZAJE: TODA MODIFICACIÓN DEL COMPORTAMIENTO NO DEBIDA A FACTORES DE MADURACIÓN BIOLÓGICA. ES LA EXPERIENCIA O LA PRACTICA LO QUE PRODUCE UN CAMBIO EN LA CONDUCTA.**

Siguiendo con Watson, él afirmaba por ejemplo que un bebé es una “pizarra en blanco”, sobre la cual la experiencia puede escribir absolutamente todo. Y es muy conocida una frase que él expuso: *“Denme una docena de infantes sanos, bien formados y mi propio mundo especializado para criarlos y les garantizo que elegiré al azar a cualquiera de ellos y lo entrenare para convertirlo en cualquier tipo de especialista que yo decida, médico, abogado, artista, ladrón, independientemente de sus talentos, inclinaciones, habilidades o raza”*

En uno de los experimentos más infames de la historia, Watson intentó crear una respuesta condicionada de temor en un niño de 11 meses. “El Pequeño Alberto”. Era un bebé seguro y feliz. En su primera visita al laboratorio de Watson, Albert quedó encantado con una peluda rata blanca domesticada, pero se asustó visiblemente cuando Watson golpeó una barra de acero con un martillo justo detrás de la cabeza del niño. En su segunda visita, pasó lo mismo. Después de una seis veces, Albert empezaba a llorar en el momento

en que aparecía la rata sin que hubiera un golpe de por medio. Experimentos posteriores encontraron que Alberto se asustaba con cualquier cosa blanca y peluda, como un conejo, un perro, un abrigo de piel, algodón.

Freud denominó **DESPLAZAMIENTO** a la transferencia de emociones de una persona u objeto a otro. Ejemplo: Mujer que tuvo grandes traumas en relación a su padre/abuelo, puede desplazar el rechazo, emociones negativas hacia cualquier figura masculina.

Watson llamó **GENERALIZACIÓN** a ese fenómeno, era una simple cuestión de condicionamiento.

- Mary Cover Jones: Realiza la reversa al experimento de Albert, Jones logró reacondicionar con éxito a un niño para superar el temor a los conejos. EL TEMOR SE PUEDE DESAPRENDER. Presentando el conejo a gran distancia y acercándolo luego gradualmente mientras el niño está comiendo dulces (experiencia placentera): **DESENSIBILIZACIÓN**. Esta técnica enseña a asociar la relajación a un estímulo que está provocando temor o ansiedad innecesaria. Se basa en la creencia de que podemos superar los temores aprendiendo a permanecer tranquilos ante situaciones cada vez más atemorizantes.

**EN LAS FOBIAS Y EL TRATAMIENTO DE LAS MISMAS SE UTILIZA MUCHO LA DESENSIBILIZACIÓN SISTEMÁTICA/EXPOSICIÓN GRADUAL. EJEMPLO DE MIEDO A PERROS O A LAS ARAÑAS. IR EXPONIÉNDOSE DE A POCO. NO A LA EVITACIÓN/HUIDA.**

**Ejemplo de Ansiedad por separación: caso de niña paciente que logra afrontarlo.**

## **CONDICIONAMIENTO INSTRUMENTAL/ OPERANTE:**

.- Tiene mayores aplicaciones en la vida práctica. Seguimos a principios del siglo XX.

- La mayor cantidad de nuestras conductas no se desencadena por eventos externos si no que es voluntaria. Los perros que aprenden a sentarse o seguir cerca de su amo cuando se les ordena, los niños aprenden a levantar los juguetes para evitar el castigo o para obtener alguna recompensa de parte de sus padres. Aprendemos a poner dinero en máquinas y jalar palancas o presionar botones para obtener comida. Estas se llaman CONDUCTAS OPERANTES: SON CONDUCTAS APRENDIDAS DISEÑADAS PARA OPERAR EN EL AMBIENTE AL FIN DE OBTENER UNA RECOMPENSA O EVITAR UN CASTIGO. No es un reflejo automático. Veamos algunos de los principios del condicionamiento OPERANTE:
- Así como Watson se inspiró en Pavlov. Skinner se inspiró en otro psicólogo que empieza a estudiar las conductas operantes Thorndike.

Este pone un gato hambriento en una “caja problema” con comida en el exterior de la jaula que él pueda olerla y verla. Para obtener la comida el gato tenía que averiguar cómo abrir el pestillo de la puerta de la jaula. Al principio le tomaba tiempo pero cada vez lo hacía más rápido. De aquí salen dos factores importantes una es LA RESPUESTA OPERANTE: es una respuesta que opera en el ambiente para producir una conducta específica. Y el otro factor es la CONSECUENCIA que

sigue a la conducta, se llama **REFORZADORES**. Al abrir la puerta estos gatos obtuvieron libertad o un pedazo de pescado.

En la “caja de skinner” se encuentra el ratoncito, que al hacer presionar un barra, se caen bolitas de comida, lo que refuerza su conducta de presionar la barra.

OTROS EJEMPLOS: un perro puede obtener una galleta por sentarse como se le ordena y un niño puede recibir elogio o la oportunidad de jugar a la computadora por ayudar a limpiar la mesa.

- **REFORZADORES:** CONSECUENCIAS QUE **INCREMENTAN** LA PROBABILIDAD DE QUE LA CONDUCTA OPERANTE SE REPITA.
- **CASTIGO:** CUALQUIER EVENTO CUYA PRESENCIA **DISMINUYE** LA PROBABILIDAD DE QUE LA CONDUCTA VUELVA A OCURRIR.
- **LEY DE EFECTO o PRINCIPIOS DE REFORZAMIENTO:** La conducta que ofrece un efecto satisfactorio (reforzamiento) tiene probabilidades de realizarse otra vez, mientras que la conducta que produce un efecto negativo (castigo) probablemente sea suprimida.
- **REFORZADORES POSITIVOS:** El elogio, un aumento de sueldo, la comida que me gusta, la música que disfruto **AGREGAN** algo gratificante a la situación. EJEMPLOS: Estuve ensayando mucho y estudiando para mi concierto de piano, al finalizar me salió muy bien y el profesor me felicitó.



