

PSICOLOXÍA UNIDADE 1

PARA COMEZAR

Ao ser humano o que máis lle interesou sempre foi o seu propio eu. É característico das formas de conciencia máis desenvolvidas a preocupación por analizar e comprender o seu propio comportamento, a súa actividade mental e os límites que definen a súa capacidade de relacionarse co mundo. A, autoconciencia é a máxima expresión disto, por iso a especulación psicolóxica acompañou a reflexión humana desde os seus inicios. Tan importante foi para o noso desenvolvemen especie a investigación científica sobre o mundo exterior, coma a investigación sobre a nosa propia psique.

Internámonos no cosmos preparados para todo, é dicir, para a soidade, a loita, a fatiga e a morte. Evitamos dicilo, por pudor, pero nalgúns momentos pensamos moi ben de nós mesmos e, con todo, ben pensado, o noso fervor é puro camelo. Non queremos conquistar o cosmos; só queremos estender a terra ata os lindes do cosmos. Para nós, tal planeta é árido coma o Sáhara, tal outro glaciar coma o Polo Norte, un terceiro luxurioso coma a Amazonía. Somos humanitarios e educados, non queremos someter outras razas, queremos simplemente transmitirles os nosos valores e apoderarnos en cambio dun patrimonio alleo. Considerámonos os cabaleiros do Santo Contacto. É outra mentira. Non temos necesidade doutros mundos. O que necesitamos son espellos. Non sabemos que facer con outros mundos. Un só mundo, o noso mundo, abóndanos; porén, non gustamos del tal e como é. Buscamos unha imaxe ideal do noso propio mundo; partimos na procura dun planeta, dunha civilización superior á nosa, pero desenvolvida de acordo cun prototipo: o noso pasado primitivo. Por outra banda, hai en nós algo que rexeitamos; defendémonos contra iso e, con todo, subsiste, pois non partimos nun estado de prístina inocencia, non é só unha estatua do Home-Heroe a que parte en voo. Pousamos aquí tal como somos en realidade, e cando a páxina dá a volta e nos revela outra realidade, esa parte que preferimos pasar en silencio, xa non estamos de acordo.

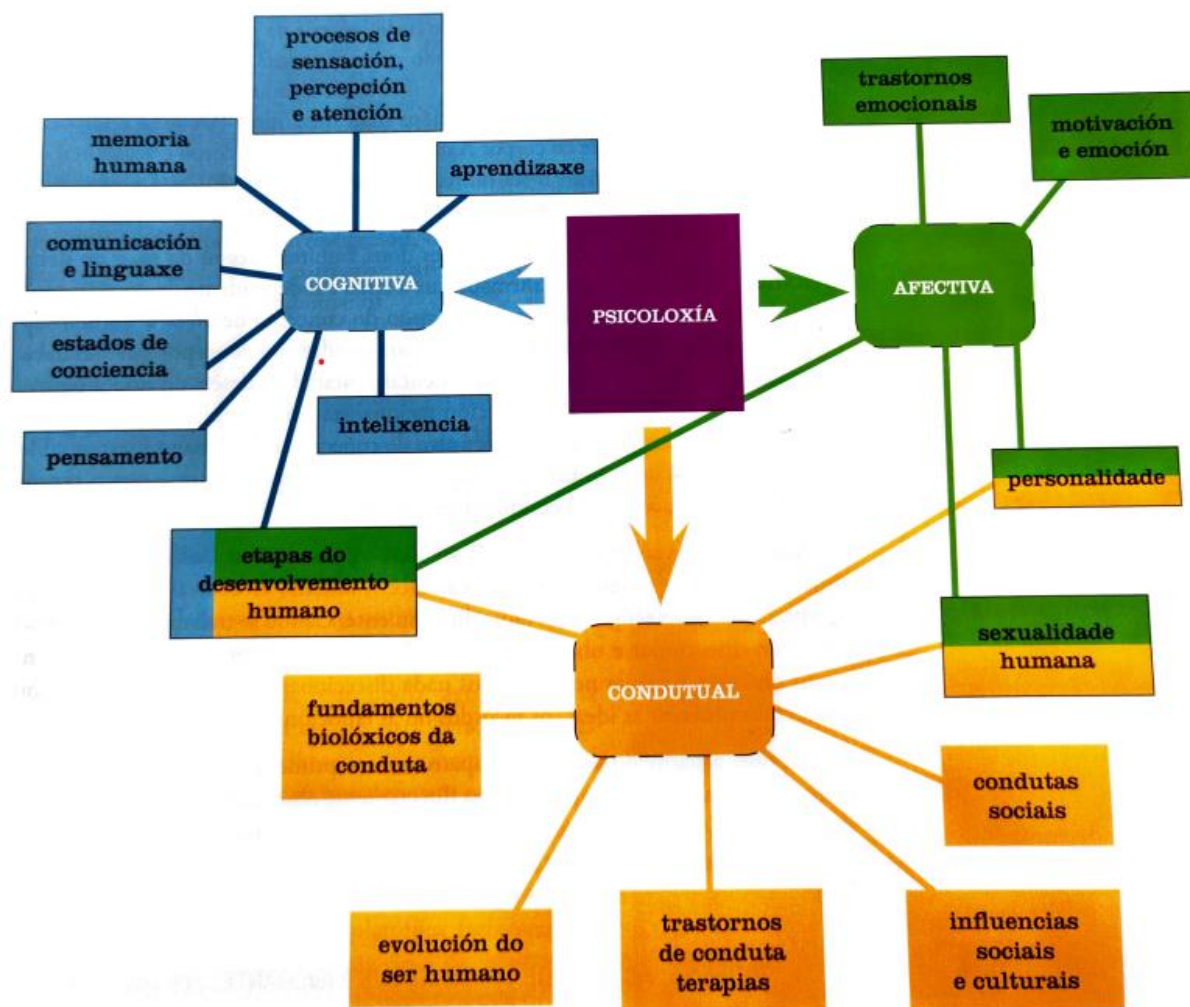
Stanislaw Lem. Solaris. Editorial Minotauro.

