

■ Glosario

Abulia. Apatía y falta de fuerza de voluntad para tener iniciativas o tomar decisiones.

Acoso psicológico. Actuaciones hostiles dirigidas de forma sistemática por una o más personas hacia un compañero de trabajo.

Actitud. Reacción positiva o negativa hacia algún objeto, persona o situación.

Acto reflejo. Respuesta rápida y automática ante determinados estímulos que se ejecuta siempre de la misma manera.

Adicción. Es la dependencia tanto física como psicológica que producen las drogas (alcohol, cocaína) y que origina un aumento del consumo.

ADN. Ácido desoxirribonucleico, descubierto por Watson y Crick en 1953. El ADN forma parte de los cromosomas, se encuentra en la célula y transmite la información genética de los seres vivos.

Adrenalina. Hormona producida por las glándulas suprarrenales que estimula el ritmo cardíaco y respiratorio y predispone al organismo para la acción.

Afasia de Broca. Trastorno lingüístico caracterizado por tener dificultades para articular el habla.

Afasia de Wernicke. Trastorno lingüístico que se caracteriza por hablar con palabras equivocadas y sin sentido.

Agorafobia. Pánico irracional a los lugares públicos.

Agresión. Conducta física o verbal que produce daño a otros.

Alucinación. Percepción ilusoria de la realidad o experiencia sensorial sin estímulos externos.

Alucinógenos. Drogas que distorsionan la percepción visual y auditiva, como el LSD o la mescalina.

Amnesia. Consiste en la pérdida de la memoria mientras que otras funciones cognitivas, como la percepción y el lenguaje, pueden permanecer intactas.

Amnesia anterógrada. Incapacidad de recordar los acontecimientos producidos después de un trastorno cerebral.

Amnesia retrógrada. Incapacidad de recordar los hechos producidos antes de un suceso traumático.

Amor. Estado emocional que engloba atracción, deseo sexual e interés por otra persona.

Anfetamina. Droga estimulante del SNC que disminuye el apetito, provoca bienestar y combate la fatiga.

Anorexia nerviosa. Trastorno de alimentación que se caracteriza por miedo a aumentar de peso y tener una imagen corporal distorsionada.

Ansiedad. Temor ante un peligro real o imaginario. Incluye la activación del SNA, miedo, tensión y premoniciones de que sucederá lo peor.

Aprendizaje. Cambio permanente de la conducta de la persona como resultado de la experiencia. Este cambio conductual no puede explicarse por la maduración o la fatiga.

Aprendizaje significativo. Proceso de aprendizaje que conecta los nuevos conocimientos con el esquema cognitivo del aprendiz.

Atención. Capacidad para centrarse en un estímulo o actividad concretos e ignorar los estímulos irrelevantes.

Atribución causal. Es la causa percibida de un acontecimiento concreto.

Autismo. Es un trastorno que se caracteriza por la dificultad para establecer relaciones con otras personas, alteraciones del lenguaje verbal, juegos repetitivos, etc.

Autoconciencia. Capacidad para reconocer las acciones, intenciones y habilidades personales.

Autoeficacia. Término introducido por A. Bandura que hace referencia a las creencias en las capacidades personales para organizar y ejecutar acciones requeridas para gestionar situaciones futuras.

Autoestima. Evaluación positiva de uno mismo y confianza en las propias capacidades.

Axón. Fibra que transmite señales desde el cuerpo de una neurona a otras, a los músculos o las glándulas.

Biopsicosocial. Modelo que propone una visión de la persona como la integración de varias áreas (biológica, psicológica y social) que tienen una estrecha relación.

Bulimia. Trastorno alimentario caracterizado por comer en exceso y después provocarse vómitos.

Burnout. Síndrome de estar quemado por el trabajo a consecuencia de la exposición prolongada a estresores crónicos del entorno laboral.

Canal. Es el soporte físico del mensaje y puede ser natural, como la amistad, o artificial, como la TV.

Carácter. Cualidad de la persona, adquirida por aprendizaje social, que la hace actuar de un modo determinado diferenciándola de las demás.

Castigo. Procedimiento que consiste en presentar un estímulo aversivo contingente ante la aparición de una conducta.

Cerebelo. Estructura unida a la parte posterior del tronco cerebral que coordina movimientos voluntarios, como andar, y mantiene el equilibrio del cuerpo.

Cerebro. Estructura del sistema nervioso, situada dentro del cráneo, que regula las funciones primitivas (respiración, latidos corazón, temperatura) y es la sede de los procesos de pensamiento, la memoria y las emociones.

Claustrofobia. Fobia a los lugares cerrados.

Ciclo menstrual. Ciclo reproductor femenino. Se caracteriza por el crecimiento de la mucosa uterina, la ovulación, el desarrollo del cuerpo lúteo y (si no se produce la fecundación) la menstruación.

Cocaína. Droga que estimula el SNC, produce euforia y también adicción, ansiedad y depresión.

Cociente intelectual. Es la puntuación obtenida en un test de inteligencia, resultado de dividir la edad mental por la edad cronológica: $CI = EM/EC \times 100$. La puntuación media está entre 90 y 120.