- **REFORZADORES NEGATIVOS:** QUITAN algo desagradable de la situación o del ambiente para que la conducta incremente.  
**EJEMPLOS:** Los animales aprenderán a presionar palancas y abrir puertas no solo para obtener comida y agua (reforzamiento positivo) sino también para escapar de descargas eléctricas o ruidos fuertes (Reforzamiento negativo). “Si te portas bien en este lugar no tendrás tareas el día de hoy”. “Si Rindes este examen con 8 para arriba, te dan la posibilidad que no hagas los trabajos prácticos”
- **POSITIVO Y NEGATIVO NO ES BUENO O MALO. ES AGREGAR O QUITAR.**
- **GRAVE PROBLEMA!: TODAS LAS CONDUCTAS PUEDEN SER REFORZADAS, LAS BUENAS Y LAS MALAS.**
- **EJEMPLO:** Un niño de 3 años haciendo berrinches en el supermercado porque quiere que la madre le compre el dulce que él quiere, llora, grita, patalea...la madre se enoja un poco pero finalmente por vergüenza o por lo que sea LE COMPRA EL DULCE. LE DA. LO RECOMPENSA. QUE BIEN. SEGUÍ HACIENDO BERRINCHES!!!. NO TIENE SENTIDO QUE LLEGUE A LA CASA Y LE PEGUE UNA PALIZA POR ESO QUE PASO, PORQUE YA HA REFORZADO LA CONDUCTA.
- PRINCIPIO DE REFORZAMIENTO ES CUANDO SE DA O SE QUITA INMEDIATAMENTE QUE LA CONDUCTA SE MANIFIESTA. ESO ES LO QUE QUEDA APRENDIDO. “HAGO BERRINCHES Y ME DAN EL DULCE”.

- **Si reforcé una conducta positivamente que no debía reforzar... ¿Cómo hago para remediarlo? A TRAVÉS DE UN PROCESO LLAMADO EXTINCIÓN:** Quitamos el reforzamiento positivo, El niño va a llorar y no le doy el dulce, llora, llora, cada vez más, cada día en el súper un poco más. Antes de la extinción aumenta mucho la conducta para luego decaer. Le dejo de prestar atención a esa conducta, cambio de tema, ignoro, no me afecta....Si el niño logran un insight y se da cuenta que no está logrando lo que quiere, que su madre fue más fuerte que el....**ES BUENO RECOMPENSAR ESA CONDUCTA. DEJO DE LLORAR!. “MUY BIEN HIJO”, “ERES VALIENTE”.**
- **CASTIGO:** Agregar algo desagradable al ambiente para producir que la conducta se debilite o disminuya. **EJEMPLOS:** MULTA. Estaba andando a alta velocidad y me detienen y me ponen una multa, va a hacer que yo cuide la velocidad. Soy impuntual en el trabajo: me descuentan el día. Al niño del súper explicarle que por hacer el berrinche no va a poder ver dibujitos por 2 días. ¿Por qué a veces no sirve y la conducta no disminuye? ¿Qué les parece?
- **EL CASTIGO debe ser aplicado de manera apropiado para que sea efectivo.** Los niños que se portan mal deben ser castigados enseguida del mal comportamiento que han tenido. El castigo debería ser suficiente sin ser cruel. Ejemplo: Un niño que se burla de otros...Y el padre le dice “no hagas eso no está bien”, no va a tener las mismas consecuencias en el cambio de la conducta si lo castigo por eso. (Por esto no vas a tener computadora por tres días y vas a reflexionar sobre la burla, que es la burla, porque se burlan...) **ESTO DEMANDA UNA PRESENCIA MUY ACTIVA DE LOS PADRES. El castigo debe ser**

**seguro:** se debe castigar cada una de las veces que los niños se comporten mal y cumplir con la palabra que dicen.

- **DISCIPLINA:** Enmarcación de los límites de lo que está bien y lo que está mal. Esto ordena mentalmente al niño en crecimiento, al adolescente que se quiere revelar. El tema de los límites es un capítulo que yo utilizo mucho pero que se va a estar explicando más en otra materia de Abordaje de Padres.
- **CASTIGO FÍSICO:** SOLO SUPRIME LA CONDUCTA, NO ENSEÑA UNA MAS ACEPTABLE Y DESEABLE. EJ: CONDUCTORES QUE MANEJAN RÁPIDO. EL APRENDIZAJE NO SE DA DE UNA MANERA AFECTIVA PORQUE SE APRENDE POR TEMOR. NO LO HAGO POR MIEDO.
- **EJEMPLO DE COMO EL CASTIGO PROVOCA EMOCIONES DESAGRADABLES QUE AFECTAN EL APRENDIZAJE ESCOLAR.**

### **OTROS TIPOS DE APRENDIZAJE:**

Los psicólogos cognitivos, los que si le daban lugar a lo que la mente “caja negra” tenía adentro, cuestionaron la idea de que el aprendizaje solo surge del condicionamiento.

**APRENDIZAJE ESPONTANEO POR INSIGHT:** este aprendizaje supone la comprensión súbita, es decir, el descubrimiento repentino de un significado o la emergencia de una habilidad.

La escuela de la Gestalt fue la primera en plantear su existencia y en describirlo en animales utilizando el método de observación de campo: encontró que al colgárseles plátanos a un chimpancé sin que este los pudiera

alcanzar con sus manos, y al mismo tiempo dejarle un palo cerca, el animal espontáneamente era capaz de utilizar el palo para alcanzar las bananas.

Otro ejemplo viene de la percepción visual: Quien descubra la imagen que hay en esas manchas también habrá producido un aprendizaje espontaneo ya que rápidamente conferirá un significado a las manchas.

