

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 5 (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 entreteje 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 (Esteron, 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 continúan 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 (capítulo 10). 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 aparear 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.

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.

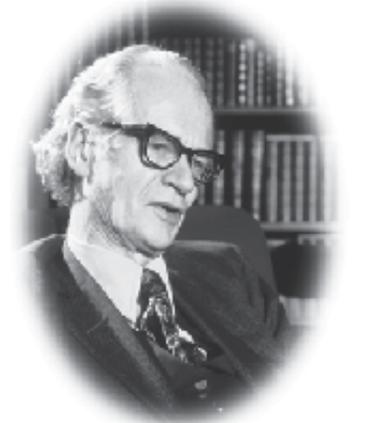
Skinner agregó un nuevo elemento al repertorio conductista: el reforzamiento. Recompensaba a sus sujetos por comportarse en la forma en que él deseaba que lo hicieran. Por ejemplo, colocaba un animal (las ratas y las palomas eran sus sujetos favoritos) en una caja especial y le permitía explorar. A la 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 4 y 8).

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

La revolución cognoscitiva

En la década de 1960, el conductismo comenzó a perder su fuerza en el campo. Por un lado, la investigación sobre la percepción, la personalidad, el desarrollo infantil, las relaciones interpersonales y otros temas que los conductistas habían ignorado, generaron preguntas que ellos no podían explicar con facilidad. Por otro lado, la investigación en otros campos (en especial la antropología, la lingüística, la neurobiología y la ciencia de la computación) empezaba a arrojar nueva luz sobre los trabajos de la mente. Los psicólogos llegaron a considerar al conductismo no como una teoría o paradigma que todo lo abarcaba, sino tan sólo como una pieza del rompecabezas (Robins *et al.*, 1999). Empezaron a mirar *dentro* de la caja negra y a poner más énfasis en los humanos (y también en los animales) como seres “sensibles” (conscientes, perceptivos y alertas); como aprendices activos en lugar de receptores pasivos de las lecciones de la vida.

Los precursores: la Gestalt y la psicología humanista No todos los psicólogos habían aceptado las doctrinas conductistas. La psicología de la Gestalt y la psicología humanista fueron dos escuelas que prepararon el camino para la revolución cognoscitiva.

Durante el periodo en que el conductismo ocupó la supremacía en la psicología estadounidense, un grupo de psicólogos en Alemania atacaba al estructuralismo desde otra dirección. Max Wertheimer, Wolfgang Köhler y Kurt Koffka estaban interesados en la percepción, pero particularmente en ciertos trucos que nos juega la mente. Por ejemplo, ¿por qué percibimos movimiento cuando nos proyectan una serie de fotografías inmóviles a una velocidad constante (por ejemplo, en las películas o los anuncios “móviles” de neón)?

Fenómenos como éstos dieron inicio a una nueva escuela de pensamiento, la **psicología de la Gestalt**. Traducido aproximadamente del alemán, Gestalt significa “todo” o “forma”. Cuando se aplica a la percepción se refiere a nuestra tendencia a ver patrones, a distinguir un objeto de su fondo y a completar una imagen a partir de unas cuantas señales. Al igual que William James, los psicólogos de la Gestalt rechazaban el intento de descomponer la percepción y el pensamiento en sus elementos. Cuando miramos un árbol vemos justamente eso, un árbol, no una serie de hojas y ramas aisladas. La psicología de la Gestalt estableció la base para el estudio moderno de la sensación y percepción (vea el capítulo 3) y contribuyó a revivir el interés en los procesos mentales (o cognoscitivos).

Durante el mismo periodo, el psicólogo estadounidense Abraham Maslow, quien estudió con el psicólogo de la Gestalt Max Wertheimer y la antropóloga Ruth Benedict, desarrolló una aproximación más holista a la psicología, en la cual los sentimientos y los anhelos desempeñaban un papel clave. Maslow se refirió a la **psicología humanista** como la “tercera fuerza”, más allá de la teoría freudiana y el conductismo. Los psicólogos humanistas enfatizan el potencial humano y la importancia del amor, la pertenencia, la autoestima, la autoexpresión, las experiencias cumbre (cuando uno se involucra a tanto en una actividad que se desvanece la autoconciencia) y la autorrealización (la espontaneidad y creatividad que resultan de concentrarse en problemas fuera de uno mismo y en mirar más allá de los límites de las convenciones sociales). Se concentran en la salud mental y el bienestar, en la comprensión y el mejoramiento de uno mismo más que en las enfermedades mentales.