Código. Es un sistema de signos, determinado por unas reglas de constitución y de relación entre ellos.

Cognición. Actividad por la que se recibe, organiza y transforma la información para construir representaciones de la realidad y crear conocimientos. Designa cualquier actividad mental, desde la imaginación y el recuerdo hasta el pensamiento.

Cognición social. Procesos cognitivos por los cuales se codifican, almacenan e interpretan los conocimientos que se adquieren sobre el mundo social dándoles un significado.

Comunicación. Proceso en el que un sujeto (emisor) transmite un mensaje previamente codificado en signos inteligibles para el receptor y al que este debe responder.

Comunicación no verbal. Comunicación entre personas mediante los gestos (kinésica), los movimientos corporales y a través del espacio.

Complejo de Edipo. Según Freud, es la atracción sexual del niño hacia el progenitor del sexo opuesto.

Compulsión. Conducta irracional o ritual que las personas no pueden controlar y no saben por qué la ejecutan.

Concepto. Categoría mental que agrupa objetos, relaciones o características que tienen propiedades comunes.

Conciencia. El conocimiento que tenemos de nosotros mismos y del ambiente.

Condicionamiento. Adquisición de patrones de conducta en presencia de estímulos bien definidos.

Condicionamiento aversivo. Técnica de la terapia conductual que consiste en eliminar conductas indeseables enseñando a la persona a asociarlas con malestar y dolor.

Condicionamiento clásico. Tipo de aprendizaje por el que un estímulo neutro adquiere la fuerza para provocar una respuesta por asociación con un estímulo incondicionado (EI).

Condicionamiento instrumental. Procedimiento de aprendizaje en el que los efectos de una conducta, en una situación determinada, aumentan (refuerzan) o disminuyen (castigan) la probabilidad de ocurrencia de dicha conducta.

Conducta. Reacción del sujeto frente a las diferentes situaciones ambientales.

Conducta anormal. Es un comportamiento inadaptado o autodestructivo, que causa aflicción al individuo o a los demás.

Conductismo. Corriente de la psicología fundada por John B. Watson que estudia la conducta manifiesta y resalta la influencia del ambiente en la conducta.

Constancia del tamaño. Percibir los objetos constantes, aunque cambie el tamaño de la imagen que proyectan en la retina.

Correlación. Grado de relación existente entre dos variables, por ejemplo, entre el hábito de fumar y la enfermedad física.

Corteza cerebral. Capa externa del cerebro, responsable del procesamiento de los datos sensoriales y de la capacidad de imaginar, recordar y razonar.

Creatividad. Es la capacidad para generar ideas originales, novedosas y útiles, para plantear problemas que habrían pasado desapercibidos y descubrir soluciones nuevas y eficaces.

Cromosomas. Son estructuras que se encuentran en el núcleo de las células que transportan fragmentos largos de ADN. El ADN contiene los genes y es el pilar básico del cuerpo humano.

Cuerpo calloso. Conjunto de fibras nerviosas que conectan los dos hemisferios cerebrales y coordinan sus actividades.

Cultura. Es un sistema de valores, creencias y actitudes compartido, aprendido y simbólico que da forma e influye en la percepción y el comportamiento.

Cultura organizacional. Conjunto de valores y normas compartidos que controlan las interacciones entre los integrantes de la organización y con los proveedores, clientes y otras personas externas a la misma.

Deducción. Consiste en pasar de los enunciados que constituyen las premisas a la conclusión, aplicando las reglas de inferencia.

Déjà vu (ya visto). Ilusión de reconocimiento visual en la cual una situación nueva es considerada incorrectamente como una repetición de una experiencia previa.

Delirios. Creencias irracionales que se mantienen a pesar de tener pruebas contrarias y que carecen de base real.

Delirium tremens. Trastorno que se presenta en sujetos alcohólicos con ocasión de una abstinencia y que se caracteriza por agitación psicomotriz, alucinaciones visuales, ansiedad, actividad delirante, temblores y alteraciones del organismo (deshidratación, taquicardia, aumento de la presión arterial, etc.).

Dendritas. Extensiones arborescentes y ramificadas de una neurona que reciben mensajes y conducen impulsos hacia el cuerpo de la célula.

Dependencia fisiológica. Necesidad de seguir consumiendo una droga a causa de factores orgánicos.

Dependencia psicológica. Deseo de consumir una droga aunque no sea fisiológicamente adictiva.

Depresión. Estado psicopatológico que se caracteriza por tener tristeza y sentimientos de soledad, baja autoestima, pocos contactos sociales y anhedonia e insomnio.

Desarrollo psicosexual. Combinación de la maduración biológica y del aprendizaje que genera cambios en la conducta sexual y en la personalidad.

Diencéfalo. Una de las siete partes principales del encéfalo. Consta de dos estructuras: el tálamo y el hipotálamo.

Disfunción sexual. Pérdida o deterioro de la respuesta física en la función sexual.

Dislalia. Hablar mal y/o con dificultad.

Dislexia (dys, «función deficiente», y lexia, «lectura»). Es un trastorno del aprendizaje de la lectoescritura, que provoca dificultades en el proceso lector, como también en la escritura y en la ortografía.

