



UTPL
La Universidad Católica de Loja

Vicerrectorado de Modalidad Abierta y a Distancia

Procesos Psicológicos Básicos II

Guía didáctica



Procesos Psicológicos Básicos II

Guía didáctica

Carrera

PAO Nivel

Psicología

II

Autores:

Víctor Manuel López Guerra

Reestructurada por:

María Dolores Arboleda Guerrero



Procesos Psicológicos Básicos II

Guía didáctica

Víctor Manuel López Guerra

Reestructurada por:

María Dolores Arboleda Guerrero

Diagramación y diseño digital

Ediloja Cía. Ltda.

Marcelino Champagnat s/n y París

edilojacialtda@ediloja.com.ec

www.ediloja.com.ec

ISBN digital -978-9942-25-694-2

Año de edición: abril, 2020

Edición: primera edición reestructurada en febrero 2025 (con un cambio del 50%)

Loja-Ecuador



Los contenidos de este trabajo están sujetos a una licencia internacional Creative Commons **Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0** (CC BY-NC-SA 4.0). Usted es libre de **Compartir – copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato. Adaptar – remezclar, transformar y construir a partir del material citando la fuente, bajo los siguientes términos: Reconocimiento- debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios.** Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciatante. **No Comercial-no puede hacer uso del material con propósitos comerciales. Compartir igual-Si remezcla, transforma o crea a partir del material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia del original.** No puede aplicar términos legales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Índice

1. Datos de información	9
1.1 Presentación de la asignatura.....	9
1.2 Competencias genéricas de la UTPL.....	9
1.3 Competencias del perfil profesional	9
1.4 Problemática que aborda la asignatura	9
2. Metodología de aprendizaje	11
3. Orientaciones didácticas por resultados de aprendizaje.....	12
Primer bimestre	12
 Resultado de aprendizaje 1:	12
 Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	12
 Semana 1	12
Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.....	12
1.1. Definición y taxonomía de la memoria	13
1.2. Medición de la memoria	16
1.3. El olvido.....	19
1.4. Memoria y cerebro	21
Actividades de aprendizaje recomendadas	22
Autoevaluación 1.....	24
 Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	26
 Semana 2	26
Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.....	26
1.5. Memoria declarativa y memoria de trabajo.....	27
1.6. Memoria semántica	28
1.7. Memoria episódica	29
Actividades de aprendizaje recomendadas	30
Autoevaluación 2.....	32
 Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	34
 Semana 3	34

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.....	34
1.8. Pensamiento	34
1.9. Imágenes	35
1.10. Conceptos	36
Actividades de aprendizaje recomendadas	37
Autoevaluación 3.....	38
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	40
Semana 4.....	40
Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.....	40
1.11. El lenguaje	41
1.12. Estructura del lenguaje	42
1.13. Lenguaje humano vs. animal	43
Actividades de aprendizaje recomendadas	44
Autoevaluación 4.....	45
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	47
Semana 5.....	47
Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.....	47
1.14. Resolución de problemas	47
1.15. Barreras de la resolución de problemas	49
Actividades de aprendizaje recomendadas	51
Autoevaluación 5.....	52
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	54
Semana 6.....	54
Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.....	54
1.16. Pensamiento creativo e intuitivo.....	54
1.17. Medición de la creatividad	56
1.18. Etapas de la creatividad	57
1.19. Psicología positiva: la personalidad creativa.....	58
1.20. Vivir de forma más creativa	59

1.21. Intuición	61
Actividades de aprendizaje recomendadas	61
Autoevaluación 6.....	62
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	64
Semana 7.....	64
Actividades finales del bimestre	64
Actividad de aprendizaje recomendada	65
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	66
Semana 8.....	66
Actividades finales del bimestre	66
Actividad de aprendizaje recomendada	68
Segundo bimestre.....	69
Resultado de aprendizaje 1:	69
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	69
Semana 9.....	69
Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.....	69
1.22. Inteligencia	70
1.23. Pruebas de inteligencia	71
1.24. Variaciones de inteligencia	71
1.25. Herencia y entorno	72
Actividades de aprendizaje recomendadas	73
Autoevaluación 7.....	74
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	75
Semana 10.....	75
Unidad 2. Motivación y emoción	75
2.1. Definición de motivación	76
2.2. Motivos biológicos.....	77
2.3. Motivos de estimulación	78
2.4. Teorías de la motivación.....	78

Actividades de aprendizaje recomendadas	79
Autoevaluación 8.....	80
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	81
Semana 11	81
Unidad 2. Motivación y emoción	81
2.5. Motivos aprendidos	81
2.6. Motivación intrínseca y extrínseca	82
Actividades de aprendizaje recomendadas	84
Autoevaluación 9.....	84
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	85
Semana 12	85
Unidad 2. Motivación y emoción	85
2.7. Definición de emoción y emociones primarias	86
2.8. Fisiología de la emoción.....	87
2.9. Expresión de las emociones.....	88
Actividades de aprendizaje recomendadas	89
Autoevaluación 10.....	90
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	91
Semana 13	91
Unidad 2. Motivación y emoción	91
2.10. Teorías de la emoción.....	92
Actividades de aprendizaje recomendadas	93
Autoevaluación 11.....	94
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	95
Semana 14	95
Unidad 3. Identificación de procesos psicológicos básicos en escenarios controlados y de experimentación.....	96
3.1. Práctica de los procesos de memoria en escenarios controlados....	96
3.2. Práctica de los procesos de creatividad en escenarios controlados	99

3.3. Práctica de los procesos de motivación en escenarios controlados	102
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	106
Semana 15.....	106
Actividades finales del bimestre	106
Actividad de aprendizaje recomendada	107
Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas.....	108
Semana 16.....	108
Actividades finales del bimestre	108
Actividad de aprendizaje recomendada	109
4. Autoevaluaciones	111
5. Referencias bibliográficas	124





1. Datos de información

1.1 Presentación de la asignatura



1.2 Competencias genéricas de la UTPL

- Comunicación oral y escrita.
- Pensamiento crítico y reflexivo.
- Trabajo en equipo.
- Comunicación en inglés.
- Comportamiento ético.
- Organización y planificación del tiempo.

1.3 Competencias del perfil profesional

Analiza problemas y necesidades biopsicosociales a nivel individual, grupal y social para cimentar el ejercicio profesional.

1.4 Problemática que aborda la asignatura

La asignatura de Procesos Psicológicos Básicos II proporciona una formación integral en los fenómenos psicológicos esenciales que explican la conducta. Al tratarse de una continuidad de la asignatura Procesos Psicológicos Básicos I, es fundamental que los estudiantes articulen los conocimientos adquiridos

previamente, de forma que les permita identificar y abordar necesidades biopsicosociales a nivel individual, grupal y social, en los diferentes contextos de actuación del psicólogo.





2. Metodología de aprendizaje

Para garantizar un proceso de enseñanza-aprendizaje ordenado y estructurado, en el que se logren alcanzar las competencias propuestas, la metodología con la que se abordará esta unidad será el Aprendizaje por Indagación, donde se coloca al estudiante en una posición que despierte su interés, conducido a que este se haga preguntas con respecto a la situación, fenómeno o problema y luego busque darle respuesta a través de la reflexión y el involucramiento. Utilizando esta metodología, el estudiante se interesará por aprender sobre los procesos psicológicos, atendiendo a las actividades que se le presentan, permitiendo esto, su comprensión acerca de los temas tratados.



3. Orientaciones didácticas por resultados de aprendizaje



Primer bimestre

Resultado de aprendizaje 1:

Conoce, comprende y diferencia los procesos psicológicos básicos de la mente humana, basándose en las diversas teorías y considerando los factores biológicos que subyacen en la conducta humana.

Estimados estudiantes, el resultado de aprendizaje antes mencionado los iniciará en el área de los fenómenos psicológicos esenciales, que permiten la explicación de la conducta y de los procesos mentales. En el primer bimestre, abordaremos temáticas como la memoria, el pensamiento, el lenguaje, la solución de problemas, el pensamiento creativo e intuitivo, las mismas que forman parte de la unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia.

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas

Recuerde revisar de manera paralela los contenidos con las actividades de aprendizaje recomendadas y actividades de aprendizaje evaluadas.



Semana 1

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia

Bienvenidos al fascinante mundo de la Psicología. Para iniciar con un repaso de la última unidad de Procesos Psicológicos Básicos I, es importante que se encuentre motivado y atento para que el proceso de aprendizaje sea exitoso y pueda desarrollar las competencias de la asignatura.

Específicamente, en la primera semana, abordaremos un proceso tan relevante para la vida cotidiana como lo es la memoria, temática que forma parte de la unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia. Partiremos con el estudio de su concepto y taxonomía, además de temas vinculantes como su medición, el olvido, sin dejar de mencionar hallazgos interesantes en materia de cerebro y memoria.

1.1. Definición y taxonomía de la memoria

Nos preguntamos en este momento: ¿qué será la memoria? Acaso, ¿un almacén de recuerdos?, o ¿un depósito de hechos?

Para introducir el tema, le invito a observar un video: [El factor humano: la memoria](#), en el cual se describen algunas ideas básicas del funcionamiento de la memoria y su relación con el comportamiento humano.

Luego de observar el video, ¿qué le pareció? Pudo notar los esquemas que muestran las taxonomías de la memoria y la importancia de la atención en la retención de información y su próximo paso a la memoria de corto plazo, así como la intervención de otros procesos como la codificación y recuperación para llegar a la memoria de largo plazo.

Bien, iniciamos. La memoria humana es uno de los fenómenos más complejos y para comprenderlo mejor, lo precisamos conceptualmente; Baddeley, Eysenck y Anderson (2009) la definen como un sistema activo que recibe, almacena, organiza, altera y recupera la información. Otros autores como León y Peña (2022) también establecen que la memoria es un proceso mental a través del cual se codifica, almacena y recupera gran cantidad de información, lo cual posibilita el registro de datos y acceso a ellos mediante un importante sistema de retención. En consecuencia, se destacan tres procesos o etapas fundamentales mientras la memoria opera: codificación, almacenamiento y recuperación, Santalla (2006).

Estos tres procesos permiten que el aprendizaje ocurra, como ya mencionamos, a partir de que la información sea analizada, procesada y retenida hasta lograr que la misma se consolide. Veamos de forma breve cada uno de ellos.

La codificación es el proceso inicial a través del cual se capta información por medio de los sentidos, ya sea de manera intencional o automática, con el fin de interpretarla y asignarle un significado, lo que facilita su posterior almacenamiento, es decir, esta información ya codificada se mantiene y se organiza de tal manera que pueda accederse a ella con mayor facilidad y, mientras va ingresando información, se podrá recodificar o ajustar a las representaciones ya almacenadas. Finalmente, dicha información se puede evocar o extraer de manera consciente o inconsciente para darle utilidad (Coon y Mitterer, 2016; Morales y Muñoz, 2012).

Ahora bien, la literatura refiere diversas taxonomías de la memoria, sin pretender ser exhaustivas en este momento. Se expondrá el modelo multialmacén de Atkinson y Shiffrin (1968), en la figura 1.

Figura 1

Componentes de la memoria



Nota. Adaptado de *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta* (p. 242), por D. Coon y J. Mitterer, 2016, Cengage Learning.

Como se habrá fijado en la imagen precedente, el modelo mencionado refiere que la memoria se encuentra constituida por tres componentes: memoria sensorial, memoria a corto plazo y memoria a largo plazo. Cada uno de ellos con sus particularidades y sistemas de almacenamiento.

Puntualicemos sobre la memoria sensorial, también denominada memoria inmediata, como aquella que tiene una capacidad ilimitada, pero de duración muy breve, puesto que se ocupa de mantener la información solo hasta recuperarla y codificarla en la memoria a corto plazo. Cabe destacar que es involuntaria, es decir, el ingreso de información es automático (Morales y Muñoz, 2012). Por ejemplo, pensemos cuando vemos un número de teléfono en nuestro celular, la imagen persistirá por un tiempo muy breve. En este caso, la información ha sido retenida para una acción inmediata.

Por otro lado, la memoria de corto plazo, a diferencia de la sensorial, tiene una capacidad limitada, dado que se encarga de almacenar pequeñas cantidades de información, pero también lo hace por unos pocos segundos. Además, la funcionalidad de este tipo de memoria permite, de manera consciente, interpretar y organizar la información para poder almacenarla en la memoria a largo plazo (Morales y Muñoz, 2012). Siguiendo el ejemplo anterior, decimos en voz alta el número de teléfono para repasarlo y hacer una llamada puntual. Si no lo repetimos varias veces, la memoria de corto plazo perderá esa información.

Y, finalmente, la memoria de largo plazo, se constituye en un repositorio relativamente permanente de la información significativa que, si bien, puede durar poco tiempo también puede permanecer archivada a lo largo de la vida (Coon y Mitterer, 2016; Morales y Muñoz, 2012). Según el ejemplo del número de teléfono, si este es un número importante de un amigo o familiar y lo hemos repasado varias veces o utilizado en varias ocasiones, pasará a la memoria de largo plazo y se constituirá en un aprendizaje por repetición.

Ahora se preguntará ¿Cómo se mide la memoria? ¿Por qué es importante? Y a continuación, lo descubriremos.

1.2. Medición de la memoria

Al tratar el tema de la memoria no podemos pasar por alto tópicos vinculantes a ella, como lo es su medición, lo cual cobra importancia cuando se presenta alguna dificultad al momento de recordar, reconocer o reaprender, que, dependiendo de la frecuencia, puede convertirse en un indicador de deterioro a nivel orgánico o un síntoma de algún trastorno psicológico.

Imagínese si le ponen a memorizar una serie de imágenes, como las que se indica a continuación, en la figura 2. Véalas una sola vez.



Figura 2

Serie de imágenes



Nota. Adaptado de Vectorportal.com. Free vectors with Creative Commons Attribution License. CC BY 4.0

¿Qué tal le ha parecido? ¿Fácil o difícil? ¿Las ha podido recordar o no le ha sido posible?

Con este ejercicio en el que pusimos a prueba el recuerdo de la información vamos entonces a ahondar en los métodos para evaluar la memoria, los autores Coon y Mitterer (2016) proponen tres métodos: El recuerdo o recuperación de información aprendida anteriormente, el reconocimiento de información o identificación de elementos aprendidos anteriormente y el reaprendizaje. Lo invito a revisar la figura 3 para ampliar el concepto de los mencionados métodos:

Figura 3

Medición de la memoria



Nota. Adaptado de *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta* (p. 251), por D. Coon y J. Mitterer, 2016, Cengage.

Interesante ¿verdad? Concluimos este subtema resumiendo que la memoria no es un proceso absoluto, pues los recuerdos pueden ser accesibles, como ya vimos, a través de la evocación, reconocimiento o el reaprendizaje. En el recuerdo, la información emerge sin ayuda externa. Algo que seguramente le pasó en el ejercicio de las imágenes, es el efecto de posición serial, en el que la ubicación de los elementos influyó en la recuperación de la información. Por otro lado, el reconocimiento le permitirá identificar la información correcta que ya ha aprendido con anterioridad. Y, finalmente, el reaprendizaje permite la identificación de conocimiento que creímos haber olvidado, pero que se puede recuperar con mayor facilidad cuando estamos expuestos nuevamente a dicha información.

Pasemos ahora a estudiar el olvido.

1.3. El olvido

Si entendemos que recordar es obtener, almacenar y evocar información entonces el proceso contrario lo denominamos olvidar, en este sentido Coon y Mitterer (2016) señalan que el olvido es la imposibilidad de hacer presente un recuerdo determinado de manera transitoria o definitiva.

Aunque la memoria a largo plazo tiene una capacidad infinita para almacenar información también puede suceder que se produzcan fallas en alguno de los procesos de codificación, almacenamiento o en la recuperación de la información, y también puede producirse el debilitamiento de un recuerdo por la falta de uso.

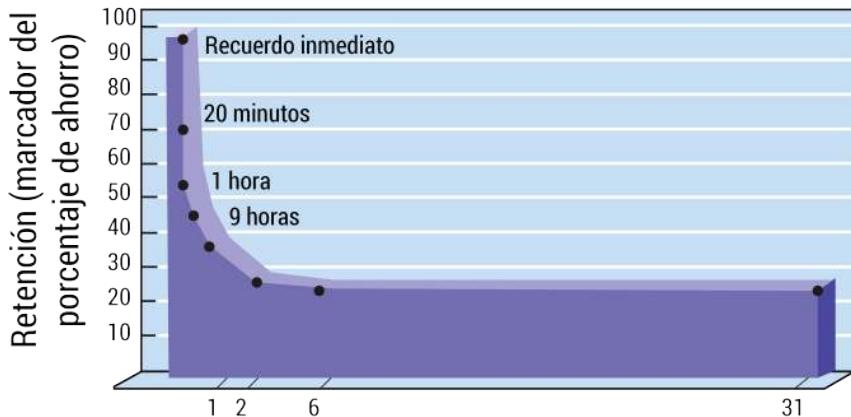
En este sentido, es importante aclarar que no se debe entender el olvido solo como una falla en el proceso, sino también como una función adaptativa, dado que no necesariamente debemos recordar toda la información que se procesa en la vida diaria. Imaginemos una computadora y que nuestra memoria se asemeja a ella, si ingresamos mucha información y la mantenemos almacenada, puede volverse lenta y reducir su rendimiento, pues lo mismo pasaría en nuestra memoria y, por ello, se va haciendo una “limpieza” de aquello que no necesitamos (León y Peña, 2022).

Para poder analizar de manera gráfica el olvido, revisemos la figura 4. Ebbinghaus propuso “la curva del olvido”, en la que se representa la retención de la información según el tiempo que ha transcurrido desde el momento del aprendizaje (Coon y Mitterer, 2016).



Figura 4

Curva del olvido



Nota. Adaptado de *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta* (p. 254), por D. Coon y J. Mitterer, 2016, Cengage Learning.

En esta figura se identifica la rapidez con la que la información se olvida; sin embargo, esto sucederá con información poco relevante, pues con información significativa el olvido no sucede tan rápido, en este caso la disminución gradual es más larga y lenta (Coon y Mitterer, 2016).

Ahora veamos uno a uno los procesos en los que la memoria falla. En relación con la codificación, para que el aprendizaje pueda realizarse de manera correcta, es imprescindible que la codificación de la información se lleve a cabo de manera efectiva. Si este proceso no se realiza adecuadamente, las siguientes fases no se producirán satisfactoriamente. Incluso si se produce una codificación adecuada puede dificultarse el almacenamiento de la información (Morales y Muñoz, 2012).

Respecto del almacenamiento, el olvido puede explicarse, en parte, por el desvanecimiento de los rastros de la memoria, por cambios en las células nerviosas o actividad cerebral. Aquello afecta principalmente a la memoria sensorial y a corto plazo. En relación con la memoria a largo plazo, los recuerdos que no son repasados o utilizados tienden a debilitarse y se pueden volver poco accesibles con el tiempo (Coon y Mitterer, 2016; Morales y Muñoz, 2012).

Y, por último, el olvido en la memoria a largo plazo puede atribuirse a fallos en la recuperación, incluso cuando la información ha sido codificada y almacenada de forma correcta. Dado que recordar requiere no solo la disponibilidad de los recuerdos, sino que se pueda acceder a ellos de manera efectiva, entonces si no se logra localizar o recuperar la información almacenada podemos explicar la razón del olvido (Coon y Mitterer, 2016).