La psicología humanista ha hecho contribuciones importantes al estudio de la motivación y las emociones (vea el capítulo 8), así como a los subcampos de la personalidad y la psicoterapia (capítulo 10). Pero nunca ha sido totalmente aceptada por la psicología dominante. En tanto que la psicología humanista se interesa en cuestiones de significado, valores y ética, mucha gente (incluidos sus propios miembros), ve a esta escuela de la psicología más como un movimiento cultural y espiritual que como una rama de la ciencia (Rabasca, 2000a). Sin embargo, en los años recientes, los psicólogos positivos (presentados más adelante) empezaron a revisar algunas de las preguntas que los psicólogos humanistas plantearon hace medio siglo (Bohart y Greening, 2001).

Psicología de la Gestalt

Escuela de psicología que estudia cómo es que la gente percibe y experimenta los objetos como patrones totales.

Psicología humanista

Escuela de psicología que enfatiza la experiencia no verbal y los estados alterados de conciencia como un medio de realizar todo el potencial humano.

El auge de la psicología cognoscitiva En la década de 1960, los psicólogos comenzaron a cerrar el círculo. El campo regresó de un periodo en el cual se consideraba que la conciencia era inaccesible a la indagación científica, y los psicólogos empezaron a investigar y a teorizar acerca de la mente, pero ahora con nuevos métodos de investigación y con el compromiso del conductismo con la investigación empírica objetiva. Incluso la definición de la psicología cambió. La psicología sigue siendo el estudio de la conducta humana, pero el concepto que tienen los psicólogos de “conducta” se ha ampliado para incluir pensamientos, sentimientos y estados de conciencia.

La frase *revolución cognoscitiva* se refiere a un cambio del enfoque limitado en la conducta hacia un interés más amplio en los procesos mentales. Este nuevo enfoque abarca los campos existentes y los nuevos subcampos de la psicología. Por ejemplo, en la psicología del desarrollo, la idea de que el niño es una pizarra en blanco cuyo desarrollo es moldeado por completo por su ambiente se reemplazó por la nueva concepción de los bebés y los niños como seres conscientes, competentes y sociales. Desde esta nueva perspectiva, los niños buscan activamente aprender acerca de su mundo y darle sentido. Más aún, todos los niños saludables están “equipados” con características tan distintivas humanas como la habilidad para adquirir el lenguaje, sin educación formal, a través de la exposición. La psicología del desarrollo es sólo un subcampo que ha contribuido y se ha beneficiado del surgimiento de la psicología cognoscitiva.

La **psicología cognoscitiva** es el estudio de nuestros procesos mentales en el sentido más amplio: pensamiento, sentimiento, aprendizaje, recuerdo, toma de decisiones y juicios, entre otros. Si el modelo conductista del aprendizaje se parecía a un antiguo conmutador telefónico (una llamada o estímulo entra, se transmite a través de varios circuitos en el cerebro, y una contestación o respuesta sale), el modelo cognoscitivo se parece a una moderna computadora de gran potencia. Los psicólogos cognoscitivos están interesados en las maneras en que la gente “procesa la información”, es decir, cómo adquirimos la información, cómo procesamos o transformamos unidades informativas en programas y cómo empleamos esos programas para resolver problemas.

En contraste con el conductismo, los psicólogos cognoscitivos creen que los procesos mentales pueden y deben estudiarse científicamente. Aunque no podemos observar directamente los recuerdos o los pensamientos, sí podemos observar la conducta y hacer inferencias acerca de las clases de procesos cognoscitivos subyacentes. Por ejemplo, podemos leer a la gente un largo relato y luego observar qué cosas recuerda de ese relato, las formas en que sus recuerdos cambian con el tiempo y los tipos de errores en el recuerdo que son proclives a cometer. Con base en la investigación sistemática de este tipo, podemos obtener información sobre los procesos cognoscitivos que hay detrás de la memoria humana. Además, con el advenimiento de las nuevas técnicas de imagenología cerebral (analizadas en el capítulo 2), los psicólogos cognoscitivos han comenzado a abordar preguntas acerca de los mecanismos neurológicos que yacen bajo procesos cognoscitivos como el aprendizaje, la memoria, la inteligencia y la emoción, dando lugar al campo en rápida expansión de la neurociencia cognoscitiva (D’Esposito, Zarahn y Aguirre, 1999; Schacter, 1999).

