

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA  
"GABRIEL RENÉ MORENO"



# PSICOLOGÍA

Elaborado por: Msc. Michelle Sánchez M.  
Coordinadora de la materia de Psicología  
U.A.G.R.M.

SANTA CRUZ DE LA SIERRA - BOLIVIA



## ÍNDICE DE CONTENIDOS POR TEMA

### **Tema 1: La psicología como ciencia**

#### **Contenido:**

- 1.1 Campo de estudio de la psicología
- 1.2 Origen de la psicología
- 1.3 Principales enfoques teóricos
- 1.4 Métodos de la psicología
- 1.5 Campos de estudio

### **Tema 2: Bases biológicas de la conducta**

#### **Contenido:**

- 2.1 Unidad básica del sistema nervioso
- 2.2 Estructura del sistema nervioso
- 2.3 Funciones del sistema nervioso
- 2.4 Genética y comportamiento
- 2.5 El sistema endocrino

### **Tema 3: Procesos cognitivos**

#### **Contenido:**

- 3.1 ¿Qué son los procesos cognitivos?
- 3.2 Sensación y percepción
- 3.3 Memoria
- 3.4 Atención
- 3.5 Pensamiento

### **Tema 4: Emociones y afectividad**

#### **Contenido:**

- 4.1 Emociones
- 4.2 Tipos de emociones
- 4.3 Los sentimientos
- 4.4 Las pasiones
- 4.5 Los afectos

### **Tema 5: Personalidad**

#### **Contenido:**

- 5.1 Concepto
- 5.2 Componentes de la personalidad
- 5.3 Teorías de la personalidad
- 5.4 Tipologías

### **Tema 6: Desarrollo humano**

#### **Contenido:**

- 6.1 Psicología del desarrollo

- 6.2 Periodo prenatal
- 6.3 Periodo neonatal
- 6.4 Lactancia
- 6.5 Infancia
- 6.6 Niñez
- 6.7 Adolescencia y pubertad
- 6.8 Juventud
- 6.9 Adultez
- 6.10 Vejez

### **Tema 7: Adolescencia y conducta**

#### **Contenido:**

- 7.1 Adolescencia
- 7.2 Cambios físicos
- 7.3 Cambios sociales
- 7.4 Sexualidad

### **Tema 8: Trastornos mentales**

#### **Contenido:**

- 8.1 Concepto
- 8.2 Tipos de trastornos
- 8.3 Trastornos de la personalidad
- 8.4 Trastornos de la identidad de género y sexual
- 8.5 Esquizofrenia
- 8.6 Intervención de los desórdenes psicológicos

## **Tema 1: La psicología como ciencia**

### **Contenido:**

#### **1.1 Campo de estudio de la psicología**

#### **1.2 Origen de la psicología**

#### **1.3 Principales enfoques teóricos**

#### **1.4 Métodos de la psicología**

#### **1.5 Campos de estudio**

#### **1.1 Campo de estudio de la psicología**

Según el momento histórico y la perspectiva bajo la cual se haya planteado, el concepto de psicología y, por lo tanto, su campo de estudio, puede variar. Sin embargo, en la psicología actual y bajo una perspectiva integrativa, hay cierto consenso por considerar a la psicología como: “La ciencia de la conducta y los procesos cognoscitivos”. A este concepto conviene agregar que la psicología es tanto una ciencia del comportamiento humano como del comportamiento animal, ya que es a partir de múltiples estudios con diversas especies que también se comprende el comportamiento humano.

La distinción que hace el concepto entre conductas y cogniciones radica en los diferentes componentes que tiene la conducta humana. Por ello, a la psicología le va a interesar tanto lo que el sujeto manifiesta abierta y objetivamente (las conductas) como también aquello que aunque no es visible directamente, se encuentra de fondo en esas conductas; es decir los pensamientos, sentimientos y emociones que elabora y/o sostiene la persona y que permiten comprender las conductas que éste manifiesta.

#### **1.2 Origen de la Psicología**

Desde sus orígenes hasta la actualidad, la psicología ha cambiado mucho. Conviene hacer un breve repaso de aquellas etapas más importantes en esta transformación.

Los inicios de la psicología se pueden reconocer en las reflexiones de los filósofos de la antigüedad, época en la cual se entendía a la psicología como el estudio del alma, ya que la palabra psicología viene del griego “Psiquis – Alma” y “Logos – Tratado o estudio”. Si bien hoy en día el estudio del alma o del espíritu se reserva a las religiones, es importante recordar que fueron las reflexiones que hicieron Sócrates y Platón sobre la psiquis del hombre, las que alimentaron el interés de otros durante siglos en el afán de comprender el comportamiento humano.

La psicología fue un tema de interés y reflexión durante muchos siglos y aunque es muy difícil marcar una fecha exacta, muchos autores reconocen su constitución como ciencia entre los siglos XVIII y XIX, momento en el que fue posible estudiar elementos del comportamiento humano a partir del método científico.

Las bases que permitieron que el estudio del comportamiento humano se realice a partir del método científico, se encuentran en la filosofía y en la fisiología. Las ideas sobre la forma de acceder al conocimiento del mundo natural basados en la experiencia (empirismo) y la idea de que ese conocimiento debe cumplir con los criterios de lógica y racionalidad (racionalismo), fueron las

bases que brindó la filosofía. Por otra parte, los avances en el estudio de las ciencias naturales como la biología y, principalmente, el estudio del sistema nervioso, permitieron comprender el comportamiento humano a partir de las técnicas y métodos que utilizan las ciencias naturales.

Estas dos influencias se asociaron para romper con la idea *dualista* que los filósofos habían sostenido por mucho tiempo con respecto a la separación del cuerpo y la mente, una posición según la cual, el cuerpo es y funciona independientemente de la mente. Cuando se descubren las partes del sistema nervioso y se reconoce su relación con el comportamiento humano, se plantea el *interaccionismo*, una postura que no sólo sirvió de base para establecer la psicología como ciencia, sino que también es considerada como base del desarrollo de la psicología en la actualidad y punto de partida para diferentes campos de estudio.

Posteriormente y gracias a estas dos influencias, la psicología logró apartarse de la visión inicial que se tenía de ella, ya que a partir de este momento se dejó de considerar a la psicología como el estudio del alma. Sin embargo, y aunque los esfuerzos de los científicos se enfocaron en desarrollar el conocimiento dentro de los parámetros del método científico, su objeto de estudio (lo que interesaba estudiar) sufrió algunas variaciones según las diferentes perspectivas o corrientes teóricas que se desarrollaron.

En el siguiente apartado se presenta un cuadro donde se puede apreciar el desarrollo que ha experimentado la psicología desde que se constituyó como ciencia, pero como se ve, el paso de una corriente a otra no implica un cierre definitivo de la temática que aborda o la desaparición de la corriente. Se trata, más bien, de un proceso evolutivo que aún continúa y que en muchos casos ha servido para considerar el análisis de un mismo tema desde diferentes enfoques.

### 1.3 Principales enfoques teóricos

Los enfoques teóricos representan las posturas bajo las cuales se consideró a la psicología y sus problemas de interés. En el siguiente cuadro se presenta, en la primera columna, el nombre de la perspectiva teórica o corriente y fecha aproximada en la que dominó el enfoque; en la segunda columna, su fundador y/o sus principales representantes; en la tercera columna, su objeto de estudio; y en la cuarta columna, una observación sobre dicha corriente.

Corriente o perspectiva	Representante (s)	Objeto de estudio	Dato importante
<b>Estructuralismo</b> (aproximadamente 1875 - 1885)	Wilhem Wundt y Edward Titchener	Se interesó por estudiar la estructura básica de la mente	Wundt fundó en 1879 el primer laboratorio experimental. Se le atribuye la paternidad de la psicología.
<b>Funcionalismo</b> (aproximadamente 1890)	William James y Jhon Dewey	Se interesaron en conocer el funcionamiento de la mente	Dewey fundó la psicología educativa que aún se aplica en EEUU
<b>Psicoanálisis</b> (aproximadamente desde 1900 hasta la fecha)	Sigmund Freud, Carl Jung y Alfred Adler	Se interesó en el estudio del inconsciente y planteó la estructura del aparato psíquico	Esta corriente no siguió el modelo experimental y por ello, aún hoy, sus planteamientos son motivo de controversia.
<b>Conductismo</b> (aproximadamente	Ivan Pavlov, Jhon Watson, B.F.	Se interesaron en estudiar sólo los	Exigió en sus estudios el mayor rigor metodológico,

1900 - 1980)	Skinner	eventos observables del comportamiento	por ello se negó a estudiar aquello que no podía ser observado.
<b>Gestalt</b> (aproximadamente 1900 - 1930)	Max Wertheimer, Kurt Koffka y Wolfgang Köhler	La conciencia como mecanismo y fuente de integración de las partes (Percepción)	Tomaron como base al estructuralismo, al funcionalismo y al conductismo. Actualmente sus planteamientos sobre la percepción de las formas son ampliamente utilizados en publicidad, diseño gráfico y diferentes artes.
<b>Humanismo</b> (aproximadamente desde 1980 con cierta vigencia en la actualidad)	Carl Rogers y Abraham Maslow	Se interesa por el estudio de aquellos aspectos que caracterizan al ser humano como tal. (La autoderminación, esperanza, sentido de la vida, etc.)	Los aspectos que le interesan al humanismo son difíciles de definir, evaluar y por lo tanto abordar desde una perspectiva científica.
<b>Cognitiva</b> (aproximadamente desde 1960 hasta la fecha)	Alan Baddeley, Frederic Bartlett, Broadbent, Bruner, Ebbinghaus, Vygotski, Piaget y otros	Se interesa en el estudio de los procesos mentales y la forma en la que se procesa la información (cogniciones)	Actualmente es la perspectiva dominante, ha logrado vincularse con otras perspectivas y disciplinas y se ha constituido como una base del análisis interaccionista del comportamiento.

Si bien estos son los enfoques teóricos que han marcado el desarrollo de la psicología, no todos ellos son aplicados en la actualidad como enfoque organizativo para analizar, comprender e intervenir sobre la realidad. Los enfoques que hoy en día se utilizan son:

a) *El modelo psicoanalítico.* Los seguidores de este modelo comprenden los problemas o las temáticas desde la teoría de Sigmund Freud, considerando básicamente el funcionamiento del aparato psíquico, es decir, la existencia de una estructura conformada por el inconsciente, el preconscious y la conciencia. Desde este modelo, los conflictos se forman por una lucha entre las tres estructuras y se van desarrollando desde la infancia.

b) *El modelo conductista.* Este modelo surge de la teoría conductista y tiene una fuerte base en la fisiología. Plantea un esquema explicativo de la conducta muy básico, ya que en esencia la conducta o respuesta que emite el sujeto, se puede entender como el efecto que produce un estímulo (E – R) y sus variaciones pueden generarse y predecirse a partir de las leyes del aprendizaje, según lo cual, una conducta alterada puede ser explicada como un proceso de aprendizaje inadecuado y puede ser también resuelto por otro proceso de aprendizaje.

c) *El modelo cognitivo.* Según este modelo, la conducta es mucho más que el resultado de un estímulo externo. Para los psicólogos cognitivos los procesos mentales que utiliza la persona, son los que determinan sus conductas; según esta misma lógica, algunos trastornos son el resultado de pensamientos irracionales o de procesos cognitivos inadecuados, los mismos que al ser organizados o reestructurados pueden solucionar el problema.

En la actualidad, bajo la consideración de que algunas conductas interfieren en las cogniciones y que algunas cogniciones afectan a las conductas, se han conseguido muy buenos resultados a nivel terapéutico uniendo el modelo conductista con el modelo cognitivo, formándose así el modelo cognitivo – conductual.

*d) El modelo humanista.* Desde este modelo, se da fundamental consideración a las cualidades del ser humano y la capacidad que éste tiene para ejercer control sobre sus procesos, incluyendo conducta, decisión, voluntad, etc. y resolver así sus conflictos. Si bien este modelo es considerado como un modelo independiente de los demás, es muy común encontrar en seguidores de otros modelos su visión del ser humano, es decir una base humanista en la consideración de los problemas que tratan o analizan.

Actualmente la tendencia consiste en sostener una visión práctica en cuanto a los resultados que ofrezca una intervención, por ello se van abriendo nuevas corrientes que más que plantear nuevos objetos de estudio, proponen intervenciones rápidas y efectivas asociando lo mejor de los modelos vigentes. Surgen así modelos como el *sistémico* (sostienen la idea de que los problemas no son de una parte aislada o de un individuo sólo, sino del sistema al que pertenece) y el *integrativo* (modelo que sostiene que una intervención eficaz implica integrar lo mejor de cada modelo, a fin de dar una mejor respuesta a la problemática analizada).

### 1.3 Métodos de la psicología

Como ya se ha mencionado anteriormente, la psicología logró constituirse como ciencia gracias a que fue posible estudiar sus problemas siguiendo el método científico y las exigencias que éste presenta; entre los métodos que ha utilizado la psicología para investigar y que hoy en día siguen siendo considerados como sus métodos básicos se encuentran la observación y la experimentación:

*a) La observación.* El método científico reconoce que la observación es la forma más básica y elemental de conocer la realidad del mundo que nos rodea y que experimentamos. Este método es muy importante para la psicología porque permite registrar todo aquello que es posible ver, la conducta por ejemplo.

La observación como método de investigación puede variar según las situaciones en las que se emplee, por ejemplo: en la observación naturalista, el observador registra todo lo que observa según se van presentando los hechos o los eventos. En este tipo de observación no se especifica lo que será observado, simplemente se observa, se registra y luego se selecciona la información. Esta forma puede ser un poco complicada puesto que la conducta observada puede ser muy simple como también muy compleja.

En la observación sistemática, el observador define previamente cuáles serán las conductas o eventos que deberán ser observados. Para ello, se especifican previamente en una planilla de observación, los eventos a ser observados y las dimensiones en las que deberán ser registrados dichos eventos. Es un tipo de observación más rígido que la observación naturalista pero es también más confiable, puesto que es menos sensible a las variaciones que pudiera introducir el mismo observador de forma involuntaria.

b) La experimentación. Este es el método que ha permitido a muchos psicólogos poner a prueba (o también rechazar) las hipótesis que se plantean. La realización de experimentos consiste en recrear en un ambiente controlado, como lo es el laboratorio, una situación natural y todos los eventos que se consideran importantes. Durante el experimento, el experimentador manipula la variable que le parece que es la causa de un evento, de esta manera, produciendo y controlando las variaciones en este evento, puede observar y medir las variaciones que produce en la conducta.

Un aspecto muy importante de este método es que, al llevar una situación al laboratorio, es posible controlar todas las variables ajenas o extrañas que en una situación natural podrían confundir o encubrir la verdadera relación entre *la causa y el efecto*.

Así como en cada fase del desarrollo de la psicología han habido diferentes perspectivas y cada una de ellas ha definido un objeto de estudio concreto, también se han definido métodos que por uno u otro motivo se han considerado más convenientes para estudiar e investigar esas temáticas específicas. No obstante, un criterio común en la mayoría de estas perspectivas ha consistido en utilizar estos dos métodos de manera paralela.

