

Psicologia

Dossier de l'alumne/a

Unitat 1. Què estudia la psicologia. Preguntes i respostes	Pàg. 2
Unitat 2. De la Psicologia filosòfica a la psicologia científica	7
Unitat 3. Bases fisiològiques de la personalitat	15
Unitat 4. La memòria	22
Unitat 5. Classes d'aprenentatge	26
Unitat 6. Escoles psicològiques	28
Unitat 7. El conductisme	25
Unitat 8. La Psicoanàlisi	47
Unitat 9. Jean Piaget i la Psicologia evolutiva	88
Unitat 10. La Psicologia cognitiva	94
Unitat 11. La Psicologia humanista	104
Unitat 12. La intel·ligència	125
Annex 1. Biografies	145
Annex 2. Història de la Psicologia (www.alcoberro). Extracte	153
Annex 3. Qüestionaris Història de la Psicologia	172
Annex 4. Solucionari	175

Unitat 1.
Què estudia la
psicologia?
Preguntes i
respostes

Què és la psicologia?

És la ciència del comportament i de la conducta psíquica de les persones.

Una ciència? Com la física o la biologia?

La psicologia és una ciència moderna i no té encara la precisió, exactitud i mètodes de la física, per exemple. Però comparteix criteris de les ciències naturals com ara objectivitat, experimentació, producció i parcialment matematització. Al mateix temps té aspectes de les ciències humanes com ara la capacitat d'interpretació, de crítica i d'anàlisi de les conductes humanes.

Quan es diu "conducta psíquica", a què es fa referència?

La conducta en general significa la manera que tenim de fer les coses davant de qualsevol estímul. Per exemple, em donen una bufetada i la meva conducta és tornar-m'hi. Trobo una persona estimada i la meva conducta és emocionar-me, posar-me vermell, etc. Conducta psíquica fa referència a la conducta mental. Les conductes pròpies de la ment o del psiquisme són recordar, somiar, pensar, desitjar, imaginar, sentir, percebre...

És a dir, que la psicologia estudia els meus somnis, desitjos, pensaments, emocions i tot això?

Més o menys. N'estudia els fenòmens, és a dir, què passa, les causes, per què succeeixen, i intenta canviar aquestes conductes si són perjudicials per a les persones. I al mateix temps intenta elaborar teories completes que expliquin tots aquests aspectes de la conducta.

I existeix la psicologia animal o és només un tema que afecta les persones?

L'estudi sobre la conducta dels animals rep el nom d'etologia i és una especialitat de la biologia. Konrad Lorenz n'és un dels pioners. Els etòlegs creuen que la conducta animal és fonamentalment instintiva i per tant hereditària. Molts psicòlegs, com ara els conductistes, han estudiat la conducta dels animals, especialment la manera que tenen de poder aprendre noves conductes, per comparar-la amb la dels humans.

Fa molts anys que existeix la psicologia?

Tal com l'entendem ara, no. Com a ciència es considera que neix a finals del segle XIX, cap al 1879, quan un fisiòleg alemany anomenat Wilhelm Wundt va crear un laboratori de psicologia. I pròpiament es desenvolupa al llarg del segle XX, sobretot abans de la Segona Guerra Mundial. I encara ara s'està formant i evolucionant.

Els clàssics grecs no parlaven de psicologia, doncs?

Sí que en parlaven, però per ells la psicologia tractava de les relacions entre el cos i el que en deien ànima. És un tema complex, però Plató i Aristòtil ja parlen de la conducta psíquica o mental de les persones com a responsable del pensament, les sensacions, etc.

I després dels grecs, què?

Pràcticament hem d'arribar fins al segle XVII, amb un filòsof que es diu Descartes. Aquest deia que els humans érem com una màquina, amb una part mental i una part corporal. També un altre pensador del segle XVIII, Hume, va fer avançar la psicologia en afirmar que només podem conèixer allò que els sentits ens demostren i que cal demostrar amb l'experiència qualsevol afirmació de la ciència. Però, vaja, ja t'he dit que la psicologia científica no es desenvolupa fins al final del segle XIX.

M'han dit que psicologia, com totes!, és una paraula grega. És veritat?

Ho és. La paraula psicologia ve del grec i està formada per dos termes: **psique** i **logos**. Psique vol dir "ànima o esperit", en el sentit d'allò que dóna la vida al cos. Logos vol dir "paraula", però aquí té el sentit de conjunt de coneixements.

I parlant de parauletes, la parapsicologia té res a veure amb la psicologia?

La parapsicologia estudia els fenòmens paranormals que no es poden explicar amb les teories

de la física, la biologia o la psicologia. Aquests fenòmens paranormals són la percepció extrasensorial, com ara la telepatia o l'endevinació del futur i també la capacitat de moure objectes a distància. Està relacionada amb temes de l'ocultisme, com ara en comunicar-se amb el més enllà, i l'espiritisme. Malgrat els intents d'estudiar científicament aquests fenòmens, no s'han pogut comprovar les explicacions de la parapsicologia perquè no compleixen els principis del mètode científic. Per tant, la psicologia com a ciència no té res a veure amb la parapsicologia. D'altra banda molts parapsicòlegs han recorregut a l'engany en molts dels seus experiments i explicacions.

Tots els psicòlegs estudien el mateix?

Actualment no. La psicologia s'ha organitzat en diversos temes o branques. Les més importants són les següents: la psicologia experimental, que estudia la conducta en laboratoris, fa experiments, controla totes les variables...

Ho fa amb rates, com els biòlegs?

Sí, experimenta amb rates, però també amb altres animals com gossos, l'animal amb que va treballar Pavlov, coloms o ximpanzés. També es fan experiments amb persones voluntàries.

I què més estudien?

Una altra branca és la psicologia evolutiva, que estudia com va variant la conducta segons l'edat de les persones. Una altra és la psicologia clínica, que es preocupa dels trastorns o malalties mentals i intenta curar-los.

És a dir, la que cura els bojos?

La paraula boig no és la més adequada. Els psicòlegs clínics parlen de malalts mentals o de persones amb desequilibris o amb trastorns mentals. Investiguen què tenen, és a dir, fan un diagnòstic, i duen a terme un procediment per resoldre el trastorn, una teràpia.

Si parlem de malalts mentals, vol dir que existeix la salut mental. Quan sabem que una persona està bé del cap i no està boja, vull dir, malalta mental?

La definició de salut mental no és clara i precisa. De manera aproximada podem dir que una persona té salut mental quan té un bon equilibri amb ella mateixa i amb el seu entorn. És a dir que sap resoldre els seus conflictes mentals interns, s'accepta a ella mateixa, sap superar les frustracions i problemes de la vida social i és capaç de relacionar-se amb els altres de manera satisfactòria. Una altra definició més mèdica seria que la salut mental és l'absència de malalties psíquiques.

Entesos. Estudien altres coses, els psicòlegs?

I tant. Un altre aspecte que s'estudia és la psicologia social, que tracta de la conducta de les persones en relació amb les altres, dels conflictes dels grups i també de la conducta de diversos col·lectius.

I el psicòleg de l'institut, de quina branca és?

És una mena d'especialització que s'anomena psicologia escolar o educativa, que es preocupa de la conducta dels alumnes, dels grups classe, dels problemes de rendiment escolar, d'orientació en els estudis... I d'especialitzacions, n'hi ha d'altres, com la psicologia industrial, que analitza de quina manera pot rendir més un treballador en una empresa i també es preocupa de la selecció de personal i de resoldre els problemes d'organització a la feina.

És el mateix un psicòleg que un psiquiatre?

No exactament. Un psiquiatre és un metge que s'ha especialitzat en els trastorns mentals i els seus pacients són malalts mentals. El psicòleg no té una formació mèdica, encara que també pot tractar els mateixos pacients. Com que no és metge, un psicòleg no pot receptar medicaments. A vegades els psicòlegs i els psiquiatres treballen en equip. Una altra diferència és que el psicòleg també treballa amb persones que no necessàriament tenen trastorns, sinó que simplement volen saber com són, quines habilitats tenen, per a quin ofici serveixen, quin és el seu nivell intel·lectual, etc.

I un neuròleg?

És un metge especialitzat en el sistema nerviós, o sigui en la neurologia. Per tant, el seu camp no és estrictament el dels problemes psíquics, tot i que, a vegades, els trastorns mentals poden anar acompanyats de trastorns del sistema nerviós.

I per acabar ..., què és un psicoanalista?

Un psicoanalista és un psicòleg o un psiquiatre que segueix les teories i els mètodes de la teoria anomenada psicoanàlisi, creada per Sigmund Freud.

On treballen els psicòlegs i els psiquiatres?

Els llocs de treball poden ser hospitals o centres mèdics que disposen d'un departament de salut mental, consultoris privats, institucions com ara escoles, empreses, centres juvenils, presons, i també centres especialitzats en malalties mentals anomenats hospitals psiquiàtrics o clíniques de salut mental.

I un cop una persona va al psicòleg o al psiquiatre, quant de temps ha d'estar en tractament, com funciona això?

El procés habitual és el següent. En primer lloc el psicòleg ha de conèixer què li passa al pacient, és a dir que ha d'elaborar un diagnòstic. Per poder-ho fer utilitza diversos mètodes: parla amb ell i li pregunta per la seva vida i conflictes anteriors, i també pel seu entorn, família, feina, amics, etc.. També li pot fer diversos tests per determinar el seu nivell intel·lectual o la seva personalitat o d'altres aspectes que li interessin. A vegades pot tenir entrevistes amb persones properes, com els pares o la parella. Amb totes aquestes dades, s'elabora el diagnòstic i segons el diagnòstic es crea un pla per resoldre el conflicte, una teràpia. Les teràpies són molt diverses, des de prendre determinats fàrmacs –si qui les aplica és un psiquiatre– fins a realitzar activitats esportives, tenir entrevistes seguides amb el psicòleg, etc. Depenen de cada situació. La durada també és molt variable. Poden anar des de dues entrevistes setmanals d'una hora durant tres mesos a doblar aquesta freqüència. Altres casos més complexos demanen que el pacient sigui internat en una clínica mental i estigui durant una temporada, uns mesos, en el centre. Alguns casos poden durar un any i d'altres més i tot.

Els psicòlegs sempre tracten persones amb problemes, doncs'

Ja hem vist abans que no necessàriament. Hi ha psicòlegs que treballen amb persones sanes. Per exemple, als centres escolars quan es fan orientacions per a estudis, o a les empreses de selecció de personal. També hi ha els psicòlegs socials, que analitzen conductes de grups i la forma de millorar-les. O altres professionals que realitzen experiments psicològics. Els qui tracten habitualment les persones amb trastorns són els psicòlegs clínics i els psiquiatres.

En quins llocs es pot estudiar psicologia?

La psicologia és un estudi universitari que s'estructura en primer i segon cicle. S'estudia a les facultats de psicologia i quan s'acaben els estudis es disposa d'un títol de llicenciat en psicologia que permet d'exercir professionalment.

I qui ho controla?

Els psicòlegs estan organitzats en col·legis professionals que es preocupen del interessos dels seus col·legiats, organitzen cursos de formació, vigilen que no hi hagi intrusisme professional i vetllen per la serietat i professionalitat del psicòlegs col·legiats.

I per estudiar psiquiatria?

Primer cal cursar els estudis de medicina i especialitzar-se en psiquiatria un cop s'han completat els cursos generals.

Els psicòlegs no estan mai d'acord, sembla, oi?

Bé, la psicologia intenta explicar la conducta humana. Des de finals del segle XIX fins a l'actualitat hi ha hagut diversos intents que s'han convertit en teories. Algunes es contradueixen, però de fet cada teoria parteix i aprofita les aportacions de les altres. El psiquisme humà és molt complex i per això encara no existeix una única teoria que ho expliqui tot de manera satisfactòria per a tothom. Actualment molts psicòlegs professionals segueixen més d'una

escola alhora, vull dir que aprofiten allò que millor els sembla de cada teoria sense casar-se del tot amb una en concret. En canvi d'altres són fidels seguidors d'una escola o tendència i a vegades desqualifiquen les altres.

I quines són aquestes escoles?

L'escola de la **gestalt**, la **psicoanàlisi** i el **conductisme** són les tres que fonamenten la psicologia i que es desenvolupen a principis del segle XX fins abans de la Segona Guerra Mundial. A partir dels anys 50 es desenvolupa l'escola de la **psicologia humanista**, als anys 60 la **psicologia cognitiva** i als anys 80 el **constructivisme**

Unitat 2.

De la Psicologia

filosòfica a la

psicologia

científica

Evolució història de la psicologia
Perspectives actuals de la psicologia

Esquema:

- **Recorregut històric:** podem diferenciar diversos objectes d'estudi: l'ànima, la ment i la conducta.
- **Etimologia:** del grec, psyché + logos (ànima: entesa com allò que "anima" o "dóna vida" al cos, i tractat o ciència d'aquest objecte).
- **Plató**, segle IV aC.: concebia l'ànima com una realitat distinta del cos material, d'origen diví. Concepció dualista de la natura humana. L'ésser humà és un compost d'ànima i cos.
- **René Descartes**, segle XVII dC. Visió dualista del comportament humà. Divideix els actes en voluntaris i involuntaris. Els actes reflexos són reaccions automàtiques i involuntàries davant d'estímuls externs; altres accions són voluntàries, governades per la ment (entitat no física). Els actes voluntaris originats per la ment són independents dels estímuls externs.
- **Pavlov** (segle XX dC): Tots els reflexos són innats.

El dualisme ment-cos descrit per Descartes va dividir el camp d'estudi de la conducta humana. Van sorgir dues tradicions diferents:

- La primera es va dedicar a l'estudi de la ment i el seu funcionament, i va utilitzar la introspecció com a mètode d'anàlisi.
- La segona va preferir analitzar els reflexos. Com que eren provocats per estímuls externs que activen els òrgans sensorials, l'estudi fou realitzat per fisiòlegs, mitjançant l'observació i l'experimentació

Aquestes dues formes d'investigació no tenien res en comú, i van produir dos mètodes diferents per obtenir les dades psicològiques.

- L'impacte de la teoria de l'evolució.

La teoria de Charles Darwin va significar un nou enfocament en l'anàlisi de l'activitat mental i les emocions, que són el resultat de l'adaptació dels organismes a l'ambient on viuen.

Resum:

a) Psicologia: part de la filosofia. Estudi de l'ànima o de la ment. Suggereix un dualisme cos-ànima.

b) Independització com a ciència (finals segle XIX)

o **Wundt** (Alemanya), 1832-1920. Crea el primer laboratori de psicologia. La tasca de la psicologia consistia a estudiar els continguts mentals (sensacions, sentiments i imatges) per mitjà de la introspecció i l'experimentació

o **William James** (Estats Units). Va estudiar la utilitat i el funcionament dels processos mentals, la forma en què els organismes lluiten per adaptar-se en un entorn canviant i complet. És important la seva anàlisi de les emocions.

o **La psicologia de la Gestalt.** No acceptaven que la percepció fos una unió de sensacions, sinó que pensaven que el tot és més que la suma de les parts. Percebem totalitats, no un conjunt de sensacions. No podem aprendre res sobre una melodia si n'estudiem les notes aïlladament.

o **Watson**, 1913

- L'objecte de la psicologia no és la consciència sinó **la conducta** perquè és públicament observable. L'ambient és molt més important que l'herència en la determinació de la conducta.

c) Psicologia experimental.

- El **conductisme** fou desenvolupat pels investigadors de l'aprenentatge: Pavlov, Thorndike i Skinner (Conductisme – Behaviorisme).

Pavlov va estudiar la conducta segons els esdeveniments anteriors, mentre que Skinner va descriure la conducta operant que depèn de les conseqüències del comportament.

d) Psicologia humanista.

e) Psicologia cognitiva.

f) Psicoanàlisi (psicologia dinàmica). **Sigmund Freud** (1860-1939).

1. EVOLUCIÓ HISTÒRICA DE LA PSICOLOGIA

Tradicionalment s'ha considerat que les arrels de la psicologia són la filosofia, la fisiologia i la metodologia científica. Com altres ciències al llarg de la història, la psicologia ha hagut de recórrer un llarg camí fins a convertir-se en ciència. La delimitació del seu objecte d'estudi i la creació de mètodes propis d'investigació n'han permès la independència. En el seu recorregut històric podem diferenciar diversos objectes d'estudis: l'ànima, la ment i la conducta.

Pel que fa a l'etimologia, la paraula psicologia prové de dos termes grecs: psyché i logos, que fan referència, respectivament, a l'ànima, entesa en sentit general com allò que "ànima" o "dóna vida" al cos, i al tractat o ciència d'aquest objecte.

A Grècia, **Plató** fou el creador d'una psicologia racional, tot i que algunes de les seves explicacions eren mitològiques. Concebia l'ànima com una realitat del cos material, d'origen diví. Com a conseqüència d'una culpa comesa (diàleg "Fedre"), va arribar des de l'altre món i es va encarnar en un cos mortal. Pensava que l'ànima és anterior a l'ésser humà i que el constitueix quan, per les seves vicissituds en una altra vida, cau en un cos terrestre.

Plató tenia una **concepció dualista** de la natura humana. Sostenia que l'ésser humà estava compost d'ànima i cos. En el seu diàleg "La república" va establir una divisió tripartida de l'ànima:

-L'ànima racional: situada en el cervell. Dirigeix les funcions superiors de l'ésser humà (pensar i raonar) i és immortal.

L'ànima irascible: situada en el tòrax. És la font de les passions nobles i generoses. És inseparable del cos i, per tant, mortal.

L'ànima concupiscible: situada en l'abdomen. És la font de desitjos i passions innobles i també és mortal.

Més tard, el seu deixeble **Aristòtil** concep la psyché com a element o principi biològic. És una propietat essencial de l'ésser viu i no és independent del cos, fora del qual no té sentit ni existència. Tot i que es tracta de dues idees d'"ànima" integrades en un horitzó filosòfic, d'aquí parteix la psicologia.

El **món medieval**, amb ben poques transformacions de la visió dualista grega, en va fer una **interpretació religiosa**. En aquesta època, l'ànima és una realitat independent, substància espiritual diferent de la matèria i, per tant, lliure de la mort i de la corrupció i capaç de ser immortal.

En el segle XVII es produeix un canvi de perspectiva amb l'inici de la filosofia moderna, atribuïda al matemàtic i filòsof René Descartes. Abans d'ell qualsevol funció vital dels organismes s'explicava per l'existència de l'ànima; ningú no pensava que els actes humans poguessin ser produïts per la influència d'estímul ambiental.

Descartes va formular una visió dualista del comportament humà pel fet de dividir els **actes** en **voluntaris i involuntaris**. Alguns actes, com els actes reflexos, són reaccions matemàtiques i involuntàries davant d'estímul externs; altres accions són voluntàries, governades per la ment (entitat no física) i produïdes perquè la persona escull comportar-se d'una manera determinada.

Segons l'esquema cartesià, els estímuls de l'ambient són detectats pels òrgans sensorials i transmesos al cervell per mitjà dels nervis. Des del cervell sorgeix l'impuls que actua a través dels músculs, que realitzen l'acció involuntària. Considerava que els animals només disposen d'aquest mecanisme de conducta innat i que tots els seus comportaments són respostes

reflexes a estímuls e l'ambient.

En canvi, els actes voluntaris originats per la ment són independents dels estímuls externs. Ara bé, si la ment no és una realitat física, com pot produir els moviments físics implicats en la conducta voluntària?

Descartes va pensar que la ment estava connectada al cervell per mitjà de la glàndula pineal, on interactuen els processos mentals i els físics. A causa d'aquesta interacció, la ment podia fer actes voluntaris i també ser conscients dels involuntaris.

Ja en el **segle XX**, **Pavlov** va demostrar que no tots els reflexos són innats; hi ha mecanismes d'associació que permeten establir nous reflexos als estímuls.

El dualisme ment-cos descrit per Descartes va dividir el camp d'estudi de la **conducta humana**. **Van sorgir dues tradicions diferents**.

La primera es va dedicar a l'**estudi de la ment** i el seu funcionament, i va utilitzar la **introspecció** com a mètode d'anàlisi.

Altres investigadors van preferir **analitzar els reflexos**. Com que eren provocats per estímuls externs que activen els òrgans sensorials, l'estudi fou realitzat per fisiòlegs, mitjançant l'observació i l'experimentació. Aquestes dues formes d'investigació no tenien res en comú, i van produir dos mètodes diferents per obtenir les dades psicològiques.

L'impacte de la teoria de l'evolució

Juntament amb el descobriment del geocentrisme de Copèrnic, la teoria de l'evolució de Charles Darwin potser és la que ha causat un impacte més gran en la història humana.

La seva teoria significà un nou enfocament en l'anàlisi de l'activitat mental i les emocions, que són el resultat de l'adaptació dels organismes a l'ambient on viuen. Darwin va destacar que les espècies animals no són constants, sinó variables, i va establir un pont per salvar l'abisme que existeix entre l'"animal" i l'"ésser humà" en relacionar el comportament humà amb l'evolució dels organismes.

Els postulats darwinians de selecció natural (sobreviuen els més aptes), la rellevància de l'ambient i les variacions intraespecífiques van tenir una gran influència en el desenvolupament de la psicologia evolutiva, en l'estudi de la motivació i en l'anàlisi de les diferències individuals.

Primeres teories científiques.

Durant segles va existir una psicologia inclosa dins dels sabers filosòfics, situació a què es van oposar els pioners de la psicologia científica a la fi del segle XIX. A partir d'aquesta època, la psicologia ja no forma part de la filosofia, davant de la qual assoleix una independència total.

L'estructuralisme de W. Wundt.

Els historiadors de la psicologia solen considerar el fisiòleg alemany W. Wundt (1832 – 1920) com el fundador de la psicologia científica. Creà el primer laboratori de psicologia l'any 1879, i en l'obra "Elements de psicologia fisiològica" va defensar la independència de la nova ciència.

Segons Wundt, la tasca de la psicologia consistia a estudiar els continguts mentals (sensacions, sentiments i imatges) per mitjà de la introspecció i l'experimentació. Se'l considera

estructuralista perquè pensava que l'estructura de la ment o els continguts mentals poden estudiar-se en els seus diversos components.

El funcionalisme de William James

W. James, fisiòleg nordamericà, també es va sentir fascinat per l'estudi de la ment, però va criticar Wundt pel fet d'estudiar l'estructura mental (elements de la consciència), en comptes d'analitzar-ne les funcions.

Aquest fisiòleg va estudiar la utilitat i el funcionament dels processos mentals (d'aquí el nom de la seva escola), la forma en què els organismes lluiten per adaptar-se en un entorn canviant i complex. És important la seva anàlisi de les emocions.

James i els funcionalistes van mostrar un gran interès per les observacions objectives i la utilitat dels grups per a la psicologia (persones de diferents edats, malalts mentals joves, etc.). D'aquesta manera van establir un camí obert cap al desenvolupament de la psicologia aplicada.

La psicologia de la Gestalt

Els psicòlegs alemanys de la Gestalt van criticar l'enfocament analític i associacionista de Wundt. No acceptaven que la percepció fos una unió de sensacions, sinó que pensaven que el tot és més que la suma de les parts. Percebem totalitats, no un conjunt de sensacions. No podem aprendre res sobre una melodia si n'estudiem notes aïlladament.

2. PERSPECTIVES ACTUALS DE LA PSICOLOGIA.

Quan parlem de la ciència psicològica, a què ens referim? N'hi ha només una, en singular? Coincideixen tots els psicòlegs en el significat que atribueixen a la seva ciència?

La psicologia no té una unitat teòrica; hi ha diferents perspectives teòriques i pràctiques molt diverses, amb llenguatges molt diferents. Malgrat tot, hi ha una consciència d'unitat entre els professionals que s'hi dediquen.

La psicoanàlisi de Freud.

Sigmund Freud (1856 – 1939), metge originari de Viena, és el creador de la psicoanàlisi, un dels sistemes psicològics que més han arrelat en la nostra cultura. El seu interès per la neuropatologia el portà a estudiar la histèria i la neurosi, i a buscar-ne els orígens psicològics.

Freud es va oposar a la consideració racional de la ment humana (filòsofs grecs) pel fet d'admetre la realitat de l'inconscient i de considerar que la personalitat estava determinada pels instints psicològics.

Considerà que les dades conscients són insuficients per explicar el comportament humà. Freud pensava que la realitat fonamental es allò inconscient, que pot ser conegut a través de les seves manifestacions: els lapsus (no recordar el nom d'una persona), els actes fallits (perdre les claus de casa o anar al menjador i no saber a què), els continguts del somni i les fantasies; tot això té un significat que la psicoanàlisi tracta de descobrir.

La psicoanàlisi freudiana pot enquadrar-se en la perspectiva mentalista, ja que pretén explicar la personalitat, la motivació i la psicoteràpia considerant la història de la ment. Fa servir la introspecció, l'associació lliure d'idees i la interpretació dels somnis com a mètode terapèutic.

La psicologia com a ciència de la conducta.

El conductisme fou la perspectiva dominant durant la primera meitat del segle XX. El creador d'aquest corrent fou Watson, que l'any 1913 va publicar un manifest fundacional, en què rebutja la introspecció com a mètode, i va orientar la psicologia per camins més objectius.

Watson considera la psicologia com una ciència natural l'objecte de la qual és descriure, predir i controlar la conducta. La conducta dels organismes és divisible en elements més simples: estímuls i respostes o reaccions de l'organisme. Quan el psicòleg fa servir el mètode experimental, ha d'estudiar la conducta animal i humana, entre les quals existeix una continuïtat biològica.

El conductisme fou desenvolupat pels investigadors de l'aprenentatge Pavlov i Skinner. Pavlov va estudiar la conducta segons els esdeveniments anterior, mentre que Skinner va descriure la conducta operant que depèn de les conseqüències del comportament. En l'actualitat, el conductisme té un paper important en la modificació de la conducta, tant a l'escola com a la clínica.

Entre les tradicions conductista i cognitiva hem de destacar la teoria de Bandura referent a l'aprenentatge cognitiu social. En moltes situacions aprenem conductes tot observant el comportament d'un model. No aprenem associacions estímulo-resposta, sinó representacions mentals, com ara quan inhibim la nostra conducta quan observem el càstig d'un company.

La psicologia humanista.

Sorgeix a mitjan anys cinquanta. Els autors més representatius són Maslow i Rogers. Més que una escola formalment constituïda és un moviment que participa d'algunes característiques comunes:

-L'ésser humà és autònom i responsable de les decisions que pren per al seu desenvolupament personal.

La psicologia ha d'estudiar l'individu globalment, atès que els pensaments, sentiments i accions humans formen un tot integrat.

La vida humana es desenvolupa en un context interpersonal. La recerca del sentit de l'existència i els valors humans són aspectes fonamentals per a l'ésser humà..

La psicologia cognitiva.

A partir dels anys cinquanta, alguns psicòlegs van abandonar el model conductista, basat en estímuls i respostes, perquè el consideraven limitat. Els psicòlegs cognitius subratllen que entre els estímuls i les respostes intervenen processos mentals capaços de transformar la informació proporcionada pels estímuls.

L'enfocament cognitiu es basa en l'analogia ment-ordinador. Estudia el que succeeix en la ment d'una persona quan fa una tasca determinada (processos mentals) i com emmagatzema i fa servir el seu coneixement (estructures mentals).

L'ésser humà no és un executor passiu de respostes, sinó un processador actiu de la informació que rep de l'entorn. El fet de conceptualitzar allò psicològic com a informació distingeix la psicologia cognitiva de l'antic mentalisme, que considerava que la consciència era contraposada al món natural.

<i>Escoles (Inici)</i>	<i>Objecte d'estudi</i>	<i>Termes bàsics</i>	<i>Mètode</i>	<i>Perspectiva</i>	<i>Autors (precursors)</i>
Estructuralisme (1879)	Estructura de la consciència	Sensació Imaginació	Introspecció	Mentalista	Wundt Titchener
Funcionalisme (1890)	Funcionament de la consciència	Hàbits Emocions	Introspecció	Mentalista	W. James
Psicologia de la Gestalt (1912)	Consciència	Percepció Memòria Pensament	Introspecció Observació	Mentalista	Wertheimer Köhler Koffka
Psicoanàlisi (1895)	Inconscient Neurosi	Personalitat Motivació Afectivitat	Clínic	Mentalista	Freud Jung Adler
Conductisme (1912)	Conducta observable	Aprenentatge Modificació de la conducta	Experimental Teràpia de conducta	Conductista	Watson Pavlov Skinner Bandura
Psicologia humanista (1950-1960)	Ésser humà	Motivació Personalitat	Psicoteràpia	Personalista	Maslow C. Rogers
Psicologia cognitiva (1960)	Estructures i processos mentals	Memòria Raonament Resolució de problemes	Experimental	Model (ordinador) Racionalista	Miller Gallanter Pribram Fodor
Constructivisme (1879)	Com el subjecte construeix la realitat	Intel·ligència Personalitat	Construcció de models	Sistèmica	Piaget Kelly

Unitat 3.

Bases fisiològiques de la personalitat

Preguntes i respostes.

Si estàs preocupat per un problema personal, un examen, una discussió amb els teus pares o qualsevol cosa d'aquesta mena, pots tenir com a conseqüència mal de panxa o dormir malament. Què té a veure discutir amb algú i el mal de panxa?

¿I suar, i que el cor et vagi a cent quan veus una persona estimada?

És veritat. Quan veig a algú que m'agrada tremolo, suo, em ruboritzo, i tot això.

La resposta és molt senzilla: les persones som una unitat, un organisme unitari, i no podem separar la nostra conducta, els pensaments, les emocions, els desitjos de la nostra base fisiològica, dels nervis, els músculs, els ossos, la sang...

Els meus somnis, la memòria i les emocions tenen una ase fisiològica com respirar o caminar?

Exactament. Som una realitat material i tot es basa en la matèria, en les cèl·lules.

Sempre s'ha pensat el mateix? Jo em creia que l'amor, per exemple, era el cor...

Tradicionalment es creia que les funcions superiors de les persones, com pensar, eren pròpies de l'ànima i que el cos només tenia responsabilitats en les funcions fisiològiques. Descartes, al segle XVII, tot i afirmar que l'ésser humà estava compost de cos i ànima, deia que estaven units en una glàndula del cervell que s'anomenava glàndula pineal. Però no és fins al segle XIX que s'introdueix el mètode experimental en el camp de la fisiologia i comencem a conèixer més a fons la nostra ment.

I ara ja ho sabem tot?

Ni de bon tros. El cervell i el funcionament fisiològic que controla la nostra conducta és un àmbit de la biologia que tot just comença a desenvolupar-se. Encara hi ha moltes funcions i molts mecanismes per conèixer.

Què és el que sabem del cert?

Sabem que la conducta psíquica o mental de les persones té un fonament fisiològic, i que els sistemes que vetllen pel funcionament harmònic de la nostra conducta són dos: el **sistema nerviós** i el **sistema endocrí**.

Per quin sistema comencem?

Pel sistema nerviós. El sistema nerviós es compon de dos sistemes: el **sistema nerviós central (SNC)** i el **sistema nerviós perifèric (SNP)**, que també rep el nom de vegetatiu. Al seu torn, el SNC consta de l'**encèfal** i de la **medul·la espinal**.

L'encèfal és el cervell? L'amo de tot el cos?

Més o menys. De fet, el **cervell** és una part de l'encèfal. Les altres parts són el **tronc de l'encèfal** i el **cerebel**.

Parlem del cervell. Sempre m'ha semblat cosa de màgia que en un lloc tan petit succeeixin tantes coses...

El cervell és l'òrgan més important de tot el cos humà i també és el més desconegut pel que fa al seu funcionament, malgrat els notables avenços dels darrers anys. Té uns 100.000 milions de neurones i una infinita quantitat de connexions. Està protegit pels ossos del crani i el líquid cefaloraquídi. El cervell ocupa un 80% de l'encèfal i pesa una mica més d'un quilogram.

És el cervell més gran de tots els animals? I els elefants?

No, naturalment, però el dels humans és el més evolucionat.

Com és per dintre, el cervell?

El cervell és molt rugós i les agrupacions de neurones reben el nom de circumvolucions. Les

circumvolucions augmenten la capacitat del cervell. Podem dividir el cervell en dues meitats anomenats **hemisferi dret** i **hemisferi esquerre**. En els últims anys s'ha descobert que cada hemisferi té funcions diferents, que els hemisferis estan especialitzats, tot i que tenen moltes connexions entre si.

Un hemisferi és més llest que l'altre?

No, tots dos són "llestos", però toquen temes diferents. L'hemisferi dret és el responsable de les habilitats espacials, creatives, la capacitat de síntesi, la percepció musical i artística, mentre que a l'hemisferi esquerre hi radiquen les habilitats del llenguatge, el raonament lògic i analític, les capacitats numèriques i de càlcul. De tota manera, aquesta divisió no és molt exacta i, a vegades, un hemisferi pot realitzar funcions de l'altre.

És a dir, que un ballari, un músic o un pintor utilitzen l'hemisferi dret mentre que un científic, l'esquerre?

Més o menys, però, de fet, per treure un bon rendiment de les possibilitats del cervell és molt millor utilitzar els dos hemisferis al màxim. Un científic sense imaginació no és tan bo com un savi creatiu. De tota manera, el sistema educatiu potencia sobretot l'hemisferi esquerre, i especialment les habilitats de càlcul i lingüístiques. Els darrers estudis sobre la intel·ligència i l'educació aconsellen entrenar per igual els dos hemisferis.

Per tant, tantes matemàtiques com dibuix i dansa?

Això mateix.

Quina és la part del cervell que ens permet parlar, pensar, imaginar...?

La part del cervell que controla les funcions dites superiors de les persones és l'anomenada escorça cerebral o **còrtex**, que és la part superior del cervell. S'han pogut localitzar diverses àrees del còrtex que tenen diferents funcions.

Com una mena de mapa del cervell?

Un mapa aproximat i amb moltes zones obscures. Fins a l'actualitat, s'ha localitzat una àrea anomenada motora que controla tots els moviments voluntaris del cos, que està situada al lòbul frontal. Al costat hi ha l'àrea de Broca, on es produeix el llenguatge escrit i parlat, i a la part frontal del còrtex es controlen les conductes voluntàries, les decisions, tot allò que defineix la personalitat.

I com s'ha pogut saber que aquestes àrees tenien aquestes funcions?

Per mitjà de persones amb accidents o malalties. Per exemple, una persona amb lesions a l'àrea de Broca té problemes a l'hora de parlar o de comprendre les paraules. Alguns animals als quals s'havia extirpat l'àrea motora, eren incapaços de coordinar les potes i els moviments. I, fins i tot, si s'extirpa part del lòbul d'una persona, s'anul·la la seva voluntat i es converteix en un ésser purament vegetatiu, sense desitjos ni iniciatives.

Que bèsties!

Habitualment no es fan experiments d'aquesta mena. S'ha estudiat sobretot en persones accidentades o malaltes.

Continua dibuixant el mapa del cervell.

Al lòbul parietal es troba l'escorça sensorial que rep i identifica les sensacions que provenen dels dits, els llavis, com ara la calor, el fred, el dolor. Al lòbul temporal es processa tot el que està relacionat amb l'oïda, i al lòbul occipital totes les qüestions relacionades amb la visió i la interpretació de les imatges.

I això és tot el que hi ha al cervell?

No, encara hi ha una part petita, només el 2% del cervell, però importantíssima que rep el nom de diencefal.

Què fa el diencefal?

El **diencefal** està compost de diverses parts. Destaquen dues estructures que reben el nom de

tàlem i hipotàlem. Bàsicament filtren i controlen les informacions que provenen dels sentits i les condueixen cap al còrtex. Però també les seves neurones són les responsables de controlar i percebre les emocions, l'agressivitat, el dolor, la sensació de gana, la sensació de plaer i les funcions sexuals. També controla la producció de determinades hormones que són molt importants per a la conducta.

El diencèfal és com el cervell més antic, de la nostra part animal?

Diríem que és el cervell emocional, enfront del cervell racional que hem analitzat anteriorment. El tàlem i l'hipotàlem encara tenen dos aliats. Un rep el nom de **sistema límbic**. Es tracta d'una xarxa de neurones que comuniquen l'escorça cerebral i l'hipotàlem. L'altre es diu **formació reticular** i són neurones que uneixen la medul·la i el bulb raquidi. El sistema límbic organitza conductes al voltant de la recerca de menjar, de la conducta sexual i també de la memòria més immediata i, sobretot, és el nucli de les emocions humanes fonamentals. La formació reticular també ajuda el sistema límbic, i entre les seves funcions destaca el paper que té a l'hora de decidir quins estímuls que provenen de l'exterior han d'arribar al còrtex i quins no, és a dir que selecciona les informacions que arriben al sistema nerviós central.

Jo em pensava que el cervell era l'amo, però veig que té subordinats que li controlen informacions...

De fet el paper dels sistemes límbic i reticular és un descobriment molt recent, i encara no està del tot clar. Se sap amb certesa que domina les emocions i sentiments abans que arriben al còrtex, a la raó i al control voluntari. S'ha anomenat **encèfal afectiu** el conjunt de l'hipotàlem, el sistema límbic i la formació reticular, i s'ha comprovat que és comú als humans i als animals. Per exemple, les conductes d'aparellament o de recerca de menjar dels animals estan controlades per aquests sistemes, com també l'agressivitat.

Ja coneixem el cervell. Què més tenim a l'encèfal?

Encara ens resten dues grans àrees, el **tronc encefàlic** i el **cerebel**. El tronc encefàlic és la part que uneix el cervell amb la medul·la espinal. És la part de l'encèfal més primitiva i és comuna a tots els vertebrats. Controla les funcions vitals, des de la respiració fins als batecs del cor. En el tronc es produeix un creuament de fibres nervioses, de tal manera que l'hemisferi dret del cervell controla la part esquerra del cos i a l'inrevés.

Per tant, quan movem la mà dreta, qui treballa és l'hemisferi esquerre del cervell?

I a la inversa. D'aquest fet, se'n diu **lateralitat**.

Què ens queda per conèixer de l'encèfal?

El cerebel, situat a sobre el tronc encefàlic. Les seves funcions són la coordinació motora, l'equilibri muscular i sobretot el control dels moviments apresos, com anar en bicicleta o una dansa, a part de caminar, que també és un moviment après. També té un paper notable en la memòria i en els processos d'aprenentatge.

Déu n'hi do com n'és de complex el sistema nerviós central!

I encara ens falta un element: la **medul·la espinal**.

Els nervis de la columna vertebral?

Està situada al llarg de tota la columna vertebral, exactament a l'interior de la columna, des del tronc encefàlic fins a la primera vèrtebra lumbar. És un feix de neurones que uneixen tots els impulsos dels músculs del cos amb l'encèfal. Controla per tant tots els moviments, perquè dóna ordres a la musculatura i rep també les sensacions de l'exterior. Té autonomia en els actes reflexos, com la contracció involuntària d'un múscul o bé el gest d'apartar la mà a causa d'una picada o d'un cop.

I amb la medul·la ja hem acabat el sistema nerviós central?

Sí. Però de fet no és que s'acaba i o es comenci un sistema, perquè tot plegat forma una unitat. Ho he separat per estudiar-ho millor.

D'acord. Què m'has d'explicar del sistema nerviós perifèric?

És un sistema que té com a funció l'equilibri general del cos. Està format per receptors que es reparteixen per tot el cos. Controla tots els mecanismes involuntaris i imprescindibles per al funcionament vegetatiu del cos, com ara la pressió sanguínia, el cor, el funcionament d'estómac i intestins, els pulmons, etc. Una part del sistema perifèric s'acostuma a dividir entre els **sistema simpàtic** i el **parasimpàtic**.

Simpàtic? Parasimpàtic? Què fan aquests sistemes amb aquests noms?

El sistema simpàtic estimula el cos i el prepara davant d'una situació d'emergència. Augmenta la pressió sanguínia, la respiració, envia aliment als teixits. Subministra energia per afrontar aquesta situació. També actua si el cos té una gran activitat. El sistema parasimpàtic fa la funció contrària de recuperació del cos després d'una gran activitat. Habitualment el simpàtic i el parasimpàtic actuen de forma coordinada per aconseguir un equilibri. I també actuen sempre d'acord amb el sistema nerviós central.

Amb totes aquestes dades ja tinc una visió global del sistema nerviós?

No, falta un aspecte fonamental que és l'element bàsic del sistema nerviós. L'endevines?

Crec que t'estàs referint a ... la neurona...

Exacte. La **neurona** és una cèl·lula preparada per funcionar com a conductora d'informació química o elèctrica i és l'element fonamental del conjunt del sistema nerviós. En tots els organismes del sistema nerviós, la neurona hi té un paper bàsic: Les neurones transmeten informació comunicant-se entre si.

Com és una neurona?

És una cèl·lula relativament gran. Té una forma peculiar. Les seves parts són: el cos neuronal, les dendrites, l'axó i les ramificacions de l'eix de la neurona. És una cèl·lula que no es reproduïx. Hi ha diversos tipus de neurones especialitzades segons la seva funció.

Com es comuniquen es neurones?

És un procés molt complex anomenat **sinapsi**. Les ramificacions finals d'una neurona alliberen uns elements bioquímics que es dipositen en una cavitat que es troba entre les dendrites de la cèl·lula receptora. Aquestes absorbeixen els elements químics i els transformen en un impuls elèctric en direcció a una altra cèl·lula. Aquests elements químics es coneixen amb el nom de neurotransmissors, identificats per primer cop el 1921. Aquests **neurotransmissors** poden tenir una influència estimuladora o inhibidora, i per tant poden modificar la conducta. Fixa't que, en realitat, no hi ha un contacte físic entre les neurones, sinó que el contacte és a través dels neurotransmissors. En qualsevol conducta, per molt senzilla que sigui, es produeixen milers de sinapsis.

Entesos. Què pots dir-me del sistema endocrí?

El sistema endocrí està constituït per un conjunt de glàndules que segreguen unes substàncies anomenades **hormones**. Les funcions bàsiques del sistema són controlar el metabolisme general del cos, el creixement i la reproducció. El conjunt de glàndules del sistema està regulat per una glàndula central, la **hipòfisi**, situada a la base del crani i connectada amb l'hipotàlem. La hipòfisi regula, amb les seves hormones, el funcionament de les altres glàndules i és un pont entre el sistema nerviós i el sistema endocrí.

La hipòfisi és el "cervell" de les altres glàndules?

És una bona aproximació. Un mal funcionament de la hipòfisi comporta trastorns a tot el cos. Però cal recordar que la hipòfisi té un excel·lent controlador: l'hipotàlem, que al seu torn està controlat pel còrtex.

I quines són les altres glàndules?

Les principals són: la tiroide, les glàndules suprarenals i les glàndules sexuals. La **tiroide** està ubicada al coll i segrega l'hormona de la **tiroxina**. La tiroxina regula el creixement, tant l'alçada com el desenvolupament del sistema nerviós, i el funcionament del desenvolupament sexual i del cicle menstrual.

O sigui que ets més o menys alt segons la tiroxina?

L'alçada depèn d'elements hereditaris, però un mal funcionament de la tiroide pot provocar problemes en el creixement o també desordres menstruals.

I per què pot funcionar malament la tiroide?

Pot ser degut a problemes de la glàndula o a un mal funcionament de la hipòfisi, que és qui controla la glàndula. Un altre problema pot provenir de l'exterior, si la persona s'injecta tiroxina en una dosi elevada o sense motiu. Molts problemes de mal funcionament del sistema hormonal són conseqüència del fet que actualment una persona pot prendre hormones aconseguides en laboratori o d'animals. Per exemple, per aprimar-se o per aconseguir més massa muscular.

Què fan les glàndules suprarenals?

Són dues glàndules situades sobre el ronyons. Les hormones més importants que segreguen són l'**adrenalina** i la **noradrenalina**. L'adrenalina estimula el sistema simpàtic i prepara el cos per fer front a un gran esforç o per reaccionar en cas d'emergència, tal com t'he explicat abans. Molts estimulants que hi ha al mercat i que prenen alguns atletes, contenen molta adrenalina. També es genera adrenalina en situacions límit, quan s'està molt enfadat o amb una gran tensió. És evident que un excés d'adrenalina comporta una fatiga corporal i, a la llarga, perjudica el bon funcionament del cos.

I que me'n dius de les glàndules sexuals?

Les **glàndules sexuals** són els ovaris en les dones i els testicles en els homes. Els testicles produeixen els espermatozoides i també hormones. L'hormona més important que produeixen es diu **testosterona**. Quan se segrega, durant la pubertat, produeix els caràcters sexuals secundaris, com el canvi de to de la veu, el pèl, el creixement i també la producció d'espermatozoides. Les hormones més importants que segreguen els ovaris són els **estrògens** i la **progesterona**. Els estrògens són responsables dels caràcters sexuals secundaris de la dona: creixement dels pits, distribució del greix pel cos, creixement del pèl, mecanismes d'ovulació. La progesterona prepara el cos per a l'embaràs.

O sigui que la sexualitat humana, en l'aspecte biològic, és una cosa de les hormones?

Les hormones són les responsables de la resposta sexual, però no en són la causa. El funcionament és complex.

Com funciona, doncs?

La hipòfisi és la glàndula que controla les hormones sexuals, per tant la presència de testosterona o d'estrògens dependrà de l'activitat de la hipòfisi. Però al mateix temps, la hipòfisi està lligada a l'hipotàlem i aquest, al còrtex. O sigui, que segons les ordres del còrtex que rebí la hipòfisi, la resposta sexual serà d'un tipus o d'un altre. Per això s'ha dit que l'òrgan sexual més important és el cervell.

La conclusió és que el sistema endocrí i el sistema nerviós treballen plegats, no?

És una conclusió encertada. Cal afegir, però, que a vegades la jerarquia no es respecta i que el sistema hormonal pot actuar sense el control del sistema nerviós de la mateixa manera que el sistema nerviós per modificar un mecanisme hormonal.

Som éssers molt fràgils...

Fràgils no és el terme adequat. Som éssers que tenim una base fisiològica, material, composta de neurones, hormones, glàndules, teixits i d'uns complexos mecanismes de relació. En part això ens fa dèbils físicament si ho comparem amb un arbre o una roca. Però la capacitat de pensar, de resoldre problemes nous, d'adaptació al medi que tenen les neurones del cervell ens converteix en l'ésser viu més "fort" del planeta i amb més capacitat de supervivència.

ACTIVITATS

1. Fes un esquema bàsic de com és el control de la conducta.
2. Fes un esquema bàsic de les funcions i abast de l'encèfal.
3. Fes un esquema de la composició del sistema endocrí.

Unitat 4.

La memòria

Teoria de les dues memòries

Els experiments d'Ebbinghaus (1850-1909)

Els experiments de Frederic Barlett (1886-1969)

Concepció empírica versus concepció racionalista de la memòria

Com solucionar alguns problemes de memòria

Com es conserva el que hem après?

MEMÒRIA-RECORD: reté els estats de consciència.

MEMÒRIA-HÀBIT: Més hàbit i automatisme que memòria en sentit estricte.

TEORIA DE LES DUES MEMÒRIES:

- **Memòria a curt termini (MCT):** Facilita l'atenció necessària a la vida, però so sobrecarrega la MLT amb records inútils.

- **Memòria a llarg termini (MLT):**

o Memòria EPISÒDICA (ESDEVENIMENTS DEL NOSTRE PASSAT)

o Memòria SEMÀNTICA (paraules, significacions, regles, normes, coneixements en general)

Els experiments d'Ebbinghaus (1850 – 1909)

Psicòleg alemany. Fou el primer científic que realitzà estudis experimentals sobre la memòria humana.

- **Corba de l'oblit d'Ebbinghaus:**

Inicialment, durant els 20 primers minuts, l'oblit és molt ràpid. Durant les hores següents, l'oblit no és tan ràpid, però es deixa de recordar amb rapidesa decreixent. A partir de les 48 hores s'oblida molt lentament.

Els experiments de Frederic Barlett (1886- 1969)

Psicòleg anglès que partia de la hipòtesi de que la memòria consisteix precisament en recordar les coses segons el significat que tinguin. És a dir, la memòria depèn del significat que les persones donem a les coses. Aquest significat depèn de la interacció que es produeix entre la informació externa que rebem i el que ja coneixem.

CONCEPCIÓ EMPÍRICA versus CONCEPCIÓ RACIONALISTA DE LA MEMÒRIA

El funcionament de la memòria pot descriure's atenent només a les dades que proporciona una experimentació "neta" en la que ni la significació ni l'afecte interfereixi en els records. Aquest fou el propòsit d'Ebbinghaus.

Aquest mètode entén la memòria com una tabula rasa i desconex el paper que la significació i els afectes representen en el procés d'emmagatzemar i recordar la informació.

Concepció empírica de la memòria. Els experiments d'Ebbinghaus (1850 – 1909)

Ebbinghaus fou un psicòleg alemany. Se'l coneix entre d'altres coses, per ser el primer científic que realitzà estudis experimentals sobre la memòria humana. Aquests estudis foren publicats el 1885, amb el nom "Sobre la memòria". Influït per les idees associacionistes de l'època, Ebbinghaus concep el funcionament de la memòria com una sèrie d'associacions entre elements. És a dir, els elements que són més propers en el temps s'associen amb més força i romanen més temps en la ment.

A partir dels seus experiments, Ebbinghaus demonstrà experimentalment algunes qüestions com les següents:

- 1) Com més sigui la longitud de la llista, major és el nombre de repeticions necessàries per a recordar-la amb exactitud.
- 2) Com més repeticions es produeixin, més temps es retén la llista.
- 3) Si les repeticions d'una llista són espaciades en el temps, la retenció és major. O el que és el mateix, resulta més eficaç repetir una llista de paraules un cop al dia durant deu dies que no pas fer-ho deu cops en un mateix dia.
- 4) La pèrdua major d'informació es produeix dins els vint primers minuts, essent molt menor en les hores i dies següents.
- 5) La quantitat màxima de síl·labes que ha de tenir una llista per a ser recordada després d'una sola repetició és 7. Això constitueix un descobriment essencial que, posteriorment, es va arribar a anomenar memòria a curt termini o memòria primària.

Ebbinghaus seleccionà síl·labes sense sentit per tal d'eliminar la influència del significat sobre la memòria. D'altra banda, procurà també que la única activitat que realitzava era la repetició. Tot això indica una concepció força passiva i externa de la memòria, que coincideix en gran mesura amb la concepció empirista dels fenòmens mentals: l'ésser humà es com una mena de tabula rasa en la qual es van imprimint o formant les idees o imatges.

Concepció racionalista de la memòria. Els experiments de Barlett.

El psicòleg anglès Sir Frederic Barlett (1886 – 1969) realitzà uns cinquanta anys després d'Ebbinghaus un estudi completament distint. Aquest estudi es basa en una concepció de la memòria que també és molt diferent, i que prové de les idees racionalistes.

Barlett partia de la hipòtesi segons la qual la memòria consisteix precisament en recordar les coses segons el significat que tinguin.

La memòria depèn del significat que les persones donem a les coses i aquest significat depèn de la interacció que es produeix entre la informació externa que rebem i el que ja coneixem.

La informació nova és acceptada segons el significat que adquireix en el context dels nostres coneixements i records previs que actuen en nosaltres. Així la memòria no és sols un procés de repetició, com deia Ebbinghaus, sinó que qualsevol procés de recuperació de la informació emmagatzemada al nostre cervell es veu influït pel nostre coneixement anterior.

D'altra banda, Barlett considera que la memòria no funciona recordant fets o elements aïllats, sinó que més aviat recorda totalitats en les que cada element té relació amb la resta. En aquest context és en el que Barlett utilitza el concepte d'esquema, que tindrà una importància decisiva en la investigació posterior.

Resultats experimentals de Barlett

- 1) Racionalitzacions: En el record s'introdueixen elements nous que no hi eren al text original. Sembla existir una tendència a que el conjunt resulti també significatiu.
- 2) Idees centrals: En el record s'organitzen els elements entorn d'una sèrie d'idees centrals, siguin o no al text. Sembla que la memòria subratlla el més important i enfosqueix el que és accessori.
- 3) Supressions: S'acostuma a suprimir no només els elements aïllats del text, sinó també trossos sencers, si no concorden amb el coneixement anterior de l'individu.

COM SOLUCIONAR ALGUNS PROBLEMES DE MEMÒRIA

Per exemple:

Aquí et proposem una llista de 25 mots que has d'aprendre en 1 minut i mig

**casa - home - pera - tinta - vaca - lluna - ombra - arbre - coca - bella -
bota - grega - lleó - frare - data - llibre - taula - porta - carta - nota
- pluja - paper - cigar - aigua - negre -**

Després del minut i mig i sense mirar la llista escriu el màxim de mots que hagi pogut recordar en l'ordre que vulguis.

Mètodes possibles

- a) Repetir diverses vegades cada paraula (mentalment o en veu alta)
- b) Repetir grups de paraules. Després de la 2^a, tornar a la 1^a i anar fent.
- c) Organitzar els mots per famílies o afinitats.
- d) Construir una historieta que enllaci les paraules de la llista.
- e) Intentar reproduir-los mentalment com si fos una escena "viscuda"

És clar que segons el que s'ha de memoritzar i l'individu que ho ha de fer hi ha alguna d'aquestes estratègies que van molt bé i altres que no tant. En el nostre exemple els menys apropiats són els dos primers mètodes. Però si el mateix exercici portés com a condició la repetició dels mots per ordre, els tres darrers mètodes no serien possibles o ens resultarien molt difícils.

Raons per les quals es pot explicar l'oblit

- Manca de comprensió del material que s'ha retingut.
- No treballar amb el material emmagatzemat. Si no es repassa, el temps esborra les empremtes de la memòria
- Interferència de nous coneixements que debiliten el record dels ja emmagatzemats.
- Falta d'interès. Una bona manera de reforçar el record d'un tema és convèncer-se que aquest és interessant.

Si s'és conscient de totes aquestes causes, es pot buscar el mètode més efectiu per recordar durant molt temps.

Unitat 5. Classes d'aprenentatge

Aprenentatge per condicionament responent
Aprenentatge per condicionament operant
Aprenentatge per observació

Introducció

Els estudis més importants sobre aprenentatge s'han fet amb animals. Amb tot, tenen una gran aplicació en el cas de l'ésser humà.

Comencem amb tres exemples (trets de Davidoff)

1. A l'oest dels EUA, els coiots són una greu amenaça per als ramats d'ovelles. Però eliminar-los crea problemes ecològics, ja que també devoren talps, esquirols i conills. Aleshores dos psicòlegs intentaren ensenyar-los a avorrir les ovelles. A uns coiots els donaren a menjar carn d'ovella (embolicada amb pell fresca del mateix animal) amb clorur de liti, fàrmac que provoca nàusees i vòmit; després se'ls donà ocasió d'atacar una ovella: en lloc de fer-ho, els animals començaren a basquejar. És clar, el problema consisteix a ensenyar així tots els coiots. Però l'experiència és interessant. Aquest és un exemple d'aprenentatge per condicionament responent o clàssic (aprenentatge d'avorriment, en aquest cas).

2. Marc, un nen d'edat preescolar, era malapte per als jocs d'activitat física, motiu pel qual passava gairebé tota l'estona sol. Els seus professors n'estaven preocupats i empraren aquest mètode senzill d'aprenentatge: cada vegada que en Marc s'acostava al lloc on jugaven els seus companys, els professors el premiaven dedicant-li una especial atenció, parlant-li i somrient-li. La recompensa a una conducta crea major freqüència de la dita conducta. El nen començà a acostar-s'hi cada cop més i, a poc a poc, va anar participant en els jocs. Cada cop que ho feia, la seva conducta es veia recompensada amb un premi nou. Finalment, arribà a participar-hi d'una manera normal. Aquest és un cas d'aprenentatge per condicionament operant.

3. Ara es tracta de dotze nens que tenen problemes de retraïment. El psicòleg els divideix en dos grups de sis. Al primer grup li fa veure una pel·lícula sobre dofins i al segon, una pel·lícula en què es veu com un nen tímid a poc a poc va participant en els jocs dels seus companys (com en l'exemple anterior). El resultat fou el següent: els nens del primer grup continuaven retraient-se; en canvi, el del segon grup milloraren notablement quant a llur participació en jocs. Aquesta és una experiència d'aprenentatge per observació.

Unitat 6.

Escoles

psicològiques

- **Psicoanàlisi**
- **Conductisme**
- **Psicologia Evolutiva**
- **Psicologia Cognitiva**
- **Psicologia Humanista**

Esquema

TEORIA PSICOANALÍTICA

- Sigmund Freud (1856-1939)
- Teoria de la personalitat i mecanismes de defensa.
- Les relacions entre el jo, l'allò i el superjò (principi realitat i de plaer)
- Teoria dels instints
- La nova teoria dels instints: eros i thànatos.
- Teoria de la sexualitat
- Fase oral, anal, fàl·lica (complex d'Èdip), de latència, pubertat.
- Els somnis.
- Teoria de la cultura.

EL CONDUCTISME.

- Ivan Petrovitx Pavlov (1849-1936)
- Treballs sobre fisiologia
- Reflex condicionat
- Adquisició del reflex condicionat, extinció del RC, generalització i discriminació d'estímuls.
- J.B. Watson (1878-1958)
- Fundador del conductisme. La psicologia només pot tractar del que és observable: ciència de la conducta. Cal establir les lleis de funcionament d'un organisme a partir de la seva conducta.
- Edward Lee Thorndike (1874-1949)
- Llei de l'efecte
- Els animals i les persones actuen per mitjà de l'assaig i l'error. C- R
- Burrhus Frederik Skinner (1904-1990)
- Descobrir les lleis que regeixen l'aprenentatge.
- Tipus de condicionament instrumental: reforçament positiu, càstig, omissió, reforçament negatiu.
- Càstig i proporcionalitat.
- Programes parcials de reforç: els de raó, els d'interval.

PSICOLOGIA EVOLUTIVA.

- Jean Piaget (1896-1980). Intel·ligència i psicologia infantil.
- Les etapes del desenvolupament:
- Primer període (intel·ligència sensorio-motriu (2 primers anys de vida)
- 2n, Les operacions preoperatives (2-7 anys)
- 3r, Les operacions concretes (7-12 anys)
- 4t, Les operacions formals (12-16 anys)

PSICOLOGIA COGNITIVA. EUA, 1956.

