

T

EMARIO

¿Qué es la psicología?

Los campos de la psicología
Temas de interés permanente
La psicología como ciencia

El desarrollo de la psicología

La "nueva psicología":
Una ciencia de la mente
Redefinición de la psicología: El estudio
de la conducta
La revolución cognoscitiva

Nuevas direcciones

¿Dónde están las mujeres?

Diversidad humana

Género
Raza y origen étnico
Cultura

Métodos de investigación en psicología

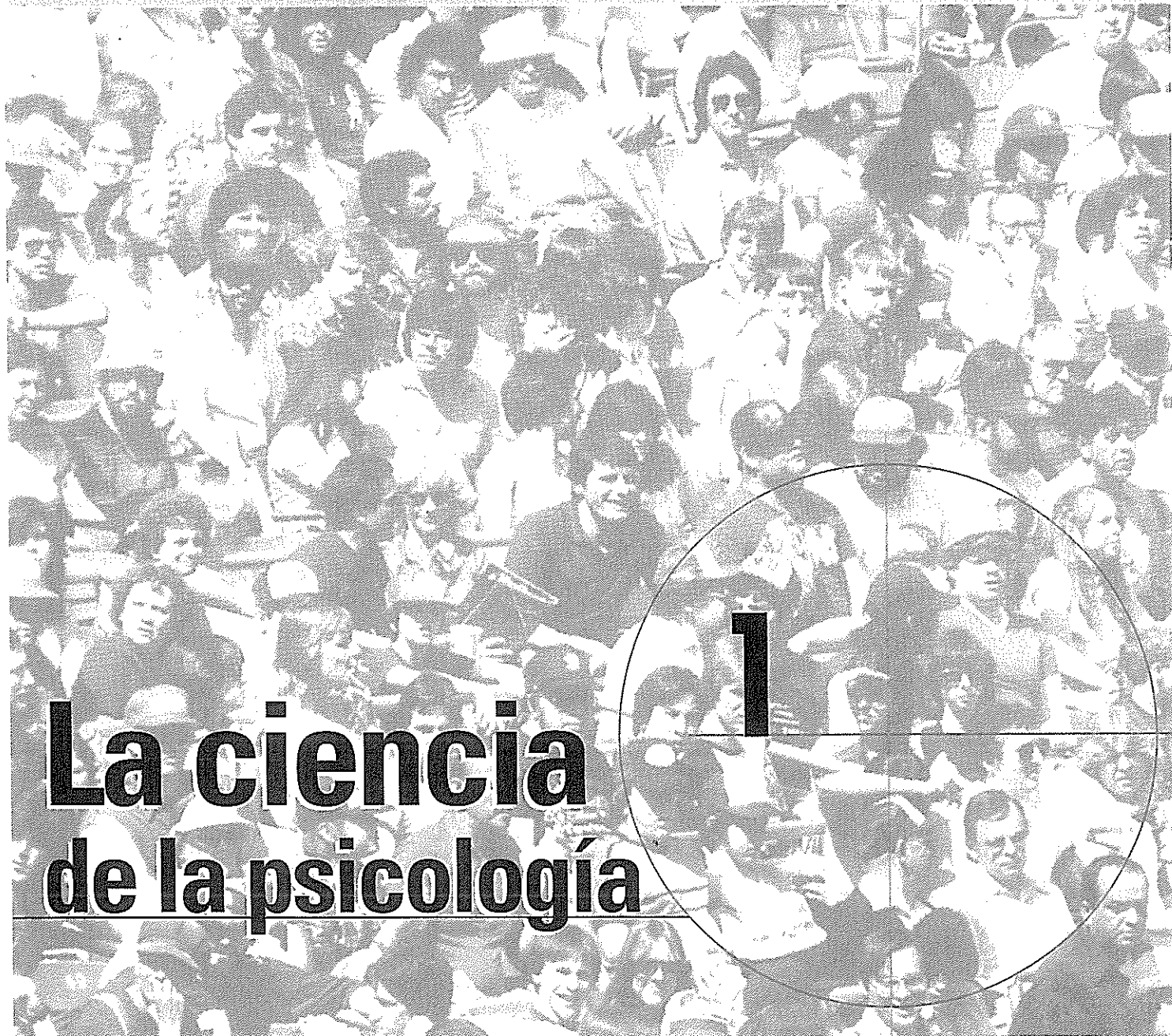
Observación natural
Estudios de caso
Encuestas

Investigación correlacional

Investigación experimental
Investigación por métodos múltiples
La importancia del muestreo
Ética e investigación psicológica

Carreras en psicología

Psicología académica y aplicada
Escenarios clínicos



La ciencia de la psicología

Contra todos los pronósticos, Rey Ramos se graduó con honores *magna cum laude* de la Universidad de Harvard y fue aceptado por la Escuela de Medicina de Harvard. Rey creció en el sur del Bronx, un ghetto urbano donde es más probable que los jóvenes ingresen a un penal a que se gradúen del bachillerato y donde la muerte temprana y violenta es un hecho común. Todo lo que se esperaba de Rey era que no se metiera en problemas y que permaneciera vivo. Desde pequeño se le consideró un niño problema, fuera de control. En octavo grado el director le dijo a la madre de Rey que su hijo iba a ser expulsado y reasignado a un programa para estudiantes con problemas de aprendizaje.

REY: "Mi mamá empezó a llorar enfrente de él, yo lo vi todo y me sentí avergonzado de mí mismo."

Rey ingresó al noveno grado determinado a cambiar su vida. Su maestro de matemáticas reconoció su cambio de actitud y su habilidad para las matemáticas.

MAESTRO DE MATEMÁTICAS: "Cuando él llegó supe que no iba a perder el tiempo de nuevo. Él sabía que ésta era su oportunidad. El momento de empezar de nuevo."

REY: "Empecé a sentirme bien con este maestro que decía cosas buenas de mí y que me hacía sentir bien."

Rey también destacó en ciencia, pero poco le ofrecía la preparatoria a la que asistió (considerada una de las peores en la ciudad de Nueva York, por lo que fue clausurada). Rey se inscribió en un programa especial de ciencia en una universidad local y se graduó en el primer lugar de su grupo. Su profesor de biología fue el primero en sugerirle que podría "aspirar a ingresar en Harvard".

MAESTRO DE BIOLOGÍA: "Trataba de alentarle para que creyera en sí mismo e hiciera algo porque yo sentía que era increíble."

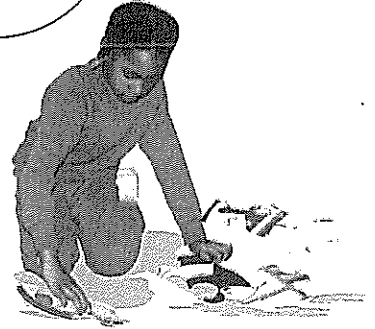
Rey aceptó el desafío. En su solicitud de ingreso a Harvard escribió: "Los cuatro años que invertiré en Harvard probablemente serán los cuatro años más importantes de mi vida. No desperdiciaré el tiempo cuando asista a la Universidad de Harvard." Fiel a su palabra, Rey mantuvo un promedio muy elevado, se enlistó en el Cuerpo de Entrenamiento de Oficiales de Reserva, se unió a una fraternidad de latinos y trabajó medio tiempo. En la graduación, miraba en retrospectiva.

