

UNIDAD 1. LA PSICOLOGÍA COMO “SABER CIENTÍFICO”: EL CAMPO DE ESTUDIO DE LA PSICOLOGÍA

En 1890, **William James**, filósofo y médico estadounidense y uno de los fundadores de la psicología moderna, definió la psicología como **“la ciencia de la vida mental”** y su definición parece un buen punto de partida para nuestra comprensión, incluso hoy en día. **Todos tenemos vida mental** y, por lo tanto, todos tenemos alguna idea sobre lo que eso significa, aunque pueda estudiarse en monos y ratas, además de en las personas; con todo, el concepto sigue siendo escurridizo.

Como la mayoría de los psicólogos, William James se interesaba especialmente por la psicología humana, la cual, creía, se componía de ciertos elementos básicos: pensamientos y sentimientos, un mundo físico que existe en el espacio y en el tiempo y una manera de obtener conocimiento respecto a estas cosas. **Para cada uno de nosotros, este conocimiento es fundamentalmente personal y privado.** Surge de nuestros pensamientos, de nuestros sentimientos y de nuestra experiencia del mundo y puede, o no, estar influenciado por los datos científicos al respecto. Por esta razón **resulta fácil para nosotros realizar juicios sobre cuestiones psicológicas utilizando como base nuestra experiencia.** Nos comportamos como **psicólogos aficionados** cuando ofrecemos opiniones sobre fenómenos psicológicos complejos, tales como si es posible el lavado de cerebro, o cuando asumimos como hechos nuestras opiniones, sobre por qué las personas se comportan como lo hacen: si creen que han sido insultadas, o se sienten infelices, o abandonan súbitamente sus empleos. **La psicología formal intenta establecer métodos para decidir qué explicaciones son las más correctas,** o para determinar bajo qué condiciones tienen aplicación (...).

La psicología, tal y como la definió William James, se refiere a la mente o al cerebro, pero aunque los psicólogos estudian el cerebro, **todavía no sabemos lo suficiente sobre su funcionamiento** como para comprender el papel que cumple en la experiencia y la expresión de nuestras esperanzas, temores y deseos, o en nuestra conducta durante experiencias tan diversas como dar la luz o ver un partido de fútbol. De hecho, raramente es posible estudiar directamente el cerebro; por lo tanto, **los psicólogos han avanzado más estudiando nuestra conducta y utilizando observaciones para extraer hipótesis sobre lo que ocurren en nuestro interior.**

La psicología también se ocupa de los modos en que los organismos, habitualmente las personas, utilizan sus capacidades mentales, o la **mente**, para operar en el mundo que les rodea. Esos modos han ido cambiando a lo largo del tiempo, a medida que su ambiente ha ido cambiando. La **teoría evolucionista** propone que si los organismos no se adaptan al ambiente cambiante, se extinguen (de ahí los enunciados “adaptarse o morir” y “supervivencia de los más aptos”). La mente ha sido, y aún está siendo, moldeada por los procesos adaptativos. Esto significa que **hay motivos evolutivos por los que nuestra mente funciona como lo hace** –por ejemplo, la razón por la cual detectamos mejor objetos en movimiento que objetos estáticos puede ser que esta capacidad era útil para que nuestros ancestros evitaran los predadores-. Es importante que los psicólogos, igual que quienes trabajan en disciplinas científicas como la biología o la fisiología, sean conscientes de estas razones.

Una dificultad inherente al estudio de la psicología es que los hechos científicos deberían ser objetivos y verificables, pero **el funcionamiento de la mente no puede observarse igual que el funcionamiento de un motor.** En la vida cotidiana sólo puede observarse indirectamente, realizando inferencias a partir de aquello que sí puede observarse, es decir, la conducta. La **tarea de la psicología** se parece bastante a resolver un crucigrama. Supone **evaluar e interpretar los indicios disponibles** y utilizar aquello que ya conocemos para rellenar los huecos. Es más, **los propios indicios deben derivarse de una observación cuidadosa,** basada en medidas precisas, analizada con todo el rigor científico posible, e interpretada utilizando argumentos lógicos y razonados que puedan ser sometidos al escrutinio público. Mucho de lo que deseamos saber de la psicología –cómo percibimos, aprendemos, recordamos, pensamos, resolvemos problemas, nos desarrollamos, diferimos entre nosotros y nos relacionamos- ha de medirse indirectamente, y todas estas actividades tienen **determinantes múltiples;** es decir, son influenciadas por varios factores y no por uno sólo (...).

Las interacciones complejas son la norma, más que la excepción, en la psicología, y comprenderlas depende del **desarrollo de técnicas y teorías sofisticadas.** **La psicología tiene las mismas metas que cualquier otra ciencia: describir, comprender, predecir y aprender a controlar los procesos que estudia.** Una vez se han

alcanzado estas metas, puede ayudarnos a comprender la naturaleza de nuestra experiencia, además de tener **utilidad práctica**.

BUTLER, Gillian y McMANUS, Freda, *Breve introducción a la psicología*, Madrid, Alianza, 2007, pp. 9-12.

Para empezar...

1. ¿Por qué razón has elegido estudiar Psicología?
2. ¿Qué problemas crees que trata la Psicología?
3. Sócrates, filósofo griego del s. V a.C., repetía continuamente la máxima *Conócete a ti mismo*. ¿Crees que estudiando algunas cuestiones esenciales de la Psicología podrás conocerte mejor?
4. ¿Sabes en qué se diferencian un psicólogo, un psiquiatra y un psicoanalista?
5. ¿Por qué crees que hay un psicólogo escolar en los centros de enseñanza? ¿Cuáles son sus funciones? ¿Has necesitado alguna vez de su ayuda?
6. ¿Podrías enumerar algunas tareas de un psicólogo del trabajo o de un psicólogo clínico?
7. ¿Con qué ciencias crees que puede tener relación la Psicología? Biología, Derecho, Química, Economía.
8. Muchos autores discuten sobre si la Psicología es una ciencia empírica, como la Biología o la Física, o una ciencia social, como la Historia o la Antropología. ¿Cuál es tu opinión?