QUE É A PSICOLOXÍA

Literalmente, psicoloxía significa “**estudo ou tratado da alma**”. O termo provén da unión de dúas palabras do grego clásico ψυχή (ou psykhé) que significa “psique”, “alma”, “actividade mental”, e λογία (logía) que significa “tratado” ou “estudo”.

A psicoloxía é a ciencia que estuda os procesos mentais, a forma de actuar e a maneira de adquirir experiencias tanto en seres humanos coma en animais. Interésalle como senten, pensan e aprenden, para se adaptaren ao medio que os rodea. Nas súas diferentes ramas e perspectivas, a psicoloxía explora, entre outros ámbitos, o funcionamento do cerebro, a percepción, a atención, a motivación, as bases do pensamento, a personalidade, as relacións persoais, a aprendizaxe e mesmo os fenómenos mentais inconscientes.

Podemos distinguir tres ámbitos diferentes de abordaxe nos estudos psicolóxicos, aínda que sempre relacionados entre si: o cognitivo, o afectivo e o condutivo.



Dende hai cando menos 27 séculos...

A psicoloxía, ou estudo da psique humana, ocupou e preocupou o ser humano desde a máis remota antigüidade, porén, a forma de definir e oensar este estudo mudou moito ao longo do tempo. Desde o concepto de *psyché* como *alma* ou principio esencial do ser humano responsable do pensamento e do movemento do corpo, até o concepto de *mente* como

principio operativo inmaterial que dirixe a conduta humana en todos os seus aspectos, a definición de psicoloxía foi mudando ao mesmo tempo que o facía o seu obxecto.

Psicoloxía era para os filósofos antigos o estudo da alma e as súas funcións e propiedades, como a inmortalidade. Algunhas das preguntas que seguen sendo hoxe centrais na psicoloxía («como chegamos a coñecer o mundo que nos rodea? Existen os coñecementos innatos? O carácter é innato ou xerado a través dos hábitos?») mesturábanse con cuestións máis metafísicas («A alma é inmortal ou morre co corpo? A conexión entre alma e corpo é accidental ou pode existir o ser humano sen a base corporal? Cal é a substancia que conforma a alma?»..).

O primeiro intento de deslindar estes dous ámbitos chegou da man de **René Descartes** (1596-1650), quen afirmaba que a alma é independente do corpo e contén as ideas innatas e adquiridas, eliminando do concepto de *alma* o seu sentido espiritual que a convertía en algo divino, para quedar cun concepto que estudaba a alma como substrato das operacións mentais.

Nesta liña desenvolveuse o pensamento moderno, tanto na súa tradición racionalista coma empirista. Desta forma comezamos a pensar no principio operativo do coñecemento humano e responsable da nosa conduta como «**mente**», en lugar de como «alma». A mente será o centro do coñecemento e a base da conduta humana, pois a través dela diríxese o corpo.

Aínda así, nos séculos XVI e XVII seguíase a pensar que a análise da psique ou alma pertencía ao terreo da Metafísica. Efectivamente, estudar a mente é tarefa complexa pois non é algo observable directamente. Cando se traballa sobre o corpo basta con diseccionar e observar o material que temos diante, porén, cando tentamos observar a mente non gañamos nada diseccionando o cerebro porque non poderemos observar as ideas, os recordos ou as emocións.

Así que, a partir do século XIX apareceron os primeiros intentos de analizar a mente humana a través daquilo que era directamente observable: a conduta ou comportamento. Deste xeito, hoxe podemos dicir que a psicoloxía é fundamentalmente o estudo da conduta humana e as funcións e operacións mentais que a fan posible.

AS ORIXES DA PSICOLOXÍA: DE GRECIA AO SÉCULO XX

Aínda que non podenmos falar da psicoloxía como unha disciplina formal até ben entrado o século XIX, a maioría dos grandes pensadores da historia, de **Platón** a **Kant**, propuxeron cuestións que hoxe en día consideramos parte das investigacións psicolóxicas. Coñecer como se recolle a información a través dos sentidos, que nos fai actuar de forma nobre ou covarde, saber máis sobre as emocións que moven o ser humano e sobre como se podería modificar o comportamento para aumentar a felicidade, son algunhas das cuestións centrais de todos os sistemas de pensamento desde a antigüidade clásica.

Moitas das observacións e intuicións dos pensadores ao longo da historia con firmáronse posteriormente. Así, por exemplo, o médico grego **Hipócrates** (460-377 a. C), pai da medicina, observando pacientes con lesións na cabeza chegou á conclusión de que o cerebro

tiña que ser a fonte de «praceres, alegrías, risas e bromas, así como de penas, dores, tristuras e bágoas». Os **filósofos estoicos** do século I A.C. observaron que as persoas non se poñen tristes ou nerviosas polos acontecementos reais, senón polas interpretacións que fan deses acontecementos.

Con todo, a partir do século XIX a psicoloxía reclama unha especificidade para as súas investigacións, constituíndose nunha rama do saber, independente en obxecto e método de investigación, tentando asumir as características básicas do método científico coas particularidades que require o seu obxecto de estudo: o cerebro e comportamento humanos.