REY: "Mi padre siempre decía que no podemos cambiar nada; que el destino ya está escrito. Yo le decía que no. Me rebelaba contra eso y le decía que yo iba a forjar mi propio destino, y hasta ahora, nunca más lo he escuchado decirme eso."

Después de graduarse, Rey planeaba casarse con Maiysha, su novia de la niñez, ingresar en el otoño a la Escuela de Medicina de Harvard y cumplir el sueño de toda su vida de regresar como médico al sur del Bronx.

La historia de Rey Ramos es el sueño americano. En realidad, él fue elegido para representar "El espíritu americano" en *NBC Nightly News* (13 de junio de 1997). ¿Cómo logró escapar de las calles para llegar a una universidad de gran prestigio y forjarse un futuro como médico? ¿Qué puede decirnos la psicología acerca de su historia de éxito? ¿Qué nos dice acerca de la inteligencia y la motivación en general y acerca de los muchos factores que dan forma a lo que somos?

Empezaremos este capítulo introduciendo al lector al rico y variado campo de la psicología: los diversos temas que estudian los psicólogos, los temas de interés permanente que subyacen a toda la indagación psicológica, el significado de la psicología como ciencia y las muchas formas en que puede ayudarle el pensamiento científico o crítico. Luego revisaremos el desarrollo de la psicología, desde sus inicios como una oscura ciencia de la mente hasta su *estatus* actual, alcance amplio y énfasis en la diversidad humana. A continuación examinaremos los métodos de investigación que usan los



REFL ONE

En el capítulo encontrará las respuestas a las siguientes preguntas:

1. "La mayoría de los psicólogos estudian los problemas mentales y emocionales y trabajan como psicoterapeutas." ¿Es esta afirmación verdadera o falsa?
2. La psicología tiene un largo pasado pero una historia breve. ¿Qué cree que significa esto?
3. ¿Están subrepresentadas las minorías étnicas entre los psicólogos?
4. ¿Cómo diseñan los psicólogos los experimentos?
5. ¿Qué puede hacer con una formación o un posgrado en psicología?

psicólogos para describir, explicar y predecir la conducta, así como las normas éticas que siguen para compaginar las metas de la investigación con el interés por los participantes humanos y los sujetos animales. Por último, hablaremos de las carreras en psicología.

¿Qué es la psicología?

"La mayoría de los psicólogos estudian los problemas mentales y emocionales y trabajan como psicoterapeutas." ¿Es esta afirmación verdadera o falsa?

Responder la pregunta "¿Qué es la psicología?", no es tan simple como podría pensarse. La mayoría de los psicólogos contemporáneos estarían de acuerdo en que la **psicología** es la ciencia de la conducta y los procesos mentales.¹ Pero esta definición general no refleja la amplitud, profundidad o lo apasionante del campo. Los psicólogos pretenden explicar cómo percibimos, aprendemos, recordamos, resolvemos problemas, nos comunicamos, sentimos y nos relacionamos con otras personas, desde el nacimiento hasta la muerte, en relaciones íntimas y en grupos. Intentan entender, medir y explicar la naturaleza de la inteligencia, la motivación y la personalidad, así como las diferencias individuales y de grupo. Los psicólogos pueden concentrarse en las perturbaciones mentales y emocionales, los problemas personales y sociales, la psicoterapia, o en mejorar la moral y las relaciones del grupo.

Al final del siglo XX, la psicología se expandió considerablemente. Surgieron nuevas tecnologías de investigación, nuevos campos de indagación y nuevos enfoques del estudio de la conducta y los procesos mentales. Esos avances dieron lugar a una mayor especialización dentro de la psicología, a una creciente colaboración con otras ciencias y al equivalente académico de una crisis de identidad. Como resultado, la psicología se redefine de manera continua (Evans, 1999). Quizá la mejor manera de introducirse al mundo de la psicología sea observar los temas que interesan a los psicólogos.

Los campos de la psicología

La psicología contemporánea es menos un campo unificado único que "un paraguas para una confederación amplia de subdisciplinas" (Evans, 1999). La American Psychological Association (APA) está integrada por 53 divisiones que representan los principales campos de indagación psicológica, de investigación especializada e intereses profesionales (vea la tabla 1-1). Cada uno de los subcampos principales descritos aquí tiene su propio enfoque, así como sus propios modelos de conducta y procesos mentales.

Psicología del desarrollo Los psicólogos del desarrollo estudian el crecimiento humano mental y físico desde el periodo prenatal hasta la niñez, adolescencia, adultez y vejez. Se interesan tanto en los patrones universales de desarrollo como en las variaciones culturales e individuales. Los *psicólogos infantiles* se concentran en los bebés y los niños. Se interesan en temas como si los bebés nacen con personalidades y temperamentos distintos, la forma en que los bebés se apegan a sus padres y cuidadores, la manera en que los niños adquieren el lenguaje y desarrollan la moral, la forma y el momento en que emergen diferencias sexuales en la conducta, y la manera de evaluar los cambios en el significado e importancia de la amistad durante la niñez. Los *psicólogos de la adolescencia* se especializan en los años que comprenden esta etapa, incluyendo la forma en

Psicología El estudio científico de la conducta y los procesos mentales.

¹Advierta que no definimos a la psicología como la ciencia de la conducta y los procesos mentales humanos. Algunos psicólogos estudian la conducta de otras especies. Y algunos utilizan animales como sustitutos de los seres humanos en los experimentos, un tema que abordaremos cuando consideremos la ética de la psicología.

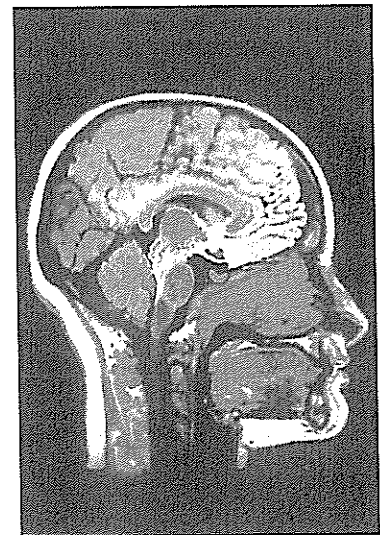


Los psicólogos infantiles estudian muchas facetas de la conducta infantil, incluyendo el juego, la relación con otros niños y la creatividad.

que la pubertad, los cambios en las relaciones con los pares y los padres, y la búsqueda de identidad hacen que éste sea un periodo difícil para algunos jóvenes. Los *psicólogos del ciclo vital* se enfocan en los años adultos y las diferentes maneras en que los individuos se ajustan a las relaciones y la paternidad, la madurez, la jubilación y, eventualmente, la inminencia de la muerte.

Neurociencia y psicología fisiológica Los *psicofisiólogos* y los *neurocientíficos* investigan las bases biológicas de la conducta, los pensamientos y las emociones humanas. En particular, estudian los efectos de sustancias naturales que actúan como mensajeros químicos, principalmente hormonas, y de mensajeros químicos sintéticos, que incluyen los medicamentos psicoactivos (como los antidepresivos) y las “drogas sociales” (como el alcohol, la marihuana o la cocaína). ¿Por qué late más rápido el corazón cuando nos sentimos amenazados o por qué sudan nuestras palmas cuando estamos nerviosos? También estudian cómo se desarrollan, funcionan y, en ocasiones, fallan el cerebro y el sistema nervioso. ¿Deja de crecer el cerebro en determinado momento o continúa cambiando durante parte o la totalidad del ciclo de vida? ¿Hay algunas áreas del cerebro más activas cuando la gente resuelve problemas matemáticos? ¿Hay otras que se activan más cuando la gente juega o escucha música? Los *genetistas conductuales* investigan el impacto de la herencia en los rasgos y conductas normales y anormales. ¿En qué grado es hereditaria la inteligencia? ¿Qué hay acerca de la timidez? ¿Hay familias que tienen tendencia a padecer enfermedades como el alcoholismo y la depresión? ¿En qué medida están enraizadas en la biología las diferencias en la forma en que los hombres y las mujeres piensan, actúan y responden a las situaciones?

