

Contenido

Prefacio xvii

1 Introducción a la psicología 1

PERSPECTIVAS HISTORICAS 3

*Wundt y Titchener: estructuralismo / Funcionalismo /
Conductismo / Psicología de la Gestalt / Conductismo moderno
/ Teoría psicoanalítica / Consenso actual*

METODOS DE INVESTIGACION DE LA PSICOLOGIA 9

*Investigación correlacional / Intervención experimental controlada /
Investigación instrumental psicológica / Experimentos sobre el
pensamiento y la conducta / Naturaleza de los experimentos
psicológicos / Aspectos éticos de la investigación / Investigación
básica y aplicada / Experimentos de campo y naturales*

RESISTENCIA A LA COMPRESION DE LA PSICOLOGIA 30

LA CIENCIA Y LA PROFESION DE LA PSICOLOGIA 32

Especialistas teóricos / Especialistas aplicados /

APLICACION: carreras innovadoras

RESUMEN 37

LECTURAS SUGERIDAS 38

2 El marco biológico 40

DE LA SUPERSTICION A LA CIENCIA 41

SISTEMA NERVIOSO 43

*Descubrimiento de las neuronas / Desarrollo del sistema nervioso
/ Cómo funcionan las neuronas / Transmisión sináptica / ASPECTOS
INTERESANTES: las endorfinas: analgésicos propios del cuerpo / Efectos de
las sustancias químicas en la neurotransmisión / Organización del
sistema nervioso / Médula espinal*

ENCEFALO 59

*ASPECTOS INTERESANTES: neurotransmisores, trastornos cerebrales
e injertos de cerebro / Organización del cerebro / El metencéfalo /
El mesencéfalo / La formación reticular / El prosencéfalo / El
cerebro / APLICACION: CAT, PET Y NMR: producción de fotografías*

del cerebro en vivo

LA NEOCORTEZA 68

Área sensorial y área motora de la neocorteza / Áreas de asociación de la neocorteza / Cerebro derecho y cerebro izquierdo / ASPECTOS INTERESANTES: cerebros separados: ¿dos cerebros en un cuerpo?

SISTEMA NERVIOSO AUTÓNOMO 76

Anatomía del sistema nervioso autónomo

SISTEMA ENDOCRINO 78

HERENCIA Y COMPORTAMIENTO 80

Genes y cromosomas / Estudio de la herencia / Estudio de la naturaleza y la crianza

RESUMEN 86

LECTURAS SUGERIDAS 87

3 Sensaciones 88

MEDICIÓN DE LA CAPACIDAD SENSORIAL 90

Umbral absoluto y umbral diferencial / Escalas psicofísicas / Teoría de detección de señales

AUDICIÓN 96

Estímulos auditivos / El oído / Teorías de la audición / Pérdida de la audición y tratamiento / APLICACIÓN: el oído biónico / Localización del sonido

VISION 106

Estímulos visuales / ASPECTOS INTERESANTES: adaptación a las frecuencias espaciales / El ojo / ASPECTOS INTERESANTES: campos receptivos / Bastones y conos / Vías ópticas hacia el cerebro / Visión del color / Teorías de la visión del color / Deterioro visual y tratamiento

OTROS SENTIDOS 123

Gusto / Olfato / Tacto / Sensaciones de dolor / Sensaciones de la posición del cuerpo

RESUMEN 128

LECTURAS SUGERIDAS 129

4 Percepción 130

OPINIONES SOBRE LA PERCEPCIÓN: HELMHOLTZ Y GIBSON 132

ALGUNOS PRINCIPIOS GENERALES 134

Redundancia y percepción / La atención: selectividad en la percepción / Organización / Constancias: invariabilidad dentro del cambio

PERCEPCIÓN DE PROFUNDIDAD 142

Claves monoculares para la profundidad / Claves binoculares para la profundidad / ASPECTOS INTERESANTES: las demostraciones de Ames

PERCEPCIÓN DE IMÁGENES 146

Movimientos del ojo / Tres dimensiones a partir de dos / ASPECTOS INTERESANTES: experiencia y percepción: un ejemplo / Ilusiones inducidas

por claves bidimensionales de profundidad

PERCEPCION DEL MOVIMIENTO 150

Movimientos absolutos y relativos de la retina / Movimiento estroboscópico / Claves borrosas para el movimiento