Os alicerces da psicoloxía actual debemos buscalos en tres fontes: a filosofía, a fisioloxía e a metodoloxía científica.

ser «educada» para conseguir que a alma se liberase e mostrase a súa verdadeira fección. É ben sabido que esta postura dualista que separa o corpoea alma estivo presente na nosa historia e segue influíndo nalgunhas teorías do comportamenee humano que continúan vendo a mente como algo separado e independente A corpo e as súas condicións materiais.

A psicoloxía filosófica

A Filosofía achegou unha aproximación ao estudo do comportamento humano que foi evolucionando desde o concepto metafísico de alma, na antigüidade, até o concepto de conduta propio da psicoloxía moderna.

Así, o concepto *psyché* (que podía significar “alma” ou “principio de vida”) era tamén, para Platón, o principio que permitía o coñecemento: un principio inmortal, non material, de orixe divina que definía o ser humano e constituía a súa verdadeira esencia. Platón afirmaba que nacemos cunha constitución básica do noso carácter que, non obstante, podemos modificar e manexar por medio da educación. Esta concepción platónica facía recaer as culpas do comportamento humano (falible e pouco virtuoso) na súa parte máis instintiva, que era a que tiña que ser «educada» para conseguir que a alma se liberase e mostrase a súa verdadeira perfección. É ben sabido que esta postura dualista que separa o corpo e a alma estivo presente na nosa historia e segue influíndo nalgunhas teorías do comportamento humano que continúan vendo a mente como algo separado e independente do corpo e as súas condicións materiais.

Xa no mundo grego, **Aristóteles**, discípulo de Patón, criticou esa posición dualista e promoveu unha visión máis biolóxica da *psyché*, como un principio unido ao corpo e dependente deste. Así, Aristóteles non situaba a *psyché* unicamente no cerebro, senón nunha distribución corporal que facía do corazón o responsable, por exemplo, das nosas emocións e, polo tanto, do noso comportamento.

A imprecisión na definición da *psyché* na antigüidade deixa paso na modernidade a unha definición ligada ao pensamento racional, que se expresa na desvinculación do concepto de alma e mente. A «alma», principio metafísico e relixioso, queda fóra da investigación psicolóxica, que pasará a ocuparse fundamentalmente da *mente*, principio de coñecemento inmaterial vinculado ao cerebro que determina o comportamento do corpo e as súas

respostas biolóxicas a estímulos físicos. O principal artífice deste novo paradigma no estudo da *psyché* foi o filósofo **René Descartes**. Este novo paradigma rescata o dualismo psicofísico propoñendo problemas de difícil solución, como a conexión física entre o elemento material (corpo) e o elemento inmaterial (mente), que poderían explicar o comportamento humano.

Os estudos de **Inmanuel Kant** (1724-1804), relegan definitivamente o concepto de *alma* ao campo da metafísica, establecendo as principais estruturas da mente humana e a súa prelación: sensibilidade, entendemento e capacidade racional. As investigacións de Kant orixinan unha investigación sobre a conciencia humana eo seu funcionamento que se proporá, ben como un estudo sobre o motor mesmo da conciencia nos estudos de **Husserl** (1859-1938), ben como a investigación dos fenómenos da conciencia pola observación externa e a estatística de **Hamilton** (1788-1856).

Nos séculos XVII e XVIII as correntes empiristas eliminan da investigación da *psyché* o dualismo proposto por Descartes, centrando as súas reflexións na recepción de estímulos a través dos órganos dos sentidos e as respostas que orixinan no individuo. Propoñen unha nova forma de achegarse aos fenómenos psicolóxicos a través da experiencia sensible e as súas manifestacións no comportamento. **John Locke** (1632-1704) contribúe de forma especial a esta nova proposta propoñendo unha **teoría da asociación** que permite explicar a conexión entre os datos da experiencia elaborando as leis que rexen as interrelacións e sucesións dunhas experiencias con outras e dan lugar á actividade mental. A teoría asociacionista terá continuidade durante o século XIX a través da **psicología descritiva**. Un dos seus principais representantes será o psicólogo e filósofo **John Stuart Mill** (1862-1873).

A pouco de comezar o século XIX, os estudos de fisioloxía animal e humana empezan a cobrar moita importancia. **O Tratado Xeral de Fisioloxía** de **J. Müller** (1801-1858) inicia o estudo do comportamento e a conduta desde unha perspectiva estritamente biolóxica. Segundo este autor, as nosas sensacións proceden dos estímulos captados polos sentidos e transmítense polos nervios para xerar respostas condutivas. A conduta humana pode reducirse, pois, á interacción co medio e á adaptación aos estímulos que recibe deste.

Esta proposta viuse reforzada coa aparición, na metade do século XIX, do evolucionismo de **Darwin** que sitúa o home entre as demais especies e analiza a conduta humana cos mesmos parámetros ca os de calquera outro animal. Ao sinalar a continuidade e semellanza entre os animais e os seres humanos, rompe o dualismo cartesiano que situaba o ser humano nunha esfera diferente e superior ao animal e dá lugar ao inicio dunha escola inglesa de psicología animal que provocará estudos de **psicología comparada** e crecerá progresivamente até os nosos días. Os conceptos de evolución e adaptación ambiental serán decisivos no xurdimento das **teorías funcionalistas** que tentarán explicar a conduta humana como un mecanismo de adaptación ao medio.

A psicología e o método científico

Durante os séculos XVI e XVII tivo lugar a aparición do que coñecemos como Ciencia Moderna, que tiña como principal característica o uso do método científico. Desde que **Bacon** (1561-1626) e **Descartes** puxeran o acento sobre o problema do método científico, ningún

saber que non se sometese a el podía ser chamado «ciencia» e quedaba relegado ao ámbito da experiencia ou da Filosofía.