1. Evolución histórica de la Psicología

La Psicología es el estudio de la **conducta** y los **procesos mentales**, analiza cómo los seres humanos piensan, sienten y aprenden para adaptarse a su ambiente. La conducta cambia mediante la experiencia y el aprendizaje, los cambios en el estado fisiológico y las influencias socioculturales. La Psicología trata de comprender por qué los humanos se comportan como lo hacen y aborda temas que abarcan desde la fisiología del cerebro hasta la socialización humana, desde los procesos cognitivos a los problemas clínicos.

La palabra “psicología” procede de dos términos griegos *psyché* y *logos*, que significan “alma” (entendida como lo que “anima” o “da vida”) y “conocimiento” o “ciencia”. Podemos definir la **Psicología** como la *disciplina que estudia la conducta y los procesos mentales (percepción, memoria, pensamiento, etc.) de los seres humanos y parte de la conducta animal*.

La **conducta** se compone de las **respuestas** (R) que ofrece un organismo (humano o animal) ante un **estímulo** (E) que procede del medio.

Para explicar la totalidad del comportamiento humano habrá entonces que explicar tanto los *aspectos observables* o **conducta** (E-R) como los *aspectos no observables* o **procesos mentales internos** (memoria, inteligencia, pensamiento, etc.).

Dado que el campo de estudio de la Psicología es muy amplio, al abarcar el comportamiento del ser humano y parte del comportamiento animal, históricamente se han diferenciado varias **teorías** o **perspectivas de estudio**.

A) Fuentes de la Psicología

La Psicología surge como disciplina independiente hacia finales del siglo XIX, ya que anteriormente se trataba como una parte de la Filosofía. Suele considerarse al fisiólogo y filósofo alemán **Wilhelm Wundt** (1832-1920) como el fundador de la “Psicología científica”.

Tradicionalmente se considera que las **fuentes** o **raíces intelectuales** de la Psicología son la **Filosofía**¹, la **Fisiología** (estudio de las funciones de los órganos del cuerpo: sistemas sensoriales, cerebro...) y la **metodología científica** (método experimental).

¹ En Grecia, **Platón** (siglo V-IV a.C.) defiende una concepción **dualista** de la naturaleza humana: el ser humano se compone de **cuerpo** y **alma**. El alma (lo que hoy llamamos la *mente*) se consideraba de origen divino y de naturaleza incorpórea e incorruptible frente al cuerpo material, mortal y corruptible. Más tarde, **Aristóteles** (s. IV a.C.) concibió la *psyché* como principio de vida de los cuerpos vivos, lo que hace de un organismo un ser vivo, de manera que el alma es el **conjunto de**

B) El impacto de la teoría de la evolución

La *teoría de la evolución* de **Darwin** también ejerció una profunda influencia al destacar la continuidad entre el ser humano y el resto de las especies animales. Desde un punto de vista evolucionista se tenderá a considerar que muchas de las conductas humanas (empatía, apego, las conductas de huida o evitación, ciertas reacciones emocionales como el miedo...), así como los procesos mentales, son el resultado de la selección natural y la adaptación de los organismos al ambiente en el que viven.

C) Primeras teorías

- **ESTRUCTURALISMO O ASOCIACIONISMO.**- Suele considerarse a **Wilhelm Wundt** el fundador de la “Psicología científica”. En 1879 creó el primer laboratorio de Psicología experimental en la universidad alemana de Leipzig.

Wundt pretendía estudiar la **conciencia** o capacidad de darnos cuenta y unificar en una representación los datos o estímulos externos (estímulos ambientales: colores, olores, sonidos...) y privados (sensaciones corporales, recuerdos, pensamientos, ideas...).

Para ello se ocupó de estudiar los *contenidos mentales* (percepción, sentimientos e imágenes) o *representaciones mentales* como el **resultado de elementos simples que se asocian entre sí**. Para Wundt la **conciencia** se encargaba de **unificar los elementos que dan forma a la vida mental**. Por ejemplo, para Wundt, la percepción de un objeto se producía por la unión de sensaciones simples que se asocian entre sí.

Por tanto, los problemas de que se ocuparon los asociacionistas son: 1) en primer lugar, analizar la estructura de la conciencia, descubriendo los componentes más simples que se encuentran en la misma. Los estructuralistas defienden que la conciencia se compone de tres elementos: imágenes, sensaciones y sentimientos; todos los demás contenidos de la conciencia (ideas, pensamientos, recuerdos...) serían un producto de la asociación de los elementos más simples. 2) En segundo lugar, buscan las leyes que regulan la combinación de estos contenidos o elementos.

Utilizó como **método la introspección** (o auto-observación y autorreflexión de las experiencias conscientes) y la **experimentación**.

- **PSICOLOGÍA DE LA GESTALT** (Khöler, Koffka).- Se opusieron al enfoque asociacionista de Wundt: no aceptaban que la percepción fuera un compuesto de sensaciones simples.