LA LECTURA 155

Primeras ideas sobre la lectura / Algunas preguntas y una opinión moderna

RECONOCIMIENTO DE PATRONES COMPUTARIZADOS Y PERCEPCION HUMANA 161

Caracterización de la estructura de patrones / ASPECTOS INTERESANTES: ver el bosque o los árboles / Reconocimiento por computadora de letras y palabras

RESUMEN 167

LECTURAS SUGERIDAS 168

5 Estados de conciencia 170

CARACTERIZACION DE LOS ESTADOS DE CONCIENCIA 172

Responsividad / Capacidad cognoscitiva / Personalidad

SUEÑO Y SOÑAR 174

Etapas del sueño / APLICACION: El insomnio y cómo evitarlo / Sueño MOR / Por qué soñamos / Contenido de los sueños / Recordar los sueños

HIPNOSIS 182

¿Qué es la hipnosis? / Responsividad hipnótica / Reducción del dolor mediante la hipnosis / Efectos posthipnóticos / ASPECTOS INTERESANTES: el pasado del hipnotismo y sus altibajos

MEDITACION 187

ASPECTOS INTERESANTES: meditación y manejo del estrés

USO DE "DROGAS" Y SUBSTANCIAS 190

Estimulantes / Depresores / Alucinógenos / ASPECTOS INTERESANTES: benzodicepinas endógenas: ¿el cuerpo produce sus propios tranquilizantes? / Marihuana y otros tipos de cannabis / PCP o "polvo de ángel"

RESUMEN 204

LECTURAS SUGERIDAS 204

6 Condicionamiento y aprendizaje 206

CONDICIONAMIENTO CLASICO 208

La obra de Iván Pavlov / Principios básicos del condicionamiento clásico / ASPECTOS INTERESANTES: bases biológicas del aprendizaje / Condicionamiento clásico en humanos / APLICACION: drogadicción y tolerancia clásicamente condicionada

CONDICIONAMIENTO OPERANTE 217

La obra de Edward Thorndike y B.F. Skinner / Principios básicos del condicionamiento operante / APLICACION: utilización de la capacidad

9 Pensamiento, razonamiento y resolución de problemas 324

PENSAMIENTO 325

Pensando en palabras / Pensando en imágenes / Pensando en códigos abstractos

RAZONAMIENTO 330

Reglas y modelos mentales / Comprobación de hipótesis / ASPECTOS INTERESANTES: modelos mentales del movimiento

RESOLUCION DE PROBLEMAS 338

Representación del problema / Disposición negativa / ASPECTOS INTERESANTES: inteligencia artificial: cómo piensan las computadoras / Fijeza funcional / Transferencia del aprendizaje / Insight / APLICACION: aprendiendo a pensar

JUICIO Y TOMA DE DECISIONES 350

Efectos del marco o contexto / Heurística / APLICACION: los usos de la "irracionalidad"

CREATIVIDAD 357

El proceso creativo / Condiciones del comportamiento creativo / Diferencias individuales en la capacidad creativa

RESUMEN 360

LECTURAS SUGERIDAS 361

10 Inteligencia 362

EL CONCEPTO DE INTELIGENCIA 364

MEDICION DE LA INTELIGENCIA 367

Antecedentes de la prueba de Binet / Concepto de edad mental / Concepto de cociente de Inteligencia / Prueba Stanford-Binet / Criterios para que las pruebas sean útiles: confiabilidad y validez / ASPECTOS INTERESANTES: búsqueda de un sistema sencillo para medir la inteligencia / Estabilidad del CI / La prueba define a la inteligencia / El test como instrumento de diagnóstico / Aptitud y ejecución / Inteligencia y envejecimiento / Niños con CI bajo / Niños con CI alto

TIPOS DE PRUEBAS DE INTELIGENCIA 381

Pruebas individuales: la escala de Wechsler / Pruebas colectivas / Pruebas de desempeño "libres de cultura" / APLICACION: el abuso de las pruebas / Prueba de pensamiento divergente

NATURALEZA, CRIANZA Y RESULTADOS SOBRE EL CI 388

El concepto de heredabilidad / Relaciones genéticas y CI / ASPECTOS INTERESANTES: Cyril Burt: ciencia, fraude y política / Diferencias por grupos en las puntuaciones del CI / ASPECTOS INTERESANTES: raza y CI

PRUEBAS DE CI E HISTORIA SOCIAL 404

RESUMEN 407

LECTURAS SUGERIDAS 408

11 Bases biológicas de la motivación 410

TEORIAS DE LA MOTIVACION 412

Teorías históricas / Homeostasis y teoría de la pulsión

HAMBRE 416

*Mecanismos fisiológicos y regulación de la ingestión de alimentos /
Obesidad entre los humanos*

SED 424

¿Qué inicia el beber? / ¿Qué detiene el beber?