Actualmente se aplican diferentes técnicas y métodos para recoger información, se seleccionan en función de las ventajas o inconvenientes que pudieran ofrecer. Entre las más utilizadas están: los cuestionarios, entrevistas, test psicológicos, procedimientos mecánicos o de laboratorio, generación de modelos por computadora y estudios de casos; sólo por nombrar los más significativos.

#### **1.4 Campos de estudio**

La psicología ha logrado desarrollarse tanto en el último siglo que, gradualmente, se han ido diferenciando sus campos de estudio a fin de ampliar sus niveles de especialización. Esto ha implicado no sólo la división desde las temáticas de investigación sino también desde los campos de acción donde se aplica la psicología. Sólo por nombrar las principales campos se puede mencionar a:

a) *La psicología clínica*. Los psicólogos clínicos se concentran en la evaluación, diagnóstico y tratamiento de los trastornos mentales y de aquellos problemas que aunque no sean considerados como trastornos, generan malestar en la vida del sujeto o afectan a su salud.

Este campo de la psicología también se ocupa de investigar las causas que generan los diferentes trastornos, la forma en que éstos evolucionan y los tratamientos más adecuados para intervenir sobre ellos.

b) *La psicología Educativa*. Los psicólogos educativos o también conocidos como psicólogos escolares, se concentran en la evaluación, diagnóstico y tratamiento de los problemas de aprendizaje; implica también la prevención y seguimiento en temáticas que pudieran afectar al normal desarrollo de los proceso de instrucción o aprendizaje.

A nivel de investigación, los psicólogos educativos se centran en la mejora de los procesos de instrucción, considerando el proceso de enseñanza - aprendizaje y todos los aspectos socio - culturales que intervienen en el mismo.

c) *La psicología Industrial u organizacional.* Este campo de estudio es también conocido como psicología laboral. Se ocupa de todos los aspectos que favorecen o impiden una mejora en el rendimiento laboral de un empleado o del funcionamiento de una empresa. Para ello, un psicólogo organizacional realiza acciones que van desde evaluar las probabilidades que tiene un candidato de rendir eficientemente en un puesto determinado, hasta generar las mejores condiciones dentro del ambiente de trabajo para incrementar la productividad de todos.

d) *La psicología social.* Los psicólogos sociales se ocupan de estudiar la influencia que ejerce el entorno social en el individuo y las variaciones del comportamiento en entornos más amplios.

e) *La psicobiología.* Este campo de la psicología se ocupa de investigar las causas biológicas y fisiológicas del comportamiento humano y su influencia en los procesos cognitivos y sus productos.

f) *La psicología del desarrollo.* Los psicólogos del desarrollo se ocupan de investigar las variaciones que se presentan debido a las etapas de desarrollo y cómo estas etapas afectan al comportamiento humano y sus cogniciones.

## Tema 2: Bases biológicas de la conducta

### Contenido:

#### 2.1 Unidad básica del sistema nervioso

#### 2.2 Estructura del sistema nervioso

#### 2.3 Funciones del sistema nervioso

#### 2.4 Genética y comportamiento

#### 2.5 El sistema endocrino

### 2.1 Unidad básica del sistema nervioso

El sistema nervioso es una estructura muy compleja de nuestro organismo y de la cual depende gran parte de nuestro comportamiento. Para comprender su influencia en la conducta de los seres humanos y de cualquier otra especie animal, conviene reconocer sus componentes básicos y la forma en la que éstos funcionan.

El sistema nervioso está compuesto por dos tipos básicos de células: **a) la neurona**, considerada como la unidad básica del sistema nervioso y **b) las células de sostén**, que son células que mantienen a las neuronas sujetas en lugares específicos. Si bien ambos tipos de células son importantes; en el sistema nervioso, la neurona es el centro de la comunicación entre los diferentes órganos del cerebro, y del cerebro con el medio ambiente.

La neurona está compuesta, como toda célula, por un **cuerpo celular**, lugar donde se encuentra el núcleo, que a su vez contiene un nucléolo. Ambos se encuentran rodeados por la membrana nuclear y el retículo endoplasmático que se encarga de la nutrición de la célula y de llevar nutrientes a otras partes de la célula.

Del cuerpo celular se desprenden pequeñas fibras nerviosas en diferentes direcciones. Estas fibras se llaman **dendritas** y se encargan de recibir la información que otras neuronas envían a través de su axón. Son una parte fundamental de la neurona ya que son terminaciones que aumentan el área de contacto de una neurona.

Otra parte importante de la estructura de la neurona es el **axón**, se trata en realidad de una extensión del cuerpo celular conformado por fibras nerviosas. Un axón puede medir algunos milímetros o puede ser lo suficientemente extenso como para comunicar a la médula espinal con las terminaciones nerviosas de los brazos o de los pies. Ya que el axón es el responsable de conducir la información que entra y sale de la neurona. Está recubierto por una vaina de mielina que sirve para proteger y mantener nutridas a las fibras nerviosas garantizando así que la información llegue a su destino.

De la parte final del axón surgen las **terminaciones axónicas**. Estas terminaciones son las encargadas de transmitir información a otras neuronas, formando así una red ramificada de información celular. Para que esto sea posible, las terminaciones axónicas tienen una variación más especializada, llamadas terminales **presinápticas** o **botones sinápticos**; cuando éstas entran en contacto con la membrana de una dendrita o del cuerpo celular de otra neurona, se libera una hormona llamada **sustancia transmisora** y se produce así una sinapsis, que es como se denomina a la transmisión de información entre una neurona y otra neurona.

## 2.2 Estructura del sistema nervioso

El sistema nervioso se divide básicamente en: **a) El sistema nervioso central** y **b) El sistema nervioso periférico**. Si bien ambas son importantes en el conjunto del comportamiento humano, es el sistema nervioso central donde se realizan de forma integradora las funciones psicológicas más importantes.

El **sistema nervioso central** está conformado por el *encéfalo* y la *médula espinal*. El **encéfalo** a su vez está compuesto por: a) El cerebro, b) El diencefalo, c) El mesencefalo, d) El cerebelo, e) La protuberancia, y f) El bulbo. A continuación se verán algunos aspectos significativos de estas partes pero no en detalle, ya que desde la psicología, el sistema nervioso cobra mayor importancia por su función y relación con la conducta que por su estructura anatómica.

*El cerebro* está compuesto por dos lóbulos o hemisferios cerebrales, éstos están conectados por el cuerpo caloso, una estructura que a través de fibras nerviosas permite el cruce de información de un hemisferio al otro hemisferio.

*El diencefalo* es una estructura bastante amplia y difícil de delimitar, sin embargo, dos partes o estructuras muy importantes que se encuentran en él son el Tálamo, que se encuentra en la base central del encéfalo y se ocupa de transmitir las señales sensitivas a la corteza y de las funciones analíticas sensitivas: y el Hipotálamo, órgano que se encuentra en la parte inferior del tálamo y controla las funciones corporales internas, y se cree que es el centro de las emociones.

*El mesencefalo* se conoce también como cerebro medio. Sirve para conectar con el encéfalo y la médula espinal y regula gran parte de las funciones internas con repercusiones externas, como el tono muscular, los movimientos oculares, las reacciones motoras a los sonidos, etc.

*El cerebelo, la protuberancia y el bulbo*, conforman entre los tres, el tallo encefálico; esta sección más compleja, se encuentra ubicada en la sección posterior de la cavidad craneana. Este conjunto se encarga de dirigir, hacia arriba y hacia abajo, varias fibras que llevan y traen información sensitiva y motora de la médula espinal. Esta estructura es en realidad un puente que conecta hacia arriba el cerebelo con el cerebro y hacia abajo el cerebelo con la médula espinal.

**La médula espinal** se extiende desde el cerebelo hasta la segunda vértebra lumbar. Estructuralmente está conformada por materia gris (en su parte más interna), materia blanca (rodeando la materia gris), tractos sensitivos largos (fibras nerviosas a lo largo de la médula) y nervios espinales que se extienden hacia los lados y hacia abajo. Como se trata de una parte muy delicada, la médula espinal se encuentra protegida por la cavidad craneana (en la parte superior) y por el canal vertebral, que incluye vértebras cervicales, dorsales y algunas lumbares. La médula espinal es tan delicada que no entra en contacto con las paredes de la cavidad por donde se extiende, flota en medio del líquido cefalorraquídeo. Desde la médula espinal, por entre los espacios de cada vértebra, salen los nervios espinales, fibras nerviosas que sirven para conectar la médula (y por tanto el cerebro) con el resto del organismo, ya sea a través de las fibras aferentes o eferentes.

El **sistema nervioso periférico** se trata de una red ramificada de nervios lo suficientemente extensa como para que ni un milímetro de nuestro cuerpo este exento de ella. Esta red compuesta por los ases de los axones de muchas neuronas, conectan el sistema nervioso central con el cuerpo y sus diferentes partes.

Según el tipo de fibras y el lugar desde donde nacen, se distinguen dos tipos de nervios: los nervios craneanos y los nervios espinales. Vale la pena aclarar que ésta no es una subdivisión del sistema periférico, sino de los tipos de fibra que la componen.

A las fibras que nacen del encéfalo y se ramifican en la región encefálica se conocen como nervios craneanos. Estos nervios conectan los órganos sensoriales con el cerebro y conducen información del cerebro a los músculos de la cabeza y el cuello. Se reconocen 12 pares de nervios craneales, de los cuales, 9 tienen funciones sensoriales, es decir están involucrados con la vista, el tacto, etc.; 9 son motores, están involucrados con movimientos musculares; y 2 son parasimpáticos, es decir que están relacionados con movimientos de músculos involuntarios como los del corazón.

El otro grupo de nervios, ya mencionados anteriormente, son los nervios espinales. Éstos nacen de la médula espinal y se ramifican a través de los agujeros intervertebrales, lo que les permite una mayor extensión a lo largo del cuerpo.

Según la dirección en la que los nervios transportan la información, pueden ser de dos tipos, aferentes o eferentes. a) *Las fibras aferentes*, son las encargadas de llevar la información desde afuera hacia la médula y el encéfalo; estas fibras, por ejemplo, reciben información sobre el clima y le envían esa información al cerebro. b) *Las fibras eferentes* transmiten la información del Sistema Nervioso Central hasta la periferia, como por ejemplo a los músculos del cuerpo, el movimiento que realizamos de los brazos y las piernas en una caminata.

En cuanto a estructura, el sistema nervioso periférico está compuesto por dos sistemas. Por una parte se encuentra el **sistema nervioso somático**, que se encarga de conectar el sistema nervioso central con los músculos voluntarios. Desde este sistema, es posible enviar a los músculos del cuerpo, las órdenes necesarias para realizar una acción voluntaria como llamar por teléfono o caminar hacia otra habitación. Por otra parte, se encuentra el **sistema nervioso autónomo**, que se encarga de conectar al sistema nervioso central con los órganos internos, las glándulas y los músculos sobre los cuales tenemos poco control de forma voluntaria, como ser los intestinos.

El sistema autónomo está compuesto a su vez por el **sistema simpático y el sistema parasimpático**. El sistema nervioso simpático se encarga de preparar al cuerpo para utilizar la energía, por ejemplo, al momento de correr, hace que el corazón aumente sus latidos para que éste también pueda bombear más sangre y el cuerpo pueda acelerar su movimiento. El sistema nervioso parasimpático, sin embargo, se encarga del proceso opuesto, ya que la tarea de este sistema es estimular procesos que permitan la conservación de la energía. Según el ejemplo expuesto anteriormente, este sistema buscaría la disminución de los latidos para que el cuerpo se detenga, redireccionando para ello el flujo de la sangre hacia otras partes del cuerpo, de modo que el organismo se detenga.

Aunque la descripción del funcionamiento de los dos sistemas pareciera antagónica, ambos sistemas actúan de forma coordinada, ya que cada uno provee al organismo del control necesario de los movimientos musculares y flujos, para que el organismo, en conjunto, logre realizar una tarea en las mejores condiciones que sea posible y sin generar daños por sobrecarga o sobreestimulación.

### 2.3 Funciones del sistema nervioso

En el anterior apartado se ha descrito brevemente la estructura y fisiología del sistema nervioso. En esta sección se verán las funciones que cumple este mismo sistema para establecer así su importancia como base biológica del comportamiento.

De forma general, el sistema nervioso cumple tres funciones principales, las cuales son: a) Función sensitiva, b) Función integradora, y c) Función motora

El encéfalo constituye la principal área integradora del Sistema Nervioso Central. A partir de las diferentes partes que componen el encéfalo y por la interacción entre las mismas, es posible almacenar los recuerdos, generar ideas, sentir las emociones que despiertan las experiencias externas, imaginar, decir lo que pensamos, etc. Todas las funciones relacionadas con la psiquis son posibles gracias a la integración de los diferentes órganos y partes que componen el encéfalo.

Para ser un poco más específicos con respecto a las funciones que se vinculan con las partes del encéfalo, se han distinguido áreas de especialización para cada hemisferio que conforma el cerebro. Por ejemplo, el lóbulo derecho está vinculado con la apreciación artística y las habilidades musicales, la imaginación, la percepción en tres dimensiones, la perspicacia y el control de la mano izquierda. El hemisferio izquierdo sería el responsable de las habilidades científicas, el razonamiento general, las habilidades del lenguaje verbal y escrito, el razonamiento numérico y el control de la mano derecha.

La médula espinal tiene 2 funciones. Por una parte es el conducto para muchas vías que van y vienen del encéfalo; ello implica que la información que requiere el cerebro para actuar de una forma determinada, va por la médula espinal, de la misma forma, las acciones que el cerebro vea por conveniente realizar, las enviará por esta misma vía. Por otra parte, la médula se convierte también en un área de integración para muchas actividades nerviosas que no son controladas de manera consciente y que tienen que ver con la motricidad, el retiro reflejo (retirar las manos del fuego, así el cerebro recibe la información de que se está quemando) o la rigidez refleja (la rigidez que requieren las rodillas para no doblarse cuando una persona quiere mantenerse de pie).

Como se ha visto, el sistema nervioso autónomo tiene que ver más con las funciones sensitivas como recibir información de los receptores sensoriales que están dispersos en todo el cuerpo, y con las funciones motoras que pueden ir desde movimientos de locomoción hasta movimientos musculares de los órganos internos.

### 2.4 Genética y comportamiento

Los estudios sobre genética han logrado identificar un fuerte componente genético en el comportamiento humano, es decir que gran parte de nuestras conductas, de la forma en que reaccionamos a determinados estímulos e incluso de las decisiones que tomamos, están determinadas o al menos influidas por la herencia genética que recibimos de nuestros padres.

En el momento de la concepción, cada padre aporta sus células sexuales para la conformación del embrión. Todas las células están compuestas por mitocondrias, citoplasma, núcleo, etc. En el núcleo de las células se encuentran los cromosomas, la mayoría de las células están conformadas por 46 cromosomas. En caso de dividirse una célula, ésta se duplicará a sí misma para volver a alcanzar los mismos 46 cromosomas que tenía inicialmente. Sin embargo, a diferencia de otras

células, el espermatozoide y el óvulo solo cuentan con 23 cromosomas cada uno, pero al unirse en la fecundación, los 23 cromosomas de la madre se unen con los 23 cromosomas del padre formando así una célula de 46 cromosomas.