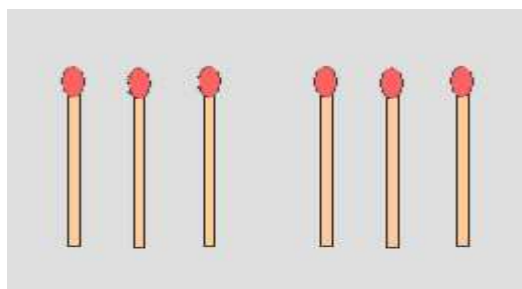
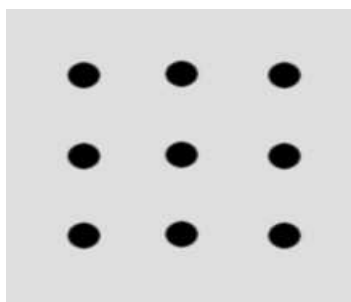
Se ocuparon, por una parte, de procesos de **percepción** y, por otra, del **aprendizaje de solución de problemas**, y defendían que “el todo es mayor que la suma de las partes”. Así, cuando **percibimos** la realidad, la mente tiende a agrupar los estímulos de una determinada *forma* o a completar figuras incompletas; igualmente, para **resolver un problema** no basta con tener presentes los elementos de que se compone dicho problema sino que es necesario que los elementos se den en una cierta configuración o *insigth* (captación súbita de la relación o configuración de los elementos de un problema) para poder resolver el problema.

Utilizaron el **método experimental** pero no rechazaron la introspección.

(Ver <http://www.psicologigestalt.com/los-principios-gestalticos-en-la-resolucion-de-problemas/>)

funciones del organismo, por eso dice Aristóteles “si el ojo fuera un animal, la vista sería su alma”. Por ello cuerpo y alma no son separables: un cuerpo sin alma dejaría de ser un organismo o un animal; y un alma sin cuerpo no sería nada (como no es nada la vista separada del ojo). En el siglo XVII, **Descartes** (1596-1650) continúa el dualismo de Platón y establece una división de los actos en voluntarios e involuntarios. Algunos actos, como los reflejos, son reacciones automáticas e involuntarias ante estímulos externos, y otros son acciones voluntarias gobernadas por la mente (entidad que no es física sino inmaterial) y debidas a que la persona elige comportarse así. De este modo los actos voluntarios de la mente son independientes de los estímulos externos. Este dualismo extremo, o división de la naturaleza humana en una entidad física (cuerpo) y una entidad inmaterial (mente), plantea el **problema**, enorme problema, de la **relación entre la mente y el cuerpo**: si la mente no es una realidad física, ¿cómo puede producir los movimientos físicos implicados en la conducta voluntaria?, o más en general ¿cómo puede lo que no es físico (la mente) interactuar con lo físico (el cuerpo)?

Un primer ejercicio sencillo: tratar de unir los nueve puntos de esta matriz con CUATRO LÍNEAS RECTAS. ¿Parece complicado? ¡Es muy sencillo!



Aquí está el segundo ejercicio: trata de formar cuatro triángulos EQUILÁTEROS empleando seis fósforos.

2.- Teorías clásicas de la Psicología

- **PSICOANÁLISIS.-** Su fundador fue **Sigmund Freud** (1856-1939). El psicoanálisis es una **descripción de la mente humana** y un **método** para el **tratamiento de los trastornos mentales**.

Según Freud, la parte fundamental de la personalidad del ser humano es el **inconsciente**, de manera que la conducta consciente y la personalidad son el resultado de procesos inconscientes. Freud estaba convencido de que la mayor parte de los síntomas de las personas neuróticas estaban relacionados con sucesos de la vida pasada que los sujetos no querían recordar o que reprimían. Destacó asimismo el papel de los factores sexuales en la génesis de los síntomas patológicos de sus pacientes y, lo que es aún más importante, que las experiencias traumáticas sufridas en la infancia estaban en la base de la mayor parte de los conflictos psicológicos.

El inconsciente se compone de **deseos e impulsos reprimidos** (agresivos y sexuales), es decir, deseos de los cuales no somos conscientes.

Los deseos inconscientes se manifiestan mediante **sueños, lapsus y actos fallidos**: en los sueños satisfacemos nuestros deseos, aunque estos aparecen disfrazados; por eso, para Freud, el *sueño es la satisfacción (inconsciente) de un deseo (reprimido)*.

La **represión** de los deseos y los impulsos biológicos es, para Freud, la causa de los trastornos mentales (*neurosis*: fobias, ansiedad, angustia...).

La personalidad se compone de tres instancias: **ello** (donde se alojan los impulsos y deseos reprimidos), **yo** (aloja la parte consciente de la personalidad, aunque también cuenta con mecanismos de defensa inconscientes), **super-yo** (moralidad e ideales del sujeto)

Utiliza como **método** la *introspección*, la *asociación libre de ideas* y la *interpretación de los sueños* como método terapéutico.

El psicoanálisis es desde su nacimiento una teoría muy polémica que ha despertado apasionadas defensas y duras críticas. Las críticas más importantes que se han hecho al psicoanálisis tienen que ver con la ausencia de confirmación experimental de sus predicciones y con su escasa eficacia terapéutica, ya que no está demostrado que se “curen” más los sujetos que acuden a la terapia que los que no acuden a ella.

- **EL CONDUCTISMO.**- El conductismo fue propuesto por **John Watson** como una reacción contra el estructuralismo. Para Watson la Psicología debía ser una **ciencia natural** cuyo objetivo es describir, predecir y controlar la conducta, descomponiéndola en estímulos y respuestas. La conducta es “lo que el organismo hace o dice”.

La Psicología debe ocuparse de la **conducta o aspectos observables del comportamiento (E-R)**, **rechaza la introspección como método de estudio** y defiende el **método experimental**. Watson defendía que toda conducta puede reducirse a cadenas de estímulos y repuestas, de manera que si controlamos los estímulos ante los que un sujeto responde podemos controlar sus respuestas.