Disonancia cognitiva. Se refiere a la incompatibilidad que un individuo percibe entre dos o más actitudes o entre el comportamiento y las actitudes.

Drogas. Sustancias psicoactivas que modifican la estructura o el funcionamiento del cerebro y alteran la percepción, el ánimo y la conducta.

Electroencefalografía (EEG). Técnica de exploración cerebral, basada en la medida de potenciales eléctricos en la superficie del cráneo.

Ello. Según Freud, es la fuente inconsciente de motivos y deseos que se apoyan en el «principio de placer».

Emoción. Estado afectivo o reacción subjetiva al ambiente, acompañada de cambios fisiológicos y endocrinos, influida por la experiencia y que tiene una función adaptativa. Las emociones básicas son: miedo, sorpresa, aversión, ira, tristeza y alegría.

Empatía. Capacidad para reconocer y comprender los sentimientos de otra persona.

Empowerment. Acciones que se emprenden en una organización para dotar a sus integrantes de mayor poder de decisión sobre los procesos de trabajo en los cuales participan.

Empresa. Es el lugar donde se coordinan y transforman los factores de producción (recursos naturales, materias primas y trabajo) mediante un proceso productivo para lograr bienes y servicios.

Emprendedor. Persona que es capaz de percibir una oportunidad de producción o de servicio y que toma la decisión de asignar los recursos naturales, financieros, tecnológicos y humanos necesarios para poner en marcha un negocio.

Encéfalo. Es el órgano que regula las funciones mentales y la conducta y se divide en siete partes: la médula espinal, el bulbo raquídeo, la protuberancia, el cerebelo, el cerebro medio, el diencéfalo y los hemisferios cerebrales.

Enfermedad de Alzheimer. Enfermedad neurovegetativa que se caracteriza por la

pérdida de la memoria, demencia senil y deterioro psicomotor.

Enfermedad de Parkinson. Enfermedad neurológica caracterizada por temblores, rigidez y dificultades en el movimiento.

Epilepsia. Actividad anormal y repentina de las neuronas que produce convulsiones en el individuo que la padece.

Error fundamental de atribución. Sesgo de atribuir la conducta de otra persona a causas internas más que a causas situacionales.

Espectro electromagnético. Es el conjunto de todas las ondas electromagnéticas. Desde el punto de vista físico, la luz es una onda electromagnética que transmite energía, de la misma manera que las ondas de radio o los rayos X.

Esquema cognitivo. Conocimiento organizado del individuo que influye en cómo percibe y categoriza la realidad.

Esquizofrenia. Trastorno psicológico caracterizado por causar un pensamiento empobrecido, falta de respuesta emocional, así como alucinaciones y delirios.

Estadística. Rama de las matemáticas que los psicólogos utilizan para organizar y analizar datos numéricos.

Estados de conciencia. Grados variables de la conciencia, desde la conciencia normal hasta los estados alternativos, como el sueño y los estados creados por las drogas.

Estímulo. Forma de energía que percibe un organismo y que desencadena una respuesta.

Estímulo condicionado (EC). En el condicionamiento clásico, estímulo neutro que, tras asociarlo al estímulo incondicionado (EI), acaba elicitando una respuesta condicionada (RC).

Estímulo incondicionado (EI). Término del condicionamiento clásico para definir al estímulo que elicitaba una respuesta refleja sin intervención del aprendizaje.

Estrés. Reacción cognitiva, fisiológica o conductual de un individuo frente a una situación (persona, evento) que es percibida como peligrosa o amenazante.

Estrés laboral. Puede entenderse como estímulo y como respuesta. Como estímulo incluye aquellos aspectos del trabajo (sobrecarga, conflictos, presión, etc.) que pueden influir negativamente sobre la salud de los empleados. Como respuesta se refiere a las consecuencias negativas del

estrés (deterioro de la salud física y psicológica).

Estrés postraumático. Trastorno psicológico que hace que las personas que han vivido una situación emocional intensa, como un atentado o una violación, revivan el recuerdo y la emoción de esa experiencia.

Estrógenos. Hormonas sexuales producidas por el ovario que estimulan el desarrollo de los órganos genitales femeninos y de los caracteres sexuales secundarios.

Exhibicionismo. Consiste en mostrar los genitales a personas desconocidas para alcanzar la excitación sexual.

Expectativa. Representación mental de las contingencias existentes entre los acontecimientos ambientales.

Experimento. Procedimiento controlado por el investigador para medir la relación entre variables. Proporciona información sobre la causa y el efecto.

Extinción. En el condicionamiento clásico es la supresión o debilitación de la respuesta ante un estímulo condicionado (EC). En el condicionamiento instrumental se produce al retirar el refuerzo.

Extroversión. Según Eysenck, dimensión de la personalidad que describe a un individuo sociable, gregario y asertivo.

Factor. Rasgo o característica de la inteligencia o la personalidad, descubierta mediante el análisis factorial.

Fiabilidad de un test. Medida en que las observaciones son seguras y estables.