Los cromosomas son pequeñas estructuras con forma de filamentos. Cada cromosoma está compuesto por una sustancia conocida como ADN (ácido desoxirribonucleico). Esta sustancia vista en microscopio forma una doble hélice que a su vez está formada por partes más simples llamadas genes. Estos segmentos de ADN cargan la información que se transmite de padres a hijos sobre una cantidad aún no determinada de rasgos personales, como ser: el color de los ojos, la forma de los labios, la estatura, etc.

Como el 50% del material genético proviene del padre y el otro 50% proviene de la madre, se puede comprender que personas emparentadas muestren características comunes. Usualmente cuanto más cercano es el parentesco hay más parecido, sin embargo no todos los hermanos son iguales o se comportan de la misma forma, aun teniendo en común la misma fuente de origen de sus genes. Esto se debe a que las células sexuales sólo cargan 23 cromosomas, pudiendo variar la combinación de los 23 cromosomas (de los 46 que usualmente hay) de un hijo a otro hijo.

Otro aspecto que puede causar variaciones es que, ante una combinación de 23 cromosomas del padre y otros 23 cromosomas de la madre, cada uno aporta con algunos genes recesivos y otros genes dominantes. Los genes recesivos se mantendrán pasivos y no se manifestarán en la apariencia o en las conductas del sujeto, sin embargo, los genes dominantes serán más notables y marcarán las cualidades de la persona. Tanto las características físicas como de comportamiento son el resultado del material genético aportado por cada progenitor y la manifestación de los genes dominantes de cada uno de ellos.

Según investigaciones realizadas con gemelos separados al poco tiempo de haber nacido, ha sido posible diferenciar en su comportamiento la influencia genética del aprendizaje, ya que al no haber convivido juntos durante la niñez y la juventud, sus aprendizajes y experiencias de vida no son las mismas.

Lo sorprendente de estas investigaciones es que lo que se creía que eran aprendizajes sociales o desarrollados por el contexto, resultaron ser características determinadas genéticamente. Aspectos como la preferencia por ciertos programas de TV, las creencias religiosas, la respuesta a la angustia y otras, eran conductas o características compartidas por estos gemelos, aun habiendo vivido separados toda la vida y sin conocerse.

## **2.5 El sistema endocrino**

El sistema endocrino es esencialmente un sistema de regulación química dentro de nuestro organismo. Si bien es considerado por sí mismo como un sistema, sus principales funciones implican un trabajo coordinado con el sistema nervioso central.

Un concepto básico en el sistema endocrino es el de la hormona. Las hormonas son sustancias químicas que secretan las glándulas y que circulan por el torrente sanguíneo. Sirven para activar la secreción de otras hormonas relacionadas o también para activar directamente funciones corporales básicas. A diferencia de los neurotransmisores que se transportan a través de las sinapsis, las hormonas viajan por el torrente sanguíneo.

Como se mencionó anteriormente, las hormonas no trabajan de forma aislada. Algunas de éstas interactúan con el sistema nervioso central, en este caso se denominan neurohormonas. Una de las principales interacciones entre el sistema endocrino y el cerebro la realiza el hipotálamo, parte del diencefalo que se encuentra ubicado justo arriba de la pituitaria y que está conectado a ella. La pituitaria o también conocida como hipófisis, es una de las glándulas más importantes por su amplia influencia sobre la secreción de otras glándulas.

La glándula pituitaria se divide en hipófisis anterior e hipófisis posterior. Cada una de ellas se ocupa de un conjunto de procesos específicos. La hipófisis anterior, por ejemplo, se ocupa de controlar la actividad que realizan otras hormonas como las gónadas (Ovarios, testículos, páncreas y paratiroides), controlan además procesos propios que afectan al crecimiento físico y la producción de leche en las mujeres (sólo este proceso implica además una compleja interacción de otras hormonas específicas). La hipófisis posterior libera hormonas que también intervienen en la producción de leche en coordinación con la hipófisis anterior; intervienen en la dilatación y contracción del útero para el parto.

Otra hormona muy importante y que también forma parte de las glándulas de la hipófisis, es la Tiroides. Esta glándula se encarga de controlar el crecimiento y regular la tasa del metabolismo. Usualmente se asocia el metabolismo a la asimilación de nutrientes y, aunque esto es correcto, la asimilación de nutrientes por parte del organismo no se limita a los niveles nutricionales sino también a una serie de conductas derivadas de esta asimilación, como ser el ánimo o la disposición para realizar actividades o la misma locomoción.

Otro grupo de glándulas muy importante es el de las gónadas. En este grupo se incluye a los ovarios y los testículos, que se encargan de producir hormonas que regulan las características sexuales secundarias y el apetito sexual. Si bien no tienen mayor efecto sobre la identidad de género o las preferencias sexuales, el efecto que tienen estas hormonas sobre las características sexuales secundarias (desarrollo de los órganos y aspectos visibles que diferencian un género de otro) afectan a la vida emocional del sujeto y a su interacción con el entorno. Es quizás éste uno de los factores por el que la psicología le brinda mayor importancia a este grupo de glándulas.

En este grupo también se encuentra el páncreas, que regula la insulina y el metabolismo; y la paratiroides que se ocupa de regular los niveles de absorción de calcio y fosfato, elementos que repercuten tanto en la estructura y fortaleza ósea como en el funcionamiento del sistema nervioso.

### Tema 3: Procesos cognitivos

#### Contenido:

#### 3.1 ¿Qué son los procesos cognitivos?

#### 3.2 Atención

#### 3.3 Pensamiento

#### 3.4 Sensación y percepción

#### 3.5 Memoria

#### 3.1 ¿Qué son los procesos cognitivos?

Todos aquellos procesos que intervienen en la adquisición y producción de conocimientos son denominados procesos cognitivos. Este conjunto de procesos no se refiere exclusivamente al conocimiento científico, formal o académico, en realidad se refiere a toda la complejidad de acciones mentales que desarrollamos cotidianamente para entrar en contacto con el medio que nos rodea.

Estos procesos intervienen de forma oculta, es decir que cuando hacemos uso de ellos, no necesariamente lo manifestamos en nuestra conducta. Sin embargo, los resultados de su aplicación o utilización, sí pueden tener manifestaciones observables, por ejemplo, cuando alguien pregunta algo, no puede ver si nosotros estamos recordando o inventando la respuesta, pero la aplicación de la memoria (proceso cognitivo) sí puede evidenciarse en la respuesta que se emita.

#### 3.2 Atención

Constantemente estamos rodeados por una cantidad inmensa de estímulos, estímulos que van desde la ropa que llevamos puesta, hasta la cantidad de luz que hay en la habitación donde estamos. Todos estos estímulos son capaces de activar nuestros receptores sensoriales. Esto quiere decir que todos ellos son capaces de ingresar a nuestro sistema cognitivo; sin embargo, no podemos dejar que todos ellos ingresen al mismo tiempo, ya que si sucediera eso no estaríamos controlando la información que ha ingresado y por lo tanto tampoco estaríamos seleccionando la información que consideramos más importante, por ello se da la atención.

La atención es la concentración en un foco determinado, es decir que de todos los estímulos que nos rodean trataremos de recoger información sólo de algunos, para ello será necesario maximizar la información de ese estímulo y reducir la de los demás. Cuando la atención está activa en un objeto determinado, sólo la información que se considera importante ingresa y el resto de la información queda reducida.

La atención que nosotros podamos aplicar a determinados estímulos depende de muchos factores. Entre estos factores se distinguen especialmente dos grupos: **a) Los factores objetivos**, y **b) Los factores subjetivos**.

Los factores objetivos se refieren a las propiedades físicas de los estímulos como: El color, el contraste, la novedad, la intensidad del estímulo y los cambios súbitos. Estos factores son considerados como objetivos porque afectan a la mayoría de las personas logrando activar su atención, aunque sea por algunos segundos. El tipo de atención que se podría activar gracias a estos factores es la *atención involuntaria*, ya que no hay intención directa o expresa por atender pero el estímulo tiene cualidades que activan nuestra atención.

Los factores subjetivos son aquellos que pueden variar de una persona a otra. Dependiendo de los intereses que tenga cada persona se puede activar su atención hacia un estímulo o hacia otro. Se reconoce que son dos las variables subjetivas que pudieran activar la atención, la expectativa y la motivación. Estos factores logran activar la *atención voluntaria*, es decir que a partir de lo que una persona cree que verá o según el interés que tenga en el estímulo, éste activará su atención de forma controlada.

Otras clasificaciones que se hacen con respecto a los tipos de atención, mencionan a la *atención selectiva*, que sería la capacidad de seleccionar voluntariamente un foco de atención y mantener su intensidad en contraste con los demás. Este tipo de atención se relaciona también con la atención sostenida. Este tipo de atención se refiere a la capacidad de sostener la atención por periodos más prolongados de tiempo

### 3.3 Pensamiento

La información que fue atendida en algún momento, es información de la que disponemos para realizar varias operaciones mentales. Una operación básica es el pensamiento, que puede definirse como la actividad por la cual podemos manipular la información que disponemos del mundo externo.

Cuando pensamos traemos a la conciencia la información que en algún momento se ha recogido del mundo externo. Pero esta información no se mantiene de forma estática, el pensamiento nos permite modificar las representaciones que hemos creado del mundo externo, uniendo dos eventos diferentes, transformando una figura, creando una escena nueva, etc. Estas transformaciones son posibles gracias a que el pensamiento maneja la información desde tres elementos básicos, **a) Los conceptos, b) las proposiciones y c) las imágenes.**

*a) Los conceptos.* Toda la información que vamos recogiendo del mundo externo es organizada en categorías. Estas categorías nos permiten comprender la realidad a partir de parámetros comunes, es decir que cuando conocemos un nuevo objeto, éste es comparado con las categorías que ya se han creado antes y se incluye el nuevo objeto en la categoría con la que tiene más elementos comunes. Estos conceptos son básicamente definiciones abstractas, en algunos casos son compartidos con otras personas y en otros casos son conceptos propios, creados en base a las propias experiencias.

*b) Las proposiciones.* Cuando los conceptos se vinculan entre sí formando ideas más complejas, se producen las proposiciones. No implica que los conceptos modifiquen su sentido cuando son vinculados con otros, por lo contrario, se mantiene independientes, lo que permite también que en otro momento puedan unirse a otros conceptos diferentes y formen nuevas ideas.

*c) Las imágenes.* Gran parte de la información de la que disponemos y que utilizamos en el pensamiento no se encuentra como un concepto o como una idea, sino que es la representación mental (algunas veces con gran fidelidad) del objeto real, es decir que creamos una copia del objeto y lo guardamos tratando de conservar sus cualidades más importantes.

**El razonamiento.** Una actividad un poco más compleja y desarrollada que realizamos a partir del pensamiento es el razonamiento, el mismo que puede definirse como la actividad mental mediante la cual es posible transformar la información de la que se dispone para extraer conclusiones.

Según la información que se maneje en el razonamiento y la calidad de esta información, el razonamiento puede ser formal o cotidiano. En el *razonamiento formal* se sigue un método específico, se contrastan las premisas existentes, que además han sido comprobadas previamente y se obtiene una conclusión que difícilmente es errónea, ya que tanto la forma como el contenido han sido cuidadosamente verificados. Sin embargo, en el *razonamiento cotidiano* se utiliza una gran cantidad de premisas, no todas ellas han sido contrastadas y muchas de ellas han sido formuladas en base a experiencias pasadas. Por otra parte, no hay un método específico y en base a todas estas condiciones, el razonamiento cotidiano puede llevar a emitir juicios y conclusiones erróneas. No siempre será así pero es importante considerar las diferencias con el razonamiento formal, de esta forma será posible controlar su proceso y alcanzar mejores resultados.

### 3.4 Sensación y percepción

Hasta ahora se ha mencionado mucho a la información del medio externo que ingresa a nuestra mente, pero el proceso por el cual ingresa aún no ha sido mencionado. Esta información es recibida gracias a nuestros receptores sensoriales.

Nuestro organismo está provisto de receptores sensoriales en casi todo el cuerpo, los más conocidos son los cinco sentidos básicos (oído, vista, gusto, tacto y olfato). Estos sentidos nos permiten recoger información del medio externo. Si bien no es tarea de la psicología estudiar la anatomía de los órganos sensoriales, conviene aclarar que el tipo y calidad de la información que luego se procese a nivel cognitivo depende de que estos sentidos actúen de forma adecuada.

Las variaciones en la intensidad de las sensaciones pueden identificarse según el umbral en el que se encuentra el estímulo. Existen tres umbrales:

- a) **El umbral mínimo.** Es el valor mínimo que debe tener el estímulo para lograr activar los receptores sensoriales. Pasado este umbral el estímulo no podría ser identificado.
- b) **El umbral diferencial.** Es todo el rango en el cual es posible identificar la variabilidad de la intensidad del estímulo.
- c) **El umbral máximo.** Es el nivel de intensidad por encima del cual el organismo no percibe aumento del estímulo y en muchos casos entra en la zona de sensación dolorosa.

Los umbrales tienen un importante mecanismo adaptativo a su cargo, por ello, cuando una persona lleva bastante tiempo recibiendo la información de un estímulo y éste no presenta variaciones significativas, lo reduce de modo que pueda recibir información de otros estímulos. Así por ejemplo, cuando una persona entra a un lugar donde al inicio se puede sentir el aroma de un ambientador, al poco tiempo dejará de sentirlo y ello le permitirá dirigir su atención a otros estímulos más importantes. Con relación a este punto se ha formulado la Ley de Fechner que dice: "Al aumentar el valor de un estímulo, la sensación percibida aumenta mucho menos".

**Percepción.** Una vez que los estímulos han sido recibidos por el organismo, éstos pueden pasar a ser procesados. A este proceso de darle sentido, significación e interpretar la información, se le conoce como percepción.

Este proceso es variable de una persona a otra ya que depende de la información que uno disponga previamente, de las experiencias, de las expectativas, en realidad depende de muchísimos factores a nivel personal. La teoría de la gestalt ha planteado algunas leyes que explican la generalidad de la percepción. Estas leyes son:

<p><b>a) Ley de alternancia Figura – Fondo.</b> Esta ley explica que toda imagen está compuesta por una figura que es la imagen misma y por un fondo que es el encuadre de la imagen que se presenta. Según esta ley, es posible cambiar la figura hacia el fondo y viceversa, de modo que se pueda ver más claramente lo que contiene la imagen. En esta imagen que se presenta, se puede ser una rana o se puede ver un caballo. Cuando se ve la rana se deja de ver el caballo y cuando se ve el caballo se deja de ver la rana.</p>	
<p><b>b) Ley de proximidad.</b> Según esta ley, se perciben como parte de una figura o se relacionan de algún modo, los objetos que se encuentran más cercanos. Observe la figura que se presenta a continuación, se trata de varias líneas. Según esta ley, lo más probable es que se perciban como líneas paralelas, identifique a qué lado se encuentra una línea suelta. Según la ley, la línea suelta se encontraría al lado izquierdo porque las líneas son vistas como paralelas por proximidad desde la derecha, aunque podrían ser líneas paralelas más gruesas y ser la línea de la derecha la que esté suelta.</p>	
<p><b>c) Ley de continuidad.</b> existe la tendencia a percibir los objetos por la continuidad con que se presenten, es decir por el orden que se pueda identificar. En la imagen que se presenta, lo más probable es que se perciba una cruz, pero en realidad no hay tal cruz, lo que sucede es que los cuadrados han sido organizados de forma continua en dos líneas y estas líneas se cruzan, por lo que se percibe una cruz.</p>	
<p><b>d) Ley de semejanza.</b> Según esta ley, existe la tendencia a percibir los objetos según la semejanza que encontremos entre ellos, esto hace también que se agrupen en categorías según el criterio de semejanza que se haya identificado. En la imagen que se presenta, lo que se identifica en un primer momento son columnas de círculos y columnas de cuadrados, la organización en columnas se debe a que hay semejanza según este criterio.</p>	
<p><b>e) Ley de cierre o pregnancia.</b> tenemos la tendencia a percibir de forma cerrada o acabada. En la imagen que se presenta al lado, no es extraño que si se le pregunta lo que ve, Ud. describa un triángulo y tres círculos. Si observa bien, en realidad no hay tres círculos porque ninguna de estas figuras está cerrada y un círculo tiene bordes cerrados, son semi círculos y el triángulo que se describe no existe porque no hay una línea de cierre entre las puntas, es sólo el efecto que proceden los semicírculos negros. Esta ley dice que basados en lo que encontramos vamos a completar la figura de modo que tenga sentido y esté completa.</p>	

Existen también otras leyes como **f) La ley del movimiento o destino común**, según la cual los elementos que se desplazan en la misma dirección tienden a ser vistos como un grupo o como un conjunto. Un ejemplo de esta ley es la percepción que tenemos de las aves que van en la misma dirección, aún cuando ya ha pasado la bandada de aves y vemos luego a otra ave volando sola pero en la misma dirección, se percibe como un ave que está retrasada pero que es parte de la bandada.