**APRENDIZAJE POR OBSERVACIÓN O VICARIO** (Teoría del aprendizaje Social. Albert Bandura) 1970

La teoría del aprendizaje Social se concentra en el grado en el que aprendemos, no solo de la experiencia directa entre el aprendiz y el ambiente (El tipo de aprendizaje explicado por los conductistas), sino también AL OBSERVAR lo que sucede a otra gente o al escuchar acerca de algo. Podemos aprender nuevas conductas sin haberlas realizado o sin haber sido reforzados por ellas.

Estos teóricos se van a preguntar a través de un experimento que hacen: ¿Qué pasa si una madre golpea repetidamente a un muñeco y su hijo lo observa?

¿Qué es lo que vamos a observar? A un modelo...y ese modelo va a terminar modelando nuestra conducta. Y aquí es donde aparece lo importante de que no importa cuánto digas, cuanto enseñes con tus palabras si tus actos no coherentes con lo que estas enseñando. Los niños, adolescentes aprenden de lo que observan.

Esta teoría enfatiza la importancia de la observación, el modelo y la imitación de conductas, actitudes, o reacciones emocionales de otras personas para generar un proceso de aprendizaje. Se considera el aprendizaje como una

interacción constante entre factores ambientales, personales y conductuales para generar aprendizaje. Esta teoría no niega los aportes conductistas sino que le agrega el factor de lo social, lo amplía, es decir no solo aprendemos de la interacción directa con el ambiente si no que podemos aprender simplemente observando.

EJEMPLOS: DE BASEBALL, nunca jugaste este deporte pero viste como otros lo hacían. Entonces si alguna vez alguien te da un bate para jugar, vas a saber que hacer...porque has observado a otros hacerlo, ya sea en un juego o por televisión. En algún momento de tu vida lo aprendiste de manera indirecta, por observación. ¿Cuántas cosas habremos aprendido solo por el hecho de haber observado a otro hacerlo?

Esta teoría tiene tres conceptos importantes: 1) EL APRENDIZAJE POR OBSERVACIÓN. 2) ESTADOS MENTALES PERSONALES, 3) EL APRENDIZAJE NO IMPLICA CAMBIO DE CONDUCTA.

1) Es lo que venimos hablando de que una de las formas de aprender es a través de la observación, ya que aprender sería muy laborioso si solo las personas tuvieran que depender únicamente de las acciones para saber qué hacer. Al observar a los demás uno se forma una idea de cómo se realizan los nuevos comportamientos, y esta información codificada sirve como guía para la acción.

LOS TRES TIPOS DE MODELOS QUE EXISTEN SON:

A) MODELO VIVO: individuo realizando o demostrando una conducta. (Si veo a mi papa bailando)



B) **MODELO SIMBÓLICO:** se relaciona a personas reales o imaginarias que realizan una conducta en libros, programas, series, novelas, películas o en internet. (Si me visto como una chica de mi serie favorita). Este es un muy interesante porque nosotros como padres podemos tener valores claros que enseñamos a nuestros hijos pero la escuela, televisión y el internet adoctrinan a nuestros hijos de una manera paralela y en eso deberíamos ser despiertos e intencionales si queremos que ellos sigan los valores que nosotros experimentamos funcionales. La escuela hoy está llena de la doctrina del género, lgtb, la droga y todo lo rápido que me saca de la angustia. ¿Dónde pasan más tiempo los niños o jóvenes? A veces tenemos que tomar decisiones radicales, yo educo a mis hijos en casa, se relacionan perfectamente en los ámbitos sociales, hablamos de las dudas que aparecen, pero la infancia es oro puro para mí, es la tierra elegida por los sembradores para sembrar. Y esto lo saben todos. Así que yo decidí sembrar en esa tierra y sé que semillas estoy poniendo. Después cuando crezcan esa tierra va a dar un fruto coherente a la semilla que se les plantó. Y ellos van a elegir y a decidir cómo seguir cuidando esa tierra. Yo sé que en un momento mi tarea va a terminar, y va a ser diferente a la injerencia que yo tengo en su infancia, sé que va a venir la adolescencia y la juventud, pero estoy segura de que lo que se plantó va a dar su fruto. Pero si yo tuviera muy buenas intenciones de criarlos bien y criar gente honesta, pero están 8 hs o más siendo adoctrinados por otras semillas, yo no puedo garantizar que va a pasar después, si ellos están observando modelos vivos y simbólicos todo el tiempo que los adoctrinan, los modelan.

El aprendizaje observacional se da desde temprana edad en la infancia.....ejemplo: ves en la calle niños caminando como sus padres.

c) **MODELO VERBAL POR INSTRUCCIÓN:** Explicaciones verbales sobre una conducta: Si leo en internet como hacer una receta de cocina y la copio.

El experimento que el realiza para teorizar sobre esto consistió en: 24 niños y niñas entre 3 y 6 años fueron llevados a una sala con un muñeco donde pudieron jugar con él durante unos 10 minutos. Posteriormente vieron el modelo vivo de un hombre o de una mujer que se portaba de forma agresiva con el muñeco, lo golpeaba de formas diferentes. El grupo experimental vio el modelo vivo golpeando y el grupo control vio a la persona actuar de forma no agresiva con el muñeco. Luego de observar las conductas agresivas, el grupo de niño que vio a la persona golpear al muñeco, **imitó con mayor frecuencia las conductas agresivas que los que no lo vieron.**

De aquí podemos decir que un niño que vive en condiciones de violencia en su casa, va a tender a ser más agresivo en las conductas con sus compañeros del colegio, que un niño que no experimenta ese tipo de violencia.