Fobia. Miedo exagerado e irracional hacia un objeto, situación o actividad (zoofobia, claustrofobia, etc.) que origina un deseo de evitarla.

Fóvea. Área de la retina que es el centro del campo visual.

Frustración. Emoción producida por un obstáculo que impide a una persona alcanzar sus objetivos.

Gen. Unidad básica de la herencia. Segmento de ADN que dirige la síntesis de una o más proteínas y constituye la unidad hereditaria del ser vivo.

Genoma. Es la información genética que hereda cada individuo.

Género. Expectativas, conductas y actitudes asociadas a cada sexo en una sociedad.

Gestión del conocimiento. Formas de gestión y dirección del personal por las

que los aprendizajes, experiencias y habilidades de los miembros de una organización se ponen a disposición de los compañeros y se convierten en conocimiento organizacional.

Glándula. Órgano que produce sustancias que después expulsa. Algunas glándulas vierten sus productos al exterior del cuerpo, como las del sudor, y otras a la sangre, como las glándulas endocrinas.

Glándulas endocrinas. Glándulas que segregan hormonas a la corriente sanguínea para actuar sobre tejidos específicos y producir unos efectos fisiológicos.

Gónadas. Órganos sexuales (ovarios en las mujeres, testículos en los hombres) que producen gametos para la reproducción.

Grupo. Conjunto de personas que comparten intereses y objetivos comunes, por ejemplo, la familia o los amigos.

Grupo control. Es el grupo de individuos, con características similares a las del grupo experimental, que no recibe el tratamiento y cuyos efectos se van a medir en un experimento.

Grupo experimental. Es el grupo de individuos que recibe el tratamiento objeto de investigación y sus resultados se comparan con los del grupo control.

Habituaación. Consiste en la disminución de la respuesta a un estímulo como consecuencia de la experiencia repetida con el mismo.

Herencia. Transmisión de la dotación genética de padres a hijos que influye en el desarrollo.

Heroína. Derivado del opio, es una sustancia depresora del sistema nervioso central (SNC) que produce euforia, disminución de la ansiedad o alivio del dolor.

Hipnosis. Procedimiento por el que el hipnotizador sugiere cambios en las sensaciones, pensamientos, sentimientos o en la conducta de una persona.

Hipocampo. Estructura del lóbulo temporal del cerebro que está relacionada con el aprendizaje y la memoria explícita.

Hipocondría. Preocupación exagerada por la salud personal y las funciones corporales.

Hipotálamo. Parte del cerebro responsable de la integración del sistema nervioso y endocrino. Regula la temperatura, el hambre, la sed y el miedo.

Hipótesis. Enunciado que intenta predecir o explicar un conjunto de fenómenos. Las hipótesis científicas deben comprobarse en la experiencia.

Homeostasis. Conjunto de procesos de autorregulación (de la temperatura corporal, del equilibrio del agua y de la ingesta de comida) que mantienen el equilibrio interno del organismo.

Homosexual. Sujeto cuya afectividad y deseos eróticos se dirigen hacia individuos de su propio sexo.

Hormonas. Sustancias químicas segregadas por las glándulas endocrinas que son transportadas en la sangre y que regulan muchos procesos corporales.

Ictus. Enfermedad que afecta a los vasos sanguíneos que suministran la sangre al cerebro. Existen dos tipos: los ictus hemorrágicos (hemorragias cerebrales) se producen cuando un vaso sanguíneo (vena o arteria) se rompe, y los ictus isquémicos (infartos cerebrales) ocurren cuando una arteria se obstruye por un coágulo de sangre. Cuando se sufre un ictus, el daño cerebral deja secuelas graves.

Identidad. Según Erickson, todos los adolescentes deben determinar el sentido de sí mismos y qué papel jugarán en la sociedad.

Ideología. Conjunto de ideas que se mantienen con afán de dominio y que marcan las relaciones entre grupos.

Ilusión. Percepción incorrecta de la realidad originada por interpretar mal los datos sensoriales.

Imagen. Representación mental de un objeto, una persona o un acontecimiento.

Imaginación. Facultad de representarse en la mente objetos, personas, situaciones que no están presentes en la realidad.

Impulso. Tensión producida por no satisfacer una necesidad que incita al organismo a satisfacerla.

Impulso nervioso. Corriente eléctrica que recorre las neuronas de los nervios receptores y de los nervios efectores, transmitiendo información.

Incentivo. Estímulo externo que tiene la capacidad de motivar la conducta.

Inconsciente. Son los pensamientos y sentimientos reprimidos que no acceden a la conciencia.

Innovación. Aplicación de ideas, procesos, productos o procedimientos nuevos,

diseñados para beneficiar a la organización o la sociedad.

Insomnio. Desorden del sueño que impide dormir durante la noche.

Insulina. Hormona segregada por el páncreas cuya acción provoca una disminución de los niveles de glucosa en sangre.

Instinto. Pauta innata de comportamiento originada como respuesta a determinados estímulos externos o internos.

Inteligencia. Capacidad para el pensamiento abstracto, aprender de la experiencia, adquirir conocimientos y adaptarse a los cambios del entorno.