Para finalizar, **g) La ley de la buena forma**, plantea que los elementos son organizados en figuras lo más simples que sea posible, ya sean simétricas, regulares o estables. La buena forma se determinada por la facilidad para comprender la imagen o la situación.

### 3.5 Memoria

Uno de los procesos cognitivos más importantes es la memoria. Este proceso se entiende como la capacidad de retener y luego poder recuperar la información que ha sido almacenada. Para que este proceso sea posible, se dan 4 pasos:

- a) *Codificar la información.* Para que la información pueda ser registrada en la memoria, debe ser traducida inicialmente a los códigos que maneja la mente, ya que no se registra tal y como se experimenta.
- b) *Almacenamiento.* La información debe ser organizada dentro de la mente, otorgándole un espacio en relación a los recuerdos que ya han sido almacenados.
- c) *Retención.* Se trata de la aplicación de mecanismos que permiten mantener por un periodo de tiempo más o menos permanente la información sin que ésta se pierda.
- d) *Recuperación.* Este paso marca la posibilidad de localizar y tener acceso a la información específica cuando se requiere, un paso indispensable para asegurar que hay memoria.

El estudio de la memoria es más o menos reciente. Se ha utilizado mucho el desarrollo de la informática y sus conceptos de almacenamiento de la información para desarrollar los modelos explicativos de la memoria humana. Así se planteó que la memoria tiene tres pasos, los cuales son:

- a) **Memoria sensorial.**- Es un tipo de almacén que recibe la información que proviene de los sentidos. Registra todo lo que ingresa pero no hace ningún tipo de análisis.
- b) **Memoria a corto plazo.**- Esta estructura es muy importante, se encarga de recibir la información que llega de la memoria sensorial, pero a diferencia de la anterior, aquí la información sí es analizada. Toda información, que en algún momento ha ingresado, pasa o se encuentra en esta memoria, ya sea un recuerdo nuevo que se va a almacenar o un recuerdo antiguo que se solicita a la memoria a largo plazo para responder a una pregunta, ya que esta memoria sirve tanto para trabajar la información como para manifestar un recuerdo que ya ha sido almacenado. En la analogía con las computadoras equivale a la memoria RAM, ya que sostiene la información para que ésta pueda ser trabajada.
- c) **Memoria a largo plazo.**- Toda la información que tenemos almacenada desde nuestros primeros recuerdos hasta lo que hicimos hace un momento, ha sido guardada en la memoria a largo plazo. Esta memoria solo sirve de almacén, no procesa ni analiza ningún dato y requiere de la memoria a corto plazo para manifestar su contenido. Sin embargo, lo que se registra en ella, durará por tiempo indefinido y se podrá guardar cantidades ilimitadas de información. Siguiendo la analogía con las computadoras equivale a la memoria de Disco Duro, ya que almacena de forma permanente la información sin intervenir en su forma o contenido.

También se puede identificar tipos de memoria según los contenidos de los recuerdos. Tenemos así: a) *La memoria episódica*, que almacena recuerdos de nuestras experiencias personales, de los eventos que hemos vivido, de nuestras experiencias. b) *La memoria semántica*, que se refiere a los recuerdos que tenemos de los conocimientos que vamos adquiriendo como los nombres de las capitales, las partes de una oración, etc. y c) *La memoria procedimental*, que se refiere a los recuerdos que tenemos de cómo hacer algo, por ejemplo, como se enciende una computadora, cómo se maneja una bicicleta, como se prepara un refresco, etc. se refiere a los procedimientos que utilizamos para hacer algo.

**El olvido.** Cuando se habla de memoria es casi imposible no hablar del olvido. Desde la definición que dimos al inicio sobre memoria se hizo referencia a la capacidad de poder recuperar la información. En este mismo sentido, el olvido sería la incapacidad de poder recuperar la información. No se puede considerar el olvido como una pérdida porque algunas veces pasa un tiempo y recordamos esa información olvidada; tampoco se podría hablar de olvido sin la certeza de haber almacenado ese recuerdo.

## Tema 4: Emociones y afectividad

### Contenido:

#### 4.1 Emociones

#### 4.2 Tipos de emociones

#### 4.3 Los sentimientos

#### 4.4 Las pasiones

#### 4.5 Los afectos

### 4.1 Emociones

Alguna vez todos hemos experimentado un cambio en la forma en cómo nos sentimos, hemos podido pasar de estar tranquilos a estar muy alegres gracias a alguna noticia, de estar alegres a estar enojados porque algo nos enfadó, así como también de estar alegres a estar tristes. A estos estados no permanentes se les llama emociones.

Es un poco complicado definir las emociones ya que se trata de cómo valoramos un conjunto combinado de variables. Sin embargo, y para ir entrando al tema, vamos a definir emociones de la siguiente manera: “Las emociones son estados afectivos compuestos por reacciones fisiológicas, conductas que expresan dichas emociones y estados cognitivos subjetivos sobre el conjunto de elementos y la manera en que éstos se valoran”.

Como se puede ver, el concepto de emoción contempla tres aspectos que están íntimamente relacionados y tienen como punto en común una emoción específica. Para comprender mejor este concepto, conviene presentar un ejemplo: Juan va por la calle, tranquilo, pensando en lo que tiene que hacer cuando regrese a su casa. De pronto se encuentra un billete de \$100 (cien dólares), esta situación cambia su estado de ánimo y pasa así a estar alegre, ¿dónde están los tres elementos que componen una emoción?

- a) Juan siente que su corazón late más fuerte y tiene una sensación agradable en su organismo, a pesar de que su corazón ha aumentado los latidos, se siente más relajado. (Reacción fisiológica).
- b) Su rostro se relaja y su boca pasa de ser una línea recta a llevar las comisuras hacia arriba para sonreír, incluso puede ser que suelte una carcajada. (Conductas expresivas).
- c) Procesa sin necesidad de hacer ningún comentario, toda la información de lo que está ocurriendo, valora el evento como algo positivo, no encuentra ningún problema o conflicto en lo sucedido, evalúa su reacción fisiológica o la forma en cómo se siente. Según toda esta evaluación etiqueta su reacción como alegría (Estados cognitivos subjetivos).

Existe cierta controversia con respecto a cómo se da la relación entre estos componentes, si dos de ellos se dan simultáneamente y el tercero es una consecuencia o qué es lo que ocurre primero, si la valoración de la emoción, las conductas expresivas o la valoración subjetiva. En fin, hay una teoría para cada alternativa.

En lo que sí coinciden las diferentes teorías es en el carácter temporal que tiene una emoción. Las emociones duran un tiempo determinado ya que están ligadas a una activación fisiológica. En esta misma lógica, no es lo mismo decir que una persona “es alegre” a decir que “está alegre”. La palabra “está” marca un estado, que por definición puede variar. Otro elemento común entre las

diferentes teorías es considerar que una emoción es el resultado también de un objeto que activa la emoción, en el ejemplo anterior, el objeto activador es el billete de \$100 (cien dólares), ese es el activador de la alegría de Juan.

#### 4.2 Tipos de emociones y sus manifestaciones conductuales

Inicialmente se describieron cuatro emociones básicas: la ira, la alegría, la sorpresa y el miedo. Muchos de los relatos griegos basan las reacciones de sus personajes en estas cuatro emociones. En la actualidad hay diferentes posturas sobre cuáles son las emociones básicas, y aunque algunos autores han llegado a nombrar hasta ocho emociones, nosotros tomaremos seis de ellas, las cuatro básicas y dos que han tenido una buena aceptación como emociones secundarias.

- a) **La ira.** Esta emoción se activa cuando un objeto o evento enoja a la persona al punto de hacer que ésta pierda el control de sus acciones. Las conductas que se pueden observar en este tipo de emociones incluyen golpes a objetos o personas, una inclinación del cuerpo hacia adelante, la formación de puños aunque no haya golpes, gritos y/o gruñidos. Esta es una de las emociones más perjudiciales para la salud, por ello es bueno aprender a controlarla y evitar los efectos negativos
- b) **La alegría.** Esta emoción se activa cuando el objeto que la genera es valorado como positivo o cuando las consecuencias de su presencia se vinculan con eventos o consecuencias felices. Esta emoción logra activar centros de placer en el cerebro, por lo que las respuestas fisiológicas son valoradas como positivas por sí mismas. Las conductas que se manifiestan incluyen muecas en el rostro, sonidos de sonrisas, vivacidad en la mirada, activación general del cuerpo por moverse (en algunos casos la necesidad imperiosa de saltar). La alegría, como emoción, es muy saludable para el organismo.
- c) **El miedo.** Esta emoción se presenta cuando el objeto o la situación que la activa motiva la retirada del organismo. Usualmente existe la presunción de que dicho evento puede generar daño o que se aproxima algo desagradable. Las conductas que se manifiestan son conductas de evitación, como ser: salir de la habitación, huir, encorvar el cuerpo, generar movimientos acelerados, taparse los ojos o mover la cabeza a otro lado, etc. Este tipo de emoción genera mucha angustia y desconsuelo, a nivel fisiológico genera que se libere una gran cantidad de adrenalina, por lo que la persona puede actuar en un nivel extremo de miedo, con la anulación de sí mismo como en el caso opuesto, con ataques hacia otros. Si es una emoción que se experimenta con cierta frecuencia, lo más sano será buscar ayuda para enfrentar al objeto que la genera o aprender a controlar los efectos.
- d) **La tristeza.** Esta emoción se produce cuando el objeto activador indica que algo valorado ha terminado o un deseo o una esperanza queda anulada. Aunque el llanto está asociado a la tristeza, se trata más bien de una emoción más silenciosa, con menos manifestaciones corporales, incluso es una de las emociones en las que las conductas expresivas consisten básicamente en anular otras formas de expresión. En la tristeza, la persona no sonríe, agacha la cabeza, camina lento, llora cuando la tristeza es desbordante.
- e) **Sorpresa.** Esta emoción es activada por un objeto que no era esperado y/o que cuando aparece presenta tanta información o de manera tan impactante que la persona no llega a identificar todos los rasgos de esta información o del evento ante el cual se encuentra. Las conductas que expresan esta emoción son más faciales que corporales: la persona abre los ojos, la boca y en algunos casos tapa con las manos la boca. A nivel corporal se inclina hacia atrás y también abre los brazos.
- f) **Aversión (asco).** Esta emoción se produce cuando el objeto o evento que activa la emoción es algo que la persona quiere evitar por lo desagradable que le resulta. No necesariamente el activador tiene un aspecto o un olor considerado como desagradable, también algunas

conductas o eventos en un contexto específico pueden activar esta emoción. A nivel de conductas, el sujeto hace una mueca en la que levanta un lado del labio superior y hace un ligero giro de la cabeza alejándose del objeto; en conjunto, todas las conductas son de evitación o alejamiento.

#### **4.3 Los sentimientos**

Los sentimientos son también otra forma de afecto, pero con algunas variaciones sobre las emociones. Los sentimientos son estados afectivos más o menos estables que se enfocan a una persona, idea u objeto. Estos estados afectivos, a diferencia de las emociones que tienen corta duración, pueden durar mucho tiempo, incluso de por vida. No son activados por un objeto, están enfocados o dirigidos hacia un objeto y son el resultado de un proceso en el que intervienen ideales, experiencias y razonamientos.

Los sentimientos pueden ser de amor, como los sentimientos que tenemos hacia los padres (basados en el amor filial), los sentimientos de amor hacia los hermanos (basados en el amor fraternal), los sentimientos hacia la pareja (basados en un amor romántico); pueden haber también sentimientos de resentimiento y/o venganza (basados en un enojo), sentimientos de celos (basados en la idea de que no se está siendo valorado como corresponde o se está siendo desplazado), sentimientos de orgullo (basados en la idea de haber realizado bien una tarea o de superioridad), sentimientos de esperanza (basados en la idea o ilusión de que algo se resolverá o que será mejor en el futuro).

Resulta complicado hacer una clasificación de los sentimientos, ya que se trata esencialmente de las formas que encuentra la persona de organizar sus experiencias a nivel afectivo y en cierto modo, de planificar también su curso de acción, ya que existe una correspondencia entre los sentimientos, las acciones y las ideas o creencias que sustentan a ambas. Todas las personas tienen la necesidad de realizar conductas que sean congruentes con sus ideas y con sus estados afectivos.

Una característica interesante de los sentimientos es que en determinadas situaciones, sirven de soporte para conductas que de forma natural cualquiera evitaría. El sentimiento patriótico, por ejemplo, ha impulsado a muchos hombres y mujeres a enfrentar situaciones de gran tensión como la guerra. Otro ejemplo son los sentimientos fraternales, basados en este sentimiento, muchas personas son capaces de pensar en el otro como si se tratara de sí mismo.

Lamentablemente el caso opuesto también se da. Muchas personas han cometido los peores crímenes respaldados en la fuerza de sus sentimientos y bajo el argumento de ese sentimiento. Un claro ejemplo de ello son los crímenes que se cometen en ciertos países cuando una mujer es apenas sospechosa de ser infiel, los sentimientos de orgullo y de vergüenza que experimentan los padres o el marido pueden ser superiores al afecto que le tienen a la mujer y es así que queda justificado emocional y legalmente un asesinato.

#### **4.4 La pasión**

Se considera que la pasión es una combinación entre emoción y sentimientos, ya que implica la intensidad de una emoción con la duración de un sentimiento.

Las pasiones pueden o no ser experimentadas por una persona. En realidad no todas las personas tienen porqué experimentar una pasión en sus vidas. No obstante, según la naturaleza de la pasión, ésta puede ser altamente positiva para la persona y su entorno o totalmente negativa.

Para explicar mejor este punto, conviene aclarar que las pasiones, por la intensidad que presentan y su durabilidad, pueden generar en la persona conductas que lo aparten de la cotidianidad o que impliquen la pérdida de otras experiencias igualmente placenteras.