Falta poco para finalizar la unidad ¿cómo se encuentra? Seguro muy motivado para continuar en este fascinante aprendizaje de la memoria.

Ahora veamos el área del cerebro donde ocurre este proceso tan interesante.

1.4. Memoria y cerebro

Aunque muchas partes del cerebro son responsables de la memoria, la investigación arroja que el hipocampo es particularmente importante (Sutherland et al., 2006). Este actúa a través de las conexiones neuronales. Es interesante saber que un daño producido en esta área del cerebro nos incapacitaría para consolidar nuevos recuerdos desarrollando lo que se conoce como amnesia anterógrada.

Como decíamos en el párrafo anterior, el cerebro está compuesto por diferentes regiones que cumplen funciones específicas en la memoria y el aprendizaje. Por ejemplo, el lóbulo temporal medial, que incluye estructuras como el hipocampo y las cortezas entorrinal, perirrinal y parahipocampal, es fundamental para procesar y consolidar información que podemos recordar conscientemente. Este sistema es clave para transformar experiencias en recuerdos explícitos, permitiendo que accedamos a ellos y los utilicemos cuando los necesitamos (Morales y Muñoz, 2012).

Para profundizar el tema será necesario que ocupe un tiempo para leer comprensivamente el capítulo “Bases neuroanatómicas del aprendizaje y la memoria” de Morales y Muñoz (2012), ahí encontrará las partes del cerebro



relacionadas con la memoria. Además, le interesará tener una mayor comprensión para su posterior puesta en práctica de todo aquello que puede hacer para mejorar la memoria.

Finalmente, para ampliar aspectos ya tratados en la unidad, le sugiero leer comprensivamente el artículo científico complementario, en el mismo se detalla la evolución de la clasificación de los sistemas de memoria que se han desarrollado en paralelo al conocimiento acerca del funcionamiento de los procesos mnésicos [Sistemas de memoria: histórica, clasificación y conceptos actuales](#) (Carrillo-Mora, 2010). Luego de leer el artículo, le parecerá interesante la evolución histórica de la investigación en el ámbito de la memoria hasta llegar a la comprensión de que está formada por una red compleja de subsistemas que trabajan en paralelo, cooperando e incluso compitiendo entre sí.

¿Cómo va hasta el momento?

¿Ha comprendido la temática?

Seguro que sí, entonces es momento de reforzar el aprendizaje adquirido hasta el momento a través de las actividades de aprendizaje recomendadas.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1

Estimado estudiante, para reforzar los conocimientos adquiridos durante la semana, le invito a desarrollar el siguiente crucigrama.

[Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia: memoria](#)

Actividad 2



Estimados estudiantes, les invito a elaborar un ejemplo de la memoria sensorial, de corto y largo plazo, según el contenido estudiado. Esto les ayudará a reforzar el aprendizaje de los temas y prepararse para las próximas evaluaciones.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, revisando el texto Psicología del aprendizaje y la memoria, de León y Peña (2022), en el capítulo 6: Memorias sensoriales y memoria a corto plazo; y en el capítulo 7: Memoria a largo plazo. Puede consultar también otras fuentes bibliográficas de rigor científico en la [biblioteca virtual UTPL](#), según considere pertinente.
- Resalte las ideas principales, anote los aspectos relevantes.
- Elabore un solo ejemplo de la memoria sensorial, de corto y largo plazo, siguiendo las definiciones esenciales de cada uno de los contenidos.

Actividad 3

Estimado estudiante, le invito a redactar una definición de memoria con sus propias palabras, con la finalidad de hacer significativo su aprendizaje.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema: Introducción a la psicología de la memoria, revisando el texto Psicología del aprendizaje y la memoria, de León y Peña (2022) y en su guía didáctica. Puede consultar también otras fuentes bibliográficas de rigor científico en la [biblioteca virtual UTPL](#), según considere pertinente.
- Resalte las ideas principales, anote los aspectos relevantes y conéctelo con su propio bagaje de ideas y experiencias previas sobre la memoria.
- Redacte una definición utilizando sus propias palabras.

Nota. Conteste las actividades en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.



Actividad 4



Estimado estudiante, una vez estudiada la unidad, le invitamos a resolver la siguiente autoevaluación. La misma no tiene un valor en la calificación final; sin embargo, le será útil para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presenta una serie de preguntas con tres opciones de respuestas. Seleccione, la que considere correcta.



¡Recuerde leer atentamente!



Autoevaluación 1

Recuerde leer atentamente.

1. La codificación, el almacenamiento y la recuperación, son:
 - a. Métodos de medición
 - b. Procesos de la memoria
 - c. Etapas de la memoria

2. El proceso mediante el cual las personas localizan el material previamente almacenado y lo extraen para dar respuesta a una circunstancia determinada, se denomina:
 - a. Recuperación
 - b. Almacenamiento
 - c. Codificación

3. El modelo multalmacén (AS, MCP, MLP) es propuesto por:
 - a. Ebbinghaus y Miller
 - b. Tulving y Baddley
 - c. Atkinson y Shiffrin

4. La información se mantiene en ella solo por uno o dos segundos en la memoria



- a. a corto plazo
- b. a largo plazo
- c. sensorial

5. Los recuerdos a largo plazo se codifican con base en:



- a. Los sonidos.
- b. Las imágenes.
- c. El significado

6. El recuerdo, el reconocimiento y el reaprendizaje, son:



- a. Método para medir la memoria
- b. Formas de aprender
- c. Componentes de la memoria

7. El olvido se da cuando la información no fue almacenada adecuadamente, es decir, y esto puede suceder cuando los datos no se llegan a aprender, esto hace referencia a fallas en:



- a. Almacenamiento.
- b. Recuperación.
- c. Codificación.

8. En el cerebro, la consolidación de la memoria se lleva a cabo en:

- a. Amígdala.
- b. Hipocampo.
- c. Neuronas.

9. Si no se consolidan los recuerdos a largo plazo, se pueden destruir y producir lo que se conoce como:

- a. Amnesia Anterógrada
- b. Amnesia Retrograda

c. Amnesia Postraumática

10. A los sistemas auxiliares de la memoria se les conoce como

- a. mnemotecnia
- b. Codificación
- c. Recuerdo

[Ir al solucionario](#)



Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 2

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia

Continuaremos, estimado estudiante, explorando el apasionante mundo de la cognición, el lenguaje, la creatividad y la inteligencia: memoria; conceptos que ya comenzamos a abordar en la semana 1.



Sin embargo, en esta ocasión, profundizaremos en los tipos de memoria a largo plazo, centrándonos en la memoria declarativa y sus dos formas principales: la memoria semántica, relacionada con el conocimiento general, y la memoria episódica, que nos permite recordar experiencias personales.

Prepárense para seguir descubriendo cómo nuestra mente organiza y almacena la información que nos define y conecta con el mundo.

Espero que este tema le parezca interesante, pues vamos a revisarlo a continuación con mayor detenimiento.

1.5. Memoria declarativa y memoria de trabajo

Conozcamos un poco más de la memoria declarativa y la razón de su asociación con la memoria del trabajo. Veamos qué dicen los autores y la literatura al respecto.

Cuando hablamos de la memoria declarativa, también conocida como explícita, nos referimos a una parte de la memoria a largo plazo. En esta se incluye información real específica, es decir, almacena hechos, lugares, fechas, nombres, entre otros. Se usa este tipo de memoria para expresar lo que conocemos, ya sea en palabras o símbolos. Por ejemplo, cuando recordamos que el sol es una estrella o que el Everest es la montaña más alta, estamos usando la memoria declarativa (Coon y Mitterer, 2016).

Algo muy interesante de la memoria declarativa es que nos permite aprender una gran cantidad de información, a veces de manera rápida, sobre todo si la experiencia es intensa. Además, la información almacenada es flexible, lo que quiere decir que se la puede utilizar de diferentes maneras y en diferentes situaciones, aunque no sea exactamente como la aprendimos (Morales y Muñoz, 2012).

A diferencia de la memoria implícita o procedural que comprende hábitos automáticos e inconscientes, la memoria declarativa o explícita, abarca recuerdos deliberados y conscientes, sobre el mundo o las experiencias personales, fáciles de declarar verbalmente o por escrito (Morgado, 2005).

Algunas de las características de la memoria explícita son su capacidad limitada y su tendencia a ser lenta. La memoria declarativa implica el acceso a la memoria de trabajo (Evans, 2008).

Consecuentemente, para comprender mejor la memoria explícita, es necesario explicar la memoria de trabajo, cuya función es asistir las tareas de razonamiento, la planificación de las acciones futuras o la comprensión de mensajes lingüísticos.



Baddeley y Hitch (1974) proponen que la memoria de trabajo es un sistema constituido por tres componentes: componente ejecutivo o procesador central, bucle articulado o retén fonético y pizarra o agenda viso-espacial; posteriormente este modelo es revisado por Baddeley (2003) y añade otro subsistema de almacenamiento a corto plazo denominado regulador episódico.

Ahora bien, al centrarnos en los tipos de memoria declarativa, como habíamos mencionado antes, encontramos dos sistemas principales que desempeñan roles distintos pero complementarios en el almacenamiento de información. Estas son la memoria episódica y la memoria semántica, cada una encargada de guardar diferentes tipos de conocimiento.

La memoria episódica nos permite recordar experiencias personales y eventos específicos de nuestra vida, como un cumpleaños o un día especial, lo que nos da la capacidad de revivir esos momentos pasados. En cambio, la memoria semántica se ocupa de almacenar el conocimiento general, como hechos, conceptos y habilidades que aprendemos a lo largo del tiempo, sin necesidad de asociarlos a un momento específico. Aunque ambas están interconectadas, la memoria semántica tiende a ser más duradera y menos susceptible al olvido, mientras que los recuerdos episódicos pueden desvanecerse con el tiempo si no son reforzados (León y Peña, 2022; Coon y Mitterer, 2016).

Seguidamente, estudiaremos cada uno de los tipos de memoria declarativa con mayor detenimiento.

1.6. Memoria semántica

Para ampliar la conceptualización de la memoria semántica, recurriremos a Martin y Chao (2001) quienes señalan que la misma hace referencia a la información almacenada que tienen los sujetos sobre las características y los atributos que permiten definir los objetos, incluyendo los procesos que permiten recuperar de un modo eficiente el contenido, para posteriormente ser usado por el pensamiento y el lenguaje. Además de esto, como ya habíamos



mencionado de forma previa, esta memoria se encuentra relacionada con todo el conocimiento acerca de lo que sabemos del mundo, el ambiente, las categorías, el lenguaje y el metaconocimiento.

Lo que caracteriza a la memoria semántica es que es abstracta y relacional. No se vincula con vivencias propias, tiene que ver con la comprensión de los hechos y los significados. Siguiendo a Sola (2013), "esta memoria no hace referencia solo a palabras o frases concretas, sino también, y principalmente, a estructuras de información y conocimientos superiores que ayudan a configurar la memoria desde una concepción constructivista" (p. 305).

Es momento de que conozcamos los modelos que intentan explicar la memoria semántica. ¡Continúe atento!

Son diversos los modelos que explican cómo se organiza y se recupera la información en la memoria semántica. En este caso, nos enfocaremos en revisar solo dos: el de redes y el de comparación de rasgos.

El primer modelo mencionado propone que la memoria semántica está constituida por representaciones mentales de conceptos organizados de forma jerárquica. El segundo modelo, de comparación de rasgos, por su parte, señala que los conceptos se almacenan como conjuntos de atributos y se recupera la información mediante la comparación de los de rasgos que representan los diversos conceptos.

Es momento de avanzar hasta el último tema que abordaremos en esta semana. Este se refiere a la memoria episódica.

1.7. Memoria episódica

La memoria episódica se utiliza para codificar y almacenar experiencias del ámbito personal. Se relaciona con la recuperación consciente de hechos y eventos del pasado, ocurridos en un tiempo específico. Como lo señalan Coon y Mitterer (2016), la memoria episódica es un registro autobiográfico de experiencias. En este almacenamiento de episodios se destaca el qué, dónde y cuándo.

Para profundizar en el tema, le invito a leer el texto de Peña y Cañoto (2016), introducción a la Psicología General, en el mismo se encuentra, además de la definición, las características, anatomía funcional y la evolución de la investigación en el tema. También podrá ampliar la información del modelo de funcionamiento de la memoria de trabajo abordado en esta unidad, en el artículo de Carrillo-Mora (2010), denominado "[Sistemas de memoria: reseña histórica, clasificación y conceptos actuales. Segunda parte: Sistemas de memoria de largo plazo: Memoria episódica, sistema de la memoria no declarativa y memoria de trabajo](#)".

¿Qué le pareció? En el artículo se pudo constatar la forma en que ha evolucionado el estudio del tema hasta llegar a una clasificación aceptada de la memoria a largo plazo en declarativa (semántica y episódica) y la no declarativa, el papel del lóbulo temporal en el proceso de la memoria y la memoria de trabajo en todo el proceso.

Hemos llegado al final de la semana 2 y es importante que realice las actividades recomendadas y la autoevaluación que le permitirá repasar los temas de estudio.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1.

Estimado estudiante, le sugiero dibujar un mapa mental para la memoria semántica y episódica, para reforzar el conocimiento adquirido sobre el tema.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, revisando el texto *Psicología del aprendizaje y la memoria*, de León y Peña (2022), en el capítulo 5.
- Resalte las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Ubique imágenes relacionadas con el tema.

- Elabore el mapa mental con las imágenes relacionadas con los contenidos.

Actividad 2.

Estimado estudiante, le invito a elaborar un cuadro comparativo de la memoria semántica y episódica, con ejemplos para cada tipo de memoria declarativa, con el fin de que refuerce el conocimiento y comprenda las diferencias entre cada una de ellas.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, revisando el texto Psicología del aprendizaje y la memoria, de León y Peña (2022), en el capítulo 8.
- Resalte las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Elabore el cuadro comparativo con las características fundamentales de cada una, de la memoria episódica y semántica.

Nota. Conteste las actividades en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.

Actividad 3.

Recuerde que la autoevaluación es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con tres opciones de respuestas. Seleccione la que considere correcta.





Autoevaluación 2

Recuerde que la autoevaluación permite verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con cuatro opciones de respuestas. Marque con una “x”, la correcta:

1. La memoria declarativa es parte de:

- a. MCP
- b. MAS
- c. MLP

2. La memoria semántica y episódica pertenecen a la división de la memoria:

- a. De trabajo.
- b. Declarativa.
- c. Procedimental.

3. La memoria semántica:

- a. Codifica y guarda información solo sobre los datos de la lengua que hablamos
- b. Recupera únicamente códigos matemáticos y lógicos
- c. Se relaciona con la información que tienen los sujetos sobre las características y los atributos de los objetos, entre otras.

4. La memoria que no se relaciona con vivencias propias es la:

- a. Episódica
- b. Autobiográfica
- c. Semántica

5. Es uno de los modelos más importantes de la memoria semántica:

- a. Multialmacén

- b. De procesamiento
c. De redes.
6. La memoria semántica se encuentra constituida por representaciones mentales de distintos conceptos organizados jerárquicamente, es una concepción del modelo de:
- a. Redes
 - b. Multialmacén
 - c. Memoria
7. Los conceptos se almacenan como conjuntos de atributos y rasgos, es un supuesto general de el:
- a. Procesamiento de información
 - b. Modelo de comparación de rasgos
 - c. Modelo de redes
8. La memoria episódica:
- a. Se relaciona con información impersonal
 - b. Codifica y almacena experiencias personales
 - c. Se asocia con significados externos
9. La memoria episódica:
- a. Es de carácter atemporal
 - b. Funciona a nivel inconsciente
 - c. Es temporal, a nivel consciente.
10. La memoria declarativa se diferencia de la procedimental por:
- a. La memoria declarativa almacena hechos y la memoria procedimental habilidades
 - b. La memoria declarativa registra valores numéricos y la procedimental el lenguaje.



- c. Cada tipo de memoria declarativa es semántica y la procedural episódica

[Ir al solucionario](#)



Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 3

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia

Bienvenido a la tercera semana, en la que continuaremos explorando el tema “Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia”. De manera específica abordaremos el pensamiento y tópicos relacionados, como lo son las imágenes mentales, los conceptos y cómo se forman.

Mantenga su motivación alta para que el aprendizaje sea significativo y aprovechemos al máximo esta unidad.

¡Iniciamos con la revisión!

1.8. Pensamiento

La cognición es el proceso mental que usamos para manejar la información. Esto incluye resolver problemas, razonar, imaginar situaciones, entre otros procesos. En pocas palabras, pensar es crear una idea mental sobre algo que queremos entender o resolver. Para hacerlo, utilizamos la atención, la memoria, la intuición y la toma de decisiones. Más adelante aprenderemos sobre estos procesos y su importancia para entender cómo funciona nuestra mente.

Comencemos por lo que se conoce como pensamiento, el cual es concebido como la formación de conceptos y razonamientos para llegar a conclusiones; es una actividad mental que involucra la manipulación interna de los diversos

rasgos del mundo externo. Entendemos por razonamiento una actividad mental por medio de la cual transformamos la información disponible para llegar a conclusiones acerca del mundo (Coon y Mitterer, 2016).

Las unidades básicas involucradas con el pensamiento son: las imágenes, los conceptos y el lenguaje.

En esta unidad en particular trataremos las imágenes y conceptos; el lenguaje será abordado en la siguiente semana.



Para ampliar el tema, puede apoyarse en el texto Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y a la conducta, de Coon y Mitterer (2016), situándose en el capítulo 8.

Avancemos en lo que corresponde a las imágenes.

1.9. Imágenes

Imagínese que está pensando en su lugar favorito. ¿Ve el color del cielo, las formas de las nubes?, ¿escucha el sonido del viento entre los árboles?, ¿siente la suave arena bajo sus pies? ¡Eso es una imagen mental!

Para definir las imágenes mentales, tomaremos como referencia a Ocanto (2009), quien señala que son una representación de origen perceptivo o del recuerdo de una experiencia que puede haber sido imaginada o vivida. Constituye un producto sensorial y perceptivo del cerebro, representado en la mente y caracterizado por la variedad de formas, colores o temáticas.

En consonancia con la definición de Ocanto, Coon y Mitterer (2016) proponen que las imágenes mentales son como películas que proyectamos en nuestra mente. No solo vemos cosas, sino que también podemos sentir, oír, oler y saborear. Son muy útiles para tomar decisiones, resolver problemas, cambiar nuestros sentimientos, mejorar nuestras habilidades y recordar cosas. Por ejemplo, si quiere aprender a nadar, puede visualizarse flotando en el agua.

Usted puede preguntarse en este momento: ¿para qué sirven las imágenes mentales?, ¿qué función tienen?

Se sorprenderá de la cantidad de usos que tienen las imágenes mentales, como se mencionó al inicio del tema. Se destacan: la toma de decisiones cotidianas, resolución de problemas, cambios de sentimientos, mejoramiento de habilidad y la memoria.



Para complementar este tema tan interesante, le invitamos a ver el video: [¿Qué es la sinestesia?](#) En el mismo podrá conocer cómo perciben el mundo las personas que tienen esta condición.

Interesante, ¿cierto? Es sorprendente cómo músicos reconocidos como Liszt, eran capaces de ver colores en tonos musicales. La sinestesia es una percepción donde intervienen varios sentidos.