Psicología experimental Los psicólogos experimentales realizan investigación sobre procesos psicológicos básicos incluyendo el aprendizaje, la memoria, la sensación, la percepción, la cognición, la motivación y la emoción. Se interesan en responder preguntas como: ¿De qué manera recuerda la gente y qué la hace olvidar? ¿Cómo tomamos decisiones y resolvemos problemas? ¿Los hombres y las mujeres se aproximan a los problemas complejos de maneras diferentes? ¿Por qué algunas personas están más motivadas que otras? ¿Son universales las emociones? Es decir, ¿la gente de culturas diferentes experimenta las mismas emociones en situaciones similares? O por el contrario, ¿culturas diferentes enfatizan algunas emociones y desechan o pasan por alto otras?



Los avances recientes en las técnicas de imagenología permiten a los psicofisiólogos investigar la participación de regiones específicas del cerebro en conductas y procesos mentales complejos.

Tabla 1-1 DIVISIONES DE LA AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (2003)

En Estados Unidos, las dos organizaciones principales de psicólogos son la American Psychological Association (APA), fundada hace más de 100 años, y la American Psychological Society (APS), fundada en 1988. Los miembros de ambos grupos trabajan en una amplia variedad de áreas. La siguiente lista de divisiones de la APA refleja la enorme diversidad del campo de la psicología.

División*

1. Psicología general
2. Sociedad para la enseñanza de la psicología
3. Psicología experimental
5. Evaluación, medición y estadística
6. Neurociencia conductual y psicología comparada
7. Psicología del desarrollo
8. Sociedad para la psicología de la personalidad y social
9. Sociedad para el estudio psicológico de temas sociales (SPSSI, por sus siglas en inglés)
10. Psicología y arte
12. Sociedad de psicología clínica
13. Psicología de asesoramiento
14. Sociedad para la psicología industrial y organizacional
15. Psicología educativa
16. Psicología escolar
17. Consejería psicológica
18. Psicólogos en el servicio público
19. Psicología militar
20. Desarrollo adulto y envejecimiento
21. Psicología experimental e ingeniería aplicada
22. Psicología de rehabilitación
23. Sociedad para la psicología del consumidor
24. Psicología teórica y filosófica
25. Análisis experimental de la conducta
26. Historia de la psicología
27. Sociedad para la investigación y la acción comunitaria
28. Psicofarmacología y abuso de sustancias
29. Psicoterapia
30. Hipnosis psicológica
31. Asociación para los asuntos psicológicos del estado
32. Psicología humanista
33. Retardo mental y discapacidades del desarrollo
34. Psicología ambiental y de la población
35. Sociedad para la psicología de las mujeres
36. Psicología de la religión
37. Servicios al niño, a los jóvenes y a la familia
38. Psicología de la salud
39. Psicoanálisis
40. Neuropsicología clínica
41. Sociedad estadounidense para la psicología legal
42. Psicólogos en práctica independiente
43. Psicología familiar
44. Sociedad para el estudio psicológico de los problemas de lesbianas, homosexuales y bisexuales

Tabla 1-1 DIVISIONES DE LA AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (2003) (Cont.)

División*
45. Sociedad para el estudio psicológico de los problemas de las minorías étnicas
46. Psicología de los medios
47. Psicología del ejercicio y del deporte
48. Sociedad para el estudio de la paz, el conflicto y la violencia
49. Psicología de grupo y psicoterapia de grupo
50. Adicciones
51. Sociedad para el estudio psicológico de los hombres y la masculinidad
52. Psicología internacional
53. Psicología clínica infantil
54. Sociedad de psicología pediátrica
55. Sociedad estadounidense para el avance de la farmacoterapia

* No existen divisiones 4 ni 11.

Para obtener información sobre una división, envíe un correo electrónico a la APA a division@apa.org o localícelas en Internet en <http://www.apa.org/about/division.html>.

Fuente: American Psychological Association (2003). Divisiones de la American Psychological Association. Recuperada el 12 de abril de 2003, de la World Wide Web; <http://www.apa.org/about/division.html>.

Psicología de la personalidad Los psicólogos de la personalidad estudian las diferencias entre los individuos en rasgos como la ansiedad, la sociabilidad, la autoestima, la necesidad de logro y la agresividad. Los psicólogos en este campo intentan determinar qué ocasiona que algunas personas sean malhumoradas y nerviosas, mientras que otras son alegres y de trato fácil, y por qué algunas personas son tranquilas y cautelosas, en tanto que otras son inquietas e impulsivas. También estudian si existen diferencias consistentes entre los hombres y las mujeres, o entre los miembros de diferentes grupos raciales y culturales, en características como la sociabilidad, la ansiedad y la escrupulosidad. Los temas actuales para los psicólogos de la personalidad incluyen: ¿La personalidad es innata y estable o es aprendida y sujeta a cambio? ¿Las diferentes culturas tienden a producir distintos “tipos de personalidad”, es decir, grupos de rasgos que por lo regular se presentan juntos? ¿Cuál es la mejor manera de evaluar o medir la personalidad?

Psicología clínica y consejería Cuando se le pide que describa a un “psicólogo”, mucha gente piensa en un terapeuta que ve a pacientes (o “clientes”) en su consultorio, una clínica o un hospital. Esta idea popular es en parte correcta. Casi la mitad de todos los psicólogos se especializa en psicología clínica o consejería. Los *psicólogos clínicos* se interesan fundamentalmente en el diagnóstico, causa y tratamiento de los trastornos psicológicos. Los *psicólogos consejeros* se interesan principalmente en los problemas “normales” de ajuste que la mayoría de nosotros enfrenta en algún momento, como la elección de una carrera o los problemas conyugales. Los psicólogos clínicos y los consejeros a menudo dividen su tiempo entre atender a pacientes y realizar investigación sobre las causas de los trastornos psicológicos y la efectividad de diferentes tipos de psicoterapia y consejería.

Psicología social Los psicólogos sociales estudian la forma en que la gente se influye entre sí. Exploran temas como las primeras impresiones y la atracción interpersonal; la manera en que se forman, mantienen o cambian las actitudes; el prejuicio y la persuasión; la conformidad y la obediencia a la autoridad; y si la gente se comporta de

manera diferente cuando forma parte de un grupo o una muchedumbre a lo que hace cuando está sola. Aunque la mayoría de los psicólogos sociales se dedican a la investigación y la teoría, y no a la práctica, este subcampo ha dado lugar a numerosas aplicaciones prácticas (Hunt, 1994). Los principios de la psicología social se encuentran en los grupos de apoyo para quienes abusan de sustancias tóxicas, los pacientes de cáncer, los jugadores compulsivos y otras personas en crisis; en el tratamiento de conflictos familiares mediante la terapia familiar (en lugar de individual); en el entrenamiento de la sensibilidad dirigido, por ejemplo, a la reducción del acoso sexual o a combatir el prejuicio racial y étnico; en el uso en las aulas de métodos cooperativos en lugar de los competitivos; y en programas para dar más control y capacidad para tomar decisiones a los pacientes hospitalarios y a los residentes de asilos de ancianos.