Watson no admite que las personas puedan controlar sus propias acciones, sino que la conducta está influida por el ambiente donde se desenvuelve el sujeto. La descripción que hace de la conducta humana es bastante simple: un estímulo llega a una determinada región del cerebro, actúa sobre él, y se produce una respuesta determinada. La respuesta ocurre a causa del estímulo, pero no a causa de algún estado mental dentro del individuo (ya sean deseos, temores, expectativas...). Para cambiar el comportamiento de un organismo hay que cambiar los estímulos y las respuestas, y no lo estados mentales.

El punto de vista acerca de las influencias ambientales (los estímulos y respuestas que se dan en el ambiente) sobre el comportamiento se expresa en esta famosa declaración: *“dadme una docena de niños sanos y bien formados y mi propio mundo para criarlos y les garantizo que tomaré uno al azar y lo entrenaré para que se convierta en el tipo de especialista que yo quisiera seleccionar: doctor, abogado, artista, comerciante e incluso pordiosero y ladrón, sin importar sus talentos, inclinaciones, tendencias, habilidades, aficiones, raza y ancestros”*.

Después de la segunda Guerra Mundial se desarrolló el *conductismo radical* de **B. F. Skinner**, que concebirá la conducta como acciones del organismo, controladas por el ambiente, que se seleccionan en función de sus consecuencias.

- **LA PSICOLOGÍA HUMANISTA (Abraham Maslow, Carl Rogers).**- Más que una escuela o una teoría psicológica claramente definida es un movimiento de psicólogos cuyas características comunes son:

Rechazan la reducción de la Psicología al estudio de la conducta observable, es decir, se oponen al conductismo.

Rechazan la explicación de la conducta en función de impulsos emocionales inconscientes, o sea, se oponen a psicoanálisis.

Según el punto de vista humanista la Psicología se caracteriza por el estudio del “interior” de la persona humana, al que solo se puede acceder mediante la introspección. La personalidad de cada individuo se caracteriza por la búsqueda y la tendencia de del ser humano hacia su propia **identidad** y **autorrealización**. Para **Maslow**, las motivaciones que explican la conducta de las personas se deben al intento de satisfacer una serie de **necesidades básicas jerarquizadas**.

- **PSICOLOGÍA COGNITIVA (Jerome Bruner, George Miller, Ulric Neisser).**- La Psicología cognitiva abandona el modelo conductista (estímulo-respuesta) y considera que existen procesos mentales (percepción, memoria, inteligencia, etc.) entre los estímulos y las respuestas que intervienen en la conducta humana.

La Psicología cognitiva trabaja con la *metáfora del ordenador*, según la cual la mente humana es similar a un procesador de información: la mente humana capta información, la almacena y la manipula según ciertas reglas para ofrecer una respuesta.

Para explicar la conducta no basta con conocer los estímulos y las respuestas sino que es necesario estudiar lo que sucede dentro del organismo (los procesos mentales: pensamientos, emociones, expectativas...).

El *tratamiento* de los trastornos mentales desde la perspectiva cognitiva consiste en la *corrección de ideas falsas, distorsiones e ideas irracionales* que, a juicio de los psicólogos cognitivos, son las que producen los trastornos

Se defiende la **introspección** para estudiar los procesos mentales y el **método experimental**.

ACTIVIDADES UNIDAD 1. La Psicología como “saber científico”: el campo de estudio de la Psicología

2. 1.- Caso práctico. Al analizar y evaluar el siguiente caso ¿en qué aspectos se fijarán los psicoanalistas, los conductistas y los psicólogos cognitivos?

Selma, una mujer de 31 años, acude a solicitar ayuda porque dice sentirse mal, muy abatida, sin ilusión y con ganas de morir. Le ha costado mucho acudir al psicólogo y darse cuenta de que “ella sola no puede”. En otras ocasiones lo pasó mal, lo superó sin ayuda de nadie, pero ahora no puede. “Yo soy una luchadora porque la vida es lucha y en general no se puede contar con nadie”. Lleva un año mal pero hace dos meses tuvo que pedir la baja laboral, porque no se concentraba nada en su trabajo, lloraba constantemente, los demás le preguntaban y sentía que estaba dando una imagen de debilidad para ella insoportable. “Yo llevo mal bastante tiempo, desde que murió mi madre, (mi madre sí que era fuerte), estábamos muy unidas”, aunque admite que su madre era muy rigurosa en casa: de pequeña recuerda haber sufrido algunos castigos por parte de su madre, ya que era muy exigente.

“Selma es Secretaria de la Dirección en una Empresa, “gracias a su propio esfuerzo”, está muy bien considerada, persona competente y amable, tiene buenas relaciones con sus compañeros, “he sido siempre la que ayudaba a los demás y ahora no puedo”, actualmente vive sola y progresivamente ha ido reduciendo su actividad “porque no tengo fuerzas”. Al estar de baja laboral prácticamente no sale de casa y sus relaciones personales se han limitado a su hermana, puesto que su medio social es fundamentalmente el trabajo.

No entiende por qué razón está así, hace todos los esfuerzos que puede para animarse y no consigue nada. Habiendo superado tantas cosas, la muerte de su padre, problemas económicos, la enfermedad de su madre, etc., le parece horrible haber caído tan bajo, no tener “cuerpo” para nada, estar todo el día llorando y querer morir. Su madre murió hace un año después de una larga estancia en el Hospital, en esta época Selma trabajaba y atendía su madre, pasaba las noches sin dormir cuidándola y según ella “no lo llevé mal, este esfuerzo sí que me dio resultado” pero ahora “no valgo para nada”

Psicoanálisis	
Conductismo	
Psicología cognitiva	

Actividad 2.2- Completa el cuadro de las distintas teorías psicológicas, su campo de estudio, el método que utiliza cada una de ellas, si estudia aspectos observables del comportamiento o aspectos no observables y anota algunos de sus autores representativos.