En un corto tiempo, la psicología cognoscitiva ha tenido un enorme impacto en casi todas las áreas de la psicología (Sperry, 1988, 1995) y se ha convertido en la escuela más destacada de la psicología científica contemporánea (Johnson y Erneling, 1997; Robins *et al.*, 1999).

Nuevas direcciones

Durante buena parte del siglo XX, la psicología estuvo dividida en escuelas teóricas en competencia. Cruzar las líneas teóricas se consideraba una herejía intelectual. En la actualidad, los psicólogos son más flexibles al considerar los méritos de los nuevos enfoques, combinar elementos de diferentes perspectivas según lo demanden sus intereses o hallazgos de investigación; además, están surgiendo nuevas teorías e inicia-

Psicología cognoscitiva

Escuela de psicología dedicada al estudio de los procesos mentales en el sentido más amplio.



En virtud de la enorme diferencia cultural entre el ambiente en que los seres humanos evolucionaron y el ambiente en que vivimos, los psicólogos discrepan en si las explicaciones evolutivas pueden proporcionar descripciones válidas de nuestra conducta en la actualidad.

Psicología evolutiva Enfoque y subcampo de la psicología que se interesa en los orígenes evolutivos de la conducta y los procesos mentales, su valor adaptativo y los propósitos que siguen cumpliendo.

Psicología positiva Campo emergente de la psicología que se concentra en las experiencias positivas, incluyendo el bienestar subjetivo, la autodeterminación, la relación entre emociones positivas y salud física, y los factores que permiten florecer a los individuos, comunidades y sociedades.

Psicología evolutiva Como su nombre lo indica, la **psicología evolutiva** se concentra en los orígenes evolutivos de los patrones conductuales y los procesos mentales, y en explorar qué valor adaptativo tienen o tuvieron éstos y qué funciones cumplen o cumplieron en nuestro surgimiento como una especie distintiva (DeKay y Buss, 1992; Wright, 1994). Todas las concepciones teóricas que hemos analizado hasta ahora pretenden explicar al ser humano moderno u *Homo sapiens*. En contraste, los psicólogos evolutivos se preguntan “¿Cómo llegaron los humanos a ser como son en la actualidad?” Estudian temas tan diversos como la percepción, el lenguaje, la ayuda a los demás (altruismo), la paternidad, la felicidad, la atracción sexual y la selección de pareja, los celos y la violencia (Bernhard y Penton-Voak, 2002; Buss, 2000a; Buss y Shackelford, 1997; Caporael, 2001). Al estudiar dichos fenómenos en especies, hábitats, momentos y culturas diferentes, así como en hombres y mujeres, los psicólogos evolutivos tratan de entender los programas básicos que guían el pensamiento y la conducta (Archer, 1996; Buss y Malamuth, 1996; Byrne, 2002; DeKay y Buss, 1992; Scarr, 1993).

Los psicólogos cognoscitivos tienden a ver a la mente humana como una computadora con “propósito general” que requiere de un software (experiencia) para procesar la información. En contraste, muchos psicólogos evolutivos consideran que la mente está “integrada” de tal forma que los seres humanos están predispuestos a pensar y actuar de ciertas maneras (Cosmides, Tooby y Barkow, 1992; Goode, 2000b; Siegert y Ward, 2002). Además, afirman que esos programas fijos evolucionaron hace cientos de miles de años cuando nuestros ancestros vivían como cazadores y recolectores, y que las estrategias de solución de problemas que beneficiaron a los primeros seres humanos pueden ser o no adaptativas en la era moderna.

Psicología positiva Otra perspectiva emergente es la **psicología positiva**, que sostiene la idea de que la psicología debería dedicar más atención a “la buena vida”, o al estudio de los sentimientos subjetivos de felicidad y bienestar; al desarrollo de rasgos individuales como la intimidad, la integridad, el liderazgo, el altruismo y la sabiduría; y a los tipos de familias, escenarios laborales y comunidades que favorecen el florecimiento de los individuos (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Los psicólogos positivos argumentan que los psicólogos han aprendido mucho acerca de los orígenes, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades mentales, pero relativamente poco acerca de los orígenes y fomento del bienestar mental. Hemos llegado a entender mucho acerca de cómo es que los individuos sobreviven y resisten bajo condiciones de extrema adversidad, pero mucho menos acerca de las fortalezas y virtudes humanas ordinarias (Sheldon y King, 2001). Sabemos más acerca de la inteligencia que sobre la sabiduría; más acerca de la conformidad que de la originalidad; y más acerca del estrés que de la tranquilidad. Por ejemplo, se han hecho muchos estudios en torno al prejuicio y la hostilidad entre grupos, pero muy pocos sobre la tolerancia y la armonía intergrupales. En las décadas recientes, los psicólogos han hecho progresos significativos en la comprensión de la neurología de la depresión, la esquizofrenia y otros trastornos.