Augusto Comte (1798-1857), un dos personaxes máis importantes na aplicación ao ámbito das ciencias humanas e sociais desa nova forma de saber chamada **ciencia positiva**, aseguraba, na súa clasificación das ciencias, que a psicoloxía non podía considerarse unha ciencia, posto que os obxectos de estudo, respecto da conduta humana, que podían ser tratados por medio do método científico, reducíanse ao ámbito da fisioloxía (e eran abordados desde a bioloxía) ou ao ámbito das relacións sociais (e podían tratarse a través da socioloxía).

Porén, a mediados do século XIX autores como **Gustav T. Fechner** (1801-1887) comezan a estudar diversos aspectos da relación entre eventos físicos e a percepción destes desde unha perspectiva psicofísica e amosan a posibilidade de abordar a experiencia psicolóxica a través de medicións obxectivas e probas experimentais, dous aspectos básicos do método científico.

Por outra banda, desde a medicina contribúese a un tratamento científico da mente a través da clasificación sistemática das enfermidades, por exemplo, os dos de **Emil Kraepelin**, ou os traballos de investigación e tratamento propostos por **Sigmund Freud**, que deron como resultado a **teoría da Psicanálise**.

A PSICOLOXÍA CIENTÍFICA

Pódese dicir que a historia da psicoloxía ao longo dos séculos XIX e XX é a historia da súa loita por independizarse da Filosofía. Nos últimos cento cincuenta anos numerosos investigadores contribuíron a iso destacando o carácter experimental desta ciencia, centrándose na análise de feitos observables e comprobables, facendo posible o que coñecemos hoxe como psicoloxía científica ou experimental. Nese camiño atopamos, como principais figuras e escolas, as seguintes:

O ESTRUTURALISMO. Wilhelm Maximilian Wundt (1832-1920)

Os historiadores consideran o fisiólogo alemán Wilhelm Wundt como o fundador da psicoloxía científica. Foi o primeiro en crear un laboratorio de psicoloxía experimental na Universidade de Leipzig (Alemaña), en 1879, e o primeiro en defender a independencia desta nova ciencia.

Para Wundt, o obxectivo do psicólogo será estudar os procesos psicolóxicos mediante OS que o ser humano experimenta e observa o mundo e, por iso, é fundamental entender que o psicólogo debe ser consciente de que está. estudando os seus propios procesos mentais. Consideraba a mente como unha estrutura activa Cuxos compoñentes só se podían entender considerandoa dinámica dos seus procesos, que fundamentalmente tiñan unha base química máis ca mecánica. Os dous ele-

mentos básicos nos que se centrou a investigación de Wundt foron as sensacións

Os sentimentos, que para el eran os elementos fundamentais da mente e que daban

lugar a case todos os procesos mentais mediante sínteses creativas.

Wundt comeza por separar o ámbito da psicoloxía do ámbito da fisioloxía, proporcionando un obxecto delimitado de estudo que supón unha demarcación da ciencia psicolóxica. Así, segundo el, a psicoloxía estuda a experiencia inmediata.

que permite a interpretación subxectiva dun estímulo, mentres que a Fisioloxía a Física se encargan de estudar a experiencia mediata, que é aquela medible con diferentes instrumentos e aparatos técnicos.

Na súa obra Elementos de psicoloxía fisiolóxica defendeu os métodos *exDerimen. tais* e a introspección (autorreflexión do observador sobre os seus propios actos de conciencia) como a forma de abordar os contidos mentais (sensacións, sentimentos e imaxes). O proceso de introspección de Wundt implicaba non só autorreflexións e valoracións escritas, senón medidas obxectivas que incluían tempos de reacción ou asociación de palabras.

Wundt chamou a súa teoría psicolóxica voluntarismo, aínda que posteriormente, na literatura psicolóxica, se denominou estruturalismo.

O CONDUCTISMO. John B. Watson (1878- 1958)

John B. Watson, fundador do conductismo en psicoloxía, foi un psicólogo norteamericano que centrou os seus estudos na aprendizaxe e o desenvolvemento da conduta dos individuos e a súa posible modificación.

Na súa obra máis importante, *A psicoloxía desde o punto de vista conductista*, propoñe como obxecto de estudo da psicoloxía a conduta observable (tanto humana como animal), entendendo esta como unha estrutura estímulo-resposta. A xuízo de Watson, só investigando obxectivamente as relacións estímulo-resposta como base da conduta observable se podía conseguir entender as accións humanas e aplicar nestas o método das ciencias naturais, convertendo a psicoloxía nunha ciencia.

Os conductistas consideran que a conduta é un fenómeno susceptible de observación e cuantificación do que se poden extraer leis do comportamento que son compartidas por calquera especie. Abandonan o concepto de mente como obxecto de investigación así como o método da introspección para analizar o contido da conciencia.

Watson realizou diversos experimentos para demostrar que se podía modificar a conduta dos individuos mediante técnicas de condicionamento que asociaran na aprendizaxe un estímulo dado cunha resposta esperada, tal e como tiña descuberto Ivan Pavlov (1849-1936) na análise da conduta animal. O máis famoso destes experimentos, a miúdo criticado por cuestións éticas, foi o experimento do «pequeno Albert», no cal se pretendeu condicionar unha resposta emocional de medo cara ás ratas nun neno de 9 meses e posteriormente eliminar esa conduta. O experimento nunca chegou á súa fase final porque a familia de Albert decidiu suspender a experimentación.