SEXUALIDAD Y APAREAMIENTO 427

*Diferenciación sexual / Conducta de apareamiento / ASPECTOS
INTERESANTES: apareamiento y conducta paternal de la paloma torcaza /
APLICACION: las drogas y la respuesta sexual humana*

PATERNIDAD 434

ASPECTOS INTERESANTES: la sociobiología y el comportamiento altruista

AGRESION 438

Tipos de conducta agresiva / Factores fisiológicos de la agresión

RESUMEN 442

LECTURAS SUGERIDAS 443

12 Motivación y emoción humana 444

ORIGEN DE LAS NECESIDADES Y LOS MOTIVOS 446

*Motivación primaria: necesidades biológicas / Motivación secundaria
y condicionamiento / Autonomía funcional de la motivación /
¿Motivación adquirida o necesidad innata?*

PRINCIPALES MOTIVOS HUMANOS 448

*La curiosidad y la necesidad de estimulación / Afiliación / APLICACION:
aislamiento severo temprano —los niños salvajes / Expresión sexual
humana / Competencia / Logro / Motivación en el trabajo*

EMOCION 466

*Dimensiones de la expresión emocional / ¿Qué produce una respuesta
emocional? / Determinantes de la experiencia emotiva / APLICACION:
conductas expresivas como determinante de la emoción / ASPECTOS
INTERESANTES: humor y memoria*

RESUMEN 479

LECTURAS SUGERIDAS 480

13 La infancia 482

CAMBIOS DURANTE EL DESARROLLO 484

*Maduración / ASPECTOS INTERESANTES: dos maneras de estudiar el
desarrollo: investigación transversal e investigación longitudinal /
Experiencia y aprendizaje / Periodos críticos*

INFANCIA 487

*APLICACION: estudio de la percepción visual en bebés / Capacidades
perceptuales / Desarrollo motor / Vínculos sociales*

NIÑEZ TEMPRANA 494

Desarrollo psicosexual y psicosocial / Desarrollo cognoscitivo / Orígenes del lenguaje / Desarrollo del juicio moral / Autocontrol

EL NIÑO EN EDAD ESCOLAR 505

ASPECTOS INTERESANTES: la tradición nativista empirista / Convertirse en individuo / Avances cognoscitivos

RESUMEN 509

LECTURAS SUGERIDAS 510

14 Adolescencia, edad adulta y envejecimiento 512

ADOLESCENCIA 514

ASPECTOS INTERESANTES: ritos de transición / Desarrollo físico / Desarrollo cognoscitivo / Desarrollo social / Sexualidad del adolescente / ASPECTOS INTERESANTES: cuando la adolescencia no funciona bien / Desarrollo moral

EDAD ADULTA TEMPRANA 528

Desarrollo social / Matrimonio y paternidad / ASPECTOS INTERESANTES: elección de carrera y psicología / Desarrollo moral / ASPECTOS INTERESANTES: 20 años de novatos norteamericanos

LOS AÑOS DE MADUREZ 534

Cambios físicos / Cambios vocacionales / Matrimonio en la edad madura

SENECTUD 538

Cambios físicos / Cambios cognoscitivos / Jubilación / Matrimonio y viudez / Constitución de la integridad del yo

MUERTE Y AGONIA 543

RESUMEN 545

LECTURAS SUGERIDAS 545

15 Personalidad 546

TEORIAS DE RASGOS 548

Teorías nomotéticas de la personalidad: Cattell / Teorías ideográficas de la personalidad: Allport

MODELO BIOLÓGICO DE LA PERSONALIDAD 553

Enfoque constitucional: Sheldon / Teorías genéticas de las características de la personalidad / Tendencias modernas de las teorías biológicas de la personalidad

MODELO PSICOANALÍTICO DE LA PERSONALIDAD 557

Estructura de la personalidad según Freud / Mecanismos de defensa / Desarrollo de la personalidad / Análisis jungiano / Teóricos neofreudianos / Psicología del yo

MODELO HUMANISTA-EXISTENCIAL DE LA PERSONALIDAD 568

Motivos para crecer: Goldstein y Maslow / Teoría del yo: Rogers

MODELO DE APRENDIZAJE DE LA PERSONALIDAD 571

Ansiedad condicionada: Dollard y Miller / Condicionamiento operante:

Skinner / Teoría del aprendizaje social: Bandura

LA CONTROVERSIAS SOBRE LA CONSISTENCIA CONDUCTUAL 577

MODELO SOCIAL-COGNOSCITIVO DE LA PERSONALIDAD 579

Teoría del concepto personal / Perspectiva interaccionista / ASPECTOS INTERESANTES: comportamiento según el papel sexual y personalidad

RESUMEN: TEMAS PRINCIPALES DE LA TEORIA DE LA PERSONALIDAD 584

EVALUACION DE LA PERSONALIDAD 586

Confiabilidad y validez / Técnicas de observación / Autoinformes y autoevaluaciones / Pruebas proyectivas / Inventarios de personalidad / Elaboración de pruebas y teoría de la personalidad

RESUMEN 598

LECTURAS SUGERIDAS 599

16 Estrés y afrontamiento 600

FUENTES DE ESTRES 602

Eventos traumáticos / Eventos vitales, dificultades crónicas y contratiempos cotidianos / ASPECTOS INTERESANTES: estrés situacional extremo / Conflicto

CONSECUENCIAS DEL ESTRES 606

La perspectiva biológica / ASPECTOS INTERESANTES: el estrés y el sistema inmunológico / Medición del estrés / ASPECTOS INTERESANTES: una nota de advertencia sobre la investigación de los eventos vitales

COMO AFRONTAR EL ESTRES 613

Perspectiva del aprendizaje / APLICACION: el comportamiento tipo A y las enfermedades coronarias / Perspectiva cognoscitiva / Percepción del control / Apoyo de la sociedad como recurso para afrontar el estrés / Psicología de la salud / Estrés, la forma de afrontarlo y la enfermedad: hacia un modelo integrado / Afrontamiento y adaptación

CUESTIONES ESPECIALES DEL ESTRES Y EL AJUSTE 630

Ser víctima y como afrontarlo / Responsabilidad de proporcionar cuidados

RESUMEN 633

LECTURAS SUGERIDAS 634

17 Psicología de lo anormal 636

COMPORTAMIENTO NORMAL vs. ANORMAL 637

Historia del diagnóstico clínico

MODELOS DE COMPORTAMIENTO ANORMAL 640

Clasificación del comportamiento anormal / El sistema de categorías DSM-III y III-R

TRASTORNOS POR ANSIEDAD 646

Trastornos por fobias, ansiedad y pánico / HISTORIA CLINICA: trastorno por pánico / Trastornos obsesivo-compulsivos

TRASTORNOS DISOCIATIVOS 653

TRASTORNOS PSICOSOMATICOS 655

TRASTORNOS AFECTIVOS 656

HISTORIA CLINICA: trastorno de conversión / Depresión / ASPECTOS INTERESANTES: la anormalidad y usted / Trastornos bipolares

ESQUIZOFRENIA 665

Distorsiones del pensamiento, percepción, emoción y habilidades motoras / Diferentes tipos de esquizofrenia / HISTORIA CLINICA: esquizofrenia / Modelos de esquizofrenia

TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD 670

Trastorno de la personalidad antisocial / HISTORIA CLINICA: trastorno de personalidad antisocial

OTRAS DIMENSIONES DE ANORMALIDAD 673

Trastornos por el consumo de sustancias / ASPECTOS INTERESANTES: la dieta y el comportamiento anormal / ASPECTOS INTERESANTES: anorexia nerviosa / Categorías de anormalidad perspectiva

RESUMEN 682

LECTURAS SUGERIDAS 682

18 La terapia 684

HISTORIA DE LOS PROCEDIMIENTOS TERAPEUTICOS 686

¿QUIEN PRACTICA LA TERAPIA? 690

MODELO BIOLOGICO DE TERAPIA 692

Trastornos mentales como síntomas de enfermedades físicas / Farmacoterapia / Críticas a la quimioterapia / Terapia genética y asesoría genética / ASPECTOS INTERESANTES: selección e intervención genética controversia ética / Tratamiento con electrochoques y psicocirugía / Críticas al tratamiento con electrochoques y a la psicocirugía

MODELO PSICOANALITICO DE TERAPIA 702

Técnicas del psicoanálisis / El psicoanálisis a partir de Freud / Críticas al psicoanálisis / APLICACION: psicoanálisis

MODELO HUMANISTA-EXISTENCIAL DE TERAPIA 705

Terapia Gestalt / APLICACION: terapia centrada en el cliente / Críticas a las terapias humanista-existenciales