Inteligencia artificial (IA). Campo de investigación en el que los computadores se programan para simular los procesos de pensamiento humano y actuar de forma inteligente.

Inteligencia emocional. Según D. Goleman, engloba varias habilidades: el control de las emociones, la automotivación y la perseverancia.

Interferencia proactiva. Interferencia en el aprendizaje de la información, originada por estímulos que ocurren antes del hecho que se quiere recordar.

Interferencia retroactiva. Interferencia en la retención de la información, causada por estímulos que ocurren después del hecho que se quiere recordar.

Introvertido. Individuo solitario que inhibe sus pensamientos y sentimientos y tiene déficit de relaciones sociales.

Investigación descriptiva. Descripción de un fenómeno problemático: ¿ocurre A? La investigación psicológica comienza con la observación y el registro de hechos.

Kinesia. Estudia el movimiento del cuerpo y el lenguaje corporal. Se refiere al conjunto de gestos con los que se acompaña la conversación.

Lenguaje. Medio de comunicación, por lo general a través de sonidos articulados, que expresa significados y está organizado según unas reglas.

Libido. En el psicoanálisis designa el instinto o pulsión sexual.

Liderazgo. Proceso de influencia sobre otras personas de forma que se las anima a contribuir a la consecución de los objetivos de la organización.

Liderazgo transformacional. Liderazgo que produce importantes cambios tanto en los seguidores como en la organización.

Lóbulo occipital. Parte posterior de la corteza que actúa como centro del procesamiento visual.

Lógica. Ciencia que estudia las leyes del razonamiento correcto o válido.

LSD 25. Droga alucinógena que aumenta la conciencia sensorial y produce euforia, alteración de la percepción y alucinaciones.

Marihuana. Planta que contiene un alucinógeno que produce sensaciones de euforia, bienestar y cambios del ánimo.

Masoquismo. Trastorno psicosexual en el que la excitación sexual se consigue a través de la recepción de dolor físico o humillación infligidos por el otro miembro de la pareja.

Mecanismos de defensa. Son los procedimientos que utilizamos las personas para evitar la ansiedad que nos producen las frustraciones y conflictos.

Médula espinal. Estructura del encéfalo que lleva la información sensorial del resto del cuerpo al cerebro y está involucrada en los actos reflejos.

Memoria. Es la capacidad de guardar información y volverla a recuperar después, es decir, el aprendizaje que persiste a través del tiempo. Nos permite tener un acceso consciente a nuestro pasado.

Memoria a corto plazo (MCP). Memoria de trabajo que almacena y procesa la información seleccionada por los registros sensoriales de forma breve.

Memoria a largo plazo (MLP). Memoria más o menos permanente que corresponde a todo lo que sabemos.

Memoria de trabajo. Es el proceso activo de almacenar y manipular la información en la memoria a corto plazo de modo que la tengamos «en mente» mientras hacemos otra cosa. Según el psicólogo Alan Baddeley, la memoria de trabajo tiene una estructura que incluye un ejecutivo central, un almacén visual a corto plazo y un bucle fonológico.

Memoria episódica. Memoria a largo plazo que almacena información con significado personal.

Memoria procedimental. Memoria de habilidades o destrezas específicas como tocar el violín o montar en bicicleta.

Memoria semántica. Memoria a largo plazo que almacena hechos e información general.

Menarquia. Primera menstruación en la vida de una mujer.

Menstruación. Flujo hemorrágico de las mujeres procedente de la cavidad uterina, que sale por los órganos genitales y se reproduce periódicamente según el ciclo ovárico.

Método científico. Forma de adquirir conocimientos que se caracteriza por observar los hechos, recopilar datos, producir hipótesis verificables y crear leyes y teorías.

Método correlacional. Técnica de investigación basada en la relación que se da entre dos o más variables.

Metodología. Es el estudio de las técnicas que se utilizan para realizar una investigación: técnicas de recolección de datos, de muestras de población y el diseño experimental.

Miedo. Respuesta condicionada (RC) a estímulos asociados con sucesos dolorosos que provoca la evitación de los estímulos aversivos.

Mindfulness. Significa «atención o conciencia plena». Técnica de meditación que permite contrarrestar los efectos negativos del estrés o de la ansiedad, restableciendo el equilibrio entre el cuerpo y la mente.

Modificación de conducta. Conjunto de estrategias psicológicas para cambiar el comportamiento de las personas.

Motivación. Conjunto de necesidades fisiológicas e innatas (hambre, sueño, etc.) o sociales.

Motivación de logro. Es el deseo de hacer las cosas tan bien como sea posible, lograr algo difícil y conseguir la excelencia.

Motivo. Conducta dirigida a una meta.

Mutación. Cambio genético producido por un suceso ambiental que origina la aparición de un rasgo nuevo, no presentado en las generaciones anteriores.

Narcisista. Es un trastorno de la personalidad que se caracteriza por estar más preocupado de la apariencia que de los sentimientos.

Narcolepsia. Trastorno del sueño que se caracteriza por sueños repentinos e irresistibles durante la vigilia.

Negación. Rechazo a reconocer una realidad dolorosa o amenazadora.