	Campo de estudio	Método	Aspectos observables	Aspectos no observables	Autor(es)
Asociacionismo o estructuralismo					
Gestalt					
Psicoanálisis					
Conductismo					
Psicología cognitiva					

3.- ¿Qué estudia la Psicología? Objetivos de la Psicología

Las personas en su vida cotidiana tratan de describir, predecir, o controlar su conducta y las de otras personas. Los psicólogos también tienen estas metas, pero sus análisis son más sistemáticos, buscan las causas que subyacen a la conducta y sus métodos de investigación son más rigurosos.

- **Describir** el comportamiento humano, es decir, recoger datos acerca de la conducta y los procesos mentales o procesos cognitivos.
- **Explicar** o averiguar las causas de una determinada conducta (depresión, fobias, ansiedad, etc.) o del funcionamiento de los procesos mentales. Para ello formula hipótesis o explicaciones basadas en una teoría, siempre provisionales y sujetas a revisión.
- **Comprender** o captar el sentido que los sujetos dan a sus acciones y cómo captan la realidad.
- **Predecir** o determinar el curso de los hechos.
- **Controlar** y **modificar** las condiciones que influyen en el desarrollo de un fenómeno.

4.- Ramas de la Psicología

El campo de estudio de la Psicología es muy amplio, por ello existen dentro de la disciplina múltiples especialidades con diferentes objetos de interés. De este modo la Psicología presenta dos dimensiones fundamentales: la *investigación básica* y la *Psicología aplicada*. La **Psicología básica** estudia de manera experimental los procesos psicológicos y la conducta en el laboratorio. La **Psicología aplicada** aplica esos conocimientos a múltiples contextos (educación, deporte, clínica, etc.).

- **Psicología básica:** Psicología general, Psicología experimental, Psicobiología, Psicología evolutiva, Psicología social, Psicología de la personalidad, Psicología del aprendizaje.

- **Psicología aplicada:** Psicología educativa, Psicología clínica, Psicología del trabajo y las organizaciones

Otras especialidades aplicadas que han surgido en las últimas décadas son la Psicología forense, la Psicología del deporte, la Psicología comunitaria o la Psicología del consumidor.

Actividad 4.1.- Describe los campos de estudio e interés de las distintas ramas de la Psicología así como algunos problemas que estudia cada una de las especialidades.

5.- Los métodos de la Psicología

5.1. EL PROBLEMA DEL MÉTODO EN PSICOLOGÍA: EXPLICACIÓN VERSUS COMPRENSIÓN. La Psicología no es una ciencia en el mismo sentido que lo son las ciencias naturales como la Física, la Química o la Biología. En estas ciencias la mayoría de los científicos están de acuerdo en qué es lo conocido: existe una delimitación del campo de estudio y una unidad teórica y metodológica que no se dan en Psicología. Al contrario que en las ciencias naturales, **en Psicología existen varias teorías para explicar los mismos hechos (psicoanálisis, conductismo, cognitivismo) y diferentes métodos de investigación.** Esta **falta de unidad teórica y metodológica** ha producido una falta de consenso acerca de qué es “conocimiento psicológico” y acerca del carácter científico de la propia disciplina.

Desde su nacimiento la Psicología se ha visto envuelta en la **polémica acerca de su carácter científico.** La verdad es que a día de hoy podemos considerarla más próxima a los saberes humanísticos que a las ciencias naturales como la Química o la Biología, si bien puede utilizar y de hecho utiliza los resultados de estas ciencias. Como saber humanístico que es, la Psicología presenta dos características que son comunes a la mayoría de las situaciones que estudian las ciencias humanas:

a) **El campo de estudio de las ciencias sociales o humanas es el conocimiento de la realidad social y del ser humano,** lo cual plantea en estos saberes una relación peculiar entre sujeto y objeto de conocimiento: **el sujeto (investigador) altera, en muchas ocasiones, el objeto de estudio a la hora de investigarlo (los seres humanos investigados cambian su comportamiento al ser observados o estudiados).** Por eso las ciencias humanas han sido calificadas, a veces, como “blandas”: sólo hasta cierto punto es posible hablar, en ellas, de “leyes”, y las “previsiones” no alcanzan en muchos casos demasiada fiabilidad. La influencia del sujeto investigador en los sujetos humanos investigados provoca, en el caso de la Psicología, el llamado **problema de la reactividad:** el sujeto altera al objeto a la hora de investigarlo, de tal manera que, en muchas ocasiones, los sujetos investigados cambian su conducta al ser observados, por cumplir las expectativas del investigador, etc.

En los años 20 se inició un estudio, que se prolongó durante las dos décadas siguientes, en la factoría Hawthorne de Chicago de la Western Electric Company, dirigido por un importante investigador social, Elton Mayo. El interés inicial del estudio surge de la industria eléctrica, que tenía como finalidad promover la instalación de luz artificial en las fábricas y analizar qué efectos influían en el rendimiento de los trabajadores. Se estudió el rendimiento de los trabajadores en distintas condiciones: en condiciones de baja y alta iluminación, trabajo en pequeños grupos y grupos de mediano tamaño, con compensaciones por la productividad y sin compensaciones, etc. El resultado más sorprendente del estudio fue que, incluso en las etapas en las que las condiciones eran menos favorables, no se produjo una disminución de la productividad como estaba previsto, lo que ponía de manifiesto la influencia de factores distintos a los considerados relevantes por los investigadores. Para sus autores, buena parte de los resultados obtenidos, podían atribuirse al impacto de las actitudes positivas que se habían generado en los trabajadores al sentirse miembros de un grupo que estaba participando en una experiencia importante: esto es lo que desde entonces se conoce como “**efecto Hawthorne**”.

b) En segundo lugar, la Psicología estudia acciones humanas. Las acciones humanas tienen una **intencionalidad** que no se da en los objetos naturales, las hacemos **voluntariamente** con una **finalidad.** Por eso la mera explicación de las acciones no basta, habrá que comprender el sentido que los sujetos dan a sus acciones. Por ejemplo, no basta con **explicar** o averiguar las causas por las que un sujeto está deprimido o padece un trastorno de ansiedad sino que es necesario **comprender** cómo afronta el sujeto su propio malestar, qué siente, qué piensa, qué hace, para llevar a cabo un plan de intervención.