MODELO DE TERAPIA DE APRENDIZAJE 709

Desensibilización sistemática / Terapia de implosión / Contracondicionamiento aversivo / Condicionamiento operante / Moldeamiento / Entrenamiento de habilidades sociales / Técnicas conductistas de autorregulación

MODELOS DE TERAPIA COGNOSCITIVA 717

Ellis: Terapia racional-emotiva / APLICACION: terapia racional-emotiva / Beck: terapia cognoscitiva / Críticas a la terapia conductista y a la cognoscitiva

NUEVOS DESARROLLOS EN TERAPIA: ENFOQUES CENTRADOS EN EL PROBLEMA 721

Biorretroalimentación / Terapia para la disfunción sexual

TERAPIAS DE GRUPO 724

PREVENCION DE CRISIS Y PSICOLOGICA COMUNITARIA 726

EFFECTIVIDAD DE LA TERAPIA 728
CURSO FUTURO DE LA TERAPIA 730
RESUMEN 731
LECTURAS SUGERIDAS 732

LECTURAS SUGERIDAS
RESUMEN 818
Efectividad de la terapia
Curso futuro de la terapia
Resumen 731
Lecturas sugeridas 732

19 Comportamiento social 734

ATRIBUCION 736

Experiencia y atribución / Primera impresión y atribución / Teorías de la personalidad implícitas / Reglas de atribución / Atribuciones a partir de observaciones múltiples / Perspectivas individuales y atribución / Atribuciones distorsionadas y sesgadas / Atribución y afrontamiento / Toma eficiente de decisiones y heurístico / Profecías que se cumplen / Efectos de confirmación del comportamiento / Estereotipos y prejuicios

FORMACION DE ACTITUDES Y CAMBIO 753

Cambio de actitud / ¿Las actitudes son causa del comportamiento? / Influencia del comportamiento en las actitudes: teoría de la disonancia cognoscitiva / Autopercepción y cambio de actitud

RELACIONES DESTRUCTIVAS —AGRESION 763

Teorías instintivas de la agresión / Teoría de la frustración-agresión / Teoría de las señales de agresión / Teoría instrumental de la agresión / Determinantes situacionales de la agresión / Estados de conciencia y agresión / APLICACION: ¿la violencia de la televisión provoca un comportamiento agresivo?

RELACIONES CONSTRUCTIVAS —ATRACCION 769

Simpatía y proximidad / Simpatía y semejanza / Simpatía recíproca / Atracción física y simpatía / Desarrollo de las relaciones duraderas / ASPECTOS INTERESANTES: simpatía y amor / Intercambio social en las relaciones duraderas

RESUMEN 776

LECTURAS SUGERIDAS 777

20 Influencia social y procesos de grupo 778

INFLUENCIA SOCIAL: UNA FUENTE QUE AFECTA A MUCHOS OBJETIVOS 779

Liderazgo / Desidia social / Ayuda

MUCHAS FUENTES QUE AFECTAN A UN OBJETIVO 783

ASPECTOS INTERESANTES: intervención del observador / Facilitación y obstaculización social / Conformismo / ASPECTOS INTERESANTES: obediencia a la autoridad / Derivación / Innovación

GRUPOS: SUS DECISIONES Y ACCIONES 793

Grupos operativos / Grupos mínimos / Toma de decisiones en grupo / ASPECTOS INTERESANTES: pensamiento grupal y toma de decisiones / Cooperación e intercambio social / APLICACION: análisis no matricial de la carrera armamentista

CONTEXTOS DE LAS ACTIVIDADES GRUPALES 805

Marcos del comportamiento y psicología ambiental / Medio ambiente destructivo / Densidad, hacinamiento y privacidad / ASPECTOS INTERESANTES: ¿el hacinamiento es nocivo para los humanos? / Marcos organizacionales

RESUMEN 815

LECTURAS SUGERIDAS 816

Apéndice: estadística 817

ESTADISTICA DESCRIPTIVA 817

Distribución de frecuencias / Medidas de la tendencia central / Medidas de variabilidad / Posición en la distribución

FRECUENCIA RELATIVA Y PROBABILIDAD 821

DISTRIBUCION NORMAL 822

Calificaciones estándar y distribución normal

INFERENCIA ESTADISTICA Y TOMA DE DECISIONES 824

Significancia estadística / Correlación / Correlación producto-momento

LECTURAS SUGERIDAS 828

Glosario 830

Referencias 849

Indice onomástico 874

Indice temático 883