Otro tema importante de la repetición de la conducta que observo, tiene que ver con los **REFORZADORES POR OBSERVACIÓN**. En el experimento algunos niños vieron que el modelo vivo fue premiado por su conducta agresiva con caramelos y dulces luego de golpear al muñeco, mientras que otros niños vieron como el modelo era castigado luego de la conducta agresiva con el muñeco. **Los resultados demostraron que los niños que vieron al modelo ser premiado tuvieron una tasa mayor de agresividad que los que no.**

LA CONDUCTA APRENDIDA POR OBSERVACIÓN DEPENDE DE LAS CONSECUENCIAS QUE ESA CONDUCTA TENGA PARA EL MODELO Y QUE YO VEA SI ESO ME MOTIVA A HACERLO.

EL REFUERZO NO SOLO ES EXTRÍNSECO SI NO QUE PUEDE SER INTRÍNSECO (estados internos como el orgullo, la satisfacción, la aprobación, la sensación de logro)

Ejemplo de la niña que al vestirse de una manera provocativa logra la aprobación de los niños, atracción, ser importante e imitada. Ser aceptada.

El niño que quiere ser futbolista por el modelo simbólico que es: fama, destreza, plata, aprobación.

Las personas somos agentes activos en los procesos de aprendizaje por observación ya que tomamos la decisión si vamos a imitar o no una conducta de acuerdo a la consecuencia que haya visto que puede tener. Y aquí aparece el concepto de:

2) ESTADOS MENTALES: Recuerden que en el conductismo no existía un proceso mediacional ente estímulo y respuesta porque para ellos la mente era una caja negra. El abre la caja y basado en los modelos cognitivos concluye que existe un proceso mediacional interno que hace que decidamos si realizamos cierta conducta o no y Operacionalizó 4 estados mentales.

A) ATENCIÓN: Un individuo tiene que prestar atención a la conducta del modelo y a las consecuencias que esta tiene sobre la persona. Si no prestamos atención suficiente a los detalles de la acción no vamos a poder imitar.

B) RETENCIÓN: Retener la conducta, proceso de recordar que hace. Tiempo

Ejemplo del profesor que enseña como dibujar una cara.

C) REPRODUCCIÓN: Reproducir la acción que está haciendo el modelo. En el ejemplo del dibujo, si no lo practica y lo reproduce el aprendizaje no se va a dar.

D) MOTIVACIÓN: Entra en juego el refuerzo por observación y el refuerzo intrínseco. Si pegarle a un muñeco no genera ningún tipo de refuerzo intrínseco no lo voy a realizar y esto aplica para cualquier aprendizaje que realicemos por observación. Debe haber un motivo.

Ejemplo del niño que imita una conducta de Bullying en la escuela.

3) No necesariamente un aprendizaje observado lleva a un cambio conductual. Puedes observar que está haciendo un modelo y no aprenderlo.

HOY EN DÍA SE HA HABLADO DE UN COMPONENTE NEURONAL ASOCIADO AL APRENDIZAJE POR OBSERVACIÓN: NEURONAS ESPEJO.

### **LA REVOLUCIÓN COGNITIVA/ COGNOSCITIVA:**

En la década de 1960, los psicólogos comenzaron a cerrar el círculo. El campo regreso de un periodo en el que se consideraba que la conciencia era inaccesible a la indagación científica y los psicólogos empezaron a teorizar mucho más acerca de los procesos mentales, considerando también el compromiso de los psicólogos conductuales. La psicología siguió siendo el estudio de la conducta humana pero el concepto de conducta se ha ampliado al de estados mentales también, pensamientos, emociones, conciencia, aprendizaje, recuerdo, inteligencia.

## REVOLUCIÓN PORQUE SE AMPLIA.

Ejemplo de psicología del desarrollo: Idea de que el niño es una pizarra en blanco, al cual puedo modelarle la conducta desde cero, cambió por la concepción de que los bebés y los niños son seres conscientes, competentes y sociales. Los niños buscan activamente aprender acerca del mundo y darle significado.

MODELO CONDUCTUAL: anticuado, teléfono que emite una señal (llamada), se transmite a través de varios circuitos y la respuesta sale.

MODELO COGNITIVO: Es una moderna computadora de alta potencia. Ellos van a estudiar cómo la gente PROCESA LA INFORMACIÓN. Como adquirimos la información, procesamos o transformamos unidades de información en programas y como empleamos esos programas para resolver problemas.

Aunque no se puede observar directamente un recuerdo, o los pensamientos, al observar la conducta puedo hacer inferencias acerca de los procesos cognitivos subyacentes.

Vamos a navegar dentro de algunos de estos procesos cognitivos:

### **MEMORIA**

Es una capacidad cognitiva que permite recordar las cosas que hemos experimentado, imaginado y aprendido.

En la actualidad, muchos psicólogos encuentran útil pensar en la memoria como una serie de pasos en los cuales procesamos la información, de



manera muy similar a la forma en que una computadora almacena y recupera datos. En conjunto, esos pasos se conocen como **EL MODELO DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN DE LA MEMORIA**. Vamos a encontrar términos como codificación, almacenamiento y recuperación

Nuestros sentidos (La vista, el olfato, tacto, la audición) son bombardeados por mucha más información de la que podemos procesar, por lo que la primera etapa en el procesamiento de información implica la selección de parte de este material para pensar en él y recordarlo. Así que primero revisaremos los **registros sensoriales y la atención**: el proceso que nos permite seleccionar la información que ingresa para su posterior procesamiento.

### **LOS REGISTROS SENSORIALES:**

Mire lentamente, alrededor de su cuarto. Cada mirada, en apenas una fracción de segundos, recoge una enorme cantidad de información visual (colores, formas, texturas, brillantez, sombras), al mismo tiempo recoge sonidos y olores y otros tipos de datos sensoriales. Toda esa información pura fluye desde sus sentidos a lo que conocemos como registros sensoriales. Estos registros son como salas de espera en las cuales la información entra y permanece por muy corto tiempo. El hecho de que recordemos cualquier parte de esta información depende de que operaciones realicemos con ella. Aunque todos nuestros sentidos poseen registros se han estudiado de manera más extensiva el registro sensorial y auditivo.