Los positivistas actuales no argumentan que los psicólogos deban abandonar su papel como científicos de la curación. Por el contrario, apoyan los esfuerzos por promo-

ver y difundir lo que los psicólogos han aprendido. Pero afirman que la psicología ha alcanzado un punto en el que la construcción de cualidades positivas debería recibir tanto énfasis como la reparación del daño.

Perspectivas múltiples Como advertimos antes, los psicólogos contemporáneos tienen menor probabilidad que los de las generaciones previas de defender una perspectiva teórica con exclusión de todas las demás (Friman, Allen, Kerwin y Larzelere, 1993). Más bien, los psicólogos actuales tienden a considerar que las diferentes perspectivas se complementan y que cada una contribuye a nuestra comprensión de la conducta humana.

Considere el estudio de la agresión. Los psicólogos ya no limitan sus explicaciones a la visión conductual (la conducta agresiva es aprendida como consecuencia de la recompensa y el castigo) o a la perspectiva freudiana (la agresión es una expresión de la hostilidad inconsciente hacia un padre). En lugar de ello, la mayoría de los psicólogos contemporáneos atribuyen la agresión a una serie de factores, que incluyen antiguas adaptaciones al ambiente (psicología evolutiva) y la influencia de la cultura, el género y la posición socioeconómica sobre la forma en que la gente percibe e interpreta los eventos [“Ese tipo se está burlando de mí” o “ella se lo merece”] (psicología cognoscitiva). De igual manera, los psicofisiólogos ya no se limitan a identificar las raíces genéticas y bioquímicas de la agresión; en lugar de ello, estudian cómo *interactúan* la herencia y el ambiente.

En ocasiones, esas perspectivas teóricas concuerdan de manera elegante, pues cada una da realce a las demás; otras veces los partidarios de un enfoque cuestionan a sus pares, defendiendo un punto de vista sobre todos los demás. Pero todos los psicólogos coinciden en que el campo sólo avanza con la adición de nueva evidencia para apoyar o cuestionar las teorías existentes.

¿Dónde están las mujeres?

Al leer la breve historia de la psicología moderna, quizá usted concluyó que todos los fundadores de la nueva disciplina eran hombres. ¿En realidad la psicología sólo tiene padres y no tiene madres? Si hubo mujeres pioneras, ¿por qué sus nombres y sus logros están ausentes de los recuentos históricos?

De hecho, la psicología se ha beneficiado desde sus inicios de las contribuciones femeninas. Las mujeres presentaron trabajos y se unieron a la asociación profesional nacional tan pronto como se formó en 1892 (Furumoto y Scarborough, 1986). En 1906, James McKeen Cattell publicó *American Men of Science*, el cual, a pesar de su título, incluía a varias mujeres, entre ellas a 22 psicólogas. Cattell incluyó a tres de esas mujeres entre los 1,000 científicos más distinguidos del país: Mary Whiton Calkins (1863-1930), Christine Ladd-Franklin (1847-1930) y Margaret Floy Washburn (1871-1939).

Sin embargo, las psicólogas con frecuencia enfrentaron discriminación. Algunos colegios y universidades no les otorgaban grados académicos, las revistas

PENSAMIENTO CRÍTICO

Autonomía

La edición de enero de 2000 de la revista *American Psychologist* estuvo dedicada a la psicología positiva. El número incluyó dos artículos sobre la autonomía o autodeterminación.

En uno de ellos, los autores (Ryan y Deci, 2000) concluyen que la autonomía (la libertad para tomar las propias decisiones) es esencial para la motivación y el crecimiento personal. Sin opciones, argumentan, la gente se vuelve pasiva. En el otro, el autor (Schwartz, 2000) argumenta que demasiada libertad de elección es debilitante. Sin fuertes directrices culturales, la gente no tiene manera de evaluar sus elecciones y, por tanto, es más vulnerable a la depresión.