Psicología industrial y organizacional (I/O) Los psicólogos industriales y organizacionales (I/O) se interesan en problemas prácticos como la selección y capacitación de personal, el mejoramiento de la productividad y las condiciones de trabajo, y el impacto de las computadoras y la automatización en los trabajadores. ¿Es posible determinar de antemano quién será un vendedor o piloto aéreo efectivo y quién no lo será? ¿Tienden las organizaciones a operar de manera diferente bajo liderazgo femenino o masculino? La investigación muestra que los grupos de trabajo con alta moral suelen ser más productivos que los grupos con baja moral; ¿existen estrategias específicas que puedan usar los gerentes para mejorar la moral del grupo?

Ésta es sólo una muestra de lo que le interesa a los psicólogos. Siguen surgiendo nuevas especialidades, como la *psicología de la rehabilitación* (el estudio y aplicación de los principios psicosociales en favor de las personas con discapacidades); la *psicología del deporte* (que se encarga de estudiar los factores psicológicos que mejoran el desempeño atlético, así como los efectos del ejercicio en el ajuste psicológico y el bienestar general); la *psicología forense* (que incluye trabajo clínico en instalaciones correccionales, de asesoría para abogados litigantes, servir como testigo experto en los juicios legales y formular política pública sobre la psicología y la ley); la *psicología ambiental* (la investigación de cómo los entornos naturales, construidos, y sociales influyen en el pensamiento y la conducta de la gente); la *psicología comunitaria* (dedicada a la teoría, investigación y acción social a nivel del vecindario); y la *psicología de la paz* (el estudio de las causas y consecuencias de los conflictos de grupo, las estrategias para anticipar y evitar confrontaciones violentas y de los métodos para ayudar a las víctimas a reconstruir sus vidas después de los conflictos).

TEMAS DE INTERÉS PERMANENTE

Dada esta amplia gama de carreras e intereses, ¿qué es lo que mantiene unida a la psicología? ¿Qué tienen en común los psicólogos que estudian las organizaciones, los trastornos psicológicos, la memoria y la cognición, la genética conductual o el apego en los bebés? Todos los psicólogos comparten un interés común en cinco temas de interés permanente que hacen caso omiso de sus áreas de especialización y cortan el núcleo de lo que significa ser humano.

Persona-situación

¿En qué medida la conducta tiene sus causas en procesos que ocurren dentro de la persona, como pensamientos, emociones, motivos, actitudes, valores, personalidad y genes? En contraste, ¿en qué medida la conducta es causada o disparada por factores externos a la persona, como incentivos, señales en el ambiente y la presencia de otra gente? Dicho de otra manera, ¿somos los dueños de nuestro destino o víctimas de las circunstancias? Enfrentaremos esas preguntas más directamente en nuestra consideración de la genética conductual, el aprendizaje, la emoción y la motivación, la personalidad y la psicología social.

Naturaleza-crianza

¿La persona en que nos convertimos es producto de tendencias innatas o un reflejo de la experiencia y la educación? Éste es el famoso debate “naturaleza frente a crianza”. Durante décadas, los psicólogos han discutido acerca del grado de influencia que tienen la herencia o los genes frente al ambiente o la experiencia en el pensamiento y la conducta. Este tema aparece en nuestros análisis de la genética conductual, la inteligencia, el desarrollo, la personalidad y la psicología anormal, aunque también surgirá en otras partes.

Estabilidad-cambio

¿Las características que desarrollamos en la niñez son más o menos permanentes y fijas o cambiamos de maneras predecibles (e impredecibles) en el curso de nuestra vida? ¿Es el niño “padre del hombre” o es posible “enseñar nuevos trucos a un perro viejo”? ¿Es el yo un constructo cognoscitivo, es decir, un “personaje ficticio” que creamos para mantener un sentido de continuidad interna ante las experiencias variadas y en ocasiones impredecibles? Los psicólogos del desarrollo están especialmente interesados en estas cuestiones, al igual que los psicólogos que se especializan en la personalidad, el ajuste, la psicología anormal y la terapia, entre otras áreas.

Diversidad-universalidad

¿En qué medida cada persona es en ciertos aspectos a) igual a toda la gente, b) parecida a algunas personas, c) diferente a toda la gente? (Adaptado de Kluckhohn, Murray y Schneider, 1961, p. 53.) La diversidad humana es de gran interés para los psicólogos. A lo largo del libro nos encontraremos con las siguientes preguntas: ¿Nuestra comprensión se aplica por igual a cada ser humano? ¿O se aplica sólo a los hombres o las mujeres, o sólo a grupos raciales o étnicos particulares o sólo a culturas particulares (en especial la nuestra)? ¿Necesitamos acaso “psicologías diferentes” para explicar la gran diversidad de las conductas humanas?

Mente-cuerpo

Por último, ¿cómo están conectados la mente y el cuerpo? A muchos psicólogos les fascina la relación entre lo que experimentamos (como los pensamientos y los sentimientos) y los procesos biológicos (como la actividad del sistema nervioso). Este tema mente-cuerpo surgirá con mayor claridad en nuestros análisis de las bases biológicas de la conducta, la sensación y la percepción, los estados alterados de conciencia, la emoción y la motivación, el ajuste y la psicología de la salud, y los trastornos y su vinculación con las terapias.

Estos cinco problemas han estado presentes en la historia de la psicología y se encontrarán también en este libro. De acuerdo con la época y el clima intelectual, uno u otro de esos temas ha destacado de manera especial en la historia de la psicología. Dependiendo de la materia estudiada, los psicólogos en un área o una escuela pueden enfatizar la persona o la situación, la herencia o el ambiente, la estabilidad o el cambio, la diversidad o la universalidad, y la experiencia subjetiva o los procesos biológicos. Si bien los filósofos han reflexionado durante siglos sobre esos problemas, los psicólogos los contemplan a través de una lente científica.

A lo largo de este libro, destacaremos la importancia de esos problemas. Varias veces en cada capítulo llamaremos su atención sobre la forma en que el tema considerado (ya sea que se trate de nuevos descubrimientos acerca de la comunicación dentro del sistema nervioso, la investigación sobre la forma en que aprendemos o la razón por la cual la gente abusa de las drogas) es relevante para alguno de esos problemas. De esta forma, demostraremos la sorprendente unidad y coherencia de la diversa y excitante ciencia de la psicología.

Método científico Aproximación al conocimiento que se basa en obtener datos, generar una teoría que los explique, producir hipótesis comprobables basadas en la teoría y comprobar esas hipótesis de manera empírica.

Teoría Explicación sistemática de un fenómeno; organiza los hechos conocidos, nos permite predecir nuevos hechos y ejercer cierto grado de control sobre el fenómeno.

Hipótesis Predicciones específicas y comprobables derivadas de una teoría.

La psicología como ciencia

Anteriormente definimos a la psicología como la ciencia de la conducta y los procesos mentales. La palabra clave en esta definición es *ciencia*. Los psicólogos confían en el **método científico** cuando tratan de responder preguntas. Obtienen datos a partir de la observación cuidadosa y sistemática; desarrollan teorías que intentan explicar lo que han observado; hacen nuevas predicciones basadas en esas teorías y luego prueban sistemáticamente tales predicciones a través de observaciones adicionales y experimentos para determinar si son correctas. De esta forma, al igual que todos los científicos, los psicólogos usan el método científico para *describir, entender, predecir* y, a la larga, obtener cierto grado de control sobre lo que estudian. (El método científico no sólo es para científicos; vea *Aplicación de la psicología; Pensamiento crítico: Un beneficio adicional de estudiar psicología*.)