O conductismo foi a corrente psicolóxica dominante durante a primeira metade do século XX. Na súa versión do «conductismo clásico» que introduciu o concepto de reflexo condicionado, ou na versión revisada por Skinner do «conductismo operante», que explica a conduta polas

súas consecuencias, foi unha das tendencias psicolóxicas que máis influíu nas teorías da aprendizaxe.

Na actualidade, a corrente científica denominada psicobioloxía ou biopsicoloxía, tamén coñecida como neuroloxía do comportamento, recolle os principios condutistas e aplica os principios básicos da bioloxía ao estudo do comportamento nos animais e nos humanos. Usa a matemática, a bioloxía e a neurociencia para o estudo do comportamento humano e entende a conduta como a expresión dun xenotipo moldeado pola herdanza e a evolución biolóxica.

O FUNCIONALISMO. William James (1842-1910)

William James funda a teoría do funcionalismo. Esta teoría considera que o obxectivo de investigación da psicoloxía debería ser a explicación da forma en que a mente lle permite ao ser humano adaptarse e satisfacer as súas necesidades. Os funcionalistas centráronse, daquela, en investigar como funcionan os procesos mentais, rexeitando o obxectivo dos estruturalistas, que analizaban as estruturas mentais descontextualizadas do seu uso práctico para a supervivencia do organismo.

Se os estruturalistas se preguntaban «Que é pensar?», os funcionalistas preguntáronse «Para que serve pensar?». A súa teoría e os seus experimentos están orientados a conseguir comprender como as nosas habilidades mentais nos permiten adaptarnos a un contorno cambiante e complexo. Para James, a conciencia é un produto da evolución que muda e áxese constantemente e conforma a personalidade do individuo a través do eu corporal (o propio corpo e a imaxe queo suxeito ten del), o eu social (as persoas do noso redor que xeran consensos e visións funcionais do mundo) e o eu espiritual (o que pensamos, as ideas e sensacións). Esta complexidade da constitución da conciencia afasta o funcionalismo da teoría clásica do dualismo cartesiano.

Unha boa parte das investigacións de James centráronse nas emocións como motor fundamental do coñecemento, da conduta e da interacción co medio e cos outros que nos rodean. Definía unha dobre dirección da resposta emocional: como aferencias, que son as comunicacións entre o interior do organismo e o exterior que o rodea, e as eferencias, que son as respostas dun organismo ante un estímulo.

A obra de James abriu novos camiños en psicoloxía, anticipándose a moitas das perspectivas psicolóxicas do século seguinte e incluíndo novos temas de investigación, como poden ser as funcións do cerebro, a adquisición de hábitos, o funcionamento da

conciencia, a autoconciencia, a emoción ou a vontade.

A PSICANÁLISE. Sigmund Freud (1856-1939)

Unha das máis importantes de Freud ao pensamento occidental e á psicoloxía foi unha nova teoría da mente que afondaba nos aspectos irracionais, no canto dos aspectos racionais, tal e como viña facendo a filosofía clásica. Freud propón a existencia do inconsciente e a importancia dos instintos biolóxicos na determinación da conduta humana. Freud afirmaba

que os datos conscientes Son insuficientes para explicar o comportamento humano e que o inconsciente aflora á conciencia

a través dos lapsus, os sonhos ou as fantasías.

Dúas foron as innovacións de Freud. Por un lado, unha teoría da mente e da conduta humana baseada nos elementos inconscientes da mente. Por outro, a im-

plantación dunha técnica terapéutica para axudar a persoas con doenzas mentais

Na teoría da mente, Freud propón unha estrutura baseada en tres partes: o Iso (conxunto de pulsións, desexos e instintos biolóxicos que determinan as nosas emocións e sentimentos inconscientes), o Ego (o lugar onde reside a vontade racional e a capacidade de determinación da conduta, mediando entre as tendencias do Iso e as éticas e sociais do Superego) e o Superego (a estrutura social e cultural egoísta froito da aprendizaxe que o ser humano incorpora á súa conciencia limitando a agresividade e o egoísmo natural).

Estas tres instancias da mente relaciónanse entre si para dar lugar á conduta e están dirixidas por dúas pulsións básicas: o instinto de pracer e de preservación da vida, ou Eros, e o instinto de morte e agresividade, ou Thanatos.

Será na súa obra máis coñecida, A interpretación dos sonhos, onde Freud desenvolve a súa teoría do inconsciente e propoña un método de acceso a el a través das experiencias do suxeito, dos seus sonhos e a irrupción de elementos inconscientes na conduta (lapsus, amnesia, procacidade...).

As principais teses da teoría da Psicanálise deron lugar a moitas disputas, tanto a nivel científico como mundano. Dúas afirmacións foron principalmente as que causaron maior desaprobación xeral:

1. A idea de que os procesos psíquicos son procesos inconscientes e, Xa qu logo, os procesos conscientes non son máis ca actos illados que dependen fundamentalmente do pensamento e vontade inconsciente, de forma que a liberdade psíquica non é máis ca unha ilusión.

2. Os impulsos sexuais desempeñan un papel determinante na causa das et

fermidades e axudan á xénese das creacións culturais e sociais a través da sublimación dos pulos sexuais, dirixíndoos cara a fins socialmente aceptables e dos que se elimina calquera carácter sexual.

3. A sexualidade está presente en todas as etapas da vida e inflúe de forma decisiva no desenvolvemento do individuo e da súa personalidade. O estudo das distintas fases da sexualidade (oral, anal e fálica) permite entender mellor os compoñentes da personalidade.