Neurona. Célula básica del sistema nervioso, capaz de recibir y producir informaciones. Cada neurona está compuesta de soma, dendritas y axones.

Neuropsicología. Disciplina científica que estudia la correlación entre el cerebro y la conducta humana.

Neurotransmisor. Sustancia química liberada por la neurona en la sinapsis, que se difunde por el espacio sináptico y actúa sobre la célula postsináptica, transmitiendo señales entre neuronas.

Obediencia. Cambio de conducta en respuesta a la orden de una persona con autoridad

Obsesión. Pensamiento persistente que causa tensión, miedo y angustia.

Oído externo. Está compuesto por el pabellón de la oreja, el canal auditivo y el tímpano.

Oído interno. Está compuesto por dos zonas: los canales semicirculares, donde reside el equilibrio, y la cóclea o caracol, donde se encuentra el sentido auditivo.

Oído medio. Contiene tres huesecillos (martillo, yunque y estribo) que transmiten las vibraciones del tímpano al oído interno.

Olvido. Incapacidad para recuperar o recordar información de la memoria.

Orientación sexual. Es la atracción sexual de una persona hacia personas del sexo opuesto, de su propio sexo o de ambos sexos (heterosexualidad, homosexualidad o bisexualidad).

Outsourcing. Externalización de los servicios o funciones de una organización o empresa que no constituyen la esencia de su negocio (por ejemplo, contabilidad, marketing, etc.).

Ovarios. Glándulas reproductoras femeninas que secretan estrógenos en la sangre.

Páncreas. Glándula endocrina, localizada cerca de la cavidad abdominal, que segrega insulina y glucagón.

Parafilias. Desórdenes sexuales en los que objetos o situaciones no convencionales provocan excitación sexual.

Paranoia. Trastorno psicológico con síntomas delirantes, cuyos contenidos son de tipo persecutorio o de celos. El resto de la personalidad se mantiene organizada. Es diferente a la esquizofrenia paranoide.

Pensamiento convergente. Generación de ideas dirigida a encontrar la respuesta «correcta» a un problema.

Pensamiento divergente. Habilidad para generar nuevas respuestas a los problemas.

Pensamiento formal. Según Piaget, es el estadio final del desarrollo cognitivo que se alcanza en la adolescencia y se caracteriza por el pensamiento abstracto.

Percepción. Proceso de crear patrones significativos a partir de la información sensorial.

Personalidad. Patrón estable de conductas, pensamientos y sentimientos que caracterizan a una persona a lo largo de la vida.

Personalidad antisocial (psicópata). Es una persona perversa, que actúa sin tener en cuenta a los demás, y no le importan las consecuencias de sus actos.

Persuasión. Cambio de ideas, actitudes o conductas por medio de la comunicación. Existe una ruta central de persuasión (basada en argumentos) y una ruta periférica (centrada en las emociones o el atractivo del comunicador).

Poder. Capacidad de influir en otras personas y de resistir sus intentos por influir. Hay varios tipos de poder: coercitivo, legítimo, informativo, de recompensa, del experto y de referencia.

Prejuicio. Juzgar antes de saber. Conjunto de actitudes negativas e injustas hacia determinados grupos de personas.

Procesos cognitivos. Modalidades de pensamiento, conocimiento y representación simbólica, que incluyen la comprensión, el juicio, la memoria, la imaginación y el razonamiento.

Programa de intervalo. Contingencia que estipula la entrega de un nuevo refuerzo en un tiempo determinado.

Programa de razón. Contingencia que estipula un número determinado de respuestas para obtener un refuerzo.

Proxémica. Es el estudio de la significación del espacio y las relaciones de distancia, en la comunicación interpersonal o en la comunicación de masas.

Proyección. Mecanismo de defensa por el cual un individuo niega una acusación desagradable hecha a su persona y la proyecta en otras personas.

Psicoanálisis. Sistema psicológico creado por S. Freud que consta de una teoría de la personalidad, una teoría del desarrollo psicosexual y un método terapéutico.

Psicofísica. Rama de la psicología que analiza las relaciones entre el aspecto físico de los estímulos y las representaciones psicológicas.

Psicología. Ciencia que estudia la conducta y los procesos mentales, y también es la profesión que aplica sus conocimientos a problemas en la escuela o la clínica.

Psicología clínica. Rama de la psicología que analiza, evalúa y trata a personas con problemas psicológicos.

Psicología cognitiva. Teoría que trata de explicar cómo los seres humanos adquieren, organizan y recuperan la información.

Psicología del pensamiento. Estudia los pensamientos y razonamientos que utiliza la gente en la vida diaria.

Psicología de masas. Estudia el pensamiento y el comportamiento de las multitudes y las experiencias de los individuos en esas situaciones.

Psicología del trabajo. Estudia la conducta de los individuos en el trabajo para mejorar el rendimiento, la satisfacción y la seguridad de los empleados.

Psicología de las organizaciones. Estudia los fenómenos psicológicos individuales en el interior de las organizaciones y las formas en que influyen los procesos organizacionales en las personas.

Psicología evolutiva. Rama de la psicología que analiza los cambios psicológicos del individuo a lo largo de la vida.