Por ejemplo, considere el tema de los varones, las mujeres y la agresión. Muchas personas creen que los varones son naturalmente más agresivos que las mujeres. Otras afirman que los niños aprenden a ser agresivos porque nuestra sociedad y cultura los alienta —y de hecho les exige— a ser combativos e incluso violentos. ¿Cómo abordarían los psicólogos este tema? En primer lugar, tratarían de averiguar si los hombres y las mujeres en realidad difieren en la conducta agresiva. Varias investigaciones han abordado esta cuestión y la evidencia parece concluyente: los varones son más agresivos que las mujeres, sobre todo cuando hablamos de agresión física (Knight, Fabes y Higgins, 1996; Wright, 1994). Es posible que las niñas y las mujeres hagan comentarios desagradables o griten, pero es mucho más probable que los niños y los hombres peleen. Luego de establecer que existen diferencias sexuales en la agresión física y de haber descrito esas diferencias, el siguiente paso es explicarlas. Varias explicaciones son posibles. Los psicofisiólogos probablemente atribuirían esas diferencias a la genética o la química corporal; los psicólogos del desarrollo pueden considerar las formas en que se enseña a un niño a comportarse “como un varón” o “como una niña”; y los psicólogos sociales pueden explicar las diferencias en términos de normas culturales, las cuales requieren que los varones “se defiendan solos” y enseñan que la agresión física no es “femenina”.

Cada una de esas explicaciones se presenta como una **teoría** acerca de las causas de las diferencias sexuales en la agresión; cada una intenta extraer unos cuantos principios a partir de un gran número de hechos. Y cada teoría nos permite generar nuevas **hipótesis**, o predicciones, acerca del fenómeno en cuestión. Si las diferencias de género en la agresión se deben a que los hombres tienen niveles más altos de testosterona que las mujeres, entonces podríamos predecir que los hombres extremadamente violentos deben tener niveles más altos de testosterona que los hombres que por lo general no son

Los varones parecen ser físicamente más agresivos que las mujeres. Diferentes escuelas de psicología tienen explicaciones distintas de la razón de esto.



violentos. Si las diferencias sexuales en la agresión surgen de la educación temprana, entonces podríamos predecir que deben existir menos diferencias sexuales en la agresión en las familias donde los padres no enfatizan las diferencias de género. Por último, si las diferencias sexuales en la agresión reflejan normas culturales, entonces podríamos predecir que las diferencias deberían ser pequeñas en las sociedades que no prohíben que las niñas y las mujeres peleen o en las que consideran que la agresión física es anormal e inadecuada para *ambos* sexos.

Cada una de esas predicciones o hipótesis pueden someterse a prueba a través de la investigación, y los resultados deberían indicar si una teoría es mejor que otra para explicar los hechos conocidos y predecir nuevos hechos. Si la evidencia empírica apoya una o más de las teorías, debería ser posible controlar la conducta agresiva en un grado mayor de lo que era antes. Por ejemplo, si las normas culturales forman parte de la razón de las diferencias en la agresión, entonces esas diferencias deberían ser menores en situaciones en que los individuos no sientan que están siendo evaluados en términos de su masculinidad o feminidad. Un equipo de investigación probó esta hipótesis con un juego de guerra en una computadora (Lightdale y Prentice, 1994). Cuando el investigador presentaba a los participantes de tal forma que era evidente quién era hombre o mujer, las mujeres jugaban de manera menos agresiva que los hombres; sin embargo, cuando se decía que los participantes eran anónimos tanto para los investigadores como para los otros contrincantes, las mujeres jugaban de manera tan agresiva como los hombres.

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

- Si decide convertirse en psicólogo del desarrollo, sus estudios se concentrarán en:
 - a. los rasgos de personalidad de un individuo como la alegría o el mal humor
 - b. las bases biológicas de la conducta
 - c. el ciclo de vida de la gente, de la etapa prenatal a la vejez
 - d. los trastornos conductuales
- Usted diseña un experimento para probar si los miembros de Alcohólicos Anónimos que se ofrecen para convertirse en padrinos permanecen sobrios más tiempo que los que no se ofrecen. Es más probable que usted sea
 - a. psicólogo del deporte
 - b. psicólogo de la personalidad
 - c. neurocientífico
 - d. psicólogo social
- "¿Cómo recuerda la gente?", y "¿Qué la hace olvidar?", son preguntas planteadas comúnmente por un
 - a. psicólogo de la personalidad
 - b. psicólogo experimental
 - c. psicólogo organizacional
 - d. psicólogo forense
- Cuando un psicólogo usa el método científico, él o ella
 - a. obtiene datos a través de la observación cuidadosa
 - b. explica las observaciones desarrollando teorías
 - c. hace predicciones y las prueba
 - d. todas las anteriores

APLICACIÓN DE LA PSICOLOGÍA

PENSAMIENTO CRÍTICO: UN BENEFICIO ADICIONAL DE ESTUDIAR PSICOLOGÍA

- El ajuste de los niños sobredotados es menos bueno que el de otros niños.
- Los opuestos se atraen.
- Los mensajes subliminales de las cintas de autoayuda tienen efectos benéficos.

¿Está usted de acuerdo con las afirmaciones anteriores? Muchas personas responden que "sí" sin dudarlo un momento, aduciendo que "todo el mundo lo sabe". Sin embargo, quienes piensan de manera crítica cuestionan el conocimiento común.

¿Qué es con exactitud el pensamiento crítico? Es el proceso mediante el cual se examina la información que tenemos y luego, con base en esta indagación, se hacen juicios y se toman decisiones. Cuando pensamos de manera crítica definimos los problemas, examinamos la evidencia, analizamos las suposiciones, consideramos las alternativas y, por último, encontramos razones para apoyar o rechazar un argumento. Para pensar de manera crítica es necesario adoptar cierto estado mental,

"Quienes piensan de manera crítica cuestionan el conocimiento común."

uno que se caracterice por la objetividad, la cautela, la disposición a cuestionar las opiniones de otra gente y, lo que quizá sea más difícil, la disposición a someter a escrutinio las propias creencias más profundas. En otras palabras, hay que pensar como un científico.

Apliquemos el pensamiento crítico a la cuestión de si es correcta la segunda afirmación anterior según la cual "los opuestos se atraen".

1. **Defina el problema o la pregunta que va a investigar.**
¿En realidad se atraen los opuestos?

2. **Recoja y examine toda la evidencia disponible.** Al hacerlo, sea escéptico ante los autorreportes de la gente ya que éstos pueden tener un sesgo subjetivo. Si los datos están en conflicto, trate de encontrar más evidencia. La investigación sobre la atracción no apoya la idea de que los opuestos se atraen, mientras que muchos estudios confirman que las personas que son similares en apariencia, intereses, edad, antecedentes familiares, religión, valores y actitudes se buscan entre sí.

3. **Sugiera una teoría o una explicación razonable de los datos.** Es posible que las personas que son similares pertenecan a menudo a los mismos círculos sociales ("Dios los cría y ellos se juntan"). La investigación sugiere que la proximidad es un factor importante en la atracción.