Por poner un caso en el que se pueda calificar la pasión como algo positivo, un deportista que tiene como pasión el atletismo, difícilmente se podría juzgar esta pasión como algo negativo y es que el deporte en sí no es el problema, el problema surge cuando se rompen los límites de lo racional o lo conveniente. Siguiendo con el ejemplo, este jugador entrena todo el tiempo que puede, abandonando muchas veces la posibilidad de estar con su familia o de encontrar un trabajo donde pueda ganar mejor; pone en riesgo el bienestar de su cuerpo ya que le exige más de lo que puede.

En otra situación que puede considerarse claramente como una pasión negativa. Un jugador de cartas, tiene una pasión por el juego que le genera mucha felicidad, en cierto punto de su vida, este jugador difícilmente podrá identificar que por dedicar todo su tiempo al juego ha perdido mucho más que dinero.

#### **4.5 El afecto**

El afecto se entiende como el placer que genera la interacción y/o acción directa sobre otro ser. Dicho de otra forma, se refiere a la entrega y recepción de afecto entre dos personas. A diferencia de los sentimientos, los afectos tienen un carácter social e implican el cuidado o protección del otro, mientras que los sentimientos pueden experimentarse de forma privada y no siempre se enfocan hacia una persona o ser vivo.

El ser humano tiene una amplia capacidad afectiva, sin embargo, no es una capacidad ilimitada. El intercambio de afecto con otro ser puede verse afectado a lo largo del tiempo, ya sea porque el tiempo transcurre, o por la intensidad con la que se brinda ese afecto.

Independiente de con quien se comparta el afecto o del momento evolutivo en el que se encuentre la persona, cuando alguien no experimenta el placer de brindar afecto o el placer de recibirlo, se considera que es síntoma de un problema o de una patología más grave, ya que es a partir de las emociones, los sentimientos y los afectos que el hombre logra activar y también controlar mecanismos de interacción social y de autoprotección, lo que le da a toda la esfera afectiva una fuerte función adaptativa.

## Tema 5: Personalidad

### Contenido:

#### 5.1 Concepto

#### 5.2 Componentes de la personalidad

#### 5.3 Teorías psicoanalíticas de la personalidad

#### 5.4 Teorías no psicoanalíticas de la personalidad

#### 5.1 Concepto

Por lo general, la gente considera la personalidad como el conjunto de características que manifiesta una persona en su actuación. Este concepto, que se maneja de manera coloquial, es muy cercano a la definición que maneja la psicología, solo que la psicología considera además algunos aspectos que vale la pena explicar.

Para la psicología moderna, la personalidad se entiende como: “El patrón único y relativamente estable de conductas, pensamientos y emociones” (Burger 1990, citado por Barón 1996, pág. 486).

- a) *Patrón único.* Ninguna persona es igual a otra, puede parecerse en ciertos aspectos, o ser muy parecida en un aspecto específico, pero no hay dos personalidades iguales.
- b) *Relativamente estable.* La personalidad, como se explica más adelante, está compuesta por diferentes aspectos. Algunos de éstos son modificables, como la intensidad o el control de las conductas, algunas ideas o creencias pueden madurar y las emociones relativizarse. Sin embargo, el conjunto y la forma en la que se ha constituido la personalidad no es tan modificable. No quiere decir que una persona no vaya a modificar su personalidad; sí puede ocurrir, pero en realidad no se espera que cambie significativamente, salvo casos particulares.
- c) *De conductas.* La personalidad no es un concepto abstracto, se pone de manifiesto a través de las conductas, es decir de las acciones observables.
- d) *Pensamientos.* La personalidad tiene también como soporte un conjunto de pensamientos, de creencias, de ideas y de razonamientos que se van formando a lo largo de la vida y que sirven de base a las conductas.
- e) *Emociones.* Las manifestaciones afectivas son parte de la personalidad puesto que el ser humano reacciona ante los objetos o eventos no sólo por razón o por reflejo, sino también en función de sus emociones.

Un aspecto que no contempla el concepto y que vale la pena aclarar, es que la personalidad se forma y está también en función de la sociedad y de la cultura en la que se desenvuelve el individuo.

#### 5.2 Componentes de la personalidad

Independiente de las teorías que se han formulado con respecto a la personalidad y que se verán más adelante, se considera como una base para comprender la personalidad, la relación que existe entre natura y nurtura; es decir, la relación entre lo que el hombre trae consigo por

naturaleza o de forma innata y lo que el medio ambiente le brinda. Estos dos componentes de la personalidad han sido definidos como temperamento y carácter.

- a) **Temperamento.** Se considera temperamento a todas aquellas diferencias individuales consideradas como estables en la personalidad y que se manifiestan en la intensidad de las reacciones emocionales. Según este concepto, la parte de la personalidad que no podría modificarse es el temperamento y éste se manifiesta desde temprana edad en la manera en la que un niño manifiesta sus emociones. Es así que los niños que desde pequeños son alegres, de adultos mantienen la misma reacción emocional como una constante en su vida. Según algunos autores que han trabajado en este tema, esta parte de la personalidad estaría influida por factores genéticos.
- b) **Carácter.** Este concepto se refiere al modo particular que tiene una persona de conducirse en su relación con el mundo. La idea expresada muestra que el carácter no es en realidad algo que sea necesario para manifestar la personalidad, sino que es algo modificable a requerimiento de la persona, incluso algo no necesario, puesto que la personalidad tiene suficiente estructura en el temperamento y el carácter está o se manifiesta según las necesidades y deseos, o el modo particular en el que se decide actuar.

El carácter no es un elemento innato como el temperamento. Por el contrario, diversos autores lo definen como un concepto social, determinado por la relación con el medio y cuya manifestación será por lo tanto social.

### 5.3 Teorías psicoanalíticas de la personalidad

Son muchas las teorías que se han planteado para explicar la personalidad; sin embargo, en este apartado sólo se presentarán las teorías psicoanalíticas de la personalidad y más adelante aquellas que no consideran el modelo psicoanalítico.

a) **Teoría psicoanalítica de Sigmund Freud.** Este autor es considerado como el padre del psicoanálisis. Sus planteamientos sobre la estructura de la personalidad son realizados en base al aparato psíquico.

Para Freud, el aparato psíquico está dividido en tres estructuras funcionalmente diferentes:

1) *El ello.* Es una estructura basada en el principio de placer y gobernada por dos pulsiones muy primitivas, la pulsión de vida (representada por Eros) y la pulsión de muerte (representada por Thanatos). Estas dos pulsiones activan la energía del aparato psíquico y buscan la satisfacción de los deseos más básicos y de forma inmediata, sin importar los riesgos potenciales que ello implique. Todas estas presiones internas se dan de manera inconsciente, es decir que la persona no sabe que esto ocurre y tampoco tiene acceso a toda la información que maneja el ello.

Por otra parte está el Yo.

2) *El yo.* Se trata de una estructura controlada por la razón y por el principio de realidad. Esta estructura se encargaría de ajustar los deseos del ello a la realidad que la conciencia o las normas externas indican que es posible. Por ello, esta estructura será la responsable de controlar las acciones de modo que se logre el máximo de placer y el mínimo de dolor. Sólo algunos contenidos de los que se encuentra en esta estructura son conscientes. En realidad, desde los planteamientos de Freud, las luchas que se dan entre el ello y el yo no son parte de la conciencia, ya que se encuentran a un nivel subconsciente.

3) *El súper Yo.* Esta estructura es totalmente consciente y está controlada por las normas, las leyes, la moral y cualquier regulación que la religión o la cultura establezcan. Si bien busca la satisfacción

de los impulsos, le interesa hacerlo bajo ciertas condiciones, es decir, que sea seguro, factible o moralmente correcto.

Es la interacción de estas tres estructuras y la forma en la que se manejan las luchas internas, lo que conforma la personalidad y/o que también puede llegar a producir un trastorno.

**b) Inconsciente colectivo de Jung.** Otro autor del movimiento psicoanalítico es Carl Jung. Este autor plantea que existe cierto material en el inconsciente colectivo que es compartido por todos los seres humanos y que forma parte de nuestra herencia biológica. Este material consiste en Arquetipos y definió este concepto como las imágenes que de forma compartida, nos predisponen a ver el mundo externo de cierta manera, compartiendo así de manera inconsciente, conceptos elementales. Entre los principales arquetipos están el de padre, madre, viejo sabio, luna, Dios, la muerte, etc. sin embargo, dos arquetipos fundamentales en la teoría de Jung eran Animus que es la parte masculina de las mujeres, y Animas que es la parte femenina de los hombres. Estos dos arquetipos eran importantes para Jung porque él creía que la búsqueda de la pareja consistía en encontrar la persona en la que se pueda proyectar mejor ese lado oculto de nuestra personalidad. La personalidad por lo tanto se estructura en base a los arquetipos que poseemos y la manera en que hacemos uso de ellos. De forma más concreta, Jung creía que todos nacemos con tendencias innatas a preocuparnos o por nosotros o por el mundo externo, así se forma la personalidad introvertida, se trata de personas indecisas y cautelosas que no disfrutaban de hacer amigos, prefieren alejarse del mundo para observarlo a cierta distancia. Por otra parte se forma también la personalidad extrovertida, en ella las personas son más abiertas, hacen amigos con facilidad y disfrutaban en niveles más elevados de estimulación. A esta distinción entre introvertidos y extrovertidos se le conoce como la tipología de Jung.

**c) Importancia de los factores socio culturales de Karen Horney.** Esta autora es una de las primeras mujeres del movimiento psicoanalítico, sin embargo refutó muchos de los planteamientos de Freud, por ejemplo las ideas relativas a las diferencias anatómicas entre hombres y mujeres y los efectos que esto traía en cada uno. Para Horney, la neurosis es producto de las dificultades que experimenta el niño en su desarrollo, ya que a temprana edad su estatus social y las variables culturales le hacen experimentar por parte de sus mismos padres, situaciones de asilamiento, dominación e indiferencia, lo que hace que desarrollen patrones o estilos inadecuados de interacción con los demás. Es así que de adulta, una persona podría tener un patrón inadecuado como: *a) acercarse a los demás*. Estas personas presentan una búsqueda compulsiva de afecto y aceptación de los demás, *b) Ir en contra de los demás*. Las personas asumen que está bien aprovecharse de otros, por lo tanto son hostiles y manipuladores, y *c) Alejarse de la gente*. Estas personas luchan por su independencia y privacidad, generan pocas amistades y procuran no involucrarse con los demás.

**d) Deseo de superioridad de Adler.** Para este autor, que también pertenece al movimiento psicoanalítico, la personalidad se desarrolla en base a un proceso de compensación que surge desde la infancia, motivado por los sentimientos de inferioridad que surgen del tamaño pequeño y la debilidad que nos caracteriza de niños. Otro aspecto importante en la teoría de Adler es la constelación familiar, que se refiere a las primeras percepciones de la dinámica familiar, es decir del lugar que ocupamos en la familia (ya sea ser hijo único, ser primogénito con un hermano del mismo género, tener a ambos padres o sólo a uno, etc.).

**e) Teoría psicosocial de Eric Erickson.** Esta teoría significa una actualización de la teoría psicoanalítica hacia un escenario más social. Plantea una relación entre los instintos innatos y las

demandas sociales, otorgándole a la cultura la significación de estos conflictos, ya que según la cultura en la que se desarrolle la persona, encontrará ciertos conflictos que en otra cultura no se darán. Ericson marca ocho etapas en el desarrollo de la personalidad, cada una de estas ocho etapas traen consigo un conflicto que deberá ser enfrentado desde la cultura. Según la forma en que se enfrenten estos conflictos se estructurará la personalidad.

#### **5.4 Teorías no psicoanalíticas de la personalidad**

La teoría psicoanalítica planteada por Sigmund Freud tuvo una gran influencia en muchos autores, incluyendo autores más contemporáneos como Adler y Erickson. Sin embargo, no ha sido una teoría exclusiva para comprender la personalidad. Si bien los aspectos sociales y culturales se comenzaron a apreciar a partir de Karen Horney, hoy en día no se puede concebir la estructuración o conformación de la personalidad como algo en lo que no interviene la voluntad propia; es así que en su momento también se le dio importancia a teorías que no tenían base psicoanalítica.

**a) Teoría Humanista de Rogers.** Este autor no está de acuerdo con las teorías que plantea el psicoanálisis, ya que considera que al concentrarse en luchas ocultas, conflictos y problemas de la infancia, sostienen una visión oscura de la personalidad, desconociendo las verdaderas potencialidades que tiene el ser humano y la tendencia que éste tiene hacia el crecimiento, la dignidad y la autodeterminación. Para este autor, cada persona es en gran medida responsable de lo que sucede en su vida. Tanto el destino como el comportamiento están en manos de cada uno. Por otra parte, no niega la importancia del pasado en el presente pero considera más importante la capacidad que tiene el ser humano de salir adelante y la tendencia natural al crecimiento personal.

**b) Teoría del aprendizaje social de la personalidad.** Desde esta teoría, las diferencias en el comportamiento se deben a la variación en las experiencias de vida que todos tenemos. La personalidad es el fruto de un proceso de aprendizaje, desde pequeños aprendemos la información (pensamientos) que sostiene nuestras conductas y aprendemos también las conductas mismas. Esto sucede porque observamos a los demás comportarse de una manera determinada; nuestros primeros modelos de comportamiento son nuestros padres. Lo que indica que el aprendizaje no se da de manera pasiva, cada persona define sus modelos y aprende de ellos en base a la evaluación que hace de las consecuencias de su conducta, es decir que seguiremos como modelo de personalidad a aquellas personas que muestren éxito con sus conductas. El tiempo se encargará también de obligar a la persona a aplicar procesos de autorregulación de sus propias respuestas

**c) Teoría del modelo de Rasgos de Cattell.** Para este autor, la personalidad es la conformación de diferentes rasgos, que se encuentran presentes en todas las personas en otra dimensión. Estos rasgos tienen esencialmente un carácter innato, puesto que desde pequeños se pueden evidenciar ciertas pautas de la personalidad. Cattell distingue los rasgos que componen la personalidad en tres grupos. a) Los rasgos temperamentales, que son determinados de forma innata y que por lo tanto muestran mayor estabilidad a través del tiempo, b) Los rasgos dinámicos, son los rasgos que pueden variar según la intensidad de los impulsos y del grado de privación o saciedad, entre estos estarían la motivación y los estados afectivos, y c) Los rasgos de habilidades, que se refiere a las destrezas que tiene una persona para desarrollar ciertas tareas y con las que cada persona se caracteriza. Con respecto a este tipo de rasgos, Cattell consideraba que tenían un fuerte componente hereditario y que por lo tanto, al igual que los rasgos temperamentales, tienen una fuerte consistencia temporal. La teoría de Cattell ha significado la clasificación de la personalidad en 16 factores de personalidad, que incluso hoy en día se consideran al momento de evaluar la personalidad.