Psicología social. Estudia cómo piensan unas personas de otras, cómo se influyen y se relacionan entre sí.

Psicometría. Rama de la psicología que realiza estudios cuantitativos de características psicológicas mediante técnicas estadísticas.

Psicopatología. Estudia las alteraciones de los procesos psicológicos (percepción, memoria, lenguaje, etc.) y los desórdenes emocionales y de conducta.

Psicoterapias. Aplicación de técnicas psicológicas al tratamiento de los problemas emocionales y de la conducta.

Psicoticismo. Dimensión de la personalidad de Eysenck, que implica la pérdida de la realidad y no distinguir esta de la fantasía.

Pubertad. Estadio del desarrollo anterior a la adolescencia (12-14 años) en el que se adquiere la madurez sexual biológica y la capacidad de reproducción.

Racionalización. Justificación racional de ideas o conductas para evitar sentimientos desagradables ante hechos que nos causan ansiedad.

Rasgos. Características de la personalidad que son estables a lo largo del tiempo.

Razonamiento. Proceso cognitivo de búsqueda o examen de creencias o razones. La inferencia y el razonamiento son procesos psicológicos que llevan a posibles cambios de creencias (razonamiento teórico) o de planes e intenciones (razonamiento práctico).

Razonamiento deductivo. Forma de razonamiento en la que la conclusión se sigue de las premisas; si las premisas son verdaderas, la conclusión también es verdadera.

Razonamiento inductivo. Razonamiento mediante el que llegamos a una conclusión general a partir del estudio de fenómenos particulares.

Realidad virtual. Designa un mundo de representaciones e imágenes artificiales que se apoya en una tecnología capaz de transportarnos a un universo informacional e icónico distinto del entorno físico en que vivimos.

Receptores. Son los órganos de los sentidos que se encargan de captar los estímulos y los transforman en impulsos nerviosos que son transmitidos hasta el cerebro y la médula espinal.

Reflejos. Son las respuestas involuntarias de un organismo ante determinados estímulos con el fin de adaptarse a un medio cambiante.

Refuerzo. Estímulo que sigue a una respuesta y que aumenta la probabilidad de que esta se repita.

Refuerzo negativo. La conducta interrumpe o impide la presentación de un estímulo aversivo.

Represión. Olvido de los recuerdos de las experiencias traumáticas del individuo que son desterradas fuera de su conciencia.

Resiliencia. Significa la capacidad del sujeto de asimilar los dramas de su vida y reaccionar a ellos de forma constructiva.

Respuesta. Reacción fisiológica, cognitiva o motora ante un estímulo.

Respuesta condicionada (RC). Reacción aprendida ante un estímulo condicionado.

Respuesta incondicionada (RI). Reacción innata ante un estímulo incondicionado (EI).

Retina. Tejido que cubre la mayor parte de la pared interna del ojo y contiene conos y bastones.

Retraso mental. Funcionamiento intelectual por debajo de la media y con un CI de 70 o menos.

Rol sexual. Reglas que especifican el comportamiento sexual adecuado de las personas en una situación determinada.

Sadismo. El placer se obtiene a través de actos que causen dolor físico o humillación. La persona sádica logra placer erótico al degradar a su pareja.

Selección de personal. Es una de las tareas que realiza el departamento de recursos humanos para incorporar a la organización a las personas que tengan los conocimientos y las competencias técnicas que exija el puesto de trabajo.

Sensación. La respuesta inmediata en el cerebro causada por la excitación de un órgano sensorial.

Sensibilización. Forma de aprendizaje no asociativo en el que un organismo se vuelve más sensible a muchos estímulos tras estar expuesto a una estimulación intensa o dolorosa.

Sexismo. Consiste en las actitudes y comportamientos discriminatorios hacia personas de un sexo determinado.

Sexo. Concatenación de una serie de elementos diferenciales en masculino o femenino, con diferentes niveles: genético, gonádico, hormonal y psicológico.

Sexología. Estudia los aspectos fisiológicos y psicológicos de la conducta sexual humana.

Sexualidad. Forma en que cada persona sexual, hombre o mujer, vive su propio sexo.

Sinapsis. Unión especializada entre las neuronas, que puede ser inhibitoria o excitatoria dependiendo del neurotransmisor liberado.

Síndrome de abstinencia. Aparición de diversos síntomas producidos por dejar de consumir una droga.

Síndrome de Down. Trastorno del desarrollo humano causado por la trisomía del cromosoma 21.

Síndrome de Korsakoff. Incapacidad de los alcohólicos para recordar experiencias pasadas.

Sistema cinestésico. Sistema que informa sobre la posición y el movimiento del cuerpo, aunque no seamos conscientes.

Sistema endocrino. Consiste en una red de glándulas que secretan hormonas a la circulación sanguínea. Las hormonas mantienen la homeostasis o equilibrio interno del cuerpo.

Sistema límbico. Red neuronal que facilita la comunicación entre el hipotálamo, la corteza cerebral y otras partes del encéfalo. Influye en las emociones y la memoria.

Sistema nervioso central (SNC). Está compuesto por el encéfalo y la médula espinal.