Estas características llevan a un problema clásico: ¿ha de ser el método de la Psicología del mismo tipo que el de las ciencias naturales? La respuesta apunta hacia dos tradiciones diferentes: **positivismo** y **hermenéutica.** El positivismo, que persigue la unidad de la ciencia, exige aplicar el método de las ciencias naturales a las ciencias

humanas y sociales, es decir, el método hipotético-deductivo. La hermenéutica (de *hermeneia*, “interpretación”), por su parte, considera que las ciencias sociales tienen un estatus diferente y han de adoptar una metodología propia. Habría así dos enfoques metodológicos: uno dirigido a la **explicación** y otro dirigido a la **comprensión e interpretación**.

- La **explicación**, propia de las **ciencias naturales**, trataría de **encontrar las causas de un fenómeno**.

- La **comprensión** de un acontecimiento o de una acción (propia de los **saberes humanísticos**) consistiría en **captar su sentido o significado, el sentido que los sujetos dan a sus acciones o al acontecimiento en el que participan**, para lo cual es preciso situarse dentro de los acontecimientos que se estudian; así, para comprender el significado de ciertas ceremonias y rituales los antropólogos emplean lo que llaman la observación participante y los psicólogos suelen utilizar **entrevistas o discusiones de grupo**.

Hay que decir que estos métodos no son excluyentes: tanto en Psicología, como en Historia o en Antropología suelen utilizarse ambas perspectivas metodológicas; así tanto en Historia como en Psicología se pretende, en primer lugar, buscar explicaciones de los hechos estudiados (se buscan las causas de los fenómenos estableciendo hipótesis y planteando los problemas en un determinado marco teórico) y, en segundo lugar, comprender las acciones de los sujetos, el sentido que los sujetos dan a sus acciones. A pesar de esto, la mayoría de la investigación psicológica utiliza los métodos de las ciencias empíricas para conseguir apoyar sus resultados en evidencias experimentales.

5.2. MÉTODO HIPOTÉTICO-DEDUCTIVO. Para la mayoría de los psicólogos todos los objetivos de la Psicología (describir, explicar, predecir y controlar o modificar el comportamiento humano) pueden resumirse diciendo que *la psicología pretende ofrecer una explicación científica del comportamiento humano*. Para ello utiliza el **método hipotético-deductivo** de forma similar a otras ciencias empíricas. El **método hipotético-deductivo** consta de los siguientes pasos:

- **Observación de un fenómeno (PROBLEMA)**: se trata de **recoger datos** de forma sistemática a partir de la **observación de hechos o fenómenos** que indican la existencia de un **problema**. Este es el **punto de partida de la investigación**: la existencia de un **problema** al que se intenta buscar una solución o explicación. Por ejemplo, imaginemos que observamos que Juanito, de siete años, tiene dificultades para aprender a leer: no vocaliza bien, deletrea con dificultad las sílabas, confunde unas letras con otras... Este sería el problema que tendremos que explicar, por qué no aprende a leer el niño.

- **Formulación de HIPÓTESIS**. Para resolver el problema suponemos una hipótesis; **una hipótesis es una explicación provisional acerca de un problema**, es decir, una suposición acerca de por qué se produce ese problema. En el caso de Juanito podemos suponer varias explicaciones provisionales o hipótesis; por ejemplo, que tiene dificultades de visión (por lo que no identifica con claridad las letras), o dificultades de dicción (por lo que no pronuncia bien lo que lee) o que estamos en presencia de una dificultad de lectura llamada dislexia.

- **CONTRASTACIÓN de la hipótesis**. **Contrastar una hipótesis es compararla con la realidad** para ver si las predicciones de la hipótesis se cumplen. Una vez que tenemos formulada la hipótesis o explicación del problema hay que comprobarla para ver si nuestra hipótesis es correcta, es, decir, es necesario contrastarla. Para contrastar la hipótesis lo que se hace es suponer que sucedería si nuestra hipótesis fuese correcta; lo que esto significa es que lo que se contrasta son las predicciones que se siguen de la hipótesis. Por ejemplo, en nuestro caso anterior:

a) Si suponemos que Juanito tiene dificultades de visión, de ahí se seguiría que no podría identificar otros objetos de su entorno mediante la visión. En tal caso, sus dificultades de lectura tendrían fácil solución.

b) Si suponemos que tiene dificultades de dicción, entonces esas dificultades también se producirán en su habla normal y no sólo al aprender a leer.

c) Si suponemos que tiene **dislexia**, entonces presentará las características de esta dificultad: la dislexia no puede deberse a ninguna incapacidad sensorial, se confunden las formas de las grafías (b/d, l/t, m/n, etc.), dificultad para diferenciar los distintos fonemas de la lengua, se sustituyen unas sílabas por otras...