## Tema 6: Desarrollo humano

### Contenido:

**6.1 Psicología del desarrollo**

**6.2 Periodo prenatal**

**6.3 Periodo neonatal**

**6.4 Lactancia**

**6.5 Infancia**

**6.6 Niñez**

**6.7 Adolescencia y Pubertad**

**6.8 Juventud**

**6.9 Adultez**

**6.10 Vejez**

### **6.1 Psicología del desarrollo**

El área de la psicología que se encarga de estudiar todos los cambios, físicos, cognitivos, sociales y emocionales que experimenta la persona a lo largo de toda su vida, es la psicología del desarrollo.

La psicología del desarrollo o psicología evolutiva, estudia todos los cambios que se presentan, para poder establecer los cambios y las características propias de cada edad. Divide el desarrollo en etapas que van desde el momento de la concepción hasta la vejez.

Antes de comenzar con las etapas de desarrollo, conviene aclarar a qué se refiere este concepto. Usualmente, cuando se habla de desarrollo, se hace referencia también a cambios y/o a crecimiento, pero el concepto de desarrollo es cualitativamente más complejo que el crecimiento o el cambio, incluso puede implicar a ambos conceptos en este proceso.

El crecimiento indica que algo es mayor de lo que era antes, pero no necesariamente se refiere a un incremento positivo. Así por ejemplo, un crecimiento en la tasa de mortalidad no puede ser considerado como algo positivo aunque presente crecimiento; por otra parte, el cambio implica una transformación, antes era de una forma y ahora es de otra. Este cambio tampoco se puede entender tácitamente como algo positivo, por ejemplo, cuando hay un cambio de clima, de un día soleado se pasa a un día de lluvia, se ha producido un cambio pero este cambio no es necesariamente bueno o implica una mejora. El desarrollo sin embargo trae de forma implícita la idea de que se ha producido un cambio y que este cambio produce diferencias cualitativamente superiores a lo anterior. También se puede hablar de desarrollo cuando el crecimiento observado en una etapa determinada tiene implicaciones positivas.

Tomando como base lo anterior, la psicología del desarrollo considera como etapas de desarrollo a: Prenatal, Neonatal, Lactancia, infancia, Niñez, Pubertad, Adolescencia, Juventud, Madurez y Vejez.

### **6.2. Periodo prenatal.**

La etapa prenatal va desde el momento de la concepción hasta el parto, dura aproximadamente 9 meses. Se trata de un periodo con más transformaciones físicas que de otro tipo. Se distinguen claramente tres sub etapas en este periodo. a) *La etapa ovular*, que es la etapa inicial, momento en el que el ovulo es fecundado hasta que pasa a ser un embrión, dura aproximadamente dos semanas. b) *La etapa embrional*, momento cuando se forma el sistema nervioso, la médula espinal y algunos órganos. Esta etapa se inicia después de la etapa ovular y dura aproximadamente 7 semanas. c) *La etapa fetal*, una vez que ha finalizado la etapa embrional, comienza la etapa fetal y ésta se extiende hasta el nacimiento. En esta etapa se van diferenciando las distintas partes del cuerpo del feto y se da el proceso de mielinización, que consiste en conducir los impulsos nerviosos por todas las partes del organismo.

En esta etapa es fundamental la relación que tienen madre e hijo, ya que se trata del único vínculo que tiene el niño con el medio externo y la madre ha ido desarrollando desde el inicio, una ideación de ese niño, por lo que en su mente, el feto, ya tiene características de persona. En esta etapa, la madre sufre muchos cambios físicos, al inicio tiene náuseas, vómitos, luego presenta cambios en la pigmentación de su piel, va creciendo el abdomen, se ensanchan los pechos y sufre alteraciones en el apetito y el gusto. A medida que va creciendo el feto, la madre siente sus movimientos y este tipo de eventos refuerzan sus vínculos.

### **6.3. Periodo neonatal**

Este periodo se extiende desde el nacimiento hasta los dos meses y coincide con la primera parte de otra clasificación que reconoce el periodo de 0 a 3 años como primera infancia. La diferencia en este caso radica en el enfoque con que se presenta esta etapa. El neonato es, en otras palabras, el recién nacido. En esta etapa, el ser humano es muy indefenso, su organismo ha pasado de un medio acuoso como es el vientre de la madre a un medio externo con gran cantidad de estímulos. Al inicio, el niño deberá fortalecer su sistema nervioso. Este proceso llevará algún tiempo, mientras, deberá recibir suficientes estímulos sensoriales que le permitan desarrollarse adecuadamente. En un principio, sólo cuenta con reflejos que le permiten regular sus funciones fisiológicas, como el reflejo de succión, que le permite succionar del seno materno los alimentos; los reflejos defensivos y de orientación, que le permiten un mínimo de protección; el reflejo prensor y de apoyo, que le permite sujetarse y recoger información a partir del contacto que logra con el objeto.

Si bien se ha marcado una duración de alrededor de dos meses, esta etapa se considera como tal hasta que el niño manifiesta conductas de animación y movimientos repentinos de brazos y piernas. Todos estos elementos son indicadores de que el sistema nervioso ya se ha fortalecido.

### **6.4 Lactancia**

Esta etapa está marcada por la actividad básica del niño que es lactar. Se considera que va desde el nacimiento hasta el primer año de vida, por lo que el periodo neonatal está comprendido dentro del periodo de lactancia.

En esta etapa, el niño ya empieza a controlar sus movimientos gracias a la fuerza que ha ido adquiriendo. Por ejemplo, el niño sostiene su cabeza, puede mantener su espalda recta, comienza a gatear, manipula los objetos llevándolos a su boca, balbucea algunas palabras e incluso, al final de esta etapa, intenta dar sus primeros pasos.

A nivel cognitivo, el niño experimenta dos cambios que son altamente significativos. En primer lugar comienza a imitar, es decir que ejerce cierto control entre lo que ve y escucha y el cómo lo aplica a sus propias acciones. Descubre también que puede controlar su cuerpo, lo que marca la intencionalidad en sus acciones de aquí en adelante. En esta etapa, el niño distingue a la madre de los demás, es un primer paso para distinguirse como persona. La intensidad y calidad con la que se den sus interacciones sociales, permitirán también que el niño pueda desarrollar más habilidades y que amplíe sus descubrimientos.

### **6.5 Infancia**

Esta etapa va desde el primer año de vida hasta los 5 años. A nivel motor, el niño comienza a caminar, entra en contacto directo con los objetos, experimenta con ellos manipulándolos, se convierte en un ser más autónomo, ya que poco a poco logra controlar mejor sus movimientos: pasa de movimientos gruesos a movimientos cada vez más finos.

En la anterior etapa, el niño distinguía a la madre de los demás. En esta etapa esa distinción se extiende y comienza a diferenciar a las personas entre sí y a diferenciarse a sí mismo como otro

ser independiente. Es el inicio de la conformación de la autoconciencia, es decir al Yo independiente. Este evento y la autonomía que ha conseguido a nivel físico, traen consigo una pequeña crisis propia de esta edad, el niño se torna rebelde cuando los padres limitan sus acciones. Esta etapa es muy importante en la educación del niño, ya que si los padres dan rienda suelta a los caprichos del niño, el aprenderá cómo puede conseguir las cosas y en adelante tratará de imponer sus deseos.

Otro aspecto que se inició en la anterior etapa pero que en ésta se desarrolla mucho más es la capacidad de comunicación, tanto con el cuerpo como con el lenguaje verbal. En esta etapa, el niño logra desarrollar las bases para el lenguaje que continuará desarrollando toda su vida. Lo importante en esta etapa es que, aunque en el futuro logre duplicar o triplicar su vocabulario, es en esta etapa donde desarrolla la gramática con la que estructura sus oraciones.

En etapas anteriores, el sueño y la comida eran sus actividades principales. En esta etapa, el juego se convierte no sólo en su actividad principal, sino también en la actividad más valorada. El juego supone un papel muy importante en su desarrollo social y cognitivo, ya que cuando juega, desarrolla el pensamiento mágico y las fantasías. Desde el enfoque de Piaget, en esta etapa, y gracias a los juegos, se desarrollan las características intuitivas y preoperatorias. Otro aspecto importante del juego es que aunque el niño hable solo durante el juego y se dirija a sí mismo en ese lenguaje, comienza a valorar la presencia de otro coetáneo durante el juego, lo que amplía gradualmente sus habilidades de interacción social.

## **6.6 Niñez**

Muy vinculada a la infancia y en algunos casos asociada indistintamente, se encuentra la niñez, periodo que va aproximadamente desde los 6 hasta los 12 años. En esta etapa en particular, se hace la aclaración de periodo aproximado porque según la cultura en la que se desarrolle, puede terminar antes o después.

En esta etapa el niño experimenta un gran desarrollo en todos los aspectos. A nivel físico, su cuerpo crece bastante, su musculatura se fortifica y por lo tanto su motricidad es cada vez más fina. A nivel social, su entorno social se extiende ya que en esta etapa comienza la escuela, un contexto en el que hay mayor interacción con otros niños y también con adultos que no son parte de su familia. La idea de autoridad se extiende fuera de casa y la solidaridad y el compañerismo que desarrolla con niños de su edad son entendidos como formas de lograr sus objetivos.

Las actividades que presenta la escuela favorecen también el desarrollo de habilidades cognitivas, es así que en esta etapa logra pasar de un estadio preoperatorio a las operaciones concretas y lógicas. En esta etapa, el niño comienza a ser más analítico, busca una explicación o una causa para todo lo que ve, éste es el momento ideal para desarrollar en él la capacidad crítica y reflexiva.

## **6.7 Adolescencia y Pubertad**

La palabra adolescencia viene de adolecer, es decir, sufrir la pérdida de algo. Por ello, esta etapa es de gran conflicto emocional. La pubertad es una etapa también de grandes cambios, pero a diferencia de la adolescencia, se trata de cambios físicos. Estas etapas están tan relacionadas y son las etapas más extensas aunque se desarrollarán de forma independiente en otros temas.

## **6.8. Juventud**

Desde la finalización de la adolescencia hasta los 25 años aproximadamente, se encuentra la juventud. En esta etapa de la vida, todos los conflictos experimentados en la adolescencia han llegado a su fin, por lo que el joven se encuentra emocional y sexualmente más calmado. Esto no

quiere decir que abandone la idea del enamoramiento, por el contrario, en esta etapa, el joven va a procurar tener una pareja con quien compartir su tiempo, sus intereses y los planes que va desarrollando. El amor en esta etapa no es tan real como en futuras etapas, el joven no ama a la otra persona por lo que es, más bien ama el ser amado.

Si bien la pareja es importante en esta etapa, no es su único interés. Esta etapa coincide en la mayoría de las culturas y los países con la formación profesional o el aprendizaje de un oficio, por lo que el interés del joven se centra en elegir cuidadosamente cuál será en el futuro su ocupación.

A nivel cognitivo se da un razonamiento más calmo, cuidadoso, relativizan todo aquello que antes daban por cierto, los juicios se emiten considerando otras variables, no es tan importante ganar una discusión como llegar a la verdad. Cuestionan a los adultos cuando algo no les queda totalmente claro ya que una necesidad evidente en esta etapa es la de tener explicaciones claras y lógicas.

A nivel social ya no están tan preocupados por tener un grupo de amigos, se concentran más en la calidad de la amistad que en la cantidad de amigos. Son capaces de desarrollar amistad con alguien del sexo opuesto sin confundir el rol de amistad si así lo desean. Permiten que adultos puedan formar parte de su círculo de amigos. El grupo social es valorado pero poco a poco deja de tener significación en comparación con la pareja.

### **6.9 Adultez**

Esta etapa no tiene una edad marcada de inicio, sólo para tener una aproximación, se puede decir que comienza a los 25 años de edad y se extiende hasta los 60 o 65 años, aunque esto varía según algunas características que definen la adultez. Como es una etapa muy extensa, muchos autores han decidido dividirla en adulto joven y adulto maduro, así las características propias de los primeros años de la adultez no se confundirán con las características de los últimos años de la adultez.

En términos generales, a nivel emocional, ésta es la etapa de mayor equilibrio emocional, ya que la persona controla sus impulsos y ya no lo sorprenden las desilusiones como antes. A nivel cognitivo también se encuentra en el mejor momento de su desarrollo. En esta etapa tiene tanto la experiencia necesaria para resolver problemas complejos como el desarrollo cognitivo necesario.

*Adulto Joven.* Un adulto joven es aquel que está iniciando la adultez y esta etapa se extenderá aproximadamente hasta los 40 o 45 años. Esta primera etapa comienza porque el joven logra su independencia económica y familiar, lo que le permite formar su propia familia con sus propios medios. En esta etapa de la vida, la persona ya ha terminado de aprender un oficio o de desarrollar una profesión, es así que puede generar sus propios ingresos; unido a ello va la autonomía de sus acciones, es decir que podrá tomar decisiones sobre su vida y ejecutarlas libremente.

Una característica muy marcada en esta etapa, es la necesidad de formar una familia. Durante la juventud ha experimentado noviazgos y relaciones con diferentes personas, esto le da una visión más clara de qué tipo de pareja quiere para compartir su vida y tener hijos. En esta etapa de la vida, el enamoramiento también cambia, es menos impulsivo, menos hormonal y está más relacionado con la idea de lo que se puede hacer juntos.

En muchas culturas, el matrimonio no se realiza sólo por amor; en algunos casos la determinación de la pareja sigue una simple atracción sexual, se basa en la aspiración a tener hijos, se busca la seguridad económica que brinda llevar una vida en pareja y apoyado por las normas sociales y legales, se ve como una alternativa para abandonar la casa de los padres, o también como una forma de cubrir la soledad ante la muerte de los padres o una viudez prematura.

*Adulto maduro.* Esta etapa de la adultez va desde los 40 o 45 años hasta el final de la vida adulta. Si bien comparte muchas características con el adulto joven, tiene algunas características que conviene distinguir. En esta etapa, por ejemplo, la familia ya se ha estructurado con una pareja estable, con hijos y en algunos casos los hijos ya van a la universidad.

Con una vida emocional lo suficientemente equilibrada y con todas las responsabilidades económicas que tiene asumidas, el adulto maduro se concentra en el aspecto laboral, ya que debe garantizar como padre o madre que no falte nada en la familia, cobra así mayor importancia. Por una parte preocupa la generación de suficientes ingresos, pero por otra surge una necesidad de que ese trabajo sea respetado y se obtenga el reconocimiento de los demás, sean estos jefes, colegas u otros.

En esta etapa también se mira el futuro económico, se empieza a considerar gradualmente lo que va a ser de sí mismo y de su economía cuando se jubile o cuando ya no pueda trabajar. Esta etapa suele ser angustiada, y aunque es prácticamente inevitable, este tipo de preocupaciones las que fortalecen los vínculos con la pareja y permiten asumir acciones preventivas.

### **6.10 Vejez**

Desde los 65 años en adelante se da la vejez. Antes se consideraba esta etapa como la tercera edad, sin embargo hoy en día, gracias a la mejora de la calidad de vida, esta etapa se ha dividido en 3ra edad y 4ta edad. Las características de ambas se incluyen en la vejez, pero se comprende que hay un retraso significativo en el deterioro físico y mental que antes se daba en la 3ra edad.

Esta etapa de la vida se caracteriza por la pérdida de funciones, tanto cognitivas como motoras. El cuerpo, en esta etapa, va disminuyendo sus funciones y la persona poco a poco va presentando cada vez más problemas de salud. Cuando la persona, desde la juventud o desde la adultez realiza actividades físicas y cognitivas con cierta regularidad, este funcionamiento se extiende por más tiempo, lo que facilita llegar a lo que antes se nombraba como la cuarta edad, es decir extender el tiempo de vida con buena calidad de vida.