Sistema nervioso periférico (SNP). Está formado por el sistema somático y autónomo e incluye neuronas sensoriales y motoras.

Sistema nervioso somático. Es el conjunto de neuronas sensoriales y motoras del SNP (sistema nervioso periférico) que controla la musculatura esquelética, el sistema «voluntario», en contraste con el sistema autónomo o «involuntario».

Sistema vestibular. Sistema que nos informa de los movimientos de la cabeza y es responsable del equilibrio.

Sublimación. Según el psicoanálisis, los impulsos biológicos de los seres humanos se pueden transformar y poner al servicio de fines espirituales, artísticos o políticos.

Sueño de ondas lentas (SOL). Sueño dividido en estadios de 1 a 4 que se define por la presencia de actividad de EEG de ondas lentas.

Sueño REM (sueño paradójico). Estadio del sueño caracterizado por ondas EEG rápidas y de baja amplitud, ausencia de tensión postural y movimientos rápidos de los ojos.

Talent Management. Las personas son quienes marcan la diferencia entre unas compañías y otras, por lo que es fundamental identificar, impulsar y retener el talento.

Temperamento. Estilo personal estable de reaccionar, sentir o actuar.

Teoría. Conjunto de hechos, hipótesis y leyes sobre un determinado ámbito de la realidad.

Teoría del aprendizaje social. Propuesta por A. Bandura, considera que las conduc-

tas se aprenden por la observación e imitación de un modelo.

Terapia familiar. Terapia que trata a la familia en conjunto y no a un individuo aislado señalado como paciente.

Test. Prueba psicológica que permite predecir la capacidad intelectual de un individuo o revelar su personalidad.

Testículos. Son dos glándulas situadas en el exterior de la cavidad abdominal, dentro de la bolsa del escroto. Están formados por una gran cantidad de pequeños conductos, en cuyas paredes se forman los espermatozoides.

Testosterona. Hormona sexual producida principalmente en los testículos. Regula la formación de los rasgos sexuales secundarios, como la musculatura y el crecimiento capilar, así como la producción de esperma.

Tolerancia. Disminución de la reacción ante el estímulo de una droga debido a la experiencia repetida con la misma.

Tomografía axial computarizada (TAC). Es una técnica no invasiva que permite examinar la estructura del cerebro a través de un análisis computarizado de la absorción de rayos X en varias posiciones de la cabeza. Esta técnica proporciona una visión virtual del cerebro.

Tomografía por emisión de positrones (TEP). Presentación gráfica de la actividad cerebral que detecta por dónde pasa una fórmula radiactiva de glucosa mientras el cerebro realiza una tarea determinada.

Transducción. Es la transformación de un tipo de energía en otro. Un ejemplo de transducción se origina cuando pulsamos el botón «sacar dinero» en la pantalla de un cajero automático. La presión que ejerce el dedo se transduce en energía eléctrica que, a su vez, se transduce en energía mecánica que expulsa el dinero del cajero. En el sistema nervioso, es el proceso por el que los órganos sensoriales transforman la energía de los estímulos en impulsos nerviosos.

Transferencia. En la terapia psicoanalítica, proceso crítico en el que el cliente proyecta emociones o reacciones inconscientes en el terapeuta.

Trastorno obsesivo-compulsivo (TOC). Trastorno de ansiedad en el que la perso-

na se siente amenazada por pensamientos o imágenes repetitivas (obsesiones) y conductas ritualizadas (compulsiones) dirigidas a reducir la ansiedad.

Umbral absoluto. La menor cantidad de estímulo que detecta un individuo y que varía dependiendo de la fatiga o de la situación.

Umbral diferencial. La cantidad de cambio de un estímulo que se requiere para que una persona pueda detectarlo.

Útero. Es un órgano que se ubica en la pelvis femenina, entre la vejiga y el recto. Los ovarios producen los óvulos, que se desplazan a través de las trompas de Falopio. Cuando el óvulo abandona el ovario puede ser fertilizado y se implanta en el útero, cuya función es alimentar al feto en desarrollo antes del nacimiento.

Vagina. Es un tubo de paredes musculares finas. Está aplanada y su parte anterior se cierra parcialmente por una membrana llamada himen. La función de la vagina es la de recibir el pene y los espermatozoides durante el coito.

Vaginismo. Espasmo muscular involuntario en la vagina que imposibilita el coito.

Validez. Cualidad que determina que el propósito y objeto de un test o una prueba es adecuado (que mide lo que debe medir).

Validez externa. Posibilidad de generalizar los resultados de la investigación de una población a otras poblaciones.

Validez interna. Los cambios en la variable independiente (VI) producen cambios en la variable dependiente (VD).

Variable. Magnitud que representa una característica que tiene más de un valor. Puede ser física, biológica, psicológica o social.

Variable dependiente (VD). Variable (conducta objeto de estudio) que puede cambiar o no, en función de los cambios en la VI.

Variable independiente (VI). Variable que controla y manipula el experimentador para analizar los efectos en una o más VD.

Yo. Según Freud, es la representación de la percepción consciente, la razón y el sentido común. Se basa en el «principio de realidad».