- Crítica al pensament conductivista: no explica el funcionament de la ment humana.
- Influència revolució informàtica i dels estudis de neurofisiologia.
- Definició: estudi dels processos intel·lectuals, des dels més simples als més complexos: percepció, atenció, memòria, llenguatge, raonament.
- Com pensem? La metàfora de l'ordinador.:
- Hardware (cervell i circuits neuronals)
- Software (estructures mentals que organitzen la informació)
- Memòria RAM
- Memòria ROM memòria sensitiva, memòria a curt termini i a llarg termini

PSICOLOGIA HUMANISTA

- EUA, anys 50 i 60, com alternativa a la psicologia conductista i a la psicoanàlisi ortodoxa (tercera via).
- Autors: Abraham Maslow (1908-1970) i Carl Rogers (1902-1987)
- Teoria de les motivacions segons Maslow.
- Per què les persones fan el que fan?
- Quins són els motius que provoquen la conducta de les persones?
- Humans: naturalesa bona, marcada per necessitats que cal satisfer.
- Necessitats deficitàries:
 - Fisiològiques: menjar, beure, dormir, sexe, etc.
 - De protecció i seguretat: sentir-se segur, fora de perills.
 - D'estimació i acceptació: ser estimats pels altres i pertànyer a un grup.
 - De valoració: recerca de l'autoestima i un autoconcepte positiu.
- Necessitats de creixement.
- Necessitats de viure en plenitud.
- Les experiències-cim.
- El procés de convertir-se en persona segons Rogers.
- Quines són les conductes de les persones que són realment elles mateixes?:
 - Deixar d'utilitzar màscares.
 - Deixar de sentir els "has de... "
 - Deixar de satisfer expectatives imposades.
 - Deixar d'esforçar-se per agradar als altres.
 - Començar a autoorientar-se
 - Començar a ser un procés.
 - Començar a acceptar la seva complexitat.
 - Començar a obrir-se a l'experiència.
 - Començar a acceptar els altres.
 - Començar a confiar en un mateix.

Unitat 7.

El conductisme

CONCEPTES FONAMENTALS DE LA TEORIA CONDUCTISTA

Ivan Petrovitx Pavlov (1849-1936)

J.B. Watson (1878-1958)

Eduard Lee Thorndike (1874-1949)

Burrhus Frederik Skinner (1904-1990)

Glossari

Exercicis

Annex: IMPORTANCIA DEL CONDICIONAMIENTO PARA EL MARKETING

Esquema

IVAN PETROVITX PAVLOV (1849-1936)

Fisiòleg.

El seu treball sobre el sistema digestiu dels gossos li donarà renom universal.

La secreció salival, que té un paper molt important en la digestió, segons va demostrar, pot ser provocada pel contacte amb l'aliment, i també per elements externs relacionats amb el moment de menjar. Segons Pavlov. S'ha produït una connexió entre dos punts del cervell.

Ivan Petrovitx Pavlov (1849-1936)

- Treballs sobre fisiologia
- Reflex condicionat
- Adquisició del reflex condicionat
- Extinció del reflex condicionat
- Generalització d'estímuls
- Discriminació d'estímuls
- Esquema E R.

J.B. Watson (1878-1958)

- Un dels fundadors del conductisme.
- La psicologia només pot tractar del que és observable: ciència de la conducta. Cal establir les lleis de funcionament d'un organisme a partir de la seva conducta.

Eduard Lee Thorndike (1874-1949)

- Llei de l'efecte.
- Els animals i les persones actuen per mitjà de l'assaig i l'error com a forma d'aprenentatge.
- Un hàbit (estirar de l'anella per sortir de la gàbia) s'anirà refermant si va seguit d'un reforç (menjar).
- Primer s'espera de l'animal un comportament (conducta) determinat i, quan es produeix, es presenta l'estímul, anomenat reforç.

Burrhus Frederik Skinner (1904-1990)

- Objectiu: descobrir les lleis que regeixen l'aprenentatge.
- Tipus de condicionament instrumental.
 - o Reforçament positiu
 - o Càstig
 - o Omissió
 - o Reforçament negatiu
- Càstig i proporcionalitat
- Programes parcials de reforç

CONCEPTES FONAMENTALS DE LA TEORIA CONDUCTISTA

Condicionament clàssic o responent.

- Adquisició del reflex condicionat
- Extinció del reflex condicionat
- Generalització d'estímuls
- Discriminació d'estímuls

J.B. WATSON (1878-1958)

La teoria de Pavlov es converteix en un dels aspectes essencials d'una nova escola psicològica: el conductisme.

JB Watson (1878-1958) en va ser el fundador. Un dels seus trets fonamentals és l'afirmació que la psicologia només pot tractar del que és observable.

La psicologia es converteix en ciència de la conducta i vol establir les lleis de funcionament d'un organisme a partir de la seva conducta.

Condicionament instrumental: Thorndike i Skinner

Al mateix temps que Pavlov treballava en el seu laboratori, el psicòleg americà E. L. Thorndike introduïa un gat famolenc en una gàbia i situava el menjar a l'exterior. A l'interior de la gàbia hi penjava una petita anella que si es pressionava s'obria la porta de sortida i el gat podia satisfer la seva fam.

El gat anava fent proves i ho tocava tot per intentar sortir. Casualment tocava l'anella i aconseguia obrir la porta i menjar. Es repetia l'experiment i cada cop el gat trigava menys a tocar l'anella.

Thorndike va concloure que els animals i les persones actuaven per mitjà de l'assaig i l'error com a forma d'aprenentatge.

A aquesta conducta la va anomenar Llei de l'Efecte: un hàbit (estirar l'anella per sortir de la gàbia) s'anirà refermant si va seguit d'un reforç (menjar).

Mentre que en el condicionament clàssic l'esquema temporal és E R (estímul-resposta), en el nou model és a l'inrevés:

- Primer s'espera de l'animal un comportament o una conducta determinada i, quan es produeix, es presenta l'estímul, anomenat també reforç.
- Aquesta nova visió de Thorndike va ser elaborada i ampliada per Skinner.

BURRHUS FREDERIK SKINNER (1904-1990)

Objectiu prioritari: Descobriments de les lleis que regeixen l'aprenentatge.

- En les experiències de Pavlov el subjecte de l'experiment té un paper passiu, però en el condicionament operant, el subjecte juga un paper actiu.
- Si no hi ha resposta no hi ha reforç, no hi ha estímul. Aquest depèn de la conducta de l'animal. Així, la relació resposta-reforç en un principi casual tendirà a reproduir-se. El reforç augmenta la probabilitat de noves respostes similars.

Tipus de condicionament instrumental.

Skinner va definir quatre tipus de condicionament instrumental:

- Reforçament positiu
- Càstig
- Omissió
- Reforçament negatiu.

REFORÇ POSITIU: És un premi que incrementa la probabilitat que la conducta es repeteixi.

CÀSTIG: Té com a finalitat extingir les conductes.

OMISSIÓ DEL REFORÇ: És una forma de càstig que consisteix a retirar l'estímul positiu d'una conducta. L'objectiu de l'omissió i el càstig és provocar l'extinció de la resposta.

REFORÇAMENT NEGATIU: Perquè es produeixi cal que la persona rebi un estímul negatiu constant i que només el pugui vèncer amb una conducta.

Cas d'un jugador de futbol al qual escridassen els aficionats quan no juga bé. Davant dels crits dels aficionats, un estímul desagradable, el jugador aplica la conducta de jugar de la millor manera que pot.

CÀSTIG I PROPORCIONALITAT

El mateix Skinner considerava que era un mal procediment d'aprenentatge.

El càstig no ofereix cap conducta alternativa. Perquè funcioni el mecanisme de reforç cal un requisit vital: la proporcionalitat.

Els càstigs, tant si són massa forts com si són massa dèbils, poden provocar respostes no previstes. Si són massa forts, poden produir des d'una conducta passiva fins a una conducta violenta. Si són massa dèbils és probable que s'extingeixin ràpidament.

No hi ha cap norma ni cap llei que ens assenyali els límits de la proporcionalitat. Les persones i la seva experiència en unes circumstàncies determinades seran l'única referència.

PROGRAMES PARCIALS DE REFORÇ

- **Els de raó:** Quan el reforç s'administra després d'un nombre de respostes correctes. Per exemple, a qualsevol treballador se li demana que per cobrar un sou (el reforç) hagi dut a terme correctament la seva feina (la resposta). A l'escola, per aprovar (el reforç), es demana als alumnes un mínim de coneixements d'una matèria (la resposta).

- **Els d'interval:** Són reforços relacionats amb el temps transcorregut. Si les notes de l'institut es donessin un cop cada dos anys o la paga fos trimestral en lloc de setmanal, el reforç potser no seria útil. El reforç parcial es produeix quan no totes les respostes, sinó només algunes són seguides per un reforç. Aquest té més efectivitat quan es presenta de forma immediata a la conducta que es pretén condicionar.

Desenvolupament

CONCEPTES FONAMENTALS DE LA TEORIA CONDUCTISTA

Guió:

1. Condicionament clàssic o responent

a. Reflex condicionat

b. Generalització i discriminació d'estímuls

2. J. B. Watson: el conductisme o behaviorisme.

3. Condicionament instrumental: Thorndike i Skinner

a. Skinner i la seva caixa.

b. Tipus de condicionament instrumental

c. Càstig i proporcionalitat

d. Programes de reforç

El conductisme o behaviorisme, com a norma general, només tracta de fets observables, i la manera que té d'estudiar-los és per mitjà del mètode de les ciències naturals.

1. EL CONDICIONAMENT CLÀSSIC O RESPONENT.

Pavlov afirma que l'organisme està governat per una sèrie de lleis, i l'objectiu de la psicologia és, precisament, descobrir-les. Però l'organisme no es troba aïllat, sinó que s'interrelaciona amb un entorn i ha de reaccionar davant d'aquest. El conjunt d'aquestes reaccions és el que anomenaríem conducta. Si no és així, no hi ha adaptació i per tant no hi ha supervivència. Aquesta adaptació constant es produeix mitjançant el que Pavlov anomena reflexos incondicionat. Són reaccions automàtiques i innates de l'organisme davant del medi. Pavlov ubica el concepte d'instint dins del de reflex. Els reflexos, en conjunt, permeten el restabliment constant de l'equilibri entre l'organisme i el medi i constitueixen el fonament de l'activitat nerviosa del conjunt d'espècies animals. Un animal que pot ser atrapat pels seus depredadors es manté sempre vigilant, alerta a qualsevol soroll o olor estranys. El depredador també segueix una sèrie de conductes: ocultar-se, moviments sigil·losos. Totes aquestes conductes són innates i són actes reflexos. També és un acte reflex incondicionat la nostra conducta de girar el cap si sentim un soroll molt fort al nostre darrera, o d'apartar el braç si un mosquit ens pica.

Descartes va ser un dels primers a elaborar la idea de reflex; tot i que ell només el concebia com la resposta del cos i no de la ment.

Pavlov estava convençut que les anomenades activitats superior de l'ésser humà (imaginar, recordar, comprendre, parlar...) es podien estudiar i explicar de forma objectiva, mitjançant el mateix mètode que s'emprava en fisiologia. Pavlov no va negar mai el món interior de l'humà, simplement reclamava el dret d'estudiar-lo des d'una perspectiva diferent, utilitzant només els mètodes objectius de les ciències naturals.

Reflex condicionat

Ben segur que, quan al migdia sortim de classe i anem cap a casa, ens ha succeït que una olor ha provocat en la nostra ment la visió del nostre plat preferit, i que ens agradaria trobar-lo a taula quan arribéssim a casa. O bé la melodia d'una cançó que ens recorda moments agradables o desagradables. No són poques les relacions que establim en la nostra ment que tenen característiques semblants.

Aquesta relació que establim entre una música i un record agradable no es pot explicar amb el concepte de reflex incondicionat. En els seus experiments amb animals, Pavlov va descobrir

l'existència d'un altre mecanisme de reacció de les persones que va anomenar reflex condicionat.

El descobriment de Pavlov va produir-se amb l'experiment següent, Pavlov havia observat alguna vegada que els gossos que tenia al laboratori salivaven després de sentir els passos de la persona que els duia normalment el menjar. En un principi ho va atribuir a la casualitat i al "desig" de menjar que tenien els animals. Però aquestes interpretacions no li eren útils per explicar els fets perquè no eren objectives i les va descartar. Per digerir el menjar, el cos reacciona produint saliva, i, per tant, quan som davant del menjar, comença la producció de saliva. Aquesta reacció és un acte reflex incondicionat. Pavlov es preguntava per què els gossos salivaven només sentir els passos de la persona que els cuidava abans de veure el menjar. En un laboratori va realitzar una petita intervenció a la galta d'un gos, de manera que la saliva de l'animal es dirigís cap a un recipient i es pogués mesurar. Habituat l'animal al lloc i quiet, d'una banda es mesurava la saliva que produïa quan se li ficava el menjar a la boca i, de l'altra, es mesurava la saliva que produïa quan sentia un so (una campana). La quantitat era molt més elevada en el primer cas que en el segon.

Aleshores Pavlov va crear un procés de condicionament. Consistia a establir una connexió entre un estímul nou (el so) i un reflex existent (la salivació). Es presentava al mateix temps (aproximadament unes cinquanta vegades) la campana i el menjar. Cada deu vegades es feia sonar només la campana per observar si l'animal salivava. Al final els animals, pràcticament sempre, salivaven immediatament després de sentir la campana, però sense la presència de menjar. El procés de condicionament va tenir èxit. Un segon estímul, el soroll de la campana, substituïa, ara, l'estímul original, el menjar. S'havia adquirit o après una nova relació condicionada. Al final del condicionament ens trobem amb l'aparició d'un reflex condicionat. Esquemàticament la podem representar de la manera següent.

(Abans de realitzar l'experiència no hi ha relació entre les dues línies)

EN → Rx

EI → RI

EN = Estímul neutre. És un estímul qualsevol, en aquest cas el soroll de la campana.

RX = Resposta que provoca l'estímul neutre quan es presenta sol. És una resposta desconeguda.

EI = Estímul incondicionat. És qualsevol estímul del medi que provoca de manera constant una resposta incondicionada. En aquest cas l'estímul és el menjar.

RI = Resposta incondicionada. És la resposta automàtica, innata d'un organisme a un estímul. En aquest cas la resposta és la salivació.

Arran de l'experiència, hi hem d'afegir dos conceptes nous:

EC = Estímul condicionat. És l'estímul neutre que provoca una resposta característica que abans no tenia.

RC = Reacció o resposta condicionada. És la resposta incondicionada, la salivació en el nostre cas, però causada per un estímul condicionat, el soroll de la campana en l'experiment.

Un cop realitzada l'experiència, l'esquema seria el següent:

El condicionament clàssic intenta explicar com realitzem el procés d'aprenentatge, com aprenem a reaccionar davant de nous estímuls. El gos ha après que el soroll de la campana significa que hi ha menjar i comença a preparar l'aparell digestiu amb la salivació. La seva resposta és un acte reflex condicionat. A la nostra vida aprenem moltes conductes amb aquest esquema d'acte reflex condicionat. Per exemple, les relacions entre l'olor i el desig de menjar o bé entre sentir una cançó i recordar moments agradables o desagradables, tal com dèiem abans, són actes reflexos condicionats.

Adquisició i extinció del reflex condicionat.

El gos que utilitza Pavlov en l'experiment és l'exemple típic d'adquisició d'un reflex condicionat. El procés invers s'anomena extinció. Si cada vegada que fem sonar la campana (estímul condicionat = EC), deixem de presentar el menjar (estímul incondicionat = EI) no es produirà el condicionament i com a conseqüència el gos reaccionarà cada vegada més dèbilment davant l'EC, fins al moment en què en sentir la campana ja no salivarà: el condicionament s'haurà extingit. Les respostes condicionades, però, no s'esborren del tot. Pavlov ja va observar aquest fenomen, que s'anomena recuperació espontània. Davant de l'EC els gossos reaccionaven, de vegades, amb la RC apresada abans de l'extinció si sonava la campana l'animal reaccionava salivant. El mateix ens passa a les persones quan després d'una temporada llarga ens trobem que hem de tornar a practicar una habilitat, com per exemple anar amb bicicleta. Tot i que notem que no ens és desconegut del tot els primers moviments són dubtosos. Però com que el condicionament no ha desaparegut del tot, al cap d'un temps tornem a pedalar correctament.

Generalització i discriminació d'estímuls.

Pavlov encara va estudiar més mecanismes de condicionament. Dos d'aquests mecanismes són la generalització i la discriminació d'estímuls. La generalització d'estímuls es produeix quan una resposta condicionada (RC) es fa extensiva a elements que tinguin característiques similars a l'estímul condicionat. Si en l'experiment de Pavlov el so de la campana era una mica més greu o una mica més agut, l'animal reaccionava de forma molt similar, és a dir, salivant. Havia creat una generalització d'estímuls. En la nostra vida social hem creat un acte reflex condicionat entre el color vermell i la presència d'algun perill. I en un procés de generalització, reaccionem amb prudència tant davant del llum vermell del semàfor com davant d'altres llums vermells, com ara el dels bombers, els llums de fre dels automòbils, els de les portes d'algunes entitats que et permeten el pas després d'apagar-se, etc.

De manera paral·lela al procés de generalització, es produeix un procés de discriminació. Consisteix en la capacitat de distingir entre l'estímul condicionat original que ens provoca l'acte reflex condicionat i els estímuls condicionats que se li assemblen. Seria una mena d'equilibri del mecanisme de generalització. Per exemple, quan en una revetlla veiem les galindaines de color vermell, no pensem pas en situacions d'alerta, ni de prohibició. Ben al contrari, formen part d'un ambient que convida a passar-s'ho bé. En aquest cas, malgrat tractar-se d'estímuls que tenen característiques semblants, no els confonem perquè realitzem un procés de discriminació.

2.. J. B. WATSON: EL CONDUCTISME O BEHAVIORISME.

La teoria de Pavlov es converteix en un dels aspectes essencials d'una nova escola psicològica: el conductisme. J. B. Watson (1878-1958) en va ser el fundador. Un dels seus trets fonamentals és l'afirmació que la psicologia només pot tractar del que és observable; resten fora del seu àmbit, doncs, els processos mentals, i a la vegada és diferent de la fisiologia, ja que no es pot confondre l'activitat d'un organisme com un tot amb el seu funcionament orgànic. L'objectiu bàsic de Watson era explicar com aprenem les diferents conductes. La psicologia es converteix en ciència de la conducta i vol establir les lleis de funcionament d'un organisme a partir de la seva conducta.

3. EL CONDICIONAMENT INSTRUMENTAL: THORNDIKE I SKINNER

Al mateix temps que Pavlov treballava en el seu laboratori, el psicòleg americà E. L. Thorndike introduïa un gat famolenc en una gàbia i situava el menjar a l'exterior. A l'interior de la gàbia hi penjava una petita anella que si es pressionava s'obria la porta de sortida i el gat podia satisfer la seva fam. El gat anava fent proves i ho tocava tot per intentar sortir. Casualment tocava l'anella i aconseguia obrir la porta i menjar. Es repetia l'experiment i cada cop el gat tardava menys a tocar l'anella. Thorndike va concloure que els animals i les persones actuaven per mitjà de l'assaig i l'error com a forma d'aprenentatge. A aquesta conducta la va anomenar llei de l'efecte. Un hàbit –estirar l'anella per sortir de la gàbia- s'anirà refermant si va seguit d'un reforç- el menjar-.

Així doncs, mentre que en el condicionament clàssic l'esquema temporal és estímulo-resposta, en el nou model és a l'inrevés. Primer s'espera de l'animal un comportament o una conducta determinada i, quan es produeix, es presenta l'estímul, anomenat també reforç. Aquesta nova visió de Thorndike va ser elaborada i ampliada per Skinner.

Skinner i la seva caixa.

Skinner és la figura més rellevant de l'estudi del condicionament instrumental (o com ell l'anomenava, la teoria del condicionament operant). De bon principi, com a psicòleg, es va plantejar com a objectiu prioritari el descobriment d'elles lleis que regeixen l'aprenentatge. Per treballar sobre aquest tema va crear el que es coneix com a "caixa de Skinner", una gàbia en la qual hi ha una palanca que si es prem cau menjar a l'interior de la gàbia. En les experiències de Pavlov el subjecte de l'experiment té un paper passiu, però en el condicionament operant, el subjecte, un ratolí per exemple, tancat en una gàbia, després d'alguns moviments espontanis, prem casualment la palanca (una resposta) i després d'aquesta acció rep una bola de menjar (el reforç). Si no hi ha resposta, no hi ha reforç, no hi ha estímulo. Aquest depèn de la conducta de l'animal. Així, la relació resposta-reforç en un principi casual tendirà a reproduir-se. El reforç augmenta la probabilitat de noves respostes similars.

La resposta no és, per Skinner, una sèrie de moviments d'un organisme, sinó el que ell anomena un acte o operant, que produeix un efecte determinat sobre el medi. Hi ha una realimentació entre operant i medi. Quan estic escoltant música i m'aixeco de la cadira per canviar un disc, l'acció d'aixecar-se és una conducta, un acte, que afecta el medi, l'aparell de música.

Tipus de condicionament instrumental

Skinner va definir quatre tipus de condicionament instrumental:

- Reforçament positiu.
- Càstig.
- Omissió.
- Reforçament negatiu.

Reforçament positiu.

És un tipus de condicionament que provoca una conducta que s'obté a través d'un estímulo positiu. Un reforç positiu és un premi que incrementa la probabilitat que la conducta es repeteixi. Quan un nen o una nena passa d'emetre sons a articular alguna paraula –papa, mama-, la reacció positiva de l'ambient, el premi, provoca un reforçament d'aquesta conducta. Com a resultat, l'infant tendirà a repetir les paraules. En l'exemple de la caixa de Skinner el reforçament positiu era el menjar. Si estudio i trec bones notes, els meus pares em regalaran un viatge a Londres. Anar a Londres és el reforçament positiu que manté constant la meua conducta d'estudiar. Aquesta mateixa tècnica també la utilitza l'entrenador d'un equip de bàsquet que felicita els jugadors si s'ajusten al seu model de joc. Els tipus de reforçaments positius poden ser primaris, biològics –com ara satisfer la gana, el sexe, etc.-, o bé secundaris –com ara els diners, l'èxit social, les felicitacions, les notes escolars, etc.

Càstig: Aquest procediment consisteix en la presència d'un reforçament negatiu o desagradable. Per exemple: recriminem algú per no guardar-nos un secret. És el contrari de la llei de Thorndike. En la caixa de Skinner es considera càstig quan prémer la palanca va seguit d'un estímul negatiu, per exemple un petit corrent elèctric. En la vida quotidiana, el reforç negatiu seria una escridassada dels pares o dels amics. El càstig té com a finalitat extingir les conductes.

Omissió del reforç: És una forma de càstig que consisteix a retirar l'estímul positiu d'una conducta. L'objectiu de l'omissió i el càstig és provocar l'extinció de la resposta. Si hem condicionat un ratolí a prémer la palanca per obtenir el menjar i a partir d'un moment concret no s'ofereix el reforç –o sigui, el menjar-, la conducta de prémer la palanca tendirà a desaparèixer. Amb aquest tipus de condicionament aconseguim l'extinció d'una conducta. Un exemple de la vida escolar d'omissió del reforç podria ser deixar de qualificar amb bones notes les respostes memorístiques dels exàmens i aleshores s'extingiria la conducta d'estudiar de manera memorística.

Reforçament negatiu: El mecanisme de reforçament negatiu és complex. Perquè es produeixi cal que la persona rebí un estímul negatiu constant i que només el pugui vèncer amb una conducta. Aquest estímul desagradable és el reforçament negatiu que provoca que es dugui a terme la conducta. Per exemple, imaginem un pare el fill del qual plora, marraneja i crida constantment perquè vol que li compri un gelat: els plors del nen són l'estímul negatiu que provoca la conducta del pare de comprar el gelat. És el mateix cas d'un jugador de futbol al qual escridassen els aficionats quan no juga bé. Davant dels crits dels aficionats, un estímul desagradable, el jugador aplica la conducta de jugar de la millor manera que pot.

Càstig i proporcionalitat

El càstig en l'activitat humana és molt complex. El mateix Skinner considerava que era un mal procediment d'aprenentatge. D'una banda, ningú no en discuteix la necessitat, però, de l'altra, el càstig no ofereix cap conducta alternativa. Cal tenir present la resposta posterior de la persona castigada.

Per exemple, suposem que hem suspès la meitat dels crèdits del curs. Això no és motiu perquè se'ns condemni al pitjor dels càstigs, ni tampoc perquè se'ns premii amb unes vacances. Tant en un cas com en l'altre, i com a criteri general, no s'aconseguirà estimular el nostre treball, perquè el càstig i el premi són exagerats en relació a la conducta. Perquè funcioni el mecanisme de reforç cal un requisit vital: la proporcionalitat; és a dir, una relació adequada entre la conducta i les seves repercussions. Els càstigs, tant si són massa forts com si són massa dèbils, poden provocar respostes no previstes. Si són massa forts, poden produir des d'una conducta passiva fins a una conducta violenta. Si són massa dèbils és probable que s'extingeixin ràpidament. Que s'oblidin en un tres i no res. D'altra banda, no es pot confiar que amb una sola vegada que es castigui es modifiqui la conducta sancionada.

No hi ha cap norma ni cap llei que ens assenyali els límits de la proporcionalitat. Les persones i la seva experiència en unes circumstàncies determinades eren l'única referència.

Un dels temes que sempre està d'actualitat és la forma com la societat fa ús del càstig per sancionar qui transgredeix la llei. Les lleis penals són sancionadores, impliquen un càstig més o menys intens: per exemple una multa o la presó. Amb el càstig es pretén que la persona en qüestió no repeteixi la conducta sancionada. Molt sovint els càstigs no aconseguen la seva finalitat. Per què? Moltes disciplines –entre d'altres, el dret, la psicologia, la sociologia i la filosofia- estan implicades en el fet de trobar la resposta a aquesta qüestió i el debat encara segueix en peu. Skinner defensava que el càstig era un mal procediment d'aprenentatge i que el reforç positiu era el millor instrument per aprendre una conducta.

Programes de reforç

Cap a l'any 1932, Skinner es va trobar amb una sèrie de situacions al seu laboratori que es van convertir en una línia d'investigació molt productiva. Què passaria si ensenyava els animals a prémer la palanca però només els oferia un reforç cada minut, per exemple? El resultat no va ser una reducció en la taxa de respostes, sinó un augment. Per tant, un nombre inferior de reforços no implica un nombre més baix de respostes. Skinner va creure que podia elaborar un programa per mitjà del qual es controlava la presència del reforç i convertir-se així en un instrument molt eficaç de control de la conducta. El resultat de les investigacions van ser els programes parcials de reforç. Aquests es divideixen en dos grups.

Els de raó: quan el reforç s'administra després d'un nombre de respostes correctes. Per exemple, a qualsevol treballador se li demana que per cobrar un sol (el reforç) hagi dut a terme correctament la seva feina (la resposta) A l'escola, per aprovar (el reforç), es demana als alumnes un mínim de coneixements d'una matèria (la resposta)

Els d'interval: són reforços relacionats amb el temps transcorregut. Alguns exemples en podrien ser les avaluacions trimestrals de l'escola, o bé la paga setmanal de casa com a reforç per col·laborar en les feines domèstiques. Si les notes de l'institut es donessin un cop cada dos anys o la paga fos trimestral en lloc de setmanal, el reforç potser no seria útil.

El reforç parcial es produeix quan no totes les respostes, sinó només algunes, són seguides per un reforç. Aquest té més efectivitat quan es presenta de forma immediata a la conducta que es pretén condicionar. Els éssers humans podem aprendre amb reforçaments que es presenten bastant després de la conducta establerta, però recordant que el reforç es produirà més tard. En tenim un exemple en els jocs d'atzar: màquines escurabutxaques, loteries, tómbols de fira i sortejos diversos. El fet que el jugador sàpiga que el premi és intermitent provoca que l'organisme estigui expectant i en un grau d'excitació molt alt. Els comentaris ambientals que fan referència al temps que fa que no surt el premi important reforcen més l'interès per la jugada següent. Si el premi no surt ara, sortirà a la propera. Quan aquesta dependència s'intensifica molt, es produeix un trastorn de conducta anomenat ludopatia. Si en un joc el reforç no existís o es produís a cada jugada, perdria el seu interès.

El control aconseguit per Skinner en la conducta animal ha donat resultats espectaculars, com per exemple aconseguir que dos coloms juguin a ping pong o mostrar l'origen del que s'anomena conductes supersticioses. Per mitjà d'experiències realitzades, s'ha comprovat que les diferents espècies animals tenen límits en la seva capacitat d'aprenentatge. Al llarg de la seva evolució, cada espècie ha desenvolupat unes capacitats i una forma de relacionar-se amb el medi. El condicionament operant funciona dins d'uns límits en l'aprenentatge animal. L'home, en canvi, té una gran capacitat d'aprenentatge i mostra una gran diversitat de comportaments.

GLOSSARI

Aprenentatge: Un canvi o adquisició més o menys permanent de conducta que no és causa de la maduració de l'individu, sinó de la seva interrelació amb el medi.

Behaviorisme: Conductisme.

Condicionament: Acció de provocar una nova conducta a partir dels actes reflexos condicionats.

Condicionament clàssic: Reacció condicionada establerta per Pavlov. Perquè aquesta sigui possible, hi ha d'haver una relació entre un estímul incondicionat i una resposta incondicionada.

Condicionament instrumental: Establiment d'alguna relació entre una conducta i el seu reforçament o càstig. Perquè sigui possible no és necessària l'existència prèvia d'una relació entre un estímul incondicionat i una resposta incondicionada.

Conducta: Qualsevol acció d'un organisme.

Conductisme: Tendència psicològica que té com a objectiu descobrir les lleis que regeixen la conducta dels organismes prescindint del que s'anomena món interior de l'individu.

Discriminació: El fet de respondre d'una forma determinada a un estímul específic del medi i no a altres.

Estímul: Qualsevol element del medi (soroll, llum, objectes, objectes en moviment, etc.)

Estímul condicionat: És un estímul en què la relació amb un individu és resultat de l'aprenentatge.

Estímul incondicionat: És un estímul en què la relació amb l'individu no és resultat de l'aprenentatge.

Estímul negatiu: Que produeix un efecte inhibidor.

Estímul positiu: Que té un efecte estimulant, excitant sobre l'organisme.

Evitació: En el condicionament instrumental és la situació en què un organisme rep un reforç negatiu si no realitza l'acció programada (ensenyar a escapar-se quan s'encén un llum, per exemple). No s'ha de confondre amb fugida.

Extinció: Desaparició d'una relació condicionada, d'un aprenentatge.

Generalització: Es dona en una situació de condicionament (clàssic o instrumental) quan un organisme aprèn a actuar d'una forma semblant davant d'estímuls similars.

Hàbit: Conducta apresada.

Operant: Aprenentatge en el qual la probabilitat d'una resposta, d'una conducta, creix o disminueix en funció dels estímuls que hi depenguin.

Realimentació: Qualsevol sistema en què el procés estigui governat pels seus resultats. Bona part de la conducta implica realimentació.

Reforç: En el condicionament clàssic, és l'aparició de l'estímul incondicionat conjuntament o després de l'estímul condicionat. En l'aprenentatge instrumental, és l'aparició o no d'un estímul després d'una conducta.

Síndrome: Quadre clínic en el qual es donen un conjunt de símptomes diversos.

EXERCICIS

1. Si Sempre que es porta un infant a dormir, aquest plora durant molta estona fins que s'adorm. Quines de les tècniques següents utilitzaries? El nen no té cap trastorn fisiològic que li provoqui el plor.

- a. Reforçament positiu
- b. Extinció
- c. Càstig
- d. Adquisició

2. Una nena reclama insistentment l'atenció perquè se li compri un gelat. Fins que no se li compra no calla. Com podríem explicar la relació establerta?

- a. Extinció.
- b. Reforçament positiu
- c. Reforçament negatiu
- d. Càstig

3. Per millorar el rendiment escolar de la seva filla, els pares decideixen reforçar el seu comportament cada dotze hores d'estudi. Quin és el programa utilitzat?

- a. Raó
- b. Interval.

4. Quan fem extensiva una conducta a situacions similars es produeix una

- a. Recuperació espontània
- b. Extinció
- c. Generalització
- d. Adquisició.

5. La preparació del menjar d'un gos va acompanyada de certs sorolls d'estris de cuina. Després d'un temps, l'animal, en sentir aquest so, es presenta al lloc habitual de menjar. Quin condicionament utilitzaríem per explicar el comportament del gos?

.....
.....

6. Quan es produeix una disminució d'una resposta com a resultat de la desaparició d'un estímul positiu es produeix una

.....

7. Ens diuen que portar un amulet dóna bona sort a l'hora d'un examen. El portem i aprovem. Hem la conducta

.....

- a. generalitzat
- b. discriminat
- c. recuperat
- d. reforçat

8. Quan el ratolí prem la palanca i obté el reforç tenim un reforçament

.....

9. Tant en la presència d'un reforç positiu com en la retirada d'un reforç negatiu, el nombre de respostes ¿augmenta o disminueix?

.....

10. El reforçament, ¿augmenta o disminueix el nombre de respostes?

.....

11. El nou entrenador d'un equip vol que els jugadors s'adaptin a la seva idea del que és el joc. Quin mètode general utilitzarà?

- a. Reforçament positiu**
- b. Càstig**
- c. Omissió**
- d. Reforçament negatiu.**

12. Els dos tipus de condicionaments, el clàssic i l'operant, utilitzen els conceptes estímulo-resposta per explicar l'adquisició de conductes. Hi ha diferències pel que fa a l'ús?

.....

13. Un operari percep un sou fix pel seu treball més una quantitat variable de diners segons la seva productivitat (més peces en el mateix temps). Quin programa de reforç parcial explicaria la darrera part?

.....

IMPORTANCIA DEL CONDICIONAMIENTO PARA EL MARKETING

Estudio sobre la importancia de los esquemas conductistas clásicos dentro del mundo de la publicidad.

Texto extraído de Marketing (Universidad Carlos III de Madrid)

Al poner en práctica las estrategias de marketing, los resultados del aprendizaje serán distintos según se haya empleado un esquema clásico o instrumental. Así, la publicidad, que presenta situaciones agradables no directamente ligadas a las características intrínsecas de los productos, está utilizando el esquema del condicionamiento clásico. Por su parte, los anuncios que explican las características intrínsecas y propias de tales productos, están utilizando un esquema de condicionamiento instrumental.

En el caso de los productos cuyas propiedades físicas no son fácilmente diferenciables a simple vista como las bebidas, tabaco o perfumes, es conveniente crear un condicionamiento de tipo clásico, mediante asociaciones, de forma que el individuo distinga dichas propiedades.

Las bebidas alcohólicas y los perfumes constituyen mercados en los que la similitud característica de los productos y la falta de conocimiento por parte de la mayoría de los consumidores para acceder a su auténtica calidad constituyen razones suficientes para constatar la eficacia de los mundos imaginarios construidos en la publicidad. El condicionamiento clásico no necesariamente cambia las acciones, sino que produce cambios en las opiniones, los gustos y las actitudes, que tendrán una posterior aplicación en el comportamiento de los individuos.

Para lograr la notoriedad de una marca mediante la publicidad, se utiliza el condicionamiento clásico. Además, esta técnica permite diseñar campañas muy creativas. El inconveniente es que su coste es muy alto, pues necesita una presencia publicitaria permanente para que se mantenga la relación entre el producto y la situación agradable.

En 1994, Guinness, la famosa marca de cerveza negra, decidió emprender una estrategia que permitiese el aumento de su consumo en España, donde hasta entonces era poco conocida. La estrategia consistía en extender su red de pubs irlandeses, puesto que éstos son el mejor escaparate para la marca. El cliente aprende a consumir cerveza Guinness en un ambiente irlandés y al compás de la música celta, e incluso ha adoptado la tradicional fiesta de San Patricio, patrón de Irlanda. La misma estrategia ha emprendido la empresa sevillana Cruzcampo, creando una red de cervecerías típicamente hispanas al estilo retro, llamadas Gambrinus.

Para productos de alta diferenciación intrínseca, el condicionamiento de tipo instrumental es más fácil de aplicar, ya que el individuo puede, mediante la prueba, darse cuenta por sí mismo de que el producto que está consumiendo es mejor o peor que los otros. El condicionamiento instrumental va a producir cambios en las acciones de los individuos, es decir, el resultado directo del aprendizaje operante hará que el individuo busque comprar el producto la siguiente vez al haber sido reforzada su acción de compra.

Por tanto, si se trata de que la persona pruebe las características del producto, y vaya directamente a una acción de consumo, el condicionamiento instrumental es más adecuado. Además, cada vez que el individuo consuma, está reforzando el uso próximo del mismo. Esto justifica el énfasis en la calidad que ponen algunos fabricantes de productos líderes.

Preguntas.

- **Piensa en anuncios de la televisión o las revistas, y agrúpalos según utilicen el condicionamiento clásico o el instrumental.**
- **¿Realmente influye el marketing o la publicidad en el comportamiento del**

consumidor?

- Imagínate que tienes una empresa de publicidad, te encargan que hagas dos anuncios: uno de un coche, y de otro de un nuevo refresco. Crea ambos anuncios utilizando estrategias de las que menciona el texto, y explica si utilizas el condicionamiento clásico o el operante.

Font: Boulesis.com

Pavlov.

El gos no reacciona al so de la campana.



estímul neutre



no hi ha resposta

El gos saliva quan li apropen el menjar.



estímul incondicionat



resposta incondicionada

Els dos estímuls es presenten junts.



estímul
incondicionat + estímul
neutre



resposta incondicionada

El gos saliva només sentir la campana.



estímul condicionat



resposta condicionada

Unitat 8.

La Psicoanàlisi

Biografia de Sigmund Freud (1856-1939)

Sigmund Freud (2)

Jean Martin Charcot (1825-1893)

Sigmund Freud (3)

Los 10 mitos freudianos

Qüestionari sobre el text: Sigmund Freud (3)

El cas d'Anna O.

"Freud, passió secreta" (Film de John Huston)

Les malalties mentals i la seva teràpia segons la psicoanàlisi

Conceptes fonamentals de la teoria psicoanalítica

Estructura de la personalitat

Glossari

Evolució posterior de la psicoanàlisi

Esquema del psicoanàlisis (extracte de l'obra)

Juego-test: ¿Qué sueña usted?

BIOGRAFIA DE SIGMUND FREUD

Sigmund Freud va néixer el 6 de maig de 1856 a Freiberg, actualment anomenat Příbor, un poble de la regió de Moràvia, a Txèquia. El seu pare era un comerciant de teixits jueu que es va casar tres vegades. Freud va ser el primer fill del tercer matrimoni. Posteriorment va tenir 7 germans. Va estar molt lligat a la seva mare Amalie, que tenia 21 anys quan ell va néixer.

El 1860 el seu pare, mig arruïnat, va decidir traslladar-se a Viena, una ciutat de 700.000 habitants que seria des d'aleshores el lloc on Freud creixeria i desenvoluparia les seves activitats. Viena va convertir-se en els anys següents en el centre cultural europeu, amb la presència de grans artistes, pintors, músics, escriptors: J. Brahms, G. Mahler, A. Sxhönberg, G. Klimt, O. Kokoschka, R. Musil i d'altres.

Freud va ser un estudiant molt brillant, el primer de la classe. Als 17 anys va acabar els seus estudis de batxillerat amb notes excel·lents. Li apassionava la literatura i les llengües. Coneixia a la perfecció Shakespeare i va estudiar llatí, grec, francès, anglès i també sabia italià i espanyol. El cantó fosc de la seva vida d'estudiant de secundària, ja en aquesta època, eren els insults i bromes pel fet de ser jueu.

Va entrar a la universitat per estudiar medicina, tot i que no li interessava massa. També assistia a les classes de filosofia de Franz Brentano. Mentre estudiava, va entrar d'ajudant al laboratori d'Erns Brücke. El 1885, gràcies a una beca, va anar a París a estudiar amb el famós doctor Charcot. Aquesta estada a París va canviar totalment la vida de Freud. Charcot era un metge que estudiava neurologia i els processos psíquics. El seu mètode més conegut en l'aplicació de la hipnosi, Charcot els feia parlar i descobria els motius dels seus conflictes psíquics. El treball de Charcot va fer pensar a Freud sobre la possibilitat de l'existència de mecanismes inconscients que regulen la nostra vida i que més endavant desenvoluparà a la seva teoria de la psicoanàlisi.

Freud va conèixer Martha Bernays el 1882, amb qui va festejar durant 4 anys. Durant aquest temps, Freud només va veure sis vegades la seva promesa, però en canvi li va escriure un total de 1.500 cartes d'una mitjana de 12 pàgines. La mare de Martha no els deixava casar perquè no veia clara l'estabilitat econòmica de Freud. El 1886, Freud va complir 30 anys, es va casar amb Martha i va obrir el seu consultori particular a Viena.

L'interès de Freud pel psiquisme humà té un referent clàssic: en un dels primers casos que va tractar i que es considera la gènesi de la psicoanàlisi. Es tracta del cas d'una noia jove que es deia Berta Pappenheim, però que es va donar a conèixer amb el pseudònim d'Anna O. Aquest cas va tractar-lo el 1880 Josef Breuer, un metge amic i col·laborador seu. El 1895 van publicar plegats el llibre "Estudis sobre la histèria", on s'explica el cas i es parla dels primers elements teòrics que seran la base de la psicoanàlisi. Aquest primer llibre de Freud va ser rebut amb fredor i escepticisme entre els metges vienesos. La importància que donava el llibre a la sexualitat per explicar la histèria i d'altres malalties mentals no era ben vista en la puritana societat vienesa. Al mateix temps, Freud proposava una nova relació entre metge i pacient mental, una relació que qüestionava els mètodes tradicionals de la psiquiatria de l'època, ja que Freud escolta el pacient i intenta buscar en la seva explicació el sentit de la seva malaltia.

Malgrat el rebuig de determinats sectors mèdics i universitaris de Viena, Freud era valorat per alguns psiquiatres i per molts pacients que trobaven la solució dels seus problemes en els nous mètodes de la psicoanàlisi. D'aquesta manera, el 1902, Freud va organitzar unes trobades setmanals amb col·legues propers per discutir els treballs que duïen a terme. Aquesta associació va rebre el nom de Societat Psicoanalítica de Viena. El reconeixement del treball de Freud es va concretar de manera definitiva el 1906 en iniciar una llarga amistat amb Carl-Gustav Jung. Aleshores Jung treballava en una de les clíniques psiquiàtriques més prestigioses d'Europa. A partir d'aquell moment Freud i Jung van treballar plegats i van fundar l'Associació

Internacional de Psicoanàlisi. Però després l'any 1914, Jung va deixar l'Associació i va iniciar una nova branca de la reflexió psicoanalítica que encara vull té seguidors.

La Primera Guerra Mundial (1914-1919) va fer donar un tomb al pensament de Freud. Durant 20 anys havia elaborat els conceptes més importants de la psicoanàlisi i la seva visió de l'ésser humà era bàsicament optimista. Professionalment, s'havia reconegut el seu treball, i la seva família ja estava formada per 6 fills, el darrer dels quals, l'Anna, nascuda el 1895, va ser posteriorment una important psicoanalista. Però, la duresa de la guerra i especialment de la postguerra va canviar la percepció que Freud tenia de la humanitat i del psiquisme. El 1920 publica un treball on parla d'una nova estructura de la personalitat i més endavant escriurà sobre un principi de mort i sobre visions pessimistes de l'agressivitat humana i del desenvolupament de la cultura.

En l'àmbit personal, els anys de la postguerra van ser molt durs per a Freud. A Viena hi havia mancances de menjar i de calefacció. La misèria tornava a la casa de Freud a causa de la inflació. Al mateix temps, diverses morts de gent propera el van afectar moltíssim. Primer fou la seva filla Sophie l'any 1920, i al cap de tres anys el seu nét Heinz, l'únic que tenia, fill precisament de Sophie. També aquest any es va diagnosticar a Freud un càncer de mandíbula i va sofrir la primera de les 33 operacions que li van fer fins a la seva mort.

En els seus darrers anys de vida, Freud va publicar diversos estudis on definia de manera més completa la seva teoria psicoanalítica, que ja tenia un ressò mundial i era utilitzada per molts professionals. Per exemple, el 1922 es tradueixen les seves obres al castellà, el 1926 és visitat per Einstein i el 1929 Thomas Mann, premi Nobel, escriu un text sobre la importància de Freud en la cultura. El surrealisme, moviment artístic i literari que utilitza les aportacions de la psicoanàlisi en les seves obres, es desenvolupa els anys 20 i 30. D'aquest període també són les seves reflexions més filosòfiques sobre el desenvolupament de la cultura humana motivades, entre d'altres coses, pel naixement dels feixismes que s'estava produint a Europa.. El 1933 Hitler és proclamat canceller d'Alemanya i es cremen públicament a Berlín les obres de Freud. És famós el comentari que va fer Freud sobre aquesta crema: "Aquests són els progressos que fem. A l'edat mitjana m'haguessin cremat a m. Ara en tenen prou cremant els meus llibres". El 1938 les tropes nazis envaeixen Àustria. Malgrat que Freud no volia marxar de Viena, els seus amics el convencen i, gràcies a la protecció, entre d'altres, del president dels Estats Units Franklin Roosevelt, Freud va poder exiliar-se a Londres, on morí el 23 de setembre de 1939.

SIGMUND FREUD (2)

La llarga vida de Freud, de 1856 a 1939, aplega un dels períodes més fecunds de la història de la ciència. Als 3 anys es publicà l' "Origen de les espècies" de Darwin, llibre que estava destinat a revolucionar la concepció de l'ésser humà sobre si mateix. Abans de Darwin l'ésser humà se separava a si mateix de la resta del regne animal perquè posseïa una ànima. La doctrina evolucionista convertí l'ésser humà en part de la natura, en un animal més entre els animals. L'acceptació d'aquesta opinió radical significà que podia enfocar-se l'estudi de l'ésser humà segons plantejaments naturalistes. L'individu es va convertir en objecte d'estudi científic, no pas diferent, excepte per la seva complexitat, de la resta d'altres formes de vida.

Quan Freud tenia 4 anys d'edat, Gustav Fechner fundà la ciència de la psicologia. Home de ciència i filòsof alemany del segle XIX demostrà que l'home podia estudiar-se científicament i mesurar-se quantitativament. A partir de llavors la psicologia ocupà el seu lloc entre les ciències naturals.

Darwin i Fechner, exerciren una tremenda influència en el desenvolupament intel·lectual de Freud.

L'interès per les ciències biològiques i la psicologia experimentà un gran salt endavant durant la segona meitat del segle XIX:

- **Louis Pasteur – Robert Koch:** Bacteriologia.
- **Gregor Mendel:** moderna genètica (investigacions en els cultius de pèsols)
- Els nous descobriments de la física influïren també profundament en Freud. A mitjans de segle, el físic alemany Hermann von Helmholtz formulà el principi de la conservació de l'energia. Aquest principi afirmava que, al igual que la massa, també l'energia és quantitat, i que pot transformar-se però no ser destruïda. Quan l'energia desapareix d'una part d'un sistema ha d'aparèixer en una altra part del mateix. Per exemple, quan un objecte es refreda, un altre objecte adjacent s'escalfa.

La nova física possibilità una visió encara més radical de l'individu: pot concebre's que l'ésser humà és un sistema d'energia i que obeeix les mateixes lleis físiques que regulen la bombolla de sabó i el moviment dels planetes.

Deixeble d'**Ernst Brücke** (1874): Aquest exposava la radical opinió de que l'organisme viu és un sistema dinàmic al qual s'apliquen les lleis de la química i la física.

1894: Freud descobreix que podia aplicar-se la llei de la dinàmica tant a la personalitat de l'ésser humà com al seu aspecte corporal. Un cop fet aquest descobriment, Freud va procedir a crear la psicologia dinàmica, que estudia les transformacions i intercanvis d'energia dins la personalitat.

Freud fou, a la vegada, metge, psiquiatra, científic i psicòleg. I també fou quelcom més. Fou filòsof.

Més enllà dels estudis de medicina, l'apassionaven els clàssics grecolatins, els genis literaris com Shakespeare, Cervantes o Goethe. Estudiant a la Universitat, assistia a cursos de filosofia. Llegeix i aprèn del filòsof alemany Arthur Schopenhauer (1788 – 1860): la voluntat de viure d'aquest constituirà un rerefons de la teoria freudiana de les pulsions. La seva ampla formació el capacita per a percebre les més profundes motivacions del comportament humà

El gran coneixement que de la naturalesa humana tenia Freud el feu també pessimista i crític. No tenia una opinió molt elevada de la majoria de la humanitat. Sentia que les forces irracionals de la naturalesa humana són tan fortes que les forces racionals tenen escasses possibilitats d'èxit. Una petita minoria podria viure una vida raonable, però la majoria dels individus se senten còmodes tot vivint amb els seus enganys i supersticions en lloc de la veritat. Freud havia vist que els individus es resisteixen a conèixer la veritat sobre si mateixos.

Freud fou també un crític social. Creia que la societat, creada pels humans, reflecteix en alt grau la irracionalitat humana. En conseqüència, cada nova generació es corromp en néixer en una societat irracional. La influència de l'ésser humà en la societat i de la societat en l'humà és un cercle viciós del que només unes poques persones poden deslliurar-se.

Freud creia que la situació podia millorar si en la criança i educació dels nens s'apliquessin principis psicològics. Això significa, naturalment, que els pares i els mestres haurien de ser objecte d'una reeducació psicològica per tal de poder ser agents eficaços de la raó i la veritat.

Un dels grans mèrits de Freud és la hipòtesi de que la major part del nostre psiquisme és de caràcter inconscient. La descoberta és revolucionària ja que contradiu les afirmacions de la majoria dels filòsofs anteriors que identificaven el psiquisme amb la consciència.

Les investigacions de Freud buscaven un mètode terapèutic per intentar curar les malalties nervioses i van convertir-se poc a poc en una veritable anàlisi del psiquisme, és a dir, en una psicoanàlisi, un estudi de la personalitat, de la ment humana en general. Fins el s. XIX s'acceptava, per amplis sectors, el paper de la consciència com a figura principal de la ment humana. El model era l'individu que regula i dirigeix la seva vida, que sap el que fa i el que ha de fer, guiat sempre per la raó. Un ésser conscient, autònom, lliure en les seves decisions i actes, en definitiva un animal racional.

Un fet molt important va fer que Freud abandonés aquesta concepció i sospités que alguna cosa desconeguda es movia en el psiquisme, va ser el seu contacte amb les malalties nervioses, amb la malaltia mental, amb la ment desequilibrada. Aquells primers casos d'histèria que Freud va analitzar el portaren a pensar que darrera d'uns símptomes orgànics existien unes causes psíquiques que no eren presents a la consciència, en una paraula, que no es coneixien. Freud va certificar l'existència en el psiquisme humà d'experiències i records dels quals no tenim consciència, però que exerceixen una gran influència sobre la personalitat. També va descobrir nombroses forces de caràcter instintiu que dirigeixen els nostres actes en determinades direccions no controlades per la voluntat conscient.

Amb el material patològic que Freud va recollir dels seus pacients, i amb la seva experiència personal, la psicoanàlisi va ampliar ràpidament el seu àmbit inicial fins a convertir-se en:

- 1. Tècnica terapèutica per tractar la neurosi, en especial la histèria.**
- 2. Teoria general de la personalitat, que pretén explicar la seva estructura i el seu funcionament.**
- 3. Teoria de la sexualitat humana.**
- 4. Una interpretació o reconstrucció històrica de la cultura.**

Acabada la carrera de medicina, Freud es va desplaçar a París ((1885-86) amb la intenció de seguir els cursos que el **Dr. Charcot** feia a l'Hospital de la Salpêtrière. Freud estava molt interessat a trobar altres tècniques terapèutiques per guarir la histèria i la utilització de la hipnosi que feia Charcot en aquests casos, semblava tenir grans possibilitats.

Les classes de Charcot van reforçar la seva idea de que darrera les accions humanes existien uns processos mentals inconscients que les condicionen. Els símptomes dels histèrics eren una prova evident de la complexitat d'un psiquisme amagat, que amb l'ajut de la hipnosi es podia descobrir lentament.

Al costat de Charcot, Freud va aprendre que mitjançant l'estat hipnòtic el metge podia controlar els símptomes d'una malaltia que no tenia unes causes d'origen orgànic. L'origen de la histèria es trobava en uns conflictes psíquics desconeguts pel propi malalt i que podien ser manipulats mitjançant la hipnosi.

Poc a poc la hipnosi es va anar manifestant una tècnica molt irregular i és abandonada per una

altra que s'anomena de les lliures associacions d'idees. Consisteix a deixar que el malalt vagi descabdellant els seus problemes més desconeguts i complexos a partir d'idees aparentment simples i poc rellevants (el malalt construeix cadenes d'idees que el porten a poc a poc al conflicte reprimat). Així també s'aconseguia reconstruir la memòria d'aquelles experiències conflictives (catarsi) que el malalt ignora perquè estan reprimides, perquè són, en definitiva, inconscients.

La "repressió" és el segon gran descobriment de Freud: hi ha impulsos reprimits a l'interior de l'individu i que, per tant, resten com submergits en l'"inconscient". Allò reprimat procura per sortir (l'inconscient és, per tant, dinàmic, actiu), però no pot fer-ho a causa de la barrera de la repressió. Aleshores es manifesta mitjançant símptomes neuròtics: angoixa, fòbies, símptomes histèrics, obsessions, idees fixes, etc. Així s'expliquen les neurosis: la repressió n'és la causa.

JEAN-MARTIN CHARCOT (1825 -1893)

El mayor de cuatro hijos varones, Charcot nació el 29 de noviembre de 1825 en París, donde su padre era carrocero. En 1848 lo admitieron en el Internado de los Hospitales de París y quedó marcado sobre todo por la personalidad de su maestro Rayer, amigo de Claude Bernard, médico de Napoleón III y futuro decano de la Facultad de Medicina, En 1853 presentó su tesis sobre la gota, tres años más tarde fue nombrado médico de los Hospitales y encargado de un servicio en el hospital de Lourcine. Después de un fracaso en 1857, fue aceptado como agregado en 1860 gracias a Rayner, quien formaba parte del jurado y a pesar de una prueba oral mediocre. En 1862, dejó Lourcine para ir a la Salpêtrière. Fue en este "museo patológico vivo, cuyos recursos eran considerables", para decirlo con sus propias palabras, donde se desarrolló en lo sucesivo toda su carrera. Colaboró allí con su antiguo compañero de internado, Alfred Vulpian, en investigaciones comunes sobre la patología nerviosa, que contribuyeron en gran medida a poner las bases de la neurología moderna.

En 1872, Charcot sucedió a Vulpian en la cátedra de anatomía patológica. Conservó este puesto hasta que, por esfuerzos de Gambetta, se creó para él, en 1882, la primera cátedra de clínica de las enfermedades nerviosas. Este año fue también el de su ingreso en la Academia de Medicina, seguido de su elección, en 1883, para la Academia de Ciencias. Se convirtió entonces en hombre de la alta sociedad parisiense, mundialmente famoso, que sentaba a su mesa a las celebridades médicas, artísticas, literarias y políticas en el transcurso de las veladas de los martes, que tenían lugar en su hotel del 217 del bulevar Saint Germain. En el Hospital, sus lecciones dinicas atrajeron de todas partes a numerosos espectadores, cuya curiosidad, desgraciadamente, no siempre tenía carácter médico.

Enfermo de angina de pecho desde hacía varios años, murió la noche del 16 de agosto de 1893 de un ataque de edema agudo del pulmón, en el albergue del lago de los Settons, en el transcurso de un viaje de esparcimiento en el Morvan que había emprendido con sus discípulos Debove y Strauss. Sus honras fúnebres solemnes se efectuaron tres días más tarde en la capilla de la Salpêtrière "recubierta de luto, con un gusto que honra a la casa Borniol", como se complació en subrayar el cronista de los Archives de Neurologie.

Charcot nos dejó el recuerdo de un personaje de cultura amplísima, médica y artística, excelente dibujante, que supo aplicar a la caricatura sus dotes de observador, gran viajero, llamado a consulta hasta en la corte de Rusia, gracias a su fama de clínico y de taumaturgo, pero cuyo carácter autoritario y tormentoso no toleraba la menor contradicción. Tuvo dos hijos una mujer, Jeanne, nacida en 1865, y un varón, Jean-Baptiste, nacido en 1867, quien, luego de haber terminado la carrera de medicina para complacer a su padre, del que fue además interno, realizó después una carrera de explorador, antes de morir el 15 de septiembre de 1936 frente a la costa de Reykiavik, a bordo del Pourquoi-Pas?

Los primeros trabajos de Charcot versaron sobre diversos temas de la medicina hasta el momento en que su llegada a la Salpêtrière, en 1862, orientó sus investigaciones hacia el mundo, hasta entonces muy poco conocido, de las afecciones del sistema nervioso, a cuyo estudio aplicó el método anatomoclínico de Laënnec. En el transcurso de los diez años siguientes, produjo lo esencial de una obra neurológica que cien años más tarde conserva aún todo su valor, y cuyos capítulos llevan los títulos de "La esclerosis lateral amiotrófica" o "Enfermedad de Charcot" (1865), la "Esclerosis en placas" (1868), "Las artropatías de la tabes" (1868-1869), o "Las localizaciones medulares" (1873), pero desde 1878, "por la fuerza de las cosas, se vio sumergido en plena histeria" (P. Marie). Con ocasión de la restauración de los locales de la Salpêtrière, adjuntaron a su servicio la "sección de los epilépticos simples" en el

que acababan de agrupar a auténticos enfermos comiciales y a histéricas que adoptaron los síntomas de los modelos convulsivos que tenían ante los ojos.

Rápidamente, Charcot se apasionó por este nuevo campo de investigaciones. Adoptando las ideas de Briquet, quien veía en la histeria una neurosis del encéfalo, quiso aplicar a su estudio - Y éste fue uno de sus errores- la mirada descriptiva y metódica del neurólogo. Pretendió fijar definitivamente las "reglas" del gran ataque histérico, "válidas para todos los tiempos, para todos los países, para todas las razas. Fue entonces cuando se produjo en su obra aquella "pequeña falla" de que hablaría más tarde su discípulo, Pierre Marie, la de la introducción de la metaloterapia de Burq en 1876, seguida de la de la hipnosis en 1878: su manipulación fue confiada, sin tomar las precauciones necesarias, a colaboradores que en su mayoría se inclinaron por mostrar al "patrón" (que, al parecer jamás hipnotizó personalmente a un solo paciente). las manifestaciones que deseaba ver, a partir de un número de enfermos "vedettes" y en resumidas cuentas restringido, exhibidos a mentido en demostraciones públicas y poco a poco educados en una atmósfera de sugestión recíproca.

En 1882, Charcot envió a la Academia de Ciencias una comunicación *Sur les divers états nerveux déterminés par l'hypnotisation chez les hystériques*, punto de partida de las famosas polémicas con Bernheim, a propósito de la asimilación abusiva de la hipnosis a la histeria, de las anestias sensitivo-sensoriales, "creadas en todas sus partes por la sugestión médica exploradora", y de esa "histeria de cultura" por último, producto puro de la escuela de la Salpêtrière, según los de Nancy.

Las teorías de Charcot casi no le sobrevivieron. Sin duda, él mismo lo había presentado, pues unos cuantos días antes de su muerte confesó a su secretario Georges Guinon que "su concepción de la histeria se había tornado caduca y que era necesario volver de pies a cabeza todo ese capítulo de la patología nerviosa".