El texto Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta, de Coon y Mitterer (2016) le ayudará a profundizar en este tema tan interesante, específicamente puede revisar el capítulo 8, poniendo especial atención a las figuras que muestran cómo se forman las imágenes en el cerebro, y la información concerniente a los procesos a través de los cuales se forman los conceptos y su uso para la resolución de problemas.

Ahora, ya para finalizar la unidad, abordaremos el tema de los conceptos.

¡Manténgase atento!

1.10. Conceptos

Un concepto es una unidad cognitiva que se asocia con el significado. Un contenido mental que puede definirse como una unidad de conocimiento. Coon y Mitterer (2016) puntualizan el concepto como una idea que representa una categoría de objetos o acontecimientos. Los conceptos nos ayudan a identificar características importantes del mundo. La formación de conceptos es un proceso de clasificar la información como significativa.

Existen distintos tipos de conceptos: los conjuntivos, relacionales y disyuntivos. Veamos a continuación de qué se trata cada uno de ellos, según lo expuesto por los autores Coon y Mitterer (2016).

Los conceptos conjuntivos requieren la presencia de múltiples características para que algo pertenezca a una categoría. Por ejemplo, un triángulo necesita tres lados y tres ángulos; caso contrario, ya no sería dicha figura geométrica. Como vemos, todas las características son necesarias, dado que, si falta una, el objeto no encaja en la categoría.

Por otro lado, los conceptos relacionales se basan en la relación entre objetos o características, por ejemplo, “hermano” implica una relación familiar específica. Describen cómo se relacionan las cosas, puesto que expresan posición, tamaño, comparación, etc. Por lo tanto, pueden involucrar comparaciones, relaciones espaciales, temporales, etc.

Finalmente, los conceptos disyuntivos permiten que un elemento tenga una o varias características posibles. Por ejemplo, un vehículo puede ser un coche o una moto. No es necesario que todas las características se cumplan.

Estos conceptos son fundamentales para organizar nuestro conocimiento, razonar y aprender. Influyen en cómo clasificamos el mundo y cómo resolvemos problemas. Por ejemplo, al buscar un nuevo teléfono, utilizamos conceptos conjuntivos (características que debe tener), relacionales (comparaciones) y disyuntivos (opciones).

Hemos finalizado la unidad, aproveche las actividades recomendadas y la autoevaluación para consolidar sus conocimientos.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a elaborar una autobiografía visual con la finalidad de consolidar su conocimiento.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema de pensamiento, imágenes y conceptos, revisando el texto *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016) en el capítulo 8.
- Resalte las ideas principales, anote palabras relevantes y ubique imágenes relacionadas.
- Cree una línea del tiempo visual de su vida, utilizando imágenes y palabras clave para representar los eventos más importantes.
- Para elaborar la actividad puede emplear aplicaciones como canva, genially o puede hacerlo tipo collage.

Actividad 2

A continuación, se presenta la autoevaluación 3, en la que se abordan una serie de preguntas con tres opciones de respuesta. Seleccione la que considere correcta. Recuerde que esta actividad reforzará sus conocimientos del tema.



Autoevaluación 3

Tenga presente que la autoevaluación, es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se presentan una serie de preguntas con cuatro opciones de respuestas. Marque con una “x”, la que considere correcta:

1. Una representación de origen perceptivo o del recuerdo de una experiencia que puede haber sido imaginada o vivida. Constituye un producto sensorial y perceptivo del cerebro, representado en la mente, se refiere a:
 - a. Un recuerdo
 - b. Un pensamiento
 - c. Una imagen mental

2. Las unidades básicas del pensamiento son:

- a. Concepto, imágenes mentales y lenguaje
- b. Prototipos, características e imágenes mentales
- c. Lenguaje, reglas conceptuales y prototipos.



3. La toma de decisiones y resolución de problemas son dos usos que le podemos dar a:

- a. Las reglas conceptuales.
- b. Las imágenes mentales.
- c. Los significados connotativos.



4. Es una unidad cognitiva que se asocia con el significado, un contenido mental que puede definirse como una unidad de conocimiento:

- a. Un concepto
- b. Un prototipo
- c. Una característica



5. Representación mental que tiene cualidades parecidas a una fotografía. Se refiere a:

- a. Una foto
- b. Un prototipo
- c. Una imagen



6. Las reglas conceptuales y los prototipos, explican la

- a. Sintaxis gramatical
- b. Formación de conceptos
- c. Formación de características



7. Los tipos de conceptos son:

- a. Conyuntivos, inductivos, genéricos
- b. Disyuntivos, específicos, prototipos
- c. Conjuntivos, relacionales y disyuntivos

8. Experimentar un sentido en términos que normalmente se asocian con otro sentido se conoce como:

- a. Imagen
- b. Amnesia
- c. Sinestesia



9. Aquel significado personal y emocional que se puede medir a través del diferencial semántico:

- a. Denotativo.
- b. Connotativo.
- c. Disyuntivo.



10. Las imágenes que se usan para representar movimientos y acciones se les denomina:

- a. Prototipos
- b. Kinestésicas
- c. Conceptos



[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 4

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia

Le saludo cordialmente al tiempo que le anuncio que este recorrido de aprendizaje está arribando a la semana 4, donde continuamos abordando la temática “cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia”, y de forma específica, en esta ocasión, trataremos un tópico sumamente interesante para usted como lo es el lenguaje, particularmente revisaremos lo concerniente a la estructura del idioma y el debate en torno del lenguaje en los animales.



Para introducirnos, le resultará interesante ver el siguiente video [¿cómo nos sirve el lenguaje hoy en día?](#) En el mismo usted podrá observar la importancia del lenguaje tanto a nivel individual como colectivo.

¿Qué le pareció? Después de ver el video, quizá pudo resaltar que el lenguaje es un proceso que permite vivir en sociedad y comunicarnos, percibir y entender la realidad y, además, nos distingue como humanos.

Ahora veamos qué dice la literatura acerca de este tema tan importante.

1.11. El lenguaje

De los fenómenos psicológicos, el lenguaje resalta porque no solo es un proceso individual, sino que nos permite expresarnos y comprender a los otros. Vendría a representar un puente entre las personas.

El lenguaje humano es un sistema de comunicación que se da por medio de sonidos, símbolos, gráficos o gestos que poseen un significado compartido en la sociedad, siempre siguiendo un conjunto de normas (Sonderegger, 1998). Por su lado, Barrera y Fraca (1999) expresan que se trata de una capacidad de los humanos que da la oportunidad de formar actos comunicativos, por medio del uso de sistemas codificados complejos.

Piense en este momento que el lenguaje es como un edificio; los cimientos son nuestros órganos (oído, boca, cerebro) que nos permiten hablar y escuchar (nivel fisiológico). La estructura del edificio es la gramática y el vocabulario (nivel lingüístico). Los habitantes del edificio son nuestros pensamientos y sentimientos (nivel cognitivo). Cuando escucha una palabra, las ondas sonoras viajan por su oído hasta su cerebro (nivel fisiológico). Cuando dice “El perro corre”, está usando reglas gramaticales (nivel lingüístico). Y cuando piensa en un perro, está creando una imagen mental (nivel cognitivo) (Morales y Muñoz, 2012).

En definitiva, el lenguaje es una habilidad compleja que involucra diferentes niveles de análisis, desde los sonidos hasta los pensamientos.

Es momento de que estudiemos las dimensiones y cómo se estructura el lenguaje.

1.12. Estructura del lenguaje

Según Crespo (1998), existen tres dimensiones básicas del lenguaje que son: estructural, funcional y comportamental.

Imagine que el lenguaje es como un juego de construcción. Tenemos bloques de diferentes formas y tamaños (sonidos), y reglas específicas sobre cómo encazarlos (gramática). Con estos bloques y reglas, podemos construir infinitas estructuras (oraciones).

Como pudo revisar en el ejemplo anterior, para que se pueda crear el lenguaje este debe estructurarse a través de unidades de sonidos básicos llamados fonemas y morfemas, además de contar con reglas que permitan transformar los sonidos en palabras y frases, en el habla y escritura es lo que conocemos como gramática.

Vamos a revisar con mayor detalle los niveles de descripción del sistema lingüístico, según Morales y Muñoz (2012):

- **La fonología**, tal como veíamos en los párrafos anteriores, hace referencia a los sonidos del lenguaje, los cuales son como las letras del alfabeto, pero en el lenguaje hablado. Cada idioma tiene sus propios sonidos y combinaciones. Por ejemplo, en español no existe el sonido “th” como en inglés.
- **La morfología** indica cómo formamos las palabras. Son las reglas para unir los sonidos y crear palabras con significado. Por ejemplo, al agregar “-s” al final de un sustantivo, indicamos que hay más de uno.
- Respecto del **léxico** y la **semántica** el léxico es el conjunto de palabras de un idioma, y la semántica estudia el significado de esas palabras. Es como un diccionario gigante que nos dice qué significa cada palabra.

- La **sintaxis** corresponde al orden de las palabras. Son las reglas que determinan cómo se organizan las palabras en una oración. Por ejemplo, en español, el adjetivo suele ir antes del sustantivo (un libro rojo), mientras que en inglés va después (a red book).
- Finalmente, la **pragmática** abarca las reglas sobre cómo usar el lenguaje en diferentes situaciones sociales. Por ejemplo, la forma en que hablamos a un amigo es distinta a cómo le hablamos a un profesor.

Es importante destacar que todas las lenguas comparten ciertas características, tales como tener reglas y estructuras organizadas, los sonidos y las palabras representan ideas y conceptos, hay un orden y una lógica en la forma en que se usan; y podemos crear infinitas combinaciones de palabras y oraciones (Morales y Muñoz, 2012).



Puede profundizar en el tema consultando el texto *Fundamentos Del Aprendizaje y Del Lenguaje*, de Morales y Muñoz (2012), en el capítulo 3, bases cognitivas del lenguaje, pues encontrará material interesante que le permitirá ahondar en la estructura del lenguaje.

1.13. Lenguaje humano vs. animal

¿Los animales usan el lenguaje?

Esto ha sido motivo de debate entre los teóricos en la materia.

En cuanto a la comunicación animal, Martínez (2003) la define como "el tipo de interacción en el que la información transmitida por un animal o grupo de animales afecta el comportamiento de los otros animales. Este intercambio puede darse a través de una señal, como una expresión facial" (p.31).

Es evidente que los animales se comunican. Los sonidos que emiten envían diversos mensajes entre la misma especie, pero ¿podemos considerar esto como lenguaje? Existen estudios sobre el lenguaje en animales sobre todo con chimpancés a los que se le ha enseñado un lenguaje similar al de señas, lo que

ha llevado a pensar que son capaces de usar lenguaje muy básico, sin embargo, los expertos en materia de lingüística piensan que la comunicación animal carece de la calidad de producción del humano, como el uso de la gramática y, por tanto, dudan de que realmente puedan usar el lenguaje.



Como se ha recomendado hasta ahora, puede ampliar la información en la bibliografía citada de Coon y Mitterer (2016), pues allí encontrará más sobre los experimentos tratando de enseñar el lenguaje a chimpancés y cómo resultaron.

Ya finalizamos este fascinante tema de estudio. ¿Qué le pareció?

Recuerde repasar los contenidos, de esta forma garantizará el éxito en sus actividades evaluadas. Por ahora le sugiero hacer las actividades recomendadas y la autoevaluación de la unidad.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a realizar un mapa conceptual de la estructura del lenguaje, con la finalidad de fijar el conocimiento adquirido.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, en el libro de *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), situándose en el capítulo 8. También podrá ampliar la información en el libro *Fundamentos Del Aprendizaje y Del Lenguaje*, de Morales y Muñoz (2012). Encontrará material interesante que le permitirá ahondar en la estructura del lenguaje.
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Elabore el mapa conceptual con las características fundamentales de cada elemento.

- Puede elaborar dicho mapa en su cuaderno de apuntes, en aplicaciones como genially, CANVA, entre otras.

Actividad 2

Recuerde que la autoevaluación es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con tres opciones de respuestas. Seleccione la que considere correcta.



Autoevaluación 4

Recuerde que la autoevaluación es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con cuatro opciones de respuestas. Marque con una “x”, la correcta:

1. Son dimensiones del lenguaje:

- a. La sintaxis, el comportamiento y la morfología
- b. Estructural, funcional y comportamental
- c. Morfema, comunicación y habla

2. Capacidad para comunicarse a partir de un conjunto de signos y símbolos:

- a. El lenguaje
- b. El habla
- c. La lengua

3. Los Fonemas y Morfemas son unidades de sonidos básicas del:

- a. Pensamiento.
- b. Memoria.
- c. Lenguaje.



4. Al conjunto de reglas para combinar las unidades lingüísticas en el habla o la escritura significativa. los sonidos en palabras y frases se le llama:



- a. Nemotecnia
- b. Gramática.
- c. Heurística.

5. Si hablamos de las unidades significativas más pequeñas en una lengua, como sílabas o palabras nos referimos a:



- a. Fonemas.
- b. Sintaxis.
- c. Morfemas.

6. Parte de la gramática que sirve para ordenar las palabras al formar frases:



- a. Sintaxis.
- b. Morfema.
- c. Fonema.

7. A un sonido básico del habla se le denomina.



- a. Morfema.
- b. Fonema.
- c. Gramática.

8. Al estudio del significado de las palabras y el lenguaje se le denomina como:

- a. Gramática.
- b. Sintaxis.
- c. Semántica.

9. Reglas por medio de las cuales se puede modificar una oración declarativa a otras formas o voces (pasado, voz pasiva, entre otras) son reglas de:

- a. Nemotecnia
- b. Transformación.
- c. Sintaxis.

10. Una de las claves del debate entre la comunicación animal y el lenguaje humano es que la comunicación animal carece de:

- a. Gramática.
- b. Semántica
- c. Heurística

[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 5

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia

Bienvenido, apreciado estudiante, ¿cómo va hasta el momento? Seguro que muy entusiasmado por todos los temas interesantes que hemos tratado. Ahora bien, estamos comenzando la semana 5, en la cual continuamos con la temática “cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia”, y esta vez exploraremos la resolución de problemas y sus tipos, entonces manténgase atento y motivado a que ya vamos a comenzar la unidad.

1.14. Resolución de problemas

Aunque la mayoría desearía alejarse de ellos, de una forma u otra nos encontramos a diario con el reto de resolver un problema.

Imaginemos que queremos armar un mueble sin instrucciones. Para resolver este problema, tendremos que visualizar cómo encajan las piezas, analizar su forma, y encontrar la mejor manera de unirlas.

Seguro con el ejemplo anterior ha podido ver que la resolución de problemas es una actividad compleja que requiere usar varias habilidades mentales avanzadas, las cuales incluyen imaginar soluciones, conectar ideas, identificar lo esencial, comprender la situación, trabajar con la información, razonar, analizar las partes, crear nuevas ideas y aplicar lo aprendido a diferentes situaciones (Herrera et al., 2018).

En consonancia con lo mencionado de forma previa, Bados y García (2014) identifican a la resolución de problemas como la búsqueda racional de soluciones utilizando estrategias que permitan enfrentar y superar una situación. Este proceso se basa en cuatro competencias clave: identificar y plantear claramente el problema, proponer alternativas para resolverlo, seleccionar la mejor opción, y llevarla a cabo verificando su utilidad.



Finalmente, Schunk (2012) establece que la resolución de problemas es uno de los procesos cognitivos más relevantes que se presenta con frecuencia en el aprendizaje.

Revisemos, a continuación, las distintas formas de solucionarlos.

- **La solución mecánica** es un tipo de solución que se logra mediante el ensayo y error, o la memoria (Goldstein, 2011). Las computadoras han agilizado el proceso de ensayo y error, haciendo velozmente todas las combinaciones posibles de alternativas para resolver un problema particular. Ahora, si hablamos de resolución de problemas a través de la memoria, será necesaria la creación de un algoritmo, es decir, un conjunto aprendido de reglas que guían hacia una respuesta.
- Ahora bien, cuando la **solución del problema** no puede ser mecánica, es probable que amerite una comprensión más profunda de la situación, entonces nos encontramos ante una solución por medio del entendimiento.

Las variantes de este tipo de solución son las denominadas generales y funcionales.

- A través de la **heurística** también se pueden resolver los problemas, pues esta es una estrategia que permite reducir las alternativas a considerar para solucionar un problema. Algunas formas de hacerlo es precisar por qué la situación actual se aleja de la meta deseada, hacer un repaso hacia atrás a partir del objetivo deseado hasta la situación actual, colocarse metas intermedias o subproblemas, representar el problema de forma diferente, generar una alternativa de solución y probarla.
- Finalmente, revisaremos las **soluciones por discernimiento o insight**. La cual se trata de que al observar un problema de manera diferente en ocasiones permite que las soluciones parezcan obvias, a ese proceso de reorganización mental repentina que permite que las soluciones salten a la vista se conoce como *Insight*, este incluye tres habilidades: la codificación selectiva, la combinación selectiva y la comparación selectiva.

Si necesita ampliar la información, estimado estudiante, puede hacerlo consultando el texto Introducción a la Psicología, de Coon y Mitterer (2016), en el capítulo 8. Ahí encontrará, además de definiciones de los temas tratados, ejemplos y ejercicios que le permitirán una mayor comprensión del tema.

¿Cómo se encuentra hasta este momento?, ¿ha intentado solucionar algo con las estrategias planteadas en la unidad?

¡Espere un momento! Es necesario que conozca algunas barreras que impiden la resolución de problemas, las cuales presentaremos inmediatamente.

1.15. Barreras de la resolución de problemas

Las barreras en este contexto se entienden como bloqueos mentales que impiden la resolución de problemas. Una de la más importante se conoce como fijación y es una tendencia a repetir alternativas equivocadas. La fijación funcional, por su parte, se define como rigidez en la resolución de problemas causados por la incapacidad de ver nuevos usos para objetos familiares.

Piense en ¿qué nos impide encontrar la solución perfecta?

Imagine que está tratando de armar un rompecabezas. A veces, ciertas piezas parecen encajar, pero otras no. ¡Así son las barreras en nuestra mente! Pueden dificultar que encontremos soluciones creativas e innovadoras. Veamos con mayor detalle otras barreras.

Figura 5

Bloqueos mentales en la resolución de problemas



Nota. Adaptado de *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta* (p. 289), por D. Coon y J. Mitterer, 2016, Cengage Learning.

Revisemos estas barreras con un ejemplo:

Supongamos que queremos construir una torre con bloques, pero tenemos miedo de que la torre se caiga y nos sentimos frustrados (barrera emocional), pero, además, creemos que las torres solo deben ser altas y rectas y no consideramos otras formas (barrera cultural). Para continuar la construcción, utilizamos únicamente los bloques grandes y no intentamos combinar con otros tamaños o formas (barrera aprendida) y para finalizarla, nos concentraremos tanto en la parte superior de la torre que no vemos que la base esté bien nivelada (barrera perceptual).

¿Qué le pareció el tema? ¿cómo va hasta el momento?



Actividades de aprendizaje recomendadas

Le sugiero que realice las actividades de aprendizaje recomendadas; de esta forma se estará preparando para las próximas actividades evaluadas.

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a realizar un mapa conceptual con los tipos de solución de problemas tratados en la unidad.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, en el texto *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), capítulo 8, situándose en el tema “solución de problemas”.
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Elabore el mapa conceptual con las características fundamentales de cada elemento.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.

Actividad 2

Recuerde que la autoevaluación es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con tres opciones de respuestas. Seleccione la que considere correcta.