4. **Analice las suposiciones.** Quizá la gente cree que los opuestos se atraen porque equilibrar las diferentes fortalezas y debilidades de la gente es una buena manera de formar un grupo; asumen erróneamente que por ende es probable que ésta sea también una buena base para las relaciones personales. O tal vez crean que puesto que conocen casos donde los opuestos se atraen, esto debe ser generalmente cierto para las relaciones personales.

5. **Evite la simplificación excesiva.** F. Scott Fitzgerald escribió que "la prueba de una inteligencia de primer nivel es la capacidad para tener en mente dos ideas opuestas al mismo tiempo". No suponga que porque la semejanza en algunas características conduce a la atracción,



Aunque la trama de muchas películas y libros románticos se basan en la idea de que los opuestos se atraen, la investigación psicológica muestra que lo contrario es cierto.

sucedirá lo mismo con todas las características. Por ejemplo, incluso las personas de temperamentos similares encuentran que la vida en común es difícil en algunos aspectos. Vivir con alguien que es tan tenso como usted puede ser más difícil que vivir con alguien de temperamento tranquilo, es decir, su opuesto.

6. **Extraiga conclusiones con mucho cuidado.** Parece seguro concluir que, en general, los opuestos no se atraen, pero esté alerta a la posibilidad de que existan situaciones y relaciones en que no se aplique esta regla general. Más aún, puede aplicarse más en algunas culturas y sociedades que en otras.
7. **Considere cada interpretación alternativa.** Aunque puede ser cierto que las personas que son similares a menudo pertenecen a los mismos círculos sociales y que ésta es una razón de su mutua atracción, recuerde que puede haber otras explicaciones mejores de su atracción.
8. **Reconozca la relevancia de la investigación para los eventos y situaciones.** Mucha gente, incluyendo a algu-

nos estudiantes de introducción a la psicología, considera que la psicología no es otra cosa que el sentido común "aderezado" con una jerga elegante. En realidad, la psicología se basa en datos que resultan de la investigación cuidadosamente diseñada, datos que a menudo contradicen el conocimiento común. La investigación muestra que el curso de psicología que usted está tomando y los que le siguen agudizarán sus habilidades de pensamiento crítico (Lehman, Lempert y Nisbett, 1988; Nisbett *et al.*, 1987). Siempre que trate de explicar una conducta pregúntese "¿Cuál es la evidencia empírica?" y se dará cuenta de que quizá ésta contradiga sus propias experiencias y conocimiento común.

A lo largo de este libro le ofreceremos la oportunidad de desarrollar y perfeccionar sus habilidades de pensamiento crítico pidiéndole que evalúe los estudios de investigación, que reflexione sobre lo que ha leído y considere explicaciones alternativas. Por cierto, la investigación psicológica ha demostrado que las otras dos afirmaciones al inicio de esta sección también son falsas.

El desarrollo de la psicología

La psicología tiene un largo pasado pero una historia breve. ¿Qué cree que significa esto?

Desde la época de Platón y Aristóteles, la gente se ha preguntado acerca de la conducta humana y los procesos mentales. Pero no fue sino hasta finales de siglo XIX que se empezó a aplicar el método científico a las preguntas que durante siglos habían desconcertado a los filósofos. Sólo entonces la psicología se constituyó como una disciplina científica formal, separada de la filosofía, colocándose los cimientos de la "nueva psicología", es decir, la ciencia de la psicología.

La "nueva psicología": Una ciencia de la mente

La historia de la psicología puede dividirse en tres etapas principales: el surgimiento de la ciencia de la mente, las décadas conductistas y la "revolución cognoscitiva".

Wilhelm Wundt y Edward Bradford Titchener: voluntarismo y estructuralismo
Por consenso general, la psicología nació en 1879, el año en que Wilhelm Wundt fundó el primer laboratorio de psicología en la Universidad de Leipzig en Alemania. A los ojos de los demás, un laboratorio identificaba un campo de indagación como "ciencia" (Benjamin, 2000). Al inicio, Wundt no atrajo mucha atención; sólo cuatro estudiantes asistieron a su primera clase. Sin embargo, para mediados de la década de 1890 sus clases estaban totalmente saturadas.

Wundt empezó a tratar de explicar la experiencia inmediata y a desarrollar maneras de estudiarla científicamente, aunque también creía que algunos procesos mentales no podían estudiarse mediante experimentos científicos (Blumenthal, 1975). Wundt otorgó un lugar central a la atención selectiva, el proceso por el cual determinamos a qué vamos a atender en un momento dado. Para Wundt, la atención es controlada activamente por las intenciones y los motivos, lo que dio lugar al uso del término voluntarismo para

describir su visión de la psicología; es esto lo que separa a la atención humana de la atención en otros organismos. A su vez, la atención controla otros procesos psicológicos, como las percepciones, los pensamientos y los recuerdos. Examinaremos con más detalle el papel de la atención en el capítulo 4 (Estados de conciencia) y en el capítulo 6 (Memoria), pero por el momento es suficiente advertir que al establecer un laboratorio e insistir en la medición y la experimentación, Wundt sacó a la psicología del campo de la filosofía para ubicarla en el mundo de la ciencia (Benjamin, 2000).

Un producto importante del laboratorio de Leipzig fueron sus estudiantes, quienes llevaron la nueva psicología científica a universidades en otros países, incluyendo Estados Unidos. G. Stanley Hall, quien estableció el primer laboratorio estadounidense de psicología en la Universidad Johns Hopkins en 1883, estudió con Wundt; también lo hizo J. McK. Cattell, el primer estadounidense al que se llamó “profesor de psicología” (en la Universidad de Pennsylvania en 1888). Otro estudiante, Edward Bradford Titchener, nacido en Inglaterra, fue a la Universidad de Cornell. Las ideas de Titchener, en muchos aspectos, diferían considerablemente de las de su mentor (Zehr, 2000). Titchener estaba impresionado por los recientes avances en química y física, logrados al analizar compuestos complejos (moléculas) en términos de sus elementos básicos (átomos). De manera similar, razonaba Titchener, los psicólogos deberían analizar las experiencias complejas en términos de sus componentes más simples. Por ejemplo, cuando la gente ve un plátano de inmediato piensa: “Aquí tenemos una fruta, algo para comer.” Pero esta percepción se basa en asociaciones con la experiencia previa; Titchener buscaba los elementos más fundamentales, o “átomos”, del pensamiento.

Titchener descompuso la conciencia en tres elementos básicos: sensaciones físicas (lo que vemos), sentimientos (como el hecho de que los plátanos nos gusten o nos desagraden), e imágenes (recuerdos de otros plátanos). Afirmaba que incluso los pensamientos y sentimientos más complejos podían reducirse a esos elementos simples. Titchener consideraba que el papel de la psicología era identificar esos elementos y demostrar cómo podían combinarse e integrarse, un enfoque conocido como **estructuralismo**. Aunque la escuela estructuralista de psicología tuvo una vida relativamente corta y poco efecto de largo plazo, el estudio de la percepción y la sensación continúa siendo una parte importante de la psicología contemporánea (vea el capítulo 3, Sensación y percepción).

William James: funcionalismo Uno de los primeros académicos que cuestionó el estructuralismo fue el estadounidense William James (hijo del filósofo trascendentalista Henry James padre, y hermano del novelista Henry James). Cuando joven, James obtuvo un grado en fisiología y estudió filosofía por su cuenta, incapaz de decidir qué le interesaba más. En la psicología encontró el vínculo entre ambas disciplinas. En 1875, James ofreció un curso de psicología en Harvard. Más tarde comentó que la primera clase que había escuchado sobre el tema había sido la suya.