- ¿Qué conclusión apoya usted? ¿Cómo llegó a esta opinión? ¿A partir de la experiencia personal o de la experiencia en otras culturas?
- Juegue el papel de “abogado del diablo” en el sentido de desarrollar argumentos a favor de la visión a la que se opone. ¿Qué le enseña este ejercicio?
- En Estados Unidos se tiende a asumir que todos deberían tener libertad de elección y se defiende esta visión para todos, en cada cultura y sociedad. ¿Hay un sesgo cultural en esta visión? ¿Qué tipo de evidencia empírica necesitaría para determinar si su opinión es en efecto correcta?

Sugerencia: Para debatir esta cuestión consigo mismo y con otros, lo exhortamos a que lea los artículos originales.

Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000). “Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being”. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Schwartz, B. (2000). “Self-determination: The tyranny of freedom”. *American Psychologist*, 55, 79-88.



Mary Whiton Calkins

Fuente: Archivos de la historia de la psicología estadounidense, Universidad de Akron.

profesionales se mostraban renuentes a publicar sus trabajos y a menudo no tenían acceso a puestos docentes (Evans, 1999; Kite *et al.*, 2001; Minton, 2002; O'Connell y Russo, 1990; Russo y Denmark, 1987; Stevens y Gardner, 1982). Como consecuencia, la mayoría de las primeras psicólogas encontraron posiciones en la terapia y otros ambientes no académicos; siguieron carreras en profesiones aliadas como el desarrollo infantil y la educación, las cuales se consideraban campos aceptables para las mujeres; u obtuvieron reconocimiento colaborando con sus esposos en proyectos de investigación y en libros (Evans, 1999).

Christine Ladd-Franklin cumplió los requisitos para obtener un doctorado en psicología en Harvard en la década de 1880, pero no se le otorgó el doctorado sino hasta 1926, más de 40 años después, cuando Johns Hopkins finalmente levantó sus restricciones contra el otorgamiento de doctorados a las mujeres. Como resultado del prejuicio dominante contra las mujeres que trataban de combinar una carrera con el matrimonio y la maternidad, nunca obtuvo una posición académica permanente (Furumoto y Scarborough, 1986). No obstante, se convirtió en una de las principales teóricas del país sobre la visión de color.

Al igual que Ladd-Franklin, Mary Whiton Calkins estudió psicología en Harvard. William James la describió como la más brillante de sus alumnos. Sin embargo, también a ella se le negó el grado debido a su género. Calkins encabezó el departamento de psicología en el Wellesley College, donde desarrolló una influyente teoría de la psicología del yo y una importante técnica de investigación para estudiar el aprendizaje verbal (Furumoto, 1980). En 1905 se convirtió en la primera mujer en ser electa presidente de la American Psychological Association (APA).

Margaret Floy Washburn empezó sus estudios en la Universidad de Columbia, pero pronto se cambió a la Universidad de Cornell, una de las pocas instituciones que otorgaba doctorados a las mujeres (Furumoto y Scarborough, 1986). Fue la primera estudiante doctoral de Edward B. Titchener y también la primera mujer que recibió un doctorado en psicología en Estados Unidos. Washburn se convirtió más tarde en directora del departamento de psicología en Vassar College, donde permaneció durante 34 años. Washburn escribió varios libros influyentes, entre los que destaca *Movement and Mental Imagery* (1916), que anticipó la investigación actual sobre el papel de la imagería en la dirección del pensamiento y la actividad. Además, durante muchos años, Washburn fue editora de la *American Journal of Psychology* y en 1921 fue electa presidente de la APA.