A nivel social, las personas buscan relacionarse con gente de su edad o contemporáneos a su edad. También disfrutan de estar cerca de niños, pero cuando este tiempo es limitado, ya que la energía y ritmo de un niño son demasiado elevados para una persona de avanzada edad.

A nivel emocional, las experiencias son muy intensas. En esta etapa de la vida la persona ha experimentado la muerte de seres queridos, la pérdida de su empleo y piensa constantemente en la proximidad de la muerte, esto hace que la vejez no sea una etapa sencilla a nivel emocional.

## Tema 7: Adolescencia y pubertad

### Contenido:

#### 7.1 Adolescencia

#### 7.2 Pubertad

#### 7.3 Desarrollo social del adolescente

#### 7.4 Desarrollo emocional del adolescente

#### 7.5 Desarrollo cognitivo del adolescente

#### 7.6 Problemas que se deben prevenir en la adolescencia

### 7.1 Adolescencia

Como ya se indicó en el tema anterior, adolescencia viene de adolecer, sufrir una pérdida. Esta etapa lleva este nombre porque indica el mayor conflicto que experimenta la persona en este momento de su vida. Para comprender mejor este aspecto, conviene recordar algunas características de la niñez.

En la etapa anterior a la adolescencia, el niño tenía el cuidado de los padres, un cuidado que en algunos momentos le pudo haber resultado molesto porque él deseaba seguir sus deseos y los padres impedían algunas cosas. No por ello no disfrutaba de los beneficios de la niñez, como: pocas responsabilidades, los padres cumplen sus deseos sin exigirle mucho, hacen cosas por él, se preocupan constantemente por su bienestar, impiden que se le asigne tareas complejas o que personas mayores se aprovechen de él, etc.

Cuando se presenta la pubertad y los cambios físicos, indican que el niño ya no es tan niño, los padres comienzan también a darle mayores responsabilidades, favoreciendo así su nueva condición. El problema es que, aunque muchas veces sí le interesan esos beneficios de adulto, no quiere perder los beneficios que tenía siendo niño, ya que si es adulto, pierde la condición de niño. Este proceso, que visto así se ve muy sencillo, es un proceso muy complejo para el niño que empieza a ser adulto y es la base de una serie de conflictos que se presentan en esta etapa y que se desarrollarán más detenidamente a continuación.

### 7.2 Pubertad

La pubertad es considerada como el inicio de la adolescencia. Esta fase como tal, se refiere específicamente a los cambios físicos que experimenta el niño en su paso a la adultez, los mismos que por sus características y por la forma en la que se dan, son un aspecto ampliamente significativo en la conflictiva que se vive en la adolescencia.

Los cambios físicos que experimenta el niño son de diferente tipo y no necesariamente se dan en el orden en el que se presenta a continuación.

*a) El cuerpo crece repentinamente.* Este crecimiento repentino es conocido también como el estirón, ya que la imagen que se tiene es como de un alargamiento, en el que el cuerpo se estira hacia arriba pero no se da el mismo crecimiento hacia los lados, ni de manera proporcional. Las niñas son las primeras en experimentar este estirón, lo que hace que durante cierto tiempo sean ellas más desarrolladas que los niños, aunque uno o dos años después los niños sean varios centímetros más altos que ellas.

b) *Características sexuales primarias.* Las gónadas o glándulas sexuales producen mayores niveles de hormonas. En los niños, las gónadas son los testículos, y en las niñas, las gónadas son los ovarios. Con el incremento en la producción de hormonas, las gónadas terminan su desarrollo y quedan aptos para la reproducción. Es así que los niños ya producen esperma y las niñas comienzan a menstruar.

c) *Características sexuales secundarias.* Más allá de los cambios internos que generan amplias transformaciones en la química del organismo, se dan también cambios visibles en el cuerpo que caracterizan al cuerpo del hombre y al cuerpo de la mujer. En el caso del hombre empieza a surgir el vello púbico (entre las piernas) y el vello axilar (debajo de los brazos), también crece pelo en el rostro y el torso, finalmente la voz se vuelve más gruesa y grave.

En las mujeres también aparece el vello púbico y el vello axilar, las mamas aumentan de tamaño y las caderas se ensanchan. En esta etapa, usualmente, también se da la primera menstruación, pero esto puede variar y retrasarse hasta los 14 o 15 años. En los varones, la producción de esperma también se producirá a esta edad aproximadamente.

d) *Cambios en el rostro.* Las características faciales de la niñez suelen ser de ojos grandes y redondos, mejillas redondeadas y frente amplia. En esta etapa, los rasgos faciales cambian, los rasgos se tornan más firmes y definidos.

No todos los niños de la misma edad experimentan los cambios sexuales en el mismo momento. El adelantarse o retrasarse a estos cambios pueden significar una ventaja sobre los otros o un problema. De todas maneras lo más conveniente será no apurar estos cambios y esperar a que se presenten de la manera menos conflictiva que sea posible.

Los efectos de los cambios hormonales en la conducta y principalmente en los estados de ánimo son bastante conocidos. Si bien la adolescencia por sí misma es ya conflictiva, no puede dejarse de lado todo este cambio hormonal para comprender que muchos de los cambios en el estado de ánimo de los adolescentes tiene causas fisiológicas.

### **7.3 Desarrollo social del adolescente**

En esta etapa, más que en ninguna otra etapa de la vida, el adolescente se vuelca hacia los amigos de su misma edad y principalmente de su mismo género. Esta importancia a los amigos se debe a varios motivos, entre ellos, que el adolescente encuentra en sus iguales un escape o refugio para los problemas que se presentan en el hogar, ya que las peleas con los padres pueden ser continuas en esta etapa. No es extraño escuchar a una adolescente decir “mis padres no me entienden”. Por otra parte, los amigos están también en este proceso de adaptación y brindan el entorno para que el sujeto ejercite las habilidades que le permitirán acercarse al sexo opuesto.

Durante la niñez, el niño rechazaba al sexo opuesto, se reunía y jugaba principalmente con niños de su propio sexo. En la adolescencia, su mejor amigo o amiga es alguien de su propio sexo, pero uno de los temas centrales con este amigo será precisamente el acercamiento al otro sexo. En esta etapa los niños ya no rechazan a las niñas, por el contrario, buscan la forma de cómo acercarse a ellas.

Los amigos juegan un papel muy importante en la búsqueda de la identidad del adolescente. El adolescente se acerca o se aleja de un grupo o de otro en función de las características que estos grupos le presentan. Si encuentra que el grupo comparte sus cualidades o acepta las que el grupo le ofrece, se queda con ellos y los toma como marco referencial de su comportamiento. Pero si el

adolescente identifica en el grupo características que no le resultan agradables, los abandona y busca otro grupo.

Un papel muy importante que juega la amistad en el desarrollo de la personalidad es que favorece el desarrollo de capacidades como la apertura y la capacidad para compartir la intimidad. Las confidencias hechas por un adolescente a un amigo son el primer paso para compartir sus pensamientos, deseos y fantasías, no sólo por el hecho de compartirlas sino porque el grupo le permite también evaluar su adecuación moral o social.

#### **7.4 Desarrollo emocional del adolescente**

Ya se ha hablado de los cambios emocionales como una característica de la adolescencia y es que durante esta etapa, a diferencia de otras, los cambios de un estado emocional a otro suelen ser más frecuentes, más intensos y se presentan con mayor rapidez. Estos cambios emocionales no dejan al adolescente al borde de la desesperanza, por el contrario, una característica a nivel emocional de esta etapa es la alegría y la confianza en sí mismo.

Lo que sí podría ser un conflicto en esta etapa es el apasionamiento con el que el adolescente vive sus relaciones con la pareja o con lo que él (o ella) pueda considerar sus rivales. El adolescente vive sus estados afectivos de una manera muy intensa y esto asociado a la impulsividad puede convertirse en un verdadero problema.

#### **7.5 Desarrollo cognitivo del adolescente**

Según los estadios de Piaget, en la niñez, el niño llega a desarrollar el pensamiento concreto. En esta etapa se espera que los adolescentes alcancen las operaciones formales, un nivel en el que se espera razonamientos tan desarrollados como las deducciones y varias funciones lógicas. Sin embargo, muchos autores coinciden en que el pensamiento del adolescente tiene otras características que modifican un proceso común. El egocentrismo, por ejemplo, es un aspecto que está de base en su razonamiento y que le impide analizar objetivamente una situación. La generalización que aplican de sus ideas, asumiendo que los demás las comparten, es también otra variable importante en su forma de razonamiento.

Otra de las características que se da en el pensamiento del adolescente es, por ejemplo, la idea que todos están atentos a lo que ellos dicen o hacen. Los adolescentes creen también que nadie más en el mundo tiene las experiencias que ellos tienen. Por otra parte, los adolescentes, como una característica común a su etapa de desarrollo, minimizan las probabilidades de sufrir accidentes o de estar expuestos a peligros (este suele ser un punto de discusión clásico con los padres).

Todas estas características del pensamiento adolescente, han hecho que se considere que si bien el desarrollo neurológico se encuentra en buen nivel, el adolescente presente ciertos sesgos en su toma de decisiones, por ello su desarrollo cognitivo es diferente al de otras etapas.

#### **7.6 Problemas que se deben prevenir en la adolescencia**

Esta etapa se considera como una de las etapas más conflictivas del desarrollo humano, en ella se entrelazan cambios físicos muy importantes, cambios sociales y cambios cognitivos y también de tipo afectivo. Todos estos cambios, sumados a las exigencias sociales, hacen que el adolescente se sienta presionado por todas partes y es muy difícil para los padres o los profesores evitar los controles que correspondan ya que si esta etapa no se desarrolla adecuadamente, los efectos los

experimentará tanto el adolescente en su vida adulta como la sociedad misma. Entre los conflictos que se derivan de esta etapa están:

a) *Conductas delictivas.* El desarrollo moral y el seguimiento a las normas como pauta de interacción social se desarrollan desde la niñez. En la adolescencia, todas las pautas de buen comportamiento que se establecieron, corren el riesgo de romperse.

El hecho de que en la adolescencia se busque la afiliación a un grupo de iguales o se siga a un líder que en algunas ocasiones no es parte de la escuela o no es de la misma edad, implica el riesgo de ser una mala influencia. La fragilidad emocional que se experimenta en esta etapa y la necesidad manifiesta de apoyo, hace que adultos con malas intenciones se acerquen a los jóvenes con la promesa de satisfacer sus necesidades afectivas, emocionales o sociales.

En algunos casos, estos adultos inducen al consumo de alcohol o drogas a los nuevos integrantes y ellos, por ser aceptados por el grupo, aceptan aún sabiendo que sus padres no estarían de acuerdo. La dinámica de muchos de estos adultos es generar la adicción en los adolescentes proporcionándoles las sustancias sin costo alguno, para luego convertirlos en traficantes o comerciantes para poder sustentar su propio consumo.

b) *La primera relación sexual.* La activación de todo el conjunto de hormonas sexuales genera en el imaginario de los adolescentes la idea de iniciar lo más pronto posible su vida sexual. El problema se presenta porque aunque todos los caracteres sexuales se hayan manifestado como ya desarrollados, la sexualidad y el inicio de una vida adulta requiere también de una madurez emocional que permita comprender la situación que se está viviendo.

Por otra parte, muchos colegios y padres consideran que retrasar la discusión sobre la sexualidad va a retrasar también el inicio de la misma. De este modo, algunos adolescentes inician su sexualidad sin la formación y el apoyo suficiente como para convertir sus primeras experiencias sexuales en experiencias placenteras, no así en eventos traumáticos sobre los cuales la culpa es el sentimiento que predomina y que termina afectando la sexualidad de la vida adulta.

c) *Embarazos no deseados o abortos.* Una de las consecuencias de iniciar una sexualidad sin el apoyo formativo suficiente se refleja en los embarazos no deseados. La adolescencia requiere, por parte de los educadores, información clara y directa que rompa con la información que se maneja dentro del grupo. Un problema de esta etapa es también la comunicación que el adolescente sostiene con el adulto, no comparte sus dudas y la información que recibe de los amigos; por lo tanto, da por cierto todo lo que le dicen sus amigos, creando mitos sobre el sexo y las formas de evitar un embarazo.

El problema no se centra solo en el control de la natalidad y la prevención de las enfermedades infectocontagiosas. El problema de un embarazo en la adolescencia va desde qué tan preparada está la mujer a esa edad para ser madre y de las implicaciones que tendrá para su futuro el ser madre tan temprano. Una alternativa considerada como válida por los adolescentes ante un embarazo es el aborto, otro evento que requiere de gran madurez emocional para ser sobrellevado y de las condiciones de salubridad básicas para evitar una infección letal. En el caso de los países que tienen legalizado el aborto no hay tanto problema como en el caso de los países o lugares donde los adolescentes deben recurrir a clínicas clandestinas que ponen en riesgo su salud y su vida.

d) *Trata de blancas.* Debido a los conflictos que experimenta el adolescente con su familia, la formación de nuevos grupos de amigos y la vulnerabilidad emocional que presentan los

adolescentes, ésta se encuentra en riesgo latente de caer en una red de trata de blancas, riesgo que afecta principalmente las mujeres aunque no se excluyen a los hombres.

El deseo de tener un objeto de moda, el conflicto que se generó con los padres por que éstos se negaron a comprarlo y la fragilidad emocional propia de la adolescencia, son situaciones que aprovechan este tipo de redes para convencer a las adolescentes a unirse a ellos, bajo la promesa de que con ellos tendrán todo lo que quieren y que nunca más se sentirán mal.

*e) Tentativas suicidas.* No es una característica de la adolescencia pero si es un aspecto sobre el que vale la pena reflexionar considerando la fragilidad emocional de esta etapa y la impulsividad de las acciones. Algunos adolescentes han desarrollado una tentativa suicida por llamar la atención o sin pensar claramente en lo que estaban haciendo. Es importante promover en esta etapa de desarrollo, el control de conductas impulsivas y el control de las decisiones que se tomen en estados emocionales bajos o negativos.

## Tema 8: Trastornos mentales

### Contenido:

#### 8.1 Concepto

#### 8.2 Tipos de trastornos

#### 8.3 Trastornos de la personalidad

#### 8.4 Trastornos de la identidad de género y sexual

#### 8.5 Esquizofrenia

#### 8.6 Intervención de los desórdenes psicológicos

### 8.1 Concepto

Los trastornos mentales pueden ser conceptualizados desde diferentes perspectivas. Cada una de estas perspectivas incluye, en el concepto, elementos teóricos de su enfoque. Sin embargo, conviene más comprender la idea de trastorno mental desde la perspectiva que menos estigmatiza a quien padece algún trastorno; es así que la mayoría de los psicólogos, hoy en día, consideran los trastornos mentales como “alteraciones de las conductas o de las ideas y que generan malestar en el sujeto que las experimenta o en su entorno”.

Contrario a lo que muchos piensan, los trastornos mentales (al menos en su mayoría) no son considerados como enfermedades, puesto que no necesariamente son de origen biológico. Por el contrario, suelen responder a causas de distinto tipo, como sociales, culturales, por la forma de desarrollo o simplemente se trata de aprendizajes inadecuados.