James sostenía que los “átomos de la experiencia” de Titchener, es decir, sensaciones puras sin asociaciones, simplemente no existían en la experiencia de la vida real. “Nadie”, escribió, “ha tenido nunca una sensación simple por sí misma”. Nuestra mente constantemente entretiene asociaciones, revisa la experiencia, se activa, se detiene, avanza y retrocede en el tiempo. James argumentaba que las percepciones, emociones e imágenes no pueden separarse; la conciencia fluye en una corriente continua. James recibió una gran influencia de la teoría de la evolución de Charles Darwin (vea el capítulo 2, Bases biológicas de la conducta). De acuerdo con Darwin, tanto la anatomía como la conducta son resultado de la selección natural. A James le parecía claro que la conciencia evolucionó porque cumple una función adaptativa. Si no pudiéramos reconocer un plátano, tendríamos que averiguar qué es cada vez que viéramos uno. Las asociaciones mentales nos permiten beneficiarnos de la experiencia previa. Cuando nos levantamos en la mañana, nos vestimos, abrimos la puerta y salimos a la calle sin tener que pensar en lo que estamos haciendo; actuamos por hábito. James sugirió que cuando repetimos algo, nuestro sistema nervioso cambia de modo que cada repetición es más sencilla que la anterior.

Estructuralismo Escuela de psicología que enfatizaba las unidades básicas de la experiencia y las combinaciones en las que ocurren.

James desarrolló una **teoría funcionalista** de los procesos mentales y la conducta. Su teoría generó preguntas acerca del aprendizaje, las complejidades de la vida mental, el impacto de la experiencia en el cerebro y el lugar del género humano en el mundo natural. Muchas de esas ideas todavía parecen actuales. Aunque impaciente con los experimentos, James compartía la creencia de Wundt y Titchener de que la meta de la psicología era analizar la experiencia. Wundt no se impresionó. Después de leer el libro de James *The Principles of Psychology* (1890), comentó: “Es literatura, es bello, pero no es psicología” (en Hunt, 1994, p. 139).

Sigmund Freud: psicología psicodinámica De todos los pioneros de la psicología, Sigmund Freud es, sin duda, el mejor conocido y el más controvertido. Como doctor en medicina, a diferencia de las otras figuras que hemos presentado, Freud estaba fascinado por el sistema nervioso central. Pasó muchos años realizando investigación en el laboratorio de fisiología de la Universidad de Viena y sólo de mala gana se dedicó a la práctica de la medicina. Después de un viaje a París, donde estudió con un neurólogo que utilizaba la hipnosis para tratar los trastornos nerviosos, Freud estableció una práctica privada en Viena. Su trabajo con pacientes lo convenció de que muchas enfermedades nerviosas eran de origen psicológico más que fisiológico. Las observaciones clínicas de Freud lo llevaron a desarrollar una teoría amplia de la vida mental que difería de manera radical de las opiniones de sus predecesores.

Freud sostenía que los seres humanos no son tan racionales como imaginan y que el “libre albedrío”, que era tan importante para Wundt, es en gran medida una ilusión. Más bien, afirmaba, estamos motivados por instintos e impulsos inconscientes que no están disponibles para la parte racional y consciente de nuestra mente. Otros psicólogos se han referido al inconsciente de pasada, como un almacén polvoriento de viejas experiencias e información que podemos recuperar cuando las necesitamos. En contraste, Freud veía al inconsciente como un caldero dinámico de primitivas pulsiones sexuales y agresivas, deseos prohibidos, temores y deseos indescriptibles y recuerdos infantiles traumáticos. Aunque reprimidos (o escondidos para la conciencia), los impulsos inconscientes presionan sobre la mente consciente y encuentran expresión de forma disfrazada o alterada, lo que incluye sueños, peculiaridades, lapsus, síntomas de enfermedad mental y actividades socialmente aceptables como el arte y la literatura. Para descubrir el inconsciente, Freud desarrolló una técnica, el psicoanálisis, en la cual el paciente se recuesta sobre un diván, cuenta sus sueños y dice cualquier cosa que le venga a la mente (asociación libre).

La **teoría psicodinámica** de Freud fue tan controvertida al inicio del siglo como lo había sido 25 años antes la teoría de la evolución de Darwin. Muchos de los contemporáneos victorianos de Freud se escandalizaron, no sólo por su énfasis en la sexualidad, sino también por su sugerencia de que a menudo no tenemos conciencia de nuestros verdaderos motivos y que, por ende, no tenemos pleno control sobre nuestros pensamientos y comportamientos. Por el contrario, los miembros de la comunidad médica de Viena en esa época, en general, tenían en alta estima la nueva teoría de Freud y lo nominaron para la posición de *Profesor extraordinario* en la Universidad de Viena (Esterson, 2002). Las conferencias y los escritos de Freud atrajeron considerable atención en Estados Unidos y en Europa; su obra tuvo un profundo impacto en las artes y la filosofía, tanto como en la psicología. Sin embargo, las teorías y los métodos de Freud continuaban inspirando un acalorado debate.

La teoría psicodinámica, ampliada y revisada por los colegas y sucesores de Freud, estableció la base para el estudio de la personalidad y los trastornos psicológicos, como veremos más adelante en este libro (capítulos 11, 13 y 14). Su revolucionaria idea del inconsciente y su descripción de los humanos como seres en una guerra constante consigo mismos se dan por sentado en la actualidad, al menos en la literatura y los círculos artísticos. Sin embargo, las teorías de Freud nunca fueron aceptadas del todo por la psicología dominante, y en las décadas recientes ha disminuido su influencia sobre la psicología clínica y la psicoterapia (Robins, Gosling y Craik, 1999; vea también Westen, 1998a).

Teoría funcionalista Teoría de la vida mental y la conducta que se interesa en la forma en que un organismo emplea sus habilidades perceptuales para funcionar en su ambiente.

Teorías psicodinámicas Teorías de la personalidad que afirman que la conducta es resultado de fuerzas psicológicas que interactúan dentro del individuo, a menudo fuera de la conciencia.



Sigmund Freud

Conductismo Escuela psicológica que sólo estudia la conducta observable y mensurable.

Redefinición de la psicología: El estudio de la conducta

Al inicio del siglo XX, la psicología se veía a sí misma como el estudio de los procesos mentales que pueden ser conscientes o inconscientes (psicología psicodinámica), vistos como unidades discretas y compuestos (estructuralismo) o como un flujo siempre cambiante (funcionalismo). El método principal de recolección de datos era la introspección y autoobservación en un laboratorio o en el diván del analista. Luego, una nueva generación de psicólogos se rebeló contra este enfoque “suave”. El líder del desafío fue el psicólogo estadounidense John B. Watson.

John B. Watson: conductismo John B. Watson argumentaba que la idea completa de la vida mental era una superstición, una reliquia de la Edad Media. En “La Psicología desde el punto de vista de un conductista” (1913), Watson afirmaba que uno no puede ver o incluso definir la conciencia más de lo que puede observar el alma. Y si uno no puede localizar o medir algo, esto no puede ser objeto de estudio científico. Para Watson, la psicología era el estudio de la conducta observable y mensurable, y nada más.