Sin embargo, el papel de Charcot en la historia de la psiquiatría no fue negativo. Tuvo el mérito de acreditar definitivamente la idea de la histeria masculina, de llamar la atención sobre las manifestaciones de la histeria traumática y, sobre todo, al oficializar con su prestigio el interés médico de la "gran neurosis" favoreció la evolución de la psicología dinámica: Pierre Janet fue su discípulo, creó para él el laboratorio de psicología experimental y los cuatro meses que Freud pasó en su servicio en 1885-1886 influyeron sin duda mucho en el desarrollo ulterior del psicoanálisis.

SIGMUND FREUD (3)

(De la revista MUY INTERESANTE). Septiembre 1989.

"... Publicado en 1823 y firmado por Ludwig Börne, autor alemán famoso en su época por sus escritos de corte liberal. Casi setenta años después, el doctor Sigmund Freud se acordaría de la peculiar propuesta de Börne, al que había leído en su juventud, para crear el método de asociaciones libres, auténtico preámbulo del psicoanálisis.

Curioso, sin duda, que un divertimento literario formara parte del proceso de creación de una de las teorías científicas que marcarán indefectiblemente el siglo XX: el psicoanálisis. Se trata de "un método para la investigación de procesos anímicos apenas accesibles de otro modo", según la definió el propio Freud. Ciertamente la doctrina psicoanalítica supuso un giro copernicano en la comprensión de la mente humana, ya que permitió por vez primera formular y codificar los fantasmas psíquicos que anidan en el subconsciente del hombre y que obstaculizan su relación con la realidad. ¿Sus nombres? Represión, complejo de Edipo, complejo de castración, trauma sexual, frustración... Todos ellos están integrados ya en el lenguaje cotidiano de hoy, pero a finales del siglo XIX quienes padecían estos conflictos mentales eran totalmente rechazados por la clase médica por considerarlos imaginarios. Con Sigmund Freud y su método psicoanalítico llegó la revolución.

¡Quién iba a pensar, aquella primaveral tarde del 6 de mayo de 1856, que el recién nacido que Amalia Freud sostenía emocionada en sus brazos —su primer hijo— iba a brillar con luz propia en la historia! Sigmund Freud era hijo de Jacob, modesto comerciante de lanas en la pequeña ciudad de Freiberg (Moravia, región de Checoslovaquia) y de Amalia, con quien se había casado en segundas nupcias, tras haber fallecido su primera mujer. La infancia del pequeño transcurrió feliz y dentro de la normalidad, es decir, bajos los peculiares patrones de conducta que Sigmund Freud descubriría años más tarde.

Una de sus teorías más famosas señala que las bases esenciales del carácter y de la sexualidad quedan definitivamente selladas a la edad de tres años, en la primera infancia. Lo que sucedía después de esta época puede modificar pero no cambiar los rasgos de personalidad establecidos en las etapas más tempranas de la vida. Pues bien, cuando el pequeño Sigmund contaba casi cuatro años de edad fue arrancado de Freiberg para asentarse con su familia en Viena. La razón hay que buscarla en el odio hacia los judíos que los austriacos habían fomentado entre la población checa. Y la familia del pequeño Sigmund profesaba esta religión, por lo que, para evitar problemas futuros emigraron a la gran Viena, donde imaginaban que pasarían más inadvertidos.

Parece ser que el pesado viaje en tren desde Freiberg a Leipzig, donde los Freud vivieron durante un año antes de asentarse en Viena, produjo en el niño una marca de fobia a los trenes que le duraría doce años, según dedujo mucho después Freud en el psicoanálisis que se realizó a sí mismo. También sufrió, como hijo primogénito que era, conflictos de celos hacia su hermana menor, Ana. Y cómo no, en estos primeros años de su vida atravesó el consiguiente complejo de Edipo, descubierto por Freud y que él definió así: "el niño concentra sobre la persona de la madre sus deseos sexuales y desarrolla impulsos hostiles contra el padre, considerado como un rival". De hecho, el propio científico recordaba en su vejez cómo de niño se orinó deliberadamente en el dormitorio de sus padres. La reprobación del cabeza de familia no se hizo esperar: "Este niño nunca llegará a nada", sentenció. El impacto de esas palabras en el pequeño fue brutal. En su madurez escribiría: "Esto debió representar una afrenta terrible para mi ambición, ya que mis sueños registran una y otra vez alusiones a esta escena, seguidas siempre de una enumeración de las cosas por mí realizadas y los éxitos alcanzados, como si quisiera decir: "después de todo, ya ves que he llegado a ser algo".

Su primera infancia, pues, estuvo ya jalonada de esos conflictos que hoy calificamos de

absolutamente normales pero a los que nadie, hasta las investigaciones de Freud, había intentado dotar de una entidad real.

Los primeros años en Viena debieron resultar difíciles para aquella familia de emigrantes checos y "no vale la pena recordarlos", según comentó en una ocasión el científico. Su adolescencia estuvo dominada por una insaciable curiosidad de tintes humanistas. De hecho, el feliz hallazgo de la obra de Darwin resultó decisivo para el joven Sigmund pues le llevó en línea directa hacia una mejor comprensión del mundo. No obstante, fue la lectura del ensayo de Goethe. La naturaleza lo que le decidió a decantarse por las ciencias. Se inscribió en la Facultad de Medicina de Viena cuando contaba 17 años.

El hombre multidisciplinario que fue durante toda su vida quedó dibujado ya en el transcurso de la carrera: además de acometer las asignaturas propias de Medicina, se apuntó a cursos y seminarios de física, filosofía y zoología práctica. También trabajó como alumno investigador en el prestigioso laboratorio de fisiología de Ernst Brücke, en donde realizó diversos trabajos de biología muy por encima del nivel de principiante. Es más, según Ernst Jones, discípulo suyo y autor de una voluminosa biografía sobre el científico, en aquellos años Freud ya estableció el concepto de la unidad de células y procesos nerviosos, núcleo esencial de la futura teoría neuronal.

El campo de la investigación era el que más le atraía, y a él quería consagrarse cuando a los 25 años terminó la carrera con la calificación de excelente. Sin embargo, la poca remuneración económica que prometía el trabajo de laboratorio le hizo desistir, muy a su pesar. Además, se había enamorado perdidamente e Marta Bernays, una burguesita judía de ascendencia alemana con la que se casaría cinco años más tarde. Así las cosas, debía ganar un sueldo que le permitiera formar una familia. Con suma tristeza, dejó el Instituto Brücke y se enfrentó a uno de los grandes conflictos de su vida: ejercer de médico.

Para el joven licenciado resultó muy doloroso ingresar como aspirante a interno en el Hospital General de Viena, donde pasó por el calvario de rotar por los distintos departamentos: cirugía, medicina interna, oftalmología, dermatología... Y así hasta finales de 1883, cuando, a los 27 años de edad, ingresó en el Nervenabteilung, es decir, la sección de enfermedades nerviosas. Allí pudo constatar cómo los pacientes eran atendidos sin las más elementales normas de higiene. Para evitar hacinamientos, se les enviaba con frecuencia a los curanderos y charlatanes. Se trataba, en suma, de enfermos inoportunos, simuladores que, según los médicos, sólo querían llamar la atención.

Sin embargo, Freud vio en ellos un gran reto a la ciencia. Tenía la secreta sospecha de que tras la neurosis se ocultaba algo de naturaleza poderosa que se hallaba escondido tras la consciencia. Y emprendió el camino: solicitó una beca para trabajar en París junto al gran Jean Martín Charcot, célebre neurólogo francés que fue el primero en descubrir la histeria y uno de los pioneros de la moderna psiquiatría.

Por aquel entonces la histeria estaba considerada como una patología exclusivamente femenina –histeria proviene de histeros, que significa útero- solucionada mediante la extirpación del clítoris. Pero Charcot quiso ir más allá. Demostró que con la hipnosis se podían provocar artificialmente los síntomas histéricos –parálisis y contracciones-, luego el problema tenía posiblemente una raíz psíquica. Freud quedó impresionado con este descubrimiento: veía en el estudio de la histeria y en la técnica del hipnotismo la gran oportunidad de su vida para adentrarse en el estudio de la psique humana. Corría el año 1885. A partir de este momento comenzaba en su mente la cuenta atrás para el despegue del psicoanálisis.

Volvió a Viena entusiasmado y corrió a relatar la experiencia con Charcot a su gran amigo Josef Breuer, médico vienés con el que le unía una gran amistad desde hacía años. "Antes de mi viaje a París –relata- Breuer me había comunicado un caso de histeria, sometido por él desde 1880 a 1882 a un tratamiento especial, por medio del cual había conseguido penetrar profundamente en la motivación y significación de los síntomas histéricos". Ahora Freud quería más datos, más detalles sobre el caso. Y se lo pidió a su colega y amigo.

Se trataba de la joven de 21 años Anna O., que fue llevada hasta el doctor Breuer con una insistente tos nerviosa que precedía a otra serie de dramáticos síntomas: contracturas musculares, parálisis de las extremidades, pérdida de visión y... ¡doble personalidad! En efecto, Anna se comportaba a veces como una persona normal y otras como una criatura llena de maldad. Entre un estado y otro, la joven caía en un estado de autohipnosis del que despertaba relajada y lúcida. Breuer aprovechaba esos momentos para charlar con la muchacha sobre los acontecimientos cotidianos, pero guiaba la conversación hacia los más desagradables. A medida que transcurría el tiempo, el médico se ganó la confianza de la joven, y ésta se acostumbró a relatarle cómo se iniciaban los síntomas. Un día sucedió algo sorprendente: bastó con que Anna hablara de uno de ellos para que éste no volviera a aparecer. Inmediatamente, Breuer animó a la muchacha a que expresara verbalmente los síntomas restantes. ¡Y desaparecían!

Anna O. bautizó la operación como cura de conversación o limpieza de chimenea. Pero era mucho más que eso: había inventado el método catártico, como lo bautizaría posteriormente Breuer. Es decir, la eliminación de recuerdos o hechos que perturban el sistema nervioso. Porque, como señaló Freud, "los síntomas neuróticos poseen –al igual que los actos fallidos y los sueños- un sentido propio y una íntima relación con la vida de las personas en las que surgen".

El problema de Anna O. era fruto, en buena parte, del trauma que supuso para ella cuidar durante largo tiempo a su padre enfermo. Por medio del procedimiento catártico se liberaron los conflictos psíquicos que habían provocado el mal, y la muchacha quedó curada. No obstante, Breuer omitió deliberadamente a Freud, quizá por un complejo de culpabilidad, la segunda parte de la historia: el caso de Anna O. le había absorbido tanto que su esposa se mostró celosa y enfadada. Cuando el médico lo advirtió, acabó con el tratamiento. Al día siguiente, llevaron a la joven hasta Breuer más enferma que nunca y con dolores de un falso parto histérico. Absolutamente perplejo, el médico la calmó con hipnosis, pero después cerró la casa y se fue a Venecia con su esposa en viaje de segunda Luna de Miel. No quiso saber nada más de su paciente. Años más tarde, cuando Freud demostró la importancia del factor sexual en la génesis de la neurosis, Breuer le confesaría este suceso. De haberlo hecho antes, sin duda le habría ahorrado al científico buena parte de su investigación. De cualquier forma, Freud ya sospechaba que libido y neurosis mantenían una relación causal. "Traspasé los límites de la histeria y comencé a investigar la vida sexual de los enfermos neurasténicos", señala en su autobiografía. Es el momento clave de la transición del método catártico hacia el psicoanálisis.

"El doctor Sigmund Freud, Docente en Neuropatología, acaba de regresar de una estancia de seis meses en París, y reside actualmente en Ratahausstrasse nº 7". Éste fue el anuncio que el 25 de abril de 1886 insertó Freud en un periódico vienés. Se había decidido, pues, a abrir una consulta privada para tratar pacientes neuróticos. El gabinete supuso para él una especie de laboratorio en el que estudiaba, con microscopio, un sinnúmero de cuadros patológicos de neurosis. Y observó que existía un hecho común a todos ellos: una gran parte de los recuerdos indeseables que extraía a sus pacientes se referían a vivencias sexuales, muchas veces dolorosas y traumáticas. Mediante el método catártico, Freud orientó los relatos hacia ese campo. La observación minuciosa de las descripciones que recibía le permitieron eliminar cualquier duda. Por fin podía confirmar que la neurosis se debe a perturbaciones de la función sexual. Estableció que la sexualidad existe desde el nacimiento "y se apoya directamente en las demás funciones importantes para la conservación de la vida. Luego, se hace independiente, pasando por un largo y complicado desarrollo, hasta llegar a constituir lo que conocemos con el nombre de vida sexual normal del adulto".

Todo este proceso se halla jalonado, según Freud, de diversos estadios –fase autoerótico, oral, genital...- que según se asuman de una manera o de otra, determinarán la existencia de neurosis. Cuando por fin hizo públicas sus conclusiones, estalló la polémica. La clase médica se rasgó las vestiduras y se negó a aceptar la teoría. Aquella sociedad puritana no podía aceptar que en la más tierna infancia existiera ya sexualidad latente.

Freud siempre fue muy sensible a las críticas de los demás, y éstas le llegaron muy hondo. Aun

así, decidió seguir adelante con sus trabajos e investigaciones. El descubrimiento constituía sin duda un gran paso, pero aún faltaban varias piezas del puzzle. Acostumbraba a aplicar la hipnosis a sus pacientes, pero descubrió que los enfermos olvidaban hechos de su vida interior y exterior que sólo recordaban en el estado hipnótico. Había que hallar el motivo. Una paciente observación dio como resultado la teoría de la resistencia y la represión del subconsciente, auténtico puntal de la técnica psicoanalítica y base principal para la comprensión de la neurosis.

Cuando en la vida de un individuo surge un conflicto anímico, se produce la lucha entre dos fuerzas: el instinto y la resistencia. Si el proceso de pugna se resulte normalmente, el instinto sería el perdedor. Ganaría, pues, el yo consciente, razonando e intelectualizando el problema. Sin embargo, en el paciente neurótico el impulso instintivo ganaría ante el yo consciente, por lo que éste utiliza mecanismos de defensa continuos que intentan frenar el impulso instintivo. A este proceso Freud lo definió como represión. A partir de ahora, la labor consistía en descubrir las represiones que dañaban especialmente la psique del paciente y lograr su eliminación. Por fin había llegado el momento. "Al nuevo método de investigación y curación lo llamé psicoanálisis, en sustitución de la catarsis", escribía Freud. Tenía 36 años.

El último paso fue abandonar prácticamente el hipnotismo –dado que no aseguraba la profundidad deseada- y establecer el método de asociaciones libres como sistema de indagación en el subconsciente del enfermo.

La base para ese nuevo paso ya se la había proporcionado Börne: el paciente se dejaba llevar por las ideas que acudían a su mente y, a medida que afluían, se las relataba a su –ahora sí- psicoanalista. Aunque aparentemente resultaran inconexas, todas tenían un sentido real para Freud, que minuciosamente iba encajando las piezas del puzzle psíquico del enfermo. Su amigo Josef Breuer sentenciaba: "La inteligencia de Freud está alcanzando su máxima altura. Lo sigo con la vista como una gallina que contempla el vuelo del halcón". Pero no todos pensaban igual.

Durante los diez años que duró el proceso de creación del psicoanálisis –desde 1890 hasta bien entrado el siglo XX-, Freud no tuvo casi ningún partidario y se le sometió al más cruel aislamiento científico. "En Viena se me evitaba, y el extranjero no tenía noticia alguna sobre mí", se lamentaba. Incluso cuando en 1900 publicó su obra maestra "Interpretación de los sueños", en la que establece que la realización de un deseo oculto constituye la esencia de un sueño, apenas fue reseñada en las revistas médicas. Pero, poco a poco, a medida que avanzaban los primeros años del nuevo siglo fue imponiéndose la verdad. En 1902 se formó en torno a Freud un grupo de fieles seguidores de su teoría, que se reunían con su maestro una vez a la semana. Se constituyó así la "Sociedad psicológica de los miércoles", porque era éste el día de la semana en el que se realizaba la tertulia. Al mismo tiempo, en diversas partes de Europa algunos psiquiatras comenzaron a interesarse por el psicoanálisis. El círculo se fue ampliando y, en 1908, "los amigos de la naciente disciplina", como los denominaba Freud, celebraron el primer Congreso Internacional y convinieron la creación de la histórica revista "Anuario para investigadores de psicopatología y psicoanálisis", dirigida por Jung, su más fiel discípulo. Dos años después se creó la "Asociación Psicoanalítica Internacional", y con ella comenzó una fase de intensos intercambios, discusiones y... cismas.

En efecto y como suele suceder en el marco de una ciencia nueva, dentro del grupo psicoanalítico se iniciaron diversas corrientes que acabaron en auténticas disidencias. El caso más notorio fue el de Jung, que intentó integrar en la naciente doctrina elementos mitológicos y simbólicos, conceptos estos tan alejados de la teoría freudiana que no permitían otra salida que la escisión.

De cualquier forma, el gran maestro siguió profundizando en su obra e incluso aún intentó otra aventura: la aplicación del psicoanálisis a la cultura y a la historia. Buena prueba de ello son sus trabajos sobre "Psicoanálisis del arte" o "El malestar de la cultura". Esta faceta, sin embargo, no fue aceptada en diversos círculos porque –alegaban- un colectivo no puede ser entendido como un sujeto a gran escala. De todas formas, y durante todo el siglo XX, han sido muchos los intelectuales y artistas que no han podido evitar el uso de psicoanálisis como elemento formal

en sus obras. El surrealismo onírico en la pintura, el ensayo "El idiota de la familia", de Jean Paul Sastre, la célebre película "Recuerda", de Alfred Hitchcock o la obsesiva utilización de esta doctrina en los libros y películas de Woody Allen constituyen buenos ejemplos de esta influencia.

Adolf Hitler, cuya personalidad le hacía merecedor de un puesto de honor en el diván freudiano, fue precisamente quien impidió a Freud terminar sus días en su querida Viena. Ya en la vejez, tuvo que huir precipitadamente hacia Londres, debido a la presencia de las tropas hitlerianas en Austria. Aunque su salud era delicada, siguió trabajando sin descanso en nuevos artículos y nuevos proyectos. Su pasión por el conocimiento y la investigación no tenía límite. Pero la naturaleza se lo acabó imponiendo, y un cáncer de boca cortó de cuajo su enorme vitalismo. El último libro que pudo leer fue "La piel de Zapa", de Balzac. "Es justamente el libro que necesito. Trata del hambre", comentó. Su discípulo Ernest Jones interpretó así sus palabras sobre la obra: "Posiblemente se refería a ese reducirse gradualmente, volverse más y más pequeño, que el libro describe de un mudo tan punzante". Sigmund Freud dejó de existir el 26 de septiembre de 1939, a los 83 años de edad, hace exactamente medio siglo. Gracias a él, la inmensa mayoría de la humanidad ha aprendido muchas cosas que ignoraba sobre sí misma."

Inés P. Giné

Notes:

LOS DIEZ MITOS FREUDIANOS.

ELLO: Estructura psicodinámica que opera en el campo del subconsciente y responde automáticamente la búsqueda de la satisfacción inmediata del individuo.

YO: Controla la estructura psíquica y es el encargado de organizar la memoria, el pensamiento y el juicio.

SUPERYO: Sintetiza los ideales y las reglas éticas y morales del individuo.

LÍBIDO: La energía sexual en la que se concentran todas las fuerzas psíquicas. Sus alteraciones constituirán la causa de las disfunciones del aparato psíquico.

REPRESIÓN: Mecanismo primario de defensa que intenta frenar los impulsos instintivos.

ACTO FALLIDO: Fenómeno que consiste en sustituir inconscientemente una palabra o una idea por otra. Según Freud, responde a impulsos e intenciones retenidas o reprimidas.

COMPLEJO DE EDIPO: A edades muy tempranas, el niño concentra sobre la madre sus deseos sexuales y desarrolla impulsos hostiles hacia el padre.

TRANSFERENCIA: Relación que surge entre el paciente y el psicoanalista y en la cual se transfieren cualidades de uno a otro.

CONFLICTO ANÍMICO: Pugna entre el yo consciente y los instintos impulsivos.

SUBCONSCIENTE: Región de la personalidad en la que la actividad psíquica no aflora al estado consciente. El psicoanálisis centra en él toda la terapia.

Notes. "Los sueños". Una obra onírica de Dalí. Encierran claves de la mente.

Notes. La revolución aportada por Freud también llegó a España, como se ve en los libros de

1929 y 1934.

Notes: Berta Pappenheim era Anna O., la pionera del método catártico. Sus síntomas –parálisis, ceguera...- desaparecían según iba hablando de ellos.

Notes. Su maestro Charcot, pionero de la moderna psiquiatría.

Notes: Breuer: su apoyo científico y económico fue capital para Freud.

Notes. **PARA SABER MÁS.**

"Autobiografía". Sigmund Freud. Alianza Editorial, Madrid, 1987.

"Vida y obra de Sigmund Freud". Ernest Jones. Editorial Anagrama, Barcelona, 1981.

"Introducción al psicoanálisis", Sigmund Freud. Alianza Editorial, Madrid, 1967

Questionari sobre el text:

1. "Mètode de asociaciones libres". Explica-ho.
2. Per què marxen de Freiberg cap a Viena, Freud i la seva família?
3. Quines disciplines estudia Freud durant la seva carrera?
4. Exerceix de metge? Durant quant de temps? On? Se sent satisfet? Per què?
5. Què és la histèria? Com se solia « guarir » al segle XIX?
6. Qui és Charcot? En què destaca?
7. Per què Breuer guiava la conversa vers records desagradables amb la pacient Anna O.? Com bateja Breuer aquest mètode? Com ho anomena col·loquialment la famosa pacient?
8. En general, quina és la causa de la neurosi segons aquest text? Per què la comunitat mèdica no ho acceptava?
9. Quina és la causa de que Freud abandoni la tècnica de la hipnosi? Com la substitueix per tal de penetrar en l'inconscient?
10. Quina diferència hi ha entre la psicoanàlisi i el mètode catàrtic?

EL CAS D'ANNA O.

El text següent recull fragments de la narració de Breuer i Freud publicada l'any 1895 (J. Breuer i S. Freud "Estudis sobre la histèria").

"La senyoreta Anna O. de 21 anys quan va contraure la malaltia (1880) era sana sense mostrar anteriorment nerviosisme. Tenia una intel·ligència excel·lent, una intuïció penetrant, grans dots poètiques i fantasia, controlades per un raonament crític. Tenia una voluntat forta i era persistent. Era bondadosa i caritativa i mostrava una tendència a la desmesura en els seus comportaments.

La seva vida era monòtona i li agradava de manera sistemàtica somiar desperta, el que ella en deia "teatre privat", però ningú no se'n adonava d'aquesta activitat..

El juliol del 1880 el pare d'Anna O. Va tenir una greu malaltia a causa de la qual va morir l'abril del 1881. Durant els primers mesos de la malaltia l'Anna es va dedicar a tenir cura del seu pare. Però aviat va començar a patir una sèrie de símptomes com anèmia, fàstic als aliments, una tos molt intensa. A començaments de desembre va tenir problemes a la vista i va haver d'estar-se al llit fins al mes d'abril de l'any següent. De seguida va tenir més símptomes: mals de cap, li semblava que les parets s'inclinaven, no podia girar el coll, anestèsia al braç i a la mà dreta i més endavant a la cama esquerra i al braç esquerre. Quan vaig començar a tractar la malalta em vaig convèncer de trobar-me davant d'una greu alteració psíquica. Hi havia dos estats de consciència separats i que s'anaven alternant al llarg de la malaltia. En un d'aquests, coneixia el seu entorn, estava trista i angoixada però relativament normal. En l'altre, al·lucinava, es portava malament, insultava tothom, llençava els coixins, arrencava botons de la roba de llit. Més endavant alternava moments de gran angoixa i al·lucinacions amb moments de clarividència. Posteriorment va tenir problemes amb el llenguatge. Va passar-se fins a dues setmanes sense dir res. Després, tot i que habitualment parlava alemany, només parlava en anglès i quan estava més tranquil·la en francès i italià.

El 5 d'abril va morir el seu pare. En el trauma psíquic més greu que podia afectar-la. Va continuar tenint problemes amb el moviment del braç dret i la cama dreta, amb la vista, amb el reconeixement de gent propera. Només a mi em coneixia quan entrava, i sempre estava desperta i desvetllada quan parlava amb ella excepte quan, de cop i volta, tenia absències al·lucinatòries. Continuava parlant en anglès i no entenia l'alemany.

El seu estat continuava empitjorant. Els capvespres vivia en uns estats de somnolència que eren poblats de figures terrorífiques. Es negava a menjar. Va demostrar impulsos suïcides i era perillós que visqués en un tercer pis. Contra la seva voluntat, se la va traslladar a una casa al mig del camp pel juny del 1881. Allà també va intentar suïcidar-se i va passar dies sense menjar. Jo no podia anar cada dia a la nova casa, i el cas evolucionava de la manera següent: quan jo la visitava, al capvespre i enmig del seu estat de somnolència, li treia els fantasmes que havia anat acumulant des de la meua última visita. Aleshores ella es quedava tranquil·la i l'endemà era amable, dòcil i treballadora. Però aquest estat durava només tres dies. Costava de fer-la tornar a parlar, procediment pel qual ella s'havia inventat el nom seriós i encertat de **talking cure** ("cura de conversa") i l'humorístic de **chimney-sweeping** ("neteja de xemeneia"). Les nits que no aconseguia calmar-la per mitjà de la conversa, calia fer ús del cloral (compost químic que es fa servir com a hipnòtic). Continuava l'alternància en els dos estats de consciència. El seu estat general va millorar a grans trets, però continuava el ritme del seu estat psíquic: l'endemà d'un talking cure estava amable i alegre, el segon dia irritable i desagradable i el tercer dia antipàtica.

A la tardor, la pacient va tornar a la ciutat, però es va posar a viure en una casa diferent d'on

havia emmalaltit, i el seu estat físic i mental era tolerable. Pel desembre, però, el seu estat va empitjorar. Pels volts de Nadal, els seus relats ja no eren nous, sinó que parlaven dels fantasmes i situacions viscuts just el 1880, un any abans, quan va haver de deixar el seu pare i ella va estar malalta. A partir d'aleshores els dos estats de consciència s'alternaven de la manera següent: al matí, cada cop tenia més absències, i al capvespre ja només vivia en les absències. En el primer estat, vivia l'hivern de 1881-1882, mentre que en el segon estat vivia l'hivern de 1880-1881 i havia oblidat tot el que va passar després, excepte la mort del pare. El trasllat un any enrere era tan intens que confonia el seu nou domicili amb l'anterior i quan volia dirigir-se a la porta xocava contra l'estufa perquè estava situada, en relació a la finestra, en el mateix lloc que la porta de la seva antiga habitació. Aquesta situació va durar fins al juny de 1882, quan va deixar d'estar malalta”.

RESOLUCIÓ DEL CAS D'ANNA O.

“El primer cop que per una declaració casual, no provocada, va desaparèixer un símptoma, vaig quedar-me molt sorprès. A l'estiu, hi va haver un període de molta calor i la pacient sofria molt perquè de cop i volta i sense cap raó li era impossible de beure. Agafava un vas d'aigua i així que aquesta tocava els seus llavis, llençava el vas com si fos hidrofòbica. Vivia a base de fruita, melons que calmaven la seva set. Quan ja feia sis setmanes que durava aquesta situació, va començar a explicar, en estat d'hipnosi, que havia anat a l'habitació de la seva dama de companyia, una anglesa a qui Anna O. No estimava gens, i havia vist com el gosset de la dama de companyia bevia d'un got. Anna O. No va dir res perquè volia ser amable. Després d'explicar aquest fet va demanar per beure, va prendre un got d'aigua i va despertar de l'hipnosi amb el got a les mans. A partir d'aquell moment la pertorbació va desaparèixer per sempre. De la mateixa manera van desaparèixer altres estranys capricis després de relatar la vivència que els havia causat. Més endavant van començar a desaparèixer les seves contractures i paràlisis a la cama dreta. A partir d'aleshores es va desenvolupar un procediment tecnioterapèutic. El relat dels records de manera sistemàtica servia per anar-ne eliminant de mica en mica els símptomes: les pertorbacions de la vista i l'oïda, les neuràlgies, les anestèsies a parts del cos, les pertorbacions en el llenguatge... A vegades, el fet de recordar no s'aconseguia amb facilitat. En una ocasió, es va deturar el procés perquè un record no volia aflorar. Es tractava d'una al·lucinació que provocava molt de terror a la malalta: havia vist el seu pare, de qui tenia cura, amb una calavera. Ella i els seus familiars van recordar que quan estava aparentment sana havia anat a visitar un parent i s'havia desmaiada. Per superar aquest obstacle va tornar a casa del parent i en entrar-hi es va tornar a desmaiar. A la hipnosi del capvespre es va superar l'obstacle: quan va entrar en aquella habitació havia vist el seu rostre en un mirall proper a la porta, però no es va veure ella mateixa sinó el seu pare amb una calavera. S'observa com la por a un record, com aquest cas, inhibeix el seu aflorament.

D'aquesta manera vam anar repassant els seus símptomes i descobrint-ne les causes. Per exemple, tenia problemes de llenguatge des que una vegada la van renyar injustament. Va tenir problemes de visió perquè en una ocasió en què vetllava el seu pare i ella estava plorant, de cop el seu pare li va preguntar l'hora i ella no podia veure-hi clar perquè tenia els ulls plens de llàgrimes i es va esforçar perquè no volia que el seu pare la veiés plorar. La tos sense control li va tenir al començament de la malaltia del seu pare, mentre en tenia cura. Va sentir música de ball d'una casa veïna i va desitjar trobar-s'hi, però aquest desig la va fer sentir culpable. Des d'aleshores sempre reaccionava amb una tos incontrolada quan sentia una música de ritme marcat. D'aquesta manera, cada símptoma desapareixia després de relatar el primer cop en què es va produir. Aquesta teràpia va acabar amb la histèria. Aleshores va deixar Viena i va fer un viatge, però va fer falta encara bastant de temps perquè recuperés el seu equilibri psíquic. A partir d'aleshores va gaudir d'una salut perfecta.”

"FREUD, PASSIÓ SECRETA"

Director: John Huston. (1962).

Es parla del cas d'Anna O. Si pots veure-la, compara el tractament cinematogràfic que en fa aquest director amb la narració de Breuer que has llegit

Intenta identificar al llarg de les diferents seqüències i de l'argument, els següents passos:

- Les tres revolucions de la visió de l'ésser humà. Introducció per part del realitzador, John Huston. (Revolució heliocèntrica, Darwin, Freud).
- Viena: Quina visió es té de la histèria? (Hospital General de Viena)
- París: Quina visió es té de la histèria? (Charcot) i possibles mètodes de guariment.
- Retorn a Viena: Discurs a l'Acadèmia. Reaccions.
- Associació amb el Doctor Joseph Breuer.

Fils argumentals: (3 casos)

Cecily

- Hipnosi.
- Fracàs de la hipnosi
- Repressió de l'inconscient
- Associació lliure d'idees
- Com arriba a l'inconscient
- Lapsus linguae
- Mecanismes de transferència (Identificació amb el metge – enamorament)

Freud

- Somnis, malsons
- Relacions amb la mare.
- Vergonya o por del pare
- Sexualitat infantil
- Desig de la mare

Fill del general

- Què impressiona tant a Freud de la seva conducta.
- Complex d'Èdip

- Desacord amb Breuer.
- Guariment de la Cecily
- Segon Discurs a l'Acadèmia.

PER COMPLEMENTAR CONEIXEMENTS...

LES MALALTIES MENTALS I LA SEVA TERÀPIA SEGONS LA PSICOANÀLISI.

Bàsicament, la malaltia mental que tracta la psicoanàlisi és la **neurosi**. La neurosi és un trastorn mental ocasionat per un conflicte interior entre els desitjos inconscients de l'allò, o les exigències del superjò, i el jo conscient. Podríem definir-la com la incapacitat del jo per resoldre els conflictes inconscients del psiquisme. La persona neuròtica manifesta determinats símptomes que dependran del tipus de neurosi que pateixi. Són persones molt inestables emocionalment, a vegades agressives contra elles mateixes o contra els altres, amb possibles trastorns en el son i també en aspectes físics com la vista, els moviments de braços i cames, etc. La psicoanàlisi va estudiar especialment dos tipus de neurosi: la **neurosi histèrica** i la **neurosi d'angoixa**. La causa que desencadena una neurosi pot ser un conflicte emocional com la mort d'un familiar, un fracàs professional o personal, un estrès de treball, etc. Però darrera de la causa determinant s'amaga el conflicte inconscient entre el superjò o l'allò i el jo. Les relacions entre el neuròtic i els altres són ambivalents, perquè necessiten dels altres, però també en desconfien..

La neurosi histèrica es caracteritza perquè es manifesta en forma de mals funcionaments corporals, motors, visuals, d'oïda, d'alimentació, etc.

La neurosi és una malaltia que també s'ha analitzat en altres escoles psicològiques que defensen unes causes i unes teràpies diferents de les proposades per la psicoanàlisi..

La teràpia psicoanalítica ha anat evolucionant des que Freud va començar a investigar. La primera teràpia era la **hipnosi**. S'hipnotitzava el pacient i, en l'estat hipnòtic –és a dir, en un estat de somni en el qual el pacient pot ser suggestionat-, era possible que l'inconscient del malalt es manifestés sense por de la repressió. D'aquesta manera, l'analista podia conèixer el conflicte que originava la neurosi. Freud va abandonar aviat aquesta teràpia, el 1892, a partir d'un cas en què la pacient no va respondre a la hipnosi però en canvi va poder ser curada. De fet la hipnosi era un recurs per aconseguir fer funcionar el mètode anomenat catàrtic, que van experimentar amb èxit Breuer i Freud. El **mètode catàrtic** consisteix a fer reviure en el pacient –és a dir, tornar-li a la consciència- una situació emocional conflictiva reprimida. El fet de tornar a viure el trauma comportava un efecte curatiu i servia per eliminar el trauma que ocasionava la neurosi. En aquest sentit, la psicoanàlisi busca les representacions reprimides, inconscients, per tal d'integrar-les al conscient. Mentre aquests impulsos inconscients estan reprimits i no poden aflorar, es genera un trauma, un conflicte psíquic. El més difícil del mètode catàrtic és el fet d'arribar a aquests traumes amagats en l'inconscient.

La hipnosi no era un bon mètode per arribar a conèixer els traumes i Freud el va substituir pel mètode de les **associacions lliures**, que funciona de la manera següent: al despatx del psicoanalista, el pacient s'ajeu en un divan, mig a les fosques, i va dient lliurement i sense cap criteri tot el que li ve el cap. La repetició d'algunes paraules, la inquietud que generen d'altres, van donant pistes al psicoanalista sobre els conflictes del pacient. El desordre i l'aparent incoherència amb què es diuen les paraules fan que la repressió no hi intervingui.

A més de les associacions lliures, l'altre mètode per conèixer l'inconscient del pacient és l'anàlisi i interpretació dels seus somnis. Aquesta anàlisi la duen a terme el psicoanalista i el pacient conjuntament.

El mètode psicoanalista és lent i demana un tractament llarg, d'un any o més a raó de dues a tres sessions setmanals d'una hora. En primer lloc, cal que el pacient tingui confiança en l'analista, que li aboqui la seva intimitat i que es produeixi una bona transferència. Per

transferència s'entén el fet que el pacient projecti en l'analista les seves angoixes i traumes. En aquest sentit, l'analista fa el paper de pare, de germà, etc., segons el conflicte que tingui el pacient. Després cal lluitar contra la força de la repressió del superjò que impedeix que els desitjos de l'inconscient es manifestin. Sovint la resistència del pacient és tan gran que el procés fracassa. D'altra banda, el mètode catàrtic és dolorós perquè implica reviure traumes i situacions desagradables. De tota manera, molts pacients han aconseguit una vida psíquica equilibrada després d'un tractament psicoanalític.

CONCEPTES FONAMENTALS DE LA TEORIA PSICOANALÍTICA.

La psicoanàlisi pot definir-se de tres maneres:

- Com una teràpia per tractar i curar malalties mentals.
- Com una teoria o model que explica l'estructura de la personalitat i el funcionament del psiquisme humà (és a dir una teoria o escola psicològica).
- Com una teoria de la cultura que explica el perquè de l'art, la religió, el llenguatge, la vida social, etc..

GUIÓ

1. Teoria de la personalitat i mecanismes de defensa

1.1. Les relacions entre el jo, l'allò i el superjò.

2. Teoria dels instints.

2.1 La nova teoria dels instints: eros i thànatos.

3. Teoria de la sexualitat.

3.1. Fase oral

3.2 Fase anal.

3.3 Fase fàl·lica (complex d'Èdip)

3.4. Fase de latència

3.5. Pubertat.

4. Els somnis

5. Teoria de la cultura.

TEORIA DE LA PERSONALITAT I MECANISMES DE DEFENSA.

Freud elabora dues teories de la personalitat. La primera teoria correspon a l'època en què Freud parla per primer cop del terme inconscient. Arran de les seves investigacions sobre la hipnosi i la histèria, Freud va proposar la teoria segons la qual els processos psicològics són regulats per una part oculta i desconeguda de la nostra personalitat que s'anomena inconscient. El "descobriment" de l'inconscient pot considerar-se un fet revolucionari perquè fins aleshores es creia que la psicologia només tractava de fets conscients. L'estructura de la personalitat quedaria completada amb el conscient –la part que ens lliga amb el món exterior i que coneixem, o sigui, que ens n'adonem –records inconscients però que fàcilment poden tornar a ser conscients, com per exemple un nom o una situació que hem oblidat momentàniament-. La diferència amb l'inconscient és que aquest no és accessible, mentre que el preconscient sí que ho és. En resum, el conscient és allò que coneix una persona; el preconscient, allò que no coneix però que pot conèixer fàcilment; i l'inconscient, allò que no pot conèixer de cap manera..

L'any 1923, Freud va millorar i polir aquesta teoria de la personalitat proposant un nou model més útil i més explicatiu que es basa, en part, amb el primer model. Aquesta segona teoria de la personalitat considera tres parts: l'allò, el jo i el superjò.

L'allò és la part més antiga de la nostra personalitat i la font de tota l'energia mental. És totalment inconscient i primitiva. El seu mecanisme de funcionament consisteix en la satisfacció immediata de les necessitats, sense cap altra consideració; en aquest sentit es diu que l'allò és

totalment instintiu. Quan una persona neix és únicament allò, o sigui només és instint. De l'allò, en contacte amb el món exterior, naixerà el jo. L'allò no té valors morals ni actua pensant en els altres, només actua d'acord amb el principi de plaer, és a dir que la seva conducta va únicament encaminada a aconseguir el plaer i evitar les coses desagradables..

El jo s'origina a partir de l'allò en el nen petit. A mesura que l'infant creix i entra en contacte amb el món exterior, va elaborant el seu jo, que es convertirà en la part mental de control de la conducta. El jo té com a finalitat el contacte amb la realitat i l'autoconservació enfront d'aquesta realitat exterior. Quan actua el jo ha de considerar les conseqüències dels seus actes més enllà del possible plaer o satisfacció. Aquest criteri, que considera la realitat abans que el plaer, s'anomena principi de realitat, i s'oposa al principi de plaer propi de l'allò. El jo és qui controla el parlar i el pensament, els moviments i les tensions psíquiques internes de les persones. El jo té elements del conscient –el contacte amb la realitat exterior-, del preconscious –records- i de d'inconscient –el contacte i el control de l'allò.

El tercer element de la personalitat és el superjò. El superjò es constitueix al voltant dels 5-6 anys, quan els nens i les nenes idealitzen la imatge dels pares i aprenen el sentit de les normes que cal respectar. Aquestes normes i prohibicions s'integren en la personalitat del nen i es converteixen en inconscients. Quan el superjò queda desenvolupat, representa la consciència i les pautes morals, és a dir, és el punt de referència moral de la persona.. Les característiques del superjò dependran de la moral de cada societat i del model educatiu que hagin inculcat als nens els pares o altres adults que hi estiguin en contacte. En una persona adulta equilibrada el superjò ajuda el jo a controlar les exigències instintives de l'allò.

a. Les relacions entre el jo, l'allò i el superjò.

Les relacions entre el jo, l'allò i el superjò poden ser senzilles o complexes. En molts casos, són la causa de més d'un conflicte psíquic. Com diu el mateix Freud, el jo ha de servir dos amos: l'allò i el superjò. Si estan d'acord, no hi ha problema, però quan l'allò –mogut per l'instint i el principi de plaer- vol alguna cosa que el jo –la realitat- i el superjò –la moral- no poden acceptar, s'origina una tensió i un conflicte intern, tan si guanya l'un com l'altre. El jo ha d'intentar mantenir l'equilibri i eliminar les tensions.

Posem-ne un exemple pràctic: imagina't que tens molta gana i que veus un pastís que et ve molt de gust però no tens prou diners. L'allò, mogut pel principi de plaer, entraria a la botiga i agafaria el pastís. Però el jo no ho fa perquè segueix el principi de realitat –et podrien acusar de lladre- i el superjò tampoc no ho accepta –perquè la moral diu que robar no està bé-. Si et quedes sense menjar, s'origina una sensació de frustració perquè l'allò no ha aconseguit el que volia; però si agafes el pastís, també neix un sentiment de culpa perquè no has fet cas del superjò. Aquesta dialèctica es produeix contínuament en la vida quotidiana. Un altre exemple: imagina't que t'agrada un noi o noia de la teva classe però tu ja estàs compromès o compromesa.. El teu allò diu que intentis quedar-hi i sortir-hi, però el teu superjò et diu que no està bé perquè ja surts amb algú. El jo haurà de buscar l'equilibri en aquesta situació. Habitualment el jo i el superjò són aliats enfront de l'allò, però pot passar que el superjò s'enfronti amb el jo. Un exemple: t'agrada molt menjar xocolata però a casa teva t'han inculcat que la xocolata és molt dolenta. Al mateix temps, el teu jo i la teva experiència et demostren que menjar xocolata en quantitats raonables no és perjudicial. Aleshores es produeix un conflicte entre el superjò –la prohibició paterna- i el teu jo –l'ús d'arguments racionals i d'experiències demostrades empíricament.

Per tal d'ajudar el "pobre" jo, que està tan pressionat per l'allò i pel superjò, Freud diu que el jo disposa d'unes tècniques per evitar aquestes pressions: els mecanismes de defensa. Aquests mecanismes de defensa demostren que hi ha un conflicte interior. Els més importants són:

Repressió: És el més corrent. Consisteix en el fet que el superjò frena els impulsos de l'allò. D'aquesta manera, ajuda el jo, però al mateix temps li crea conflictes. El jo intenta mantenir reprimits aquests desitjos, però de fet són vius a l'inconscient i són la causa de les tensions que

s'anomenen neurosis, és a dir, el conflicte que neix d'un desig que no es pot dur a terme.

Racionalització: Consisteix a inventar-se arguments racionals per justificar la conducta que exigeix l'allò.

Negació de la realitat: Consisteix a negar un fet de la realitat, o bé a deformar aquesta realitat. És la conducta típica del qui diu "jo no ho he fet" quan en realitat és qui ho ha fet, o de qui no vol reconèixer un fracàs o frustració.

Projecció: Consisteix a veure en els altres sentiments o idees propis d'un mateix però que no es volen acceptar.

Regressió: Davant d'una dificultat o d'una situació inesperada, el nen o l'adult tenen comportaments propis d'èpoques anteriors, més infantils o inapropiades per l'edat. És una manifestació d'immaduresa.

Reacció: Es tracta de manifestar una conducta externa contrària a un sentiment o afecte refusat. D'aquesta manera s'amaga el veritable sentiment que està reprimat. També s'anomena formació reactiva.

Sublimació: Consisteix a canviar l'objectiu de les pulsions (o també instints) cap a finalitats que socialment siguin acceptades i per tant tolerades pel superjò. L'art, la literatura, l'esport, són resultats molt sovint de sublimació. Freud considera que aquest mecanisme de defensa dóna una sortida constructiva i eficaç a les pulsions.

TEORIA DELS INSTINTS

Un dels conceptes claus de la teoria de la psicoanàlisi és el concepte d'instint, que de fet anomena pulsó (Trieb, en alemany). Per Freud, els instints són difícils de definir, però imprescindibles per analitzar la vida humana. Representen una mena de força o energia constant que prové de dins del cos i que estan a la frontera entre la part psíquica i la biològica. Un instint té un origen, un objecte i una finalitat. L'origen és una excitació dins de l'organisme causada per algun desequilibri, per exemple la gana. L'objecte pot ser el mateix cos o bé un objecte extern, per exemple una poma. I la finalitat és restablir l'equilibri, o sigui, en aquest cas, menjar i saciar la gana. Freud deia que tots els éssers vius tenien dos instints. L'instint d'autoconservació i l'instint sexual. La força de l'instint sexual s'anomena libido. En general, tant els instints sexuals com els d'autoconservació es regeixen pel principi de plaer. Però com que el principi de plaer també considera que cal evitar el dolor, molt sovint cal controlar els instints per tal d'evitar el dolor. En aquest cas els instints es regeixen pel principi de realitat. Per exemple, si un animal té molta gana i veu que el seu menjar es troba al costat d'un depredador seu, deixarà aquest menjar i el buscarà en un altre lloc perquè si seguís el principi de plaer segurament acabaria morint. En el cas de les persones, la satisfacció dels instints és també molt flexible. Si tens set i desitges una beguda de cola però només tens aigua a disposició, t'adaptes i beus aigua abans que morir de set.

Freud va donar molta importància a l'instint sexual en la vida de les persones. Considera que la sexualitat també té un origen, un objecte i una finalitat. L'origen és una estimulació nascuda d'una part de l'organisme, anomenada zona erògena. Aquesta part de l'organisme que estimula la sexualitat va evolucionant al llarg de la vida d'una persona i pot ser qualsevol part del cos, tot i que els òrgans genitals són una de les principals zones erògenes. L'objecte pot ser una persona de l'altre sexe, del mateix sexe o el propi cos. La finalitat de la sexualitat és restablir l'equilibri que neix de l'impuls sexual, la libido. La manera de restablir aquest equilibri evoluciona des del nen fins a l'adult. Freud és el primer psicòleg que parla de sexualitat infantil en tant que primera etapa d'un procés que evolucionarà fins a arribar a la sexualitat de la persona adulta. Aquesta concepció li va comportar molts problemes perquè la moral de la seva època era molt estricta en aquests temes.

a. La nova teoria dels instints: eros i thànatos.

L'any 1920 Freud revisa la seva teoria dels instints a causa d'una sèrie de problemes que tenia amb l'antiga teoria dels instints únics: el de la sexualitat i el de l'autoconservació. Fonamentalment, Freud no podia explicar per què les persones tenien tendències agressives, odis, etc. Possiblement la Primera Guerra Mundial també va influir en aquest canvi de pensament. Aquests problemes i d'altres que es trobava a la consulta van fer que Freud elaborés una nova teoria dels instints. En aquesta teoria, els instints també eren dos, però ben diferents. Un instint seria l'instint de vida, que englobaria la sexualitat i l'autoconservació. Aquest instint o principi el va anomenar eros, en record del mite grec, el déu de l'amor. L'altre instint seria el principi de mort o de destrucció, que explicaria les conductes agressives de les persones, com el sadisme, el masoquisme, l'instint de domini i l'instint de destrucció. Aquest principi de mort va ser anomenat thànatos pel seu deixeble Fedem. La finalitat d'eros és crear vida; la finalitat de thànatos és destruir la vida. D'aquesta manera, la vida de les persones estaria regulada per aquests dos principis oposats: vida i mort, amor i odi. Aquesta dualitat explicaria no solament la conducta dels individus sinó també l'evolució de la cultura humana.

TEORIA DE LA SEXUALITAT

L'experiència clínica de Freud amb els seus pacients va demostrar que la causa de molts conflictes psíquics es trobava en algun trauma sexual de la infància o de la madura. Aquest fet i la seva teoria dels instints va portar-lo a elaborar una teoria de l'evolució de la sexualitat que explicaria molts dels conflictes dels seus pacients. Va dividir l'evolució de la sexualitat d'una persona en diverses fases.

a. Fase oral.

En aquesta fase, el plaer sexual es produeix a la boca i als llavis. Durant aquest període coincideixen l'instint sexual i el d'autoconservació, perquè el fet de xuclar serveix per satisfer la gana en mamar. Se situa dels 0 als 2 anys.

b. Fase anal.

La zona erògena es relaciona amb l'anus i el fet de controlar l'expulsió dels excrements i el control dels esfínters. Se situa entre els 2 i els 2 anys, el període en què el nen adquireix aquesta capacitat de control.

c. Fase fàl·lica..

La zona erògena se centra en els òrgans genitals, tant en els nens com en les nenes. Aquesta etapa se situa entre els 3 i els 5 anys. El factor més destacable d'aquesta fase és l'aparició e l'anomenat complex d'Èdip. La mitologia grega parla d'Èdip com d'un personatge que va matar el seu pare, es va casar amb la seva mare i va esdevenir rei. Èdip no sabia que la persona que va matar fos el seu pare ni que la persona amb qui es casava era la seva mare. Quan ho va saber, se'n va penedir i es va castigar arrencant-se els ulls. Freud creu que tots els nens, en aquest període, tenen un desig eròtic per la seva mare i veuen el pare com un rival. El mateix els succeeix a les nenes, però a la inversa, senten un desig pel pare i contempen la mare com una rival. Aquesta fantasia es resol amb importants conseqüències. En primer lloc, enriqueix la vida afectiva del nen o la nena en experimentar el sentiment d'amor-odi envers el pare o la mare. En segon lloc, serveix per trobar un model d'identificació sexual: el pare per al noi i la mare per a la noia. El nen s'identifica amb el seu pare perquè creu que així aconseguirà l'amor de la mare, i el mateix fa la nena en identificar-se amb la mare. I en tercer lloc, el nen o la nena, davant de la por al càstig, aprenen a oobeir els pares i en el seu interior es comença a formar el superjò, la part moral de la personalitat. Freud afirma que el complex d'Èdip és un fet normal i general. Habitualment aquesta fase se supera de manera positiva i gens traumàtica. En llenguatge popular, s'utilitza l'expressió que les nenes són més dels pares, i els nens, de les mares. Si no se supera correctament la fase fàl·lica, poden sorgir problemes a l'edat adulta.

d. Fase de latència.

És un període en què disminueix l'interès sexual del nen o de la nena. Al mateix temps s'interioritzen les prohibicions paternes i es van conformant el superjò. Dura entre els 6 i els 11 anys i és una etapa en què, habitualment, els nenes i les nenes juguen separats, sense demostrar gaire interès entre ells.

e. Pubertat.

En aquesta fase, la libido s'independitza totalment dels pares i arriba al seu gra de maduresa. L'objecte amorós és habitualment una persona de l'altre sexe i es manifesta un gran interès per la sexualitat, que coincideix amb una sèrie de canvis hormonals i fisiològics. Les tendències amoroses combinen la tendresa i la sexualitat. Correspondria a l'etapa de l'adolescència.

ELS SOMNIS

Tradicionalment, s'han atribuït poders màgics als somnis o bé s'han considerat visions que anunciaven el futur. Des de la cultura grega amb els oracles o la cultura jueva amb els somnis d'inspiració divina, les persones han tingut un respecte sagrat pels somnis. Freud va donar una nova visió del sentit del somni a partir de la seva experiència clínica. Segons Freud, els somnis són manifestacions de l'inconscient i per tant són un camí privilegiat per conèixer l'inconscient de les persones. Sovint els somnis són desitjos de l'inconscient, de l'allò, que no poden ser acceptats pel jo o pel superjò. En aquesta senzilla estructura, els somnis són més complexos. Cal distingir entre dos aspectes dels somnis: el contingut manifest i el contingut latent. El contingut manifest és allò que recordem d'un somni: situacions estranyes, inconnexes, sense lògica, que poden ser agradables o desagradables. El contingut latent són realment els desitjos de la persona que volia manifestar en el somni. És a dir, que els somnis són manipulats, transformats o tal com es diu en psicoanàlisi censurats pel jo i el superjò. Allò que somiem, contingut manifest, és diferent d'allò que realment significa el somni, contingut latent. Aquesta circumstància fa que calgui interpretar els somnis per tal de conèixer què ens vol dir la persona amb aquest somni. Per poder interpretar un somni, cal conèixer en primer lloc la vida de la persona, quins fets importants ha viscut, quines persones l'envoltaven, etc... Aleshores el psicoanalista ha de relacionar el somni amb la vida de la persona i buscar-li un sentit. Una eina que pot ajudar el terapeuta és el fet que els somnis utilitzen símbols descriptius. Per exemple, una casa que representa el cos humà, els pares es presenten com a reis i reines, l'aigua que simbolitza el naixement, objectes que representen els òrgans sexuals masculins com pals, claus, ganivets, o els femenins com bosses, caixes, portes, etc... Molts d'aquests simbolismes són característics dels contes, la mitologia i el folklore i cal utilitzar-los amb molta prudència perquè sovint un mateix objecte o situació pot simbolitzar coses diferents. Al capdavall, la interpretació d'un somni es basa en la capacitat d'anàlisi del psicoanalista i en el coneixement que tingui de la biografia del pacient.

TEORIA DE LA CULTURA

En els seus darrers llibres, Freud reflexiona sobre la religió i la cultura. Els seus punts de vista estan totalment relacionats amb la seva teoria psicoanalítica.

Freud era jueu si bé no va ser mai practicant ni creient, però coneixia molt bé la història de la religió. Per Freud la religió és una il·lusió que comença en els pobles primitius com una actitud davant de fenòmens que no poden explicar. També relaciona el lligam entre l'ésser humà i déu amb el complex d'Èdip i l'ambivalència d'amor-odi que s'experimenta davant de la figura del

pare. De fet, Freud afirma que déu és una substitució del pare que s'ha perdut en el complex d'Èdip. En el vocabulari religiós jueu i cristià, es parla sempre del pare-déu. Quan la persona adulta ja no té la protecció dels seus progenitors, se sent dèbil i desemparat davant del món i busca en el déu-pare la seguretat que tenia abans, quan era petit, amb els seus pares. Per aquest motiu, a l'adolescència, molt sovint, es produeixen les crisis religioses de manera paral·lela a les crisis de relació amb els pares. Quan l'adolescent comença a qüestionar la figura del pare qüestiona també la figura de déu.

L'any 1930 escriu un dels seus llibres més famosos, "El malestar a la cultura", en el qual exposa els seus punts de vista sobre la societat i la civilització humana. Afirma que l'ésser humà no és feliç després de tants anys de cultura i civilització, perquè té molts sofriments provinents del propi cos –malalties, etc-, del món exterior –desgràcies naturals, etc- i sobretot de la convivència i de les relacions amb les altres persones. La civilització, la cultura, impedeix que l'ésser humà satisfaci els seus impulsos i per tant no és feliç. D'altra banda, Freud reconeix que la repressió que exerceix la cultura sobre aquests instints humans és la base de la civilització, i que gràcies a aquesta repressió existeixen els grans llibres, les obres d'art, la música, etc. Però el preu que s'ha de pagar per aquesta civilització significa l'acceptació de moltes prohibicions i normes morals que reprimeixen els nostres instints, i en aquest sentit creu que l'ésser humà primitiu era més feliç encara que tenia menys poder i menys seguretat. Freud accepta que sense les normes, el superjò que fixa la societat, l'agressivitat de l'ésser humà posaria en perill la convivència. Ara bé, aquesta estructura comporta que la nostra cultura sigui neuròtica perquè sempre s'està lluitant entre la força de l'instint i la repressió del superjò que genera el complex de culpabilitat. Com més cultura, més repressió i més sentiment de culpa. En certa manera, ens trobem en un carrer sense sortida: perquè la persona pugui ser considerada com a tal, i no com un animal, necessita cultura. Però perquè hi hagi cultura, cal repressió. I no sembla que hi hagi una sortida a aquest conflicte.

ESTRUCTURA DE LA PERSONALITAT

En principi, (**Primera Tòpica, 1913**) Freud distingeix dos àmbits o estructures ("instàncies", en la terminologia de Freud): El pre-conscient i l'inconscient.

El **Pre-conscient** es compon de records i aprenentatges que no són conscients, però poden arribar a ser-ho fàcilment: és "disponible" i es regeix pel "principi de realitat".

L'Inconscient és un conjunt d'energia (forces instintives), continguts reprimits i representacions que escapen al nostre control perquè una barrera (censura) no els permet d'exterioritzar-se.

L'inconscient no és conscient ni pot ser-ho, ja que és reprimat, i es compon de pulsions innates, desigs i records reprimits que procuren per trobar satisfacció (es regeixen pel "principi del plaer"); per això l'inconscient és dinàmic.

Per fi, entre el Pre-conscient i l'Inconscient Freud situa la Censura, això és, la funció de repressió (en aquest moment de la seva teoria, Freud encara no s'aclareix prou bé sobre la censura, però cal dir que la compara amb un guardià vigilant que no permet que passi a la consciència allò que es troba en l'inconscient; durant el son, la vigilància de la censura es relaxa una mica i llavors els desigs reprimits poden aflorar, però "disfressats" en formes simbòliques; d'aquí ve la necessitat d'interpretar els somnis).

Manifestacions de l'Inconscient.

Els somnis: Satisfacció simbòlica de desigs inconscients reprimits que escapen a la censura.

Actes fallits: Actes no resolts satisfactòriament per l'acció de forces inconscients que ho impedeixen.

Lapsus (linguae i calami): Oblits aparentment intranscendents que obeeixen a bloqueigs de l'inconscient.

Acudits: Construccions lingüístiques que provoquen la sortida d'idees latents, que la consciència no accepta. Es la disfressa de continguts perillosos que s'amaguen a la censura.

Neurosi: Malaltia psíquica, que mitjançant uns símptomes, manifesta simbòlicament un conflicte entre uns desigs fortament reprimits, i un Jo feble que no aconsegueix la seva satisfacció.

A partir del 1920 (Segona Tòpica) Freud descobreix nous fets importants: la repressió és realment també inconscient; l'angoixa significa la por del "jo" enfront de l'amenaça de la censura (que aleshores s'anomena "super-jo"); per això el "jo" reacciona mitjançant mecanismes de defensa.

Freud llavors conclou que el "jo" s'angoixa no tant pels desigs reprimits com per l'amenaça del "super-jo"; que és el "jo" el que es defensa i reprimeix.

- que aquesta repressió la realitza inconscientment, i

-que, per tant, ja no es pot identificar (com havia fet fins aleshores) l'inconscient i allò reprimat: també en el "jo" hi ha elements inconscients.

-D'aquí que Freud proposi una nova estructura de la personalitat:

EL "JO".

Es compon d'elements conscients (percepció externa o del món, percepció interna, processos intel·lectuals).

Es compon d'elements pre-conscients (records no reprimits, aprenentatges), i

Es compon d'elements inconscients (mecanismes de defensa).

Els mecanismes de defensa.

Per combatre l'angoixa el "jo" disposa d'uns anomenats mecanismes de defensa que tenen com a objectiu satisfer a les dues instàncies (Allò i Super-JO), però no en les seves manifestacions pròpies sinó en un terreny diferent del seu objectiu inicial.