La contrastación consistirá en diseñar una situación en la que podamos apreciar que las predicciones de nuestras hipótesis se cumplen. Por ejemplo, dado que lo más probable es que Juanito presente algún tipo de dislexia, la mejor manera de comprobar nuestra hipótesis sería utilizar alguna prueba o test destinado a evaluar y detectar las dificultades lectoras en niños. En esas pruebas se miden, entre otras cosas, si los niños tienen capacidad de distinguir visualmente los distintos fonemas o la correspondencia que existe entre los fonemas y las letras (el fonema /z/ corresponde en la escritura las letras “c” y “z”; /b/ corresponde a “b” y “v”, etc.).

Si la contrastación tiene éxito, la hipótesis queda **VERIFICADA**, en caso contrario queda **FALSADA**.

- Las hipótesis cuya contrastación ha tenido éxito pueden llegar a convertirse en **leyes** y estas integrarse en unidades más amplias llamadas **teorías**. Una **teoría** es, pues, un *conjunto de fenómenos, hipótesis y leyes acerca de un determinado ámbito de realidad*. Por ejemplo, la teoría conductista es una teoría que estudia los fenómenos del aprendizaje humano y animal, y propone algunas “leyes” o principios para explicar cómo se adquieren, se mantienen y se eliminan conductas.

Método o técnica experimental. Generalmente, las situaciones no son tan sencillas y cuando se trata de estudiar fenómenos complejos la investigación de un problema requiere la realización de un **EXPERIMENTO**. El **método experimental** es un **modo de contrastar hipótesis mediante la realización de un experimento**. Un experimento supone crear una situación, generalmente en el laboratorio, que permita comprobar qué efectos tiene una **variable independiente** (VI) sobre una **variable dependiente** (VD). El objetivo es averiguar si la variable independiente influye sobre la variable dependiente y cómo lo hace.

En un experimento la hipótesis se formula como una relación entre variables, de manera que la **variable independiente** es la que se considera como la causa posible de un cambio en el problema que se está estudiando. La **variable dependiente** refleja los cambios o efectos que produce la manipulación de la variable independiente.

En un **experimento** la **hipótesis** queda formulada de la siguiente manera: **si se da la VI entonces se producirán cambios en la VD**.

EXPERIMENTO 1-. Incidente de Kitty Genovese. *En los años 60 se produjo en los EE.UU un incidente que produjo una gran conmoción social y generó gran cantidad de investigaciones en Psicología social. Mientras un solo hombre atacaba a Kitty Genovese durante unos 45 minutos, 38 testigos que presenciaron el incidente no hicieron nada por evitarlo. Muchos psicólogos sociales intentaron explicar por qué nadie ayudó a Kitty. Los psicólogos Darley y Latané lo investigaron de la siguiente forma:*

Problema: Investigación sobre la intervención del observador u observadores a la hora de ayudar a alguien en dificultades.

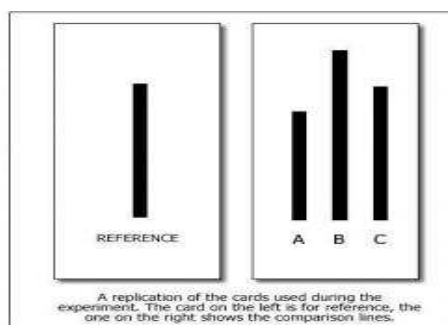
Hipótesis: Los investigadores supusieron que dependiendo del número de observadores así sería la conducta de ayuda. Su hipótesis quedó formulada de la siguiente manera: cuanto mayor sea el número de observadores, menor será la probabilidad de que cualquiera de ellos preste ayuda a la persona necesitada o, lo que es lo mismo, **si hay muchos observadores (Variable Independiente) habrá poca conducta de ayuda (Variable Dependiente)**.

Contrastación experimental: Para poner a prueba la hipótesis realizaron varios experimentos, como el experimento del enfermo epiléptico (un voluntario fingía un ataque epiléptico en un sitio donde había mucho público, como una estación de autobuses o una calle muy transitada) o el experimento de un invidente cruzando una calle con mucho tráfico.

Resultados: En la condición con más participantes el porcentaje de sujetos que intentaron ayuda fue menor y, además, cuando algunos de ellos lo hizo tardó más en decidirse. Se conoce con el nombre de **“efecto del espectador”**. Una posible explicación de este efecto es que nadie ayuda porque todo el mundo cree que será otro el que lo hará o **“difusión de la responsabilidad”**.

Conclusión: La intervención o no en los casos de emergencia es el resultado de un proceso de decisión que tiene lugar en la mente del individuo, y en el que influyen una serie de factores situacionales que inclinarán la decisión hacia la ayuda o hacia la no ayuda.

EXPERIMENTO 2.-Conformidad y presión social: EXPERIMENTOS de Asch (1953). Durante la década de 1950, *Solomon Asch* realizó y publicó una serie de **experimentos de laboratorio** que demostraron el **grado en el que las opiniones propias de un individuo están influenciadas por las de un grupo mayoritario**. Estudiantes varones universitarios participaron en una simple **tarea de “percepción”**. En realidad, todos menos uno de los participantes fueron “cómplices” (es decir, actores), y el verdadero foco del estudio era acerca de cómo el estudiante iba a reaccionar al comportamiento de los cómplices. El experimento era simple en su construcción, se le pidió a cada participante, por turnos, que respondiese a una serie de preguntas, como qué línea era más larga o cuál coincidía con la línea de referencia. Los participantes dieron una variedad de respuestas, en un primer momento correctas para no despertar sospechas en el tema.