Autoevaluación 5

Recuerde que la autoevaluación es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con cuatro opciones de respuestas. Marque con una “x”, la correcta:

1. La estrategia que ayuda a reducir la cantidad de alternativas disponibles para la solución de un problema se conoce como:
 - a. Mecánica
 - b. Heurística
 - c. Nemotécnica

2. Cuando se habla de reorganización mental repentina que permite ver la solución de manera obvia se hace referencia a:
 - a. Insight.
 - b. Memoria.
 - c. Entendimiento.

3. Cuando un problema necesita una comprensión más profunda que entonces su solución es por:
 - a. Heurística
 - b. Entendimiento
 - c. Discernimiento.

4. El conjunto de reglas aprendidas que siempre conducen a la solución correcta de un problema se conoce como:
 - a. Algoritmo.
 - b. Gramática.
 - c. Prototipo.

5. Cuando la solución de problemas es por ensayo y error o memoria este se define como:



- a. Heurístico.
- b. Mecánico
- c. Entendimiento.

6. La solución que establece correctamente los requisitos para el éxito, pero no suficientes detalles para la acción futura, es de tipo:



- a. General.
- b. Funcional.
- c. Mecánica.

7. La tendencia a elegir alternativas equivocadas para la solución de problemas se conoce como:



- a. Insight.
- b. Fijación.
- c. Heurística.

8. Una solución detallada, práctica y viable es:



- a. Funcional.
- b. Mecánica
- c. General.

9. La codificación selectiva, la combinación selectiva y la comparación selectiva son habilidades incluidas en el:

- a. Pensamiento.
- b. Insight.
- c. Entendimiento.

10. Dividir en subproblemas, establecer metas intermedias y representar el problema de manera diferente son formas prácticas de resolver problemas a través de:

- a. Heurística
- b. Entendimiento.
- c. Insight.

[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 6

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia

Bienvenidos a la sexta semana de este interesante recorrido por el aprendizaje de diversos temas. En esta unidad nos corresponde abordar lo concerniente al pensamiento creativo e intuitivo, para ello desarrollaremos lo relacionado con pruebas de creatividad, las etapas del pensamiento creativo, y en el marco de la psicología positiva: la personalidad creativa, vivir de forma creativa, así como otros temas vinculados como la intuición, el enmarcamiento y la sabiduría.

Continuamos, estimado estudiante, con el estudio del pensamiento creativo e intuitivo.

1.16. Pensamiento creativo e intuitivo

Pensemos en un artista que crea una pintura que nunca antes se había visto: tiene colores vibrantes, nuevos conceptos y formas inesperadas, pero logra transmitir un mensaje que todos comprenden y aprecian. Eso es creatividad.



El autor Guilera (2020) señala que es un proceso que combina cómo percibimos el mundo, cómo pensamos y cómo nos sentimos. Además, implica encontrar soluciones o ideas originales y únicas, pero que sean útiles y valoradas por quienes lo experimentan.

En la misma línea, Vidal (2009) expresa: Todos los individuos son creativos; la creatividad puede ser potenciada o bloqueada de muchas maneras. Nuestro planteamiento de la creatividad es incremental, opuesto al de aquellos que consideran que la creatividad de una persona queda determinada a una edad temprana. Sin embargo, la investigación ha mostrado que la creatividad no se desarrolla linealmente, y que es posible aplicar actividades, métodos didácticos, motivación y procedimientos para incrementarla, incluso a una edad avanzada. La creatividad es un fenómeno infinito, es posible ser creativo de un sinfín de maneras.

El pensamiento creativo abarca habilidades como la fluidez, la flexibilidad y la originalidad. Este tipo de pensamiento está relacionado con diversas formas de razonar, las cuales contribuyen a generar ideas novedosas y resolver problemas desde perspectivas diferentes y únicas. Veamos, a continuación, los estilos de pensamiento.

Figura 6

Estilos de pensamiento



Nota. Adaptado de *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta* (p. 290), por D. Coon y J. Mitterer, 2016, Cengage Learning.

Ahora le parecerá interesante saber cómo puede medirse la creatividad.

1.17. Medición de la creatividad

¿La creatividad se puede medir?

La respuesta es sí, dado que existen muchas formas de evaluar la creatividad, y los investigadores han desarrollado diferentes técnicas y métodos para medirla.

Guilera (2020) menciona que actualmente estas evaluaciones se agrupan en seis enfoques principales, el psicométrico en el cual se usa pruebas estandarizadas para medir habilidades creativas como la fluidez y la originalidad; el experimental-cognitivo que examina cómo las personas procesan la información y generan ideas creativas en situaciones controladas; el computacional que emplea algoritmos y modelos para analizar patrones creativos en datos o comportamientos; el psicobiológico que estudia cómo el cerebro y los procesos biológicos influyen en la creatividad; el biográfico que analiza la creatividad a través de la vida y las experiencias de las personas, como sus logros o proyectos innovadores, y el contextual que se enfoca en cómo el entorno o las circunstancias influyen en la expresión creativa.

Estos enfoques muestran que la creatividad puede evaluarse desde múltiples perspectivas, combinando métodos según el objetivo del análisis.

En la misma línea, Coon y Mitterer (2016) indican que para medir el pensamiento creativo y sus características, existen diferentes pruebas, tres de ellas son: la prueba de usos inusuales en donde pensará los usos posibles para algún objeto, por su parte en la prueba de consecuencias se enumerarán los efectos que traería un cambio básico en el mundo, finalmente la prueba de los anagramas, en la cual a partir de una palabra se forman tantas palabras nuevas como fuera posible.

Pasemos ahora a estudiar las etapas de la creatividad.

1.18. Etapas de la creatividad

La creatividad no surge de forma espontánea; es un proceso estructurado que se desarrolla en etapas. Estas etapas describen cómo las ideas creativas pasan de ser una simple inspiración para convertirse en soluciones o productos innovadores. Comprender estas fases es esencial para identificar los momentos clave del proceso creativo y potenciar el pensamiento innovador. Cada etapa cumple un propósito específico, desde la generación de ideas hasta su implementación, permitiendo a las personas estructurar y mejorar su capacidad creativa.

En este sentido, Coon y Mitterer (2014) definen cinco etapas de la creatividad: orientación (se define el problema e identifica sus dimensiones más relevantes), preparación (hay que buscar la mayor cantidad de información sobre el problema), incubación (la resolución de problemas puede proceder en un nivel subconsciente, aunque el problema parece haberse anulado, todavía se está preparando en el fondo), iluminación (es la etapa donde aparece la respuesta), verificación (poner a prueba y evaluar críticamente la solución obtenida en la etapa de la iluminación).

Si la solución resulta defectuosa, se regresa a la etapa de incubación.

¿Cómo va hasta el momento?

Para profundizar sobre los temas estudiados en la presente semana, le sugiero revisar el texto Anatomía de la creatividad, de Guilera (2020), capítulos 2, 5 y 6; y el texto Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y a la conducta, de Coon y Mitterer (2016) enfocándose en el “Pensamiento creativo: el camino menos transitado”. Le resultará interesante leer con detenimiento la leyenda del rey de Siracusa y cómo Arquímedes resolvió una situación; esto le ayudará a entender cada etapa de la creatividad.

Avancemos al siguiente tema. ¡Manténgase atento!

1.19. Psicología positiva: la personalidad creativa

Varios autores sostienen que la creatividad es una característica innata del ser humano (Guilera, 2020). Esta visión considera que la capacidad de generar ideas originales, resolver problemas y adaptarse a nuevas situaciones está arraigada en nuestra naturaleza. Sin embargo, aunque la creatividad pueda estar presente de manera natural, también puede desarrollarse y potenciarse a través de la práctica, el aprendizaje y la exposición a experiencias enriquecedoras. La personalidad creativa se manifiesta en la curiosidad, la flexibilidad y la disposición para explorar lo desconocido, cualidades que todos los individuos pueden cultivar y fortalecer.

Los estudios sugieren que la personalidad creativa tiene una serie de características, la mayoría de las cuales contradicen los estereotipos populares. Solo existe una pequeña correlación entre el coeficiente intelectual (CI) y la creatividad. Algunas características de la personalidad creativa es que son fluidas para combinar ideas, usan imágenes mentales y metáforas en el pensamiento, son abiertas a las experiencias, su creatividad es un fin propio, valoran su independencia y prefieren la complejidad.

Ahora le resultará interesante saber cómo se puede vivir de forma más creativa.

1.20. Vivir de forma más creativa

¿La creatividad se puede aprender? Como se mencionó previamente, la respuesta es positiva. Algunas habilidades de pensamiento creativo se pueden aprender, pero vivir de manera más creativa también implica superar las barreras que limitan nuestra capacidad de generar ideas nuevas y valiosas. Muchas veces, estas barreras son autoimpuestas, como el miedo a equivocarnos o las creencias limitantes. Otras pueden venir del entorno, como la presión social o la falta de apoyo, y algunas están relacionadas con cómo funciona nuestro cerebro, que a veces prefiere lo familiar y lo seguro (Guilera, 2020). Romper con estas limitaciones nos permite acceder a conceptos y perspectivas que facilitan soluciones innovadoras y enriquecedoras.

Una manera de potenciar la creatividad es a través de la práctica del pensamiento divergente y la toma de riesgos, el análisis de las ideas y la búsqueda de conexiones inusuales entre las ideas. Veamos, a continuación, cómo podemos ser creativos.

Figura 7

Ayudas a la creatividad



Nota. Adaptado de *Anatomía de la creatividad* (pp. 78-79), por L. Guilera, 2020,

Las ayudas a la creatividad destacan estrategias esenciales para desarrollar el pensamiento creativo. Entre ellas, se enfatiza la importancia de superar barreras internas, como el miedo al error y las creencias limitantes, así también aquellas externas, ya sea la presión social y la falta de apoyo. Además, sugiere practicar el pensamiento divergente, tomar riesgos calculados y buscar conexiones inusuales entre ideas para generar soluciones innovadoras. Estas estrategias reflejan cómo romper con lo conocido y adoptar una perspectiva abierta puede enriquecer la capacidad de generar ideas valiosas y originales.

Es momento de avanzar a otro tema interesante, la intuición.

1.21. Intuición

El proceso creativo integra tanto el pensamiento racional y consciente como la intuición, utiliza diferentes niveles de conciencia, incluso aquellos que no percibimos de manera consciente. Esta combinación permite descubrir nuevas ideas, uniendo la lógica con la capacidad intuitiva para enfrentar retos y encontrar soluciones (Guilera, 2020; Hardman, 2021).

Como hemos visto en la definición anterior, la intuición es un pensamiento rápido e impulsivo que bien puede proporcionar respuestas rápidas, pero también puede ser engañosa y en ocasiones puede ser la causa de errores. Algunos de estos errores han sido estudiados, entre ellos se encuentra la heurística de la representatividad y la probabilidad subyacente. La forma en que se define el problema o enmarcamiento, así como las emociones, pueden influir en la toma de decisiones.

¿Cómo sigue hasta el momento? Seguramente muy atento a tan interesantes temas. Ahora es momento de poner a prueba sus conocimientos con algunas actividades. Demos un vistazo a continuación.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1

Estimado estudiante, le recomiendo elaborar una sopa de letras de las etapas de la creatividad.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, en el texto Anatomía de la creatividad, de Guilera (2020).
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Elabore la sopa de letras con las características fundamentales de cada elemento.

- Puede utilizar plataformas como Genially, Canva, en su versión gratuita. O puede elaborarla en cualquier herramienta de su preferencia.

Actividad 2

Recuerde que la autoevaluación es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con tres opciones de respuestas. Seleccione la que considere correcta.



Autoevaluación 6

Recuerde que la autoevaluación es para verificar su comprensión general del tema abordado. A continuación, se le presentan una serie de preguntas con cuatro opciones de respuestas. Marque con una “x”, la correcta:

1. Se refiere a la generación de nuevas ideas o conceptos, o de nuevas asociaciones entre ideas y conceptos conocidos, que habitualmente producen soluciones originales:
 - a. Intuición
 - b. Creatividad
 - c. Pensamiento
2. Es un elemento de la creatividad:
 - a. La rigidez
 - b. La competencia
 - c. La fluidez
3. Orientación, preparación, incubación, iluminación y preparación son etapas de:
 - a. La inteligencia
 - b. El pensamiento
 - c. La creatividad

4. Prueba para medir creatividad donde se debe pensar tantos usos como puedas para algún objeto:

- a. De consecuencia.
- b. Usos inusuales.
- c. Índices de base.



5. Pensamiento que produce muchas ideas o alternativas; un elemento importante en la originalidad y la creatividad.

- a. Convergente.
- b. Divergente.
- c. Inductivo.



6. En las pruebas de creatividad, se refiere al número total de soluciones producidas.

- a. Fluidez.
- b. Originalidad.
- c. Flexibilidad.



7. En esta etapa de la creatividad la persona define el problema e identifica sus dimensiones más importantes

- a. Incubación.
- b. Iluminación.
- c. Orientación.



8. Es una de las características de las personas creativas.

- a. Irracionalidad.
- b. Independencia.
- c. Hiperactividad.

9. Pensamiento rápido e impulsivo que no utiliza la lógica formal o un razonamiento claro.

- a. Inductivo.

- b. Divergente
 - c. Intuición.
10. Tendencia a seleccionar las respuestas incorrectas porque parecen coincidir con categorías mentales preexistentes.
- a. Probabilidad subyacente.
 - b. Heurística de representatividad.
 - c. Pensamiento deductivo.

[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 7

Actividades finales del bimestre

Luego de finalizar el bimestre, es pertinente en este momento hacer un repaso de las temáticas abordadas durante estas semanas. Si nos situamos en el **primer tema**, pues recordará que estudiamos la memoria como un proceso de codificación, almacenamiento y recuperación, además entendimos que hay variadas taxonomías para clasificarlas, pero nos apoyamos en modelo multialmacén de Atkinson y Shiffrin, según el cual la memoria se encuentra constituida por tres componentes: memoria sensorial, memoria a corto plazo y memoria a largo plazo. También abordamos lo importante de su medición para detectar a tiempo cualquier anomalía, tres métodos para medir la memoria son: el recuerdo o recuperación de información aprendida anteriormente, el reconocimiento de información o identificación de elementos aprendidos anteriormente y el reaprendizaje. Conocimos que el proceso contrario a recordar es olvidar y este puede deberse a varias causas, entre las más relevantes, están: fallas en alguna de los procesos de codificación, almacenamiento o en la recuperación, y también por debilitamiento de un recuerdo por la falta de uso. No podemos dejar pasar que la parte del cerebro particularmente involucrada con la memoria es el hipocampo.

En la **segunda semana**, seguimos tratando el tema de la memoria, pero específicamente lo referente a la memoria declarativa o explícita, la cual almacena hechos y se divide en episódica y semántica; en el primer subtipo se registra la experiencia personal y en la segunda información impersonal. Aprendimos que la memoria declarativa se relaciona con la memoria de trabajo, cuya función es, asistir a las tareas de razonamiento, la planificación de las acciones futuras o la comprensión de mensajes lingüísticos. Observamos que existen dos modelos para explicar la memoria semántica: el de redes y el de comparación de rasgos. En cuanto a la memoria episódica, se utiliza para codificar y almacenar experiencias del ámbito personal, se relaciona con la recuperación consciente de hechos y eventos del pasado, ocurridos en un tiempo específico.

Al avanzar a la **semana 3**, abordamos el pensamiento, el cual es concebido como la formación de conceptos y razonamientos para llegar a conclusiones, constituido por unidades básicas como lo son: las imágenes, los conceptos y el lenguaje. Recordará que se profundizó en el tema de las imágenes mentales y conceptos. Las imágenes mentales se entienden como un producto sensorial y perceptivo del cerebro, representado y caracterizado en la mente por diversas, formas, colores o temáticas. Estas tienen distintos y variados usos como la toma de decisiones cotidianas, resolución de problemas, cambios de sentimientos, mejoramiento de habilidad y la memoria. Los conceptos, por su parte, son unidades cognitivas que se asocian con el significado y pueden ser de tres tipos: conjuntivos, relaciones y disyuntivos.



Actividad de aprendizaje recomendada

La siguiente actividad se diseñó para consolidar su aprendizaje de los tópicos trabajados en la unidad, por lo cual le recomendamos que se tome su tiempo para realizarla.

Actividad 1

Estimado estudiante, le sugiero elaborar un cuadro sinóptico de los contenidos principales de los temas: memoria (definición, taxonomía, medición, memoria y cerebro, olvido) y memoria declarativa.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, en el texto Psicología del aprendizaje y la memoria, de León y Peña (2022), capítulo 8.
- Resalte las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Elabore el cuadro sinóptico con las características esenciales.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 8

Actividades finales del bimestre

Es momento de repasar los temas tratados en la **semana 4**, seguramente recordará que abordamos lo concerniente al lenguaje, en este sentido tomando a uno de los autores, lo definimos como un sistema de comunicación que se da por medio de sonidos, símbolos gráficos o gestos que poseen un significado compartido en la sociedad.

Así Asimismo, siguiendo un conjunto de normas, aprendimos que el lenguaje debe estructurarse a través de unidades de sonidos básicos llamados fonemas y morfemas, las reglas que permiten transformar los sonidos en palabras y frases; en el habla y escritura, es lo que conocemos como gramática. Seguro le pareció interesante el debate entre los que defienden la idea de un lenguaje animal y los que no están convencidos de lo mismo. La clave de esta controversia se centra en la falta de gramática de la comunicación animal.

Al avanzar a la **semana 5**, abordamos el tema de solución de problemas. Los autores refieren entre las formas de hacerlo: las soluciones mecánicas; estas pueden ser por ensayo y error o por medio de la memoria; cuando la solución requiere una mayor comprensión del problema, en cuestión esta es por entendimiento; cuando opta por reducir la cantidad de alternativas posibles de solución, entonces está usando una estrategia heurística; pero en ocasiones las soluciones saltan a la vista, en este caso sucede cuando hacemos un proceso de reorganización mental repentina al que llamamos discernimiento o insight. Finalizamos conociendo algunas barreras que impiden la solución eficaz de los problemas, entre las más relevantes: la fijación, barreras emocionales, culturales, aprendidas y perceptuales.

La **semana 6** fue dedicada al estudio del pensamiento creativo e intuición. Aprendimos que el pensamiento creativo implica más la fluidez, flexibilidad y la originalidad. La creatividad se relaciona con varios tipos de pensamientos, entre ellos: el inductivo y el deductivo, el divergente, el analógico, el lógico y el ilógico. Si nos interesa medir la creatividad, recordará que mencionamos tres de ellas: la prueba de usos inusuales, la de consecuencias y los anagramas. También se definieron 5 etapas de la creatividad: orientación, preparación, incubación, iluminación y verificación. Conoció además en el marco de la psicología positiva, algunas características de la personalidad creativa, entre las que destacan: fluidez para combinar ideas, uso de imágenes mentales y metáforas, apertura a las experiencias, independencia y complejidad. Si de potenciar la creatividad se trata, aprendimos qué se puede hacer a través de la práctica del pensamiento divergente y la toma de riesgos, el análisis de las ideas y la búsqueda de conexiones inusuales entre las ideas. Para finalizar recordará que se habló de la intuición, definida como un pensamiento rápido e impulsivo; puede proporcionar respuestas rápidas, pero en ocasiones puede causar errores, entre ellos se encuentra la heurística de la representatividad y la probabilidad subyacente, también la forma en que se define el problema o enmarcamiento, así como las emociones influyen en la toma de decisiones.