Els principals mecanismes de defensa, elaborats per la seva filla **Anna Freud**, són estratègies que el "jo" utilitza per mantenir l'equilibri, quan se sent amenaçat, ja sigui per les instàncies psíquiques interiors o per les imposicions del món exterior.

Repressió. Es un dels mecanismes de defensa més importants. Es la negació de les pulsions no acceptables pel Super-Jo.

Explicació: Consisteix a esborrar un desig que la consciència moral no accepta. Quan la repressió és molt intensa el "jo" pot caure en la neurosi. Exemple: l'incest.

Regressió.

Retorn a etapes anteriors de la vida on el "Jo" no tenia els conflictes actuals. Es típic en la infància. Exemple: Una nena en tenir una germaneta adopta conductes més infantils per reclamar més atenció.

Sublimació.

Es la transformació dels impulsos instintius en activitats considerades superiors i per tant més acceptades. Exemple: Està socialment en la gènesi de la cultura, art, religió, les tres serien la sublimació dels instints elementals.

Projecció.

Atribuir als altres aquells impulsos, idees, o sentiments que el "Jo" considera perillosos. Les fòbies serien pulsions sexuals no acceptades per l'individu que les projecta a l'exterior com a temors. Exemple: Claustrofòbia, agorafòbia.

Desplaçament.

Consisteix a canviar l'objecte inicial d'una pulsio per un substitut que el "Jo" considera menys complicat o perillós. Exemple: L'amor als animals de les persones solitàries.

Reacció.

Consisteix a desenvolupar una conducta externa contrària a un sentiment o impuls refusat per les imposicions del Super-Jo. Exemple: Una persona agressiva es converteix en sospitosament pacífica.

L'ALLÒ.

Es compon de totes les pulsions innates (agressives i sexuals) reprimides i, a més, de tot el que ha anat essent reprimat (desigs, records): L'allò és la part més primitiva de l'aparell psíquic i, a més, d'un caràcter dinàmic.

EL SUPER-JO

Es l'hereu del complex d'Edip" i equival a una mena de "moral arcaica" que resulta de la interiorització de les prohibicions familiars: el nen, que primitivament és amoral (no posseeix més que l'"allò" no reprimat encara), comença a percebre les prohibicions familiars, que acaben introduint-se en el seu interior, fent-se inconscients i convertint-se en una instància que vigila i amenaça el "jo".

PULSIONS

L'allò és inconscient i dinàmic: es mou contínuament i posseeix un "poder", com diu Freud, tot i trobar-se reprimat. No pot ser observat en si mateix, però es dedueix que es compon de pulsions, desigs i records reprimats. Les pulsions són la part més primitiva i profunda de l'"allò".

Al principi, Freud reduí totes les pulsions a dues de principals: les pulsions sexuals i les pulsions d'autoconservació. L'energia de les pulsions sexuals rep el nom de "libido". (Sexual: tota sensació agradable localitzada en un òrgan).

Les pulsions sexuals -"sexual" té aquí un sentit molt més ampli que en la seva significació habitual-, al principi es troben molt fragmentades i disperses: es fixen en diferents òrgans del cos i es satisfan també amb objectes molt diferents; només al final s'unificaren amb la primacia de la genitalitat.

Aquestes pulsions es regeixen pel "principi de plaer". En canvi, les pulsions d'autoconservació es regeixen pel "principi de realitat"; el seu prototipus és la gana, però Freud sembla admetre'n tantes com funcions orgàniques (nutrició, defecació, activitat muscular, visió, etc.). En realitat, les pulsions pròpiament dites són les sexuals, i Freud sovint anomena les d'autoconservació, simplement, "necessitats". Per últim, cal dir que les "necessitats" serveixen de suport a les pulsions sexuals: la necessitat d'aliment en el lactant, per exemple, serveix de "suport" a la pulsio sexual, que es localitza a la bosca i busca el seu objecte de satisfacció en el pit de la mare. Tal com es veu, efectivament, "sexualitat" significa aquí quelcom de força llunya de l'ús habitual del mot.

A partir del 1920, Freud modifica la seva teoria de les pulsions: les pulsions d'autoconservació i sexuals s'integren en una única pulsio, l'"eros", i s'hi afegeix una pulsio nova, la pulsio de mort (Thànatos).

ELS PRINCIPIS

Els "principis" que enuncia Freud vénen a ser, més o menys, les lleis que regeixen el desenvolupament de les pulsions. En la primera etapa, Freud ho explica tot pel "principi de plaer" (al qual s'afegeix el "principi de realitat"). A partir de 1920 la preponderància correspon a la "compulsio de repeticio".

Principi de plaer:

Tota l'activitat psíquica té per finalitat evitar el desplaer i procurar-se el plaer. Per "plaer" s'entén aquí la disminucio de l'excitació, això és, reduir les tensions, aconseguir una descàrrega de les pulsions.

La finalitat del principi de plaer es deslliurar la persona de la tensio, o, si això és impossible - com ho és habitualment-, reduir la quantitat de tensio a un nivell baix i mantenir-lo tan constant com sigui possible.

La tensio s'experimenta com a dolor o incomoditat, mentre que l'alleugeriment de la tensio s'experimenta com a plaer o satisfaccio. Pot dir-se, aleshores, que la finalitat del principi de plaer consisteix a evitar el dolor i trobar el plaer.

El principi de plaer és un cas especial de la tendència universal de tot organisme viu a mantenir el seu equilibri davant els desordres interns i externs.

Principi de realitat.

Es una modificacio del principi anterior: la recerca del plaer no es fa pel camí més curt, sinó mitjançant tords i ajornaments, en funcio de les condicions externes. Les satisfaccions poden diferir-se (per exemple, no "menjar ara i allò que m'agrada", sinó "en el seu moment i allò que em convé, o allò que tinc a casa").

Sorgeixen així les funcions d'ajustament o adaptacio a la realitat: atencio, memòria, judici, accio adaptada a la realitat, etc. Amb tot, la imaginacio roman sempre subordinada al principi de plaer (somis en què es "realitza" l'irreal i impossible) i les pulsions -sobretot les sexuals- es rebel·len i s'escapen amb excés.

Freud insisteix -i això és molt important en la seva concepcio- en això que el "principi de realitat" és el fonament de l'ordre social, de la cultura, de l'educacio, la moral, l'art, etc.. Per això Freud va escriure una obra que es titula: "El malestar en la cultura".

Realitat significa allò que existeix.

La finalitat del principi de realitat és demorar la descàrrega d'energia fins que es trobi o es presenti l'objecte real que satisfarà la necessitat. Per exemple, el nen ha d'aprendre a no dur-se qualsevol cosa a la boca cada cop que té gana. Ha d'aprendre a reconèixer l'aliment, i a postergar el menjar fins que hagi localitzat un objecte comestible. D'altra forma, tindrà experiències doloroses.

El demorar l'ccio significa que el "jo" ha de ser capaç de tolerar la tensio fins que aquesta pugui ser descarregada per una forma apropiada de comportament. La institucio del principi de realitat no implica que el principi de plaer sigui rebutjat. Tan sols es suspèn temporalment en interès de la realitat. Al seu degut temps, el principi de realitat porta al plaer, per bé que la persona hagi de suportar certa incomoditat mentre busca la realitat.

Compulsió de repetició:

En "Més enllà del principi de plaer", 1920, i el títol és molt significatiu- Freud afirma que existeix quelcom de més radical que el principi de plaer: "la compulsió de repetició, que és la tendència a repetir les experiències fortes, siguin quins siguin els seus efectes, agradables o desagradables. Aquesta "compulsió" permet la conservació de les pulsions i és la base de la pulsio de mort.

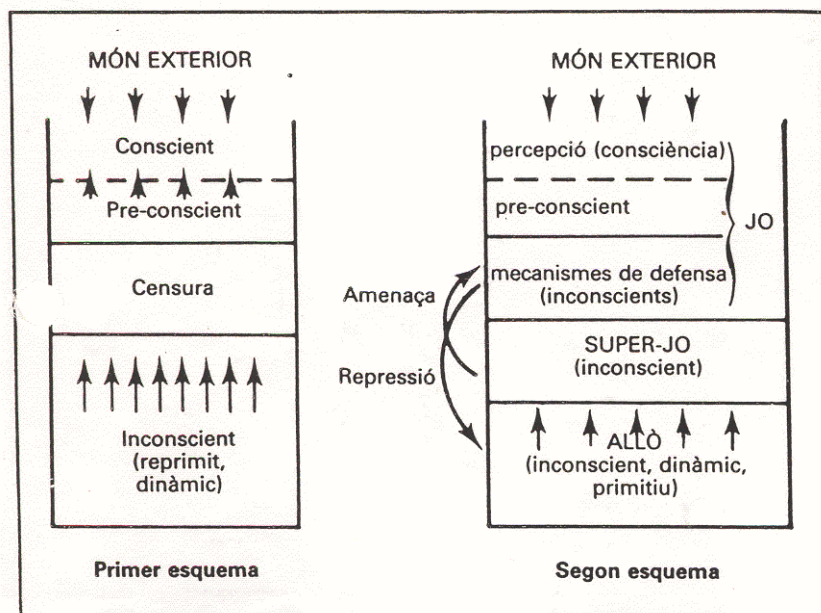
Primer Esquema de la personalitat (Primera tòpica)

Instàncies	Pulsions	Principis
Conscient		
Pre-conscient	Sexuals	Principi de plaer
Inconscient	D'autoconservació	Principi de realitat

Segon Esquema de la personalitat (Segona tòpica , 1920)

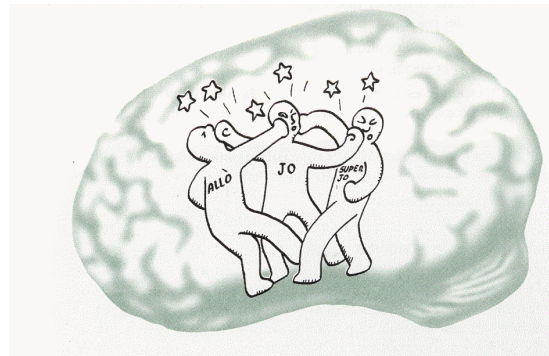
Instàncies	Pulsions	Principis
JO	de l'Eros	Principi de plaer
SUPERJÒ	de Thànatos	Principi de realitat
ALLÔ		Principi de compulsió de repetició

PSICOANÀLISI. Glossari



ALLÒ	Conjunt de pulsions primàries dels instints. És l'energia que ens mou. Obeeix al principi de plaer. És inconscient
CENSURA	Control dels actes d'una persona. La consciència rebutja els desitjos, pensaments o actes que són perillosos o no estan d'acord amb actes que les normes socials. Aquests impulsos censurats queden reprimits, però són actius a l'inconscient.
COMPLEX D'ÈDIP	Etapa normal del creixement d'un nen o una nena que es caracteritza per una sèrie de sentiments de tipus eròtic envers el progenitor del sexe oposat. Es produeix al voltant dels 4-5 anys.
CONSCIENT	Coneixement que hom té d'ell mateix, d'allò que l'envolta i de la seva conducta. S'oposa a inconscient.
EROS	Nom que es dona a l'instint o principi de vida en la segona teoria dels instints que va elaborar Freud. És el contrari de l'instint de mort.
HIPNOSI	Estat de somni parcial provocat artificialment en el qual la persona pot obeir determinades suggestions que li fa l'hipnotitzador.
HISTÈRIA	És una neurosi que s'expressa físicament. Els símptomes de les crisis histèriques són paràlisis parcials, pèrdua de la visió o de la parla, etc.. No tenen una base física sinó psíquica. Són manifestacions de l'inconscient.
INCONSCIENT	Conjunt de processos que actuen sobre la conducta però que s'escapen de la consciència. A l'inconscient neixen els desitjos i les conductes humanes. Es manifesta a través dels lapsus, oblit, somnis i en els símptomes neuròtics.
INSTINT	Comportament innat, espontani, invariable i comú als individus de la mateixa espècie. La psicoanàlisi distingeix dos instints bàsics: l'instint d'autoconservació i l'instint sexual. L'any 1920, Freud revisa la teoria i parla de dos altres instints: l'instint de vida (eros) i l'instint de mort (thànatos)
JO	És el conjunt de motivacions i d'actes d'una persona que permeten l'adaptació a la realitat, satisfan les seves necessitats i resolen els conflictes fruit dels desitjos impossibles. Funciona a nivell conscient per mitjà del raonament i a nivell inconscient per mitjà dels mecanismes de defensa.
LÍBIDO	Nom donat a l'energia dels instints vitals. Aquesta energia es localitza en diverses zones erògenes que varien segons l'edat. És també un sinònim de l'energia o pulsio sexual.
MECANISMES DE DEFENSA	Mecanismes o recursos psicològics que serveixen per reduir les tensions que es creen quan el jo el superjo no poden satisfer les demandes de l'allò. Els mecanismes de defensa funcionen reprimint una activitat o un desig o bé transformant el desig en una activitat socialment ben considerada.
NEUROSI	Trastorn mental que reflecteix un conflicte interior entre les forces de l'allò i les instàncies morals del superjo. La persona neuròtica té consciència del seu conflicte però se li n'escapen les causes.

PRECONSCIENT	Conjunt de processos psíquics latents però que es poden fer assequibles, és a dir, conscients.
PRINCIPI DE PLAER	Tendència de l'organisme a satisfer les seves necessitats quan es produeix un desequilibri o una excitació. És el principi pel qual es mou l'allò.
PRINCIPI DE REALITAT	És un principi de plaer adaptat a les exigències de la realitat i al món exterior. La persona aprèn a renunciar a un plaer immediat bé per evitar un sofriment bé per aconseguir una satisfacció més gran. El jo funciona d'acord amb el principi de realitat.
SOMNI	Les imatges i situacions dels somnis són manifestacions de l'inconscient i la realització de desitjos reprimits. Habitualment, els somnis estan disfressats i cal un treball d'interpretació per descobrir-ne el significat.
SUPERJÓ	Conjunt de normes morals inconscients que regulen la conducta. El superjò té una funció autoritària tant en relació a l'allò com al jo.
THANATOS	Nom donat al principi o instint de mort en la segona teoria dels instints de Freud. S'oposa a eros.
TRAUMA	Ferida psíquica



Explica a quina part de la teoria de la psicoanàlisi fan referència les vinyetes que hi ha al voltant:





ser su,
sense
conflic
pia, el
nosi p
aconse
tar am
el paci
flectiv
cur:
aqu
cons
in
t

d'al
pistes a

Fases de desenvolupament segons Freud			
Edat	Fase	Font de plaer	Trets
1-18 mesos	Oral	Boca, llavis i llengua; mamar, mastegar, menjar, mossegar, vocalitzar	Optimisme-pessimisme. Impaciència. Enveja. Agressivitat
18 mesos – 3 anys i mig	Anal	Anus: retenció, expulsió, control, disciplina higiènica, netedat	Retentiu anal: avarícia, obstinació, ordre, compulsiu, meticulositat. Expulsiu anal: crueltat, destrucció, desordre
3-5 o 6 anys	Fàl·lica (Èdip)	Òrgans genitals: curiositat pel propi cos i el dels altres	Relació amb altres. Afirmació. Amor propi. Caràcter gregari. Castedat
6-12 anys	Latència	Sensitiu motor: les del coneixement, accions recíproques amb el grup d'amics de la mateixa edat	Diferenciació (elaboració de trets d'etapes anteriors). Aprenentatge social. Desenvolupament de la consciència.
Pubertat	Genital	Contactes heterosexuales. Productivitat	Mescla harmoniosa de trets d'etapa anterior. (Capacitat més plena per a amor i treball)
<i>(Tret de N.S. Dicaprio. Teoría de la personalidad. México, Interamericana, 1976, p. 37)</i>			



EL CAS DE ANNA O.

“La pacient tenia una paràlisi d'un braç, i l'estat hipnòtic revelà que tal fet tenia certa relació amb un record específic. La noia havia estat curant el seu pare, que estava greument malalt. Una nit, mentre seia al costat del seu llit esperant l'arribada d'un especialista d'una altra ciutat, s'endormiscà amb el braç damunt el respall de la cadira. En aquest estat mig inconscient la noia tingué un somni o una visió d'una serp que sortia de la paret i es dirigia cap al seu pare; intentà d'agafar la serp, i aleshores li semblà que el seu braç era la serp. Quan es despertà del tot, es trobà amb el braç adormit. **Breuer** arribà a la conclusió que aquest era el record que més tard s'havia manifestat en forma de paràlisi del braç perquè, després d'haver-lo recordat, desaparegué la paràlisi. De primer **Breuer** cregué que aquesta experiència constituïa un record dolorós en un sentit general, tot subratllant la preocupació de la noia per la salut del pare. És evident que amb la visió més àmplia que tenim en l'actualitat hauríem de considerar la situació com a molt més complicada: no solament hi havia la preocupació referent al pare, sinó que també hi jugaven els aspectes negatius del seu sentiment envers ell. (De totes passades, tot i la forma rudimentària de comprensió dels anys 1880.) **Breuer**, a través de moltes observacions similars, arribà a la conclusió que els símptomes de la histèria eren produïts pels records dolorosos que havien fugit de l'esfera conscient” (C. THOMPSON, *L'evolució de la psicoanàlisi*. Barcelona. Edicions 62, 1966, p.80)



EVOLUCIO POSTERIOR DE LA PSICOANALISI

Entre els que varen desenvolupar les idees de Freud podem destacar:

A. Adler (1870-1937)

Psiquiatre austríac que va treballar amb Freud fins el 1911. Adler no acceptava l'origen sexual de totes les neurosis, defensava l'existència de factors socials i professionals que les provoquen. Desenvolupà la idea d'un complex d'inferioritat que ha de ser compensat mitjançant l'autoafirmació del "Jo".

C.G. Jung (1875-1961)

Psiquiatre suís que va treballar amb Freud fins el 1913. Defensa l'existència d'un inconscient col·lectiu que es manifesta mitjançant uns arquetips que es transmeten de generació en generació. Aquests arquetips són l'equivalent dels complexos en l'inconscient individual.

M. Klein (18 2-1960)

Psicoanalista austríaca. Desenvolupa l'aplicació de la psicoanàlisi a la infància. Analitza les fantasies infantils arcaiques i les conseqüències psíquiques que la valoració entre objectes bons i dolents té en el desenvolupament de la seva conducta.

J. Lacan (1901-1981)

Psicoanalista francès. Fundador de l'Escola Freudiana de París. Es dedica a una nova lectura del pensament de Freud. Estableix una nova tòpica del psiquisme: el real (l'allò), l'imaginari (JO) i el simbòlic (Super-JO). Considera que l'inconscient està organitzat com un llenguatge que s'expressa metafòricament.

El freudo-marxisme.

W. Reich (1897-1957). Herbert Marcuse (1898-1980). Erich Fromm (1900-1980).

Es una interpretació més ideològica que psicològica. Tots ells intenten unir el marxisme amb la psicoanàlisi. Defensen una societat sense classes, que no reprimeixi la sexualitat. Justícia social i llibertat sexual, possibilitarien l'emancipació de l'home alienat. La seva influència ha estat molt important en els moviments contraculturals com els hippies, Maig del 68 francès, etc.

ESQUEMA DEL PSICOANÁLISIS

Sigmund Freud
(Extracte)

“Como sedimento del largo período infantil en que el hombre en formación vive dependiendo de sus padres, fórmase en el **yo** una instancia particular que perpetúa esa influencia parental y a la que se ha dado el nombre de **superyó**.”

Un acto del **yo** es correcto cuando satisface al mismo tiempo las exigencias del **ello**, del **superyó** y de la realidad, es decir, si logra conciliar mutuamente sus respectivas pretensiones. Los detalles de la relación entre el **yo** y el **superyó** siempre se explican reduciéndola a la relación del niño con sus padres. Des de luego, en el influjo parental no sólo interviene la índole personal de los padres, sino también la influencia de las tradiciones familiar, racial y popular que aquéllos perpetúan, así como las demandas del respectivo medio social que los padres representan. En el curso de la evolución individual, el superyó también incorpora aportes de ulteriores sustitutos y sucesores de los padres, como los educadores, los personajes ejemplares, los ideales venerados en la sociedad. Se advierte que, pese a todas sus diferencias fundamentales, el **ello** y el **superyó** coinciden entre sí al representar las influencias del pasado: el **ello**, las heredadas; el **superyó**, principalmente, las recibidas de otros, mientras que el **yo** es determinado esencialmente por las vivencias propias, es decir, por lo actual y accidental.

TEORÍA DE LOS INSTINTOS.

El poderío del **ello** expresa el verdadero propósito vital del individuo: satisfacer las necesidades que ha traído consigo. ... El **superyó** puede hacer valer nuevas necesidades, pero su función principal reside en restringir las satisfacciones.

Denominamos instintos a las fuerzas que suponemos actuando tras las tensiones de necesidades del ello. Representan las exigencias somáticas planteadas a la vida psíquica, y aunque son causa última de toda actividad, su índole es conservadora; de todo estado que un ser alcanza surge la tendencia a restablecerlo en cuanto se lo haya abandonado ...

Tras grandes reservas y vacilaciones nos hemos decidido a aceptar sólo dos instintos fundamentales: el **Eros** y el **instinto de destrucción**. El primero tiene por fin constituir y conservar unidades cada vez mayores, es decir, tiende a la unión; el instinto de destrucción, por el contrario, persigue la disolución de las vinculaciones, la aniquilación. En lo que a éste se refiere, podemos aceptar que su fin último parece ser el de llevar lo viviente al estado inorgánico, de modo que también lo denominamos **instinto de muerte**. Si aceptamos que lo viviente apareció después de lo inanimado, surgiendo de éste, el instinto de muerte se adapta a la fórmula mencionada, según la cual todo instinto persigue el retorno a un estado anterior.

CAPÍTULO III. DESARROLLO DE LA FUNCIÓN SEXUAL.

De acuerdo con la concepción corriente, la vida sexual humana consta en lo esencial de la tendencia a poner los órganos genitales propios en contacto con los de una persona del sexo opuesto. Al mismo tiempo, el beso, la contemplación y la caricia manual de ese cuerpo ajeno aparecen como manifestaciones accesorias y como actos previos. Esta tendencia aparecería con la pubertad, es decir, en la edad de la maduración sexual, y serviría a la procreación; pero siempre se conocieron determinados hechos que no caben en el estrecho marco de esta concepción. ...

Es comprensible que el psicoanálisis despertara vivo interés y antagonismo cuando contradijo todas las concepciones populares sobre la sexualidad y estableció las siguientes conclusiones

principales:

- a) La vida sexual no comienza sólo en la pubertad, sino que se inicia con evidentes manifestaciones poco después del nacimiento.
- b) Es necesario establecer una neta distinción entre los conceptos de lo sexual y lo genital. El primero es un concepto más amplio y comprende muchas actividades que no guardan relación alguna con los órganos genitales.
- c) La vida sexual abarca a función de obtener placer en zonas somáticas, que posteriormente se pone al servicio de la procreación, pero a menudo las dos funciones no se superponen del todo

La boca es, desde el momento del nacimiento, el primer órgano que aparece como **zona erógena** y que plantea a la psique **exigencias libidinales**. Al principio, toda la actividad psíquica está adaptada a la satisfacción de las necesidades de esta zona. Naturalmente, la boca sirve en primer lugar a la **autoconservación** por nutrición, pero no se debe confundir la fisiología con la psicología. El chupeteo del niño, actividad a la que éste se aferra tenazmente, presente muy precozmente un impulso hacia la satisfacción que, si bien surgido de la ingestión alimentaria y estimulada por ésta, tiende a alcanzar el placer independientemente de la nutrición, de modo que podemos y debemos considerarlo sexual.

(...)

En la **fase fálica**, la sexualidad infantil precoz llega a su máximo y se aproxima a la declinación. En adelante, el varón y la mujer seguirán por distintos caminos. Ambos han comenzado a poner su actividad intelectual al servicio de la investigación sexual; ambos aceptan como fundamento la hipótesis de la **universalidad del pene**; pero ahora han de separarse los destinos de los sexos. El varón ingresa en la **fase edípica**, comenzando sus actividades manuales con el pene, acompañadas por fantasías que tienen por tema alguna actividad sexual del mismo con la madre, hasta que los efectos sumados de alguna amenaza de castración y del descubrimiento de la falta de pene en la mujer le hace sufrir el mayor trauma de su vida, que inaugura el **período de latencia**, con todas sus repercusiones. La niña, después de un fracasado intento de emular al varón, experimenta el reconocimiento de su falta de pene o, más bien, de la **inferioridad de su clítoris**, sufriendo consecuencias definitivas para la evolución de su carácter; a causa de esta primera defraudación en la rivalidad, a menudo se aparta por primera vez de la vida sexual.

Sería erróneo suponer que estas tres fases se suceden simplemente; por el contrario, una se agrega a la otra, se superpone, coexisten.

(...)

El primer objeto erótico del niño es el seno materno que lo nutre. Al principio, el seno seguramente no es discernido del propio cuerpo....

Este primer objeto se completa más tarde, hasta formar la persona de la madre, que no sólo alimenta, sino también cuida al niño y le provoca muchas otras sensaciones corporales, tanto placenteras como displacientes. En el curso de la higiene corporal, la madre se convierte en primera seductora del niño. En estas dos relaciones arraiga la singular, incomparable y definitivamente establecida importancia de la madre como primero y más poderoso objeto sexual, como modelo de todas las vinculaciones amorosas ulteriores, tanto en uno como en el otro sexo.

Por más tiempo que el niño haya sido alimentado por el pecho materno, el destete siempre dejará en él la convicción de que fue demasiado breve, demasiado poco.

El varón de dos a tres años que alcanza la fase fálica de su evolución libidinal, que percibe sensaciones placenteras emanadas de su miembro viril y que aprende a procurárselas a su gusto por la excitación manual, conviértese al punto en amante de la madre. Desea poseerla carnalmente, de las maneras que le hayan permitido adivinar sus observaciones y sus presunciones acerca de la vida sexual; busca seducirla mostrándole su miembro viril, cuya

posesión le produce gran orgullo; en una palabra, su masculinidad precozmente despierta le induce a sustituir ante ella al padre, que ya fue antes su modelo envidiado a causa de la fuerza corporal que en él percibe y de la autoridad con que lo encuentra investido. Ahora, el padre es un rival que se opone en su camino y a quien quisiera eliminar. Si durante la ausencia del padre pudo compartir el lecho de la madre, siendo desterrado de éste una vez vuelto aquél, le impresionarán profundamente las vivencias de la satisfacción experimentada al desaparecer el padre y de la defraudación sufrida al regresar éste. He aquí el asunto del **complejo de Edipo**, que la leyenda griega traslado del mundo fantástico infantil a una pretendida realidad. En nuestras condiciones culturales, este complejo sufre regularmente un final terrorífico.

La madre ha comprendido perfectamente que la excitación sexual del niño está dirigida a su propia persona, y en algún momento se le ocurrirá que no sería correcto dejarla en libertad. Cree actuar acertadamente al prohibirle la masturbación, pero esta prohibición tiene escaso efecto, y a lo sumo lleva a que se modifique la forma de la autosatisfacción. Por fin, la madre recurre al expediente más violento, amenazándolo con quitarle esa cosa que el niño le exhibe tercamente. Generalmente atribuye al padre la realización de la amenaza, para tornarla más terrible y digna de crédito. Se lo dirá al padre, y éste le cortará el miembro. Aunque parezca extraño, esta amenaza sólo surte su efecto siempre que antes y después de ella haya sido cumplida otra condición, pues en sí misma, al niño le parece demasiado inconcebible que tal cosa pueda suceder. Pero si el proferirse esta amenaza puede recordar la contemplación de un órgano genital femenino, o si poco después llega a ver un órgano al cual le falta, en efecto, esta parte apreciada por sobre todo lo demás, entonces toma en serio lo que le han dicho y, cayendo bajo la influencia del complejo de castración, sufre el trauma más poderoso de su joven vida.

Las consecuencias de la amenaza de castración son múltiples e inabarcables, interviniendo en todas las relaciones del niño con el padre y la madre y, más tarde, con el hombre y la mujer en general. La masculinidad del niño casi nunca suporta esta primera conmoción. A fin de salvar su miembro sexual, renuncia más o menos completamente a la posesión de la madre, y a menudo su vida sexual soporta para siempre la carga de aquella prohibición.

El niño cae en una actitud pasiva frente al padre, actitud que por lo demás atribuye a la madre. Las amenazas le habrán hecho abandonar la masturbación, pero no las fantasías acompañantes que, siendo la única forma de satisfacción sexual que ha conservado, son producidas en grado mayor que antes; en estas fantasías seguirá identificándose con el padre, pero al mismo tiempo, y quizá predominantemente, también con la madre.

Independientemente de esta estimulación de su femineidad, se acrecentará en grado sumo el temor y el **odio al padre**. La masculinidad del niño se retrotrae en cierta manera hacia una actitud de terquedad frente al padre, actitud que dominará compulsivamente su futura conducta en la sociedad humana. Como residuo de la fijación erótica a la madre, suele establecerse una excesiva dependencia de ella, que más tarde continuará con la dependencia de la mujer. Ya no se atreve a amar a la madre, pero no puede arriesgarse a dejar de ser amado por ella, pues en tal caso correría peligro de que ésta lo traicionara ante el padre y lo expusiera a la **castración**.

Estas vivencias, con todas sus condiciones previas y consecuencias, de las que sólo hemos descrito algunas, sufren una represión muy enérgica, y de acuerdo con las leyes del ello inconsciente, todas las pulsiones afectivas y las reacciones mutuamente antagonistas, que otrora fueron activadas, se conservan en el inconsciente dispuestas a perturbar, después de la pubertad, la evolución ulterior del yo. Si el proceso somático de la maduración sexual se reanima las antiguas **fijaciones libidinales**, aparentemente superadas, la vida sexual quedará inhibida, careciendo de unidad y desintegrándose en tendencias mutuamente antagónicas.

Evidentemente, el efecto de la **amenaza de castración** sobre la vida sexual germinante del niño no siempre tiene estas temibles consecuencias. Una vez más, la medida del daño producido y la del evitado depende de circunstancias cuantitativas. Todo este suceso, que podemos considerar como vivencia central de los años infantiles, como máximo problema de la

vida precoz y como fuente más poderosa de ulteriores insuficiencias, es olvidado tan completamente que su reconstrucción en la labor analítica tropieza con la más decidida incredulidad por parte del adulto. Más aún, el apartamiento de esos hechos llega a al extremo que se pretende condenar al silencio toda mención del tema espinoso y que, con curiosa ceguera intelectual, se pasa por alto las expresiones más claras del mismo.

En la niña pequeña, los efectos del complejo de castración son más uniformes y no menos decisivos. Naturalmente, la niña no tiene motivo para temer que perderá el pene, pero debe reaccionar frente al hecho de que no lo tiene. Desde el principio envidia al varón por el órgano que posee, y podemos afirmar que toda su evolución se desarrolla bajo el signo de la envidia fálica. Comienza por hacer infructuosas tentativas de imitar al varón, y más tarde trata de compensar su defecto con esfuerzos de mayor éxito, que por fin pueden conducirla a la actitud femenina normal. Si en la fase fálica trata de procurarse placer como el varón, mediante la excitación manual de los genitales, muchas veces no logra una satisfacción suficiente y extiende a toda su persona el juicio de la menorvalía de su pene rudimentario. Por lo común abandona pronto la **masturbación** porque no quiere que ésta le recuerde la superioridad del hermano o del compañero de juegos, y se aparta de toda forma de sexualidad.

Cuando se ha perdido un objeto amoroso, la reacción más directa consiste en identificarse con él, como si se quisiera recuperarlo desde dentro mediante la identificación. La niña pequeña aprovecha este mecanismo, y la vinculación con la madre cede la plaza a la identificación con la madre.

La hijita se coloca en lugar de la madre, como, por otra parte, siempre lo ha hecho en sus juegos; quiere suplantarla ante el padre, y odia ahora a la madre que antes amara, aprovechando una doble motivación: la odia, tanto por celos, como por el rencor que le guarda debido a la falta de pene. Al principio, su nueva relación con el padre puede tener por contenido el deseo de disponer de su pene, pero pronto culmina en el toro deseo de que el padre le regale un hijo. De tal manera, el deseo del hijo ocupa el lugar del deseo fálico, o al menos se desdobra de éste.

Es interesante que la relación entre los **complejos de Edipo** y **de castración** se presente en la mujer de manera tan distinta y aun antagónica a la que adopta en el hombre. Como sabemos, en éste la amenaza de castración pone fin al complejo de Edipo; en la mujer nos enteramos de que, por el contrario, el efecto de la falta de pene la impulsa hacia su complejo de Edipo. La mujer no sufre gran perjuicio si permanece en su **actitud edípica femenina**, par ala cual se ha propuesto el nombre de "**complejo de Electra**". En tal caso, elegirá a su marido de acuerdo con las características paternas y estará dispuesta a reconocer su autoridad. Su anhelo de poseer un pene, anhelo en realidad inextinguible, puede llegar a satisfacerse si logra completar el amor al órgano, convirtiéndolo en amor al portador del mismo, como sucedió otrora, al avanzar del seno materno a la persona materna.

¿QUÉ SUEÑA USTED?

Juego – Test
(La Vanguardia. Dominical 22 enero 1989)

PASATIEMPOS
Página 57.

Todo el mundo sueña, pero no todos conocemos el significado de lo que soñamos. Con el fin de aportar un poco de información al respecto, hemos confeccionado un listado de los sueños más comunes y debajo su interpretación o significado.

Abismo o barranco

En general siempre es un aviso de la proximidad de situaciones difíciles, para nosotros mismos si somos los protagonistas del sueño o para terceras personas si lo son ellas.

Este tipo de sueños es muy común en la adolescencia, período de cambios bruscos tanto físicos como mentales y, pro tanto, no cabría darles la misma interpretación más que por el período de vida en que se presentan

Abuelos (fallecidos, por lo general)

- Que uno ve: un próximo fallecimiento.
- Con los que uno se sienta a la mesa: larga vida
- Recibir un regalo de ellos: una herencia

Agua

Corresponde al estado interior de la propia persona, si es clara significa éxito y abundancia; si es turbia o sucia, confusión e incertidumbre.

Fuego

Siempre que sea de pequeñas dimensiones y en el cual uno no se queme, es un sueño benefactor; de lo contrario es destructor. Hay que hacer mención a los incendios de casas, ya que la casa debe ser considerada como una persona.

Perseguir

- A alguien: intenta reparar una falta cometida sin conseguirlo.
- Ser perseguido-a: alguien intenta reparar una falta que ha cometido.

Comer

Puede ser un sueño de necesidad o simplemente una aversión a lo que se ha comido realmente en el estado de vigilia.

- Hacerlo rápidamente: buena salud.
- Comer sólo en una mesa abundante: se siente repudiado-a por su egoísmo.
- En una mesa pobremente servida: sentir arrepentimiento.
- Querer comer pero no encontrar nada para hacerlo: cambios en su vida.

Ataúd

Es una despedida al pasado con intención de empezar de nuevo.

- Vacío: preocupación injustificada acerca del propio futuro.
- Con un cadáver: desgracia en su relación conyugal.
- En el que uno está metido: acontecimiento feliz con su pareja.

Dinero

- Que se ve: gastos imprevistos.
- Que uno gana: suerte en el amor (si es en juegos de azar: mal presagio).
- Que se encuentra: preservación de una pérdida sensible.
- Que uno tiene: signo de orgullo.
- Que uno pierde: mala suerte pasajera.
- Que uno paga: recibirá una recompensa.
- Que uno cuenta: se ganará bien la vida.

Entierro

- Ver su propio entierro: en general, buen presagio.
- Ver el entierro de conocidos: problemas.
- Ver el entierro de desconocidos: una herencia

Estiércol

Sueño de suerte y de éxito en general; si sólo se ven, la riqueza viene por sí sola; si se manipulan, pisa o transportan, la suerte vendrá a fuerza de trabajo y constancia.

Conocidos y amigos

Que no se encuentra o con quien habla: una novedad.

Cortar

Dependiendo del resultado, significa separación o felicidad en el amor.

- Algo para comer: éxito de un proyecto.
- Otra cosa: ruptura o enfriamiento de una relación.
- Cortarse uno mismo: darse cuenta de lo arriesgado de una situación y, a pesar de ello, seguir adelante con el consiguiente fracaso final.
- En los sueños infantiles: miedo a la castración.

Cuerdas

El criterio determinante es el uso que se da a la cuerda: que ayuda o estorbe, es un lazo que puede ser molesto o salvador

Dientes

- Ver o tener una buena dentadura: buenos augurios para la persona que se ve o para uno mismo.
- Ver o tener dientes que se mueven: relaciones desventajosas o pérdidas materiales para un tercero o para uno mismo.
- Ver dientes postizos en un tercero o en uno mismo: hacer una ganancia sólo en apariencia

Unitat 9. Jean Piaget i la Psicologia evolutiva

Conceptes fonamentals de la teoria de Piaget
Glossari

Esquema

a) Els tres primers estadis (0-2 anys)

- Estadi dels actes reflexos (0-3 mesos)
- Estadi de l'organització de les percepcions i hàbits (3-12 mesos)
- Estadi sensoriomotriu (1-2 anys)

b) Les operacions preoperatives (2-7 anys)

- Egocentrisme intel·lectual
- Animisme
- Artificialisme
- Causalitat moralista

c. Les operacions concretes (7-12 anys)

- Desaparició egocentrisme intel·lectual
- Cooperació, treball en comú, socialització.
- Operacions concretes en matemàtiques.

d. Les operacions formals (12-16 anys)

- Pas del pensament concret a l'abstracte (formal, hipotètic, deductiu)

CONCEPTES FONAMENTALS DE LA TEORIA DE PIAGET

Quan neix un ésser humà, solament disposa d'unes conductes anomenades reflexos. Els reflexos són conductes innates molt senzilles, com ara xuclar, agafar, moure's, etc. Aquests reflexos són la base amb la qual l'infant en contacte amb l'entorn, anirà construint la seva intel·ligència. Per exemple, el reflex d'estreñer amb la mà serà la base per arribar a escriure. El nen va acumulant tot allò que aprèn. El desenvolupament de la intel·ligència consistirà en l'acumulació d'esquemes i maneres de resoldre problemes. El concepte d'esquema és clau en la teoria piagetiana, perquè representa la manera com s'estructura i s'organitza la ment en cada moment de la vida, a partir del que ja se sap anteriorment i amb el contacte amb el món exterior.

Piaget i els seus col·laboradors van dividir el desenvolupament del nen en sis etapes, que van anomenar estadis.

- 1. L'estadi dels actes reflexos (aproximadament des del naixement fins als tres mesos)**
- 2. L'estadi de l'organització de les percepcions i hàbits (des dels tres/quatre mesos fins a l'any aproximadament).**
- 3. L'estadi sensoriomotriu (1-2 anys).**
- 4. L'estadi de les operacions preoperatives (2-7 anys)**
- 5. L'estadi de les operacions concretes (7-12 anys)**
- 6. L'estadi de les operacions formals (12-16 anys)**

Cal prendre's els límits d'edat de forma totalment orientativa. Cada estadi o etapa respon a noves necessitats i estímuls del nen que s'adapta al que li demana el medi ambient. Els esquemes que va aprenent s'acumulen i s'incorporen a la seva ment: va construint la seva intel·ligència, equilibrant la seva ment a allò que l'envolta. Aquest progrés es produeix en els àmbits físics, el pròpiament intel·lectual i l'afectiu. Per exemple, quan un nen comença a caminar (àmbit físic) pot resoldre una sèrie de problemes, com ara desplaçar objectes (àmbit intel·lectual), que abans no podia fer, i s'ha d'adaptar a una nova relació afectiva, com per

exemple anar a buscar el pare o la mare (àmbit afectiu). L'ordre dels estadis ha de ser l'establert per Piaget, i la seva durada dependrà del grau de maduració de cada nen)

a. Els tres primers estadis (0-2 anys)

Podem considerar plegats els tres primers estadis, dels quals destaca sobretot el darrer, anomenat sensoriomotriu. Abans no es donava gaire importància al nadó de 0 a 2 anys, que ni tan sols parlava. En canvi, Piaget parla d'una "revolució copernicana" en aquest període de temps. Des del naixement fins als 18 mesos, el nadó elabora unes subestructures cognoscitives i una sèrie de reaccions afectives elementals que seran la base de la seva vida intel·ligent i afectiva posterior. Aquesta revolució consisteix a passar de creure que el món és el propi cos del nen a descobrir que hi ha un univers fora d'ell mateix i a construir el llenguatge. En néixer, el nen és solament instint, i els sentits són la seva font d'informació del món exterior. Per exemple, l'acció de xuclar és un instint que li permet de sobreviure, de mamar, però que de mica en mica es converteix en una manera de comprendre i conèixer el món, i això explica que el nen tot ho xucli i s'ho posi a la boca. Ha passat de ser un instint a ser una eina per conèixer la realitat que l'envolta. Els moviments de les mans, dels braços, són en principi un exercici físic, però acaben convertint-se en eines "intel·lectuals" del nen. Quan un nen agafa un objecte, efectua una activitat motriu i prou. Però si el tira a terra una vegada darrera l'altra, ja ha transformat l'acte motriu en un experiment sobre la llei de la gravetat. I si estira una peça de roba perquè hi ha una joguina a sobre que vol agafar però no hi arriba, ja tenim una activitat de resolució de problemes: una activitat intel·ligent. Manipulant els objectes, el nen desenvolupa la seva intel·ligència. Quan comença a caminar, aquesta possibilitat augmenta moltíssim. I el seu nivell intel·lectual farà un salt gegantí quan, al final de l'etapa, adquireixi la capacitat del llenguatge.

Piaget està convençut que el nen és capaç de resoldre problemes, de ser intel·ligent, abans de ser capaç d'usar el llenguatge. Si es diu que el pensament no és altra cosa que llenguatge interioritzat, ¿com podem afirmar que un nen "pensa" si no disposa encara del llenguatge? Piaget contesta demostrant que el nen resol problemes si disposa dels elements necessaris i els pot manipular. D'altra banda, cap a la fi del segon any de vida, el nen construeix les categories d'objecte, espai, causalitat i temps, pròpies d'una conducta intel·ligent.

b. Les operacions preoperatives (2-7 anys)

El tret dominant d'aquesta etapa és l'aparició del llenguatge. El llenguatge provoca els següents canvis: intercanvis possibles amb els altres, l'inici del pensament en poder interioritzar les paraules i sobretot en poder elaborar representacions interiors o intuïcions. Piaget parla de "gènesi" (és a dir naixement) del pensament, i recordem que un dels trets de la intel·ligència és el pensament. El pensament no neix de cop, sinó que és un procés llarg que dura des dels dos anys fins al final de l'etapa. Al començament, el pensament del nen és egocèntric, tot gira al seu voltant. Al món, les coses són pensades i funcionen perquè ell les utilitzi. Aquesta assimilació del món va acompanyada d'una intencionalitat en les coses. La lluna brilla perquè jo hi pugui veure a la nit. D'aquesta actitud se'n diu animisme i ens recorda vells mites de cultures primitives. Per exemple, algunes civilitzacions que atorguen voluntat i intencions als núvols, o al sol o a un riu. L'altre tret de la intel·ligència infantil és la pregunta del "perquè". No distingeix entre el perquè causal del perquè final. Perquè roda una pilota? Perquè el terra fa pendent, causa, o perquè la pilota és meua i es dirigeix cap allà on sóc jo, finalitat. També tenen la creença que totes les coses han estat fetes per les persones i no hi ha límits entre les lleis o forces humanes i les naturals. Les persones han plantat pedres i han crescut, per això hi ha muntanyes. D'aquesta actitud se'n diu artificialisme. Totes aquestes característiques seran abandonades posteriorment al llarg de l'evolució.

En aquest estadi, els nens no tenen encara raonament lògic, però el supleixen amb una intuïció espectacular i primitiva. Per exemple, ensenyem al nen una filera de fitxes de colors i al costat una pila de fitxes. Li demanem que faci una filera amb el mateix nombre de fitxes. Als quatre o cinc anys faran una filera de la mateixa llargada, però no tindran en compte el nombre de

fitxes. Què ha passat? Han tingut una intuïció espacial. Han valorat la quantitat per l'espai ocupat. Però al cap d'un o dos anys més, ja fan dues files amb el mateix nombre de fitxes: una intuïció d'igualtat. Les intuïcions són el pas previ a les operacions lògiques que veurem posteriorment.

c. Les operacions concretes (7-12 anys)

En complir els set anys, el nen comença a demostrar un pensament lògic que completa el procés d'intuïcions de l'estadi anterior. Al mateix temps, el seu egocentrisme intel·lectual desapareix i és capaç de distingir entre el seu punt de vista i el dels altres. Això permet una visió del món més equilibrada i amb més possibilitats de comprendre'l. També permet el treballen comú, la cooperació, la discussió i el raonament amb els altres, l'acceptació i comprensió de normes que fan possibles els jocs organitzats, etc. Tot plegat provoca un progrés de la intel·ligència. De totes aquestes conductes respecte als altres, Piaget en diu socialització. L'element clau és la discussió amb els altres nens. El fet d'escoltar altres punts de vista i intentar entendre les seves raons provoca la reflexió. A més de l'egocentrisme, també desapareixen de mica en mica l'animisme i l'artificialisme, i el nen comença a buscar respostes més causals i lògiques. Fent un paral·lelisme amb la història de la humanitat, coincidiria amb la desaparició del mite com a explicació del món i l'aparició de la reflexió racional dels primers filòsofs grecs. El cas de l'atomisme de Demòcrit lliga amb les concepcions atomístiques dels nens. Per exemple, si dissolem sucre en un got d'aigua i preguntem què se n'ha fet del sucre, observem les següents respostes. Per un nen de menys de set anys, simplement el sucre ja no hi és. Però per un de més de set anys, el sucre és al got i s'ha barrejat amb l'aigua o bé s'ha trencat en trossets que són dins de l'aigua. Tenim una explicació atomista que estableix la conservació de la matèria. El que encara costa és entendre que els àtoms de sucre tenen un volum i un pes i que per tant el got d'aigua amb sucre pesarà més i tindrà més volum. Aquest raonament es produirà cap als nou o deu anys. Amb tot això, el nen treballa amb les nocions de substància, pes i volum.

El progrés més espectacular que construeix el pensament durant aquesta etapa és el pas de les intuïcions a les operacions concretes. Una operació és qualsevol acció que impliqui reunir, organitzar o classificar sèries d'objectes. Són de caràcter concret, i això significa que per poder "pensar" aquestes operacions cal tenir els elements a l'abast, és a dir, que es puguin veure i tocar. És allò de sumar pilotes i no números. Aquest raonament lògic consisteix a fer sèries de més gran a més petit, a agrupar conjunts d'elements que estiguin inclosos els uns dins dels altres, i a relacionar la igualtat de dos elements a través d'un intermediari, és a dir, l'estructura sil·lògica bàsica: "si $A = B$ i $B = C$, aleshores $A = C$ ". Aquest esquema lògic el fem servir contínuament en la vida diària. L'esquema intel·lectual que costa més d'adquirir és el que Piaget anomena reversibilitat. Aquest esquema permet invertir operacions lògiques. Si fem tres boles (A, B, C) dins d'un tub inclinat i obert per les dues bandes i les deixem córrer, el nen esperarà que surtin per aquest mateix ordre. Però si invertim la inclinació del tub el nen de menys de set anys no entendrà que surti primer C. La reversibilitat és fonamental per a les operacions matemàtiques. Aquest esquema es construeix precisament al mateix temps que la socialització: el fet d'haver d'admetre altres punts de vista.

d. Les operacions formals (12 – 16 anys).

El darrer canvi i en l'àmbit del pensament que s'esdevé a la ment de l'infant és el pas del pensament concret al pensament abstracte. Fins als onze o dotze anys, les operacions intel·lectuals són concretes, és a dir, sempre fan dotze anys, les operacions intel·lectuals són concretes, és a dir, sempre fan referència a objectes que poden ser manipulats. Però a partir d'aquesta edat, els nois i les noies poden fer operacions sense tenir els objectes al davant, sinó únicament amb símbols o representacions, és a dir, les paraules, els nombres o les fórmules matemàtiques. D'aquest raonament, se'n diu pensament formal o hipotètic i deductiu. Així, es poden arribar a conclusions a partir de suposicions sense que calgui l'existència dels elements considerats. L'exemple clàssic és el següent raonament: l'Eva té els cabells més foscos que l'Anna. L'Eva és més rossa que la Núria. Qui té els cabells més foscos? Un nen de deu anys,

malgrat que és capaç de fer una sèrie de colors, contestarà que l'Anna és més morena perquè suposa que l'Eva i la Núria són rosses. Només podria resoldre el problema si tingués al davant les tres noies: pensament concret. Un adolescent, en canvi, pot resoldre el problema de manera hipotètica i formal, sense cap necessitat de veure les noies i fins i tot sense cap necessitat que existeixin. Aquesta etapa seria l'inici de la maduresa del pensament, malgrat que els adolescents, al començament, tendeixen a "abusar" de la seva capacitat de pensar formalment. Posteriorment s'anirà equilibrant aquesta capacitat de pensar formalment. Posteriorment s'anirà equilibrant aquesta capacitat amb la realitat i la persona serà capaç d'usar el pensament formal per preveure i interpretar l'experiència i al mateix temps tenir una millor comprensió global del món.

Tota aquesta teoria de Piaget s'ha anat elaborant a partir de moltes experiències i moltes dades. Els darrers estudis han polit alguns dels punts de la teoria, però, com a punt de referència i explicació global de l'evolució del coneixement, té validesa.

Etapes	Edat aproximada	Característiques principals
Sensoriomotriu: intel·ligència pràctica	0 - 2 anys	Coordina diverses modalitats sensorials. Distingeix entre mitjans i finalitats. Comprèn la permanència de l'objecte
Preoperativa: intel·ligència intuïtiva	2 - 6 anys	Desenvolupament del llenguatge. Cerca d'ordre i constància. Pensament animista. Egocentrisme.
Operacions concretes: intel·ligència lògica concreta	7 - 11 anys	Operacions mentals sobre objectes concrets. Classificació d'objectes. Seriació. Transitivitat.
Operacions formals: intel·ligència lògicoformal	12 anys en endavant	Pensament abstracte. Construcció de teories. Elaboració i comprovació. Raonament deductiu

GLOSSARI

Animisme: Creença pròpia de la fase de les operacions preoperatives de la infantesa segons la qual les coses tenen vida pròpia, intencions, etc.

Artificialisme: Creença pròpia de la fase de les operacions preoperatives de la infantesa segons la qual totes les coses estan al servei de les persones.

Egocentrisme: Actitud infantil segons la qual tot el món gira al voltant del nen o nena.

Esquema: Concepte de la teoria de Piaget que al·ludeix a la manera que té un nen d'organitzar la realitat i la seva experiència en cada fase de la seva evolució.

Estadi: Nom que dóna Piaget a les diferents etapes de l'evolució de la persona.

Evolutiva: branca de la psicologia que estudia com evoluciona la persona des del seu naixement fins a l'edat adulta.

Intel·ligència: Aptitud que permet comprendre les relacions que hi ha entre les coses i adaptar-les en funció dels interessos propis. L'ésser humà disposa de diversos tipus d'intel·ligència que li permeten resoldre problemes diversos.

Intuïció: En la teoria de Piaget, capacitat dels nens d'establir relacions i resoldre problemes abans de disposar de capacitat lògica.

Unitat 10.

La Psicologia

cognitiva

Context històric

Les emocions i els pensaments irracionals

Les teràpies cognitives i la teràpia emotivoracional d'Ellis

Glossari

Activitats

Introducció

La psicologia cognitiva s'inicia l'any 1956 als Estats Units arran de la publicació d'una sèrie de llibres de psicologia que proposaven un nou enfocament. Fins aleshores, l'escola psicològica que tenia més prestigi als EUA era el conductisme, amb els treballs de Skinner com a estrella. Els psicòlegs cognitius creien que el conductisme no explicava el funcionament de la ment humana i criticaven la seva metodologia inductiva. Un altre element que va influir en la nova psicologia van ser els estudis sobre el llenguatge de Noam Chomsky i la revolució informàtica arran de l'aparició de la primera computadora electrònica digital a l'Estat nord-americà de Pennsilvània l'any 1946. També, cal destacar els estudis de neurofisiologia, que van aportar descobriments notables sobre el funcionament de les cèl·lules i els mecanismes interns amb els quals el cervell resolva problemes i organitzava la informació.

La psicologia cognitiva pot definir-se com un estudi dels processos intel·lectuals des dels més simples fins als més complexos. Aquests processos són:

- **Percepció**
- **Atenció**
- **Memòria**
- **Llenguatge**
- **Raonament.**

Tot i que la psicologia cognitiva es desmarca i critica clarament d'altres teories psicològiques, com el conductisme o la psicoanàlisi, darrerament molts psicòlegs cognitius intenten establir ponts de contacte des de la seva teoria cap a les altres.

Encara que la psicologia cognitiva es desenvolupa amb molta força als anys 60 als països anglosaxons, tarda ben bé una dècada a introduir-se amb força a Europa. A Espanya, és una tendència que no s'introdueix fins l'any 1980, però que s'escampa ràpidament i és acceptada i posada en pràctica per molts professionals. A la universitat ja existeixen càtedres de psicologia cognitiva i es pot afirmar que és una de les tendències dominants en el camp universitari i professional, tant a Europa com als EUA. La recent reforma educativa a Espanya té com a referent teòric principal molts principis del cognitivisme.

La psicologia cognitiva ha influït decisivament en la lingüística, la teoria de la informació i la informàtica. També té certs punts de contacte amb l'epistemologia, una de les branques clàssiques de la filosofia, perquè tant l'una com l'altra estudien com es produeix el coneixement humà i els seus límits, si bé des de punts de partida diferents.

No es pot parlar d'un únic fundador de la psicologia cognitiva, sinó de molts noms que han anat aportant els seus treballs i han anat ampliant la teoria.

Com pensem? La metàfora de l'ordinador.

Un dels principis de la psicologia cognitiva és l'anomenada metàfora computacional, segons la qual els mecanismes del pensament en els éssers humans són semblants al funcionament d'un ordinador. No vol dir això que la ment humana sigui igual que un ordinador, sinó que per explicar de quina manera s'adquireix el coneixement i es processa la informació s'utilitza el símil de l'ordinador.

Per adquirir coneixement, l'ordinador necessita un hardware i un software, o sigui, un suport físic i uns programes de funcionament. En l'ésser humà, el hardware seria el cervell i els circuits neuronals es podrien comparar amb els circuits electrònics. El software serien les estructures mentals que organitzen la informació. Els experts en hardware serien els neuròlegs i biòlegs estudiosos de les neurones i els mecanismes del cervell. Els psicòlegs cognitius estudiarien el funcionament del software, o sigui, l'estructura del sistema de pensament i les operacions bàsiques de la ment.

Per comprendre de quina manera l'home humana adquireix informació, es pot utilitzar el model de l'ordinador en relació als sistemes de memòria. Un ordinador disposa de dues memòries: una anomenada RAM i una altra anomenada ROM. La memòria RAM és una memòria transitòria o de treball, de capacitat limitada, que processa la informació abans d'enviar-la a la memòria ROM o memòria de llarga durada i gran capacitat que emmagatzema la informació que ha elaborat la memòria ROM. També cal recordar que no tota la informació que elabora la memòria RAM passa a la memòria de llarga durada.

Comparant aquesta estructura amb la ment humana, podem dir que qualsevol informació que prové de l'exterior, com una paraula, una imatge, un senyal, és captada pels sentits i transformada en un símbol. Aquest símbol és processat per la memòria de curt termini o de funcionament (RAM) i posteriorment passa a la memòria de llarg termini (el disc dur d'un ordinador). Aquesta informació de qualsevol informació en un símbol també ens fa semblants a un ordinador, perquè els ordinadors adopten el format simbòlic per treballar. Evidentment, el símbol de les persones amb el qual processen la informació és el llenguatge.

Qualsevol informació passa per les tres memòries esmentades. La primera és la memòria sensorial, és a dir, la que retenim a partir de la informació dels sentits. Bàsicament s'ha estudiat la memòria visual i auditiva. Aquesta memòria és molt dèbil i té una durada normalment de mig segon. Per tant, la memòria sensorial ja ens filtra la informació d'una manera molt determinant, perquè molts estímuls no els podem recordar. La memòria de curt termini o de treball té una durada d'aproximadament mig minut i una capacitat d'emmagatzematge de més o menys set elements (dos amunt o dos avall). Un element pot ser una frase, una síl·laba o un número. Fóra semblant a un bit informàtic però amb les seves diferències, perquè, per exemple, una fórmula de quatre números per a un matemàtic ocuparia l'espai d'un sol bit, però per a un profà serien quatre bits o elements d'informació. La memòria de curt termini té per tant una capacitat limitada i és una de les restriccions que tenim les persones quan hem d'enfrontar-nos a nous aprenentatges o coneixements. La memòria de curt termini processa i elabora la informació, és a dir, la classifica abans d'enviar-la a la memòria de llarg termini. Hi ha diversos recursos o mecanismes amb els quals es treballa per codificar la informació. Moltes codificacions són automàtiques, però d'altres exigeixen un esforç. Els grecs ja van inventar els recursos mnemotècnics per processar la informació, com per exemple l'associació de paraules a llocs o a colors, la utilització de jocs de paraules o ritmes, etc. Un cop processada la informació en la memòria de curt termini, decidim si l'emmagatzem a la memòria de llarg termini o no. És el mateix mecanisme que fem quan estem escrivint un text a l'ordinador i decidim guardar-lo al disc dur o bé decidim esborrar-lo. La memòria de llarg termini emmagatzema tots els coneixements de què disposem els éssers humans i que hem anat adquirint al llarg de la nostra experiència, i la seva capacitat és il·limitada. La recuperació d'aquesta informació dependrà de les estratègies de la memòria de curt termini a l'hora de classificar i organitzar la informació, de la mateixa manera que quan busquem un document al disc dur de l'ordinador el trobem amb més facilitat si l'hem classificat amb un criteri clar i senzill. De tota manera, la recuperació humana de la informació no és completa i idèntica com la que pot fer un ordinador, sinó que habitualment, en recuperar una informació, acostumem a perdre'n detalls o alguns elements que no considerem claus.

Entre la memòria de curt termini i la de llarg termini, hi ha una relació de mútua influència, un feedback constant. Quan introduïm una informació nova, sempre establim alguna relació amb informacions anteriors ja adquirides i guardades a la memòria de llarg termini.