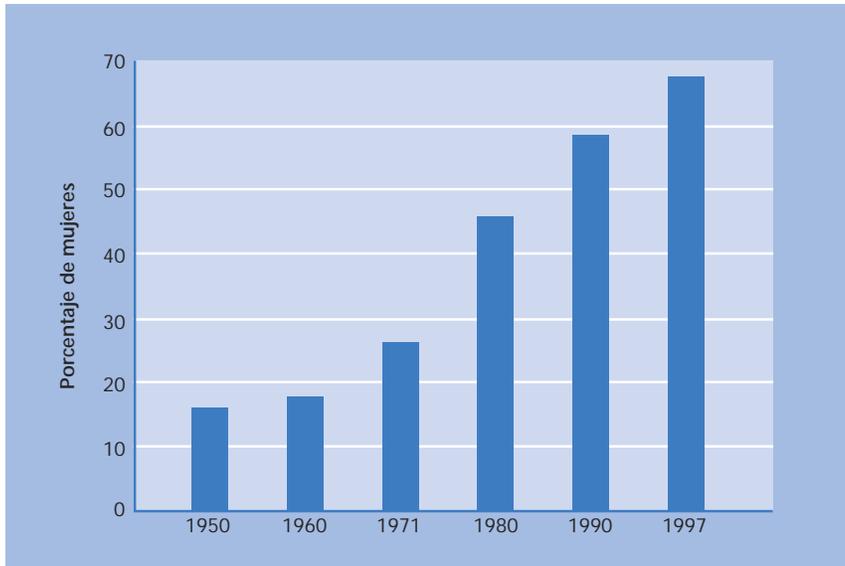
Después de la Segunda Guerra Mundial, empezó a cambiar el clima cultural para las mujeres, aunque de manera lenta. La coeducación se convirtió en la norma, y se abandonó la política de negar sistemáticamente posgrados a las mujeres. En las siguientes dos o tres décadas, la mayoría de los grados y posiciones otorgados a las mujeres fueron en psicología aplicada, mientras que los hombres continuaron dominando la psicología experimental académica. No fue sino hasta las décadas de 1970 y 1980 que las mujeres obtuvieron reconocimiento por contribuciones en todos los subcampos de la psicología (Pion *et al.*, 1996).

En las décadas recientes, ha aumentado considerablemente el número de mujeres que reciben doctorados en psicología (vea la figura 1-1). En la actualidad, las mujeres han comenzado a superar en número a los hombres en la psicología. De acuerdo con la encuesta más reciente de la APA, las mujeres reciben tres cuartas partes de los grados de licenciatura otorgados en psicología; representan poco menos de tres cuartas partes de los estudiantes graduados de psicología; y obtuvieron dos de cada tres doctorados en psicología otorgados en 1997 (APA, 2000).

La aparente ausencia de las mujeres de la historia de la psicología es sólo un aspecto de una inquietud mayor y más problemática: la relativa falta de atención a la diversidad humana que caracterizó a la psicología durante la mayor parte del siglo XX. Sólo recientemente los psicólogos han observado de cerca las maneras en que la cultura, el género, la raza y el origen étnico pueden afectar prácticamente todos los aspectos de la conducta humana. En la siguiente sección del capítulo iniciaremos nuestro examen de este importante tema.



Margaret Floy Washburn

**Figura 1-1**

Porcentaje de mujeres que recibieron doctorados en psicología entre 1950 y 1997.

Fuente: Summary Report: Doctorate Recipients from United States Universities (años seleccionados). National Research Council. Figura recopilada por la Oficina de Investigación de la APA. Copyright © 2000 por la American Psychological Association. Reproducido con autorización.

COMPRUEBE SU COMPRENSIÓN

- La psicología empezó en 1879 en la Universidad de Leipzig. ¿Quién la inició y utilizó el término “voluntarismo” para describirla?
 - a. Sigmund Freud.
 - b. John B. Watson.
 - c. Mary Whiton Calkins.
 - d. Wilhelm Wundt.
- “Nadie tiene nunca una sensación simple por sí misma”, dijo este oponente del estructuralismo, quien definió a la conciencia como una corriente continua. Identifique a la persona y su teoría.
 - a. John B. Watson y la teoría conductista.
 - b. William James y la teoría funcionalista.
 - c. Sigmund Freud y la teoría psicodinámica.
 - d. Abraham Maslow y la teoría humanista.
- La psicología de la Gestalt estudia
 - a. la percepción de objetos como patrones totales.
 - b. el mejoramiento y la comprensión de uno mismo.
 - c. la conducta observable y mensurable.
 - d. los estereotipos de género.
- ¿Cuál de los siguientes enunciados resume mejor los inicios de la psicología cognoscitiva?
 - a. un cambio hacia la sexualidad y lejos del libre albedrío.
 - b. un cambio lejos de la conducta hacia los procesos mentales.
 - c. un cambio hacia el mayor uso de los experimentos de laboratorio.
 - d. un cambio hacia el condicionamiento en humanos y animales.

Respuestas: 1.d, 2.b, 3.a, 4.b