Otro aspecto que revela el concepto es que los trastornos pueden ser alteraciones de las conductas, es decir ser observables directamente o ser también una alteración de las ideas, lo que implica que un trastorno podría ser el resultado de pensamientos irracionales (como los celos) o de un error en el manejo de la información disponible (como el déficit de atención).

Finalmente, y muy importante en la consideración de los distintos tipos de trastornos, para que algo sea considerado como un trastorno, debe producir un malestar en la persona o en el entorno del sujeto. Según esto, si alguien quiere desarrollar su vida de un modo diferente y ese estilo de vida no le genera daño a sí mismo ni genera daño a los demás, no hay razón para considerar esa conducta como una conducta trastornada.

Un criterio que no se presenta en el concepto pero que se contempla al momento de hacer una evaluación es el criterio de normalidad. Según este criterio, es a partir de parámetros estadísticos que se puede definir si una conducta es muy frecuente, poco frecuente o nada frecuente. Se observa la frecuencia con la que se presentan algunas conductas o situaciones en un contexto determinado, así las conductas poco frecuentes pueden considerarse como anormales.

Esta calificación no se da de manera tan radical, aunque una conducta sea poco frecuente se debe analizar qué tan funcional es esa conducta en el contexto en el que se presenta y además qué daño puede generar para el sujeto o para el entorno. Así, aunque una conducta sea poco frecuente, no será catalogada como trastorno y por lo tanto quien la ejecute tampoco será etiquetada como una persona con un trastorno.

La psicología moderna se preocupa mucho por romper con los estigmas que ha generado la idea del enfermo mental o la palabra locura, ya que el mayor impedimento para que una persona supere un problema es la barrera que pone el entorno (familia, pareja, amigos, colegas, sociedad) con respecto a su recuperación.

## 8.2 Tipos de trastornos

El DSM (Manual Diagnóstico Estadístico) es un manual que se desarrolla en base a la información que se recoge de todo el mundo con respecto a las características de los trastornos en cada contexto. De esta forma, se determina estadísticamente y considerando las variables culturales, cuáles son las características que se deben observar para realizar el diagnóstico de un trastorno. Para ello, el psicólogo y el psiquiatra van a tener que analizar 5 ejes diferentes para poder determinar si el sujeto cumple con los criterios que indica el manual. Planteado así, parece una tarea sencilla, sin embargo el hacer un diagnóstico psicológico no es una tarea que pueda realizar una persona si no estudió para ello.

Según este manual, los trastornos se dividen en 16 categorías. Como se trata de una clasificación muy compleja sólo las mencionaremos

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desórdenes de la infancia, la niñez y la adolescencia</li> <li>• Delirios, demencias y otros desórdenes cognoscitivos</li> <li>• Desórdenes mentales debidos a una condición médica</li> <li>• Esquizofrenia y otros desórdenes psicóticos</li> <li>• Desórdenes del estado de ánimo</li> <li>• Desórdenes de ansiedad</li> <li>• Desórdenes somatomorfes</li> <li>• Desórdenes artificiales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desórdenes disociativos</li> <li>• Desórdenes de identidad de género y sexuales</li> <li>• Desórdenes alimentarios</li> <li>• Desórdenes del sueño</li> <li>• Desórdenes del control de impulsos no clasificados en otra parte</li> <li>• Desórdenes de ajuste</li> <li>• Desórdenes de personalidad</li> <li>• Otras condiciones que pueden ser centro de atención clínica</li> </ul>
--	---

Para poder comprender en qué consisten los trastornos que se han mencionado, veremos la descripción de algunos de ellos.

## 8.3 Trastornos de la personalidad

Los desordenes de personalidad son variaciones extremas de la personalidad en una o más de sus conductas o pensamientos que impiden que la persona se adapte al entorno o que dificultan su interacción con otras personas.

Por dar algunos ejemplos de cómo es un trastorno de personalidad, a continuación se desarrollarán algunos:

*a) Trastorno de personalidad de tipo paranoide.* Estas personas sospechan y desconfían constantemente de que alguien les quiere hacer daño o que se quieren aprovechar de ellos. En sus observaciones suelen encontrar pruebas que demuestran sus sospechas.

*b) Desorden de personalidad antisocial.* Las personas que sufren este desorden experimentan un importante desapego por las normas o las leyes, por ello cometen constantemente delitos. No les

interesan tampoco los derechos de los demás, actúan como si las normas no existiesen. Usualmente, las personas que tienen este trastorno a lo largo de su vida acumulan un historial delictivo que los lleva pronto a la cárcel. Muchos de ellos no llegan a ser tratados.

### **8.3 Trastornos de la conducta alimenticia**

En la actualidad, la sociedad pone tantas exigencias a la apariencia física y, principalmente, a las mujeres que en el intento de cumplir con esas exigencias mucha gente desarrolla trastornos en su alimentación. De forma particular, estos trastornos son considerados no sólo como un problema de salud mental, sino que tienen fuertes repercusiones en la salud física.

*a) Anorexia nerviosa.* En este trastorno hay una alteración en cómo se ve la persona. Cuando una persona se mira al espejo ve en el espejo un reflejo idéntico de lo que es; en este caso no sucede lo mismo, la persona que puede tener un peso promedio o estar muy delgada, se mira en el espejo y lo que ve es a una persona obesa. Como sus criterios de delgadez son establecidos por los modelos sociales que admira en las revistas o en la televisión, decide comenzar a hacer dietas que cada vez son más restrictivas. El resultado de tantas dietas o de horas en el gimnasio tratando de bajar de peso (aunque se encuentre muy delgada), la llevan gradualmente a matarse poco a poco, ya que llega el momento en que su estómago no recibe los alimentos.

Este es uno de los trastornos más graves de nuestra época. Tiene una gran incidencia en mujeres jóvenes de sociedades desarrolladas. El problema no es que la persona tenga una delgadez extrema, el problema es que el riesgo de muerte por desnutrición es muy elevado, algunos casos no logran superar la pérdida de nutrientes y mueren.

*b) Bulimia nerviosa.* En este trastorno actúan las mismas exigencias sociales por tener un cuerpo perfecto, pero a diferencia del anterior, la persona no deja de comer, pero aplica una serie de medidas tanto o más dañinas para el organismo.

En la bulimia, la persona procura dejar de comer, pero cuando le vence el hambre come compulsivamente todo lo que puede. Cuando termina, se siente tan culpable que se provoca así misma el vómito. Otra medida que utilizan las personas con bulimia es consumir laxantes o purgantes para eliminar los alimentos ingeridos. El problema es que con este tipo de medidas empiezan a perder las sensaciones gustativas y con cada vómito se pierden cantidades significativas de potasio, una sustancia fundamental para mantener los músculos fuertes. La consecuencia de la pérdida de potasio usualmente se ve en que mujeres jóvenes, aparentemente sin ningún historial de problemas cardiacos mueran de un infarto (la pérdida continua de potasio debilitó el músculo cardiaco)

### **8.4 Trastornos de la identidad de género y sexual**

Este grupo de trastornos contemplan todos los desórdenes que se relacionan con el sexo, desde los desórdenes del placer hasta los que tienen que ver con la identidad de género.

*a) Disfunciones del deseo sexual.* Se considera como una disfunción a la falta de deseo sexual o la falta de interés por realizar actividades donde se pueda obtener placer sexual. Las personas que sufren este tipo de desorden indican no sólo la falta de deseo hacia concretar la actividad sino que también hay una disminución o ausencia de fantasías sexuales, motivo por el cual evitan estas situaciones.

b) *Parafilias*. Se denominan parafilias a los desordenes de tipo sexual, en los que para lograr alcanzar el placer sexual es necesario que en la escena se encuentre presente o tener contacto con objetos lesivos o inusuales en un acto sexual. Las principales parafilias son:

- *Exhibicionismo*. Se encuentra excitante o forma parte de las fantasías sexuales, el ser visto desnudo por un desconocido.
- *Vouyeurismo*. En este caso, la fantasía consiste en ver a otra persona desvestirse o tener relaciones sexuales, sin que ésta sepa que está siendo observada.
- *Fetichismo*. Existen muchas formas de fetichismo, ya que la excitación o la fantasía consiste en la presencia o contacto con un objeto específico pero que no es en realidad de naturaleza sexual. Así por ejemplo podría haber alguien que tenga como fetiche observar un candelabro durante el coito, o tocar un pedazo de madera.
- *Necrofilia*. la fantasía o el placer sexual consisten en tener relaciones sexuales con un cadáver o con una persona que esté tan inconsciente que aparente ser un cadáver
- *Pedofilia*. En este caso, el placer sexual o la fantasía se refiere a tener relaciones sexuales con un niño o una niña.
- *Masoquismo*. Consiste en que el placer se produce por el dolor que le genera otra persona en el acto sexual.
- *Sadismo*. Consiste en que la fantasía o el placer se produce al generarle dolor a otra persona, no necesariamente en una situación sexual

c) *Desórdenes de la identidad de género*. En este tipo de desorden, la persona no acepta la imagen corporal y el género con el que nació, ya que siente desde niño (a) que corresponde al sexo opuesto. Estas personas buscan la forma de cambiar su cuerpo de modo que coincida con la forma en cómo se sienten. Actualmente, hay muchos tratamientos y se realizan múltiples cirugías para cambiar el sexo de la persona, sin embargo una tarea importante en este caso es el de estar seguros previamente si el cambio es lo que realmente busca la persona.

### 8.5 Esquizofrenia

Uno de los trastornos más conocidos es la esquizofrenia; es también uno de los desórdenes donde quien los padece es más estigmatizado.

La esquizofrenia es considerada como un trastorno grave donde se distorsionan los pensamientos, las conductas, el lenguaje, las percepciones y las emociones. Este trastorno implica una pérdida de contacto con la realidad, ya que el sujeto, en base a sus propias construcciones, crea su propio mundo. Como este mundo no es real y ha sido creado por el esquizofrénico es experimentado en base a los delirios y las alucinaciones que poco a poco se convierten en una constante.

Las alucinaciones son falsas percepciones que el sujeto da como ciertas y que pueden asumir todas las modalidades sensoriales, por lo que el sujeto no se cuestiona en ningún momento si son reales o no, las experimenta a través de todos sus sentidos. Los delirios son ideas que se van generando para dar un contexto explicativo a las alucinaciones. Todo lo que ve, escucha, huele, palpa y saborea tiene una explicación.

La esquizofrenia, por sí misma, no es tan conflictiva como por el contenido de los delirios. El problema de un esquizofrénico se inicia porque no comparte la realidad con los demás, pueden desarrollarse múltiples discusiones según la realidad que sólo él experimenta. Por otra parte, los contenidos de las alucinaciones suelen generar los subtipos de esquizofrenia, se encuentran así:

a) *Tipo paranoide*. El contenido del delirio se basa en la persecución, el sujeto cree que hay gente que lo persigue porque él tiene algo que los otros buscan.

b) *Tipo desorganizado*. Las personas que presentan este tipo de esquizofrenia tienen alteraciones a nivel del lenguaje, su discurso se torna desorganizado e incoherente. Es común en este tipo de esquizofrenia que el sujeto realice discursos, haga muecas y ría sin motivo aparente.

c) *Tipo catatónica*. La catatonía consiste en una alteración motora en la que el cuerpo presenta rigidez y puede mantenerse inmóvil por periodos muy extensos de tiempo, o también en un movimiento acelerado, con una gran excitación. Algunos esquizofrénicos catatónicos presentan ambas formas y las combinan.

### **8.6 Intervención de los desórdenes psicológicos**

Los trastornos mentales o desórdenes psicológicos usualmente requieren de intervención para ser superados o para minimizar de algún modo el malestar que éstos generan. Según el tipo de trastorno, una intervención podría ser realizada sólo por un psicólogo o requerir la intervención de un equipo multidisciplinario, así médicos, nutricionistas, fisioterapeutas, psicólogos, educadores, psiquiatras y otros profesionales podrían ser partícipes si el caso lo requiriera.

Ya que existe cierta confusión con respecto a las diferencias en la labor de un psicólogo y un psiquiatra conviene aprovechar este apartado para aclarar esa diferencia, ya que cada profesional interviene desde su área de formación.

a) *La intervención desde la formación del psicólogo*. La formación del psicólogo es una formación básicamente humanista, en la que se considera al ser humano como un ser bio-psico-social. Desde este punto de vista, su formación incluye ver los problemas desde una base orgánica en tanto muchos problemas se manifiestan a través del cuerpo, una visión social, puesto que el hombre manifiesta y genera también sus conflictos por su interacción social y psicológica que hace referencia a aspectos cognitivos, emocionales, de personalidad, etc.

Esta formación y la consideración que el hombre es un ser bio-psico-social hace que las intervenciones tengan una fuerte base en los aspectos psicológicos y sociales más que biológicos. Por ello una intervención desde la psicología implica ayudar a la persona a reorganizar sus ideas o a modificar conductas inadecuadas, a buscar estilos más adaptativos, etc.

b) *La intervención desde la formación médica*. Los psiquiatras son médicos con especialidad en psiquiatría, esto quiere decir que tienen una visión más orgánica y química de los trastornos. Su misma formación les permite determinar, desde la química del funcionamiento del sistema nervioso o el resto del cuerpo, cuál sería el medicamento que pueden utilizar para intervenir al sujeto.

Estas diferencias entre áreas de formación no rivalizan a ambas profesiones; por el contrario, en algunos casos se encuentra como la mejor alternativa que la intervención sea conjunta, cada uno desde su formación y bajo objetivos coordinados. De la misma manera, habrá también otros casos en los que la intervención de otros profesionales será evaluada como conveniente y, por el beneficio del sujeto, se conformarán equipos multidisciplinarios.

## BIBLIOGRAFÍA

- Anastasi, A. (1979). *Psicología diferencial*. Madrid: Aguilar.
- Avia, M. D., & Sánchez, M. L. (1995). *Personalidad: Aspectos cognitivos y sociales*. Madrid: Pirámide.
- Bachs, J. (1983). *Psicología diferencial*. Barcelona: Ceac.
- Barajas, C., Morena, M. L., Fuentes, M. J., & González Cuenca, A. (1997). *Perspectivas sobre el Desarrollo Psicológico: Teoría y prácticas*. Madrid: Pirámide.
- Baron, R. (1996). *Psicología*. Mexico: Prentice HALL.
- Chance, P. (2001). *Aprendizaje y cognición*. Mexico: Manual moderno.
- Engler, B. (1995). *Teorías de la personalidad* (4ta. ed.). Mexico: Mc Graw Hill.
- Guyton, A. (1994). *Anatomía y fisiología del sistema nervioso*. Madrid: Panamericana S.A.
- Hardy, T., & Jackson, R. (1998). *Aprendizaje y cognición*. Madrid: Prentice Hall.
- Muss, R. (1978). *Teorías de la adolescencia* (7ma. ed.). Buenos Aires: Paidós.
- Mussen, P., Conger, J., & Kagan, J. (1990). *Desarrollo de la personalidad en el niño*. Mexico: Trillas.
- Palacios, J., Marchesi, A., & Carretero, M. (1997). *Psicología evolutiva 2 desarrollo cognitivo y social del niño*. Madrid: Alianza.
- Papalia, D. (2009). *Psicología*. Mexico: Mc Graw Hill.