Los **resultados** del experimento de Asch fueron interesantes, al mostrar que la presión social puede tener una influencia medible sobre las respuestas dadas. En el grupo de control, no expuestos a la presión de grupo, donde todo el mundo respondió correctamente, hubo una sola respuesta incorrecta de las 35 que se ofrecieron. Sin embargo, en los resultados de los otros grupos, **cuando están rodeados de gente que da una respuesta incorrecta, más de un tercio de los sujetos también manifestaron una opinión errónea. Además, alrededor del 75% de los sujetos dieron la respuesta equivocada a, al menos, una pregunta.** No había duda de que la presión de los compañeros puede causar conformidad.

ACTIVIDADES 5.1.A.- 1) Explica qué es una **hipótesis**, qué significa **contratarla** y cuál fue el proceso seguido por Darley y Latané para contrastar su hipótesis. 2) ¿Qué problema investigó Asch y qué variables (VI y VD) utilizó?

EXPERIMENTO 3.- La primera impresión es la que queda. Más de una vez habrás oído decir que la primera impresión es la que cuenta. Pues bien, algo parecido fue lo que comprobó hace tiempo Asch (1952). Este psicólogo realizó un experimento para determinar si era más importante la primera información (efecto primacía) o la última (efecto recencia) que se recibía de una persona. Los sujetos participantes en el experimento se distribuyeron al azar en dos grupos. A ambos grupos se les leyó una lista de adjetivos descriptivos de una persona. La diferencia entre ambos grupos consistía en que mientras que en uno de ellos se leía primero la información positiva y se terminaba con los adjetivos negativos (inteligente, trabajadora, impulsiva, crítica, obstinada y envidiosa), en el otro grupo se hacía lo contrario, es decir, se leía primero la información negativa y luego la positiva (envidiosa, obstinada, crítica, impulsiva, trabajadora, inteligente). A continuación los sujetos debían escribir la impresión general que se habían formado de esa persona. Se encontró que el grupo que recibió la información positiva en primer lugar evaluó a la persona en cuestión de manera más positiva que el grupo que recibió la información positiva al final. Asch concluyó que existe un efecto primacía en la formación de las primeras impresiones.

Actividad 5.1.B.- Identifica cuál es el problema que se investiga en el experimento de Asch, la hipótesis de partida, la V.I y la V. D. A continuación identifica cual es la V. I. y la V. D. en los siguientes factores: *edad-resistencia física, rendimiento-ansiedad, nivel económico-inteligencia.*

5.3. TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN. Los métodos de investigación son instrumentos que nos permiten abrir nuevos caminos, orientarnos hacia nuevos objetivos, aspirar al descubrimiento de nuevas verdades. La diversidad de métodos psicológicos, aunque estrictamente hablando habría que denominarlos **técnicas de investigación**, depende de la naturaleza del objeto de estudio.

Métodos o técnicas descriptivas: son métodos que describen de forma precisa los fenómenos objeto estudio. Algunos tipos de métodos descriptivos son:

- **Estudios de caso:** consisten en estudiar en profundidad a uno o más sujetos.
- **Encuesta:** consiste en obtener información de un grupo de personas o *muestra* para conocer las actitudes o formas de comportamiento de una *población*.
- **Observaciones directas:** se trata de observar y registrar el comportamiento ya sea en situaciones creadas en el laboratorio o en su ambiente natural.

Métodos o técnicas correlacionales. Una correlación es una medida estadística de la relación entre dos factores; indica en qué medida la variación de un factor acompaña a la variación del otro, y con ello, cómo un factor puede predecir a otro. Es importante tener en cuenta que el hecho de que dos factores covaríen juntos no significa que uno sea la causa del otro (ej. peso y altura), o lo que es lo mismo: correlación no implica causalidad.

Correlación positiva: indica que los factores aumentan o disminuyen al mismo tiempo (ej. maltrato infantil-personalidad violenta, empatía-capacidad de adaptación social).

Correlación negativa: cuando un factor aumenta otro disminuye (ej. depresión-autoestima, ansiedad exagerada-rendimiento).

Psiquiatras, psicólogos clínicos y psicoanalistas

¿Es lo mismo un psicólogo clínico que un psiquiatra? ¿Cuál es la diferencia entre psiquiatras y psicoanalistas? Estas tres profesiones guardan **semejanzas** entre sí, ya que las tres trabajan en ambientes de salud mental, diagnosticando y atendiendo a personas que padecen problemas psicológicos. Las **diferencias** principales vienen de su formación y especialización.

Los **psicólogos clínicos** son licenciados en Psicología que se dedican a la terapia de los trastornos emocionales y de comportamiento. Su campo de acción no son sólo los trastornos mentales sino también problemas de conducta que surjan por distintas causas: inadaptación social, retraso mental, etc. El psicólogo clínico utiliza métodos estrictamente psicológicos para el desarrollo de la terapia. Aunque el psicólogo clínico pueda utilizar técnicas terapéuticas similares a las del psiquiatra no está facultado para realizar terapias que impliquen el uso de fármacos.

El **psiquiatra** es un médico especialista en psiquiatría que ha superado un periodo de formación específica en centros reconocidos para tal formación, en los que ha ingresado tras haber obtenido un nivel suficiente en las pruebas de admisión (en la actualidad, el examen MIR). Lleva a cabo su ejercicio profesional explorando, diagnosticando y tratando los trastornos mentales y los aspectos psicológicos del resto de las enfermedades. Aunque pueden preferir técnicas de tratamiento no médico, los psiquiatras son expertos en procedimientos médicos.

Psicoanalista es la persona que ha recibido una formación psicoanalítica, es decir, una formación basada en el tratamiento de los trastornos mentales según las teorías de Freud; además ha realizado su propio psicoanálisis, es reconocido por la Asociación Psicoanalítica Internacional o ha recibido su formación en un Instituto de Psicoanálisis reconocido por dicha asociación. Aunque muchos de ellos son médicos, ser médico no es un requisito indispensable para ser psicoanalista.