Un altre concepte clau en relació al software i que té punts de contacte entre l'ordinador i la ment humana és el concepte de programa. Un programa d'ordinador és un esquema o estructura que serveix per classificar la informació d'una manera determinada i per resoldre problemes segons uns criteris preestablerts. Els éssers humans, davant d'un problema, ens en plantegem la solució segons una programació determinada fruit de la nostra experiència anterior, la nostra memòria de llarg termini i les informacions específiques que processem en cada problema. És a dir, la conducta humana, en general, no s'improvisa a cada moment, sinó que disposa d'uns mecanismes, uns programes previs, que marquen quina és la conducta que cal seguir. En aquest sentit, el programa seria la descripció detallada dels passos que un

sistema de coneixement segueix per aconseguir un objectiu determinat. Aquesta definició es pot aplicar tant a la ment humana, com a l'ordinador. Un programa no implica el seguiment d'unes normes o pautes fixes, sinó que té en compte moltes possibilitats i variables, i adapta la seva resposta a aquestes variables. És a dir, un programa és ple d'alternatives. Si agafem un processador de textos d'ordinador qualsevol, podrem constatar que no escriu sempre igual, sinó que segons el que se li demani farà una cosa o una altra, el corrector serà en català o en anglès, el tipus de lletra serà Arial o Lucida, etc. En la nostra vida quotidiana, també tenim una sèrie de programes que ens marquen la conducta. Per exemple, el desplaçament diari de cada a l'institut suposa una determinada programació si plou, portarem paraigua; si el semàfor està en verd, passarem; si veiem un company amb qui volem parlar, l'esperarem o el cridarem. Tot aquest seguit de conductes, amb moltes alternatives, configuren el programa. Si voleu, en lloc de programa li podem dir tàctiques o estratègies per resoldre problemes. Però fixem-nos que no les inventem cada dia, sinó que ja les tenim a la nostra ment. De fet, molts programes funcionen sense que en tinguem consciència, com per exemple quan decidim el millor moment per creuar el carrer.

És evident que els programes s'han d'aprendre algun dia, però un cop incorporats a la ment, els utilitzem com a pauta de la nostra conducta. Els psicòlegs cognitius han fet ús d'altres metàfores per explicar l'estructura del coneixement humà, però la metàfora de l'ordinador és la que ha donat més bons resultats.

LES EMOCIONS I ELS PENSAMENTS IRRACIONALS.

Els aspectes emocionals i afectius són poc tractats per la psicologia cognitiva, però el 1962 un psicòleg que havia estat psicoanalista, Albert Ellis, proposa una teoria sobre les emocions des de la perspectiva cognitiva. Ellis afirma que els problemes emocionals que tenim les persones provenen d'una sèrie de creences irracionals o esquemes amb els quals orientem la nostra vida i determinem la nostra conducta. Aquests esquemes són una mena de regles de vida o principis que tenim totalment interioritzats i que desconeixem, tot i que determinen la nostra manera de ser. És per tant una cosmovisió, una colla de teories que les persones creuen del tot i que no estan disposades a qüestionar que puguin ser falses, sinó que són indiscutibles. Aquestes idees irracionals són les responsables de les perturbacions emocionals i dels nostres conflictes psíquics.

En el seu llibre sobre aquest tema, Ellis va elaborar una relació **d'11 idees irracionals:**

- 1.** És una necessitat fonamental de cada persona ser estimada i que la seva conducta sigui aprovada per les persones importants de la seva comunitat.
- 2.** Per considerar-se un mateix valuós, s'ha de ser molt competent i tenir capacitat per aconseguir qualsevol cosa en tots els aspectes possibles.
- 3.** Hi ha certa gent que és vil, malèvola i infame i han de ser castigats i culpabilitats per la seva dolenteria.
- 4.** És terrible i catastròfic el fet que les coses no vagin pel camí que a una persona li agradaria que anessin.
- 5.** La desgràcia humana s'origina per causes externes i la gent té poca capacitat, o cap, per controlar les seves penes i perturbacions.
- 6.** Si alguna cosa és o pot ser perillosa o temible, caldrà tenir una inquietud terrible envers aquesta cosa i caldrà pensar constantment en la possibilitat que succeeixi.
- 7.** És més fàcil evitar que afrontar certes responsabilitats i dificultats de la vida.
- 8.** S'ha de dependre dels altres i es necessita algú més fort en qui confiar.
- 9.** La història passada d'una persona és determinant i decisiva en la conducta actual, i si en el passat va tenir una mala actuació o una mala experiència, això ha de seguir afectant-la de manera indefinida.
- 10.** Una persona s'ha de sentir molt preocupada pels problemes i perturbacions dels altres
- 11.** Només hi ha una solució correcta, perfecta i concreta pel que fa als problemes humans, i si no es troba aquesta solució perfecta s'esdevé la catàstrofe.

De manera sintètica podríem definir els pensaments irracionals amb els trets següents:

- **Radicalització**: les coses són blanques o negres.
- **Generalització**: s'utilitzen expressions com "sempre", "tothom"
- **Catastrofisme**: veure-ho tot com a terrible, tràgic, etc.
- **Distorsió** de la realitat, exageració.
- **Poc científic**, injustificat, confús.
- **Idealització exagerada**, romanticisme, situacions impossibles.
- **Molt exigent i obsessiu**.

Ellis dedueix, per tant, que les emocions de les persones i les conductes són fruit de les seves creences i de la seva interpretació de la realitat. El mecanisme de funcionament de les idees irracionals és conegut com a model ABC i s'estructura de la manera següent.

Un fet o un esdeveniment (A) és interpretat per una persona, i a partir del fet desenvolupa una sèrie de creences (B) que poden ser lògiques i racionals (rB) o bé il·lògiques i irracionals (iB). A partir d'aquestes creences, es desenvolupen unes conseqüències (C) que poden ser emocionals (Ce) o/i conductuals (Cc) Per tant, les conseqüències d'una conducta no són degudes als fets o a les circumstàncies, sinó a les creences i interpretacions de les persones. Per exemple:

Fet o esdeveniment (A): En Josep no m'ha dit res quan ens hem creuat pel passadís.

Creença/Interpretació racional (rB): Potser no m'ha vist o estava distret pensant en altres coses.

Creença/Interpretació irracional (iB): En Josep no s'interessa per mi. Sóc una persona que no interesso a ningú.

Conseqüències del pensament irracional:

- Emocionals (Ce): Em sento deprimat, poc apreciat, incomprès.
- Conductuals (Cc): Evitaré trobar-me amb en Josep. No val la pena tornar a començar una relació amb ningú.

Ellis creu que els pensaments irracionals són conductes de tipus absolutista i d'exigència radical que responen a l'ordre de "he de fer". Aquests pensaments es desenvolupen entres àrees: un mateix, els altres i el món en general. L'estructura fóra: "Jo he de funcionar sempre bé, els altres han de tractar-me bé, i la vida, el món, m'ha de donar allò que jo vull". Les conseqüències d'aquest pensament irracional i absolutista són:

1. Tremendisme; destacar els aspectes negatius d'un fet.

2. Poca tolerància a la frustració; considerar que les situacions són insuportables i que no es pot ser feliç.

3. Condemna; destacar que l'espècie humana és essencialment dolenta i que les conductes de les persones no tenen cap valor.

Algunes de les diferències entre pensaments irracionals i racionals queden reflectides en aquest esquema

	PENSAMENTS IRRACIONALS (iB)	PENSAMENTS RACIONALS (rB)
1	És espantós	És un contratemps
2	No puc suportar-ho	Puc tolerar allò que no m'agrada
3	Sóc un estúpid	La meva conducta ha estat estúpida
4	És un imbècil	No és perfecte
5	Això no hauria de passar	Això passa perquè és part de la vida
6	No hi té dret	Té dret a fer el que li sembli, tot i que hagués preferit que no ho hagués fet
7	M'han de castigar	Va ser culpa meua i he de ser-ne responsable
8	Necessito que ell/a faci això	Vull/desitjo/m'agradaria que ell/a fes això, però potser no ho aconseguiré
9	Tot surt sempre malament	A vegades, potser sovint, les coses surten malament
10	Cada vegada que provo una cosa, m'equivoco	A vegades m'equivoco
11	Res no funciona	Les coses fallen més sovint del que jo voldria
12	Això és tota la meua vida	Això és una part molt important de la meua vida
13	Això hauria de ser més fàcil	Desitjaria que fos més fàcil, però a vegades el que em convé costa d'aconseguir
14	Ho hauria d'haver fet	Hagués preferit fer-ho millor, però vaig fer el que vaig poder
15	Sóc un fracàs	Sóc una persona que a vegades fracasa

Tota aquesta anàlisi d'Ellis va acompanyada d'una teràpia que pretén descobrir aquests pensaments irracionals i substituir-los pels corresponents racionals.

LES TERÀPIES COGNITIVES I LA TERÀPIA EMOTIVORACIONAL D'ELLIS

Les teràpies cognitives són actualment les que s'utilitzen més en els trastorns de la conducta. Són una combinació de tècniques conductistes per modificar la conducta i aspectes cognitius. Pretén canviar conductes i alhora els pensaments i els judicis dels pacients. La tesi que defensa aquesta teràpia és que les conductes no són degudes únicament a elements ambientals, sinó que depenen d'elements cognitius, de pensament. Pressuposa que la modificació cognitiva, el canvi dels pensaments, pot canviar la conducta. És a dir, la finalitat de la teràpia és la modificació cognitiva. Aquestes teràpies tenen l'avantatge que són breus i estructurats i exigeixen un alt grau de col·laboració entre el terapeuta i el pacient. La col·laboració amb el pacient implica que el terapeuta expliqui la finalitat de les activitats proposades. En certa manera, el terapeuta funciona com una mena de guia o d'entrenador.

El procés de la teràpia comença amb el diagnòstic del trastorn del pacient. Per diagnosticar, es fa ús d'entrevistes que es graven en casset. Aquestes entrevistes serveixen perquè el terapeuta vegi quin mecanisme ABC funciona en el pacient i en pugui reconèixer els pensaments irracionals. Una altra tècnica és l'autodiagnòstic, que consisteix a omplir un formulari en el qual el pacient analitza els seus sentiments. Una altra eina del diagnòstic són els tests ja estandaritzats i verificats que avaluen actituds i creences de les persones.

Les tècniques més específiques de la teràpia d'Ellis, però que també utilitzen els psicòlegs cognitius en general, són: el debat, les feines per a casa i els exercicis emotius.

El debat és una discussió racional entre el pacient i el terapeuta que té com a finalitat qüestionar la validesa científica de les seves idees irracionals. S'utilitza la lògica i l'experiència per aconseguir que el pacient examini i qüestioni la seva manera de pensar i desenvolupi noves formes de pensament. El debat pot ser de diversos estils: el socràtic, el didàctic, el juganer i l'autorevelador. L'estil socràtic incita el pacient a pensar per si mateix enlloc d'acceptar el punt de vista del terapeuta directament, i és el més recomanable en la teràpia. L'estil didàctic consisteix a explicar al pacient una fase del procés de la teràpia, però s'ha d'evitar de fer abús d'aquest estil i només s'ha d'aplicar quan el pacient ho demani. L'estil juganer proposa l'ús de l'humor i de les paradoxes com a eina didàctica. L'estil autorevelador significa que el terapeuta expliqui alguna situació que ell hagi viscut i que sigui similar a la del pacient per posar-la com a exemple que aquesta es pot superar.

Les feines per a casa consisteix a proposar al pacient una sèrie d'exercicis per dur a terme a la vida quotidiana entre sessió i sessió terapèutica. La seva finalitat és reforçar allò que s'ha après o descobert a les sessions. Les activitats proposades, d'acord amb el pacient, poden ser molt diverses: lectura, escriptura, activitats de relaxament, debats, solució de dilemes... Una altra feina per a casa molt utilitzada és escriure un diari, una mena de registre on el pacient apunti situacions conflictives, la seva actitud, la seva resposta, les idees irracionals que li van venir al cap, etc.. Aquests diaris acostumen a estar pautats i dissenyats prèviament, i el pacient només els ha d'omplir. També es recomana per a cada la lectura de llibres o articles de revistes sobre la temàtica que preocupa al pacient.

Els exercicis emotius són activitats que intenten intervenir bàsicament en els aspectes emocionals que s'amaguen darrere les idees irracionals. Un exemple d'aquests exercicis emotius podria ser la manera que Ellis proposa per resoldre la vergonya d'un pacient, fruit d'una idea irracional. La vergonya i el sentit del ridícul són conceptes que depenen molt de cada cultura i societat concreta. L'exercici consisteix a dur a terme conductes que li provoquen vergonya, com per exemple saludar una persona que no coneixem, cantar una cançó en el lloc de treball, demanar diners a un professor o company, etc. L'exercici es complementa amb un qüestionari on el pacient avalua i reflexiona sobre la situació de vergonya abans i després de l'acció de

conducta proposada.

A més d'aquestes tres teràpies que són les preferents en la teoria d'Ellis, els psicòlegs cognitius utilitzen altres procediments:

Assaig cognitiu o imatges racionals emotives. Aquest procediment consisteix a imaginar-se una situació molt negativa o dolenta per al pacient, com posar-se malalt, perdre la parella, etc., i les conseqüències d'aquesta situació. Després es demana que el pacient imagina de manera intensa els sentiments o conseqüències emocionals, com ara l'ansietat, la ira la depressió, etc., que experimenta en aquesta situació. Un cop el pacient ha viscut aquesta sensació, se li demana que substitueixi els sentiments negatius per uns altres que siguin adequats i funcionals. L'objectiu és canviar les emocions negatives inapropiades per emocions funcionals, útils. El pacient ha de dialogar amb si mateix i presentar-se una idea racional enfront de la idea irracional que el domina. Aquest procediment pretén demostrar que els canvis emocionals són cosa de pocs minuts i que és un mateix qui crea les emocions negatives davant d'una situació a causa de la seva manera irracional d'afrontar els problemes. Aquest procediment és útil si es practica de manera metòdica i constant. Evidentment l'exercici d'imaginar-se tot aquest procés és una mena d'assaig per actuar de la mateixa manera en la vida real.

Entrenament en habilitats específiques com comunicació, assertivitat i resolució de problemes. Es tracta de tota una sèrie d'exercicis que serveixen per adquirir habilitats socials, com iniciar una conversa, demanar favors, parlar en públic; defensar els drets propis, etc.

Assaig de conductes i role playing. Consisteix a representar situacions possibles i conflictives de la vida real, proposades pel terapeuta o pel pacient. La representació teatral d'aquestes situacions ajuda a descobrir els pensaments que experimenta el pacient i també li proporciona eines per trobar conductes alternatives i no angoixants.

GLOSSARI

Assertivitat: Tipus de conducta que implica l'expressió dels sentiments propis, necessitats i opinions sense amenaçar ni castigar els altres i sense violar els seus drets.

Atenció: Concentració de la ment humana en relació a alguna cosa. Tot el cos es prepara i s'orienta cap a una finalitat determinada. Primera fase de l'adquisició del coneixement.

Codificació: Procés en què es transforma un estímul sensorial en un símbol. En els éssers humans, es codifica bàsicament mitjançant el llenguatge.

Cognitiu: Tot el que és relatiu a la ment humana i als processos mentals, com pensar, raonar, imaginar, etc.

Compulsió: Conducta repetitiva que serveix per calmar l'ansietat i el malestar.

Epistemologia: Principis o teories que expliquen de quina manera coneixem la realitat. També s'anomena teoria del coneixement. És una reflexió filosòfica i també científica. Una teoria psicològica es basa en una determinada epistemologia.

Memòria a curt termini: Memòria de treball que selecciona i codifica la informació abans de passar-la a la memòria de llarg termini. Té capacitat limitada.

Memòria de llarg termini: Memòria on es guarda tota la informació acumulada de les persones. Té una capacitat il·limitada.

Memòria sensorial: Memòria pròpia de les percepcions dels sentis: visual, auditiva, etc: És el pont de contacte entre la realitat i la memòria de curt termini. Té una durada molt breu, de segons.

Pensament irracional: Segons Ellis, creença de les persones, indiscutible i preconscient, que determina a seva manera de veure el món i la seva conducta i que no té una justificació sòlida ni racional.

Percepció: Conducta complexa mitjançant la qual la persona organitza les seves sensacions i coneix la realitat exterior. La percepció depèn dels sentits i de les estructures mentals internes.

Pertorbació emocional: Desequilibri o conflicte emocional, segons Ellis, pels pensaments irracionals.

Programa: És la descripció detallada dels passos que un sistema de coneixement segueix per aconseguir un objectiu determinat. Pot aplicar-se a l'àmbit informàtic i al del coneixement humà.

Role playing: Tècnica terapèutica que consisteix en la representació d'una sèrie de situacions a partir d'un petit argument o d'una improvisació.

Activitats:

Per poder analitzar les teves idees irracionals, pensa en tres situacions i respon el qüestionari següent.

1. Què va passar ? (A)
2. Què vaig sentir ? (Ce)
3. Què vaig fer? (Cc)
4. Què vaig pensar en actuar d'aquesta manera ? (B)
5. Quines conseqüències va tenir el fet de sentir, pensar i actuar d'aquesta manera a curt termini ?
6. I a llarg termini ?
7. Si es tornés a repetir la situació (A) o una de semblant, com m'agradaria sentir-me ?
8. Com m'agradaria actuar ?
9. Com m'agradaria pensar ?
10. Aquests nous sentiments, pensaments i conductes, augmentarien la possibilitat de millors resultats a curt termini ?
11. I a llarg termini ?

Analitza les situacions següents i descobreix quina mena de distorsió amaguen:

- a) L'Enric és un alumne de 2n. Batxillerat que s'ha de presentar a un examen de matemàtiques. Està força angoixat perquè pensa "Suspendré!".
- b) En Lluís va a una festa i s'hi troba malament perquè es pensa que tothom l'observa. Creu ser el centre de les crítiques d'alguns dels convidats.
- c) Un pare pateix una depressió perquè se sent responsable que el seu fill sigui un drogoaddicte (tot i que l'ha educat tan bé com ha pogut)
- d) "Segur que suspendré. La pregunta 6 estava malament" (l'examen té 10 preguntes).
- e) "Sóc un desastre, m'he tornat a deixar les claus".
- f) Un estudiant que estava acostumat a treure moltes bones notes treu un suficient en una assignatura i pensa: "Sóc un fracàs".
- g) "M'hauria de comportar de forma diferent a les reunions", va pensar l'Anna tota amoïnada després d'haver explicat dos divertits acudits a uns amics.
- h) "No n'hi ha per a tant, tothom hauria fet el mateix", creia la Maria en escoltar les lloances al seu valor per haver col·laborat a rescatar el nen de la piscina.
- i) En Joan un dia se sentia feliç i pensava que la vida era meravellosa i l'endemà estava completament trist perquè la vida era una veritable tragèdia.
- j) T'intentes treure el carnet de conduir i suspens la circulació: "Mai no el podré aconseguir".

Unitat 11.

La Psicologia

humanista

-
- 1. Teoria de les motivacions segons Maslow**
 - 2. Teoria de la personalitat segons Maslow: la persona autorealitzada**
 - 3. El procés de convertir-se en persona segons Rogers**
Glossari
 - 4. Activitats**
 - 5. La teràpia de la Gestalt**

ESQUEMA

EUA: anys 50 i 60, com alternativa a la psicologia conductista i a la psicoanàlisi ortodoxa. (tercera via)

- Autors: Abraham Maslow (1908-1970); Carl Rogers (1902-1987)

Teoria de les motivacions segons Maslow

Per què les persones fan el que fan?

Quins són els motius que provoquen la conducta de les persones?

Humans: naturalesa bona, marcada per necessitats que cal satisfer.

- Necessitats deficitàries:

Necessitats fisiològiques: menjar, beure, dormir, sexe, etc.

Necessitats de protecció i seguretat: sentir-se segur, fora de perills.

Necessitats d'estimació i acceptació (ser estimats pels altres i pertànyer a un grup)

Necessitats de valoració (Recerca de l'autoestima i un autoconcepte positiu)

Necessitats de creixement.

- Necessitats d'autorealització (necessitat de viure en plenitud)

- Les experiències-cim.

El procés de convertir-se en persona segons Rogers.

Quines són les conductes de les persones que són realment elles mateixes.

Deixar d'utilitzar màscares

Deixar de sentir els "has de..."

Deixar de satisfer expectatives imposades

Deixar d'esforçar-se per agradar als altres.

Començar a autoorientar-se

Començar a ser un procés

Començar a acceptar la seva complexitat

Començar a obrir-se a l'experiència

Començar a acceptar els altres

Començar a confiar en un mateix

CONCEPTES FONAMENTALS DE LA PSICOLOGIA HUMANISTA

La psicologia humanista es desenvolupa en els anys cinquanta i seixanta com una alternativa a la psicologia conductista i a la psicoanàlisi ortodoxa. De et, es proposa com una mena de tercer camí entre els dos grans corrents de la psicologia: el conductisme i la psicoanàlisi. Entre els autors humanistes destaquen Goldsetein, Fromm, Homey, Allport, Maslow i Rogers. Alguns dels seus conceptes i idees fonamentals han estat exposats, entre d'altres psicòlegs, per Abraham Maslow i Carl Rogers. En aquesta exposició de la teoria de la psicologia humanista es tractaran els temes següents:

1. TEORIA DE LES MOTIVACIONS SEGONS MASLOW

Una de les preguntes bàsiques i eternes que es fan els psicòlegs és: "Per què les persones fan el que fan?" És a dir, "Quins són els motius que provoquen la conducta de les persones?". Maslow elabora una teoria molt completa sobre les motivacions de les persones. Aquesta teoria va lligada a la seva teoria de la personalitat.

Maslow és molt optimista pel que fa a la naturalesa de les persones i afirma que tots els éssers humans tenen una naturalesa bona. Però aquesta naturalesa està marcada per una sèrie de necessitats que cal satisfer. Si una persona té satisfetes les necessitats, aleshores estarà sana i feliç. Per tant, allò que motiva les persones és la recerca de l'equilibri entre la necessitat i la seva satisfacció.

Les persones tenen dos tipus de necessitats: les necessitats deficitàries i les necessitats de creixement. Les necessitats deficitàries són les següents:

- Necessitats fisiològiques: menjar, beure, dormir, relacions sexuals, etc.
- Necessitats de protecció i seguretat.
- Necessitats d'estimació i acceptació.
- Necessitats de valoració.

Les necessitats de creixement són les pròpies de l'autorealització.

Maslow afirma que aquestes necessitats estan ordenades de forma jeràrquica, és a dir que les primeres s'han de satisfer abans que la resta. L'escalonament de les necessitats implica una teoria dinàmica de les motivacions de les persones. Això vol dir que una persona no es queda aturada quan ha satisfet una necessitat, sinó que immediatament desitja satisfer la necessitat següent i així successivament. Enfront de les teories de l'equilibri o homeòstasi, Maslow defensa la teoria del desenvolupament, de tal manera que hom mai no està satisfet del tot, i sempre vol anar més enllà. Aquesta teoria culmina amb les necessitats de creixement, que no tenen límit.

Les necessitats deficitàries són pròpies de tota l'espècie humana i, en alguns aspectes, també dels animals. Satisfer les necessitats deficitàries ens permet evitar la malaltia física i psíquica. Satisfer les necessitats de creixement ens permet autorealitzar-nos amb total plenitud.

Les necessitats fisiològiques són la base de la piràmide de les motivacions. Són necessitats que compartim amb els animals i són clarament imprescindibles per a la supervivència. Són necessitats purament físiques, sense elements de tipus psíquic. En aquest cas, el mecanisme de funcionament és clarament homeostàtic, és a dir, de recerca d'un equilibri. Quan tinc gana (necessitat fisiològica) inicio una conducta (buscar menjar per la nevera) per tal de satisfer-la. Quan ja estic tip, desapareix la necessitat i aconseguixo un estat d'equilibri (homeòstasi). Aquest mecanisme és similar en les altres necessitats fisiològiques: tensió-satisfacció-equilibri. En situacions límit, les persones han demostrat que la satisfacció de les necessitats fisiològiques és prioritària, com per exemple en el context d'una guerra. D'altra banda, es poden produir algunes excepcions, com ara les persones que fan vaga de fam com a reivindicació política.

Les necessitats de protecció i seguretat fan referència a la protecció de perills tant físics com psíquics. Són necessitats fonamentals durant la infància i durant tot el procés de creixement. Maslow destaca la gran importància de donar seguretat a l'infant i les implicacions futures que tindrà això en la seva autoestima. Aquesta necessitat és la segona en l'escala de Maslow. Això significa que les persones, una vegada ben tipes i ben adormides, busquen la seguretat com a segon motiu que regula la seva conducta. També fa referència a les conductes per evitar perills de tot tipus. Aquesta conducta també és, en part, característica dels animals.

Les necessitats d'estimació i acceptació són un grau superior que explica els motius de les

conductes humanes. Ser estimat pels altres i pertànyer a un grup són aspectes que Maslow considera fonamentals per poder autorealitzar-se. La pertinença a un grup fa referència al fet de considerar-se inclòs en un col·lectiu: la família, els amics, la classe, un equip d'esport, una entitat cultural, etc. Això explicaria el motiu de les conductes socials de les persones i de la seva necessitat d'identificar-se amb algun grup, sigui el que sigui. Maslow adverteix, però, del risc de dependre massa dels altres, de l'ambient exterior, per satisfer aquestes necessitats. Per això les classifica entre les deficitàries.

Les necessitats de valoració són les que fan referència a la recerca de l'autoestima i per tant al concepte positiu d'un mateix. L'autoestima comporta unes relacions més satisfactòries amb els altres. L'autoestima és una mena de fonament bàsic per a la supervivència psíquica. La valoració també té a veure amb els judicis de valor que emeten els altres sobre nosaltres mateixos.

Un cop satisfetes totes aquestes necessitats deficitàries o bàsiques, la persona ja està motivada per començar a desenvolupar les necessitats d'autorealització. Es poden definir com la realització de les seves possibilitats, capacitats i talent, i també com el coneixement i l'acceptació plena de la pròpia naturalesa. Una descripció exacta de totes les motivacions d'autorealització seria impossible perquè cadascú té capacitats diferents. Però sí que tenen en comú que es tracta d'impulsos agradables i ben rebuts, que les persones prefereixen que augmentin i no que disminueixin, i que, si són motiu de tensions, aquestes seran agradables. Les motivacions d'autorealització són sempre processos gratificants, no perquè arriben a un objectiu final sinó perquè tot el camí en si mateix ja és una activitat que produeix plaer. Maslow posa com a exemple de motivacions d'autorealització ser més creatiu, conèixer cada cop més els altres, ser millor fuster o simplement ser un bon ésser humà. Les persones que estan motivades per les necessitats d'autorealització en general gaudeixen més de la vida. D'altra banda, cal matisar que les necessitats bàsiques no han de ser necessàriament desagradables, sinó que també poden produir satisfaccions.

2. TEORIA DE LA PERSONALITAT SEGONS MASLOW: LA PERSONA AUTOREALITZADA.

Maslow constata que habitualment els psicòlegs es preocupen i parlen molt dels problemes psíquics i dels pacients amb malalties mentals, però en canvi no parlen de les persones sanes. És a dir, que s'ha elaborat una psicologia de la malaltia i no de la salut. Enfront d'aquesta situació, la psicologia humanista té com a objectiu principal millorar la dignitat de la persona a partir d'una millor comprensió de la seva personalitat. No se centra en casos clínics, sinó que defineix persones sanes. El seu esforç va dirigit a desenvolupar les potencialitats, la capacitat d'escollir i la creativitat de les persones.

La teoria de la personalitat de Maslow parteix d'uns supòsits bàsics que ja ens defineixen el seu model de persona. Són els següents:

...

- 1.** Cadascú té una naturalesa interna de base biològica que és innata, natural i intrínseca de cada persona.
- 2.** La naturalesa interna de cada persona és en part particular de cadascú i en part comuna a l'espècie.
- 3.** És possible estudiar científicament aquesta naturalesa i descobrir com és.
- 4.** Aquesta naturalesa no sembla essencialment dolenta. Les necessitats bàsiques (vida, seguretat, pertinença, afecte, respecte) són totes neutrals o positives. La destrucció, el sadisme, la crueltat, la malícia... semblen no formar part de la naturalesa humana, sinó per reaccions violentes contra la frustració de les nostres necessitats més elementals.
- 5.** Com que la nostra naturalesa no és fonamentalment dolenta, el millor que podem fer és evidenciar-la, ja que aquesta és la millor manera de viure saludablement.
- 6.** Aquesta naturalesa interna no és forta i dominant com en el cas dels animals, sinó dèbil, delicada i subtil. Tant, que pot ser derrotada pels hàbits i les pressions socials.
- 7.** Tot i ser feble, és molt estrany que desaparegui completament d'una persona, tant si està sana com si està malalta.
- 8.** Cal entendre aquestes conclusions en un context on és inevitable la frustració, el dolor i la tragèdia. Per tant, serà molt important desenvolupar una bona capacitat d'autocontrol per poder viure saludablement...

A partir d'aquests supòsits, Maslow creu que les persones tenen com a tendència bàsica, és a dir, com a motivació fonamental, la recerca de l'autorealització, i per tant proposa un nou model de persona: la persona autorealitzada.

La persona autorealitzada és un model ideal i es defineix, de manera resumida, segons els trets següents:

1. Està satisfeta. Té gratificades suficientment les seves necessitats deficitàries o bàsiques
2. S'accepta a si mateixa (no hi ha sentiments de vergonya o de culpabilitat)
3. Té una percepció clara i eficient de la realitat
4. Es mostra oberta a les experiències
5. És espontània i expressiva. Es comporta amb naturalitat i senzillesa.
6. Té una gran capacitat per resoldre tot tipus de problemes.
7. Estima la solitud.
8. És autònoma i independent.
9. Té una capacitat permanent de gaudir de la vida (art, natura, joc, lleure...)
10. Les seves relacions interpersonals són bones.
11. Té una gran riquesa de reacció emocional.
12. És de tarannà democràtic.
13. Té un bon sentit de l'humor; no és agressiva.
14. És creativa i original.
15. Té una gran capacitat amorosa.
16. Accepta canvis en l'escala de valors socials.
17- Gaudeix més sovint d'experiències-cim.
18. Està més identificada amb els problemes dels altres.

Naturalment, una persona que respongui totalment a aquesta definició no existeix, però l'autorealització és un procés que mai no acaba, sinó que és continu al llarg de tota la vida d'una persona. De fet, la persona autorealitzada gaudeix més sovint dels trets abans exposats que una altra. Podríem dir que la persona autorealitzada és algú que arriba a un alt grau de maduresa i equilibri que a més li permet anar aprenent contínuament sobre la seva manera de ser. Maslow afirma que darrere de l'autorealització s'amagaven els següents valors: perfecció, totalitat, compliment, justícia, vida, singularitat, simplicitat, bellesa, bondat, felicitat, joc, veritat, modèstia.

Un dels trets que defineixen la persona autorealitzada és que gaudeix més sovint de les experiències-cim. Les experiències-cim són fets concrets, situacions viscudes per les persones,

que marquen la seva manera de ser i de comprendre el món. Una experiència-cim pot ser un viatge, la paternitat, un moment d'inspiració creativa, una lectura, una relació personal, l'amor, etc., tots plegats moments d'extrema felicitat i plenitud que marquen un abans i un després i que augmenten l'autoconeixement i el coneixement de la realitat. La persona autorealitzada gaudeix molt sovint al llarg de la seva vida d'experiències-cim que van modelant-la i definint-la. Aquest concepte reforça el caire dinàmic i de contínua evolució de l'ésser humà i és un exemple de com les necessitats d'autorealització són infinites, de la mateixa manera que el fet de conèixer el món i les persones també és una tasca que mai no acaba.

Les característiques que defineixen una experiència-cim són:

1. És una experiència global. És a dir, el subjecte hi perd una possible perspectiva utilitària per copsar la realitat com una totalitat.
2. És una experiència sempre bona i desitjable. Perfecta, completa i no necessita de res més.
3. Aporta una percepció diferent de la realitat. Per exemple, per Maslow, l'amor no desfigura els objectes o les persones cobejades, sinó que ens en dona la dimensió més certa.
4. Comporta una pèrdua de les nocions d'espai i temps. Enfront de les experiències habituals que situem en un context de lloc i temps que coneixem.
5. Suposa una superació de moltes contraposicions i conflictes. Ja no tendim a classificar les coses simplement amb una etiqueta, sinó que en percebem la complexitat.

Aquests tipus d'experiències comporten una sèrie de canvis, que Maslow concreta en els punts següents:

1. Produeix efectes terapèutics i pot fer desaparèixer símptomes neuròtics.
2. Canvia el concepte que té la persona de si mateixa.
3. Pot variar el concepte sobre altres persones i les relacions que s'hi tingui.
4. Pot modificar la nostra concepció del món o alguns aspectes de la realitat.
5. Pot facilitar la nostra creativitat, expressivitat, espontaneïtat.
6. Recordem l'experiència com un esdeveniment important i desitjable i intentem repetir-la.
7. Augmenta la sensació que val la pena viure la vida encara que habitualment sigui gris o insatisfactòria, perquè (amb l'experiència-cim) s'ha adquirit consciència de l'existència de la bellesa, la veritat, la plenitud, la bondat, la diversió, etc.

3. EL PROCÉS DE CONVERTIR-SE EN PERSONA SEGONS ROGERS.

Carl Rogers és, juntament amb Maslow, l'altre "pare" de la psicologia humanista. Tots dos coincideixen en la visió global de la finalitat de la psicologia, i entre els dos han definit les línies mestres de la psicologia humanista, que ha anat evolucionant i que ha influït en molts psicòlegs i terapeutes actuals. Un dels llibres més coneguts de Rogers és "El procés de convertir-se en persona" on exposa els seus punts de vista sobre la psicologia. En un dels apartats, Rogers es pregunta sobre els objectius de la vida d'una persona, perquè creu que el psicòleg ha de tenir en compte les preguntes: "Quin és el meu propòsit en la vida?", "Per què m'estic esforçant?"; "¿Quins són els meus objectius?". Al llarg de la història, s'hi han donat respostes molt diferents, i en l'actualitat també trobem un repertori divers de respostes. Rogers es decanta per la resposta d'un filòsof, Kierkegaard, que deix que l'objectiu de la vida d'una persona era "ser la persona que realment és". El sentit d'aquesta expressió pot semblar evident, però Rogers observa que les persones no són sempre allò que realment són, sinó que segueixen altres camins. A partir de la seva experiència amb pacients –ell els anomena clients- i també a partir de la seva experiència personal, intenta explicar el significat d'aquesta frase definint quines són les conductes de les persones que són realment elles mateixes.

La relació és la següent:

- 1. Deixar d'utilitzar màscares.**
- 2. Deixar de sentir els "has de..."**
- 3. Deixar de satisfer expectatives imposades**
- 4. Deixar d'esforçar-se per agradar als altres.**
- 5. Començar a autorientar-se.**
- 6. Començar a ser un procés.**
- 7. Començar a acceptar la seva complexitat.**
- 8. Començar a obrir-se a l'experiència.**
- 9. Començar a acceptar els altres.**
- 10. Començar a confiar en un mateix.**

Tot aquest camí, des que es deixa d'utilitzar màscares fins que es confia en un mateix, és el procés que una persona segueix per aconseguir ser el que realment és. Un cop aconseguida aquesta identitat, la persona gaudeix realment de llibertat i disposa d'una orientació vital satisfactòria. El procés també té conseqüències positives en l'acceptació dels altres. Segons Rogers, la persona que s'arrisca a iniciar aquest procés és una persona sensible, oberta, realista, orientada cap al seu interior i que s'adapta amb valor i imaginació a les situacions canviants de l'exterior. Aquest model el podem relacionar amb la persona autorealitzada de Maslow. També cal advertir que el fet de seguir aquest procés és difícil i que tampoc no hi ha un final, sinó que es tracta d'una manera d'enfocar la vida. Rogers proposa aquest model de vida a qualsevol persona, tant si està sana com si té problemes psíquics.

Què significa cada etapa del procés:

1. Deixar d'utilitzar màscares. Significa no aparentar una cosa que no ets. Segons Rogers, gastem molta energia disfressant la nostra veritable personalitat. A la classe, per exemple, de segur que intentem semblar molt més adults, segurs, valents, despreocupats... del que realment som. Qui sap millor com som és un mateix, però el fet de treure's la màscara, de sortir de la façana que ens amaga som realment, fa por, atemoreix, i per això preferim ocultar-nos.

2. Deixar de sentir els "has de..." La conducta de les persones està marcada per molts elements. Un d'ells són les normes, que ens donen els nostres pares, l'autoritat social, la pressió social, etc.. Hi ha un moment en què aquestes normes estan tan interioritzades, ens marquen de tal manera, que les seguim encara que no vulguem seguir-les. És a dir, fem les coses perquè

ens han dit que "has de fer-ho" i no perquè realment vulguem fer-ho o creguem que és la manera més adequada de fer-ho. Un exemple clar d'això podria ser la relació que mantenim amb els nostres pares. Ells, amb les seves recomanacions, suggeriments i ordres, intenten, amb tota la bona voluntat del món, adreçar el nostre camí. Nosaltres, tan bon punt no seguim algun d'aquests plantejaments, tenim mala consciència. Ens avergonyim de nosaltres mateixos per no haver atès les seves prescripcions. El fet de canviar aquesta manera de fer i de deixar de seguir els "has de" és una fase fonamental del procés.

3. Deixar de satisfer expectatives imposades. La psicologia social ens diu que tendim a fer allò que fan els altres. El grau de conformisme és creixent a les nostres societats. La nostra cultura pretén que els individus segueixen uns patrons, uns models i compleixin determinades expectatives. La conseqüència és que les persones viuen d'acord amb valors que els altres han fixat però que potser no són gens significatius. Per exemple, una expectativa social d'un estudiant de secundària és que vagi a la universitat, tingui una feina de prestigi, formi una família i guanyi molts diners. Però potser una persona, en acabar la secundària, prefereix viatjar pel món, o dedicar-se a una activitat de voluntariat en una ONG, o retirar-se a una masia i dedicar-se als cultius ecològics, etc.

4. Deixar d'esforçar-se per agradar als altres. Moltes persones s'han educat i s'han format intentant sempre d'agradar als altres i amb la por permanent de rebre una crítica o una censura per part dels altres. Aquesta conducta els ha portat a comportar-se de manera oposada al que realment volien fer. Les persones que realment són lliures, que s'han acceptat a si mateixes, deixen d'intentar fer les coses en funció dels altres i no modifiquen la seva conducta amb l'única finalitat d'agradar als altres. Un exemple d'aquesta actitud és la conducta d'alguns nois o noies que orienten la seva vida únicament i exclusivament en funció d'una parella. La seva aparença externa, vestuari, diversions, pentinats, la seva sexualitat, els seus estudis, la seva professió..., tot plegat gira entorn d'una altra persona i es neguen a si mateixos. Un primer símptoma de creixement personal és el fet de detectar allò que no vols ser.

5. Començar a autoorientar-se. Significa que les persones adquireixen autonomia i aprenen a escollir els seus objectius elles soles, es tornen responsables d'elles mateixes i decideixen quins comportaments són importants i quins no. Aquesta autonomia, lligada a l'augment de l'autoestima, genera por i desconfiança, no és un camí alegre i despreocupat. La llibertat, com ja va comentar Fromm, engendra por. Però és que la manca d'autonomia genera dol.

6. Començar a ser un procés. Les persones que s'accepten a si mateixos comencen a notar que entren en un procés constant de canvi i que no els disturba aquesta sensació d'anar modificant la seva percepció de les coses i d'ells mateixos. No s'esforcen per arribar a estats definitius o conclusions, i en canvi estan satisfetes d'aquests canvis continus. Un dels clients de Rogers ho expressava d'aquesta manera: "No hi ha dubte que les coses estan canviant, ja que no puc preveure ni la meua pròpia conducta... a vegades quedo astorat de les coses que he dit..., és una ventura... m'està començant a agradar"

7. Començar a acceptar la seva complexitat. L'experiència d'aquest estil de canvis implica acceptar la pròpia complexitat. Això no vol dir simplement que les persones siguem bones o dolentes, actives o mandroses, solidàries o egoistes, sinó que som una mica de totes aquelles coses alhora. Som ésser contradictoris. Es tracta de no reduir la varietat de la pròpia personalitat a un sol tret i de començar a percebre la pluralitat de jocs que amaga un mateix.

8. Començar a obrir-se a l'experiència. "Ser la persona que un realment és" implica altres coses, per exemple, que l'individu comença a viure una relació franca, amistosa i íntima amb la seva pròpia experiència. Aquesta acceptació dels propis sentiments i emocions no és fàcil i sovint la persona es nega a acceptar-ho. Però el fet de manifestar-se tal com un és realment fa que descobrim una gamma de sentiments que desconexíem. Aquesta actitud d'obertura a l'experiència personal i també d'acceptació de la realitat és similar a la percepció del món que té la persona autorealitzada. En paraules de Maslow: "Les persones que s'autorealitzen tenen la meravellosa capacitat d'apreciar una i altra vegada, de manera fresca i ingènua, les bondats

bàsiques de la vida amb temor, plaer i fins i tot èxtasi, independentment de com es considerin de negatives aquestes experiència davant dels ulls de les altres persones".

9. Començar a acceptar els altres. Tothom haurà sentit alguna vegada que no es pot estar bé amb ningú si no es comença per acceptar-se un mateix. A mesura que acceptem la nostra experiència, estem més capacitats per rebre les coses que ens proposen els altres. Tan important és aprendre a dir que no, a deixar de seguir els "has de", com saber dir que sí a acceptar els altres i les seves maneres de fer i veure la realitat. Una persona que s'autorealitza adopta un tarannà obert envers els altres, apreciand i observant les coses tal com són, amb les seves peculiaritats.

10. Començar a confiar en un mateix. Començar a acceptar la nostra pròpia manera de ser ens donarà tranquil·litat i confiança. No hi ha res millor per començar una feina que saber amb què comptes. Cal, per tant, mesurar oportunament les nostres forces. La confiança en un mateix explica també la conducta de les persones creatives que confien en la seva pròpia manera de fer al marge del que en diu la societat. Alguns exemples d'això són personatges com el Greco, que pintava de manera personal i molt diferent de l'estil de la seva època, o Einstein, que no estava prou preparat en física però que va seguir les seves investigacions com creia honestament que ho havia de fer. De fet, totes les persones en general poden ser més creatives si tenen confiança en elles mateixos i desenvolupen els seus sentiments i valors interns.

GLOSSARI

Autoconeixement: Capacitat de conèixer un mateix els seus trets psíquics més rellevants, els motius de les seves conductes, les seves preferències, els seus sentiments i emocions, etc.

Autoestima: És la capacitat que té una persona per establir una identitat i donar-li un valor, és a dir, la valoració que fem de nosaltres mateixos.

Autororientar-se: Capacitat de ser autònom i de saber escollir lliurement aquelles coses que a una persona li semblen les més adequades per als seus interessos.

Autorealització: Segons Maslow, l'autorealització és l'objectiu cap al qual tendeix tota persona. Representa un estat superior a les necessitats purament materials.

Cas clínic: En psicologia es diu clínic o cas clínic quan es tracta d'una persona que té una malaltia mental greu, que exigeix un tractament i potser hospitalització.

Client: Nom que la psicologia humanista dóna a la persona que vol rebre un tractament psicològic. Equival a la paraula pacient en altres teories psicològiques.

Conformisme: Tendència de les persones a actuar segons les normes i la conducta majoritària del grup social i en què viuen.

Empatia: Capacitat de sintonitzar i comprendre els sentiments, problemes, punts de vista dels altres, sense que això signifiqui compartir-los.

Esquizofrènia: Malaltia mental que es caracteritza per un trencament i una pèrdua de contacte amb la realitat.

Experiència-cim: És un fet concret, una situació viscuda per una persona que marca la seva manera de ser i de comprendre el món.

Homeòstasi: Recerca d'un equilibri per part d'un organisme. En psicologia humanista seria el mecanisme que explica la conducta de les necessitats fisiològiques.

Humanista: Nom genèric que es dóna a la teoria sobre la psicologia elaborada per Maslow i Rogers i que té com a objectiu fonamental ajudar la persona a desenvolupar totes les seves possibilitats més que analitzar els conflictes o trastorns mentals.

Interioritzar: Mecanisme mitjançant el qual una persona considera com a propi tot un conjunt après de normes, conductes, criteris morals, etc., que utilitza per guiar la seva conducta.

Necessitats de creixement: Per Maslow, és la tendència de qualsevol persona a autorealitzar-se.

Necessitats deficitàries: Per Maslow, són necessitats bàsiques que cal cobrir per poder pensar en l'autorealització i el creixement personal.

Rol: Conducta que s'espera d'una persona segons el seu estatus social.

Teràpia no directiva: Model terapèutic proposat per Rogers que consisteix a considerar el client en igualtat de condicions que el terapeuta; per tant, el terapeuta no imposa mai els seus punts de vista sobre el client, sinó que només l'ajuda a trobar pel seu compte la conducta que consideri més adequada.

4. ACTIVITATS

CONTROL PSICOLOGIA HUMANISTA

1. Com s'identifica la psicologia humanista en relació als altres corrents psicològics imperants en les dècades dels anys 50's i 60's del segle XX?
2. Quins són els motius que provoquen la conducta de les persones, segons Maslow?
3. Quina diferència es dona entre les necessitats de creixement i les necessitats deficitàries, segons Maslow?
4. Què són les necessitats d'autorealització?
5. Anomena i comenta tres supòsits bàsics de la teoria de la personalitat de Maslow
6. Anomena quatre trets de la persona autorealitzada segons el model ideal de Maslow.
7. Explica el significat del que Maslow anomena "experiències-cim"
8. Anomena tres canvis possibles que comporten les experiències cim
9. Quin significat atorga Rogers a la frase: "L'objectiu de la vida d'una persona és 'ser la persona que realment és'"
10. Anomena tres etapes del procés que, segons Rogers, cal fer per convertir-se en persona

Proposta de comentari de text

Carl Rogers (1981)

"Tot i que tinc plena consciència del comportament destructiu, cruel i malèvol en el món modern –des de les amenaces de la guerra fins a la violència insensata dels carrers- no crec que aquesta perversitat sigui inherent a la naturalesa humana. En una atmosfera psicològica que alimenti el creixement i l'elecció, mai no he conegut un individu que esculli el camí cruel o destructiu. La tria sembla que s'orienti sempre cap a un procés de més socialització, cap a la millora de les relacions amb els altres. Així la meua experiència em permet creure que les influències culturals són el factor principal de les nostres conductes perverses. La rudesia del part; les experiències contradictòries del nen amb els seus pares; la influència restrictiva i destructiva del nostre sistema educatiu; la injusta distribució de la riquesa; els prejudicis culturals que perjudiquen els individus que són diferents; tots aquests elements i molts d'altres porten l'organisme humà a orientacions antisocials. Veig els membres de l'espècie humana, així com els membres de les altres espècies animals, com individus de naturalesa fonamentalment i essencialment constructiva, però perjudicada per la seva experiència"

Rollo May (1982)

"Reconeixem que la cultura determina efectes intensos sobre nosaltres. Però no podria obtenir aquests efectes si aquestes tendències no existissin ja en els éssers humans. Qui forma la cultura sinó persones com vostè i com jo? La cultura és tan dolenta com bona, perquè nosaltres, els éssers humans que la creem, som tan perversos com bondadosos. Som un feix de possibilitats bones i dolentes.

Algunes persones que s'incorporen al moviment humanista, i l'encapçalen, actuen d'aquesta manera per tal de trobar un refugi, un port en la tempestat, una comunitat de persones de mentalitat semblant que també lluiten contra els mals que ens envolten. Per mi la vida no és l'obligació de viure un esquema preestablert de bondat, sinó un repte que prové de fa milers d'anys i defineix el fet que cadascú de nosaltres pot inclinar la balança cap al bé o cap al mal. Em sembla que això obliga a revisar les seculars veritats religioses de la compassió i el perdó, i no deixa lloc per al sentiment de la virtut de cadascú."

Textos extrets del llibre de D. G. Myers, "Psicología". Ed. Panamericana, 1995, p. 395.

Llegeix els dos textos de Carl Rogers i de Rollo May, que responen a la qüestió: "La gent és bàsicament bona?". Rogers hi respon afirmativament i May, negativament. Qui creus que ho argumenta millor? Quin és el teu punt de vista?

Proposta de debat-judici a classe entre dos grups.

- Un defensa i argumenta a favor de la bondat de l'ésser humà i l'altre en contra.
- La resta de la classe fa d'espectador i jurat i al final decideix quin dels dos grups ha estat més convincent.

Proposta de passi del film "El señor de las moscas", adaptació de la novel·la de William Golding del mateix nom, i posterior debat

1. Fins a quin punt ets una persona autorealitzada segons els criteris de Rogers. Puntua de l'1 al 5 els 18 trets que caracteritzen la persona autorealitzada. El valor 1 significa que et sents lluny del tret en qüestió, i el valor 5 vol dir que t'hi identifies plenament.

Abraham Maslow. El hombre autorrealizado. Barcelona, Paidós, 1988, p. 29-31

	1	2	3	4	5	Tot
1. Està satisfeta. Té gratificades suficientment les seves necessitats deficitàries o bàsiques						
2. S'accepta a si mateixa (no hi ha sentiments de vergonya o de culpabilitat)						
3. Té una percepció clara i eficient de la realitat						
4. Es mostra oberta a les experiències						
5. És espontània i expressiva. Es comporta amb naturalitat i senzillesa.						
6. Té una gran capacitat per resoldre tot tipus de problemes.						
7. Estima la solitud.						
8. És autònoma i independent.						
9. Té una capacitat permanent de gaudir de la vida (art, natura, joc, lleure...)						
10. Les seves relacions interpersonals són bones.						
11. Té una gran riquesa de reacció emocional.						
12. És de tarannà democràtic.						
13. Té un bon sentit de l'humor; no és agressiva.						
14. És creativa i original.						
15. Té una gran capacitat amorosa.						
16. Accepta canvis en l'escala de valors socials.						
17- Gaudeix més sovint d'experiències-cim.						
18. Està més identificada amb els problemes dels altres.						
TOTAL.....						

2. Analitza cadascun dels vuit supòsits bàsics segons els quals Maslow defineix la naturalesa humana. Escriu si hi estàs d'acord o no. Redacta breument un argument a favor o en contra per a cada punt. Exemple sobre el supòsit tres: "No hi estic d'acord. No es pot estudiar científicament la naturalesa de les persones perquè els elements de la personalitat són molt diversos i pertanyen a la intimitat de cadascú".

Argument a favor / en contra:

1. Cadascú té una naturalesa interna de base biològica que és innata, natural i intrínseca de cada persona.

Argument a favor / en contra:

2. La naturalesa interna de cada persona és en part particular de cadascú i en part comuna a l'espècie.

3. És possible estudiar científicament aquesta naturalesa i descobrir com és.

4. Aquesta naturalesa no sembla essencialment dolenta. Les necessitats bàsiques (vida, seguretat, pertinença, afecte, respecte) són totes neutrals o positives. La destrucció, el sadisme, la crueltat, la malícia... semblen no formar part de la naturalesa humana, sinó ser reaccions violentes contra la frustració de les nostres necessitats més elementals.

Argument a favor / en contra.

5. Com que la nostra naturalesa no és fonamentalment dolenta, el millor que podem fer és evidenciar-la, ja que aquesta és la millor manera de viure saludablement.

Argument a favor / en contra

6. Aquesta naturalesa interna no és forta i dominant com en el cas dels animals, sinó dèbil, delicada i subtil. Tant, que pot ser derrotada pels hàbits i les pressions socials.

Argument a favor / en contra

7. Tot i ser feble, és molt estrany que desaparegui completament d'una persona, tant si està sana com si està malalta.

Argument a favor / en contra.

8. Cal entendre aquestes conclusions en un context on és inevitable la frustració, el dolor i la tragèdia. Per tant, serà molt important desenvolupar una bona capacitat d'autocontrol per poder viure saludablement.

3. A quin grup de la classificació de les necessitats de Maslow corresponen les conductes següents?

	Classificació necessitats
1. Dormir 8 hores diàries.	
2. Rebre felicitacions per una activitat que hom ha dut a terme	
3. Sentir-se protegit pels altres	
4. Beure cervesa	
5. Ser més feliç i equilibrat	
6. Formar part d'una família	
7. Estar satisfet de la pròpia vida	
8. Menjar 3 vegades al dia	
9. Ser soci d'un club esportiu	
10. Estudiar i treballar per aconseguir ser un/a bon/a estudiant	
11. Diposar d'una casa per viure	

4. Classifica els conceptes següents segons si pertanyen a la psicologia humanista, a la psicologia conductista o a la psicoanàlisi:

	<i>Corrent/Escola</i>		<i>Corrent/Escola</i>		<i>Corrent/Escola</i>
Repressió		Autorrealització		Estímul	
Client		Neurosi		Instint	
Acte reflex		Reforç		Conscient	
Conducta operant		Condicionament		Experiència-cim	
Líbido		Teràpia no directiva		Empatia	
Censura		Somni		Principi de realitat	
				Pacient	

5. Pensa en la darrera pel·lícula que hagi vist o la darrera novel·la que hagi llegit. Hi ha algun personatge que visqui una experiència cim? Explica-la i analitza si compleix les cinc condicions amb les quals Maslow defineix aquest concepte.

5. LA TERÀPIA DE LA GESTALT

TERAPIA GESTALTICA y "AUTOCONOCIMIENTO"

http://humanistas.academia.cl/documentos/tys_docs/TG%20autoconocimiento.htm

El organismo tiende a mantener su equilibrio y su salud. Pero cuando las condiciones varían, surgen necesidades que el organismo trata de satisfacer para restablecer su equilibrio. La necesidad es entonces una carencia, una falta de algo que resulta indispensable para la subsistencia, que debe prontamente ser satisfecha. Este proceso se da tanto a nivel psicológico como fisiológico, siendo que estos niveles no pueden dissociarse.

Cuando surgen varias necesidades simultáneamente, el organismo opera dentro de una jerarquía de valores, razón por lo cual atiende primero aquella necesidad dominante. Esta se convierte en figura, concentrando toda la atención, y las demás necesidades pasan a un segundo plano, es decir, retroceden por lo menos temporalmente, al fondo.

Para que el individuo satisfaga sus necesidades tiene que ser capaz de sentirla, saber de su presencia y de cómo manejarse a sí mismo y a su entorno, es decir, debe interactuar necesariamente con el ambiente.

El concepto de Gestalt está relacionado con el de necesidad, ya que una Gestalt abierta o inconclusa es una necesidad insatisfecha. Cuando dicha necesidad se satisface, la Gestalt se cierra, y permite la apertura de otra, al surgir una nueva necesidad.

Orígenes de la Terapia Gestáltica

Este enfoque terapéutico fue creado por **Frederick Fritz Perls (1893 - 1970)** fue el creador, en la década del cuarenta, junto a su esposa Laura Perls, de la Terapia Gestáltica. Perls era médico y psicoanalista, y descubrió en sus prácticas profesionales, que la técnica del psicoanálisis freudiano en especial la interpretación del discurso y los fenómenos transferenciales le proporcionaba conocimientos teóricos, pero éstos no le eran suficientes para tratar a sus pacientes. Estas y otras discrepancias con las teorías y los métodos freudianos lo llevaron a desarrollar otra propuesta de trabajo terapéutico, que fue dando forma a la Terapia Gestáltica. Su tarea estuvo influenciada por los psicólogos de la Gestalt, en especial Max Wertheimer (naturaleza de la percepción), y Wolfgang Köhler y Kurt Koffka ("fenómeno phi" o ilusión de movimiento aparente), por la filosofía Zen, las técnicas del Psicodrama (Moreno), el humanismo (Maslow), el existencialismo (Buber y Tillich), la fenomenología (Husserl), y por sus propios analistas Happel y Reich, y más tarde, Duetsch, Freinchel y Horney.- Estas influencia le mostraron que algunas facetas del hombre tenían una complejidad no tomada en cuenta por las psicoterapias ortodoxas que existían hasta ese entonces. **Abandonó el dimorfismo cuerpo-mente**, característico de las escuelas tradicionales de psiquiatría y psicoterapia, e integró a su terapéutica **el trabajo corporal**. Puso énfasis en la interacción con el otro y con el medio, y en el desarrollo de la responsabilidad y la libertad. Basó su práctica en **el darse cuenta y en el aquí y ahora**, en el método descriptivo de los fenómenos y en la introspección espontánea. Perls desarrolló la mayor parte de sus técnicas de terapia Gestáltica en Estados Unidos, fundando muchos institutos en ese país, incluyendo Esalem durante la década del 60.

Encuadrada en el movimiento de la Psicología Humanista, la Terapia Gestalt comparte con dicho movimiento la visión esperanzada del ser humano que tiende a su autorrealización, no como individuo patologizado sino con recursos saludables para su desarrollo óptimo en el aquí y ahora: un tiempo presente y puntual, despojado de absolutos e inmerso en una situación interrelacional con los otros y con el mundo.

La Terapia Gestalt, más que una teoría de la psiquis, es un eficaz abordaje terapéutico y una filosofía de vida que prima la conciencia (awareness, darse cuenta), la propia responsabilidad de los procesos en curso y la fe en **la sabiduría intrínseca del organismo** (la persona total

que somos) para auto-regularse de forma adecuada con un medio cambiante. Para Perls la persona es una Gestalt, **viendo al hombre como un todo, un organismo unificado**, estructurado de una manera significativa. Con una visión holística. La terapia Gestáltica postula que **la enfermedad y la salud afectan a la persona en su totalidad y no al ámbito psíquico o físico por separado.**

Antepone la espontaneidad al control; la vivencia, a la evitación de lo molesto y doloroso; el sentir, a la racionalización; la comprensión global de los procesos, a la dicotomía de los aparentes opuestos... y requiere del terapeuta un uso de sí como instrumento (emocional, corporal, intelectual) que transmita una determinada actitud vital en vez de practicar únicamente una técnica útil contra la neurosis.

En la historia de la **Gestalt norteamericana ha habido dos corrientes**, a veces más contrapuestas de lo deseable:

1. Gestalt de la Costa Este (New York, Cleveland), más interesada en la sistematización teórica, y la de la
2. Costa Oeste (Esalen, California) que, en palabras de Claudio Naranjo, define la Gestalt como un intuicionismo que se reconoce como tal.

La psicología Gestalt, nace como un movimiento de protesta no solo contra el conductismo sino también como crítica al estructuralismo que analiza el consciente dividiéndolo en elementos. Los psicólogos de la Gestalt se oponían a que pudiera estudiarse algo tan complejo como la conducta analizándola en forma de elementos.

En principio gran parte de la psicología de la Gestalt se centro en investigaciones sobre la percepción; mas tarde se extendió a otros campos como por ejemplo el aprendizaje, la conducta social y el pensamiento. La idea fundamental de la psicología de la Gestalt consiste en que resulta estéril tratar de comprender los fenómenos por medio del análisis de los elementos que la constituyen. Esta formulación Gestáltica se ha introducido virtualmente en todos los aspectos de la psicología moderna.

La mayor dificultad con que nos encontramos para transmitir, describir o siquiera hablar de los principios más elementales que están en la base del Enfoque Gestáltico, es el hecho de que éste es un enfoque eminentemente fenomenológico, es decir, un modo no causalista de mirar, describir o enfrentarse al mundo

La palabra Gestalt se refiere a una entidad específica concreta, existente y organizada que posee un modelo o forma definida. Gestalt significa como se perciben en la mente los objetos conocidos en la vida diaria.