Aunque lo que se puede registrar sensorialmente es ilimitado, la información desaparece de ellos con mucha rapidez.

Para entender cuanta información visual recogemos y con qué rapidez se pierde: imagen de un cuarto.

(Ejemplo de una madre que como un flash mira la habitación que su hijo dice que ordeno y dice “las medias siguen debajo de la cama”)

La información visual desaparece del registro visual con mucha rapidez. En la vida cotidiana la nueva información visual sigue llegando al registro, y esta nueva información reemplaza casi de inmediato a la información antigua, proceso que suele llamarse enmascaramiento. Si no fuera así la información visual se acumularía en el registro sensorial y se mezclaría por completo. La información visual se borra del registro sensorial en la cuarta parte de un segundo.

## **ATENCIÓN**

Si la información desaparece tan rápidamente de los registros sensoriales ¿Cómo podemos recordar cualquier cosa durante más de uno o dos segundos? Y aquí es donde aparece la atención: Selección de parte de la información de entrada para su posterior procesamiento. ¿Y qué elijo? ¿A dónde atiendo? A lo que es significativo para mí. Es el proceso de mirar, escuchar, olfatear y gustar selectivamente. Al mismo tiempo le damos significado a la información que está llegando. Mire la página frente usted. Vera una serie de líneas negras en una página en blanco. Mientras no reconozca esas líneas como letras y palabras solo serán manchas sin sentido. Para encontrar sentido en esa mezcolanza de datos, usted procesa la información en los registros sensoriales en busca de significado.

¿Cómo seleccionamos a que vamos a prestar atención en un momento dado y como damos significado a esa información? Un proceso de filtro de entrada

al sistema nervioso solo permite la entrada a aquellos estímulos que cumplen ciertos requisitos.

- Estos estímulos que pasan por el filtro son comparados con lo que ya conocemos, de modo que podemos reconocerlos y averiguar lo que significan.
- Si estas con un amigo conversando en un restaurant, filtras las otras conversaciones que tienen lugar a su alrededor. Se podrían describir ciertas características de esas conversaciones, si los hablantes eran hombres o mujeres o si hablaban en voz alta o voz baja, pero no podríamos decir de que estaban hablando. Como filtramos esas conversaciones, el procesamiento de información no llega lo suficientemente lejos como para que se entienda el significado.
- Ejemplo: Estamos en la conversación con un amigo y de repente alguien menciona nuestro nombre. El filtro que había eliminado las conversaciones anteriores dejo entrar su nombre (Algo que ya conoce y que le da significado rápidamente). El filtro es como un control variable, como el control del volumen de una radio que puede bajar las señales no deseadas sin rechazarlas del todo. Podemos prestar atención a parte de la información de entrada pero monitoreamos a bajo volumen las otras señales. De esta forma, podemos cambiar nuestra atención si recogemos algo particularmente significativo. Este procesamiento funciona incluso cuando estamos dormidos: los padres a menudo se despiertan de inmediato cuando escuchan el llanto de un bebe pero siguen durmiendo con otros ruidos fuertes. Estimulo altamente significativo.

- Atendemos conscientemente a muy poca de la información que llega a nuestros registros sensoriales, en vez de ello, seleccionamos parte de la información y procesamos esas señales de manera adicional al trabajar con ellas y entenderlas. Podemos cambiar nuestra atención para enfocarla en cualquier elemento de nuestro entorno, que nos resulte potencialmente significativo. (Ejemplo de una conferencia).
- **¿Qué sucede con la información a la que atendemos?: Ingresa a la memoria a corto plazo.**

Antes de seguir, unas cuestiones en relación a la atención que me estuvieron preguntando la otra vez... ¿Cómo fortalecerla en un niño de 7 años?

- Etapa de escolaridad. Cambios. Adaptarse.
- Bajar al mínimo el volumen de todas las señales potencialmente significativas que saquen su atención de donde lo estás queriendo llevar: Ruidos ambientales, dibujitos, música...cualquier cosa que haga interferencia. Preparar un ambiente.
- Debe significar algo para nosotros: Motivar al niño, si no se lo ha estimulado nunca en el aprendizaje, hay que darle tiempo. ¿Qué le gusta? Los audífonos, los dinosaurios. Sumemos con audífonos y dinosaurios. Eso hace que capte su atención.
- Las instrucciones que le damos deben ser claras y precisas. Quedarnos seguros que él atendió a la consigna que le estamos dando.
- Asegurarnos de que no sea una patología más grave viendo a un neurólogo, porque a veces hay áreas del cerebro que hay que estimular y es con ayuda profesional.

- La tecnología, las pantallas, hace que estemos ATENDIENDO DE UNA MANERA NO PRODUCTIVA y eso no ayuda al fortalecimiento de la atención para las demás cosas. Nos vuelve sujetos pasivos. Disminuir esas horas fomentando juegos que potencien y desarrollen la creatividad.

### **MEMORIA A CORTO PLAZO (MCP)**

- Retiene la información en la que estamos pensando en cualquier momento dado. Ejemplos: Cuando uno escucha una pieza musical, ve un partido de tennis o tiene un calambre en la pierna, la que se activa es la MCP para retener y pensar en la nueva información que ha entrado en los registros sensoriales.
- No puede manejar mucha información en un momento dado. Por ejemplo: Cuando nos alejamos a un cuarto alejado del ruido para estudiar para los exámenes finales. En ese momento querés retener mucho pero es poco el tiempo que te queda y esta memoria no ayuda a retener grandes cantidades.
- ¿Cómo logramos mantenerla por periodos más largos? REPASO MECÁNICO: Repetir la información una y otras vez, en silencio y en voz alta. No sirve para recordar de manera permanente pero puede serlo por un tiempo breve.

### **MEMORIA A LARGO PLAZO (MLP)**

Todo lo que aprendemos se almacena en la MLP.: la letra de una canción, una receta de cocina, patinar, manejar. Es más o menos permanente y es correspondiente a todo lo que sabemos.