Algúns dos seguidores máis famosos de Freud deixaron de lado o papel da sexualidade para centrarse noutros sentimentos ou factores determinantes. Así, para Adler (1870-1937), a enfermidade mental terá as súas raíces nas circunstancias que rodean as etapas infantís, que poden xerar sentimentos de inferioridade ou inseguridade. Para Jung (1875-1961), a

psique e a personalidade son o resultado da integración das experiencias persoais, o inconsciente e as experiencias colectivas ou arquetipos, que son transmitidos a través da herdanza.

TEORÍA COGNITIVA. Jean Piaget (1896-1980)

O obxectivo da psicoloxía cognitiva é entender o proceso de aprendizaxe do ser humano e as etapas de desenvolvemento polas que pasa. O punto de arranque destas investigacións está no psicólogo Jean Piaget que enfocou os seus estudos a través de dúas perspectivas:

- a) O desenvolvemento da intelixencia na infancia (tamén chamada epistemoloxía xenética).
- b) O estudo dos mecanismos de aprendizaxe dos seres humanos (perspectiva cognitiva).

Piaget dividiu o desenvolvemento do neno en catro estadios, en cada un dos cales se produce un tipo diferente de intelixencia. Estas fases de desenvolvemento están relacionadas con cambios de estrutura lóxica da mente que comeza cun coñecemento concreto até acadar a capacidade de realizar operacións abstractas. Cada unha destas fases permítelle ao neno ou nena adaptarse ao seu ambiente e comprender mellor o mundo que o rodea.

Segundo Piaget, a mente humana funciona organizando esquemas que permiten xeneralizar accións, de forma que aplicamos formas de actuar previas a novos estímulos cognitivos. Inicialmente estes esquemas son reflexos, pero paulatinamente convértense en actos voluntarios e operacións mentais. Os esquemas operativos organizanse en estruturas que permiten coordinar as actividades e reflicten o estado intelectual da persoa.

A teoría cognitiva de Piaget foi un instrumento básico para as teorías cognitivas da aprendizaxe que tomaron os estudos deste autor como o fundamento de programas educativos e de aprendizaxe eficaces.

Alguns seguidores do cognitivismo piagetiano como Vygotsky (1896-1934) abandonaron a perspectiva biolóxica de Piaget para centrarse nas relacións entre individuo e medio social e cultural como factor determinante e enriquecese porque o substrato material ou biolóxico é moi flexible e permite a aparición das capacidades intelectuais. Para este autor a intelixencia desenvólve-

que a través da experiencia socio-histórica se formen novas diferentes zonas corticais, dando orixe a novas funcións do cerebro

conexión cerebrais

TEORÍA DA GESTALT. Max Wertheimer (1880-1943), Wolfgang Köhler

(1887-1967), Kurt Koffka e Kurt Lewin (1886-1941)

A Gestalt é unha escola psicolóxica que xorde a comezos do século XX en Alemaña, da man dun conxunto de pensadores que partiron da tese central de que a nosa mente desempeña un papel activo na construción da experiencia, de forma que a organización básica de todo o

que percibimos está en relación a un elemento no que nos concentramos, queé tamén parte dun fondo máis amplo, cheo de figuras

entre

que cobran sentido arredor da figura ou estrutura central. Así, a mente non é o mecanismo de execución de respostas ante os estímulos, senón un organizador de sentido a partir dos estímulos percibidos.

O sentido que a mente outorga a unha experiencia é maior que o conxunto das percepcións que constitúen esa experiencia. Esta máxima, «O todo é maior que a suma das partes», constituíu o lema central da Escola Gestalt.

Os estudos da Gestalt centráronse fundamentalmente na experiencia visual, e os psicólogos iniciadores desta corrente desenvolveron un programa de investigación que se centraba no «movemento aparente» e nas ilusións ópticas relacionadas con el.

No ámbito educativo e no tratamento psicoterapéutico, a teoría da Gestalt aplica os principios básicos establecidos por esta escola para resolver discusións ou conflitos interpersoais, buscando establecer puntos de empatía, adoptando a perspectiva do outro e un marco amplo que permita o traballo conxunto produtivo.

Alguns tratamentos desta escola teñen como finalidade reconstruír a personali

dade a partir dos elementos disgregados procurando que o propio suxeito reconfi

gure os seus obxectivos e metas.

O HUMANISMO. Abraham Maslow (1908-1970)

A psicoloxía humanista é un movemento que xorde en América do Norte na

década dos sesenta e que orienta a investigación psicolóxica cara os problemas humanos. Pretende facer da psicoloxía «unha ciencia do ser humano e para o s

erikson ou Murphy Gardner.

humano», O seu iniciador foi Abraham Maslow, pero a constitución desta escola psicolóxica débese a un grupo amplo de pensadores como Erich Fromm, Kurt Goldstein, Karen Horney, Gordon Allport, Henry Murray, Carl Rogers, Erik O humanismo pon de relevo a experiencia non verbal e os estados alterados de conciencia como un medio para realizar o pleno potencial humano. Considera o ser humano coma un ser global cunha conduta intencional, porque os seres humanos son seres ou persoas autónomas, aínda que se desenvolven sempre nun contexto interpersoal que é imprescindible para o seu desenvolvemento. Porén, o contexto social e interpersoal non determina a conduta do individuo porque este é quen de dirixir o seu propio desenvolvemento a través das súas decisións persoais, asumindo a súa responsabilidade nas relacións sociais.

Para este enfoque psicológico a persoa vive a súa experiencia interior cun significado que produce el mesmo, e ese significado é o eixo fundamental do seu desenvolvemento que tenderá sempre á autorrealización.