A la psicología Gestalt se la conoce también como teoría del campo, debido a que la Gestalt considera que la conducta tiene lugar en un medio ambiente que consiste en un sistema organizado de tensiones y esfuerzos, análogos a las que se dan en un campo gravitacional o en un campo electromagnético.

Un concepto básico de la psicología Gestalt es el campo psicofísico quien determina la conducta, ya que por naturaleza es tanto psicológico como físico. Dentro de este campo se encuentran los determinantes de las conductas que constituyen al yo y los determinantes externos compuestos del medio ambiental conductual. Otro es el de figura- fondo. En la terapia Gestalt, el ambiente sin diferenciar la unidad de organismo y medio se llama fondo o campo. El foco sobresaliente de la atención y la actividad, se llama figura o Gestalt y lo que no forma parte de este foco es el fondo. El proceso de formar focos de atención y actividad se llama formación de figura o formación de Gestalt; el proceso de satisfacción y desaparición de las necesidades y de sus Gestalt concomitantes se llama destrucción de la Gestalt o destrucción de la figura.

La Gestalt es una manifestación del ambiente, clara, definida y precisa, pero sin embargo

incrustada en su fondo.

El patrón de la Gestalt es indivisible; la relación entre las partes no se puede cambiar sin destruir esa Gestalt particular. Aunque pueden cambiar las mismas partes, si las relaciones son las mismas, la Gestalt permanece intacta.

“ El todo determina las partes. No es simplemente la suma total”. En la terapia Gestalt, como en la psicología Gestalt la característica primordial de la función del organismo es la formación de la Gestalt. La formación de la Gestalt esta primariamente en la percepción y la comprensión; ambas preceden a cualquier análisis de las partes constituyentes de la Gestalt.

El aspecto más visible de la terapia de la Gestalt esta en las técnicas. El enfoque Gestalt, se llama terapia Gestalt, porque resalta su orientación al cambio terapéutico. Los Gestaltistas son personas practicas que se preocupan primordialmente por ayudar a la gente a que madure emocionalmente. Resaltan el trabajo intenso y las recompensas del desarrollo personal, no las especulaciones acerca del tema. Los terapeutas Gestalt tienden a ser activistas, interesados más en practicar la terapia que en comentar lo que hacen.

Primeros Principios De La Terapia Gestalt

El fundamento de los primeros principios de la terapia Gestalt es el holismo. La esencia de la concepción holística de la realidad consiste en que toda la naturaleza es un todo unificado y coherente. Esta doctrina holística, opuesta a la visión dimorfista tradicional cuerpo-mente, constituye un aspecto clave de la Terapia Gestáltica. El hombre es capaz de funcionar en dos niveles: el nivel del pensar y el nivel del actuar. En el nivel del pensar el individuo hace simbólicamente lo que podría hacer físicamente; de esa manera crea una fantasía en la cual, mediante el uso de símbolos, reproduce la realidad. Con esta actividad fantasiosa puede “anticipar” lo que ocurrirá, ahorrando tiempo, energía y trabajo, ya que esta actividad mental requiere una cantidad de energía inferior a la actividad física real. El nivel del pensar (mental) y el nivel del actual (físico) no son entidades independientes ni disociadas, sino que conforman un todo en el cual las acciones y los pensamientos pueden traducirse y transponerse de un nivel a otro, en un campo unificado. Entre estos dos niveles existe una etapa intermedia: la de “jugar a”. La exploración de esta etapa, llevada a cabo mediante diversas técnicas, lleva al individuo a entender los otros niveles, es decir, a sí mismo. Aprende a integrar sus pensamientos y sus acciones, como expresiones de los niveles descriptos.

Una comprensión holística del hombre, por ejemplo, incluye el funcionamiento de su cuerpo físico, emociones, pensamientos, cultura y sus expresiones sociales en un marco unificado. Todos son aspectos del mismo acontecimiento: el hombre.

El tratamiento holístico de los principios de organización en que se funda el proceso de nuestro vivir (tratar de encontrar los aspectos del hombre que determinan lo que es capaz de hacer) se llama estructuralismo. Por estructura entendemos aquella cualidad de nuestro funcionamiento que se refleja en actos constantes de la conducta y en características definidas del yo físico.

Según el modo holístico no hay conocimiento objetivo ni conocimiento subjetivo, porque no hay objetos no sujetos; estos términos implican que el objeto se encuentra separado del sujeto y lo sabe, objetivamente. Sin embargo, holísticamente, el observador es parte del contexto del sujeto, puesto que debemos entrar en contacto con lo que deseamos saber, para conocerlo. No hay eventos exteriores ni sujetos impersonales. Un enfoque holístico incluye la conciencia de lo que percibimos.

La terapia Gestalt es una teoría de la conducta basada en la epistemología holística. Es descriptiva, integral y estructural, y resalta de ella la fenomenología y el presente. Es un enfoque coherente del mundo de los fenómenos: conocimiento, teoría y practica.

Según **Claudio Naranjo**, la terapia Gestáltica es única entre las principales escuelas de psicoterapia debido al grado en que es un sistema construido mas bien sobre el entendimiento

intuitivo que sobre la teoría. La concepción del ajuste y de ajuste psicológico en este enfoque se fundamentan en una teoría de la personalidad...

Qué es La Gestalt

Una Gestalt es lo que nos resulta de interés y nos concierne. Es lo que necesita la autorregulación del organismo. Dicho de otra forma; lo que nos importa se convierte en Gestalt. La formación de la Gestalt es la creación de figuras que el organismo aprecia en el proceso de satisfacción de sus necesidades. La formación de la Gestalt es el organismo en el proceso de crear un significado, extrayéndolo del medio.

El hombre percibe las cosas o los hechos como totalidades significativas, no como entidades aisladas. Las partes forman una unidad, una totalidad, de la cual algún elemento seleccionado puede presentar un interés en especial. Este elemento pasa a ser figura y los demás, fondo. Mientras persista ese interés, el todo se organizará de un modo significativo.

Esta organización en formas o totalidades es vivenciada por el individuo en estos términos, y puede ser comprendida únicamente en esos mismos términos. Entonces es la organización de los hechos (la totalidad) y no sus elementos constitutivos, la que la define y le da un significado particular y distintivo. Esta configuración u organización particular del todo es la Gestalt.

Fritz Perls es un fenomenólogo que emigra de Alemania a Estados Unidos y a los conceptos de los teóricos de la percepción suma sus convicciones:

1. Cada persona estructura su propia percepción del universo.
2. La conducta es función del individuo en su ambiente. Su "campo psicológico" es como se percibe a sí mismo y al medio ambiente.

Sin decirnoslo, nos hace dejar nuestros prejuicios a un lado y nos muestra lo obvio con una rotundidad absoluta, lo que habíamos sepultado bajo un montón de palabras vacías. La materia orgánica, lo vivo, los organismos vivos son "un proceso que se da cuenta de sí mismo". Esto que ha sido del saber popular desde siempre.

La exigencia introducida por Perls, en el sentido de no hablar del pasado, y trabajar cualquier situación siempre que pudiera hacerse presente, tiene como base la imperiosa necesidad de romper el discurso lógico y por lo tanto interrumpir el pensamiento causal.

Cuando Perls dice que la Gestalt es tan antigua como el mundo, alude a un fenómeno, a una tendencia de la materia viva a configurarse a ser lo que es, que siempre tuvo.

La terapia Gestalt se basa en la naturaleza. Su inspiración y sus principios básicos se han desarrollado al observar el funcionamiento libre de la naturaleza, de nuestro cuerpo, y de nuestra conducta sana y espontánea.

En la terapia Gestalt, se considera a la naturaleza humana como flexible. En parte, ya esta determinada, y en parte se esta creando constantemente según las circunstancias.

Perls, utilizo cualquier recurso que le sirviera para convertir a sus pacientes en personas más conscientes y responsables. De la asociación libre conservo la idea de la atención permanente, trasladando su interés desde el contenido a la forma.

Una de las bases de la terapia Gestalt; se le llama funcionamiento libre donde el ser humano vive con sus propias estructuras que son las cualidades humanas.

La terapia Gestalt esta organizada tomando como centro los principios de la estructura y del

funcionamiento biológico que se pueden observar en una conducta normal.

En la terapia Gestalt, este principio general se denomina autorregulación del organismo. "el organismo lucha por mantener un equilibrio que continuamente es alterado por sus necesidades y recuperado por su satisfacción o su eliminación"

La autorregulación del organismo es el nombre que la terapia Gestalt aplica a este complicado proceso de lograr, perder y volver a obtener el equilibrio biológico.

Otra forma de definir este principio de autorregulación del organismo es que el mismo funciona con una prudencia originada en sus necesidades y en la satisfacción de estas.

En la autorregulación del organismo esta implícita la idea de que los organismos tienen conciencia. Para conocer su propio equilibrio, encontrar y obtener lo que necesitan cuando se rompe dicho equilibrio, los organismos tienen que estar conscientes de sí mismos.

El principio de la autorregulación del organismo no implica ni asegura la satisfacción de las necesidades del organismo. Da por sentado que los organismos harán todo lo que puedan para regularse, de acuerdo con sus capacidades y los recursos del ambiente.

La autorregulación del organismo es el proceso del organismo consistente en hacer adaptaciones creadoras en este terreno.

Todas las técnicas de la terapia Gestáltica se pueden considerar como una corporeización de la prescripción "percátate". Que es una expresión de la creencia y experiencia del terapeuta, donde esa capacidad y la toma de conciencia son lo fundamental para solucionar la angustia. Del mismo modo, el "hacerse responsable" es una expresión de la creencia del terapeuta de que cuando somos lo que somos, podemos decir que estamos viviendo y que encontramos una mayor realización.

Cómo vivir gestálticamente

Vive ahora. Preocúpate del presente antes que del pasado o del futuro.

Vive aquí. Ocúpate de lo que está presente antes de lo que está ausente.

Deja de imaginar cosas. Experimenta lo real.

Deja de pensar en cosas innecesarias. En lugar de ello, gusta y mira.

Expresa en vez de manipular, explicar, justificar o juzgar.

Entrégate a la desazón y al dolor de la misma manera en que te entregas al placer. No limites tu conciencia.

No aceptes otros deberes ni deberías más que los que tu te impongas. No adores a ídolo alguno.

Asume plena responsabilidad por tus acciones, sentimientos y pensamientos.

Acepta ser como eres.

Unitat 12.

La intel·ligència

1. Què és la intel·ligència

- Primeres definicions.
- Aparició de l'anàlisi factorial
- Teories actuals.

2. Teoria del processament de la informació

3. La intel·ligència emocional.

4. Controvèrsia herència i ambient.

- Els dèbils mentals

5. El desenvolupament de la intel·ligència (Jean Piaget: veure Psicologia evolutiva)

6. Avaluació de la intel·ligència. Els tests

- Característiques dels tests.

7. Tipus d'intel·ligència.

8. Modificació de la intel·ligència.

9. Pensament creatiu

10. Annex

1. QUÈ ÉS LA INTEL·LIGÈNCIA?

En què consisteix la intel·ligència? És una capacitat global o en són diverses d'específiques? Podem avaluar-la d'alguna manera? És el resultat de la natura (herència) o hi influeix més la cultura (ambient)? Són més intel·ligents els homes que les dones, els blancs que els negres, els rics que els pobres? Existeix la intel·ligència animal o és un atribut exclusivament humà?

Aquestes preguntes ens afecten a tots, ja que la concepció de la intel·ligència que tinguem influirà en les nostres vides, en els nostres comportaments i en els sistemes educatius.

Els psicòlegs discuteixen si hem de definir la intel·ligència com una capacitat cerebral inherent o com una qualitat atribuïda que, de manera semblant a la bellesa, es troba en l'ull de l'observador.

La intel·ligència no és una "cosa" Quan ens referim al QI d'algú com si fos un tret fix i real, similar a l'alçada, caiem en un error de raonament anomenat cosificació, que consisteix a creure que un concepte abstracte i immaterial és una cosa real i concreta.

Inferim la intel·ligència a partir d'actes que suposem que són una manifestació i una prova que existeix. Així, considerem que és intel·ligent una persona que col·lecciona matrícules d'honor en els estudis, un arquitecte capaç de desafiar les lleis de la gravetat en la construcció de ponts i edificis, l'amic que ens guanya als escacs.

La intel·ligència és una aptitud mental que implica adaptació i comprensió del nostre entorn, capacitat de raonar i resoldre problemes, de pensar abstractament i captar idees complexes, d'aprendre ràpidament de l'experiència. No és tan sols una capacitat escolar o una aptitud per als tests. Com a concepte, és quelcom que hem construït culturalment al llarg del temps.

Primeres definicions.

En el segle XIX, els estudiosos que van començar a tractar aquest tema es basaven en la dotació genètica. Galton va ser el primer que va intentar explicar les diferències individuals en la intel·ligència. Considerava que la intel·ligència era una aptitud cognitiva general que determina l'èxit o el fracàs d'una persona en qualsevol tasca cognitiva. Així, afirmava que la intel·ligència era una qualitat biològica, i que les diferències en la intel·ligència entre les persones eren determinades, sobretot, per factors genètics. Pel seu caràcter genèticament determinat, prefixat i no modificable, l'educació seria inútil per modificar la capacitat intel·lectual de les persones.

Aquesta línia genetista va canviar ràpidament de rumb, i a l'entrada del segle XX, el centre d'atenció va passar a ser intentar crear instruments que permetessin mesurar les diferències d'intel·ligència entre les persones. En aquesta línia va destacar Cattell, que va intentar desenvolupar un conjunt de proves que es pogués fer servir per valorar les persones, de manera que fou el primer a utilitzar el concepte de prova mental. Va recalcar que la psicologia s'hauria de basar en el mesurament i l'experimentació. Els seus treballs van tenir una importància indiscutible, no tant pels resultats (invalidats avui dia) sinó pel fet d'haver proposat i demostrat que la intel·ligència es podia estudiar de manera experimental i pràctica.

Altres autors contemporanis als anteriors van ser Binet i Simon, que també van intentar mesurar la intel·ligència orientant el seu treball cap als processos mentals superiors. Van afirmar que les facultats mentals són independents i diferents en cada persona. Binet negava l'existència de la intel·ligència com una qualitat general i la definia com la mitjana d'un nombre d'aptituds separades. D'altra banda, tot i que negava la influència de factors genètics, també va fer referència a les influències socials.

Aparició de l'anàlisi factorial.

Una fita important en les investigacions sobre la intel·ligència han estat els mètodes d'anàlisi factorial, que és un procediment matemàtic utilitzat per analitzar aptituds separades i per reduir un gran nombre de variables.

Spearman va ser un dels primers defensors d'un enfocament analític factorial de la intel·ligència. Va proposar la teoria dels dos factors. Afirmava que la intel·ligència és única i que només es diferencia segons quin sigui el mecanisme per mitjà del qual actua; existeix, davant de cada tasca, un factor G compartit per totes les tasques individuals, i factors específics (factors S) propis de cada prova, de cada activitat mental, no compartit per cap altra.

Posteriorment van arribar les teories multifactorials, que proposaven que la intel·ligència es compon de diversos factors, més o menys independents entre ells.

Thurstone (1938) sostenia que la intel·ligència no es pot concebre com quelcom unitari, va treure importància a l'existència d'un factor general i valorà, en canvi, les capacitats més específiques. Així, va identificar i va proposar que la intel·ligència és formada per set factors o aptituds mentals primàries, a les quals va denominar: espai (S), nombre (N), comprensió verbal (V), fluïdesa verbal (W), velocitat perceptual (P), memòria (M) i raonament inductiu (I).

Un altre autor, Guilford (1967), es va proposar d'organitzar els factors intel·lectuals, i amb aquest objectiu va idear l'anomenat model tridimensional de la intel·ligència, compost per tres dimensions diferents: operacions (activitats que fa el cervell: 5), productes (que resulten d'aplicar una operació a un contingut: 6) i continguts (4); de tot plegat obté 120 factors (= 5 x 6 x 4).

Teories actuals.

En l'actualitat hi ha diversos enfocaments en l'estudi de la intel·ligència: el processament de la informació de Sternberg, la intel·ligència emocional de Goleman i les intel·ligències múltiples de H. Gardner. Aquestes teories potser són diferents punts de vista d'una mateixa realitat.

2. TEORIA DEL PROCESSAMENT DE LA INFORMACIÓ

La psicologia cognitiva concep la ment humana com un tipus particular de sistema de processament de la informació. Estudia els processos i les estructures mentals que fan servir els individus quan executen una tasca, resolen un problema o s'enfronten a una situació determinada, és a dir, els processos que donen lloc a l'activitat intel·ligent.

La intel·ligència és un concepte que ens serveix per explicar per què algunes persones rendeixen millor que altres en certes tasques cognitives. Una de les teories més representatives d'aquest model ha estat la teoria triàrica i la intel·ligència de Robert Sternberg, psicòleg de la Universitat de Yale (EUA).

Així s'expressa **Sternberg** en la seva obra "Intel·ligència humana" (1988): "La intel·ligència és l'autogovern mental (...). L'existència de la intel·ligència és proporcionar els mitjans per governar-nos a nosaltres mateixos, de manera que els nostres pensaments i les nostres accions siguin organitzades, coherents i adequades tant a les nostres necessitats internes com a les necessitats del medi ambient".

La conducta intel·ligent implica la capacitat d'aprendre de l'experiència i d'adaptar-s'hi, de resoldre problemes i raonar amb claredat. Una persona intel·ligent afronta els desafiaments de la vida i aconsegueix les seves fites.

R. **Sternberg** proposa una teoria trifactorial de d'intel·lecte, constituïda per un component relacionat amb les capacitats mentals del càlcul, un altre sensible a factors del context i un tercer element lligat a allò que és nou. Aquesta és la seva classificació:

- **Intel·ligència componencial.** És la capacitat de processar la informació, de pensar de forma crítica i analítica, de planificar i avaluar estratègies. Entre les tasques que s'utilitzen per mesurar la intel·ligència hi ha les analogies, el vocabulari, les proves numèriques, els sil·logismes, etc.

- **Intel·ligència experiencial.** És la capacitat per afrontar tasques noves, formular noves idees i combinar experiències. Exemples d'aquesta intel·ligència són la creativitat científica o la capacitat de diagnosticar el problema de motor d'un automòbil.

- **Intel·ligència contextual.** La intel·ligència és una conducta que implica adaptació, selecció o modificació de l'ambient individual. Sternberg distingeix tres tipus d'accions en la intel·ligència pràctica o social: l'adaptació ambiental, la selecció ambiental i el fet de donar forma al medi.

3. LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL.

Per què una persona amb un expedient acadèmic brillant no sempre és a la fi qui té més èxit professional? Per què algunes persones sembla que tinguin a clau del comportament social mentre que unes altres són un desastre en públic? Per què unes continuen sent brillants en les condicions més adverses mentre que unes altres s'enfonsen de seguida?

D. Goleman, en el llibre "La intel·ligència emocional", intenta respondre alguns d'aquests interrogants. Destaca el poder dels sentiments davant de la freda lògica racional, perquè, en realitat, lliures d'emocions no seríem humans ni tampoc éssers intel·ligents.

Goleman concep la intel·ligència emocional com "una forma d'interactuar amb el món que té molt en compte els sentiments, i engloba habilitats com ara el control dels impulsos, l'autoconsciència, la motivació, l'entusiasme, la perseverança, l'empatia, l'agilitat mental, etc. Aquestes habilitats configuren trets de caràcter com l'autodisciplina, la compassió i l'altruisme, que són indispensables per a una bona i creativa adaptació social".

La intel·ligència emocional és el resultat de tenir aquestes cinc habilitats:

- **Autocontrol** emocional. Reconèixer i controlar els sentiments i estats d'ànim propis.
- **Reconèixer les emocions i els sentiments dels altres.**
- **Automotivació.** Significa que un no es rendeix a l'ansietat, el derrotisme o la depressió quan ensopega amb dificultats i contratemps de la vida.
- **Iniciativa i perseverança.**
- **Empatia.** Es tracta de saber reaccionar correctament als sentiments de les altres persones. Veure les coses des del punt de vista dels altres (especialment, d'altres cultures) ens permet ultrapassar els prejudicis i estereotips, i implica l'acceptació de les diferències i la tolerància, aptituds cada cop més necessàries en una societat plural.

Tots nosaltres tenim dues ments, l'una que pensa i l'altra que sent, i aquestes dues formes de coneixement interactuen per construir la nostra vida mental. Gairebé sempre, aquestes dues ments treballen col·laborant per guiar-nos a través del món. En canvi, segons Goleman, la intel·ligència acadèmica no té gaire relació amb la vida emocional. Fins i tot les persones més fascinants i amb un coeficient intel·lectual més alt poden ser pèssims timoners de la seva vida.

La vida emocional creix en una àrea del cervell anomenada sistema límbic i sobretot en l'amígdala, que funciona com una espècie de guaita de la ment. Allí neixen les sensacions de plaer o disgust, d'ira o de por. Però en els cervells més evolucionats, com l'humà, va néixer fa milions d'anys una altra peça fonamental per al comportament: el neocòrtex, un gran bulb de teixits plegats entre ells que configuren l'estrat superior del sistema nerviós. És allí on es processen els senyals de l'exterior, on s'aprenen i es memoritzen, és el que ens permet fer plans i tenir expectatives.

Aquesta dicotomia fa que els nostres actes es regeixin per dos tipus de ments: l'una emotiva i l'altra racional. Les dues funcions són intel·ligents i es complementen. Com més evolucionada és una espècie animal, hi ha un nombre més gran de connexions entre ambdues. De vegades, el sistema límbic salta el conducte reglamentari i actua sense comptar amb la supervisió del neocòrtex.

Antonio Damasio, autor de "L'error de Descartes: emoció, el raó i cervell", ha confirmat aquestes idees treballant amb pacients neurològics que tenien malmeses les connexions entre el sistema límbic i el neocòrtex. Aquests pacients poden considerar-se tan intel·ligents com la gent sana i raonen amb la mateixa rapidesa. Però, per algun motiu que desconeixem, les seves vides semblen abocades a la desgràcia: no poden prendre decisions correctes, no aprenen dels errors ni tenen sentiments de culpa.

4. CONTROVÈRSIA HERÈNCIA I AMBIENT

Un dels aspectes més debatuts al voltant de la intel·ligència ha estat aclarir si és producte de l'herència o de l'ambient que ens envolta, ja que les conseqüències de cadascuna de les opcions són múltiples amb vista a la possibilitat o no de millorar-la. Els éssers vius som diferents, però cal determinar en quina mesura som diferents per l'herència genètica o per l'ambient que ens envolta.

S'han donat diverses respostes a aquesta qüestió al llarg de la història de la psicologia, i la polèmica continua oberta actualment, però encara no s'ha aconseguit trobar una resposta unànime. Les diferents posicions són: genetistes, ambientalistes i partidaris de la interacció.

- **Genetistes:** l'individu neix amb un nivell determinat d'intel·ligència, constant al llarg de la vida. Les modificacions produïdes pel medi ambient i l'aprenentatge no tenen una influència en la possible millora de la capacitat intel·lectual; el pes definitiu correspon a l'herència genètica. Es podran millorar determinades habilitats, però mai les capacitats abstractes i/o conceptuals. Es basen en nombrosos estudis científics de genètica amb animals, amb fills adoptius, amb bessons, el possible fracàs de l'educació de compensacions...

- **Ambientalistes:** la intel·ligència no és una cosa definitiva com l'estatura, sinó que pot ser modificada, de la mateixa manera que la conducta, mitjançant una adequada estimulació. Quan naixem no tenim desenvolupades les nostres capacitats intel·lectuals, sinó que cal una maduració que es produeix en unes determinades condicions familiars, estimuladors, socials, personals, etc. També influeixen aspectes com la motivació, les actituds, les expectatives, etc. Es basen en factors biològics (alimentació), relació mare i fill, estudis socioculturals i familiars...

- **Interacció:** proposa la interacció entre herència i ambient; en aquest sentit, el que és decisiu és la influència que els dos factors exerceixen sobre la intel·ligència. Una elevada càrrega d'herència no significa que l'ambient no sigui un determinant important d'intel·ligència. És impossible separar la influència genètica dels factors ambientals en la capacitat intel·lectual. Cada individu té un conjunt de capacitats heretades i desenvolupades, amb una major o menor intensitat, sota la influència de diferents condicionaments ambientals. El genotip d'una persona hi produeix un ventall de possibilitats més ampli en una línia de desenvolupament determinada. El problema seria descobrir com i quant es desenvolupa aquesta interacció. Aquesta posició admetria que es pot modificar la intel·ligència acceptant les limitacions de la natura humana.

Dèbils mentals? Els que no encaixen

«Més de 7500 persones esterilitzades a Virgínia».

Aquest era el titular d'un article publicat als EUA, en el diari Washinnton Post, el dia 23 de febrer de 1980. Durant quaranta vuit anys, de 1924 al 1972, la legislació nord-americana, la llei Holmes, ordenava que s'apliqués l'esterilització a homes i dones blancs considerats dèbils mentals i antisocials, incloses mares solteres, prostitutes, delinqüents menors i nens amb problemes de disciplina. La llei apel·lava a les exigències de la recerca científica, no a cap tipus de perjudici social.

Henry Goddard (1866-1957), l'importador als EUA dels tests d'intel·ligència del francès Alfred Binet i -desgraciadament- el distorsionador dels principis que els inspiraren, defensava que tots aquells individus que no «encaixen» socialment són dèbils mentals. Textualment: «Sabem en què consisteix la debilitat mental, i hem arribat a sospitar que totes aquelles persones que no són capaces d'adaptar-se al seu ambient ni d'ajustar-se a les normes socials o de comportar-se amb sensatesa, sofreixen debilitat mental». Goddard, director d'un centre per a l'estudi psicològic dels dèbils mentals i ferm defensor que un gen determinat provocava la debilitat mental, traduí els tests de Binet a l'anglès i els aplicà a diferents grups. Són sorprenents i increïbles els resultats que obtingué amb immigrants que arribaven al port de Nova York: el 83% dels jueus, el 80% dels hongaresos, el 79% dels italians i el 87% dels russos eren dèbils mentals. Després de fer importants adaptacions dels tests, els resultats seguien establint elevats percentatges de dèbils mentals entre els no nord-americans.

Qui més lluità per estendre als EUA els tests que mesuraven el nivell d'intel·ligència i la possible debilitat mental fou Lewis M. Terman (1877-1956). Ell marcà el patró de quasi tots els tests de QI (quocient intel·lectual) que es van idear posteriorment. Terman propugnava conviccions decididament racistes, tot afirmant que els dèbils mentals eren criminals en potència. Així, a Califòrnia, el seu Estat, sota la influència de la Fundació per a la millora humana de la qual n'era membre actiu, es van esterilitzar, fins el 1929, 6200 'dèbils mentals'.

Escriu: «Els dèbils mentals, és a dir, les persones socialment incompetents, són per definició més una càrrega que un benefici, i no només des del punt de vista econòmic, sinó sobretot perquè aquests individus tendeixen a convertir-se en delinqüents o criminals. L'única forma eficaç de tractar el dèbil mental incurable consisteix en tenir-lo permanentment vigilat. Les obligacions de l'escola pública es troben més aviat en l'educació del grup més ampli i més prometedor, dels nens que només presenten una inferioritat relativa».

Goddard i Terman van fer un mal ús dels tests que, a França i per encàrrec del ministeri d'educació, havien dissenyat Alfred Binet (1857-1911) i col·laboradors. Segons Binet, la intel·ligència no és una realitat fixa i heretada, sinó que es desenvolupa amb el suport d'una educació adequada. Binet, advertint dels riscos que els tests comportaven, insistia en tres punts:

- a) els tests no mesuren la 'intel·ligència' com a realitat innata o permanent,
- b) l'escala o puntuació és una guia aproximativa per identificar les mancances que l'educació havia de corregir i
- c) els resultats baixos mai han de prendre's com una etiqueta d'incapacitat innata sinó com una possibilitat de millora.

Goddard i Terman, hereditaristes nord-americans, no respectaren els principis de Binet: els seus prejudicis socials s'imposaren. Amb tot, cal recordar que Goddard, avançada la seva vida i conscient de la tergiversació que havia fet de les idees de Binet, es retractà afirmant que la 'debilitat mental' no és incurable i que els seus portadors no necessiten ser marginats a institucions. Però el camí ja estava traçat: els tests es comercialitzaran, Robert M. Yerkes en

farà una adaptació per l'exercit nord-americà, Charles Spearman elaborarà una teoria bifactorial donant nova justificació al QI, fins i tot, un personatge com Cyril Burt, farà trampes per aconseguir resultats previstos. Una història que Stephen Jay Gould exposa en *The Mismeasure of Man: la falsa mesura de l'home*

La legislació que permetia avaluar el nivell mental de les persones i prendre mesures 'sanitàries' es recolzava en una pretesa objectivitat científica: prejudicis socials, més que dades objectives o rigorosos càlculs. Un determinisme biològic que es frenà no pels progressos de la genètica, precisament en direcció contrària, sinó per l'escandalós ús dels mateixos arguments per part de Hitler amb l'objectiu de justificar el seu exterminador projecte.

5. EL DESENVOLUPAMENT DE LA INTEL·LIGÈNCIA.

(Veure J. Piaget: *Psicologia Evolutiva*)

6. AVALUACIÓ DE LA INTEL·LIGÈNCIA. ELS TESTS.

El psicòleg **Alfred Binet** (1857 – 1911) va desenvolupar la primera "Escala de la intel·ligència" (1905) per mesurar les qualitats intel·lectuals i per predir el rendiment escolar. L'escala consistia en un seguit de proves seleccionades per ordre de dificultat creixent i agrupades per diversos nivells d'edat.

Binet pensava que l'aptitud mental augmentava amb l'edat i va examinar molts nens en tasques que demanaven un esforç mental. Va apuntar l'edat cronològica de cada nen i va definir l'edat mental com el rendiment mitjà dels nens a una edat cronològica.

Fou **Stern** qui, el 1912, va demostrar que era possible calcular un quocient d'intel·ligència (**QI**). Per calcular el QI es fa servir la fórmula següent, en què EM vol dir edat mental i EC, edat cronològica: $QI = EM/EC \times 100$.

Actualment existeixen diverses proves per mesurar la intel·ligència. Un exemple és la Prova Stanford-Binet . Consisteix en un seguit d'elements la naturalesa dels quals varia segons l'edat de la persona.

Una altra prova de QI molt utilitzada als Estats Units va ser dissenyada pel psicòleg D. Wechsler i és coneguda com L'Escala d'intel·ligència Wechsler per adults (WAIS-R). També n'hi ha una versió per a nens, l'Escala d'intel·ligència Wechsler per a nens (WISC-III)

Aquestes proves consten de dues parts: l'una verbal, composta per definició de vocabulari i comprensió de conceptes, i l'altra no verbal, que consisteix a muntar objectes petits i a ordenar imatges en una seqüència lògica.

També hi ha proves d'aptituds dissenyades per predir la capacitat d'una persona en una àrea o tipus de feina. Una de les més utilitzades és la Scholastic Assesment Test-SAT, que intenta predir el nivell que assoliran les persones a la universitat.

Característiques dels tests.

Un test és un instrument de mesura que utilitzem per mesurar la intel·ligència, de la mateixa manera que un termòmetre mesura la temperatura. És constituït per una sèrie de preguntes o tasques que s'administren a individus per comprovar si tenen una capacitat o un coneixement determinats. Les respostes del subjecte permeten comparar-lo amb el seu grup.

Però els tests no són articles de fe, sinó indicadors d'intel·ligència que hem de saber interpretar. Per fer-ho ens cal conèixer l'anàlisi factorial, procediment estadístic i matemàtic que ens permet expressar les variacions d'un gran nombre de variables amb un nombre menor de dimensions comunes a totes aquestes variables. És a dir, analitza les relacions que es poden establir entre les variables.

7. TIPUS D'INTEL·LIGÈNCIA

Fins fa poc temps, intel·ligència i capacitat logicomatemàtica eren, a la pràctica, termes equivalents. Tots sabem per sentit comú que algunes persones aprenen més fàcilment que altres, que no totes les persones tenen la mateixa intel·ligència en tots els camps i que hi ha diferències marcades entre subjectes que es desenvolupen en un medi social o en un altre.

Amb aquestes qualitats tan variades, hem de concebre la intel·ligència com una capacitat general o com una col·lecció de qualitats específiques? El professor Howard Gardner, psicòleg de la Universitat de Harvard, considera que existeixen intel·ligències múltiples, que la intel·ligència és un complement de vuit aptituds distintes.

Les mesures clàssiques de la intel·ligència només avalen la intel·ligència lingüística, logicomatemàtica i espacial, i ignoren les restants. La visió multidimensional de la intel·ligència ens ofereix una imatge molt més rica de la capacitat i potencial d'èxit d'un nen que la que ofereix el QI.

En el camp educatiu actual ja no és adequat tenir com a objectiu el fet d'adquirir coneixements. En una societat amb canvis ràpids com la nostra, és més adequat desenvolupar habilitats de resolució de problemes, raonament crític i reflexió creativa: "aprendre a aprendre".

De la mateixa manera que tots tenim personalitats diferents, tenim perfils intel·lectuals distintes. Encara que dos individus siguin idèntics o éssers clònics, no tindran el mateix perfil, ni les mateixes dotacions o mancances. Per tant, la societat és la responsable d'oferir les oportunitats per al desenvolupament dels diversos tipus d'intel·ligència.

En el seu llibre "A Well-Disciplined Mind", Howard Gardner explica com cal utilitzar la seva idea d'intel·ligències múltiples per elaborar una pedagogia més efectiva; proposa un mètode centrat en tres temes fonamentals: la teoria de l'evolució (exemple de realitat científica), la música de Mozart (exemple de bellesa artística) i l'holocaust jueu (exemple d'immoralitat en la història recent).

8. MODIFICACIÓ DE LA INTEL·LIGÈNCIA.

Un dels canvis més significatius en la psicologia de la intel·ligència és que v deixant enrere la polèmica herència/ambient, i confia més a millorar les capacitats cognitives d'uns individus determinats. Avui interessen més els processos de la intel·ligència i la modificació d'aquests processos, la relació de les variables que en faciliten o en dificulten el funcionament.

La psicometria clàssica (Eysenck, Jensen, Henstein) és predominantment genetista i s'ocupa més de mesurar els productes que no pas de la modificació de la intel·ligència. En l'altre extrem hi ha psicòlegs com ara Vygotsky, Sternberg i Feuerstein, que defensen la modificabilitat cognitiva.

Alguns dels programes més destacats de millora de la intel·ligència són els següents: PEI (Programa d'enriquiment instrumental) de Feuerstein (1980); PI (Projecte d'intel·ligència de Harvard, 1983); Programa de filosofia per a nens de M. Lipman (1984); PROGRESINT, de C. Yuste i altres (1994). L'objectiu d'aquests programes és desenvolupar hàbits de raonament i destreses d'aprenentatge.

Deficiència	
Profund	0 - 24
Mitjà	25 - 49
Lleu	50 - 69
Borderlines o límits	70 - 79
Normalitat	
Normal baix	80 - 89
Normal mitjà	90 - 109
Normal alt	110 - 119
Superioritat	
Superior	125 - 129
Molt superior	130 - 140
Superdotat	(més de) > 140

9. PENSAMENT CREATIU

Què és la creativitat?

Fins no fa gaire, el mot creativitat només es feia servir en els ambients artístics; era un terme reservat per als genis solitaris. Actualment, algunes qualitats del que entenem per creativitat es valoren en moltes professions, des de la investigació fins a alguns àmbits de la vida quotidiana, com ara cuinar. El psicòleg Maslow ja deia: "M'estimo més una sopa de primera classe que un quadre de segona", amb la qual cosa ens feia entendre que tothom pot desenvolupar el seu potencial creatiu.

Guilford fou un dels primers que afrontà aquest tema tan conflictiu, que sembla més fàcil de detectar que de definir. Va definir la creativitat com "la capacitat mental caracteritzada per la fluïdesa, la flexibilitat, l'originalitat, per la disposició d'establir associacions llunyanes, pel fet de tenir sensibilitat davant els problemes i per la possibilitat de redefinir les qüestions".

La creativitat és la capacitat d'observar les coses amb un enfocament nou, de reconèixer els problemes que uns altres potser no veuen, de proporcionar solucions efectives, noves i poc comunes.

Guilford considerava que les proves d'intel·ligència clàssiques sols donaven una resposta correcta per a cada pregunta; per això, les respostes originals n'estaven excloses. Així s'originen el conformisme i la manca de creativitat. Va distingir dos tipus de pensament:

- Pensament convergent: és el pensament que vol trobar una resposta "correcta" a un problema.
- Pensament divergent: és el pensament creatiu, l'habilitat per descobrir respostes noves i insòlites per a un problema.

La creativitat és la capacitat de contemplar les coses amb una nova mirada, de reconèixer dels problemes que uns altres no veuen, de proporcionar solucions originals i efectives. Tothom té facultats creatives, però pocs manifesten l'impuls emocional per fer salts creatius.

Característiques de les persones creatives.

Les característiques típiques de les persones creatives són:

- Sensibilitat per als problemes: "toleren més l'ambigüitat", frueixen assumint riscos, són capaces d'enfrontar-se a situacions noves i no se senten paralizades per un possible fracàs.
- Fluïdesa d'idees: donen més respostes a una pregunta, generen solucions, pensen en alternatives sense tenir en compte les restriccions socials o psicològiques que lament ens imposa.
- Flexibilitat mental: és una qualitat indispensable per poder adaptar-se a les noves maneres de pensar i no ésser aixafat pels prejudicis. És l'oposat a la rigidesa o la immobilitat, a la incapacitat de canviar de comportaments, actituds o perspectives davant de les situacions noves.
- Originalitat: potser és l'aspecte més utilitzat per caracteritzar un acte creatiu, generalment definit per la novetat del producte.
- Capacitat d'anàlisi i síntesi: consisteix a analitzar i dividir la realitat en els seus elements per investigar-la millor. La síntesi és la capacitat de recombinar aquests elements separats per formar un tot.
- Capacitat de redefinició: significa organitzar els materials de manera diferent, trobar utilitats, funcions i aplicacions dels objectes diferents a les habituals (problema de l'espelma), lliurar-se dels prejudicis que limiten i empobreixen el nostre pensament.

Etapes del procés creatiu.

El sociòleg britànic Graham Wallas, en l'obra "L'art del pensament" (1926), va descriure el procés creatiu com una seqüència de quatre etapes:

-Preparació: Goethe deia que "no podem res més que amuntegar llenya i deixar que s'assequi; cremarà quan toqui".

La preparació és la fase conscient on s'acumula informació i s'aporten les idees rellevants.

Quan un grup humà afronta un problema, la persona que aconsegueix que els altres admetin la seva manera de formular-lo obté ja una victòria que és clau; s'assegura que ningú no busqui solucions fora del terreny que ell ha delimitat prèviament. Per això, cal examinar amb cura els termes en què ens són plantejats alguns problemes. De vegades, els termes ens dirigeixen subtilment sense que ens adonem cap on ens volen portar.

- Incubació: és una fase inconscient en què es produeixen la maduració de les idees i les associacions rellevants.

Sovint, la solució només sorgeix per si mateixa, quan un deixa de concentrar-se en el problema. Però, Louis de Broglie, creador de la mecànica ondulatoria, afirmava: "Naturalment, no s'ha d'arribar a la conclusió, per al goig dels mandrosos, que és inútil treballar, que els descobriments arriben per si mateixos i que per fer-los només cal fer una passejada. Si el fruit del nostre esforç se'ns ofereix tan sovint durant el respòs o la distracció, és perquè ha madurat prolongadament durant l'estudi i la meditació."

- Il·luminació: es produeix després d'un període d'incubació i consisteix en l'aparició sobtada i de manera intuïtiva de les noves idees.

- Verificació: és la fase en què es comprova la solució, que ha de ser original, pràctica i factible. Algunes obres literàries, com les de Franz Kafka, per la seva excessiva autocrítica, les conservem miraculosament.

El pensament lateral d'Edward de Bono.

El pensament lateral és descrit pel psicòleg britànic Edward de Bono en l'obra "El pensament creatiu" (1994). No és habilitat secreta o complexa, és un poder latent en totes les persones, però exigeix un canvi d'actitud i una mentalitat oberta per resoldre els problemes.

Presenta diferències respecte del pensament normal o convencional (pensament vertical), basat en l'experiència i en la lògica. De vegades aquest procés esdevé inútil perquè han arribat al límit i necessitem una perspectiva nova que enfoqui el problema des d'angles diferents.

En el procés de resolució de problemes hem de destacar aquests elements clau:

- Comprovar suposicions: S'ha d'intentar de tenir la ment oberta per afrontar cada problema i situació de vida que se'ns presenta. De vegades partim de suposicions falses i obtenim conclusions errònies. Aniries als Pirineus amb roba inadequada? Si hi anem a les palpentres amb un equipatge mental inadequat bloquegem les possibles solucions.

- Fer les preguntes correctes. El mètode lateral per resoldre problemes exigeix fer preguntes àmplies per establir el marc o context del problema i preguntes específiques per examinar la informació relativa al problema, establir hipòtesis i arribar a una solució.

- Creativitat: Quan els procediments tradicionals de resolució de problemes no funcionen, hem de ser imaginatius i cal que enfoquem el problema de nou. En comptes d'enfrontar-se amb el problema per davant, cal fer-ho de costat, lateralment.

10. ANNEX

INTEL·LIGÈNCIA I PENSAMENT

Esquema:

- Tipus i definicions.

Piaget.

Intel·ligència: La resolució de problemes.

El pensament visual.

Els bloqueigs:

- Culturals.

- Tabús.

- Bloqueigs ambientals.

- Bloqueigs intel·lectuals i expressius.

El pensament creatiu.

La intel·ligència emocional

Intel·ligència: Coeficients.

Intel·ligència: Disputa entre genetistes i ambientalistes.

Piaget: Desenvolupament de la intel·ligència.

Els coeficients d'intel·ligència

L'escala Wechsler

INTRODUCCIÓ

Vivim en el món i ens hi adaptem. La percepció ens dóna ja una informació sobre el món i ens permet una primera adaptació.

L'aprenentatge permet una adaptació molt més activa, ja que desencadena respostes a la realitat que ens envolta. Però les respostes apreses tenen un caràcter de certa rigidesa: són respostes estereotipades a situacions repetides i "sabudes". Què passa quan l'animal i l'home es troben en situacions noves i, sobretot, enfront de dificultats i "problemes"? Aleshores entra en funcionament la intel·ligència.

El ser humà, a més (i només el ser humà), posseeix una altra forma de relacionar-se amb el món: el pensament. Ja no tracta directament amb les coses, sinó que es retira dintre seu i tracta amb els "símbols" o "les idees" (en sentit ampli).

També el ser humà és capaç d'enretirar-se del tot d'aquest món i crear móns distints i futurs: el pensament esdevé aleshores creatiu. Es podria dir que el pensament és la cosa pròpia de l'home, la seva millor activitat.

"D'una manera intuïtiva, podríem dir que la intel·ligència és la facultat que té com a funció trobar la millor solució a un problema; per això no es agosarat afirmar que la intel·ligència és la facultat pròpia i característica de l'adaptació al medi. L'eficàcia demostrada en aquesta tasca acostuma a ser fruit del seu caràcter relacional. Molts autors han destacat que la intel·ligència vindria a ser una mena de suprahabilitat consistent a relacionar i coordinar altres habilitats. D'aquí que sigui tan difícil definir en què consisteix: més que una habilitat és la capacitat per saber quina és l'habilitat que cal aplicar en cada moment i com."

<h2 style="text-align: center;">Intel·ligència</h2> <p style="text-align: center; color: red;">Coordina i aplica en la solució dels problemes</p>				
<h3>Habilitats intel·lectuals</h3>				
<p><u>Verbals</u></p> <p>Relacionades amb l'ús del llenguatge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprensió - Expressió 	<p><u>Numèriques</u></p> <p>Relacionades amb operacions i relacions matemàtiques</p>	<p><u>Espacials</u></p> <p>Relacionades amb la capacitat d'ubicarse i orientar-se ne l'espai, i també de fer-ne una representació</p>	<p><u>Lògiques</u></p> <p>Relacionades amb la capacitat de raonar amb coherència, així com de dur a terme processos deductius i inductius</p>	<p><u>Altres</u></p> <p>Memorística</p> <p>Psicomotriu</p> <p>Conceptual</p>

PIAGET: El pensament és la intel·ligència interioritzada i es recolza no pas sobre l'acció directa, sinó sobre un simbolisme, sobre l'evocació simbòlica pel llenguatge, per les imatges mentals, etc.

INTEL·LIGÈNCIA: LA RESOLUCIÓ DE PROBLEMES.

Entesa com a "capacitat de resoldre problemes", la intel·ligència es troba ja en els animals. No hi ha cap dificultat a admetre-ho: tothom sap que alguns animals són "més intel·ligents" que d'altres.

En general, la solució d'un problema ve determinada pels següents factors:

- Percepció de totes les dades del problema, relacionant les unes amb les altres; de vegades alguns aspectes decisius només es perceben vagament.
- Utilització de l'experiència passada: hom pot haver après a resoldre cert tipus de problemes i utilitzar amb èxit aquest aprenentatge (transferència positiva), però moltes vegades –si el problema és d'un altre tipus- l'experiència encegarà l'individu i el conduirà per un camí equivocat (transferència negativa).
- Estructura del problema: l'existència d'elements superflus –posats com "per a despistar"- poden pertorbar la solució.
- Motivació: la solució d'un problema no s'emprèn amb energia si hom no es troba suficientment motivat ("la gana agusa l'enginy")
- Període d'incubació: sovint es necessita un cert temps e repòs perquè les dades del problema s'organitzin adequadament i com per elles mateixes "(consultar amb el coixí)"
- Estratègies: varien segons sigui el tipus de problemes i la personalitat del subjecte (assaigs a l'atzar, raonament lògic, mètode d'eliminació sistemàtica de possibilitats, associacions imaginatives, etc).

El pensament visual

Exercici: Imagina't el següent

1. Un pot amb aigua que comença a bullir i es vessa.
2. Una vaca que corre, canvia el pas gradualment fins al galop d'un cavall de curses.
3. Una persona anciana que coneixes bé que torna a ser jove.
4. Un automòbil a tota velocitat que xoca contra un gegantí coixí de plomes.
5. La imatge anterior a l'irrevés.

Altres llenguatges sensorials

S'empren encara menys sovint que el pensament visual.

Exercici. Imagina't:

- El riure d'un amic.
- El so d'un tro.
- El so d'un cavall pel carrer
- El so d'un cotxe de carreres.
- El tacte de la gespa humida.
- El tacte del cabell d'una persona estimada, o mascota.
- La sensació en llençar-se a una piscina d'aigua freda.
- La sensació d'un nas que goteja.
- L'olor del pa torrat.
- L'olor del peix.

Exercici pràctic. Endevinalla.

Carl Duncker, basada en "The Act of Creatio", d'Arthur Koestler.

"Una mañana, exactamente al amanecer, un monje budista comenzó a escalar una montaña de gran altura. Un angosto camino, de no más de 60 cm. de ancho, serpenteaba por las laderas de la montaña hasta un reluciente templo que se hallaba en la cima. El monje escaló a distintas velocidades, y se detuvo varias veces a descansar y a comer fruta seca que llevaba consigo. Llegó al templo poco antes del anochecer. Después de varios días de ayuno y meditación emprendió el camino de regreso, por el mismo trayecto, comenzando el viaje al amanecer, y otra vez caminando a distintas velocidades con varias pausas en el camino. La velocidad promedio de su descenso fue, obviamente, superior a la velocidad promedio de su ascenso"

- Comprova que existeix un lloc al llarg del camí on estarà el monjo en ambdós viatges en el mateix moment del dia.

¿Vas resoldre l'endevinalla? Encara més important pel nostre objectiu: ¿recordes quin procediment de pensament vas emprar per tal de treballar l'endevinalla? ¿Vas verbalitzar? ¿Vas utilitzar la imaginació? La matemàtica? Vas intentar de forma conscient estratègies o atacs diferents per tal de resoldre el problema? És probable que hakis utilitzat varis mètodes per treballar amb el problema, i que la teva ment hagi canviat d'un a l'altra de forma automàtica. Possiblement, no t'adonaves dels processos mentals que utilitzaves mentre pensaves en el problema.

Una manera simple de resoldre el problema és visualitzar el camí ascendent del monjo i superposar-ho al camí descendent. Si ho desitges, pots visualitzar dos monjos, un a l'inici del camí i l'altra al cim, a l'alba. Fes que el monjo de sota dupliqui el viatge fins a dalt i que el de dalt dupliqui el viatge fins avall. Semblaria que en algun moment, en algun punt del camí, fossin a topar. El lloc de l'encontre és el punt del camí i el moment del dia que coincideixen en l'ascens i el descens del cim.

BLOQUEIGS. TIPUS

Bloqueigs culturals:

La fantasia i la reflexió són una pèrdua de temps, una "haraganeria"; fins i tot una bogeria. Els jocs són només per a nens.

Resoldre un problema és quelcom seriós i l'humor està fora de lloc.

La raó, la lògica, les xifres, la utilitat i la practicitat són bons; els sentiments, la intuïció, els judicis qualitatius, el plaer,,, són dolents.

És preferible la tradició al canvi

Qualsevol problema es pot resoldre amb pensaments científics i molts cèntims.

Tabús.

Exemple: en un projecte per tal de resoldre un problema, calia retirar un bitllet de 20 € que estava sota d'un objecte mal equilibrat sense bandejar l'objecte. Era molt fàcil fer-ho si es partia el bitllet per la meitat. No obstant això, per diverses raons culturals (és il·legal destruir diners; generalment no es destrueixen coses de valor, ningú no va pensar en aquesta particular solució, i ningú no va poder treure el bitllet

Bloqueigs ambientals

1. Falta de cooperació i confiança entre col·legues.
2. Un cap autocràtic (autoritari) que valora només les seves pròpies idees; no valora la dels altres.
3. Distraccions; el telèfon, entreteniments fàcils.
4. Manca de suport per dur a terme idees.

Bloqueigs intel·lectuals i expressius.

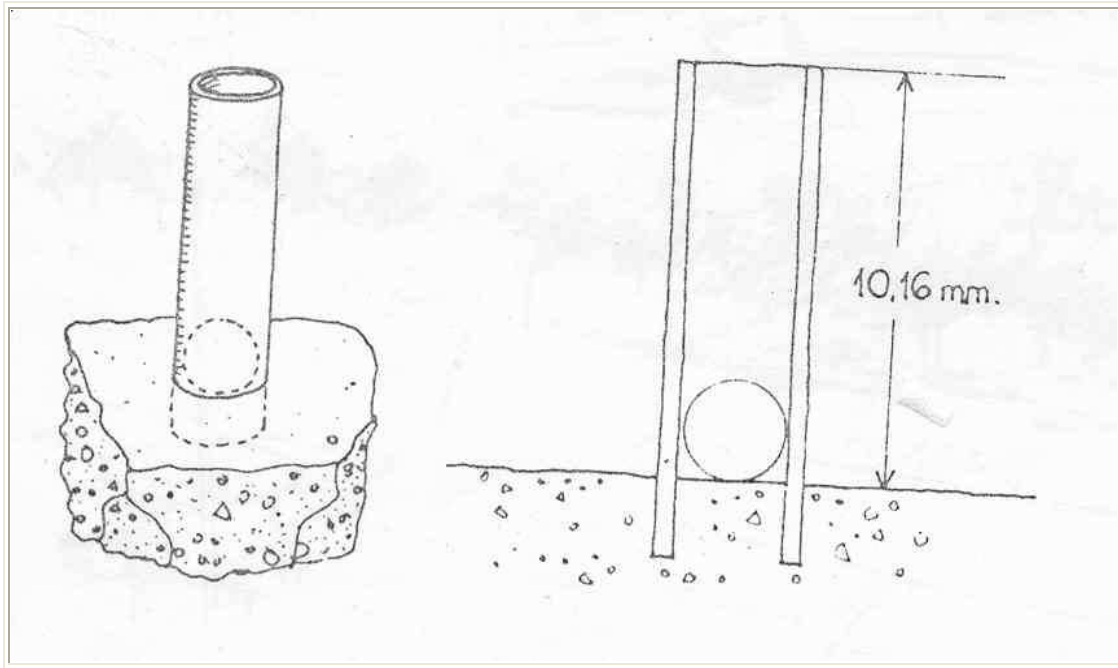
Els bloqueigs intel·lectuals impedeixen una eficaç elecció de tàctiques mentals o una manca de municions intel·lectuals. Els bloqueigs expressius inhibeixen la vital habilitat de comunicar idees, no només als altres, sinó a un mateix.

Exemple.

Imagina't que es col·loca un tub d'acer dins d'un terra de ciment d'una habitació buida, tal com es mostra a continuació. El diàmetre interior és de 1'42 cm. més llarg que el diàmetre d'una pilota de ping pong (3'81 cm) que es troba en el fons del mateix. Formes part d'un grup de 6 persones que es troba en l'habitació amb els següents objectes:

- 30 metres de corda.
- Un martell de fuster
- Un cisell
- Una caixa de claus
- Una llima
- Una barra de suspensió
- Una clau anglesa
- Una bombeta elèctrica.

Ara, fes una llista de totes les maneres possibles que se t'acudeixen (en cinc minuts) per tal de treure la piloteta del tub sense malmetre la piloteta, ni el tub ni el terra.



PENSAMENT CREATIU

Què és la creativitat?

Fins no fa gaire, el mot creativitat només es feia servir en els ambients artístics; era un terme reservat per als genis solitaris. Actualment, algunes qualitats del que entenem per creativitat es valoren en moltes professions, des de la investigació fins a alguns àmbits e la vida quotidiana, com ara cuinar.

Guilford fou un dels primers que afrontà aquest tema tan conflictiu, que sembla més fàcil de detectar que de definir. Va definir la creativitat com "la capacitat mental caracteritzada per la fluïdesa, la flexibilitat, l'originalitat, per la disposició d'establir associacions llunyanes, pel fet de tenir sensibilitat davant els problemes i per la possibilitat de redefinir les qüestions"

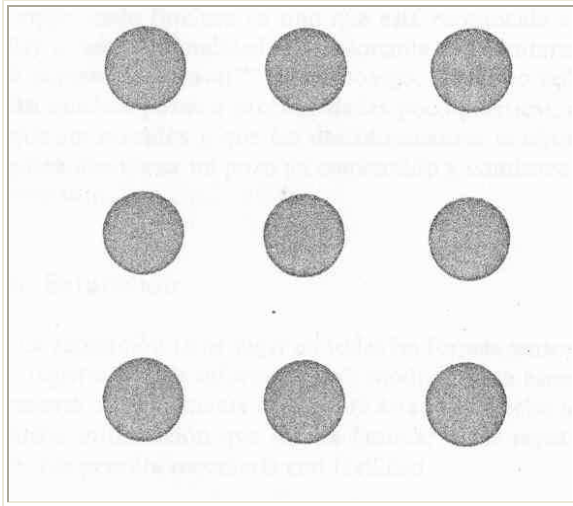
La creativitat és la capacitat d'observar les coses amb un enfocament nou, de reconèixer els problemes que uns altres potser no veuen, de proporcionar solucions efectives, noves i poc comunes.

Guilford considerava que les proves d'intel·ligència clàssiques sols donaven una resposta correcta per a cada pregunta; per això, les respostes originals n'estaven excloses. Així s'originen el conformisme i la manca de creativitat. Va distingir dos tipus de pensament

- **Pensament convergent:** és el pensament que vol trobar una resposta "correcta" a un problema.
- **Pensament divergent:** és el pensament creatiu, l'habilitat per descobrir respostes noves i insòlites per a un problema.

La creativitat és la capacitat de contemplar les coses amb una nova mirada, de reconèixer els problemes que uns altres no veuen, de proporcionar solucions originals i efectives. Tothom té facultats creatives, però poc manifesten l'impuls emocional per fer salts creatius.

Exemple: Traça només 4 línies (sense aixecar el llapis del paper) que travessin els nou punts.



LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

Per què una persona amb un expedient acadèmic brillant no sempre és a la fi qui té més èxit professional? Per què algunes persones sembla que tinguin la clau del comportament social mentre que unes altres són un desastre en públic? Perquè unes continuen sent brillants en les condicions més adverses mentre que unes altres s'enfonsen de seguida?

D. Goleman, en el llibre "La intel·ligència emocional", intenta respondre alguns d'aquests interrogants. Destaca el poder dels sentiments davant de la freda lògica racional, perquè, en realitat, lliures d'emocions no seríem humans ni tampoc éssers intel·ligents.

Goleman concep la intel·ligència emocional com "una forma d'interactuar amb el món que té molt en compte els sentiments, i engloba habilitats com ara el control dels impulsos, l'autoconsciència, la motivació, l'entusiasme, la perseverança, l'empatia, l'agilitat mental, etc. Aquestes habilitats configuren trets de caràcter com l'autodisciplina, la compassió o l'altruisme, que són indispensables per a una bona i creativa adaptació social".

La intel·ligència emocional és el resultat de tenir aquestes 5 habilitats:

- Autocontrol emocional. Reconèixer sentiments dels altres.
- Automotivació. Significa que un no es rendeix a l'ansietat, el derrotisme o la depressió quan ensopega amb dificultats i contratemps de la vida.
- Iniciativa i perseverança.
- Empatia. Es tracta de saber reaccionar correctament als sentiments de les altres persones. Veure les coses des del punt de vista dels altres (especialment, d'altres cultures) ens permet ultrapassar els prejudicis i estereotips, i implica l'acceptació de les diferències i la tolerància, aptituds cada cop més necessàries en una societat plural.

Tots nosaltres tenim dues ments, l'una que pensa i l'altra que sent, i aquestes dues formes de coneixement interactuen per construir la nostra vida mental. Gairebé sempre, aquestes dues ments treballen col·laborant estretament per guiar-nos a través del món. En canvi, segons Goleman, la intel·ligència acadèmica no té gaire relació amb la vida emocional. Fins i tot les persones més fascinants i amb un coeficient intel·lectual més alt poden ser pèssims timoners de la seva vida.

La vida emocional creix en una àrea del cervell anomenada sistema límbic i sobretot en l'amígdala, que funciona com una espècie de guaita de la ment. Allí neixen les sensacions de plaer o disgust, d'ira o de por. Però en els cervells més evolucionats, com l'humà, va néixer fa

milions d'anys una altra peça fonamenta per al comportament: el neocòrtex, un gran bulb de teixits plegats entre ells que configuren l'estrat superior del sistema nerviós. És allí on es processen els senyals de l'exterior, on s'aprenen i es memoritzen, és el que ens permet fer plans i tenir expectatives.

Aquesta dicotomia fa que els nostres actes es regeixin per dos tipus de ments: l'una emotiva i l'altra racional. Les dues funcions són intel·ligents i es complementen. Com més evolucionada és una espècie animal, hi ha un nombre més gran de connexions entre ambdues. De vegades, el sistema límbic salta el conducte reglamentari i actua sense comptar amb la supervisió del neocòrtex.