- Es capaz de almacenar una gran cantidad de información por muchos años.
- ¿Cómo se mantiene? Queda almacenado lo que aprendemos. **REPASO ELABORATIVO:** Es el acto de relacionar la nueva información con algo que ya sabemos. Mediante el repaso elaborativo, se extrae el significado de la nueva información y se relaciona con tanto material como sea posible que ya esté presente en su MLP. **CARRO-CARRERA.**
- La memoria a largo plazo ofrece gran capacidad de almacenamiento para información que podemos recuperar de diversas maneras. El material allí puede permanecer por décadas. En comparación a la MCP, que tiene una capacidad limitada.

### **¿COMO SE PRODUCE EL OLVIDO?**

Aun cuando la información depositada en la memoria a largo plazo se encuentra potencialmente disponible, no siempre accedemos a ella, o bien accedemos a los datos con grados de dificultad así como significativas deformaciones en relación a los hechos. ¿Por qué olvidamos y/o distorsionamos la información depositada en la MLP?

No existe una respuesta conclusiva en relación a este tema pero si se han hechos avances en algunas explicaciones.

- **LA TEORÍA DEL DECAIMIENTO:** Sentido común, olvidamos las cosas debido al paso del tiempo. Y es superada por otra teoría.

- **TEORÍA DE LA INTERFERENCIA:** Olvidamos en la medida que recibimos nueva información. Interferencia porque nuevos aprendizajes interfieren con los anteriores
- **¿Por qué olvidamos ciertas cosas y no otras? TEORÍA MOTIVACIONAL:** Postula que olvidamos para evitar ciertos recuerdos penosos, que provocarían malestar en nosotros. Teoría psicoanalítica que postula que la amnesia infantil (Olvidar todo lo que nos sucedió antes de los 5 o 6 años) obedecería a una motivación defensiva pues su recuerdo resulta productor de angustia. Hay otros teóricos que postulan que la amnesia infantil se debe simplemente a la inmadurez de las áreas cerebrales comprometidas con el almacenamiento de la memoria a largo plazo, que maduran justamente luego de los 5 años.

### **SI HAY UNA RELACIÓN ENTRE MEMORIA Y EMOCIONES.**

**HIPOCAMPO:** Estructura del cerebro de gran importancia para la memoria en general donde se almacena recuerdos emocionales impactantes. Pegado a la amígdala: vital para la formación de recuerdos emocionales.

## **INTELIGENCIA**

### **¿QUE ES?**

- ¿Qué habilidades implicarían a una persona inteligente? Anote las conductas que usted crea que reflejan inteligencia. ¿Qué conductas reflejan una falta de inteligencia para usted?

- Antes de explorar en esas respuestas consideremos la manera en que los psicólogos utilizan las palabras INTELIGENCIA, HABILIDAD, APTITUD.
- **HABILIDAD:** Una destreza que la gente realmente tiene y que no necesitaría un entrenamiento adicional.
- **APTITUD:** Es una habilidad potencial. Ejemplo: Alguien puede tener aptitud para tocar un instrumento pero todavía no posee la habilidad.
- **INTELIGENCIA:** Se refiere a la capacidad intelectual general de una persona. ¿Qué habilidades entran dentro de esta capacidad intelectual?

(Habilidades que se pueden mencionar de una persona inteligente: *Habilidades para la solución de problemas:* Tomar buenas decisiones, sentido común, muestra objetividad, es bueno para resolver problemas, planifica por anticipado, aborda los problemas de manera reflexiva.

*Habilidad o inteligencia verbal:* Vocabulario amplio, habla con fluidez, lee sobre una alta variedad de temas, alto y rápido grado de comprensión.

*Competencia Social/ inteligencia practica:* Aceptar a los otros como son, admite los errores, muestra interés en el mundo en general, piensa antes de hablar y actuar, es sensible a otros, empático. ESTO AL PRINCIPIO NO ERA MUY TOMADO EN CUENTA PARA EVALUAR LA INTELIGENCIA.

## **TEORÍAS DE LA INTELIGENCIA:**

Existen (antes prevalecían mucho mas) las teorías formales y tradicionales de la inteligencia y vamos a ver en que difieren de los conceptos contemporáneos de la inteligencia. Gran parte de la lucha por ponerse de acuerdo con este concepto ha tenido que ver con si la inteligencia es una aptitud o habilidad singular y general, o si está compuesta por muchas habilidades separadas y distintas.

### **Primeras teorías (teorías más tradicionales)**

**Spearman:** La inteligencia es algo general, “Como una especie de manantial, como un brote de energía mental que fluye hacia cada acción” Y que generalmente las personas que son brillantes en un área también lo van a ser en otras.

**Thurstone:** Inteligencia si comprende 7 habilidades mentales distintas: *Habilidad espacial, rapidez perceptual, habilidad numérica, significado verbal, memoria, fluidez verbal y razonamiento.* NO HAY NADA DEL COMPONENTE SOCIAL, EMOCIONAL, INTERPERSONAL.

La mayoría de las primeras pruebas de inteligencia que se empiezan a formular para medir la inteligencia surgen de esta teoría. Aquí vemos que era lo que daba lugar a que una persona tuviera un coeficiente alto o bajo de inteligencia.

### **Teorías contemporáneas**

**Stenberg:** Teoría triarquica de la inteligencia. La inteligencia humana abarca una amplia variedad de habilidades. Entre ellas se encuentran habilidades que influyen en nuestra efectividad en muchas áreas de la

vida, estas son tan importantes como las habilidades más limitadas que son evaluadas por las pruebas tradicionales de inteligencia. Inteligencia analítica: Procesos mentales enfatizados por la mayoría de las teorías de la inteligencia: Habilidad de aprender cómo hacer las cosas, adquirir nuevo conocimiento, resolver problemas. Pruebas de inteligencia evalúan esto. Inteligencia Creativa: Habilidad para ajustarse a nuevas tareas, usar nuevos conceptos, combinar información de manera novedosa, responder con eficacia a situaciones nuevas. Inteligencia practica: Son muy buenos para encontrar soluciones a problemas prácticos y personales, sacan partido de sus talentos, buscando situaciones que se adecuen a sus habilidades.