Actividad de aprendizaje recomendada

Con la finalidad de consolidar su aprendizaje, le sugiero realizar la siguiente actividad:

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a elaborar un cuadro resumen de los contenidos principales de los temas, lenguaje, solución de problemas y pensamiento creativo, para reforzar los conocimientos de la materia.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva los temas en el texto de Coon y Mitterer (2016), capítulo 8; de Morales y Muñoz (2012), capítulo 3, y en el artículo "[Solución de problemas como proceso de aprendizaje cognitivo](#)" de Herrera et al. (2018).
- Resalte las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Elabore el cuadro sinóptico con las características esenciales.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.





Segundo bimestre



Resultado de aprendizaje 1:

Conoce, comprende y diferencia los procesos psicológicos básicos de la mente humana, basándose en las diversas teorías y considerando los factores biológicos que subyacen en la conducta humana.

Estimados estudiantes, el anterior resultado de aprendizaje les permitirá iniciarlos en el estudio de los fenómenos psicológicos esenciales, que permiten la explicación de la conducta y de los procesos mentales.

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas

Recuerde revisar de manera paralela los contenidos con las actividades de aprendizaje recomendadas y actividades de aprendizaje evaluadas.



Semana 9

Unidad 1. Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia

Estimado estudiante, bienvenido al segundo bimestre. Estamos en la semana 9 y el tema que abordaremos espero que le resulte tan interesante como todos los que hemos tratado en el bimestre anterior. Continuamos con la temática general de “Cognición, lenguaje, creatividad e inteligencia”, pero en esta ocasión nos centraremos en la temática “la inteligencia” y aspectos relacionados como las pruebas, variaciones, los intelectualmente dotados, discapacidad intelectual, herencia y entorno.

¡Manténgase motivado!

1.22. Inteligencia

¿Alguna vez se ha preguntado qué es lo que define nuestra capacidad para aprender, adaptarnos y resolver problemas? Pues la respuesta está en uno de los constructos más fascinantes de la Psicología, la inteligencia. La cual en sus diferentes formas nos permite hacer frente a desafíos cotidianos, resolver problemas matemáticos, entender las emociones de los demás, entre otros; pues no es una sola cualidad, sino varias habilidades interconectadas que se desarrollan a lo largo del crecimiento del ser humano y que se manifiesta de diversas formas en cada persona.

Quien acuña por primera vez este término en un ámbito científico es Galton, quien consideraba a la inteligencia como una capacidad que se hereda físicamente. Además, pensaba que la capacidad mental de las personas se debía a otros procesos relacionados con los sentidos y el movimiento y que estas cualidades eran fundamentales para el desarrollo de la inteligencia (Maurera, 2018).

En la misma línea, Wechsler (1971 citado en Anderson, 2010) definió a la inteligencia como la capacidad global para actuar con determinación, pensar racionalmente y enfrentarse al entorno con eficiencia.

Como casi todos los conceptos en psicología, la inteligencia, también es definida de diferentes formas por múltiples autores, pero se sintetiza como la capacidad general para pensar racionalmente, actuar con determinación y enfrentarse con eficacia al entorno (Coon y Mitterer, 2016).

Aunque en la literatura pueden existir variadas concepciones del tema, aquí le presentamos dos grandes perspectivas desde las cuales se ha abordado; uno de los enfoques es la visión unitaria de la inteligencia, que la concibe como una capacidad cognitiva general genética, y la otra es la multidimensional, que la explica como una capacidad global emanada del promedio de múltiples facetas, determinada por el ambiente.



Para profundizar en la materia y conocer diferentes definiciones, puede consultar el libro *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y a la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), capítulo 9; y el texto *¿Qué es la inteligencia?*, de Maurera (2018), capítulos 2 y 3.

1.23. Pruebas de inteligencia

En la práctica, la inteligencia está operacionalmente definida por pruebas. La primera fue elaborada por Alfred Binet y de ahí en adelante han surgido una variedad de ellas, sus actualizaciones y versiones para adultos y niños, así como evaluaciones a nivel individual y grupal. Algo que debe tener presente es que, toda prueba psicológica, incluyendo las de inteligencia, debe tener confiabilidad y validez. No puede faltar en este tipo de pruebas la objetividad y para ello deben estandarizarse.

Avancemos con las variaciones de la inteligencia, ¿a qué responden?

1.24. Variaciones de inteligencia

Antes de conocer cuáles son las variaciones, debemos tener conocimiento de que la inteligencia se expresa en términos de un coeficiente de inteligencia (CI). Miranda (2009) lo define como "la medida estandarizada que permite conocer las capacidades generales de una persona para razonar y adaptar de manera eficaz, todo tipo de situaciones, además de conocer su inteligencia" (p. 6). El CI varía de persona en persona e indica si un sujeto es superdotado, promedio o tiene una discapacidad intelectual.

Le puede interesar ver el siguiente video: [¿Qué es la discapacidad intelectual?](#) Esto le permitirá sensibilizarlo en el tema de una de las variaciones de la inteligencia, como lo es la discapacidad intelectual. ¿Qué le pareció? Luego de ver este video quizás le llamó la atención cómo se han formado etiquetas en torno a la condición, además de la importancia del cambio de mirada en los últimos años en donde se toma en cuenta la persona con sus capacidades y

necesidades en conjunto con su interacción con el entorno, sin dejar de lado que es necesaria tanto la accesibilidad como la oportunidad de participación de estas personas para poder hablar de verdadera inclusión.

Quizá se habrá preguntado: ¿los hombres son más inteligentes que las mujeres o viceversa?, o ¿serán los mayores más inteligentes que los jóvenes?

Con respecto al sexo, le resultará interesante saber que, a pesar de la tradicional guerra de sexos, en materia de inteligencia no existen pruebas de diferencias generales entre hombres y mujeres. Sin embargo, pueden resultar diferencias mínimas en las habilidades intelectuales que nuestra cultura refuerza en hombres y en mujeres.

En cuanto a la edad, los CI siguen aumentando progresivamente hasta la madurez y luego comienza un declive moderado para la mayoría de las personas hasta un poco más de los 70. Por último, también los estudios revelan que el CI se relaciona con las calificaciones escolares y el nivel laboral; sin embargo, en la última relación existen discrepancias.

1.25. Herencia y entorno

¿La inteligencia se hereda o se adquiere en el entorno? Parecieran dos perspectivas opuestas y, de hecho, como lo señala Yela (1996), es que deberían ser complementarias. Los ambientalistas consideran la experiencia y el aprendizaje como fundamentales para el desarrollo de la inteligencia; en cambio, los genetistas piensan que la inteligencia es producto de un proceso filo y ontogenético.

Aunque las valoraciones sobre el impacto de la herencia y el entorno continúan variando, los estudios coinciden en que las mejoras en las condiciones sociales y la educación pueden incrementar la inteligencia.



En el texto *Inteligencia: Una breve introducción* de Deary y Otero (2022) encontrará más información interesante, como las investigaciones con gemelos; y en el texto “Introducción a la Psicología” de Coon y Mitterer (2016) encontrará investigaciones con los niños adoptados, ubíquese en el capítulo 9.

Para ir consolidando su aprendizaje, le invito a realizar las siguientes actividades de aprendizaje recomendadas:



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1

Apreciado estudiante, le recomiendo que haga un cuadro comparativo de los enfoques, unitario y multidimensional, de la inteligencia, esto con la finalidad de reforzar su aprendizaje del tema.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema en el texto “Introducción a la Psicología” de Coon y Mitterer (2016), capítulo 9.
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes y características resaltantes de cada enfoque.
- Elabore el cuadro comparativo con las características fundamentales y distintivas de cada enfoque.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.

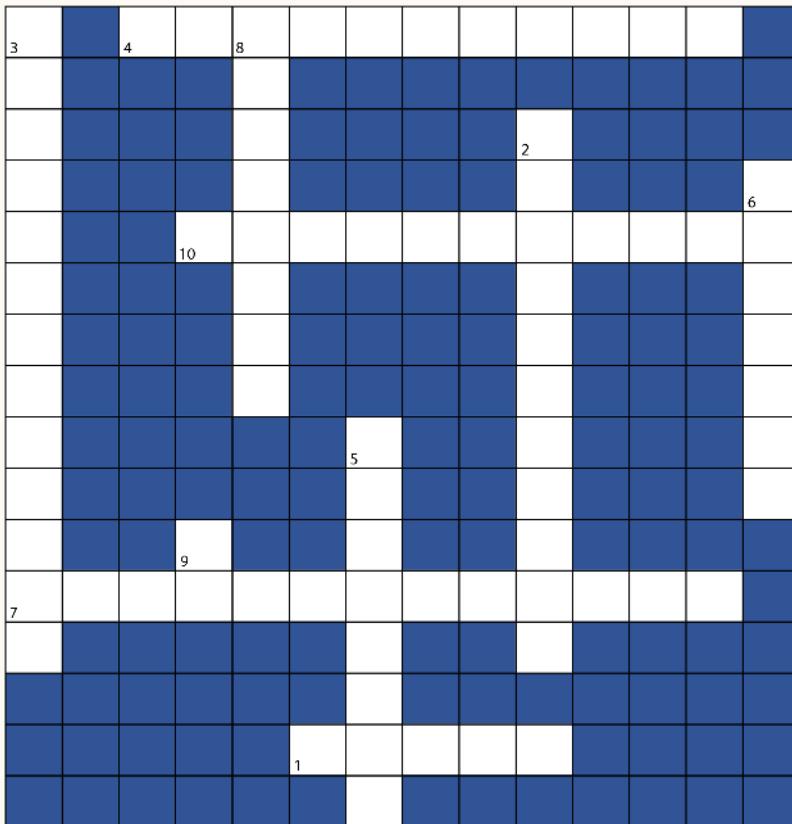
Actividad 2

Estimado estudiante, para consolidar su aprendizaje, le invito a realizar la siguiente autoevaluación, cuya temática principal es la inteligencia y los tópicos relacionados. Puede apoyarse en la guía didáctica desde las páginas 178 hasta la 187.



Autoevaluación 7

Para elaborar el crucigrama ubique en el cuadro el número que corresponda a cada premisa propuesta en la parte de abajo, de acuerdo a las lecturas recomendadas del tema escoja la respuesta correcta.



1. Creador de la primera prueba de inteligencia
2. Capacidad general para pensar racionalmente, actuar con determinación y enfrentarse con eficacia al entorno.
3. Es una medida de consistencia interna y estabilidad entre los ítems que conforman una prueba.
4. Persona con un CI mayor a 130.

5. Enfoque que concibe la inteligencia como una capacidad cognitiva general genética
6. Requisito psicométrico que garantiza que la prueba mide el constructo para el cual fue diseñado.
7. Enfoque teórico que afirma que la inteligencia está determinada por el entorno y el aprendizaje.
8. Se considera la inteligencia de una persona con un rango de CI entre 90-109.
9. Medida estandarizada que permite conocer las capacidades generales de una persona a razonar y adaptar de manera eficaz.
10. La inteligencia según el enfoque teórico unitario es vista como capacidad cognitiva general y determinada de esta forma.

[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 10

Unidad 2. Motivación y emoción

Me complace informarle que hemos avanzado a la unidad 2. Durante todo este camino de aprendizaje le hemos indicado en variadas oportunidades ¡Manténgase motivado!, pues ha llegado el momento de descubrir qué significa desde el punto de vista científico.

2.1. Definición de motivación

En esta sección hablaremos sobre el constructo que “nos mueve”, que nos conduce a la acción con ánimo, lo que conocemos como motivación y temas vinculados; en esta primera parte nos centraremos en la definición, los motivos biológicos y de estimulación.

Ahora veamos qué dice la literatura con respecto a lo que nos motiva, ¿qué nos conduce a hacer las cosas? Revisemos la figura 8.

Figura 8

Proceso motivacional



Nota. Adaptado de *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta* (p. 332), por D. Coon y J. Mitterer, 2016, Cengage Learning.

La figura muestra el proceso motivacional en tres etapas clave: necesidad, impulso y respuesta, que culminan en alcanzar una meta. La necesidad es una carencia o deficiencia interna que genera una motivación inicial (como hambre o deseo de logro). El impulso indica el estado de energía motivacional que moviliza al individuo hacia la acción para cubrir la necesidad. Y la respuesta refleja las acciones concretas tomadas para satisfacer la necesidad inicial. De esta manera, el proceso muestra cómo la motivación guía y sostiene las actividades dirigidas hacia metas específicas.

En la misma línea, Robbins y Judge (2017) establecen que la motivación es la “fuerza” que determina cuánto nos esforzamos, hacia dónde vamos y por cuánto tiempo seguimos intentando conseguir una meta determinada.

Respecto de los tipos de motivos, Coon y Mitterer (2016) indican que existen tres: biológicos, de estimulación y aprendidos. En esta primera parte de la unidad abordaremos los dos primeros.

Antes de continuar le sugiero observar el siguiente video [reducción impulsos](#), aquí verá de forma sencilla cómo opera la secuencia: necesidad, impulso, conducta motivada hasta lograr el equilibrio; lo que conoceremos más adelante como homeostasis.

¿Qué le pareció? Sencillo, ¿verdad? Seguro pudo notar que todo comienza con una necesidad que activa la conducta motivada para satisfacerla hasta lograr el equilibrio.

Ahora comprenderá mejor los motivos biológicos, veamos.

2.2. Motivos biológicos

Se basan en necesidades biológicas que deben satisfacerse con fines de supervivencia, son innatos. Entre los motivos biológicos más relevantes se encuentran el hambre, la sed, la evitación del dolor y las necesidades de aire, sueño, eliminación de desechos y regulación de la temperatura corporal, además, no se puede dejar de mencionar el impulso sexual.

Coon y Mitterer (2016) afirman que, los impulsos por alimento, agua, aire, sueño y eliminación se asemejan en que son generados por una combinación de actividades en el cuerpo y el cerebro, y en que se ven influidos por varios factores externos, es decir, operan bajo los mismos mecanismos.

Es importante señalar, siguiendo a Cooper (2008) que los impulsos biológicos son esenciales porque mantienen la homeostasis o equilibrio físico.

2.3. Motivos de estimulación

Los motivos de estimulación también contribuyen a la supervivencia, pero no de forma estricta. En la vida diaria se está constantemente identificando fuentes de alimentos, peligro, protección y otros detalles clave. Por ello, Coon y Mitterer (2016) definen los motivos de estimulación como aquellos que reflejan necesidades de información, exploración, manipulación y aportaciones sensoriales, van más allá del mero entretenimiento. Además, se puede decir que también son homeostáticos ya que buscan un balance en la excitación, esta última entendida como la activación del cuerpo y el sistema nervioso.

2.4. Teorías de la motivación

La teoría de la excitación supone que las personas buscan mantener un nivel de activación física y mental que les resulte adecuado. La excitación se refiere a la actividad del cuerpo y del sistema nervioso, que puede ir desde niveles muy bajo, como durante el sueño, hasta niveles muy altos en situaciones de estrés, miedo o euforia. Si el nivel de excitación es muy bajo, cuando estamos aburridos, buscamos actividades para aumentarlo, quizás escuchar música o salir con alguien cercano. Por otro lado, si es muy alto intentaremos relajarnos para reducirlo. Además, cada persona tiene necesidades diferentes de estimulación. Por ejemplo, quienes disfrutan actividades como el buceo o saltos de altura suelen tener una alta necesidad de sensaciones intensas. En cambio, quienes prefieren actividades tranquilas, como leer un libro, buscan niveles más moderados de excitación (Coon y Mitterer, 2016).

Ahora bien, la teoría de los procesos oponentes señala que cuando experimentamos una emoción intensa, como miedo o placer, es común que al desaparecer el estímulo que la generó, surja una emoción opuesta. Por ejemplo, después de sentir dolor se puede experimentar alivio; tras disfrutar de algo placentero, en cambio, puede aparecer malestar o ansiedad (Coon y Mitterer, 2016).

¿Cómo va hasta el momento? Seguro que ha disfrutado aprender sobre el tema que tanto hemos venido mencionando. Además, ¿ha podido identificar qué actividades o situaciones lo motivan más y qué emociones generan?

¡Muy bien! Ahora es momento de poner a prueba los conocimientos adquiridos. Revise las Actividades de aprendizaje recomendadas a continuación.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a participar del siguiente Quiz para comprobar los conocimientos adquiridos durante esta semana.

Motivación y sus conceptos

Actividad 2

Estimado estudiante, le recomiendo hacer un cuadro comparativo entre las principales teorías de la motivación. Es importante que para ello se apoye en el texto *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), capítulo 10. También puede ampliar la información en artículos científicos en la [biblioteca virtual](#) de nuestra universidad.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, en el texto recomendado previamente.
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes y características resaltantes de cada teoría.
- Elabore el cuadro comparativo con las características fundamentales y distintivas de cada teoría.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.



Actividad 3

Estimado estudiante, para consolidar su aprendizaje, le invito a realizar la siguiente actividad de autoevaluación.



Autoevaluación 8

Se le darán 10 propuestas de la temática Motivación y usted debe ubicar la respuesta correcta en el crucigrama.

1. Proceso interno que permite iniciar, dirigir, sostener y terminar una meta.
2. Deficiencia interna que puede energizar la conducta.
3. Expresión psicológica de necesidades internas o metas valoradas.
4. Objetivo de la conducta motivada.
5. Motivos innatos basados en necesidades fisiológicas
6. Motivos que reflejan necesidades de información, exploración, manipulación y aportaciones sensoriales.
7. Condición estable de equilibrio físico.
8. Activación del cuerpo y el sistema nervioso.
9. Cualquier acción, actividad glandular u otra conducta identificable
10. Área del cerebro vinculada con la motivación.

[Ir al solucionario](#)



Semana 11

Unidad 2. Motivación y emoción

Bienvenido a la semana 11. ¿Qué le ha parecido lo que hemos tratado de la Motivación? Interesante seguramente.

Continuamos esta semana abordando el tema de la motivación, ahora enfocándonos de manera particular en la motivación aprendida y lo referente a la motivación intrínseca y extrínseca. ¿Qué le parece si comenzamos?

2.5. Motivos aprendidos

Muchos motivos no son innatos como los que vimos anteriormente; cuando son adquiridos, estamos en presencia de motivos aprendidos; estos se basan en necesidades, impulsos y metas.

Los motivos aprendidos, frecuentemente son de origen social, contribuyen a explicar muchas actividades humanas y se relacionan con necesidades adquiridas de poder, afiliación y logro (Coon y Mitterer, 2016).

Estas necesidades fueron establecidas en la “Teoría de las necesidades de McClelland”, que, como ya hemos visto, ayudan a explicar la motivación. Revisemos con mayor detalle cada una de ellas, en la figura 9.



Figura 9

Necesidades de McClelland



Nota. Adaptado de *Comportamiento Organizacional* (p. 212), por S. Robbins y T. Judge, 2017, Pearson.

Como habrá explorado en la figura que antecede, estas necesidades influyen en nuestra motivación y comportamiento. Por ejemplo, la necesidad de poder se manifiesta cuando una persona busca liderar un equipo o tomar decisiones importantes en un grupo, queriendo así tener un impacto significativo en su entorno. Respecto de la necesidad de afiliación, se pone de evidencia cuando alguien disfruta pasar tiempo con sus amigos o se siente motivada por formar parte de un grupo social fuerte. Y, la necesidad de logro se evidencia cuando, por ejemplo, un estudiante que se esfuerza por tener las mejores calificaciones finalmente se lleva un diploma como mejor estudiante o un atleta que entrena para romper un récord logra dicho reconocimiento.