Alguns dos métodos de análise e de tratamento terapéutico que xorden desde esta orientación humanista foron: a terapia non directiva de Carl Rogers (baseada na confianza no paciente e na eliminación do papel directivo do terapeuta), a logoterapia (que dá prioridade nos tratamentos ao concepto de «sentido da vida» na eliminación das neuroses), a análise transaccional de Eric Berne (que traballa cos estados do Eu que poden xerar patoloxías ou malestar psicológico), o enfoque bioenergético de Lowen (centrado na análise do carácter para liberar as persoas das represións que xeran conflitos) e, finalmente, o psicodrama (que se centra en realizar representacións para liberar as persoas de roles inadecuados que poden xerar conflitos psicológicos).

TAREFA 1. ACTIVIDADE 1. DIARIO DUN NAVEGANTE: Exercicio 4

OS OBXECTIVOS DA PSICOLOXÍA

Desde que comezou o seu camiño como ciencia estrita, a psicoloxía converteuse pouco a pouco nunha ciencia analítica e predictiva, con moitos subcampos. Como en calquera outra ciencia, o seu alcance depende do método utilizado e o obxecto que se estea analizando. Os obxectivos principais da psicoloxía son: a descrición da conduta e funcións mentais que a soportan, a explicación, predición e o cambio nesa conduta.

A descrición

Recollida mediante a observación científica, guiada por un método que permite obter os datos do comportamento humano, tanto a nivel individual (casos espe cíficos) como a nivel estatístico. Alguns dos métodos usados para obter os datos precisos para a descrición son: o estudo de caso, a observación, a enquisa e os estudos de correlación.

A explicación

O obxectivo de toda ciencia é a explicación do fenómeno, isto é, establecer as correlacións entre causas e efectos que determinan o comportamento observado, Os psicólogos tentan ofrecer teorías sobre a formación da personalidade, o desenvolvemento e a motivación como base das condutas humanas. Os estudos cuantitativos e cualitativos están na base das explicacións da conduta, así como tamén a experimentación.

A predición

A predición busca determinar cando un individuo tomará decisións, saudables Ou non, e como se comportará nun contorno concreto e cuns estímulos dados. As vantaxes destas predicións son obvias posto que poden funcionar de guía de conduta para os individuos e de forma de control social de comportamentos non desexados. Aínda que as predicións non son infalibles, poden permitir ás institucións tomar decisión máis axeitadas ao comportamento dos individuos.

Mudar o comportamento

Por último, o coñecemento da psique humana e os seus modelos de comportamento poden axudar á modificación do comportamento humano, producindo formas saudables de conduta. Sempre dentro dos límites éticos, a psicoloxía pode utilizarse para promover cambios na personalidade dos individuos e na súa conduta que melloren as estruturas educativas e sociais, ao mesmo tempo que buscan a autorrealización e a felicidade do individuo.

unha

ciencia

b



Facetas teórica e práctica da psicoloxía e ámbitos de aplicación

A través dos seus obxectivos, podemos distinguir dúas facetas da psicoloxía: unha teórica e unha práctica.

A nivel teórico, á psicoloxía interésalle investigar e xerar conceptos, principios e leis do comportamento e estrutura da mente. Por exemplo, investiga a percepción, a construción da personalidade, as fases de desenvolvemento humano, as formas de comportamento social, e describe e tipifica condutas e enfermidades psicolóxicas.

A nivel práctico, ou de psicoloxía aplicada, a psicoloxía estuda a vida psíquica para usar eses coñecementos en distintas esferas da acción humana, por exemplo medindo a intelixencia, realizando experimentos sobre a conduta humana ou sobre distintas funcións mentais. A *psicoloxía pedagóxica*, a *psicoloxía do traballo* ou a *psicoloxía xurídica* son algunhas das súas ramas.

A psicoloxía é unha ciencia recente que ten unha pluralidade de aplicacións: no ámbito clínico, para a curación de patoloxías; na análise do comportamento para os estudos forenses e a investigación criminalista; na investigación sobre a aprendizaxe ou nos departamentos de recursos humanos das grandes empresas, así como na selección de persoal. Outros ámbitos tan afastados coma a publicidade, as organizacións xuvenís ou da terceira idade, ou o adestramento deportivo, benefíciáanse tamén das investigacións en psicoloxía.

A psicoloxía e os outros saberes

En xeral, inclúese a psicoloxía dentro das ciencias empíricas, aínda que está aberta a discusión sobre se pertence ás ciencias naturais ou ás ciencias humanas. Se tomamos como modelo a **psicoloxía condutista** poderíamos incluíla dentro das ciencias naturais; pero se tomamos como modelo a **psicoloxía humanista**, entón deberíamos situala entre as ciencias humanas.

Como o obxecto de estudo do psicólogo é a conduta dos organismos e a súa relación co medio, a psicoloxía inclúe tanto elementos das ciencias biolóxicas como elementos das ciencias sociais. Isto fai que o estatuto da psicoloxía como ciencia produza unha ponte entre as denominadas ciencias naturais e as ciencias humanas e sociais.

Podemos inscribila no grupo de ciencias empíricas, porque a súa base é a observación e descrición do mundo empírico. Algunhas teorías psicolóxicas permiten incluír esta ciencia dentro das chamadas ciencias experimentais, pois utilizan o **método hipotético dedutivo**; pero outras ramas usan métodos empíricos menos estruturados.

A psicoloxía está moi próxima á bioloxía, sobre todo á **etoloxía**, pois estuda o comportamento dos animais e o ser humano, pero tamén podería agruparse xunto coa **Antropoloxía** e a **Socioloxía**, ciencias que tamén estudan a conduta e das que, en moitas ocasións, a psicoloxía se alimenta, no conxunto das ciencias sociais.