**Este teórico señala que aunque la inteligencia practica no se enseña en la escuela, en ocasiones es más importante porque es la que permite tener éxito en el mundo.**

**Entonces aquí es donde el campo de estudio empieza a reflexionar sobre ¿De qué me sirve puntuar altísimo en matemática, en aritmética y cosas así de complejas si ante una situación de frustración siento que me quiero morir y abandonar todo?**

**¿Qué implica ser alguien inteligente?**

**Teoría de las inteligencias múltiples de Garder:** Él también va a referir que existen muchas inteligencias separadas, independientes entre sí. *Lógico matemático, lingüístico, espacial, musical, cinestesica-corporal, interpersonal, intrapersonal y naturalista*. La cinestesica corporal tiene que ver con la habilidad que tiene una persona para manipular el cuerpo en el espacio. Ej: un atleta. Interpersonal: Habilidad para entender y

comunicarse con los demás. Intrapersonal: Buen conocimiento de uno mismo. Naturalista: Habilidad para relacionarse con el mundo natural.

**Este enfoque enfatiza las habilidades únicas que tiene cada persona. Las diferentes formas de inteligencia tienen un valor diferente en cada cultura.**

**El cree que la educación debería diseñarse para adecuarse al perfil de habilidades que cada niño demuestra.**

Y esta teoría fue muy influyente en la teoría más actual y novedosa de estos últimos tiempos.

### **TEORÍA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (DANIEL GOLEMAN)**

- Efectividad con que la gente percibe sus propias emociones y las de los demás.
- Eficacia con la que puede manejar su conducta emocional.
- A Goleman le intrigaba como personas con puntuaciones altas en Coeficiente Intelectual (CI) fracasaran en la vida, mientras que otras con habilidades intelectuales más modestas prosperaban. Las pruebas del CI no están diseñadas para considerar la competencia emocional de un individuo.
- *“Lo más brillantes entre nosotros pueden tambalearse en la vorágine de pasiones e impulsos desenfrenados; las personas con calificaciones elevadas de CI pueden ser pilotos sorprendentemente malos de sus vidas privadas” Goleman.*



- La inteligencia académica o el famoso CI poco tiene que ver con la vida emocional. Se puede ser muy inteligente para matemática y sacar notas altas en la escuela pero no ser capaz de controlar impulsos.
- En Argentina como en la mayoría de los países del mundo aumentan cada vez más los delitos, el consumo de drogas, la depresión infantojuvenil, suicidios. Se han registrado en los últimos años problemas sociales y de aislamiento, aumento de la ansiedad, problemas de atención, agresividad.
- Esta es una manifestación clara de que los niños y las familias están necesitando herramientas para afrontar situaciones más allá del conocimiento de matemática o historia que pudieran tener.
- Esto se debe a que la escuela, la cultura y por ende nosotros, nos hemos concentrado más en las habilidades académicas ignorando las habilidades emocionales. Enviamos a nuestros hijos a los mejores colegios, a que aprendan idiomas, deportes, instrumentos, sin enseñarles a discernir lo que les está pasando internamente y cómo manejarlo.
- El desarrollo de las habilidades emocionales va a favorecer el desarrollo de otras inteligencias. Porque cuando el niño se desarrolla en un ámbito donde prevalecen las características que voy a mencionar ahora, se va expandir su mente, aumenta la creatividad, las ganas de aprender, la atención. Ámbitos donde el niño no puede pensar mientras hace la tarea por los gritos que escucha de peleas entre sus padres, por la angustia de lo que le paso en la escuela y que no lo puede hablar porque no se estimula a un momento para hacerlo.

- 5 rasgos que hacen a la inteligencia emocional de un individuo:

**Conocimiento de las propias emociones:** Tener conciencia de lo que nos pasa por dentro, saber que estamos sintiendo en el momento que ocurre. Conocer lo que nos está pasando nos da la posibilidad de manejarlo, ignorarlos nos deja a merced de nuestros propios sentimientos.

**Manejo de las emociones:** Manejar nuestros sentimientos para que sean adecuados a nuestros objetivos y así ser funcionales.

**Control de impulsos/motivación:** Ordenar las emociones en pos de un objetivo mayor, esto implica postergar la gratificación y controlar la impulsividad. Esta capacidad favorecerá la vida en todos los aspectos.

**Reconocer las emociones de los demás:** Desarrollar empatía, la capacidad de saber lo que le está pasando al otro y lo que el otro necesita.

**Manejar las relaciones:** Ser sensible a las emociones de los demás y desarrollar relaciones saludables, esto influye en todas las áreas de la vida porque todo el tiempo estamos en contacto interpersonal.

TODO ESTO HACE QUE UNA PERSONA TENGA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

RESISTENCIA EN EL SISTEMA EDUCATIVO EN ALGUNAS PARTES.

- Algo muy interesante que va a decir Goleman: *“Los ambientes familiares pueden ayudar a potenciar unas inteligencias por sobre otras, dado los gustos y habilidades de los padres, pero lo importante es*

*exponer a los niños a diferentes estímulos, para que desarrollen sus potencialidades. Tampoco es bueno encasillarlos en un determinado tipo de inteligencia”*

## **PRUEBAS DE INTELIGENCIA**

Medidas de evaluación que se usan para determinar cuan inteligente es una persona, es un área que está muy en pugna hoy en día. Se puede llegar a decir que muchas pruebas se pueden utilizar para determinar un grado de inmadurez cognitivo pero para ¿determinar inteligencia?...Las teorías formales y tradicionales de la inteligencia son las que han dado forma a las pruebas que miden las capacidades mentales. Se usan para ayudar a evaluar las habilidades de millones de personas.