Continuemos con el estudio de la motivación.

2.6. Motivación intrínseca y extrínseca

Para comenzar podría preguntarse ¿Qué hace que unas personas realicen alguna actividad por gusto y a otras hay que pagarles para hacer lo mismo?

Tal vez la respuesta se encuentra en este apartado.

La motivación intrínseca es interna y voluntaria, caracterizada por elementos de autonomía, entusiasmo y consecución de metas personales. Los factores que la desencadenan pueden ser: la recompensa interna, creencias, realización personal, interés, placer, desarrollo de habilidades y competencias. Por ejemplo, un estudiante decide aprender a tocar el piano porque le apasiona la música y quiere superar el reto personal de interpretar una de sus canciones favoritas. Por lo que al no ser obligado o esperar algo cambio, disfruta del proceso y siente satisfacción al mejorar sus habilidades.

En cambio, la motivación extrínseca es recompensada por lo que conseguimos en el entorno. ¿Qué persigue? La alabanza, el mérito, el reconocimiento, los premios, la comodidad y el apoyo social. Por ejemplo, un empleado se esfuerza por cumplir un proyecto antes del plazo establecido porque sabe que su jefe lo recompensará con un bono o un reconocimiento público. En este caso, su motivación proviene de las recompensas externas que recibirá por su desempeño.

Para ampliar sus conocimientos sobre la motivación, le sugiero leer el artículo titulado: [Una revisión crítica del debate sobre las necesidades humanas desde el Enfoque Centrado en la Persona](#), en el mismo podrá encontrar algunos modelos teóricos que explican las necesidades humanas, además de hacer un recorrido por publicaciones recientes del tema, haciendo una evaluación crítica de las limitaciones y potenciales que ellas tienen, desde un enfoque centrado en la persona.

Luego de leer el artículo, seguramente notó las distintas teorías que intentan explicar las necesidades y la motivación humana, entendiendo que la necesidad es un término polisémico. No es menos cierto que cada corriente teórica que intenta explicar tanto las necesidades como la motivación imprimirá su sello distintivo, es así que conseguirá visiones reduccionistas tendientes a la idea de bienes y servicios hasta las más contemporáneas y complejas basadas en modelos sistémicos que diferencian necesidades de satisfactores.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Para la consolidación de su aprendizaje de la unidad, le recomiendo que realice las siguientes actividades:

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a realizar un ejemplo que evidencie cómo se manifiesta cada una de las motivaciones.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva, el tema motivación en el capítulo 7 del texto *Comportamiento Organizacional* de Robbins y Judge (2017).
- Resalte las ideas principales, anote palabras relevantes.
- Elabore un ejemplo con las características esenciales.
- Puede utilizar un mapa mental, un organizador gráfico o hacerlo a renglón seguido en la herramienta de su preferencia.

Actividad 2

Estimado estudiante, para consolidar su aprendizaje, le invito a realizar la siguiente autoevaluación cuya temática principal es la motivación, los motivos aprendidos, la motivación intrínseca y extrínseca. Se le darán 10 premisas y las respuestas deben ubicarlas en el crucigrama. Puede apoyarse en el capítulo 10 del texto de Coon y Mitterer (2016) y en el capítulo 7 del texto de Robbins y Judge (2017).



Autoevaluación 9

1. Motivación basada en el disfrute personal de una tarea o actividad.
2. Creador del modelo de jerarquía de necesidades.
3. Necesidades asociadas con impulsos de realización personal.

4. Sostiene que las emociones fuertes tienden a ser seguidas por un estado emocional opuesto, se conoce como teoría de procesos.
5. Motivos aprendidos adquiridos como parte del crecimiento en una sociedad o cultura particular.
6. Necesidad de destacar o de cumplir una norma internalizada de excelencia.
7. Motivos que no son innatos.
8. Necesidades de los cuatro primeros niveles del modelo de jerarquía de necesidades.
9. Motivación basada en recompensas (obligaciones o factores similares)
10. Necesidad de tener impacto social y control sobre los demás.

[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 12

Unidad 2. Motivación y emoción

Saludos cordiales, estimados participantes, ya arribamos a la semana 12. Si en las semanas anteriores estudiamos lo que nos mueve, ahora abordaremos en esta unidad un tema estrechamente relacionado como lo es la emoción. En esta primera parte trataremos lo referente a su definición, emociones primarias, fisiología y emoción, además de conocer cómo se expresan.

Le interesará observar el video: "[El sistema límbico y las emociones](#)" en el mismo se explica una aproximación de cómo se forman las emociones y, de manera general, cómo funciona el sistema límbico.

Después de observar el video, seguramente destacó la universalidad de las emociones, y cómo tanto lo biológico como lo social explican las mismas. Además, pudo conocer cómo el sistema límbico y el hipotálamo están estrechamente relacionados con las emociones.

¡Qué emoción! Es una exclamación que hacemos cuando algo nos alegra mucho.

Se sorprenderá de todo lo que implica este concepto.

2.7. Definición de emoción y emociones primarias

Para definir conceptualmente a las emociones, Brody (1999) señala que las mismas son sistemas motivacionales, cada una con factores fisiológicos, cognitivos y conductuales diferentes. Poseen una valencia positiva y negativa que varía según la experiencia. Son generadas por hechos interpersonales o por situaciones que afectan el bienestar.

Por su parte, Hockenbury y Hockenbury (2007) expresan que una emoción es un estado psicológico complejo que implica tres componentes distintos: una experiencia subjetiva, una respuesta fisiológica y una respuesta de comportamiento o expresiva.



En la misma línea, Robbins y Judge (2017) indican que las emociones son experiencias que se enfocan en una persona o en una situación específica.

Ahora bien, según la teoría de Plutchik (2003), las emociones básicas conocidas también como primarias son: miedo, sorpresa, tristeza, repugnancia, cólera, expectación, alegría y confianza (aceptación).

Las emociones están relacionadas con conductas esenciales para adaptarnos, relacionarnos y sobrevivir. Estas acciones son claves para enfrentar desafíos y cambios en el entorno. Sin embargo, las emociones también pueden generar efectos negativos. Por ejemplo, el miedo escénico ante la defensa de una tesis puede perjudicar el desempeño y emociones como la ira pueden dañar una

relación o generar conflictos. Por el contrario, las emociones también facilitan la cooperación, la convivencia social, el apoyo mutuo, que afianzan la naturaleza social del ser humano (Coon y Mitterer, 2016).

Veamos a continuación qué partes de nuestro cerebro están implicadas con las emociones.

2.8. Fisiología de la emoción

Los cambios físicos asociados con la emoción, como alteraciones en el ritmo cardíaco, la presión arterial o la transpiración, entre otros, son causadas por actividad en el Sistema Nervioso Autónomo (SNA); este se divide en la rama simpática, la cual es principalmente responsable de excitar o activar, necesario en una emergencia, ya que prepara el cuerpo para la pelea o la huida; y por su parte, la rama parasimpática, hace exactamente lo contrario, es decir, lo relaja o calma, esto le da la oportunidad al organismo de restaurar el equilibrio y ayuda a acumular y conservar la energía del cuerpo.

Una parte del sistema límbico (dentro del cerebro) particularmente implicada con la emoción del miedo es la amígdala. También debe conocer que las hormonas que se liberan en una descarga de emociones son adrenalina y noradrenalina, que las glándulas adrenales liberan en el torrente sanguíneo.

Para ampliar esta información, puede apoyarse en el texto *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), capítulo 10, motivación y emoción. Le ayudará a observar con detalle la imagen explicativa de la fisiología de la emoción, que de forma didáctica señala con colores diferentes la activación e inhibición de diversas partes del cuerpo.



2.9. Expresión de las emociones

Para finalizar, no podemos dejar de mencionar que un elemento de las emociones que permite que otros se den cuenta de que estamos experimentando una en particular son las expresiones emocionales, que, según Hotman (2003), se definen como señales externas de lo que siente una persona.

¿Considera que las emociones son universales en todas las personas?

Revise la imagen que se presenta a continuación e indique qué emoción presenta tanto el rostro de la izquierda como el de la derecha.

Figura 10

Expresiones emocionales



Nota. Tomado de *Mujer que muestra diferentes emociones en el fondo blanco [Fotografía]*, por New Africa, 2018. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Seguro respondió que la imagen de la izquierda representa alegría o felicidad y la de la derecha enojo o repugnancia. Por lo tanto, entonces podemos ver que ciertas expresiones faciales, como el temor, la felicidad, la ira, entre otras, se pueden reconocer de forma universal (Coon y Mitterer, 2016).

Pero esas no son todas las expresiones faciales que podemos reconocer, pues nuestro rostro puede exponer al menos veinte mil expresiones, por lo que el misma mostrará mucho sobre nuestro estado interno. Sin embargo, debemos saber también que la cultura influye en las emociones y que no todas las expresiones significarán lo mismo en todas las culturas (Coon y Mitterer, 2016)

¡Qué interesante tema! ¿verdad? Ahora es momento de pasar a afianzar sus conocimientos con las siguientes actividades recomendadas. Demos un vistazo.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Las actividades recomendadas se diseñan con la intención de que se consolide el aprendizaje de la unidad, por lo que es importante que dedique su tiempo para realizarlas.

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a realizar un mapa mental de las emociones. Para lograrlo con éxito, le sugiero, que se apoye en el texto *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), en el capítulo 10, motivación y emoción, pero también puede consultar otras fuentes o artículos en nuestra [biblioteca virtual](#).

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, el texto sugerido situándose en el tema mencionado anteriormente.
- Resalte las ideas principales, anote palabras relevantes y ubique imágenes relacionadas.
- Elabore el mapa mental con las características esenciales.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.

Actividad 2

A continuación, le invito a realizar la autoevaluación correspondiente de la unidad que le ayudará a reforzar su aprendizaje y al mismo tiempo prepararlo para las evaluaciones sumativas.



Autoevaluación 10

Estimado estudiante complete las siguientes premisas usando las palabras en el cuadro.

I. Basándose en el modelo de emociones primarias y mixtas de Plutchik, ejercítense haciendo la siguiente organización con los datos que se presentan en forma desordenada en el cuadro:

1. Organice en la primera columna 4 de las 8 emociones primarias propuestas por Plutchik.
2. Organice en la segunda columna los 4 restantes emociones primarias propuestas por el autor.
3. Organice en la tercera columna 4 emociones mixtas de baja intensidad propuestas por el autor.
4. En la 4ta columna coloque 4 emociones de las más intensas propuestas por el autor.

Confianza	Cólera	Alegría	Fastidio
Éxtasis	Repugnancia	Interés	Temor
Sorpresa	Terror	Tristeza	Serenidad
Aflición	Aceptación	Aborrecimiento	Expectación

II. Estimado estudiante, complete las siguientes premisas usando las palabras en el cuadro:



5. La emoción es un estado caracterizado por excitación _____, y cambios en las expresiones _____, gestos, _____ y sensaciones _____.
6. Las hormonas implicadas en una descarga emocional son _____ y _____.
7. Rama _____ es la parte del sistema nervioso encargada de activar el cuerpo.
8. La rama del sistema nervioso encargada de inhibir el cuerpo es la _____.
9. Las emociones se asocian con muchas conductas _____ básicas, como atacar, huir, buscar confort, ayudar a otros y reproducirse.
10. La _____ es la parte del cerebro vinculada particularmente con el temor.

[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 13

Unidad 2. Motivación y emoción

Bienvenidos a la semana 13, hemos avanzado en este recorrido fascinante de aprendizaje y nos toca finalizar el tema de la emoción. En esta segunda y última parte abordaremos las teorías relacionadas con la emoción, entre ellas: la de James-Lange, la de Cannon-Bard, la de Schachter, la hipótesis de la retroalimentación facial y, para concluir, un modelo contemporáneo de la emoción.

¿Qué le parece si comenzamos?



2.10. Teorías de la emoción

Son variadas las teorías que se han desarrollado en torno a las emociones. En esta oportunidad, solo mencionaremos algunas de ellas:

2.10.1. Teoría de James-Lange

James y Lange, sugieren que fundamentamos nuestra experiencia de la emoción en la conciencia de las respuestas fisiológicas o sensaciones físicas a los estímulos que provocan la emoción (Coon y Mitterer, 2016). Según esta teoría, la emoción ocurre una vez que el sujeto interpreta sus respuestas corporales.

2.10.2. Teoría de Cannon –Bard

Se subraya que las emociones están conformadas por nuestras respuestas fisiológicas y por la experiencia subjetiva de la emoción ante un estímulo (Coon y Mitterer, 2016). A partir de lo que señala la teoría, una vez que se presenta el estímulo que desencadena la respuesta, se dan casi simultáneamente a las reacciones fisiológicas, la experiencia subjetiva y la conducta consecuente.

2.10.3. Teoría de Schachter

Esta teoría mantiene que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales. La persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina sus emociones de acuerdo con ambos tipos de observaciones (Coon y Mitterer, 2016).

2.10.4. Hipótesis de retroalimentación facial

Sostiene que las sensaciones de las expresiones faciales ayudan a definir qué emoción siente una persona.

2.10.5. Modelo contemporáneo de la emoción

Las visiones contemporáneas de la emoción hacen mayor énfasis en los efectos de las evaluaciones cognitivas de las emociones (significado personal que se hace de la emoción). Asimismo, nuestros sentimientos y acciones cambian conforme cada elemento de la emoción interactúa con otros. Una de las mejores maneras de controlar la emoción es cambiar su evaluación emocional de una situación (Coon y Mitterer, 2016).



Para finalizar este fascinante tema, puede observar este interesante video que le permitirá repasar sobre la temática, [Reflexiones sobre las emociones](#). Aquí podrá entender la naturaleza emotiva de los seres humanos, además de las falsas ideas que existen en torno a las emociones.

Se pudo dar cuenta después de ver el video de lo importante que son las emociones, aunque el racionalismo las vea como un obstáculo y privilegie lo objetivo; tal idea es limitante, todas las emociones son necesarias y es lo que mueve al ser humano.

Estimado estudiante, si considera pertinente, puede profundizar el tema consultando el texto *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), capítulo 10, motivación y emoción. Ahí le interesarán observar los esquemas explicativos que resumen de forma gráfica cada una de las teorías revisadas.

Ahora es momento de consolidar su aprendizaje a través de las actividades recomendadas.



Actividades de aprendizaje recomendadas

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a realizar un organizador gráfico de las teorías sobre las emociones, mencionadas en la unidad.

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema en el texto *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), capítulo 10, motivación y emoción. También puede consultar otras fuentes de información, en nuestra [biblioteca virtual](#).
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes y características resaltantes de cada teoría.
- Elabore el organizador gráfico con las características fundamentales y distintivas de cada teoría. Para su elaboración puede utilizar plataformas como Canvas, Genially o cualquier herramienta de su preferencia.

Actividad 2

La siguiente autoevaluación está diseñada para que de una forma sencilla pueda consolidar su aprendizaje, dedique su tiempo para realizarlas.



Autoevaluación 11

Estimado estudiante seleccione de la caja que se presenta a continuación las palabras correctas para completar las premisas que se le presentan más adelante.

1. La teoría propuesta por _____ señala que una vez que se presenta el estímulo que desencadena la respuesta, se dan casi simultáneamente las reacciones fisiológicas, la experiencia subjetiva y la conducta consecuente.
2. La hipótesis de _____ facial, sostiene que las sensaciones de las expresiones faciales ayudan a definir qué emoción siente una persona.
3. Los modelos _____ de las emociones hacen mayor énfasis en los efectos de las evaluaciones cognitivas de las emociones.



Asimismo, nuestros sentimientos y acciones cambian conforme cada elemento de la emoción interactúa con otros.

4. La teoría de _____ mantiene que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales.
5. El teórico _____ estuvo entre los primeros en sugerir que, en efecto, el rostro influye en la emoción. primeros en sugerir que, en efecto, el rostro influye en la emoción.
6. Según la teoría de _____ la emoción ocurre una vez que el sujeto interpreta sus respuestas corporales.
7. Según _____ las expresiones faciales pueden producir emociones.
8. La _____ emocional es la estimación del significado personal de un estímulo
9. La _____ es el proceso mental de asignar causas a hechos. en la emoción, el proceso de atribuir la excitación a una fuente particular.
10. Schachter es un representante del modelo de corriente _____ para explicar las emociones.

[Ir al solucionario](#)

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 14

Bienvenidos a la semana 14. Hemos llegado a una unidad muy interesante, en la que vamos a poner en práctica lo que hemos explorado a lo largo del ciclo académico. Nos enfocaremos en experimentar y reflexionar sobre cómo nuestra mente procesa y utiliza información en situaciones específicas.

Prepárese para una experiencia dinámica y enriquecedora que le permitirá comprender de manera práctica los fundamentos de los procesos psicológicos básicos.

Unidad 3. Identificación de procesos psicológicos básicos en escenarios controlados y de experimentación

3.1. Práctica de los procesos de memoria en escenarios controlados

A continuación, presentaremos varios ejercicios diseñados para explorar y entrenar nuestra memoria en diferentes escenarios controlados y de experimentación. Cada actividad le permitirá observar cómo funcionan los procesos de la memoria, como la memoria episódica, semántica y la capacidad de retener y olvidar información. Además, podrá analizar cómo su mente organiza y recupera recuerdos en distintas situaciones.

¿Preparado para este fascinante viaje por los procesos psicológicos básicos?
¡Empecemos!

Ejercicio 1: Construya su historia personal



Nota. Tomado de *Un grupo de alegres jóvenes multirraciales con sombreros de fiesta cónica aplauden mientras la chica de cumpleaños hace un deseo. Mujer feliz sosteniendo una torta de cumpleaños mientras celebraba en casa con sus mejores amigos.* [Fotografía], por Studio Romantic, 2016. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Objetivo: practicar la memoria episódica recordando eventos personales.

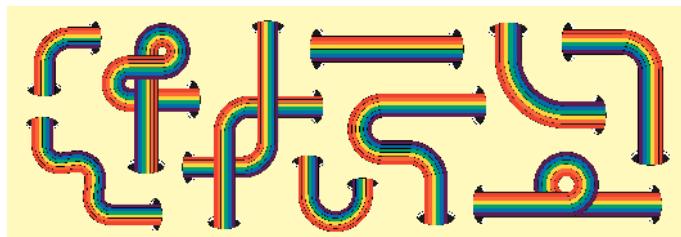
Instrucciones:

1. Piense en un día especial de su vida, como un cumpleaños o un viaje memorable.
2. Escriba una breve descripción del evento, incluyendo detalles sobre qué ocurrió, dónde estaba, quiénes estaban con usted y cómo se sintió.
3. Revise lo escrito al día siguiente del ejercicio e intente recordar más detalles para completar su relato.
4. Reflexione sobre qué le ayudó a recordar mejor los detalles y qué podría mejorar.

¡Qué divertido! ¿Verdad? Ha podido experimentar cómo funciona la memoria episódica al revivir y detallar experiencias personales. Al realizarlo, está explorando un escenario controlado, ya que debe enfocarse en un evento específico y analizar su capacidad para recordar detalles. Podría también comparar su capacidad para recordar eventos recientes versus eventos más antiguos, identificando qué factores, como la emoción o la importancia del evento, influyen en la precisión del recuerdo.