La visión de la psicología de Watson, conocida como **conductismo**, estaba basada en el trabajo del fisiólogo ruso Ivan Pavlov, quien había ganado el Premio Nobel por su investigación sobre la digestión. En el curso de sus experimentos, Pavlov advirtió que los perros de su laboratorio empezaban a salivar en cuanto escuchaban que se acercaba quien los alimentaba, incluso antes de que pudieran ver su comida. Decidió averiguar si la salivación, un reflejo automático, podía moldearse por el aprendizaje. Comenzó a parear de manera repetida el sonido de un zumbador con la presencia de comida. El siguiente paso fue observar qué sucedía cuando se presentaba el zumbador sin introducir el alimento. Este experimento demostró con claridad lo que Pavlov había observado de manera incidental: después de pareamientos repetidos, los perros salivaban en respuesta al zumbador solo. Pavlov llamó *condicionamiento* a esta forma simple de entrenamiento. De modo que una nueva escuela de psicología fue inspirada por una observación casual seguida por experimentos rigurosos.

Watson llegó a creer que todas las experiencias mentales (pensamiento, sentimiento, conciencia del yo) no son otra cosa que cambios fisiológicos en respuesta a la experiencia acumulada del condicionamiento. Afirmaba que un bebé es una *tabula rasa* (expresión latina que significa “pizarra en blanco”) sobre la cual la experiencia puede escribir prácticamente cualquier cosa:

Denme una docena de infantes sanos, bien formados y mi propio mundo especializado para criarlos, y les garantizo que elegiré al azar a cualquiera de ellos y lo entrenaré para convertirlo en cualquier tipo de especialista que yo decida, médico, abogado, artista, comerciante e incluso limosnero y ladrón, independientemente de sus talentos, sus inclinaciones, tendencias, habilidades, vocaciones y raza. (Watson, 1924, p. 104.)

Watson intentaba demostrar que todos los fenómenos psicológicos, incluso las motivaciones inconscientes de que hablaba Freud, son el resultado del condicionamiento (Rilling, 2000). En uno de los experimentos más infames de la historia de la psicología, Watson intentó crear una respuesta condicionada de temor en un niño de 11 meses de edad. El “pequeño Alberto” era un bebé seguro y feliz que disfrutaba de los nuevos lugares y experiencias. En su primera visita al laboratorio de Watson, Alberto quedó encantado con una peluda rata blanca domesticada, pero se asustó visiblemente cuando Watson golpeó una barra de acero con un martillo justo detrás de la cabeza del niño. En su segunda visita, Watson colocó a la rata cerca de Alberto, y en el momento en que el bebé la alcanzaba y la tocaba, golpeó con el martillo. Después de media docena de pareamientos, el pequeño Alberto comenzaba a llorar en el momento en que se introducía a la rata sin ningún golpe. Experimentos adicionales encontraron que Alberto se asustaba con cualquier cosa blanca y peluda, como un conejo, un perro, un abrigo

de piel de foca, algodón y Watson llevando una máscara de Santa Claus (Watson y Rayner, 1920). Freud denominó “desplazamiento” a la transferencia de emociones de una persona u objeto a otro, una respuesta neurótica que rastreó al inconsciente. Inspirado en Pavlov, Watson llamó generalización al mismo fenómeno, una simple cuestión de condicionamiento (Rilling, 2000). Hasta donde le concernía, la teoría psicodinámica y el psicoanálisis eran “vudú”.

Una de las estudiantes graduadas de Watson, Mary Cover Jones (1924), realizó en reversa el experimento del pequeño Alberto. Jones logró recondicionar con éxito a un niño para superar el temor a los conejos (no ocasionado por un condicionamiento en el laboratorio) presentando el conejo a gran distancia y acercándolo luego gradualmente mientras el niño estaba comiendo. Conocida como desensibilización, esta técnica es similar a las empleadas en la actualidad por muchos psicólogos clínicos (vea el capítulo 14, Terapias).

En 1920, un escándalo personal obligó a Watson a renunciar a su puesto en la Universidad Johns Hopkins. Se mudó a Nueva York donde se convirtió en psicólogo residente en la agencia de publicidad J. Walter Thompson. Durante algunos años desde entonces, continuó escribiendo artículos en revistas populares y libros de psicología. Pero la tarea de perfeccionar el conductismo a través de la investigación recayó en otros, principalmente en B. F. Skinner.

B. F. Skinner: revisión del conductismo B. F. Skinner se convirtió en uno de los líderes de la escuela conductista de psicología. Al igual que Watson, Skinner creía fervientemente que la mente, o el cerebro y el sistema nervioso, eran una “caja negra”, invisible (e irrelevante) para los científicos. Los psicólogos deberían interesarse por lo que entraba y lo que salía de la caja negra y no preocuparse por lo que sucedía en el interior (Skinner, 1938, 1987, 1989, 1990). Skinner también tenía gran interés en modificar la conducta por medio del condicionamiento, y en descubrir en el proceso las leyes naturales de la conducta.

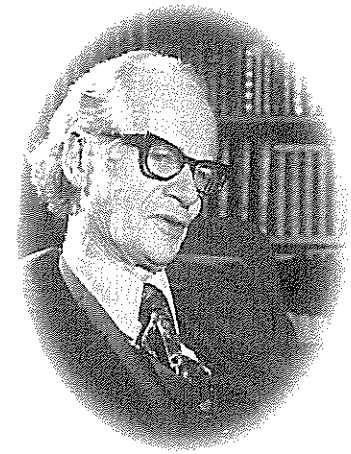
Skinner agregó un nuevo elemento al repertorio conductista: el reforzamiento. Recompensaba a sus sujetos por comportarse en la forma en que él deseaba que lo hicieran. Por ejemplo, colocaba un animal (las ratas y las palomas eran sus sujetos favoritos) en una caja especial y le permitía explorar. A la larga, el animal alcanzaba y presionaba una palanca o picoteaba un disco en la pared, luego de lo cual una bolita de comida caía en la caja. Gradualmente, el animal aprendía que el hecho de presionar la palanca o picotear el disco siempre producía comida. ¿Por qué aprendía esto el animal? Porque era reforzado, o recompensado, por hacerlo. Skinner convirtió de esta forma al animal en un agente activo en su propio entrenamiento, un proceso al que denominó *condicionamiento operante o instrumental*.

El condicionamiento no se limita al aprendizaje simple en animales. Sólo podemos conjeturar sobre la enorme cantidad de condicionamiento que ocurre en la vida humana cotidiana. ¿Por qué nos sentimos hambrientos a la hora de la comida, somnolientos a la hora de ir a la cama, asustados por las ratas y las serpientes o excitados sexualmente por una canción o una fragancia? Esos impulsos físicos y sentimientos privados son, al menos en parte, resultado del condicionamiento, al igual que muchas otras reacciones más complejas (vea los capítulos 5 y 9).

El conductismo dominó la psicología académica en Estados Unidos hasta bien entrada la década de 1960. Una consecuencia no buscada, y a la vez inadvertida, fue el hecho de que la psicología desarrolló un sesgo ambiental: prácticamente cada aspecto de la conducta humana se atribuyó al aprendizaje y la experiencia, y se consideraba tabú investigar las influencias evolutivas sobre la conducta o estudiar las influencias hereditarias y genéticas sobre las diferencias individuales y de grupo (Evans, 1999). Los conductistas trataban de identificar principios universales del aprendizaje que trascendieran las especies, la cultura, el género o la edad. No importaba si un investigador realizaba experimentos con ratas o palomas, monos o seres humanos, niños o adultos; aplicaban las mismas leyes del aprendizaje.



Mary Cover Jones



B. F. Skinner