Las primeras y mayormente conocidas fueron:

**LA ESCALA DE INTELIGENCIA DE STANFORD-BINET.** Ellos fueron los que introdujeron el famoso concepto de CI para establecer un valor numérico de la inteligencia, asignando a la puntuación de 100 a una persona con inteligencia promedio. Pero para que vean las cuatro tipo de habilidades mentales que miden en esta escala: Razonamiento Verbal, Visual, cuantitativo y MCP.

## **ESCALA DE INTELIGENCIA DE WECHSLER: (WAIS)**

Es muy similar a la anterior pero este hombre sentía que la inteligencia adulta más que en las habilidades verbales está en el hecho de manejar situaciones en la vida, entonces el en su escala si agrega variantes. Mide las habilidades verbales (hay una respuesta verbal) peor agrega lo que

son de desempeño: Tareas no verbales de rutina como encontrar en una serie de imágenes la parte faltante, copiar patrones.

Como se observa están algo empobrecidas en lo que es vida emocional. Y tampoco sabemos que es algo que se pueda medir en una prueba de inteligencia. Si bien estas pruebas han sido y son en algunos aspectos confiables, validas. En las últimas décadas han sido sujetas a severas críticas

### CRITICAS A LAS PRUEBAS DE INTELIGENCIA:

- Miden un número muy limitado de habilidades. (Aptitud escolar y académico)
- *“Las pruebas de inteligencia miden con qué rapidez una persona puede solucionar problemas relativamente sin importancia cometiendo tan pocos errores como sea posible, en lugar de medir como aborda problemas relativamente importante (la vida misma) cometiendo tantos errores productivos como sea necesario y sin que el tiempo sea un factor condicionante a considerar”* Un crítico dice esto.
- Las pruebas de inteligencia lo que si realmente miden es la habilidad que la persona tiene para presentarse en pruebas. Porque muchas personas que buenos desempeños en CI, también la tienen en otras pruebas. Y esto tiene una correlación muy estrecha con el desempeño escolar que también dependen en base a pruebas.
- El contenido de esas pruebas y sus formas de aplicación discrimina a las minorías. **CULTURAL:** En lo que son las pruebas de inteligencia, algunas preguntas que hacen a niños tienen significados diferentes según su clase social. Ejemplo 1 ¿Qué debes hacer si te golpea un niño

más pequeño? Rta correcta: alejarme. Pero para un niño que vive en un ambiente donde la supervivencia depende de ser más fuerte y defenderte, la rta correcta para él va a ser “Devolverle el golpe”. Pero su puntuación va a ser 0. Hay pruebas que se consideran libres de cultura pero aun en ellas se pueden acentuar las diferencias culturales. Ejemplo 2: Se les presenta la figura de una cabeza a la que le falta la boca. Un grupo de niños asiático-americanos respondió diciendo que le faltaba el cuerpo. Para ellos la ausencia del cuerpo debajo de la cabeza era más notable que la ausencia de la boca.

- **USO DE LAS PRUEBAS DE LA INTELIGENCIA:** Alfred Binett creo las primeras pruebas para medir este CI y fue con la motivación de ayudar al sistema educativo francés a identificar a los estudiantes que necesitaban ser colocados en grupos especiales: “Lentos y retardados” “Famosos sobredotados”. Paradigma discriminatorio que en muchos lugares en estos tiempos se está confrontando con el paradigma de la inclusión y en algunas cosas esto ha ayudado mucho. Etiquetar a alguien como diferente lo autoexcluye y el niño que luego se convierte en una persona adulta dejar querer formar parte de la sociedad por todo el estigma social que debe acarrear. En los últimos tiempos por ejemplo las personas que padecen síndrome de Down estan en las mismas situaciones que lo que no tienen ninguna inmadurez mental y se han logrado desarrollar de una manera mucho más exitosa. Se han casado, hasta han tenido hijos y estudiado carreras universitarias. De la misma manera ocurre con los “sobredotados”, excluirlos, ponerlos en grupos diferentes, programas especiales para gente muy diferente muy pocas veces ayuda.

- **Tema Retardo mental/discapacidad mental, capacidades diferentes. Y uno de las últimas maneras de referirse es “personas con discapacidad”** LOS TIPOS RETARDO PUEDEN SER: LEVE, MODERADO, SEVERO, PROFUNDO. (Los últimos requieren cuidado constante, no han adquirido habilidades de habla ni de higiene mental).

Muchas veces no se identifican las causas pero cuando si pueden identificarse surgen de factores genéticos, ambientales, nutricionales (empieza en el vientre y el cerebro no tiene una buena maduración que se sigue acentuando si en los primeros veces hay esa falla) y otros factores de riesgo.

### **DETERMINACIÓN DE LA INTELIGENCIA**

**HERENCIA:** En lo que refiere a la investigación en lo que es herencia, se han centrado en los gemelos idénticos. Algunos criados juntos y otros criados en casas separadas. La correlación entre las puntuaciones de CI de los gemelos idénticos es muy alta lo que llevo a concluir que su determinancia genética era más poderosa que sus experiencias. Críticos: Muy pocos casos de gemelos idénticos separados al nacer. Suelen darse en adopción en hogares de condicionantes socioeconómicos similares, por lo tanto si están separados pero los ambientes donde se crían son similares.

**AMBIENTE:** Considerable evidencia de que el ambiente tiene una alta influencia en el desarrollo de la inteligencia. Aunque algunas capacidades mentales son heredadas, sin la estimulación necesaria no se desarrollara la inteligencia de un niño. Este hallazgo es importante



porque por ejemplo las familias de bajos ingresos no tienen acceso al tipo de recursos que están al alcance de otras familias. De manera significativa cuando se los coloca a niños en ambientes más estimulantes, estos niños muestran una mejoría en el nivel de inteligencia