Continuamos con otro ejercicio muy interesante; demos un vistazo.

Ejercicio 2: Red de palabras



Nota. Tomado de Fijación de rayas de color de hipster retro groovy. Colección de arcos hippies psicodélicos. Estilo hippy vintage loco varios elementos de diseño iridiscente abstracto. Plantilla de pasos vectoriales coloridos y2k de moda [Ilustración], por Valazarus Studio, 2016. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Objetivo: Identificar relaciones entre conceptos para fortalecer la memoria semántica.

Instrucciones:

1. Escriba una palabra en el centro de una hoja (por ejemplo, "invierno").
2. Piense en al menos 10 palabras relacionadas con el concepto inicial (frío, nieve, vacaciones, abrigo, etc.).
3. Organice estas palabras en categorías o grupos (por ejemplo, "ropa", "clima", "actividades").
4. Despues de una hora, revise si puede recordar todas las palabras y categorías sin mirar la hoja.

Un poquito complicado, ¿verdad? Pues este ejercicio permite la experimentación de cómo se organiza y almacena la información en la memoria semántica. También podría repetir el ejercicio con categorías diferentes (por ejemplo, emociones o herramientas) para observar cómo la familiaridad con el tema afecta la velocidad y la precisión con que se generan asociaciones.

Culminamos este escenario de experimentación con el último ejercicio. ¿Preparado? Revisemos de qué se trata.

Ejercicio 3: Reto del olvido



Nota. Tomado de *Imagen de primer plano de una mujer escribiendo algo en un libro en una mesa de un café. diario de escritura, toma notas, lista* [Fotografía], por BongkarnGraphic, 2014. [Shutterstock](#). Tomado de *Una vieja biblioteca pintada de acuarela. Folios antiguos en estanterías de madera. Una vieja biblioteca.* [Fotografía], por AleksoP, 2017. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Objetivo: Analizar cómo se pierde información con el tiempo y aprender estrategias para recordar.

Instrucciones:

1. Cree una lista de 10 palabras aleatorias (por ejemplo, lápiz, manzana, montaña, etc.).
2. Léela durante un minuto y luego guárdala.
3. Después de 5 minutos, intente escribir la lista sin mirar.
4. Repita el ejercicio después de 15 minutos y luego de 30 minutos, comparando cuántas palabras recuerda en cada intento.
5. Reflexione sobre cómo podrías recordar más palabras en el futuro, como agrupándolas en categorías o creando imágenes mentales.

Este ejercicio es un claro ejemplo de experimentación en memoria, ya que le permite medir directamente el impacto del tiempo en la retención de información. Además, simula un escenario controlado donde se evalúa el proceso de olvido y las estrategias que pueden mitigarlo.

Podría también realizar el ejercicio en diferentes momentos del día (mañana, tarde, noche) o con diferentes tipos de estímulos (palabras, imágenes, sonidos) para comparar cómo las condiciones externas influyen en la memoria y el olvido.

Espero que se haya divertido mucho en esta práctica. Vamos a continuar con otros ejercicios, pero esta vez relacionados con la creatividad.

3.2. Práctica de los procesos de creatividad en escenarios controlados

¡Bienvenidos a esta fascinante práctica de creatividad! En esta actividad, tendrá la oportunidad de poner a prueba su capacidad para pensar de forma original y explorar nuevas ideas. Descubrirá cómo funcionan los procesos creativos, desde las etapas iniciales hasta la intuición y el desarrollo de hábitos más creativos. No importa si se considera una persona creativa o no, ¡Todos tenemos ese potencial dentro! Prepárese para imaginar, experimentar y divertirse mientras entrena su creatividad.

Ejercicio 1: “Dibuja una solución”



Nota. Tomado de Conjunto de ilustraciones vectoriales dibujos planos dibujos animados femeninos diseño de personaje de gerente con varios objetos que realizan actividades creativas durante el trabajo en la oficina [Ilustración], por Vasya Kobelev, 2012. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Tema: Etapas de la creatividad.

Objetivo: Experimentar las etapas del proceso creativo (preparación, incubación, iluminación y verificación) al resolver un problema visualmente.

Procedimiento:

1. Identifique un problema simple, como “Diseñar una forma creativa de transportar agua sin un recipiente tradicional”.
2. Tómese unos minutos para pensar (preparación) y luego realice una actividad relajante por 5 minutos (incubación).
3. Regrese al problema y dibuje una posible solución (iluminación).
4. Evalúe si su dibujo resuelve el problema (verificación).

¿Cómo le fue con el ejercicio? Seguro ideó una solución creativa. Como pudo experimentar, este ejercicio permite notar cómo las ideas surgen y evolucionan en cada etapa. Además, el experimentar cada fase le ayuda a comprender que la creatividad no es un momento espontáneo, sino un proceso que requiere

tiempo y reflexión. La pausa para la incubación destaca la importancia de permitir que el cerebro trabaje de manera inconsciente, lo cual puede generar ideas más innovadoras.

Continuamos con el siguiente ejercicio. ¡Manos a la obra!

Ejercicio 2: “Diario de Intuición Creativa”



Nota. Tomado de *3d render of man sitting in lotus pose with glowing glass sphere* [Ilustración], por New Africa, 2018. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Tema: Vivir de forma más creativa e intuición.

Objetivo: Desarrollar la conciencia sobre los momentos de intuición creativa y establecer hábitos que fomenten la creatividad cotidiana.

Procedimiento:

1. Durante una semana, puede mantener un diario estructurado donde registre: momentos de “corazonadas” o intuiciones, decisiones basadas en la intuición vs. análisis racional y actividades que estimularon su creatividad.
2. Puede implementar diariamente una práctica creativa diferente. Por ejemplo:

Día 1: Fotografía creativa.

Día 2: Escritura libre.

Día 3: Resolución creativa de problemas.

Día 4: Experimentación con nuevas rutas o rutinas.

Día 5: Expresión artística libre.

3. Al final de la semana, puede crear un mapa mental que conecte sus experiencias intuitivas con sus momentos creativos.

¿Cómo le fue al final del ejercicio? Seguro fue una actividad muy interesante y habrá notado que la intuición no es un proceso místico, sino el resultado de la experiencia acumulada y el procesamiento inconsciente de información. Además, esta práctica diaria de diferentes actividades creativas pudo haber ampliado su comprensión de cómo la creatividad puede manifestarse en diversos contextos de la vida cotidiana.

¡Qué interesante como opera nuestra mente! Continuemos ahora con ejercicios para practicar sobre el tema de la motivación.

3.3. Práctica de los procesos de motivación en escenarios controlados

¡Es hora de explorar qué nos mueve a actuar! En esta práctica, trabajaremos para identificar y analizar los diferentes tipos de motivación que influyen en nuestras decisiones diarias. Estos ejercicios le ayudarán a descubrir qué le impulsa, a la vez, que le permitirá reforzar el aprendizaje de una forma muy divertida. Recuerda que entender su motivación es clave para alcanzar sus metas y mantenerse enfocado. ¡Manos a la obra para conocer y potenciar su motor interno!

Ejercicio 1: “Encuentre su motor interno”





Nota. Tomado de Joven propietaria de una cafetería que lleva un delantal con una tableta digital lista para recibir las órdenes. [Fotografía], por Prathankarnpap, 2014. Shutterstock. Tomado de Hermosa mujer asiática pintando una pintura con pinturas acrílicas en lienzo, disfrutando de actividades creativas de ocio. Concepto de arte y ocio. [Fotografía], por Prathankarnpap, 2014. Shutterstock. CC BY 4.0.

Tema: Motivación intrínseca y extrínseca.

Objetivo: Identificar qué tipo de motivación impulsa diferentes actividades personales.

Procedimiento:

1. Haga una lista de cinco actividades que realice con frecuencia (por ejemplo, estudiar, hacer ejercicio, leer, etc.).
2. Clasifique cada actividad según si la realiza por motivación intrínseca (porque disfruta o le interesa) o extrínseca (por una recompensa externa, como una calificación).
3. Reflexione sobre cuál tipo de motivación es más frecuente en su vida y cómo afecta su desempeño.

Con este ejercicio habrá podido aplicar los conceptos de motivación intrínseca y extrínseca al identificar las razones detrás de las acciones cotidianas. Al clasificar actividades según su tipo de motivación, practicó cómo diferenciar entre lo que se hace por interés personal (motivación intrínseca) y lo que se hace por recompensas externas (motivación extrínseca). Esto refuerza el conocimiento de que ambos tipos de motivación son importantes, pero en diferentes contextos.

¡Qué interesante! Continuemos con el siguiente ejercicio.

Ejercicio 2: “Diseñe su objetivo”



Nota. Tomado de *Joven afroamericana elegante mujer trabajando en el plan de proyectos usando notas pegajosas de papeles en la pared de vidrio, gente reuniéndose para compartir ideas, talleres de pensamiento positivo y conceptos de planificación de diseño de negocios.* [Fotografía], por Somkid Thongdee, 2018. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Tema: Definición de motivación.

Objetivo: Aplicar el concepto de motivación al establecer una meta alcanzable.

Procedimiento:

1. Piense en un objetivo personal, cómo mejorar en un deporte o aprender algo nuevo.
2. Divida su meta en pasos pequeños y alcanzables. Por ejemplo, “Practicar 30 minutos al día durante una semana”.
3. Evalúe diariamente su progreso y cómo se siente al avanzar hacia su meta.

Este ejercicio pone en práctica el concepto de motivación como un impulso para alcanzar metas claras y específicas. Al dividir un objetivo en pasos alcanzables, aplica la teoría de que las metas concretas y bien definidas



aumentan la motivación. Además, practicar el seguimiento del progreso diario permite observar cómo la retroalimentación positiva y los pequeños logros refuerzan el compromiso hacia las metas.

¿Cómo va su motivación? Espero que esté en su mejor momento porque estamos ya cerca de finalizar. Avancemos hacia el último ejercicio para culminar con la práctica.

Ejercicio 3: "Motivos en acción"



Nota. Tomado de Feliz mujer, diseñadora de moda y tablet en logística o gestión de pequeñas empresas en una tienda. Sonrisa de una persona o empresaria con tecnología en cadena de suministro, stock o envío en tienda minorista [Fotografía], por Yuri A., 2021. [Shutterstock](#). Tomado de Caminar, feliz y chica con amigos en la universidad para aprender, relacionarse y hablar con diversión. Personas, escuela y grupo de estudiantes de la generación z viajando al aire libre listos para la educación en el campus universitario. [Fotografía], por Yuri A., 2021. [Shutterstock](#). CC BY 4.0.

Tema: Motivos biológicos, de estimulación y aprendidos.

Objetivo: Reconocer cómo diferentes tipos de motivos influyen en nuestras decisiones.

Procedimiento:

1. Durante un día, lleve un registro de sus actividades principales (por ejemplo, comer, estudiar, socializar).
2. Clasifique cada actividad según si responde a un motivo biológico (hambre, sueño), de estimulación (curiosidad, diversión) o aprendido (lograr metas académicas o profesionales).
3. Reflexione sobre qué tipo de motivo predominó y cómo influyó en su día.

Este ejercicio le ha permitido aplicar los tipos de motivos (biológicos, de estimulación y aprendidos) a su vida diaria. Al clasificar las actividades, identifica cómo cada tipo de motivo influye en las decisiones y acciones. Esto refuerza el conocimiento de que nuestras conductas están guiadas por diferentes necesidades, desde las básicas hasta las aprendidas, y cómo estas interactúan entre sí. Además, este ejercicio pone en evidencia cómo los motivos de estimulación y aprendidos, como la curiosidad o el logro, pueden complementarse con los biológicos para mantener un equilibrio en nuestras actividades.

¿Qué tal le fue en los ejercicios? Seguro está muy sorprendido de todo lo que es capaz de hacer nuestro cerebro respecto a los procesos psicológicos básicos. Ahora bien, pasamos a las últimas semanas del ciclo académico y pasamos a hacer un repaso de las temáticas estudiadas.

¡Muchos éxitos en el repaso y la consolidación de los aprendizajes!

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 15

Actividades finales del bimestre

Luego de finalizar el segundo bimestre, en este momento haremos el acostumbrado repaso de las temáticas abordadas durante estas semanas, iniciamos con la **semana 9** en la que tocamos el tema de la inteligencia entendida como la capacidad general para pensar racionalmente, actuar determinadamente y enfrentarse eficazmente al entorno, dos grandes perspectivas mencionadas en la unidad es la visión unitaria, que la explica como una capacidad cognitiva general genética, y la otra es la multidimensional. Desde este enfoque, la inteligencia es una capacidad global emanada del promedio de múltiples facetas, determinada por el ambiente.

Recordará que la medición de la inteligencia es a través de pruebas que deben cumplir criterios psicométricos como la validez y la confiabilidad. Seguramente no olvidará que hablamos del Coeficiente Intelectual (CI), el cual



varía de persona en persona e indica si un sujeto es superdotado, promedio o tiene una discapacidad intelectual. Otra parte que pudimos conocer en cuanto a la relación de la inteligencia con el sexo es que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres, salvo las que dependen de las culturas; y en cuanto a la edad, la inteligencia tiende a estabilizarse y llegar a su pico alrededor de los 40 y luego comienza a declinar moderadamente. Por último, aunque existen discrepancias en torno a si es la herencia o el ambiente los que determinan la inteligencia, existen coincidencias en que ambos tienen una parte de influencia.

Avanzando hasta la **semana 10**, conocimos aquello que nos moviliza, activa, permite iniciar y terminar actividades; estamos hablando de la motivación. Estudiamos los motivos biológicos aquellos implicados en la supervivencia y son innatos, en su vida cotidiana seguramente habrá sentido alguno de ellos (sed, hambre, sueño, impulsos sexuales, evitación del dolor), también abordamos los motivos de estimulación, estos no son tan necesarios para sobrevivir como los anteriores, sin embargo, también contribuyen a ella, ya que están vinculados con la búsqueda de información que entre otras cosas puede alertar ante un peligro.

En la siguiente semana, seguimos tratando el tema de la motivación, específicamente con lo referente a los motivos aprendidos. Estos son adquiridos basados en necesidades y metas obtenidas generalmente del entorno social; se relacionan con necesidades adquiridas de poder, afiliación y logro. También estudiamos la motivación intrínseca (interna, voluntaria, caracterizada por autonomía, entusiasmo, alcance de metas personales) y la motivación extrínseca (caracterizada por estar determinada por el entorno, la promueve la alabanza, el mérito, el reconocimiento, los premios, la comodidad y el apoyo social).



Actividad de aprendizaje recomendada

La siguiente actividad tiene como finalidad contribuir a la consolidación de su aprendizaje, le sugiero que se tome un tiempo para desarrollarla.

Actividad 1

Elaborar un cuadro resumen de los contenidos principales de los temas: inteligencia y motivación (motivos biológicos, de estimulación, aprendidos, intrínseca y extrínseca).

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva, el tema, en el texto *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016) en el capítulo 9. Podrá encontrar lo concerniente a inteligencia en el texto *Inteligencia: Una breve introducción*, de Deary y Otero (2022) y los subtemas de la motivación en el texto *Comportamiento Organizacional*, de Robbins y Judge (2017), el capítulo 7.
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes y características resaltantes de cada tema.
- Elabore el cuadro resumen con las características fundamentales de cada tema.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.

Contenidos, recursos y actividades de aprendizaje recomendadas



Semana 16

Actividades finales del bimestre

¡Felicitaciones, estimado estudiante! Hemos llegado a la recta final y lo congratulamos por su esfuerzo y dedicación en este interesante camino del aprendizaje. Vamos a finalizar con el repaso de la unidad 2, dividida en dos partes dedicadas al tema de la emoción, la primera parte se concentró en la definición que recordará que en general se trata de un estado psicológico complejo que implica tres componentes distintos: una experiencia subjetiva, una respuesta fisiológica y una respuesta de comportamiento o expresiva.

Existen emociones básicas, conocidas también como primarias, son: temor, sorpresa, tristeza, repugnancia, cólera, expectación, alegría y confianza. Recordará que los cambios físicos asociados con la emoción son causados por el sistema nervioso autónomo; con una parte dedicada a activar, que es la rama simpática, y su contraparte dedicada a inhibir, que es la rama parasimpática. Conocemos que la amígdala está particularmente vinculada con el temor; y las hormonas adrenalina y noradrenalina se relacionan con las emociones. Finalmente, vimos que las expresiones emocionales permiten que otros identifiquen nuestras emociones.

La siguiente semana seguimos tratando el tema, pero esta vez nos centramos en las teorías que explican las emociones. Seguramente recordará que estudiamos la teoría de James-Lange (sostiene que la experiencia emocional sigue a las reacciones físicas), en contraposición la teoría de Cannon-Bard (afirma que las reacciones físicas y las experiencias emocionales ocurren simultáneamente). Por su parte, la teoría cognitiva de Schachter (indica que al etiquetar la excitación corporal puede determinar qué emoción sientes, la etiqueta correcta se hace por atribución). También vimos la hipótesis de retroalimentación facial, que sostiene que las expresiones faciales contribuyen a definir las emociones que sentimos y, finalmente, enfoques contemporáneos de la emoción, afirman que todos los elementos de la emoción se relacionan e interactúan entre sí.



Actividad de aprendizaje recomendada

La actividad sugerida a continuación le permitirá reforzar su aprendizaje de los tópicos abordados; se le recomienda dedicar un tiempo para realizarla.

Actividad 1

Estimado estudiante, le invito a elaborar un cuadro resumen de los contenidos principales de los subtemas de la emoción (definición, fisiología y teorías).

Procedimiento

- Lea en sus tres fases: global, analítica y comprensiva el tema, en el texto *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta*, de Coon y Mitterer (2016), capítulo 10, motivación y emoción; y en el texto *Comportamiento Organizacional* de Robbins y Judge (2017), capítulo 7.
- Subraye las ideas principales, anote palabras relevantes y características resaltantes de cada tópico.
- Elabore el cuadro resumen con las características fundamentales de cada tópico.

Nota. Conteste la actividad en su cuaderno de apuntes o en un documento de Word.





4. Autoevaluaciones

Autoevaluación 1

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	C	Codificación, almacenamiento y recuperación son etapas de la memoria
2	A	La recuperación es el proceso para acceder a un material que fue almacenado en la memoria.
3	C	Atkinson y Shiffrin fueron quienes propusieron el modelo multialmacén de la memoria
4	C	La memoria sensorial solo retiene información necesaria para poder codificarla y recuperarla en uno o dos segundos.
5	B	La memoria a largo plazo se codifica con base al sentido o significado que se le da a la información
6	A	Recuerdo, reconocimiento y reaprendizaje son métodos para medir la memoria.
7	C	Una de las causas por la cual se olvida puede ser cuando falla la codificación.
8	B	El hipocampo es un área del cerebro involucrado en el proceso de la memoria.
9	A	Una falla en la consolidación de recuerdos a largo plazo se conoce como amnesia anterógrada
10	A	La mnemotecnia se define como los sistemas auxiliares de la memoria.