Antonio Damasio, autor de L'error de Descartes: emoció, raó i cervell, ha confirmat aquestes idees treballant amb pacients neurològics que tenien malmetes les connexions centre el sistema límbic i el neocòrtex. Aquestes pacients poden considerar-se tan intel·ligents com la gent sana i raonen amb la mateixa rapidesa. Però, per algun motiu que desconeixem, les seves vides semblen abocades a la desgràcia: no poden prendre decisions correctes, no aprenen dels errors ni tenen sentiments de culpa.

INTEL·LIGÈNCIA. Els coeficients

La intel·ligència és una aptitud mental que implica adaptació i comprensió del nostre entorn.

- Capacitat de raonar i resoldre problemes.
- De pensar abstractament i captar idees complexes.
- D'aprendre ràpidament de l'experiència.
- No és tan sols una capacitat escolar o una aptitud per als tests.

- Segle XIX
- Estudiosos - dotació genètica (qualitat biològica)
- quelcom determinat, prefixat, no modificable.

- Segle XX (Canvi)

Crear instruments que permetessin mesurar les diferències d'intel·ligència entre les persones.

- La intel·ligència es pot estudiar de manera experimental i pràctica.

BINET: Diverses intel·ligències (Intel·ligència: mitjana d'un nº d'aptituds separades)

GENETISTES - AMBIENTALISTES

Herència factors socials.

CONTROVÈRSIES HERÈNCIA I AMBIENT.

Genetistes: Sí medi, però mai les capacitats abstractes i/o conceptuals.

Ambientalistes:

- La intel·ligència no és com l'estatura. Pot ser modificada com la conducta mitjançant una adequada estimulació.
- També motivació, expectatives, ambient, alimentació.

Interacció: herència + ambient.

- Cada individu té un conjunt de capacitats heretades i desenvolupades amb +/- intensitat sota la influència ambiental. Problema: Com descobrir?

PIAGET: Desenvolupament intel·ligència.

AVALUACIÓ D'INTEL·LIGÈNCIA

Alfred Binet (1857-1911). Psicòleg francès.

Edat cronològica: edat nen.

Edat mental: rendiment mitjà dels nens a una edat cronològica

Quocient d'Intel·ligència (QI)

$QI = \text{Edat Mental} / \text{Edat cronològica} \times 100$

Escala Wechsler

- 1) part verbal , 2) part no verbal: muntar objectes, ordenar imatges seqüència lògica.

Deficiència: Profund (0-24); Mitja (25-49), Lleu (50-69), Borderline (70-79)

Normalitat: Normal baix (80-89), N. Mitjà (90-109; n. Alt (110-119)

Superioritat: Superior (120-129), molt superior (130-140), superdotat (> 140)

Annex 1.

Biografies

Piaget, Jean (1896-1980)
Thorndike, Edward Lee (1874-1949)
Watson, John Broadus (1878-1958)
Watson, John Broadus (1878-1958)
Skinner, Burrhus Frederic (1904-1990)
Maslow, Abraham Harold (1908-1970)
Rogers, Carl (1902-1987)
Freud, Sigmund (1856-1939)
James, William (1842-1910)
Wundt, Wilhelm (1832-1920)
Ebbinghaus, Hermann (1850-1909)
Binet, Alfred (1857-1911)

BIOGRAFIES

Piaget, Jean (1896-1980), psicólogo y lógico suizo, conocido por sus trabajos pioneros sobre el desarrollo de la inteligencia en los niños. Sus estudios tuvieron un gran impacto en el campo de la psicología infantil y de la educación.

Nacido en 1896, en Neuchâtel (Suiza), Piaget escribió y publicó su primer trabajo científico cuando tenía sólo diez años. Estudió en la Universidad de Neuchâtel, y tras doctorarse en biología a los veintidós, comenzó a interesarse en la psicología, disciplina que estudió y en la que desarrolló sus investigaciones primero en Zurich y después en la Sorbona, París, donde inició sus estudios sobre el desarrollo de las capacidades cognitivas. En 1955 fue director del Centro Internacional de Epistemología en la Universidad de Ginebra, y después codirector de la Oficina Internacional de la Educación.

En sus trabajos, Piaget distinguió cuatro etapas en el desarrollo intelectual del niño. En el estadio sensoriomotriz —desde el nacimiento a los dos años—, el niño se ocupa de adquirir control motor y conocer los objetos del mundo físico, pero aún no forma símbolos de estos objetos. Después, en el periodo preoperacional, de los dos a los siete años, el niño se ocupa de adquirir habilidades verbales y empieza a elaborar símbolos de los objetos que ya puede nombrar, pero en sus razonamientos ignora el rigor de las operaciones lógicas. Será después, en la etapa de las operaciones concretas, de los siete a los doce años, cuando el niño sea capaz de manejar conceptos abstractos como los números y de establecer relaciones. El niño trabajará con eficacia siguiendo las operaciones lógicas, siempre que lo haga con símbolos referidos a objetos concretos y no abstractos, con los que aún tendrá dificultades. De los doce a los quince años (edades que se pueden adelantar por la influencia de la escolarización), desarrolla la etapa operacional formal, si es que alcanza esta etapa, porque según Piaget, no toda la población llega a este nivel, y operará lógica y sistemáticamente con símbolos abstractos, sin una correlación directa con los objetos del mundo físico.

Entre sus muchos escritos destacan *El pensamiento y lenguaje del niño* (1926), *Juicio y razonamiento en el niño* (1928), *El nacimiento de la inteligencia en el niño* (1954), *Seis estudios de psicología* (1964) y *Psicología y pedagogía* (1970).[1]

Thorndike, Edward Lee (1874-1949), psicólogo y educador estadounidense, nacido en Williamsburg (Massachusetts), estudió en Wesleyan y en las universidades de Harvard y Columbia. Thorndike se acercó a la psicología en el Teachers College de la Universidad de Columbia en 1899, donde trabajó como profesor adjunto de psicología de la educación desde 1901 hasta 1904 y como profesor de psicología desde 1904 hasta su retiro en 1940. Desde 1922 hasta 1940 fue también director de la división de psicología del Instituto de Investigación Educativa del Teachers College.

Mediante el uso de los experimentos de ensayo y error con animales, Thorndike formuló su ley llamada del efecto —según la cual, se aprende aquella acción cuyo resultado es más satisfactorio— y la aplicó al desarrollo de técnicas especiales de enseñanza para usar en la clase. Es especialmente conocido por la elaboración de varios tests de inteligencia y por el rechazo de la creencia de que temas considerados intelectuales como las lenguas y las matemáticas organizaban el cerebro. Como consecuencia de esta posición trabajó intensamente para favorecer la inclusión de nuevas disciplinas académicas, como la física y las ciencias sociales, en los currículos tanto de la escuela primaria como de la secundaria.

Entre los trabajos de Thorndike destacan los siguientes *Psicología de la educación* (1903), *Inteligencia animal* (1911), *La medida de la inteligencia* (1926) y *Naturaleza humana y orden social* (1940).[2]

Watson, John Broadus (1878-1958), psicólogo estadounidense, nacido en Greenville, Carolina del Sur, y formado en las universidades Furman y Chicago. Fue profesor y director del laboratorio de Psicología de la Universidad Johns Hopkins de 1908 a 1920. Se le reconoce como fundador y principal representante del conductismo, que reducía la psicología al estudio del comportamiento externo observable objetivamente y a su explicación en términos de estímulo-respuesta. Sus escritos incluyen, entre otros, Educación animal (1903), Conducta, una introducción a la psicología comparativa (1914), El conductismo (1925) y El cuidado psicológico del niño pequeño (1928).[3]

Pávlov, Iván Petróvich (1849-1936), fisiólogo y premio Nobel ruso, conocido por sus estudios sobre el comportamiento reflejo. Nació en Riazán y estudió en la Universidad y en la Academia Militar de Medicina de San Petersburgo; desde 1884 hasta 1886 estudió en Breslau (hoy Wroclaw, Polonia) y en Leipzig, Alemania. Antes de la Revolución Rusa fue director del departamento de fisiología del Instituto de Medicina Experimental (parte de la actual Academia de Ciencias Médicas), en San Petersburgo, y fue catedrático de medicina en la Academia Militar de Medicina. A pesar de su oposición al comunismo, a Pavlov se le permitió continuar sus investigaciones en un laboratorio construido por el gobierno soviético desde 1935. Pavlov es reconocido por sus trabajos precursores sobre la fisiología del corazón, el sistema nervioso y el aparato digestivo. Sus experimentos más famosos, que realizó en 1889, demostraron la existencia de reflejos condicionados y no condicionados en los perros, y tuvieron gran influencia en el desarrollo de teorías psicológicas conductistas, fisiológicamente orientadas, durante los primeros años del siglo XX (véase Psicología experimental). Sus trabajos sobre la fisiología de las glándulas digestivas le hicieron acreedor en 1904 al Premio Nobel de Fisiología y Medicina. Su principal obra es Reflejos condicionados (1926).[4]

Skinner, Burrhus Frederic (1904-1990), psicólogo estadounidense, nacido en Susquehanna, Pennsylvania, y formado en la Universidad de Harvard. Skinner llegó a ser el principal representante del conductismo en su país, escuela que pretende explicar el comportamiento humano y animal en términos de respuesta a diferentes estímulos.

Preocupado por las aplicaciones prácticas de la psicología, creó la educación programada, una técnica de enseñanza en la que al alumno se le presentan, de forma ordenada, una serie de pequeñas unidades de información, cada una de las cuales debe ser aprendida antes de pasar a la siguiente, técnica que ha originado una gran variedad de programas educativos. Entre sus trabajos más importantes hay que citar La conducta de los organismos (1938), Walden dos (1961), una utopía conductista en la que aplica los principios de esta escuela psicológica para el establecimiento de una comunidad humana ideal, y Tecnología de la enseñanza (1968). En Más allá de la libertad y la dignidad (1971), Skinner, desde sus postulados deterministas, defiende el condicionamiento controlado masivo (en lugar de la educación actual, que sería también un condicionamiento masivo, pero descontrolado), como medio de control de un orden social dirigido a la felicidad del individuo. Entre sus últimos trabajos se encuentran: Autobiografía: así se forma un conductista (1976) y Reflexiones sobre conductismo y sociedad (1978).[5]

Maslow, Abraham Harold (1908-1970), psicólogo estadounidense y máximo exponente de la psicología humanística, nacido en Nueva York, y formado en la Universidad de Wisconsin. La mayor parte de su carrera docente transcurrió en la Universidad de Brandeis. Consideró el conductismo ortodoxo y el psicoanálisis demasiado rígidos teóricamente, y preocupado por la enfermedad mental, desarrolló una teoría de la motivación que describe el proceso por el que el individuo pasa de las necesidades básicas, como alimentarse y mantener relaciones sexuales, a

las necesidades superiores. Este proceso lo denominó autorrealización y consiste en el desarrollo integral de las posibilidades personales. La psicoterapia humanística, normalmente empleada como terapia de grupo, se aplica para ayudar al individuo a progresar a través de las etapas que van de las necesidades básicas elementales a las superiores. Sus principales obras son Motivación y personalidad (1954) y Hacia una psicología del ser (1962).[6]

Rogers, Carl (1902-1987), psicólogo estadounidense, famoso por el desarrollo de métodos de psicoterapia. Se doctoró en la Universidad de Columbia en 1931, época en la que ya investigaba con niños maltratados. Disconforme con las prácticas terapéuticas y las técnicas de diagnóstico de su época, fundó lo que se conocería como psicoterapia, centrada en el cliente, entendido como sinónimo de paciente. Este método otorga especial importancia a la relación entre terapeuta y paciente. La personalidad del terapeuta influye en el paciente y puede ser utilizada de modo deliberado para conseguir determinados objetivos terapéuticos.[7]

Freud, Sigmund (1856-1939), médico y neurólogo austriaco, fundador del psicoanálisis.

Freud nació en Freiberg (actual Příbor, República Checa), el 6 de mayo de 1856 y se educó en la Universidad de Viena. Cuando apenas tenía tres años, su familia, huyendo de los disturbios antisemitas que entonces se producían en Freiberg, se trasladó a Leipzig. Poco tiempo después, la familia se instaló en Viena, donde Freud residió la mayor parte de su vida.

Aunque su ambición desde niño había sido dedicarse al ejercicio del derecho, Freud se decidió a estudiar medicina justo antes de entrar en la Universidad de Viena en 1873. Inspirado por las investigaciones científicas del poeta alemán Goethe, sintió un vehemente deseo de estudiar ciencias naturales y de resolver alguno de los retos que en aquel momento afrontaban los investigadores de su tiempo.

Ya durante el tercer curso, Freud comenzó a investigar sobre el sistema nervioso central de los invertebrados, en el laboratorio de fisiología que dirigía el médico alemán Ernst Wilhelm von Brücke. Estas investigaciones neurológicas fueron tan absorbentes que Freud descuidó sus obligaciones académicas, permaneciendo en la facultad tres años más de lo habitual antes de obtener su licenciatura en Medicina.

En 1881, después de cumplir un año de servicio militar obligatorio, finalizó su licenciatura. Sin embargo, no quiso abandonar el trabajo experimental y permaneció en la universidad como ayudante en el laboratorio de fisiología. En 1883, presionado por Brücke, se vio obligado a abandonar la investigación teórica.

Así, Freud estuvo tres años en el Hospital General de Viena, dedicándose sucesivamente a la psiquiatría, la dermatología y los trastornos nerviosos. En 1885, tras su designación como profesor adjunto de Neuropatología en la Universidad de Viena, dejó su trabajo en el hospital. A finales del mismo año, recibiría una beca del gobierno para estudiar en París diecinueve semanas junto al neurólogo Jean Charcot, que a la sazón trabajaba en el tratamiento de ciertos trastornos mentales mediante la hipnosis, en el manicomio de Salpêtrière del que era director. Los estudios de Freud con Charcot, centrados en la histeria, encauzarían definitivamente sus intereses hacia la psicopatología, el estudio científico de los trastornos mentales.

En 1886 Freud se estableció como médico privado en Viena, especializándose en los trastornos nerviosos. Sufrió una fuerte oposición de la clase médica vienesa por su defensa del punto de vista de Charcot sobre la histeria y el uso de la hipnosis, entonces considerados como enfoques poco ortodoxos. El enfrentamiento resultante retrasó la aceptación de sus hallazgos posteriores sobre el origen de las neurosis.

Los comienzos del psicoanálisis

El primer trabajo publicado de Freud sobre psicopatología, *Sobre la afasia*, apareció en 1891; era un estudio de este trastorno neurológico en el que la capacidad para pronunciar palabras o nombrar objetos comunes se pierde como consecuencia de una enfermedad orgánica en el cerebro. Su último trabajo sobre neurología, el artículo, 'Parálisis cerebrales infantiles', fue escrito para una enciclopedia en 1897 sólo por la insistencia del editor, porque en aquel momento Freud estaba más ocupado en las explicaciones psicológicas de las enfermedades mentales que en las fisiológicas. Sus trabajos posteriores se inscriben enteramente en ese terreno, que él mismo había bautizado como psicoanálisis en 1896.

Esta nueva orientación de Freud se dio a conocer por vez primera en su trabajo *Estudios sobre la histeria* (1893), elaborado en colaboración con el médico vienés Josef Breuer, que dos años después se publicaría con mayor extensión. Se consideraban los síntomas de la histeria como manifestaciones de energía emocional no descargada, asociada con traumas psíquicos olvidados. El procedimiento terapéutico consistía en sumir al paciente en un estado hipnótico, para forzarle a recordar y revivir la experiencia traumática origen del trastorno, con lo que se descargarían por catarsis las emociones causantes de los síntomas. La publicación de esta obra marcó el comienzo de la teoría psicoanalítica, formulada sobre la base de las observaciones clínicas.

Durante el periodo de 1895 a 1900, Freud desarrolló muchos de los conceptos posteriormente incorporados tanto a la práctica como a la doctrina psicoanalítica. Poco después de la publicación de los estudios sobre la histeria, Freud abandonó el uso de la hipnosis como procedimiento catártico, para reemplazarlo por la investigación del curso espontáneo de pensamientos del paciente —llamado asociación libre—, como método idóneo para comprender los procesos mentales inconscientes que están en la raíz de los trastornos neuróticos.

En sus observaciones clínicas, Freud halló evidencias de los mecanismos mentales de la represión y la resistencia, describiendo la primera como un mecanismo inconsciente que hace inaccesible a la mente consciente el recuerdo de hechos dolorosos o traumáticos; y la segunda como la defensa inconsciente contra la accesibilidad a la consciencia de las experiencias reprimidas, para evitar la ansiedad que de ella se deriva.

Freud propuso seguir el curso de los procesos inconscientes, usando las asociaciones libres del paciente como guía para interpretar los sueños y los lapsus en el lenguaje (además de chistes, actos fallidos, etc). Mediante el análisis de los sueños llegó a sus teorías sobre la sexualidad infantil y el complejo de Edipo, que explicaría el apego del niño al progenitor del sexo contrario, junto con los sentimientos hostiles hacia el del propio sexo (considerado —en principio— un rival). Estos planteamientos, que hacían hincapié en la base biológica del comportamiento humano —particularmente el sexo y la agresividad—, fueron muy controvertidos.

En estos años, desarrolló también la teoría de la transferencia, proceso por el que las actitudes emocionales, establecidas originalmente hacia las figuras de los padres durante la infancia, son transferidas en la vida adulta a otros personajes (maestros, autoridades, jefes, el propio psicoanalista, etc). El final de este periodo viene marcado por la aparición de su obra más importante, *La interpretación de los sueños* (1900 primera edición, que posteriormente el mismo Freud ampliaría). En ella analiza (además de algunos sueños de sus pacientes, amigos, hijos, e incluso de personajes famosos) muchos de sus propios sueños, registrados durante tres años de autoanálisis iniciados en 1897. Este trabajo expone todos los conceptos fundamentales en que se asientan la teoría y la técnica psicoanalítica.

En 1902 Freud fue nombrado profesor titular de la Universidad de Viena. Este honor no era, sin embargo, debido al reconocimiento de sus aportaciones, sino como resultado de los esfuerzos de un paciente con influencias. El mundo médico todavía contemplaba su trabajo con hostilidad, y sus siguientes escritos, *Psicopatología de la vida cotidiana* (1904) y *Tres ensayos para una teoría sexual* (1905), no hicieron más que aumentar este antagonismo. Como consecuencia,

Freud continuó trabajando virtualmente solo, en lo que él mismo denominó "una espléndida soledad".

Sin embargo, hacia 1906, Freud contaba ya con un reducido número de alumnos y seguidores destacando los psiquiatras austriacos William Stekel y Alfred Adler, el psicólogo austriaco Otto Rank, el psiquiatra estadounidense Abraham Brill, y los psiquiatras suizos Eugen Bleuler y Carl Jung, además del húngaro Sándor Ferenczi, que se unió al grupo en 1908.

Reconocimiento internacional

El creciente reconocimiento del movimiento psicoanalítico hizo posible crear en 1910 una organización de ámbito mundial denominada Asociación Psicoanalítica Internacional. Mientras el movimiento se extendía, ganando adeptos en Europa y Estados Unidos, Freud estaba preocupado por las disensiones aparecidas entre los componentes de su círculo original, sobre todo las de Adler y Jung, cada uno de los cuales desarrolló una base teórica diferente en desacuerdo con la tesis de Freud sobre el origen sexual de las neurosis. Freud se enfrentó a estas posturas desarrollando sus conceptos básicos y sus puntos de vista en publicaciones y conferencias.

Tras el comienzo de la I Guerra Mundial, Freud abandonó casi la observación clínica y se concentró en la aplicación de sus teorías a la interpretación psicoanalítica de fenómenos sociales, como la religión, la mitología, el arte, la literatura, el orden social o la propia guerra. En 1923 se le detectó un cáncer en la mandíbula que precisó de un tratamiento constante y doloroso, por el que tuvo que someterse a varias operaciones quirúrgicas. A pesar de estos sufrimientos, continuó su actividad durante los dieciséis años siguientes, escribiendo principalmente sobre asuntos filosóficos o culturales.

Cuando los nazis ocuparon Austria, en 1938, Freud se trasladó con su familia a Londres, donde falleció el 23 de septiembre de 1939.

La principal contribución de Freud fue la creación de un enfoque radicalmente nuevo en la comprensión de la personalidad humana, al demostrar la existencia y poder de lo inconsciente. Además, fundó una nueva disciplina médica y formuló procedimientos terapéuticos básicos que, más o menos modificados aún se aplican, en el tratamiento mediante psicoterapia de las neurosis (y, parcialmente, de las psicosis). Aunque nunca conoció en vida un reconocimiento unánime, y ha sido a menudo cuestionado desde entonces, Freud es indudablemente uno de los grandes pensadores del mundo contemporáneo.

Entre otros de sus trabajos habría que destacar *Tótem y Tabú* (1913), *Más allá del principio del placer* (1920), *Psicología de masas* (1920), *El yo y el ello* (1923), *El malestar en la cultura* (1930), *El porvenir de una ilusión* (1927), *Introducción al psicoanálisis* (1933), y *Moisés y el monoteísmo* (1939).[8]

James, William (1842-1910), filósofo y psicólogo estadounidense que desarrolló la filosofía del pragmatismo. Nació en Nueva York el 11 de enero de 1842. Su padre, Henry James, era un teólogo seguidor de Emanuel Swedenborg; uno de sus hermanos fue el gran novelista Henry James. William James asistió a escuelas privadas en los Estados Unidos y en Europa, a la Escuela Científica Lawrence de la Universidad de Harvard y a la Escuela de Medicina de Harvard en la que se graduó en 1869. Antes de terminar sus estudios de medicina, partió con una expedición de exploración a Brasil junto al estadounidense nacido en Suiza Louis Agassiz, y también estudió fisiología en Alemania. Después de retirarse durante tres años a causa de una enfermedad, James se convirtió en profesor de fisiología en Harvard en 1872. A partir de 1880 enseñó psicología y filosofía en Harvard, universidad que abandonó en 1907, y dio conferencias con mucho éxito en las universidades de Columbia y Oxford. Murió en Chocorua, New Hampshire, el 26 de agosto de 1910.

Psicología

El primer libro de James, el monumental *Principios de Psicología* (1890), le convirtió en uno de los pensadores más influyentes de su tiempo. El trabajo aplicaba el principio del funcionalismo a la psicología, cambiándola de su lugar tradicional como rama de la filosofía y situándola entre las ciencias basadas en el método experimental.

Durante la siguiente década, James aplicó sus métodos empíricos de investigación a temas religiosos y filosóficos. Exploró cuestiones como la existencia de Dios, la inmortalidad del alma, el libre albedrío y los valores éticos, empleando como fuente directa la experiencia religiosa y moral humana. Sus puntos de vista sobre estos temas fueron presentados en sus conferencias y en los ensayos publicados en libros como *La Voluntad de creer* y otros ensayos sobre filosofía popular (1897), *La inmortalidad humana* (1898) y *Las variedades de la experiencia religiosa* (1902). El último trabajo es un informe psicológico muy claro sobre algunas experiencias místicas y religiosas.

Pragmatismo

Conferencias posteriores fueron publicadas como *Pragmatismo: un nombre nuevo para viejas formas de pensar* (1907); en este libro se resumían las contribuciones iniciales de James a la teoría del pragmatismo, término empleado por primera vez por el lógico estadounidense Charles Sanders Peirce. James generalizaba el método pragmático, desarrollándolo a partir de un análisis del fundamento lógico de las ciencias para convertirlo en la base de la evaluación de cualquier experiencia. Sostenía que el significado de las ideas sólo se puede encontrar en los términos de sus consecuencias. Si no hay efectos, es que esas ideas no tienen sentido. James defendía que este es el método empleado por los científicos para definir sus términos y para comprobar sus hipótesis, que, si poseen sentido, llevan a predicciones. Las hipótesis pueden considerarse ciertas si las predicciones se cumplen. Por otro lado, casi todas las teorías metafísicas carecen de sentido, porque no conllevan predicciones comprobables. Las teorías con significado, argumentaba James, son instrumentos para resolver los problemas que se plantean con la experiencia.

Según el pragmatismo de James, por tanto, la verdad viene dada por lo que funciona. Se decide lo que funciona mediante la comprobación de las proposiciones en la experiencia. Al hacerlo, se descubre que algunas proposiciones son ciertas. Como lo expresaba James, "la verdad es algo que le ocurre a una idea" en el transcurso de su verificación, es decir, no es una propiedad estática. Esto no significa, sin embargo, que cualquier cosa pueda ser cierta. James sostenía que "la verdad no es más que lo oportuno en nuestra forma de pensar, igual que lo justo es lo oportuno en nuestra forma de actuar". Uno no puede creer en cualquier cosa que desee, porque unas creencias demasiado centradas en uno mismo no funcionarían.

James se opuso a los sistemas metafísicos absolutos y criticó el monismo, doctrina que afirma que la realidad es un conjunto unido y monolítico. En *Ensayos sobre empirismo radical* (1912), defendió un universo plural, negando que el mundo pueda ser explicado en términos de una fuerza o esquema absoluto que determine las interrelaciones de las cosas y los hechos. Mantuvo que las interrelaciones, ya sirvan para mantener las cosas cercanas o alejadas, formaban parte de las cosas en sí mismas.

Al final de su vida James se había convertido en un filósofo y psicólogo famoso a escala mundial. En ambos campos había sido más fuente de nuevas ideas que fundador de escuelas dogmáticas. Su filosofía pragmática fue más tarde desarrollada por el filósofo estadounidense John Dewey, entre otros. Estudios posteriores en el campo de la física llevados a cabo por Albert Einstein hicieron parecer proféticas las teorías de la interrelación de James.[9]

Wundt, Wilhelm (1832-1920), psicólogo alemán, considerado el fundador de la psicología científica como ciencia independiente. Nació en Neckarau (actualmente parte de Mannheim) y se formó en las universidades de Tübingen y Heidelberg y en el Instituto de Fisiología de Berlín. Después de enseñar filosofía en la Universidad de Heidelberg (1858-1874), impartió filosofía inductiva en Zurich (1874-1875). De 1875 a 1917 fue profesor de filosofía en la Universidad de Leipzig. Wundt presentó el primer curso académico de psicología en 1862 y creó el primer Laboratorio de Psicología Experimental en 1879. También fundó la primera revista de esta materia, *Philosophische Studien* (Estudios filosóficos) en 1881.

Wundt divulgó lo que se conoce como psicología introspectiva o estructuralista, que hace hincapié en la observación de la mente consciente y confiere menor importancia a la inferencia a partir del comportamiento externo. Realizó también un amplio trabajo experimental sobre la percepción, el sentimiento y la apercepción (fase de la percepción en la que hay un reconocimiento pleno de lo que se percibe). Entre sus más de 500 publicaciones destacan *Fundamentos de psicología fisiológica* (2 volúmenes, 1873-1874) y la monumental obra *Psicología de los pueblos* (10 volúmenes, 1900-1904). También escribió tres grandes tratados filosóficos: *Lógica* (1880), *Ética* (1886) y *Sistema de filosofía* (1889).[10]

Ebbinghaus, Hermann (1850-1909), psicólogo alemán, nacido en Barmen (hoy parte de Wuppertal), y educado en las universidades de Bonn, Halle, Berlín y Breslau (hoy Wrocław, Polonia). Pionero de la psicología experimental, realizó importantes experimentos sobre el valor de la repetición en la memoria, empleando sílabas sin sentido. También diseñó un tipo de test que mide la memoria de los niños basada en la repetición de frases, en las que se omiten de forma voluntaria algunas palabras. De sus escritos, destacan su monografía *La memoria* (1885), y el famoso *Compendio de psicología* (1908).[11]

Binet, Alfred (1857-1911), psicólogo francés, famoso por crear la primera escala de medida estandarizada de la inteligencia.

Nació en 1857, en Niza, y se educó en La Sorbona, donde estudió derecho, aunque su atención se dirigió más hacia la medicina y la psicología. En 1889 ayudó a fundar el primer laboratorio de investigación psicológica de Francia, del que fue director, puesto desde el que intentó desarrollar técnicas experimentales para medir la inteligencia y la capacidad de razonamiento. En 1895 fundó la primera revista psicológica francesa, *L'Année Psychologique*, donde publicó los resultados de sus estudios.

Su trabajo más importante se centró en la medida de la inteligencia, diseñando, junto a su colega Théodore Simon, un test para la medida de la capacidad mental en los niños, la escala Binet-Simon, aparecida en 1905. Esta escala consistía en una serie de problemas destinados a medir la inteligencia general, donde los diferentes ítems estaban graduados según el nivel de edad al que la media de los niños podían resolverlo. La puntuación de un niño, basada en el número de respuestas correctas, marcaba la llamada "edad mental" del niño, que, dividida entre la edad cronológica, permitía obtener un índice (el "cociente" intelectual) que, multiplicado por cien, sigue siendo la medida típica de los tests de inteligencia general. Binet murió en París en 1911, pero su trabajo pionero en el campo de la psicometría seguiría teniendo una influencia decisiva entre los psicólogos de todo el mundo. De hecho, la escala de Stanford-Binet, adaptación de su escala hecha en la Universidad de Stanford, en los Estados Unidos, fue usada durante muchos años en este país, donde se ha dado gran importancia a la medida de la inteligencia

Annex 2

Història de la Psicologia

www.alcoberro

2. Alfred Binet (1857-1911): L'Escala de la Intel·ligència i la Reinserció dels 'Imbècils'
3. William James (1842-1910): La Psicologia a Amèrica
4. La Classificació de les Malalties Mentals a inicis del segle XX
5. El Naixement del Behaviorisme: Tot És Condicionament
6. El Debat sobre el Quocient d'Intel·ligència als Estats Units (1910-1920)
9. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990): l'Aprenentatge És el Nucli de l'Humà
17. De la psicologia social a la psicologia cognitiva: el concepte de Resiliència Emocional
18. L'Antipsiquiatria: ¿... I Si la Bogeria No Existís?

1. Wilhelm Wundt (1832-1920): La Psicologia com a Ciència dels Fets de la Consciència

Wundt fou el creador del primer laboratori de psicologia experimental que es va fer a Europa (Leipzig, 1879, tot i que el catàleg de la universitat no l'esmenta fins 1883) i, en conseqüència, és considerat com el pare de la psicologia científica.

Wundt desenvolupà una teoria de la percepció de base fisiològica, amb un programa d'investigació clar: la psicologia és 'la ciència dels fets de la consciència'. La seva funció és estudiar: 'el substrat corporal de la vida mental', l'anatomia, la funció del cervell, etc., per arribar, a partir d'aquí, a 'l'estudi dels processos conscients' o experiència immediata (per contraposició a l'experiència 'mediata' o cultural).. La psicologia deriva de la fisiologia: està situada entre les ciències físiques i les ciències naturals. Per tant, el seu mètode serà clarament experimental i inductiu, segons el model de John Stuart Mill, però prescindint de tota especulació.

Quan la nostra experiència és mesurable mitjançant instruments, caiem en la física; el propi de la psicologia és l'estudi dels processos mentals mitjançant els quals experimentem i observem el món exterior.

Per a Wundt, l'eina dels psicòlegs era la introspecció, és a dir, l'anàlisi intern dels processos mentals. D'aquesta 'apercepció' (paraula que recollí del filòsof racionalista Leibniz) dels fets de la consciència considerats com a esdeveniments en deriva l'únic coneixement psicològic possible. Però això no té res a veure amb una sessió de sofà o de confessional, sinó que implica un procés d'autocontrol amb mesures objectives de la memòria, de les reaccions, de les associacions de paraules, etc. Dels aproximadament 100 experiments que feu al llarg de 21 anys, el 50% estaven relacionats amb la sensació i la percepció i només un 10 % a temes de sentiments (bàsicament tensió/relaxació, excitació/calma).

Wundt i els seus deixebles identificaren dos elements bàsics de la vida mental: sensacions i sentiments. Els processos mentals resultaven de les síntesis d'ambdós elements, però en un sentit dinàmic i creatiu, no mecanicista. La psique només es pot copsar mitjançant l'anàlisi de la seva activitat. És una força voluntària i activa, per això s'assembla més un model químic que a un model mecànic.

Però Wundt s'interessà també pel que anomenava la 'Völkerpsychologie' que es pot traduir per 'psicologia dels pobles' o 'psicologia ètnica'. Generalment aquest mot una mica ingenu tendeix a ser mal comprès. No és que li interessés per a res 'fixar' com es capté una col·lectivitat (els catalans, els espanyols, els fenicis o els gitanos), segons les seves diferències locals o nacionals, sinó les lleis generals de caire psicològic que permeten que una col·lectivitat se senti i actuï com a tal. Per això es poden estudiar els mites, els sistemes jurídics tradicionals, i les relacions d'interactuació d'uns individus sobre els altres que es fan molt especialment paleses en la llengua. Bona part de la producció l'escola catalana d'etnologia (Amades, Serra, Batista...) deriva d'aquestes tesis que han estat repeses per la psicologia social.

2. Alfred Binet (1857-1911): L'Escala de la Intel·ligència i la Reinserció dels 'Imbècils'

En la història de la psicologia, Alfred Binet és conegut com a creador dels primers tests d'intel·ligència però va treballar també sobre molts altres temes, com la hipnosi, el fetitxisme i les personalitats múltiples. Advocat de professió va dimitir després de sis anys d'exercici per posar-se a estudiar medicina i en la dècada del 1880 va fer també estudis de psicofisiologia i de clínica psiquiàtrica. En aquell moment el debat més viu en l'àmbit de la psicologia girava al voltant de la hipnosi que Jean Martin Charcot (1825-1893) practicava assíduament al psiquiàtric de la Salpêtrière. Al principi Binet va estar a favor de Charcot i contra l'anomenada 'Escola de Nancy' que considerava la hipnosi com una simple suggestió sense valor. Però l'any 1891, a l'estació de Rouen, va conèixer Henry Beaunis (1890-1921), membre destacat de l'escola de Nancy. Els dos psicòlegs simpatitzaren ràpidament; Beaunis recomanà Binet per a un lloc al laboratori de psicologia de l'Escola pràctica d'alts estudis a la Sorbona i tres anys més tard ambdós començaren a publicar la revista 'L'Anné psychologique' que fou durant molt temps la referència internacional sobre la temàtica.

En aquesta revista es donaren a conèixer els primers intents de tests psicològics, elaborats pel nord-americà James McKeen Cattell (1860-1944) i Binet fou summament crític sobre la qüestió, perquè Cattell se centrava en els processos sensorials i motors, mentre que per a Binet per tal d'explicar el diferent èxit dels individus calia analitzar els processos superiors.

L'any 1903 Binet publicà 'L'estudi experimental de la intel·ligència', a partir d'anàlisis fets al llarg de quinze anys amb les seves pròpies filles, Madeleine i Alice, que es complementà amb l'article 'La intel·ligència dels imbècils' ('L'Anné psychologique', 1904). Sobre aquests dos textos s'edifica la seva concepció triangular i dinàmica de la intel·ligència.

Per a Binet, l'acte intel·ligent implica tres elements: (1) una direcció, és a dir, una concepció del fi (del problema a resoldre) que la ment continua tenint sempre present al llarg del procés de resolució d'un problema. (2) Una adaptació dels mitjans a aquest fi, cercant la manera més ràpida i eficaç de realitzar-lo i (3) la correcció d'errors, esperit crític o autoajustament, que permet avaluar l'eficàcia dels mitjans emprats.

Aquesta concepció triangular de la intel·ligència li permeté entendre que estem davant una facultat natural multiforme. La intel·ligència per a Binet mai serà una dada estàtica, fixa o heretada, sinó que es desenvolupa mitjançant un ambient, una cultura, una família. A diferència de la lectura dels tests que s'imposà més tard als Estats Units, Binet no fou mai determinista, ni naturalista, ni fatalista, sinó que reconegué explícitament la influència de l'escola i rebutjà sempre el segregacionisme escolar.

A 'Les idees modernes sobre els infants' (1911), Binet va escriure: 'Em sembla provat que es triomfa en la vida mercès a tres factors principals: la salut, la intel·ligència i el caràcter; afegim-hi un quart factor, una mica de fortuna (...) El medi escolar i el medi social pateixen les mateixes influències, i els qui aconsegueixen adaptar-se al primer tenen moltes facilitats d'adaptar-se al segon'

L'any 1904 el ministeri francès d'instrucció pública l'encarregà el disseny d'una eina psicològica susceptible d'identificar i ajudar l'alumnat amb més dificultats per seguir el ritme d'aprenentatge a l'aula, tasca per a la qual comptà amb l'ajuda del metge Théodore Simon (1872-1961). L'escala psicomètrica de Binet-Simon proposada l'any 1905 (i revisada en 1908 i 1911) intenta ser un diagnòstic ràpid de l'endarreriment escolar, comparant l'èxit d'un nen amb el dels altres nens de la seva edat. És, en definitiva, un test de desenvolupament o de nivell mental, no un test de Q.I. (que va ser creat l'any 1921 per William Stern, pare del filòsof Günther Anders). Es tractava de comparar la capacitat d'un nen per resoldre problemes (de manipulació, de raonament, de càlcul, etc) en comparació amb la d'altres nens de la seva edat. L'escala (o

puntuació) només pretenia ser aproximativa i els resultats baixos no s'havien de prendre com una 'demostració' d'estupidesa, sinó com una eina per dissenyar millores en l'aprenentatge.

Tot i que aleshores no existien eines per detectar la dislèxia o els problemes en l'adquisició del llenguatge, Binet intuï que el retard escolar no era definitiu i observà que la no adaptació a l'escola no impedia que infants amb retard educatiu triomfessin un cop abandonaven l'aula en els seus oficis i professions. A les últimes planes de 'Les idees modernes sobre els infants', va afirmar: 'No creiem útil que al nen peresós se'l consideri un malalt; no admetem tampoc que el mestre mateix consideri el nen com un malalt, les desviacions del qual s'observen amb serenitat; sobre tot no admetrem mai que se suprimeixi al medi escolar una idea tan fecunda i justa com la de la responsabilitat moral'. En definitiva, les eines de psicometria no foren dissenyades per castigar ningú sinó per conèixer l'alumne i ajudar-lo a superar-se.

Per això, Binet proposà recórrer a adaptacions dels currículums per fer front al fracàs escolar afirmant que 'els febles més lleugers' han de seguir 'un programa diferent a primària'. Fins i tot l'any 1907 intentà que alumnes 'imbècils' (incapaços d'aprendre a llegir) s'eduquessin amb alumnes normals.

Com va escriure ell mateix: 'Teòricament, crec que l'imbècil és per a l'hospici. Però desitjo apel·lar a l'experiència i saber si, mitjançant, les orientacions que podem donar als mestres, seria possible millorar en gran manera l'aprenentatge d'alguns imbècils'. A tal efecte l'ús excessiu i inadequat dels tests, com va denunciar Théodore Simon sempre fidel a l'obra del seu amic, fou el que va impedir posteriorment a altres psicòlegs, la comprensió del desenvolupament de l'ésser humà, perquè entengueren erròniament les idees de Binet buscant en els tests un criteri estàtic del tot incapaç de donar compte de la plasticitat de l'ésser humà.

En definitiva, els tests van néixer d'un desig de millora social i com una eina per recolzar el progrés escolar. Que després, als Estats Units, Lewis Madison Terman (1877-1959) els convertís en una eina de selecció i elitisme, és una altra qüestió.

3. William James (1842-1910): La Psicologia a Amèrica

William James, metge, pioner del pragmatisme, germà del novel·lista Henry James, fou l'iniciador de la psicologia a Amèrica. S'interessà tant per les emocions com per la memòria, la religió, la consciència o els fets paranormals. Com deia ell mateix: 'la primera conferència sobre psicologia a què vaig assistir la vaig donar jo'.

En la seva concepció del món fou bàsica la lectura dels 'Assaigs de crítica general' del filòsof català del nord, Charles Renouvier (1851-1844), aleshores molt conegut, en qui va trobar una teoria del lliure albir que està en la base de la seva teoria psicològica. James va descobrir l'obra d'aquest filòsof quan, amb 28 anys, estava sumit en una greu depressió que havia començat dos anys enrere. Segons Renouvier és inútil reflexionar sobre el sentit de la vida, sobre la naturalesa humana o sobre la manera de servir millor la humanitat. I això és així perquè enlloc del món no hi ha escrit el 'camí' que ha de seguir cadascú. El camí es fa, fent-se. El futur no es troba en la recerca d'algun destí, sinó que és la conseqüència d'una lliure decisió, una tria lliure i voluntària. El 'lliure albir' consisteix precisament en això: en una presa de possessió de la pròpia vida, que resulta d'una mena d'acte d'autofundació. Al seu 'Diari' del 30 d'abril de 1870, James va escriure: 'El meu primer acte de lliure albir serà creure en el lliure albir'.

El problema que es plantejà W. James és el de la relació entre determinisme i llibertat. Els iniciadors alemanys de la psicologia científica eren radicalment deterministes i la psicologia estava llavors encara molt vinculada a la fisiologia. Però si els humans són capaços de tenir voluntat, vol dir que són lliures. Aquesta contradicció resulta central en l'orientació del seu treball. El que ell intentà fou construir una ciència que se separés tant de la il·lusió espiritualista d'una ànima lliure com del determinisme.

L'any 1872, amb trenta anys, dona els seus primers cursos de psicologia a Harvard i tres anys més tard funda el primer laboratori de psicologia a Cambridge MA.

James proposà una teoria psicològica que s'anomena 'funcionalisme'. El funcionalisme considera que l'adaptació a les diverses exigències del medi és la clau del comportament de tot organisme. El funcionalisme és un tipus de 'pragmatisme', teoria filosòfica fundada per ell mateix conjuntament amb Charles S. Peirce y John Dewey. En un curt text amb el mateix títol ('El pragmatisme', 1907), va escriure: 'Les idees no són verdaderes ni falses, són o no són útils'. Per a James les nostres idees són eines mentals creades pel cervell amb la finalitat de resoldre problemes. Mentre són adaptades, és a dir, adequades a un ús donat, se les conserva i se les considera veritables. Si en un nou entorn, esdevenen inadaptades, se les declara falses. Això significa que les nostres idees no són altra cosa que creences més o menys funcionals i relatives a l'eficàcia de l'acció, de manera que la veritat absoluta no existeix.

El funcionalisme ha estat una de les grans orientacions de la psicologia i durant més d'un segle s'ha contraposat a l'estructuralisme, defensat per Edward Bradford Titchener (1867-1927). Mentre en el funcionalisme l'orientació és darwiniana i els organismes, com les idees, són funcionals o no, en canvi, per als estructuralistes l'element central de la consciència és la percepció: les sensacions i els pensaments constitueixen les estructures de la ment, és a dir, les categories organitzades que ens fan possible la comprensió de la realitat. Mentre el funcionalisme implica una orientació dinàmica del pensament i de la realitat (concebudes com a 'processos'), en canvi, l'estructuralisme privilegia una concepció estàtica, ordenada i gradualista, del coneixement.

Les primeres investigacions de James es van adreçar a la diferència entre la memòria a curt termini i la memòria a llarg termini, i a la teoria de les emocions. En aquest àmbit proposà una teoria molt innovadora, que es resumeix en la frase 'somriure fa feliç'; val a dir, no som feliços primer i somriem després, sinó que primer hi ha un estat del cos i després aquest estat desencadena una emoció. Aquesta teoria s'anomenà posteriorment de James-Lange perquè el metge danès Carl Lange, va contribuir a la seva formulació. Segons la teoria de James-Lange, la

qualitat emocional és el resultat dels canvis percebuts en l'activitat corporal desencadenada com a conseqüència de la percepció sensorial.

L'any 1890 James va escriure 'Elements de psicologia' un manual que durant més de mig segle va ser de referència arreu del món, però fins i tot en una primera lectura és fàcil adonar-se que James no fou gaire fidel al seu mètode experimental i funcionalista i que, ben al contrari, li interessaven l'especulació filosòfica i la introspecció.

Posteriorment James estudià els fenòmens religiosos en dos textos, 'La voluntat de creure' (1897) i 'Les varietats de l'experiència religiosa' (1907). En el primer estudia la religió com una manera d'autoafirmació (creient en Déu, l'individu s'afirma a si mateix, com en una profecia autocomplida) i en el segon afirma que les creences religioses no depenen del dogma, sinó d'una varietat de creences personals. El beató, el místic o el convers no viuen la fe de la mateixa manera. Per a uns la religió aporta normes morals, per a altres dóna models de conducta, etc. En definitiva, com a bon pragmatista, les creences religioses no són ni verdaders ni falses, sinó eficaces.

Per a James, especialment a 'La voluntat de creure', l'ésser humà és mogut per instints i pulsions, però posseeix també la capacitat d'afirmar-se a si mateix sotmetent-se als ideals que ell mateix ha creat. La religió forma part d'aquestes idees que agafen consistència mitjançant una mena de profecia autocomplida.

4. La Classificació de les Malalties Mentals a inicis del segle XX

Els primers anys del segle 20 marquen un període molt significatiu en l'estudi de la malaltia mental. L'explicació freudiana de la histèria i el desenvolupament de l'estudi de les neurosis per Pierre Janet (1859-1947) i, sobretot els treballs d'Emil Krapelin (1856-1926) i Eugen Bleuler (1857-1939) canvien els models de comprensió de la malaltia.

Fins a les darreries del segle 19 estaven en ús teories com la 'degenerescència mental' d'Enrico Morselli (1852-1929) o 'l'atavisme criminal' de Cesare Lombroso (1835-1905). Eren formes de determinisme biològic que vinculaven la malaltia mental a l'herència biològica. Un malalt mental era un 'pervers instintiu', per dir-ho com Ernest Dupré (1862-1921), d'aquí que la societat tingués el dret i fins i tot l'obligació de defensar-se'n i de defensar-lo, a través de l'internament en psiquiàtrics.

Emil Krapelin realitzà la tasca, poc lluïda però imprescindible, d'estandarditzar uns quadres clínics sovint poc clars. Amb això fa possible un llenguatge veritablement comú de la psicologia i la psiquiatria. La seva codificació es basa en l'articulació entre diagnòstic i pronòstic, de manera que es pugui intentar preveure l'evolució d'una malaltia. Les principals malalties que definí Krapelin foren la psicosi maníaco-depressiva i la demència precoç, que definí com a crònica.

Per la seva banda, Eugen Bleuler fou qui proposà el terme 'esquizofrènia' per agrupar una sèrie de psicosis caracteritzades per una forta dissociació de les funcions psíquiques i més endavant també fou el primer a parlar d'autisme. Bleuler era menys determinista que Krapelin, creia que les esquizofrènies no eren malalties caracteritzades per dèficits i aquesta discussió sobre l'etologia va marcar els debats científics durant anys.

A Alemanya, Karl Jaspers (1883-1969) intentà renovar la tradició clínica publicant la seva 'Psicopatia general' (1913) en què proposava no reduir el malalt a la malaltia i no considerar la malaltia com un estricte cas deficitari, sinó com una forma de vivència interior. Però tingué poc èxit i la tossuda praxi de l'internament i l'aïllament perduraren encara molt anys.

En tot cas, la creença en el caràcter incurable de la malaltia mental, tingué com a conseqüència el fet d'encoratjar el pessimisme terapèutic. La crisi del sistema d'asils, (sòrdids, ineficaços...) que ja era òbvia a finals del segle 19, portà a una mena de pusil·lànimitat o d'acoquinament dels psiquiatres per comparació als metges d'altres especialitats. Es tractava més d'identificar i de guardar uns malalts, pensant en criteris quasi d'ordre públic, d'higiene i de policia, que no pas d'intentar guarir-los.

Només en el primer quart del segle 20 es reforçà el convenciment que cal fer una psiquiatria de base biològica, tot i que no se sabia gaire per on començar i es barrejà investigació neurològica i contenció dels internats. És l'època en què l'austríac Julius Wagner-Jauregg (1857-1940) guanyava el Nobel (1927) amb la 'papiroteràpia' provocant quadres febrils als interns i injectant la malària als esquizofrènics!

D'una manera similar el portuguès Antonio Egas Moniz (1874-1955) rebé el Nobel (1949) per les seves operacions de lobotomia (ablació total o parcial dels lòbuls frontals del cervell) en pacients d'esquizofrènia i paranoia, però també en depressius i en sifilítics. Que morissin molts pacients durant l'operació i que l'única experiència prèvia d'Egas abans de posar-se a fer lobotomies fos amb un únic ximpanzé, sembla que importava poc. De fet, un deixeble d'Egas, el nord-americà Walter Freeman, es feu famós durant els anys 1940-1950 per realitzar intervencions de lobotomia amb un martell de picar gel i anestesiant (per així dir-ho!) els pacients amb una màquina d'electroxocs! Potser unes cent mil persones arreu del món van patir lobotomies (incloent-hi una germana del president americà John Kennedy) sense que pràcticament ningú es preguntés si servien d'alguna cosa.

L'esterilització dels malalts mentals cal situar-la aquest context de fracàs terapèutic de la psiquiatria. L'any 1933 Hitler promulgà una llei d'esterilització que afectà 225.000 persones entre discapacitats, esquizofrènics, epilèptics, cecs, sords, alcohòlics, jueus i gitanos. Però el jove Salvador Allende a Xile i la socialdemocràcia sueca, per posar dos exemples, també estaven d'acord amb l'esterilització dels 'deficients'. Quasi només s'hi oposà l'església catòlica, i al capdavant el Papa Pius XI amb l'encíclica 'Casti connubi', publicada el 30 de desembre de 1930. En tot cas, Hitler no inventà res de nou amb les seves lleis eugenèsiques. El Tribunal Suprem dels Estats Units havia obert el camí, l'any 1929, donant autorització a l'estat de Virgínia (cas Buck contra Bell) per tal d'esterilitzar els 'no aptes'.

Convindria recordar una personalitat significativa en la seva lluita pel drets dels malalts mentals: el nord-americà Clifford Whittingham Beers (1876-1943). Havia estat malalt de depressió i paranoia i creà la primera associació d'higiene mental. El seu llibre 'Una ment que es va trobar a si mateixa' (1ª ed., 1903, revisada en 1923) és el primer text en què els malalts mentals prenen la paraula. És a partir de la seva obra que es parlarà tímidament de la rehabilitació del malalt mental, per comptes de considerar-lo un rebuig social. Va costar molt entendre que una persona pot tenir problemes mentals i no ser un malalt mental. Assumir que els problemes mentals (cognitius, comportamentals i/o emocionals) de les persones tenen una veu pròpia i que de vegades no es poden explicar en una clau patològica, sinó adaptativa, ha demanat i demana encara, una llarga lluita.

5. El Naixement del Behaviorisme: Tot És Condicionament

La paraula anglesa 'behavior' significa 'conducta' o 'comportament'. El behaviorisme és una teoria psicològica apareguda a principis del segle 20 segons la qual l'estudi de la psicologia s'ha de centrar de manera exclusiva en els aspectes objectivament observables de la conducta humana. Tal com va expressar John Broadus Watson (1877-1958) en un article de 1913, 'La psicologia vista per un conductista', que és com una mena de manifest d'aquest corrent: 'La psicologia (...) és una branca purament objectiva i experimental de les ciències naturals. El seu objectiu teòric és la predicció i el control del comportament. ¿Algú ha vist mai la consciència en un tub d'assaig?'.

Limitar l'estudi de la psicologia a la conducta i eliminar altres termes confusionaris del vocabulari psicològic, com per ex., 'consciència', 'motivació', 'pensament' o 'ànima' permet segons Watson que l'estudi sigui veritablement científic perquè la conducta és quelcom que tothom pot observar.

A l'època de Watson, els psicòlegs privilegiaven l'enfocament introspectiu, l'observació interior dels propis estats de consciència. Però la introspecció no semblava veritablement científica, perquè a través seu només podem conèixer fets privats, mai no podem estar segurs de la seva universalitat. A més, si es pot conèixer una rata prescindint de la introspecció: per què no podem conèixer els humans de la mateixa manera?

Per a Watson la psicologia ha d'estudiar el comportament, entenent com a tal la relació estímulo-resposta (E-R). Amb la paraula 'estímul', designa tot objecte o esdeveniment observable que desencadena manifestacions reaccionals ('respostes') de l'organisme, igualment observables. El problema que es planteja un behaviorista és, donada una conducta, veure quin estímul la provoca.

Per il·lustrar aquests dos aspectes, prenem l'exemple de la por. En un conegut film d'època sobre el 'bebè Albert', Watson i la seva ajudant Rosalie Rayner van mostrar que el nen en origen no té cap por jugant amb un gos, una rata o un conill (estímuls), però si cada cop que se li presenten aquests animals, se li provoca un ensurt, amb crits, xiscles, cops de martell, etc, la seva resposta variarà radicalment.

Manipulant els estímuls podem aconseguir qualsevol resposta. Watson va arribar a dir: 'Doneu-me una dotzena de nens saludables i els garanteixo que en prendré un qualsevol a l'atzar i el convertiré en qualsevol mena d'especialista: doctor, advocat, artista, fins i tot, rodamón o lladre, sense tenir en compte el seu talent, la seva vocació o la raça dels seus avantpassats'.

Per a Watson, l'estudi dels comportaments s'inscriu en una perspectiva pragmàtica. És un ambientalista radical. El que li interessa de la psicologia és que ha de poder preveure els comportaments, modificar-los i, si cal, crear-ne de nous.

El marc conceptual del behaviorisme deriva de les teories d'Ivan Pavlov (1849-1936) sobre el reflex condicionat, tot i que Watson l'esmenta molt rarament en els seus escrits. Es diferencien quasi tan sols en què Pavlov pensava que el nucli del condicionament calia buscar-lo a nivell cerebral, mentre per a Watson el cervell és una 'caixa negra' ('black box') i es negà sempre a formular hipòtesis sobre els mecanismes interns que provoquen el condicionament. Aquest programa de recerca, avui totalment abandonat, va marcar la psicologia americana durant més de cinquanta anys i va acostumar els psicòlegs a malfiar-se de les hipòtesis especulatives sobre l'esperit humà i a relativitzar les posicions innatistes, donant més importància al medi.

Metodològicament, el behaviorisme és una teoria empirista. Com els clàssics Locke i Hume, també els behavioristes consideren que les associacions entre entitats mentals (percepcions i idees) són el mecanisme clau en la construcció de coneixements.

Watson era un individu emocionalment molt inestable, la seva mare havia estat una fanàtica de l'església baptista a Carolina del Sud i el seu pare era alcohòlic. Ell mateix va tenir molts problemes en l'adolescència i fins i tot fou arrestat per disparar una arma en públic. L'any 1920, la seva esposa va descobrir que ell l'enganyava amb la seva ajudant Rosalie Rayner. El va expulsar de casa, va perdre la feina i es va haver de guanyar la feina escrivint en revistes populars. Però aviat va trobar feina en el cap de la publicitat, a l'agència J. Walter Thompson; en 1924 ja era vicepresident de la companyia i l'any següent va crear la seva pròpia empresa.

Va aplicar la seva teoria behaviorista a la publicitat i fou el primer a realitzar 'investigacions de mercat'. Descobrí que per a les vendes el més important és la imatge associada a la marca, més que la qualitat del producte. Comprovà que els consumidors no solen ser capaços de diferenciar un producte d'un altre similar i que quan la gent compra un producte, ho fan molt majoritàriament, basant-se en la imatge associada a la marca. Així dissenyà campanyes per al talc d'infants Johnson's, la crema de bellesa Ponds o el desodorant Odorono, que són autèntics clàssics de la publicitat.

6. El Debat sobre el Quocient d'Intel·ligència als Estats Units (1910-1920)

Des de la seva aparició a principis del segle 20, els test d'intel·ligència han estat objecte de seriosos debats que no eren només científics sinó ideològics. De fet, la polèmica sobre el Q.I. va començar quan Henry Goddard (1866-1957) traduí i experimentà les proves de l'escala psicomètrica d'Alfred Binet i Théodor Simon, que a França havien tingut relativament poca acceptació. Binet dirigia a principis de segle la 'Feeble Mind Children Institution' a Nova Jersey i observà, sorprès, que l'escala de Benet-Simon era molt més perfecta que els test ja existents per mesurar l'endarreriment mental. A partir de 1910 va començar ell mateix a aplicar el test a immigrants i trobà entre ells una ampla quantitat de febles mentals, als quals anomenà 'morons' (estúpids, imbècils).

Per a Goddard hi ha un lligam ineluctable entre anormalitat i delinqüència. Considerava que la majoria de criminals són 'morons' que amenacen la societat. D'aquí que sigui necessari detectar-los com més aviat millor.

L'any mateix que Henry Goddard iniciava els seus estudis amb immigrants, Lewis Madison Terman (1877-1959) professor de psicologia a Stanford publicà el test Stanford-Binet, revisió americana del Binet-Simon, el test indiscutit arreu del món fins a finals de la dècada de 1960. El test permet mesurar la intel·ligència d'infants i d'adults i a partir de 1912 els resultats s'expressen en forma de quocient intel·lectual (Q.I.) segons la fórmula proposada per William Stern (relació entre edat mental/edat cronològica).

Terman somniava una societat racional, justa i eficaç en què cadascú ocuparia el lloc que li pertoca en funció del seu Q.I. Per sota de 75 hi hauria la mà d'obra no qualificada. Entre 75 i 85 es podria aspirar a ser obrer especialitat, policia o perruquer (tenir perruquers de més de 85 resultaria un malbaratament de capacitats!), etc. Tant per a Goddard com per a Terman, la intel·ligència és innata, es trameta per herència i resulta impermeable a les influències educatives.

Amb la 1ª Guerra mundial, els test aconseguiran la seva expansió definitiva. L'any 1917 Robert M. Yerkes, president de l'American Psychological Association (APA) proposà que tots els reclutes passessin test d'intel·ligència per tal de detectar possibles psicòpates, febles i covards. Així la psicologia veia reforçat el seu prestigi científic. 1.700.000 soldats van ser sotmesos a tests. Però els resultats no confirmaren ni de bon tros el somni americà.

Resultà que l'edat mental promig dels blancs cridats a files era per sota del límit de la debilitat fixat per Goddard: tenien 13,08 anys, quan l'adult normal hauria de tenir 16 anys d'edat mental. Però amb els altres grups, les coses encara anaven pitjor. Els russos obtenien un 11,34, els italians un 11, els polonesos un 10,74 i a sota de tot de l'escala hi havia els negres amb a penes 10 anys d'edat mental! L'enquesta no va agradar ningú i menys encara els caps de l'exèrcit que desautoritzaren immediatament aquells psicòlegs que prenién saber millor que ells com havia de ser un bon soldat. Però molt aviat totes les empreses importants volgueren tenir test i proves psicotècniques dels seus empleats i les escoles s'hi sumaren també, convençuts tots que els tests eren una eina magnífica per classificar i orientar. Alguns psicòlegs ho aprofitaren i fer test esdevingué un negoci pròsper.