Polo tanto, podemos dicir que a psicoloxía é unha ciencia da conduta. Tamén é unha ciencia social e natural e, nalgún uso particular, unha ciencia biolóxica

LMA

METODOLOXÍA DA INVESTIGACION EN PSICOLOXÍA

Na psicoloxía actual existen diferentes perspectivas, cada unha coa súa propia teoría e metodoloxía para abordar a mente e a súa expresión na conduta. Algúns enfoques mesmo non consideran a psicoloxía como unha ciencia en sentido estrito, pois afirman a existencia do libre albedrío e, xa que logo, a imposibilidade de predicir a conduta humana.

Naquelas perspectivas científicas da investigación, en psicoloxía empréganse métodos empíricos, cuantitativos e cualitativos para analizar o comportamento. Porén, podemos atopar dentro do estudo psicolóxico métodos mixtos, sobre todo no tratamento das psicopatoloxías a nivel individual e clínico.

Os diferentes métodos usados na investigación psicolóxica teñen por obxectivo recompilar datos, comprobar teorías ou ben modificar o comportamento. En xeral podemos distinguir entre métodos filosóficos, clínicos, experimentais e correlacionais.

Os métodos filosóficos

Fundamentalmente úsanse para a observación e estudo dos fenómenos que precisan de autoobservación dos diferentes estados de conciencia. Os máis coñecidos son a **introspección** e o **método fenomenolóxico**.

1. A introspección: consiste na descrición da experiencia consciente, dividida en compoñentes sensoriais elementais, sen ter en conta referentes externos ao suxeito (o suxeito describe a súa experiencia tal e como a sente e experimenta, sen acudir a exemplos alleos). Fundaméntase na capacidade reflexiva da mente que pode ser consciente, de forma inmediata, dos seus propios estados. Pode ser «retrospectiva» cando facemos esa reflexión sobre os recordos, ou pode exercerse sobre a experiencia presente.

Foi o método elixido polo **mentalismo moderno**, tanto na versión filosófica (Descartes, por exemplo) como na científica (por exemplo, a Psicanálise ou a psicoloxía experimental de Wundt).

Os límites da introspección proveñen da súa subxectividade, xa que é moi difícil facer observacións da propia conduta pura, libres de autoengano. Por outra parte, a atención que se dedica ao fenómeno psíquico que se está observando pode perturbar a propia experiencia ou recordo, a pobreza da linguaxe limita de feito o que podemos describir da experiencia e as conclusións que obtemos están limitadas a un único suxeito e poden ser difíciles de xeneralizar.

2. A fenomenoloxía ou método fenomenolóxico, trata de analizar cuantitativamente e cualitativamente as experiencias psíquicas, tomando estas como o único real e sen facer distincións entre os actos de conciencia.

O primeiro paso será eliminar os xuízos previos, elementos culturais alleos ao suxeito e as valoracións subxectivas. Posteriormente igualaranse todos os actos de conciencia sen diferenciar entre imaxinarios, reais ou ideais, tomando estes como os únicos obxectos dados. Finalmente examinar o «dado» á conciencia, sen ningún tipo de mestura entre diferentes estados, nin relacionando estes fenómenos entre si. Así poderemos acceder aos contidos da conciencia en si mesmos.

Este método foi usado fundamentalmente no estudo da percepción (como no caso da **Escola Gestalt**) e tamén na descrición e tratamento de enfermidades mentais, por ser unha vía directa ao sentido que o suxeito atribúe ás súas experiencias mentais, máis aló de ningunha valoración allea (por exemplo nos estudos dos psiquiatras K. Jaspers ou K. Schneider).

Os métodos clínicos

Teñen a súa orixe na actividade médica e no tratamento das enfermidades mentais. Son métodos que permiten a abordaxe de casos concretos e a realización de hipóteses diagnósticas. Podemos distinguir tres tipos: históricos, observacionais e psicanálise.

1. Métodos históricos. Consisten na recollida de datos relacionados co paciente a través de dúas vías: a historia clínica e o estudo de documentos.

- A historia clínica recolle a traxectoria do paciente mediante un estudo biográfico guiado con preguntas relacionadas coa súa saúde, o seu desenvolvemento e a súa enfermidade. Pode facérselle ao paciente ou a persoas achegadas a el.
- O estudo de documentos, no que se avalían obras realizadas polo paciente e que permiten extraer datos do seu contido e dos seus aspectos formais: cartas, obras de arte, traballos escolares.

2. Observación planificada. Permite avaliar casos con profundidade. Consiste nun control exhaustivo do comportamento do paciente durante e un período longo de tempo, mentres este permanece hospitalizado.

3. Psicanálise. Método que usa as «asociacións libres» para tentar acceder procesos inconscientes dun paciente. O suxeito deixa fluír o seu pensamento sen dirixilo e narra todo o que pasa pola súa mente, de forma que as asociacións modifícanse pola acción do inconsciente, o que lle permite ao observador ou terapeuta descender até os fenómenos inconscientes que as orixinan.

O método da psicanálise no tratamento da enfermidade mental parte dunha teoría da personalidade que explica a enfermidade por unha represión das pulsións básicas ao longo da maduración do individuo, adquirida nas relacións persoais e familiares e que se expresan na vida adulta dunha forma perversa. Freud pensaba que esa represión era un acto inconsciente do individuo e que só recoñecéndoa podía o paciente liberarse dela. A través do método da asociación libre de ideas e a interpretación dos sonhos, e con pouca intervención do psicanalista, o paciente pode proxectar os seus pensamentos e sentimentos sobre el producindo unha transterencia que lle permite reconstruír e resolver os conflitos reprimidos (causantes da súa enfermidade) especialmente conflitos da infancia cos seus pais.