[Ir a la autoevaluación](#)

Autoevaluación 2

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	C	La memoria declarativa es parte de la memoria a largo plazo.
2	B	La memoria declarativa se divide en: memoria semántica y memoria episódica
3	C	En la memoria semántica se almacenan recuerdos asociados con conocimientos acerca del mundo en general, es declarativa.
4	C	La memoria semántica no almacena recuerdos de las vivencias propias
5	C	El modelo de redes es uno de los modelos que se utiliza para explicar cómo se organiza y se recupera la información en la memoria semántica.
6	A	El modelo de redes para explicar el funcionamiento de la memoria semántica propone que las representaciones mentales de los conceptos están organizadas de manera jerárquica.
7	B	El modelo de comparación de rasgos que propone que las personas almacenamos los conceptos de la memoria semántica en conjunto de atributos y rasgos.
8	B	La memoria semántica es la que codifica y almacena información personal
9	C	La memoria episódica se relaciona con el tiempo y se da de manera consciente
10	A	La memoria declarativa es fáctica mientras que la procedimental almacena habilidades.

[Ir a la autoevaluación](#)

Autoevaluación 3

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	C	Una imagen mental es una representación de objetos físicos o eventos, imaginados o reales, es parte de una experiencia sensorial y perceptiva.
2	A	Los conceptos, las imágenes mentales y el lenguaje se constituyen como unidades básicas del pensamiento.
3	B	La toma de decisiones y resolución de problemas son dos usos de las imágenes mentales
4	A	Los conceptos son unidades cognitivas que se relacionan con el significado.
5	C	Una imagen es una representación mental, que tiene características similares a una foto.
6	B	La formación de conceptos se da por medio de las reglas conceptuales y los prototipos.
7	C	Los tipos de conceptos que existen son: conjuntivos, relacionales y disyuntivos
8	C	La sinestesia es la experimentación de un sentido asociado normalmente con otro
9	B	El significado connotativo es personal y emotivo.
10	B	Las imágenes encargadas de representar movimientos se les llama kinestésicas

[Ir a la autoevaluación](#)



Autoevaluación 4

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	B	El lenguaje comprende las dimensiones estructural, funcional y comportamental
2	A	El lenguaje se refiere la capacidad para comunicarse a partir de un conjunto de signos y símbolos
3	C	Las unidades de sonido básicas del lenguaje son los fonemas y morfemas.
4	B	La gramática es el conjunto de reglas para combinar las unidades lingüísticas en el habla o la escritura significativa. los sonidos en palabras y frases
5	C	Los Morfemas son las unidades significativas más pequeñas en una lengua, como sílabas o palabras
6	A	La sintaxis es la parte de la gramática que sirve para ordenar las palabras al formar frases
7	B	El fonema es la unidad de sonido básica del habla.
8	C	La semántica estudia el significado de las palabras y el lenguaje.
9	B	Las reglas de transformación permiten modificar una oración declarativa a otras formas o voces.
10	A	La comunicación animal carece de Gramática por ello se duda de que realmente utilicen lenguaje.

[Ir a la autoevaluación](#)

Autoevaluación 5

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	B	La heurística es una guía para reducir las posibles alternativas de solución.
2	A	El insight es la reorganización mental que permite ver la solución de forma obvia.
3	B	La solución por entendimiento es la que amerita una comprensión más profunda del problema en cuestión.
4	A	Un algoritmo es el conjunto de reglas que siempre conducen a la solución correcta de un problema.
5	B	La solución mecánica es por ensayo y error o memoria.
6	A	La solución general establece correctamente los requisitos para el éxito, pero no suficientes detalles para la acción futura
7	B	La fijación es la tendencia a seleccionar alternativas equivocadas para solucionar problemas.
8	A	Una solución funcional es detallada, práctica y viable.
9	B	El insight incluye tres habilidades: La codificación selectiva, la combinación selectiva y la comparación selectiva.
10	A	La heurística puede hacerse a través de la división en subproblemas, establecer metas intermedias y representar el problema de otra manera entre otras.

[Ir a la autoevaluación](#)



Autoevaluación 6

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	B	La creatividad es la capacidad de formar ideas o conceptos nuevos, nuevas asociaciones entre ideas y conceptos conocidos, que habitualmente conducen a soluciones originales.
2	C	Un elemento de la creatividad es la fluidez.
3	C	Las etapas de la creatividad son: la orientación, preparación, incubación, iluminación y preparación
4	B	La prueba de usos inusuales es aquella donde se debe pensar tantos usos como puedas para algún objeto
5	B	Pensamiento que produce muchas ideas o alternativas; un elemento importante en la originalidad y la creatividad
6	A	La fluidez se refiere al número total de soluciones producidas.
7	C	En la etapa de orientación la persona define el problema e identifica sus dimensiones más importantes
8	B	La independencia es una de las características de las personas creativa
9	C	La intuición es un pensamiento rápido e impulsivo que no utiliza la lógica formal o un razonamiento claro.
10	B	La heurística de representatividad es la tendencia a seleccionar las respuestas incorrectas porque parecen coincidir con categorías mentales preexistentes

[Ir a la autoevaluación](#)

		S	U	P	E	R	D	O	T	A	D	O	
3	C			R									
O				O					I				
N			M					N				V	
F		H	E	R	E	D	I	T	A	R	I	A	
I			D					E				L	
A			I					L				I	
B		O						I				D	
I								G				E	
L				U				E				Z	
I				N				N					
D		C		I				C					
7	A	M	B	I	E	N	T	A	L	I	S	T	A
D						A			A				
					R								
			B	I	N	E	T						
			A										



Autoevaluación 7

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	Binet	Alfret Binet fue el precursor de las pruebas de inteligencia
2	Inteligencia	La inteligencia es la Capacidad general para pensar racionalmente, actuar con determinación y enfrentarse con eficacia al entorno
3	Confiabilidad	La Confiabilidad es la medida de consistencia interna y estabilidad entre los ítems que conforman una prueba
4	Superdotado	A una Persona con un CI mayor a 130 se le considera que tiene inteligencia superior o superdotado.
5	Unitario	El enfoque unitario concibe la inteligencia como una capacidad cognitiva general genética
6	Validez	La validez es el requisito psicométrico que garantiza que la prueba mide el constructo para el cual fue diseñado
7	Ambientalista	La visión ambientalista afirma que la inteligencia está determinada por el entorno y el aprendizaje
8	Promedio	la inteligencia con un rango de CI entre 90-109 se considera Promedio.
9	CI	El coeficiente intelectual o CI es la Medida estandarizada que permite conocer las capacidades generales de una persona a razonar y adaptar de manera eficaz
10	Hereditaria	La inteligencia según el enfoque teórico unitario es vista como capacidad cognitiva general y determinada de forma hereditaria.

[Ir a la autoevaluación](#)

Autoevaluación 8

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	Motivación	La motivación es el estado interno o condición que activa y dirige la conducta.
2	Necesidad	La necesidad es una deficiencia interna que puede energizar la conducta
3	Impulsos	Los impulsos son la expresión psicológica de necesidades internas o metas valoradas
4	Meta	Una meta es se define como objetivo de la conducta motivada.
5	Biológicos	Los Motivos biológicos son innatos y están basados en necesidades fisiológicas.
6	Estimulación	Los Motivos de estimulación que reflejan necesidades de información, exploración, manipulación y aportaciones sensoriales
7	Homeostasis	La homeostasis es la condición estable de equilibrio físico
8	Excitación	La excitación es la activación del cuerpo y el sistema nervioso
9	Respuesta	Una respuesta es cualquier acción, actividad glandular u otra conducta identificable
10	Hipotálamo	El hipotálamo Área del cerebro vinculada con la motivación.

[Ir a la autoevaluación](#)

Autoevaluación 9

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	Intrínseca	La motivación basada en el disfrute personal de una tarea o actividad se conoce como intrínseca
2	Maslow	Maslow es el que desarrolló el modelo de jerarquía de necesidades.
3	Metanecesidades	Las metanecesidades están asociadas con impulsos de realización personal.
4	Oponentes	La teoría de procesos oponentes sostiene que las emociones fuertes tienden a ser seguidas por un estado emocional opuesto.
5	Sociales	Los motivos sociales son aprendidos y adquiridos como parte del crecimiento en una sociedad o cultura particular
6	Logro	La necesidad de logro se asocia con el deseo de destacar o de cumplir una norma internalizada de excelencia.
7	Aprendidos	Los motivos aprendidos no son innatos.
8	Básicas	Las necesidades básicas se encuentran en los cuatro primeros niveles del modelo de jerarquía de necesidades.
9	Extrínseca	La motivación extrínseca basada en recompensas (obligaciones o factores similares)
10	Poder	La necesidad de poder es el deseo de tener impacto social y control sobre los demás.

[Ir a la autoevaluación](#)



Autoevaluación 10

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	Alegria Repugnancia Sorpresa Confianza	De acuerdo al modelo de Plutchik alegría, repugnancia, sorpresa y confianza, son cuatro de las 8 emociones primarias propuestas.
2	Expectación Temor Tristeza Cólera	De acuerdo al modelo de Plutchik expectación, temor, tristeza y cólera son cuatro de las 8 emociones primarias propuestas.
3	Interés Serenidad Aceptación Fastidio	De acuerdo al modelo de Plutchik interés, serenidad, aceptación, fastidio son cuatro de las 8 emociones mixtas de baja intensidad.
4	Éxtasis Aflacción Aborrecimiento Terror	De acuerdo al modelo de Plutchik éxtasis , aflicción, aborrecimiento y terror son cuatro de las 8 emociones mixtas de alta intensidad.
5	Fisiológica Faciales Posturas Subjetivas	La emoción se caracteriza por la excitación fisiológica y cambios en las expresiones faciales, gestos, postura y sensaciones subjetivas.
6	Adrenalina Noradrenalina	Las hormonas implicadas en una descarga emocional son la adrenalina y noradrenalina
7	Simpática	Rama simpática es la parte del sistema nervioso encargada de activar el cuerpo

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
8	Parasimpática	La rama parasimpática invierte la excitación emocional. Esto calma y relaja el cuerpo. Luego de un periodo de intensa emoción, el corazón afloja el paso, las pupilas vuelven a su tamaño normal, la presión arterial se reduce, etc.
9	Adaptativas	Las emociones se asocian con muchas conductas adaptativas básicas, como atacar, huir, buscar confort, ayudar a otros y reproducirse.
10	Amígdala	La amígdala es la parte del cerebro vinculada particularmente con el temor

[Ir a la autoevaluación](#)



Autoevaluación 11

Pregunta	Respuesta	Retroalimentación
1	Cannon –Bard	Sostiene que las experiencias subjetivas y la excitación física que ocurren simultáneamente.
2	Retroalimentación	La hipótesis de retroalimentación facial, sostiene que las sensaciones de las expresiones faciales ayudan a definir qué emoción siente una persona.
3	Contemporáneos	Los modelos contemporáneos de las emociones hacen mayor énfasis en los efectos de las evaluaciones cognitivas de las emociones. Asimismo, nuestros sentimientos y acciones cambian conforme cada elemento de la emoción interactúa con otros
4	Schachter	La teoría de Schachter mantiene que las emociones son debidas a la evaluación cognitiva de un acontecimiento, pero también a las respuestas corporales.
5	Izard	El teórico Izard estuvo entre los primeros en sugerir que, en efecto, el rostro influye en la emoción. primeros en sugerir que, en efecto, el rostro influye en la emoción.
6	James-Lange	Según la teoría de James-Lange la emoción ocurre una vez que el sujeto interpreta sus respuestas corporales.
7	Ekman	Según Ekman las expresiones faciales pueden producir emociones
8	Evaluación	La evaluación emocional es la estimación del significado personal de un estímulo
9	Atribución	La atribución es el proceso mental de asignar causas a hechos. en la emoción, el proceso de atribuir la excitación a una fuente particular.
10	Cognitiva	Schachter es un representante del modelo de corriente cognitiva para explicar las emociones.

[Ir a la autoevaluación](#)



5. Referencias bibliográficas

Aguado, L. (2001). Aprendizaje y Memoria. *Revista de Neurología*, 32, 373-381.

Anderson, M. (2010). *Desarrollo de la Inteligencia*. Oxford University Press y Alfaomega.

Álvarez, B. (2008). Entre el recuerdo y el olvido: un estudio filosófico-literario de la memoria en la poesía de José Emilio Pacheco. *Ciencia Ergo, 15(3)*, 259-268.

Baddeley, A. (2003). Working memory: looking back and looking forward. *Nature Reviews Neuroscience*, 4, 829-839.

Baddeley, A. y Hitch, G. (1971). Working memory. *Psychology of Learning and Motivation*, 8, 47-89.

Bados, A. y García, E. (2014). *Resolución de problemas*. Universitat de Barcelona, Departament de Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològics. <https://deposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/54764/1/Resoluci%C3%B3n%20problemas.pdf>

Ballesteros, S., Reales, J., y Manga, D. (1999). Memoria implícita y memoria explícita intramodal e intermodal: influencia de las modalidades elegidas y del tipo de estímulos. *Psicothema*, 11(4), 831-851.

Barrera, L. y Fraca, L. (1991). *Psicolingüística y desarrollo del español II*. Caraca: Monte Ávila Editores Latinoamericana.

Beltrán, J., Moreno, N., Polo, J., Zapata, M., y Acosta, M. (2011). Memoria autobiográfica: un sistema funcionalmente definido. *International Journal of Psychological Research*, 5(2), 108-123.

Bericat, E. (2012). Emociones. *Sociopedia*, 1-13. DOI: 10.1177/2056846012661.

Brody, L. (1999). *Emotion and the Family*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Carrillo-Mora, P. (2010a). Sistemas de memoria: reseña histórica, clasificación y conceptos actuales. Primera parte: Historia, taxonomía de la memoria, sistema de la memoria de largo plazo: la memoria semántica. *Salud Mental*.33, 85-93

Carrillo-Mora, P. (2010b). Sistemas de memoria: reseña histórica, clasificación y conceptos actuales. Segunda parte: Sistemas de memoria de largo plazo: Memoria episódica, sistema de la memoria no declarativa y memoria de trabajo. *Salud Mental*.33, 195-205.

Colvin, M. y Rutland, F. (2008). *Is Maslow's Hierarchy of Needs a Valid Model of Motivation*. Louisiana Tech University. Consultado en: <http://www.business.latech.edu/>

Coon, D. y Mitterer, J. (2016). *Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta* (13^a ed.). Cengage Learning.

Chaigneau, S. y Romero, J. (1996). Habilidades Comunicativas Básicas: Un Análisis Factorial del Protocolo de Evaluación Pragmática. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 567-577.

Chomsky, N. (1988). *La nueva sintaxis: teoría de la reacción y el ligamento*. Barcelona: Paidós.

Crespo, L. (1998). *Psicología general: Memoria, pensamiento y lenguaje*. Madrid: Editorial Centro de Estudios Ramón Areces.

Deary, I., y Otero, M. (2022). *Inteligencia: Una breve introducción*. Antoni Bosch editor. <https://www.digitaliapublishing.com/a/121461>

Esquivias, M., González, A., y Muria, I. (2003). Solución de Problemas: Estudio evaluativo de tres enfoques pedagógicos en las escuelas mexicanas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 1(2). Disponible en: "<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=2931/293152877005>"

Guilera, L. (2020). *Anatomía de la creatividad*. Marge Books. <https://www.digitaliapublishing.com/a/125841>

Gross, R. (1998). *Psicología humana: la ciencia de la mente y la conducta*. México: Manual Moderno.

Hardman, T. (2021). Understanding creative intuition. *Journal of Creativity*, 31, 2-6. <https://doi.org/10.1016/j.yjoc.2021.100006>.

Hernández, A. (2012). *Procesos psicológicos básicos*. México: Red Tercer Milenio.

Herrera et al. (2018). Solución de problemas como proceso de aprendizaje cognitivo. *Boletín Virtual*, 7(4), 107-117.

Klein, S., Cosmides, L., Gangi, C., y Jackson, B. (2009). *Evolution and episodic memory: an analysis and demonstration of social function of episodic recollection*. *Social Cognition*, 27(2), 283-320.

León, E. y Peña, B. (2022). *Psicología del aprendizaje y la memoria*. Editorial Abya-Yala. <https://www.digitaliapublishing.com/a/136884>

López, B. (2007). *Introducción a la inteligencia artificial*. Instituto Tecnológico de Nuevo Laredo. Recuperado de: <https://nlaredo.tecnm.mx/takeyas/Articulos/Inteligencia%20Artificial/ARTICULO%20Introduccion%20a%20la%20Inteligencia%20Artificial.pdf>

Luger, J. y Stubblefield, A. (1989). *Artificial Intelligence and the Design of Expert Systems*. The Benjamin/Cummings Publishing Company, Inc. Estados Unidos.

Marchetti, P. y Pereno, G. (2015). Introducción a los procesos psicológicos básicos. En G. Pereno, L. Luque, E. Sellán, P. Marchetti, L. Juaneu y L. Ponce (Eds.). *Manual Ciclo de Nivelación* (pp. 113-141). Córdoba, Argentina: Universidad Nacional de Córdoba.



Martin, A., y Chao, L. (2001). Semantic memory and the brain: Structure and processes. *Current Opinion in Neurobiology*, 11, 194-201.



Martínez, Y. (2003). Comunicación animal, un punto de vista humano. *R evista la Tadeo*, 68, 31-39.



Maurera Cid, F. (2018). ¿Qué es la inteligencia? Bubok Publishing S.L. <https://elibro.net/es/ereader/bibliotecaupl/51359?page=20>



Morales, J. y Muñoz, E. (2012). *Fundamentos Del Aprendizaje y Del Lenguaje*. Editorial UOC. <https://ebookcentral.proquest.com/lib/uppl/detail.action?docID=7051419>



Myers, D.G. (2006). *Psicología*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Neisser, U. (1967/1976). *Psicología Cognitiva*. México: Trillas.

Palmero, F., Fernández-Abascal, E., Martínez, F. y Chóliz, M. (2002). *Psicología de la Motivación y la Emoción*. Madrid: McGraw Hill.

Pavlov, I. (1929). *Los reflejos condicionados*. Madrid: Ediciones Morata.

Peña, G. y Cañoto, Y. (2016). *Introducción a la Psicología General*. UCAB Ediciones.

Piaget, J. (1945). Lenguaje y Pensamiento del niño. *Teorías* (31-46). México: Trillas.

Prieto, G. y Delgado, A. (2010). Fiabilidad y validez. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 67-74.

Rathbone, C.; Moulin, C. y Conway, M. (2009). *Self-centered memories: the reminiscence bump and the self*. *Memory & Cognition*, 36 (8), 1403-1415.

Robbins, S. y Judge, T. (2017). *Comportamiento Organizacional* (17.^a edición). Pearson.

Santalla, Z. (2016). Memoria. En G. Peña y Y. Cañoto (Eds.). *Una introducción a la Psicología General* (pp. 139-161). Caracas: UCAB.

Schunk, H. (2012). Procesos del aprendizaje cognitivo. *Teorías del aprendizaje. Una perspectiva educativa*. 6.^a. Ed. Recuperado de <https://fundasira.cl/wp-content/uploads/2017/03/TEORIAS-DEL-APRENDIZAJE.-DALE-SCHUNK..pdf>

Sola, S. (2013). Memoria mediática y construcción de identidades. *Tabla Rasa*. 19, 301-314.

Turving, E. (2002). Episodic memory: from mind to brain. *Annual Review of Psychology*, 53, 1-25.

Vidal, R. (2009). La creatividad: conceptos. Métodos y aplicaciones. *Revista Iberoamericana de Educación*. 49(2), 1-11.

Vidales, I. (2005). *Psicología General* (2.^a ed.). México: Limusa.

Villamizar, G. (2012). La creatividad desde la perspectiva de estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 10(2), 212-237.