Amèrica semblava ser un país poblat per dèbils mentals, però els resultats confirmaven les hipòtesis sobre l'herència. Fins i tot quan es descobrí que els negres dels estats del nord tenien millor puntuació que els del sud en els tests, es va negar que aquesta diferència pogués ser deguda a factors ambientals. Simplement els negres més intel·ligents del sud serien els que havien fugit d'allí per establir-se al nord.

En aquest context esclatà durant els anys 1922-1923 la controvèrsia entre el periodista Walter Lippman i els principals líders del 'mental testing'. Lippman havia estat deixeble de R.M. Yerkes i

publicà nombrosos articles criticant els tests i el concepte de Q.I. Terman i Yerkes intentaren fer passar el seu oponent per un profà, ignorant de la ciència psicològica, per un bolxevic i per un americà 'd'origens incerts' perquè Lippman era jueu, però amb això començà el declivi relatiu de la 'testocràcia'. En tot cas, els tests han continuat mantenint un cert prestigi i en països com els Estats Units són la base del sistema educatiu i de la selecció escolar.

Els tests més utilitzats encara a finals del segle passat eren els elaborats per David Wechsler (1896-1981), afinats i actualitzats. El test WAIS per als adults i el WISC per a nens tenen la particularitat d'apreciar l'èxit dels individus en el domini verbal, però també en el no-verbal, cosa que Wechsler considerà indispensable per fugir d'una definició d'intel·ligència vinculada al llenguatge.

9. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990): l'Aprenentatge És el Nucli de l'Humà

Burrhus Frederic Skinner és el psicòleg que radicalitzà el behaviorisme. Per a ell qualsevol aprenentatge és el resultat de les conseqüències de l'acció per l'organisme (recompensa o càstig, per ex.). Ell fou qui encunyà la tesi central del behaviorisme: l'adquisició de nous comportaments, àdhuc dels més complexos, pot explicar-se sense recórrer al pensament.

Com John Watson, B.F. Skinner és antimentalista convençut. A parer seu, l'organisme no fa res més que respondre a estímuls. Tanmateix no en té prou amb l'explicació pavloviana del condicionament clàssic (E-R). Segons el seu model, l'aprenentatge d'un nou comportament resulta dels reforços exercits per estímuls externs, succeint a les respostes de l'organisme. A partir d'aquesta base desenvolupà la seva teoria de l'aprenentatge per 'condicionament operant', que va experimentar en diverses espècies animals (ratolins, coloms, etc.) gràcies a un dispositiu experimental, 'la caixa de Skinner'.

El seu model vol ser 'l'ABC de la psicologia': 'A' (antecedent)- 'B' ('Behavior', comportament en anglès)- 'C' (conseqüències), de tal manera que si una conducta té bones conseqüències es reforça amb la repetició.

Si es vol condicionar un ratolí o un colom per tal que, per ex., premi una palanca, es pot augmentar la probabilitat d'aparició de la resposta, reforçant-la de tal manera que cada cop que toqui la palanca rep menjar. De la mateixa manera es pot ensenyar l'animal a associar un senyal lluminós situat a l'interior de la caixa amb el fet de prémer la palanca, reforçant aquesta conducta donant-li menjar, però tan sols quan la palanca ha estat accionada després que s'encengués el llum.

Aquest exemple il·lustra els tres elements que componen el model bàsic del condicionament operant: 'l'estímul discriminatiu', o senyal, precedent de la resposta (aquí, la llum), la 'resposta operant' o instrument d'acció sobre el medi (prémer la palanca) i 'l'estímul' o 'agent reforçador' (el menjar); l'expressió 'contingències del reforç' designa la relació entre aquests elements.

No hi ha cap diferència entre el comportament animal i humà davant el reforçament. Com deia el mateix Skinner: 'si voleu veure humans prement una palanca amb l'esperança de ser recompensats, només cal que aneu a Las Vegas'. Si es dóna un reforçador adequat es pot aconseguir que tan els animals no humans com els humans donin la resposta desitjada.

L'efecte de les conseqüències de l'acció és el nucli de la teoria de l'aprenentatge skinnerià i de l'adquisició de comportaments complexos. Repetint un comportament que es reforça positivament o castigant un comportament indesitjat es pot aconseguir qualsevol conducta.

El 'principi del reforç', nucli mateix del behaviorisme skinnerià, està inspirat en els treballs previs d'Edward Lee Thorndike (1874-1949) que en un article de 1898 havia formulat les primeres 'lleis de l'aprenentatge'. Segons aquest autor, aprendre consisteix a formar, mitjançant mecanismes d'assaig i error, connexions entre experiències sensorials i respostes. Les reformes es formen mecànicament per repetició ('lleis de l'exercici') i en funció de les conseqüències agradables o desagradables del comportament per a l'organisme ('lleis de l'efecte'). El concepte skinnerià de 'reforç', recull la llei de l'efecte, depurant-la dels seus elements subjectius (plaer...).

Imaginem, per ex., que en Pere tingui uns pares que pretenen que ell es posi a fer els deures a 2/4 de 6 quan torna de l'escola, tot i que ell el que vol fer a aquella hora és jugar al bàsquet. Els pares podran aconseguir el comportament que pretenen mitjançant un 'reforçament positiu' (el deixaran anar a jugar tan bon punt acabi de fer els deures) o mitjançant un 'reforçament negatiu' (haurà de parar i desaparar la taula si no és a casa a l'hora fent deures). Així l'acció de

fer els deures a l'hora o bé té una conseqüència positiva o bé n'evita una de negativa. Inversament el comportament no desitjat, posar-se a jugar en tornar de l'escola, serà castigat amb un reforç negatiu (en Pere haurà de parar i desaparar la taula) o per la supressió d'un reforç positiu (en Pere no podrà jugar al seu esport preferit). El sistema de reforços es dona en molts altres àmbits de la vida, com ara per ex., en el sexe. Per a Skinner la naturalesa havia reforçat la supervivència de l'espècie fent que la sexualitat fos una font de plaer.

Però allí on ha tingut més aplicació el behaviorisme skinnerià és en l'àmbit educatiu. Per a Skinner l'escola és un mecanisme antiquat i poc eficient de transmissió de coneixements, perquè bàsicament pretén que l'alumne treballi mitjançant reforços negatius (com es fa palès en els exàmens i en les notes presentades com a amenaces). El que falta en l'escola són reforços positius. No debades el director de la 'Springfield Elementary School' a la qual acudeixen Bart i Lisa, en la sèrie 'Els Simpson' es diu 'Director Skinner'. Skinner va inventar una 'màquina d'ensenyar' que s'usà molt als Estat Units durant els anys 1960 i primers 1970. La màquina feia preguntes i deia si la resposta era correcta o no i, en alguns models, animava l'estudiant quan responia correctament una o diverses preguntes. Però fou un fracàs rotund: els alumnes aprenien dades aïllades però no conjunts significatius i es podia aprovar purament 'per tempteig'.

Hi ha, a més, una constatació elemental que posava en crisi el model behaviorista: a molts infants el càstig (entès com a reforç negatiu) no els immuta en absolut i, fins i tot, sembla que el busquin. Segons Skinner el càstig acostuma a resultar ineficaç per quatre motius:

- 1.- perquè provoca respostes lentes i poc apreses. Per això la recompensa és millor que el càstig (la pastanaga és més eficaç que el pal)
- 2.- perquè el càstig fa que la persona tendeixi a evitar ser castigada, per comptes d'abandonar la conducta punible. De la mateixa manera la rata de laboratori va cada cop més de pressa per mirar d'evitar el xoc elèctric.
- 3.- perquè la persona castigada pot acabar vinculant el càstig amb la persona que el castiga (professor, pare...) i no amb la conducta.
- 4.- perquè el càstig mostra el que no s'ha de fer, però no el que s'ha de fer.

Com que cada persona té necessitats pròpies, algunes conductes només es fan per cridar l'atenció (cosa molt habitual en nens poc estimats o massa mimats) de manera que alguns reforços són inútils en determinats contextos.

El paper central del reforç en l'aprenentatge fou posat en qüestió per altres behaviorismes ortodoxos (Edwin Ray Guthrie, 1886-1959) o dissidents (Edward Chase Tolman, 1884-1959). Segons E. Guthrie hi ha conductes adquirides que s'aprenen d'un sol cop, sense repetició, i els primers vincles comportamentals no poden ser explicats pels mecanismes de reforç sinó per la relació de contigüitat entre estímul i resposta. Els treballs de Tolman sobre l'aprenentatge latent van anar més lluny, mostrant que en l'animal no-humà hi ha aprenentatges que s'efectuen en absència de tot reforç i que s'estructura segons metes internes que orienten la seva acció. Aquesta tesi obrí el camí als estudis sobre cognició animal.

En tot cas, el behaviorisme skinnerià pretenia donar compte de totes les conductes, fins les més complexes, evitant qualsevulla referència a conceptes mentalistes, o transformant-los en conceptes comportamentals. Aquesta posició radical feu crisi perquè sembla difícil evitar la referència a les estructures mentals (representacions, coneixements...) per explicar l'adquisició de coneixements en els animals no-humans i en l'home. Però és precisament això el que els behaviorismes volien impedir amb la referència a una 'caixa negra' en la ment. Noam Chomsky va rebatre la tesi skinneriana de l'adquisició del llenguatge mitjançant el condicionament operant: sobre la base del reforç és impossible explicar la rapidesa amb què l'infant adquireix la capacitat lingüística i, sobre tot no es pot explicar com és que l'infant pot comprendre frases que no ha sentit anteriorment. Segons Chomsky l'única manera d'explicar la capacitat lingüística

és suposar que l'ésser humà disposa d'un conjunt de regles abstractes, de caràcter innat, que generen la conducta lingüística.

El debat sobre el behaviorisme obrí la via a un nou paradigma en psicologia: el cognitivism.

17. De la psicologia social a la psicologia cognitiva: el concepte de Resiliència Emocional

'Resiliència' és la capacitat que tenen alguns materials per resistir als cops i, per extensió, és el nom que es dóna a la facultat, encara poc coneguda, d'algunes persones capaces de desenvolupar mecanismes que els permeten resistir als cops de la sort, reeixint en circumstàncies molt complicades, d'esfondrament i de catàstrofe, que posarien la majoria dels individus en un cul-de-sac. Quan un individu sobreviu a circumstàncies emocionals que ofegarien a priori a qualsevol altre, podem dir que és 'resilient'. Com a facultat cognitiva implica un procés d'assumpció i reelaboració creativa dels traumes.

La teoria de la resiliència emocional fou elaborada Emmy Werner que des dels anys 1950 a 1980 va estudiar 700 infants abandonats i marginals de l'arxipèlag Hanuaï a Hawai. Contràriament al que era previsible, la majoria d'aquests nois aconseguiren créixer com a persones madures i equilibrades, gràcies al suport social dels seus iguals i a la capacitat de prestar-se ajuda mútua. La resiliència fou observada també a Anglaterra per Michael Rutter i ha tingut un ús molt ampli en els darrers anys del segle 20 per tractar o prevenir traumes en fills de divorciats, nens adoptats, trencaments de parella, persones discapacitades, accidents de trànsit amb seqüeles greus, infectats de SIDA etc.

Anna Freud i René Spitz van fer observacions pioneres sobre aquest tema amb nens que havien perdut les seves famílies després dels bombardeigs de Londres en la 2^a Guerra Mundial i que malgrat una situació tràgica, molt greu d'entrada (pseudoautista), no van caure en traumes crònics, sinó que a la llarga es recuperaren. Anna Freud i Spitz explicaren que aquests nens havien superat un procés de quatre etapes successives: (1) protesta, (2) desesperació, (3) indiferència i (4) recuperació. Però ja ells mateixos s'estranyaren que aquesta darrera etapa no resultava d'interès per als psicòlegs, quan realment és la més fonamental, perquè si podem estudiar les estratègies que usen els individus exitosos per sortir de la crisi, podrem ajudar també als qui no se'n surten.

És important destacar que la resiliència no és un acte, ni una afirmació voluntarista puntual (tipus 'jo puc!'), sinó un procés de vegades llarg i amb dos moments diferents: resistir al traumatisme i 'construir-se' posteriorment. Com a procés implica fases d'autodefensa, d'autoavaluació i d'elaboració de projectes, més o menys llargs i contradictoris.

La resiliència no s'aconsegueix fugint de les adversitats, ni reprimint-les (de fet el trauma sempre resta!), sinó assumint-les amb una estratègia de creativitat que pot anar des d'establir relacions compensatòries que ens equilibrin (p.ex, el matrimoni), fins assumir noves responsabilitats o aprendre a fugir del focus conflictiu (canviar de feina o d'escola). En aquest sentit implica una certa capacitat de 'ressuscitar' o de renéixer. Els individus resilients són optimistes, empàtics (capaços de posar-se al lloc de l'altre), tenen sentit de l'humor i saben fer amics. Anna Frank en la història, o Harry Potter en la literatura, serien exemples interessants de conducta resilient.

Per què hi ha persones resilients i altres que no ho són? S'han donat dues respostes a aquesta qüestió. Des de la psicologia social s'insisteix en la importància de la solidaritat i del recolzament grupal: si els individus se senten recolzats pel seu grup resisteixen millor. Seria el cas dels ferits de guerra quan el seu país els considera herois. Tenir algú que serveixi d'estímul i guia (una xicota, per e.) o algú a qui estar 'enganxat' ajuda a ser resilient. En aquest sentit una millor 'xarxa social' és una forma d'evitar depressions i estrès. Rutter va estudiar a finals dels anys 1990 l'anormal taxa de nens adoptats per famílies angleses a orfenats de Romania que patien autisme i va arribar a la conclusió que eren la causa es trobava en les dures condicions d'internament, un ambient sinistre i depriment que queia sobre nadons sense defensa –i de fet la Unió Europea va acabar prohibint les adopcions romaneses l'any 2004.

Des de la psicologia cognitiva s'insisteix en aspectes d'aprenentatge. La resiliència es construeix sobretot en la relació amb la mare durant el primer any de vida, que estableix les condicions d'optimisme caracterial imprescindible en la vida futura. Alguns estudis proposen també que un excés de cortisol (una hormona que sembla estar vinculada a l'estrès) dificulta les respostes resilients. El cortisol ajuda també a la memòria a curt termini i, en aquest sentit, en augmentar els records traumàtics, també en dificulta la superació.

En tot cas el concepte de resiliència inclou dos aspectes: una conducta observable però no universal i una mena de 'promesa' o 'esperança' de poder universalitzar-la si s'adopta l'actitud emocional adequada. Els crítics del concepte de resiliència han criticat la tendència a la banalització de l'heroisme que troben en moltes narracions de processos resilients (tipus 'gràcies déu meu, perquè m'he quedat cec però podria haver-me quedat cec, sord i mut!'). En aquest cas no es parlaria, però, de resiliència –que és activa– sinó de conformisme passiu.

18. L'Antipsiquiatria: ¿... I Si la Bogeria No Existís?

El psiquiatra americà Thomas Szasz va plantejar en dos llibres trencadors 'El mite de la malaltia mental' (1961) i 'El mite de la psicoteràpia' (1978), una hipòtesi que va trasbalsar tot l'àmbit de les 'ciències psi': la malaltia mental no existeix; és, senzillament, un mite pur i dur. Els psiquiatres no serien altra cosa que els successors 'científics' dels Inquisidors eclesiàstics i la seva funció hauria consistit bàsicament a assegurar que els 'indesejables' o els 'desviats' fossin apartats de la societat, en asils i institucions repressives dedicades bàsicament al control dels pobres i de la gent que podia posar en qüestió l'ordre social.

La finalitat de les pràctiques psiquiàtriques seria el control social i la malaltia mental només resulta una excusa per a la repressió. De la mateixa manera que 'per ofegar el gos cal dir que té ràbia', també per negar el dret a la paraula dels dissidents (polítics, sexuals etc.), el més pràctic és dir que estan bojós. Però en realitat els usos psiquiàtrics habituals no fan res més que agreujar els símptomes psicòtics i les seves tècniques més tradicionals, com la lobotomia o l'electroxoc, són formes de practicar la tortura però no de curació. L'hospital psiquiàtric reprimeix, però no cura. Ben al contrari, augmenta la dependència i la segregació dels interns.

Per a Szasz, la psiquiatria i la psicologia poden se descrites com a paròdies pseudocientífiques de la medicina: la mateixa forma de decidir si un trastorn és o no una malaltia resulta ridícula: es fa per majoria de vots entre els membres de l'Associació de Psiquiatria Americana, cosa que seria absurda si parléssim del fetge o del ronyó.

En l'estela de Szasz, durant la dècada de 1960-1970, tres psiquiatres britànics: David Cooper (1931-1986), Ronald Laing (1927-1989) i Aaron Esterson (1923-1999) van començar a usar la paraula 'antipsiquiatria' i reivindicar que el model biologista amb què es parlava de la malaltia mental era invàlid. Tots tres preconitzaven una transformació radical de les pràctiques mèdiques: calia prendre's seriosament la paraula dels psiquiatritzats, els malalts mentals tenien dret a organitzar-se i a lluitar per la seva integritat (i contra l'ús de teràpies cruels i despersonalitzadores) i calia trencar amb la identificació entre psiquiàtric i presó. Cooper supervisà l'experiència 'Pavelló 21' en què els malalts podien viure en absoluta llibertat i començà a buidar psiquiàtrics portant els malalts a cases en què s'autoorganitzaven. De les tres 'households' que obrí, la més coneguda fou la de Kingsley Hall.

Per a l'antipsiquiatria, la malaltia mental és descriptible en termes d'un procés natural: consisteix en una 'metanòia' (en grec 'conversió' o 'transformació') que té una resolució espontània i que ensenya a veure el món d'una altra manera. En conseqüència no s'ha d'intervenir amb tranquil·litzants o amb calmants en el procés de la malaltia. Laing fins i tot donava als seus pacients drogues al·lucinògenes per tal d'accelerar el procés. Cooper, per la seva banda, reivindicà 'la mort de la família', considerada com un espai de repressió del desig i considerava el robatori en grans magatzems com un acte alliberador i de resposta al sistema consumista (que anys més tard donà origen al moviment 'Yo Mango').

Un exemple del que significa per a l'antipsiquiatria 'donar la paraula als malalts' és el llibre 'Mary Barnes. Viatge a través de la bogeria' (1971) escrit per l'esquizofrènica Mary Barnes (1923-2001) i el seu psiquiatra Joe Berke. Durant tres anys de tractament amb Ronald Laing a Kingsley Hall, la pacient, una infermera catòlica, diagnosticada des de 1952, aprengué a representar el seu estat mental mitjançant la pintura i acabà essent una pintora molt reconeguda, tot i la persistència dels seus símptomes.

A Itàlia, el director de l'hospital mental de Gorizia, el venecià Franco Basaglia (1924-1980) –que no es declarava 'antipsiquiatra'– i la seva esposa Franca Onagro (1928-2005), foren el primers amb el seu llibre 'L'Instituzione negata' (1968) a demanar el tancament dels psiquiàtrics (moviment 'Psichiatria Democratica'). Paradoxalment aconseguiren un gran èxit, però no degut a cap de les raons que esgrimien. En realitat els grans hospitals psiquiàtrics i les lleis d'internament obligatori dataven a tota Europa de finals del s. 19 i els anomenats 'manicomis'

es van construir aleshores als afores de la ciutat, en espais sovint immensos. Però amb el naixement de les ciutats, aquests hospitals ocupaven espais centrals i era possible usar els solars per fer especulació urbanística. Si, a més, els psiquiatres més 'progressius' declaraven que els manicomis havien de desaparèixer, això permetia als ajuntaments requalificar terrenys sense desgast polític.. A Barcelona el mental de Pi i Molist esdevingué un barri de pisos i el de Sant Joan de Déu és ara L'Illa Diagonal i el mateix succeí pràcticament arreu d'Europa. Que els malalts mentals fossin retornats a les seves famílies i sovint desatesos no semblà importar gaire... al cap i a la fi, era cert que els bojos són generalment pobres – i les seves famílies, també!

En un moviment molt típic dels anys 1960-1970, les idees més extremistes políticament acabaren donant l'excusa a plantejaments interessats i especulatius.

Curiosament, l'èxit d'alguns postulats de l'antipsiquiatria no prové de les seves mateixes tesis, sinó de 'l'experiència Rosenhan' (1972), un experiment sobre la ineficàcia dels hospitals psiquiàtrics, d'una evidència colpidora, recollit a l'article 'On being sane in insane places' (Science, 1973). L'any 1972, sota la coordinació del psiquiatra nord-americà David L. Rosenhan, vuit individus del tot saludables i equilibrats (3 dones i 5 homes) demanaren ser admesos en diferents hospitals psiquiàtrics pretextant tan sols que 'sentien una veu que feia zas!'. Un cop hospitalitzats, feren saber que el símptoma els havia desaparegut i adoptaren un comportament perfectament normal. Però del grup, set van ser diagnosticats com a esquizofrèncics i el vuitè com a maníac-depressiu. El seu comportament fou interpretat exclusivament a partir del diagnòstic inicial i van estar hospitalitzats una mitjana de 19 dies, (i en un interval que anava dels 7 als 52 dies) no considerant-los curats sinó amb diagnòstic de 'símptomes en remissió'. Curiosament a qui no van poder enganyar fou als malalts autèntics. Tots van ser desemmascarats per pacients que els deien coses com 'tu ets periodista!' o 'tu estàs aquí per avaluar l'hospital!'.

Un cop publicat el cas, Rosenhan va repetir l'experiment amb una clínica que havia afirmat que un cas com aquell a ells no els podia passar, avisant-los prèviament que un pseudopacient intentaria 'colar-se'ls' durant els tres mesos posteriors a l'avis. Doncs bé, en aquell període entre 193 pacients, la clínica en va rebutjar 41 per 'impostors' i 42 per 'sospitosos'. Però Rosenham, simplement, no els va enviar cap pseudopacient.

Maurice K. Temerlin (1924-1988), va fer també una versió de l'experiment, dividint 25 psiquiatres en 2 grups que escoltaven un actor explicant un cas. A un grup se'ls va dir que possiblement es tractava d'un psicòtic i a un altre no se li va dir res. En el grup 'avisat' el 60% van diagnosticar efectivament psicosis (i bàsicament esquizofrènia) i en canvi ningú del grup de control va diagnosticar l'actor com a malalt.

Les preguntes que obre l'antipsiquiatria són òbvies: serveixen d'alguna cosa els hospitals mentals? I quina base objectiva tenen molts diagnòstics? Les respostes, ja ho hem vist, són inquietants.

Annex 3.

Qüestionaris

Història de la

Psicologia

Qüestionaris Història Psicologia.

1. Wilhelm Wundt (1832 – 1920)

1. Per què Wundt és considerat un dels pioners de la Psicologia Científica?
2. Com defineix Wundt la psicologia?
3. Quina és la funció, segons Wundt, de la Psicologia?
4. Quin ha de ser l'àmbit pròpiament dit de la Psicologia? Quin tipus d'"eines" ha d'emprar?
5. Quins són els elements bàsics de la vida mental, segons Wundt?
6. Sabries diferenciar allò mecànic d'allò químic?
7. Va tenir Wundt influència en l'anomenada Psicologia social? Per què?

2. Alfred Binet (1857 – 1911).

1. Per quin motiu és conegut Alfred Binet?
2. Què opina Binet de la hipnosi que havia posat en boga Charcot en aquella època?
3. A què es refereix Binet en parlar de la "concepció triangular de la intel·ligència"?
4. Què opina Binet sobre la intel·ligència: es neix amb ella o es fa?
5. Saps el significat de "segregacionisme escolar"?
6. Estaries d'acord que els nens "imbècils" (incapaços d'aprendre a llegir) s'eduquessin amb alumnes normals?
7. Un cop llegit el text, consideres que els tests van ser inventats per classificar els alumnes i separar-los segons el seu "nivell" (elitisme), o no? Raona la resposta.

3. William James (1842 – 1910)

1. Per què William James li dóna tanta importància a la llibertat?
2. Com s'anomena la teoria psicològica que James proposa? En què consisteix?
3. Per què a aquesta teoria de James se la pot relacionar amb Darwin?
4. Què opines al respecte: Què és primer el somriure o l'estat de felicitat? (Quina és la causa i quina és la conseqüència?. Què és primer?) Estàs d'acord amb la formulació de James o en contra? Raona la resposta.
5. Què opina James de les creences religioses? Hi estàs d'acord? Raona la resposta.

6. El debat sobre el Quocient d'Intel·ligència als Estats Units (1910 – 1920)

1. Creus que els "estúpids, o imbècils" són més propensos a la delinqüència?
2. Sabries detectar quins autors són partidaris del genetisme i quins autors són partidaris de l'ambientalisme? Raona la resposta.

4. La classificació de les Malalties mentals a inicis del segle XX.

1. Com es va argumentar la necessitat de l'internament en psiquiàtrics dels malalts mentals?
3. Quines diferències podem trobar entre Eugen Bleuler i Kraepelin?
4. Hi veus algun "avantatge" en esterilitzar els discapacitats mentals?
5. Et sona d'alguna cosa el nom "Colifata"? i "Radio Nikòsia"? Exposa el que sàpigues i/o que hagi esbrinat.

9. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990): l'Aprenentatge és el nucli de l'humà.

1. Per què es diu que Skinner radicalitzà el behaviorisme?
2. És Skinner mentalista o antimentalista? Raona la resposta.
3. Explica el model bàsic del condicionament operant.
4. Qui és Edward ee Thorndike, quina influència exerceix en els estudis de Skinner?
5. Quines crítiques fa Skinner al model educatiu de la seva època?
6. Exposar les raons que presenta Skinner per desqualificar el càstig com a eina per assolir els objectius proposats.
7. Per què entra en crisi la visió radical behaviorista, segons el text?
8. A quina tendència o escola donà lloc la crisi del behaviorisme?

17. De la psicologia social a la psicologia cognitiva: el concepte de Resiliència Emocional.

1. Defineix el concepte de "Resiliència".
2. Explica els orígens de la teoria de la "resiliència".
3. Descriu breument el procés de la resiliència.
4. Quins són, a parer d'alguns autors, els factors que ajudarien a ser "resilient"?
5. Què addueixen els crítics del concepte de "resiliència"?

18. L'Antipsiquiatria: ¿... I si la bogeria no existís?

1. En quina visió de la psiquiatria es basaven els primers "antipsiquiatres"?
2. Quina és la finalitat de les pràctiques psiquiàtriques, segons aquests crítics?
3. Quines alternatives proposen a la psiquiatria tradicional?
4. Segons el text, a què s'atribueix l'èxit parcial dels postulats de l'antipsiquiatria?

Annex 4.

Solucionari

Solucionari

1. És el mateix un psicòleg que un psiquiatre?
2. I un neuròleg?
3. Sabries explicar a grans trets l'itinerari de la psicologia filosòfica a la psicologia científica ?
4. Explica què és la memòria. Tipus de memòria i funcions.
5. Exposa els diversos significats d'intel·ligència.
6. Explica la polèmica entre genetistes i ambientalistes. Amb qui estàs més d'acord: amb els genetistes o amb els anomenats ambientalistes ?
7. Què en saps de la intel·ligència emocional que ha posat de relleu Goleman ?
8. Què en saps del pensament convergent i divergent ?
9. Saps com el psicòleg francès Alfred Binet (1857-1911) va establir el coeficient d'intel·ligència i les classificacions que se'n deriven ?
10. Quina relació podem trobar entre el principi de conservació de l'energia amb la psicoanàlisi?
11. Exposa els esquemes de la personalitat segons Freud i digues per què modifica el primer: quins motius el porten a fer-ho ?
12. Explica breument els següents conceptes: Allò, Superjò, Principi de realitat, Principi de plaer, Complex d'Èdip
13. Exposa les bases biològiques del psiquisme humà. Els elements més importants
14. Per què Wundt és considerat un dels pioners de la Psicologia Científica?
15. Com defineix Wundt la psicologia?
16. Per quin motiu és conegut Alfred Binet?
17. Com s'anomena la teoria psicològica que James proposa? En què consisteix?
18. Quines van ser les primeres malalties que va classificar un dels pioners de la psiquiatria, Emil Krapelin (1856-1926)?

1. És el mateix un psicòleg que un psiquiatre?

No exactament. Un psiquiatre és un metge que s'ha especialitzat en els trastorns mentals i els seus pacients són malalts mentals. El psicòleg no té una formació mèdica, encara que també pot tractar els mateixos pacients. Com que no és metge, un psicòleg no pot receptar medicaments. A vegades els psicòlegs i els psiquiatres treballen en equip. Una altra diferència és que el psicòleg també treballa amb persones que no necessàriament tenen trastorns, sinó que simplement volen saber com són, quines habilitats tenen, per a quin ofici serveixen, quin és el seu nivell intel·lectual, etc.

2. I un neuròleg?

És un metge especialitzat en el sistema nerviós, o sigui en la neurologia. Per tant, el seu camp no és estrictament el dels problemes psíquics, tot i que, a vegades, els trastorns mentals poden anar acompanyats de trastorns del sistema nerviós.

3. a) Sabries explicar a grans trets l'itinerari de la psicologia filosòfica a la psicologia científica ? b) Fa molts anys que existeix la psicologia?

a) Fins el segle XIX, la psicologia havia format part de la filosofia. Es definia com l'estudi de la ment o de l'ànima, com si existís un dualisme cos/ànima (Plató, Descartes). A principis del segle XX, la psicologia s'independitza de la filosofia i fixa el seu àmbit d'actuació en l'estudi de la conducta humana i animal, perquè és públicament observable, i se li poden aplicar criteris objectius i científics

b) Tal com l'entendem ara, no. Com a ciència es considera que neix a finals del segle XIX, cap al 1879, quan un fisiòleg alemany anomenat Wilhelm Wundt va crear un laboratori de psicologia. I pròpiament es desenvolupa al llarg del segle XX, sobretot abans de la Segona Guerra Mundial. I encara ara s'està formant i evolucionant.

4. Explica què és la memòria. Tipus de memòria i funcions.

Capacitat per retenir informació i afavorir l'aprenentatge. Segons la durada del record podem diferenciar varis tipus:

-Memòria immediata: mitjançant la qual les percepcions es retenen pers uns instants.
- Memòria a curt termini (MCT): Record poc durador. Serveix de filtre d'informacions poc importants. Memòria operativa.

- Memòria a llarg termini (MLT): Retén informació durant molt de temps.

Segons com es faci aquesta memorització ens trobem que podem, al seu torn, diferenciar la memòria en:

-Memòria mecànica: És un hàbit o mecanisme de retenció d'informació sense comprendre allò que es retén.

- Memòria significativa: Quan es compren allò que es memoritza

5. Exposa els diversos significats d'intel·ligència.

La facultat que té com a funció trobar la millor solució a un problema. La facultat pròpia i característica de l'adaptació al medi. També: la intel·ligència vindria a ser una mena de suprahabilitat consistent a relacionar i coordinar altres habilitats. Més que una habilitat és la capacitat per saber quina és l'habilitat que cal aplicar en cada moment i com. Així la intel·ligència coordinaria i aplicaria les diferents habilitats intel·lectuals (verbals, numèriques, espacials, lògiques i altres (memorística, psicomotriu, perceptual, emocional...)

6..Explica la polèmica entre genetistes i ambientalistes. Amb qui estàs més d'acord: amb els genetistes o amb els anomenats ambientalistes ?

Genetistes: l'individu neix amb un nivell determinat d'intel·ligència, constant al llarg de la vida. Les modificacions produïdes pel medi ambient i l'aprenentatge no tenen una influència en la possible millora de la capacitat intel·lectual; el pes definitiu correspon a l'herència genètica. Es podran millorar determinades habilitats, però mai les capacitats abstractes i/o conceptuals. Es basen en nombrosos estudis científics de genètica amb animals, amb fills adoptius, amb bessons, el possible fracàs de l'educació de compensacions...

- Ambientalistes: la intel·ligència no és una cosa definitiva com l'estatura, sinó que pot ser modificada, de la mateixa manera que la conducta, mitjançant una adequada estimulació. Quan naixem no tenim desenvolupades les nostres capacitats intel·lectuals, sinó que cal una maduració que es produeix en unes determinades condicions familiars, estimuladors, socials, personals, etc. També influeixen aspectes com la motivació, les actituds, les expectatives, etc. Es basen en factors biològics (alimentació), relació mare i fill, estudis socioculturals i familiars...

- Interacció: proposa la interacció entre herència i ambient; en aquest sentit, el que és decisiu és la influència que els dos factors exerceixen sobre la intel·ligència.

7. Què en saps de la intel·ligència emocional que ha posat de relleu Goleman ?

D. Goleman, en el llibre "La intel·ligència emocional", intenta respondre alguns d'aquests interrogants. Destaca el poder dels sentiments davant de la freda lògica racional, perquè, en realitat, lliures d'emocions no seríem humans ni tampoc éssers intel·ligents.

Goleman concep la intel·ligència emocional com "una forma d'interactuar amb el món que té molt en compte els sentiments, i engloba habilitats com ara el control dels impulsos, l'autoconsciència, la motivació, l'entusiasme, la perseverança, l'empatia, l'agilitat mental, etc. Aquestes habilitats configuren trets de caràcter com l'autodisciplina, la compassió i l'altruisme, que són indispensables per a una bona i creativa adaptació social".

La intel·ligència emocional és el resultat de tenir aquestes cinc habilitats:

- Autocontrol emocional. Reconèixer i controlar els sentiments i estats d'ànim propis.

- Reconèixer les emocions i els sentiments dels altres.

- Automotivació. Significa que un no es rendeix a l'ansietat, el derrotisme o la depressió quan ensopega amb dificultats i contratemps de la vida.

- Iniciativa i perseverança.

- Empatia. Es tracta de saber reaccionar correctament als sentiments de les altres persones.

Veure les coses des del punt de vista dels altres (especialment, d'altres cultures) ens permet ultrapassar els prejudicis i estereotips, i implica l'acceptació de les diferències i la tolerància, aptituds cada cop més necessàries en una societat plural.

8. Què en saps del pensament convergent i divergent ?

Guilford considerava que les proves d'intel·ligència clàssiques sols donaven una resposta correcta per a cada pregunta; per això, les respostes originals n'estaven excloses. Així s'originen el conformisme i la manca de creativitat. Va distingir dos tipus de pensament:

- Pensament convergent: és el pensament que vol trobar una resposta "correcta" a un problema.
- Pensament divergent: és el pensament creatiu, l'habilitat per descobrir respostes noves i insòlites per a un problema.

La creativitat és la capacitat de contemplar les coses amb una nova mirada, de reconèixer dels problemes que uns altres no veuen, de proporcionar solucions originals i efectives. Tothom té facultats creatives, però pocs manifesten l'impuls emocional per fer salts creatius.

9. Saps com el psicòleg francès Alfred Binet (1857-1911) va establir el coeficient d'intel·ligència i les classificacions que se'n deriven ?

Binet pensava que l'aptitud mental augmentava amb l'edat i va examinar molts nens en tasques que demanaven un esforç mental. Va apuntar l'edat cronològica de cada nen i va definir l'edat mental com el rendiment mitjà dels nens a una edat cronològica.

Fou Stern qui, el 1912, va demostrar que era possible calcular un quocient d'intel·ligència (QI). Per calcular el QI es fa servir la fórmula següent, en què EM vol dir edat mental i EC, edat cronològica: $QI = EM/EC \times 100$.

10. Quina relació podem trobar entre el principi de conservació de l'energia amb la psicoanàlisi?

El principi de conservació d'energia afirma que l'energia no desapareix sinó que es transforma d'una part del sistema a una altra. De la mateixa manera, la psicoanàlisi, també anomenada psicologia dinàmica, considera que el poder dels records traumàtics dolorosos o desigs reprimits no desapareix, sinó que es transformen en malalties físiques. Per tant, cal descobrir-los i fer-los sortir a la "superfície" (conscient).

11. Exposa els esquemes de la personalitat segons Freud i digues per què modifica el primer: quins motius el porten a fer-ho ?

PRIMER ESQUEMA

Instàncies: Conscient, pre-conscient, censura, inconscient

Pulsions: d'autoconservació i sexuals.

Principis: de plaer, de realitat

SEGON ESQUEMA

Instàncies: Allò, superjò, jo (tots inconscients, llevat d'una part del jo).

Pulsions: de l'eros i del tànatós.

Principis, de plaer, de realitat, de compulsió de repetició.

Per què modifica? Freud se'n adona de la força o amplitud de l'inconscient. La part que controlem (conscient) és mínima en comparació a aquella que no controlem (inconscient). Sobretot la repressió dels desigs i records més punyents o dolorosos. El Segon Esquema és de caire més filosòfic i pessimista, degut a les conseqüències autodestructives de la humanitat manifestades durant la primera Guerra Mundial.

12. Explica breument els següents conceptes:

Allò Superjò Principi de realitat

Principi de plaer Complex d'Èdip

- Allò: La part inconscient més primitiva. Conté els instints i pulsions més primitius que pugnen per trobar satisfacció.

- Superjò: Moral arcaica. Conjunt de prohibicions familiars i socials que interioritzem. És inconscient.

- Principi de realitat: Els desigs han de ser satisfets per trobar l'equilibri emocional, però atenent a les normes i conveniències socials.

- Principi de plaer: (homeòstasi): Tendència de tot organisme a reduir les tensions provocades pels desigs. Això es viu com a distensió o plaer.
- Complex d'Èdip: Desig sexual per part del nen de la mare que es produeix en la fase fàlica. Odi al pare, que es vist com un competidor sexual.

13. Exposa les bases biològiques del psiquisme humà. Els elements més importants

Sabem que la conducta psíquica o mental de les persones té un fonament fisiològic, i que els sistemes que vetllen pel funcionament harmònic de la nostra conducta són dos: el sistema nerviós i el sistema endocrí.

El sistema nerviós es compon del sistema nerviós central i el sistema nerviós perifèric:

El sistema nerviós central està compost per la medul•la espinal i l'encèfal, i en l'encèfal s'inclouen: el cervell, el cerebel i el tronc de l'encèfal.

El sistema nerviós perifèric es compon del sistema simpàtic i el sistema parasimpàtic.

HISTÒRIA DE LA PSICOLOGIA (www.alcoberro)

Qüestionaris Història Psicologia.

1. Wilhelm Wundt (1832 – 1920)

1. Per què Wundt és considerat un dels pioners de la Psicologia Científica?
2. Com defineix Wundt la psicologia?
3. Quina és la funció, segons Wundt, de la Psicologia?
4. Quin ha de ser l'àmbit pròpiament dit de la Psicologia? Quin tipus d'"eines" ha d'emprar?
5. Quins són els elements bàsics de la vida mental, segons Wundt?
6. Sabries diferenciar allò mecànic d'allò químic?
7. Va tenir Wundt influència en l'anomenada Psicologia social? Per què?

2. Alfred Binet (1857 – 1911).

1. Per quin motiu és conegut Alfred Binet?
2. Què opina Binet de la hipnosi que havia posat en boga Charcot en aquella època?
3. A què es refereix Binet en parlar de la "concepció triangular de la intel·ligència"?
4. Què opina Binet sobre la intel·ligència: es neix amb ella o es fa?
5. Saps el significat de "segregacionisme escolar"?
6. Estaries d'acord que els nens "imbècils" (incapaços d'aprendre a llegir) s'eduquessin amb alumnes normals?
7. Un cop llegit el text, consideres que els tests van ser inventats per classificar els alumnes i separar-los segons el seu "nivell" (elitisme), o no? Raona la resposta.

3. William James (1842 – 1910)

1. Per què William James li dona tanta importància a la llibertat?
2. Com s'anomena la teoria psicològica que James proposa? En què consisteix?
3. Per què a aquesta teoria de James se la pot relacionar amb Darwin?
4. Què opines al respecte: Què és primer el somriure o l'estat de felicitat? (Quina és la causa i quina és la conseqüència?. Què és primer?) Estàs d'acord amb la formulació de James o en contra? Raona la resposta.
5. Què opina James de les creences religioses? Hi estàs d'acord? Raona la resposta.
6. El debat sobre el Quocient d'Intel·ligència als Estats Units (1910 – 1920)
 1. Creus que els "estúpids, o imbècils" són més propensos a la delinqüència?
 2. Sabries detectar quins autors són partidaris del genetisme i quins autors són partidaris de l'ambientalisme? Raona la resposta.

4. La classificació de les Malalties mentals a inicis del segle XX.

1. Com es va argumentar la necessitat de l'internament en psiquiàtrics dels malalts mentals?
3. Quines diferències podem trobar entre Eugen Bleuler i Kraepelin?
4. Hi veus algun "avantatge" en esterilitzar els discapacitats mentals?
5. Et sona d'alguna cosa el nom "Colifata"? i "Radio Nikòsia"? Exposa el que sàpigues i/o que hagin esbrinat.

9. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990): l'Aprenentatge és el nucli de l'humà.

1. Per què es diu que Skinner radicalitzà el behaviorisme?
2. És Skinner mentalista o antimentalista? Raona la resposta.
3. Explica el model bàsic del condicionament operant.
4. Qui és Edward ee Thorndike, quina influència exerceix en els estudis de Skinner?
5. Quines crítiques fa Skinner al model educatiu de la seva època?
6. Exposa les raons que presenta Skinner per desqualificar el càstig com a eina per assolir els objectius proposats.
7. Per què entra en crisi la visió radical behaviorista, segons el text?
8. A quina tendència o escola donà lloc la crisi del behaviorisme?

17. De la psicologia social a la psicologia cognitiva: el concepte de Resiliència Emocional.

- 1. Defineix el concepte de "Resiliència".**
- 2. Explica els orígens de la teoria de la "resiliència".**
- 3. Descriu breument el procés de la resiliència.**
- 4. Quins són, a parer d'alguns autors, els factors que ajudarien a ser "resilient"?**
- 5. Què addueixen els crítics del concepte de "resiliència"?**

18. L'Antipsiquiatria: ¿... I si la bogeria no existís?

- 1. En quina visió de la psiquiatria es basaven els primers "antipsiquiatres"?**
- 2. Quina és la finalitat de les pràctiques psiquiàtriques, segons aquests crítics?**
- 3. Quines alternatives proposen a la psiquiatria tradicional?**
- 4. Segons el text, a què s'atribueix l'èxit parcial dels postulats de l'antipsiquiatria?**

Respostes M.F.(0809)

1. Wilhelm Wundt (1832-1920)

1. Per què Wundt és considerat un dels pioners de la Psicologia Científica?

Wundt és considerat un dels pioners de la Psicologia Científica puix que fou el creador del primer laboratori de psicologia experimental que es va fer a Europa, Leipzig 1879.

2. Com defineix Wundt la Psicologia?

Wundt diu que la Psicologia és: " la ciència dels fets de la consciència" , és a dir la ciència que estudia la consciència.

3. Quina és la funció, segons Wundt, de la Psicologia?

Segons Wundt la seva funció és estudiar: "el substrat corporal de la vida mental", l'anatomia, la funció del cervell, etc., per arribar, a partir d'aquí, a "l'estudi dels processos conscients" o experiència immediata (per contraposició a l'experiència 'mediata' o cultural)...És a dir, segons Wundt, primer s'ha d'entendre l'estructura interna del cervell i el seu funcionament, per arribar a entendre, posteriorment, la consciència.

4. Quin ha de ser l'àmbit pròpiament dit de la Psicologia? Quin tipus d'"eines" ha d'emprar?

El propi de la psicologia és l'estudi dels processos mentals mitjançant els quals experimentem i observem el món exterior. Wundt creia que l'eina dels psicòlegs era la introspecció, és a dir l'anàlisi intern dels processos mentals. D'aquesta "apercepció", és a dir, d'aquest acte conscient de reconèixer lo percebut dels fets de la consciència, considerats com esdeveniments, en deriva l'únic coneixement psicològic possible. (Quan la nostra experiència és mesurable mitjançant instruments, caiem en la física).

Una altre definició d'introspecció seria: Mètode consistent en l'anàlisi de la consciència individual per tal d'esbrinar les lleis que regeixen el comportament personal. Acció d'examinar-se a si mateix, inspecció dels propis sentiments i pensaments.

5. Quins són els elements bàsics de la vida mental, segons Wundt?

Wundt i els seus deixebles identificaren dos elements bàsics de la vida mental: sensacions i sentiments. Els processos mentals resultaven de les síntesis d'ambdós elements, però en un sentit dinàmic i creatiu, no mecanicista.

6. Sabries diferenciar allò mecànic d'allò químic?

Allò mecànic seria quelcom establert, previsible, en canvi al ` ` o químic fa referència a quelcom més abstracte, més actiu i dinàmic, com ara la psique que només es pot copsar mitjançant l'anàlisi de la seva activitat.

7. Va tenir Wundt influència en l'anomenada Psicologia social? Per què?

Sí, Wundt s'interessà per conèixer quins són els motius de caire psicològic pels quals una col·lectivitat es sent i actua com a tal. Les seves tesis han estat repeses, és a dir, continuades,

per l'anomenada psicologia social.

2. Alfred Binet (1857-1911)

1. Per quin motiu és conegut Alfred Binet?

2. Què opina Binet de la hipnosi que havia posat en boga Charcot en aquella època?

En un principi Binet estigué a favor de Charcot i contra l'anomenada "Escola de Nancy" que considerava la hipnosi com una simple suggestió sense valor. Després que el 1891 conegués a Henry Beaunis, membre destacat de l'escola esmentada, i que hi simpatitzés i hi treballés a l'escola pràctica de la Sorbona i, posteriorment, en la publicació de la revista "L'année psychologique" demostrà que canvia d'opinió respecte al tema comentat.

3. A què es refereix Binet en parlar de la "concepció triangular de la intel·ligència?"

Per a Binet, l'acte intel·ligent implica tres elements:

1. Una direcció, és a dir, una idea clara de la finalitat (del problema a resoldre) que la ment continua tenint sempre present al llarg del procés de resolució d'un problema.
2. Una adaptació dels recursos dels quals disposem a aquest fi, cercant la manera més ràpida i eficaç de realitzar-lo.
3. La correcció d'errors, esperit crític que permet avaluar l'eficàcia dels mitjans emprats.

4. Què opina Binet sobre la intel·ligència: es neix amb ella o es fa?

La intel·ligència per a Binet mai serà una dada estàtica, fixa o heretada, sinó que es desenvolupa mitjançant un ambient, una cultura, una família. Dit en altres paraules, depenem directament de la societat, és a dir dels individus que ens envolten, per crear la nostra intel·ligència. "Dime con quien andas y te diré quien eres". "A quien buen árbol se arrima buena sombra le cobija". Són refranys que, al meu entendre, podrien adaptar-se perfectament a aquesta manera de concebre la intel·ligència.

5. Saps el significat de "segregacionisme escolar"?

El segregacionisme escolar és una doctrina o programa polític favorable a la segregació per motius ètnics, religiosos, lingüístics, etc, és a dir, a la separació dels alumnes depenent del seu origen, llengua, cultura, religió, aptituds per l'aprenentatge...

6. Estaries d'acord que els nens "imbècils" (incapaços d'aprendre a llegir) s'eduquessin amb alumnes normals?

No. Penso que una persona, el coeficient intel·lectual de la qual és inferior a 80, no pot rebre la mateixa educació que una , el coeficient de la qual és 100 o més. Requereixen diferents tipus d'educació, diferents mètodes de treball i, com és obvi, el temps empleat per lliçó no serà el mateix. Per contra, crec que sí seria positiu que compartissin algunes activitats comunes com ara l'educació Física, Visual i Plàstica... a fi que els "imbècils" no es sentissin desplaçats i la resta no els menyspreessin per tenir dificultats en l'aprenentatge, cosa que seria intolerable.

7. Un cop llegit el text, consideres que els tests van ser inventats per classificar els alumnes i separar-los segons el seu "nivell" (elitisme), o no? Raona la resposta.

No. El test s'inventà com eina per a dissenyar millores en l'aprenentatge, una nota baixa no es prenien com a demostració d'estupidesa, sinó com un diagnòstic d'endarreriment escolar en comparació amb l'èxit d'un igual.

3. William James (1842-1910)

1. Per què William James li dona tanta importància a la llibertat?

Per a William James la llibertat és tan important puix que la veu com a sinònim de la potestat sobre la vida d'un mateix, és a dir, perquè és una condició indispensable per a l'autofundació de les nostres vides. Si els humans són capaços de tenir voluntat (no es veuen cohesionats per ningú), vol dir que són lliures.

2. Com s'anomena la teoria psicològica que James proposa? En què consisteix?

James proposa una teoria psicològica que s'anomena 'funcionalisme'. El funcionalisme

considera que l'adaptació a les diverses exigències del medi és la clau del comportament de tot organisme, és a dir, els funcionalistes són conservadors que creuen que el medi és perfecte per naturalesa i que, per tant, som nosaltres qui ens hem d'adaptar a aquest.

3. Per què aquesta teoria de James se la pot relacionar amb Darwin?

Segons James les idees són eines creades pel cervell a fi de resoldre problemes, quan aquestes eines són adequades a un ús donat, se les conserva i se les considera veritables, però si en un nou entorn esdevenen inadaptades se les declara falses. En síntesis, les nostres idees són creences amb més o menys utilitat i relatives a l'eficàcia d'acció, de manera que la veritat absoluta no existeix. El funcionalisme implica una orientació dinàmica del pensament i de la realitat (enteses com a processos) igual que Darwin entén la teoria evolutiva com a formes de vida que no són estàtiques, sinó que evolucionen; (les espècies canvien contínuament, unes s'originen i altres s'extingeixen) .

4. Què opines al respecte: Què és el primer somriure o l'estat de felicitat? (Quina és la causa i quina és la conseqüència? Què és primer?) Estàs d'acord amb la formulació de James o en contra? Raona la resposta.

James afirma que: primer hi ha un estat del cos i, posteriorment, aquest estat desencadena una emoció. Per exemple, primer hi ha un somriure i després un estat de felicitat, el somriure és la causa que provoca la conseqüència: l'estat de felicitat. Més esquemàtic:

Estic d'acord amb aquest plantejament ja que el rebre una informació, mitjançant els sentits, el cervell la processa i envia la informació a la musculatura de la cara, per exemple (provocant, així el somriure) i, posteriorment, consolides o transformes aquest somriure, que és una mena d'impuls, en un estat, de major o menor durada, depenent de l'impacta de la percepció sensorial.

5. Què opina James de les creences religioses? Hi estàs d'acord? Raona la resposta.

James estudià la religió en dos textos:

1. "La voluntat de creure" on estudia la religió com a manera d'autoafirmació, el fet de creure en Déu comporta que el creient s'afirmi a si mateix sotmetent-se els ideals que ell mateix ha creat.
2. "Les varietats de l'experiència religiosa" on afirma que les creences religioses depenen d'una varietat de creences personals. D'aquesta manera, per alguns la religió aporta normes morals per a altres dóna models de conducta... (En definitiva, les creences religioses no són ni verdaderes ni falses, sinó eficaces).

Deixant de banda, momentàniament, el meu pensament ateu puc exposar breument com veia la religió abans de llegir el text proposat i com la veig ara. Per a mi la religió sempre ha estat una espècia de dogma, que havia estat creada al llarg de moltes generacions per tres motius:

1. Ésser una guia de conducta moral.
2. Per a donar explicació a fenòmens que, al meu entendre, no eren concebibles per la ment d'un home, anys enrere. Per exemple l'evolució de l'home o el fet que un planeta, que estigué totalment despoblat, pugui ésser tan bell i està tan ple de vida sense l'existència d'un ésser superior que l'hagi creat.
3. La necessitat d'un ésser superior que ens faci entendre que som una formiga enmig d'un gran niu anomenat univers.

Ara, després de llegir el fragment proposat, mantinc la meva posició i coincideixo amb William James: les creences religioses no són vertaderes ni falses són molt eficaces per a donar explicació a determinats fenòmens, o per sentir-nos segurs...

6. El debat sobre el Quocient d'Intel·ligència als Estats Units (1910-1920)

1. Creus que "els estúpids, o imbècils" són més propensos a la delinqüència?

Jo, a diferència de Goddard, que creia que hi havia un lligam ineluctable entre anormalitat i delinqüència penso que són dos conceptes que no tenen per què estar estrictament relacionats. Des del meu punt de vista, som nosaltres, les persones, qui, amb els nostres prejudicis i estigmes, tendim a elaborar prototips totalment allunyats de la realitat. Si tendíssim a acceptar a "els estúpids o imbècils" i a no considerar-los una amenaça per la societat, potser seria més

senzilla la seva integració en aquesta i l'índex de delinqüència d'aquest grup de persones seria inferior.

2. Sabries detectar quins autors són partidaris del genetisme i quins autors són partidaris de l'ambientalisme? Raona la resposta.

Sí, sens dubte. Els genetistes són aquells que creuen que la intel·ligència és una qualitat inherent en la persona, una herència que resulta impermeable a les influències educatives, en canvi, els ambientalistes creuen que l'entorn en el qual es mou la persona i les influències educatives són elements determinants per a l'evolució de la intel·ligència d'aquesta. Goddard i Terman són dos exemples de genetistes.

4. La classificació de les Malalties mentals a inicis del segle XX.

1. Com es va argumentar la necessitat de l'internament en psiquiàtrics dels malalts mentals?

Tant la teoria de la "degenerescència mental" com la de "l'atavisme criminal" eren formes de determinisme biològic que vinculaven la malaltia mental a l'herència biològica. Un malalt mental era, llavors, un "pervers instintiu", per això la societat tenia el dret i fins i tot l'obligació de defensar-se'n i de defensar-lo a través de l'internament en psiquiàtrics. Es tractava de guardar uns malalts, pensant en criteri quasi d'ordre públic, d'higiene i de policia, i no pas de curar-los.

2. Quines van ser les primeres malalties que va classificar un dels pioners de la psiquiatria, Emil Krapelin (1856-1926).

3. Quines diferències podem trobar entre Eugen Bleuer i Krapelin?

Emil Krapelin Eugen Bleuer

Krapelin . Estandarditza uns quadres clínics poc clars que fan possible un llenguatge comú de la psicologia i la psiquiatria.

Krapelin . (Què va fer?) Definí, principalment, la psicosi maniacodepressiva i la demència precoç.

Bleuer (Què va fer?) Proposà el terme "esquizofrènia" per agrupar una sèrie de psicosis caracteritzades per Ruptura de la unitat psíquica de la personalitat, perceptible mitjançant l'observació de moviments o expressions contraris al context intel·lectual o emocional que els envolta.

Bleuer: Menys determinista, creia que les esquizofrènies no eren malalties caracteritzades dèficits.

4. Hi veus "avantatge" en esterilitzar els discapacitats mentals?

Crec que en ple segle XXI és inconcebible que una persona defensi tal calamitat. Esterilitzar els discapacitats mentals, no tan sols és un signe de discriminació, sinó també una injustícia pròpia de mentalitats properes el nazisme. La pregunta que ens hauríem de formular és: són els discapacitats mentals una amenaça per la societat tan important que hem d'impedir la seva reproducció? O, per contra, el quid de la qüestió és que vivim en una societat on la imatge està sobrevalorada i on es tendeix a buscar la perfecció de la humanitat?

Personalment jo opto per la segona. Crec que vivim en un món ple de prejudicis, falta d'empatia i de concepte de justícia i ètica moral.

5. Et sona d'alguna cosa el nom "Colifata"? i Ràdio Nikòsia? Exposa el que sàpigues i/o que hagi esbrinat.

Abans de fer aquest treball havia sentit el nom de Radio Colifata en algun anunci de televisió que anunciava una beguda anomenada "aquarios". Sabia que es tractava d'una radio d'Argentina que tenia relació amb malalts mentals, però desconeixia, per exemple, que la LT22, és una radio feta, íntegrament, pels interns de l'hospital Psiquiàtric J.T.Borda de Buenos Aires i que es grava i s'emet des dels jardins de l'hospital.

És una ràdio que qüestiona el límit entre la bogeria i la raó. Una radio que trenca el mur que separa "cuernos de locos", com diuen ells. Es dona la paraula als qui l'han tinguda negada durant tant de temps, "los locos" que, a més a més, poden mostrar-nos totes les coses que els

"cuerdos" no som capaços de veure.

Deu el seu nom (al lunfardo colifato, "loco querible") i fou iniciada el setembre de 1991, per iniciativa del psiquiatra Alfredo Olivera. La intenció original del programa era facilitar als pacients, fortament medicalitzats i privats d'un espai o d'autonomia, les eines precises a fi de recuperar la iniciativa necessària per a la seva reinserció a la sortida de l'internament. Olivera buscava, també, reconstruir l'ús del llenguatge, la pèrdua del qual és un dels elements associats a las psicosis, i modificar la idea que els interns psiquiàtrics són gent perillosa.

Radio Nikòsia és un projecte radiofònic creat pels antropòlegs Martín Correa-Urquiza i Nella Gonzalo, amb el suport de l'Associació Joia de Barcelona. Està integrat per persones diagnosticades amb algun tipus de malaltia mental que pretenen posar de manifest els estigmes que pateixen els afectats i cercar les raons del patiment psíquic. Emet amb regularitat des de Ràdio Contrabanda i intervé, setmanalment, al programa La ventana, de la Cadena ser. Ha col·laborat amb diversos mitjans de comunicació, tant radiofònics com escrits, i els seus integrants han impartit conferències a universitats i congressos sobre salut mental. Les seves emissions més destacades han quedat recollides a El libro de Radio Nikosia (2004). En l'actualitat prepara una campanya de sensibilització social en relació a les malalties mentals amb l'Escola de Publicitat Complot. He esbrinat que a Mataró, la podem escoltar des de l'emissora 89.3

9. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990): l'Aprenentatge és el nucli de l'humà.

- 1. Per què es diu que Skinner radicalitzà el behaviorisme?**
- 2. És Skinner mentalista o antimentalista? Raona la resposta.**
- 3. Explica el model bàsic del condicionament operant.**
- 4. Qui és Edward ee Thorndike, quina influència exerceix en els estudis de Skinner?**
- 5. Quines crítiques fa Skinner al model educatiu de la seva època?**
- 6. Exposa les raons que presenta Skinner per desqualificar el càstig com a eina per assolir els objectius proposats.**
- 7. Per què entra en crisi la visió radical behaviorista, segons el text?**
- 8. A quina tendència o escola donà lloc la crisi del behaviorisme?**

17. De la psicologia social a la psicologia cognitiva: el concepte de Resiliència Emocional.

- 1. Defineix el concepte de "Resiliència".**
- 2. Explica els orígens de la teoria de la "resiliència".**
- 3. Descriu breument el procés de la resiliència.**
- 4. Quins són, a parer d'alguns autors, els factors que ajudarien a ser "resilient"?**
- 5. Què addueixen els crítics del concepte de "resiliència"?**

18. L'Antipsiquiatria: ¿... I si la bogeria no existís?

- 1. En quina visió de la psiquiatria es basaven els primers "antipsiquiatres"?**
- 2. Quina és la finalitat de les pràctiques psiquiàtriques, segons aquests crítics?**
- 3. Quines alternatives proposen a la psiquiatria tradicional?**
- 4. Segons el text, a què s'atribueix l'èxit parcial dels postulats de l'antipsiquiatria?**