

EXPLICACIÓ PSICOLÒGICA DEL COMPORTAMENT HUMÀ

1. CARACTERITZACIÓ DE LA PSICOLOGIA

1.1 Els orígens de la psicologia

La psicologia és una disciplina que, encara que té unes arrels molt antigues, especialment en la filosofia, comença a arrencar com a ciència en el segle XIX.

Habitualment es considera que les arrels de la psicologia són, d'una banda, la filosofia; d'altra banda, la fisiologia del segle XIX i, per últim, la metodologia científica pròpia de l'època contemporània.

En els seus orígens grecs, i **etimològicament**, *psicologia* [derivada del terme grec *psyché* = ment o ànima i *logos* = estudi o coneixement] és la ciència de l'ànima, l'estudi d'allò referit a l'ànima.

En cert sentit, es pot dir que el punt de partida de la psicologia és la concepció que té **Aristòtil** (s. IV-III a.C.) de la ment o de la *psyché*, entesa com a principi biològic del que depèn la vida psíquica dels humans.

Després dels grecs és amb **Descartes**, al segle XVII, quan, a més de preocupar-se per qüestions referides al funcionament de les nostres facultats cognitives, es formula la tesi de la interacció entre els fenòmens fisiològics i els processos mentals.

Els **empiristes britànics**, primer amb Hume (s. XVIII) al capdavant, però després també amb Hartley i Mill (s. XIX), van contribuir a la independització de la psicologia com a disciplina, en proposar estudis sobre la percepció (l'associacionisme), sense tenir present el caràcter "espiritual" de la ment.

Va ser finalment al **1879** quan **Wilhelm Wundt** va fundar el seu laboratori experimental de psicologia a Leipzig (Alemanya) i va dotar a la disciplina psicològica d'una experimentalitat que va fer que se'l consideri el fundador de la psicologia científica.

1.2. La definició de la psicologia

Definir què és la psicologia no és feina fàcil, ja que la diversitat de camps, d'enfocaments i d'interpretacions de les diferents escoles psicològiques, dificulten una definició unitària. Malgrat això, si intentéssim reduir al mínim comú el que entenem avui per psicologia, la podríem definir com **la ciència del comportament (o conducta** segons els conductistes) **i dels processos mentals**, ja siguin cognitius o emocionals (percepció, memòria, aprenentatge, motivació, emocions, llenguatge, intel·ligència i pensament). Convé no confondre els termes "comportament" i el terme "conducta". El "comportament" es refereix a les accions humanes que es veuen i a les vivències íntimes

(processos mentals) que les acompanyen. El terme "conducta" es refereix exclusivament a les accions humanes que es veuen, que es poden mesurar.

1.3. Algunes afirmacions errònies

Ara bé, molt sovint, al carrer hi ha una concepció vulgar de la psicologia que no es correspon amb la veritable naturalesa de la psicologia com a ciència. Algunes d'aquestes **concepcions errònies de la psicologia** són les següents:

- *La Psicologia seria la ciència que se centra en les ments o **conductes "anormals"**, en els trastorns mentals.* No és cert, tot i que hi ha una part de la psicologia que estudia les anomalies de la conducta i dels processos mentals (com ara la psicopatologia i la psicologia clínica), la psicologia estudia també les conductes normals.

- ***La psicologia i la psiquiatria** tenen el mateix objecte d'estudi, les mateixes tècniques de tractament i s'estudien a les mateixes facultats universitàries.* Fals, perquè es tracta de ciències diferenciades. La psiquiatria és una branca de la medicina especialitzada en les malalties mentals amb fonaments orgànics i que pot emprar farmacologia en els seus tractaments, a diferència de la psicologia clínica, que és només una de les branques de la psicologia, que no utilitza fàrmacs en els seus tractaments i no sempre treballa amb persones amb trastorns.

- ***La parapsicologia** (referent als fenòmens esotèrics) és una branca de la psicologia.* Fals, en realitat, poc tenen a veure amb la psicologia els mètodes utilitzats i les creences sostingudes per aquells que es dediquen a estudiar els fenòmens 'paranormals', ja que basen els seus arguments en la intuïció i l'observació anecdòtica; és a dir, en la subjectivitat, i no en l'objectivitat que persegueixen els estudis controlats que es fan mitjançant el mètode científic ni en l'aplicació de les tècniques que se'n deriven.

1.4. Alguns trets de la psicologia

- La psicologia és la disciplina que estudia la conducta i els processos cognitius i afectius com una **ciència natural i social**.

- La psicologia és una ciència **eclèctica** (treballa amb dades d'altres disciplines, com la biologia, la sociologia i l'antropologia) i té un caràcter **interdisciplinari** (les seves afirmacions s'interrelacionen amb altres esferes estudiades per altres ciències).

2. MODELS I ESCOLES PSICOLÒGIQUES

2.1. Les primeres escoles psicològiques

2.1.1. L'estructuralisme de Wilhelm Wundt

Es considera que el naixement de la psicologia com a disciplina científica es va produir gràcies a la fundació del laboratori experimental de **Wilhelm Wundt** (1832-1920) a Leipzig l'any 1879.

L'ús del mètode científic, amb la *introspecció* experimental controlada i la verificació de dades que va utilitzar Wundt, va ser el fet que va determinar que aquest sigui considerat el moment del naixement de la psicologia com a ciència. Wundt va centrar l'estudi de la psicologia experimental en l'estructura elemental de la consciència, especialment en aquells processos que feien referència al coneixement (sensació, percepció, imaginació) i a l'afectivitat (sentiments i emocions). Sobre aquests processos va formular les primeres lleis psicològiques de combinació d'elements bàsics en complexos.

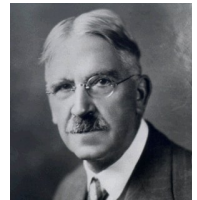


Un altre psicòleg estructuralista va ser **E.B. Titchener**, deixeble de Wundt i introductor de l'estructuralisme a Estats Units.

2.1.2. El funcionalisme nordamericà

El Funcionalisme és un corrent psicològic que sorgeix a Estats Units com a reacció davant l'excessiu teoricisme de l'estructuralisme i que reivindicà l'estudi de les funcions adaptatives i les característiques pràctiques, més que de les estructures, dels diferents processos mentals.

Es diu que el funcionalisme comença amb la publicació el 1896 de l'article *El concepte de l'arc reflex a la psicologia* de **John Dewey** (1859-1952). El que és innovador d'aquest document és el que fa referència al posicionament del funcionalisme respecte al dualisme cos-ment, en què s'afirma que tots dos són aspectes d'una mateixa realitat.



D'altra banda, el funcionalisme demana d'aquesta nova ciència que és la psicologia la implicació en la solució de problemes. Aquesta visió pràctica suposa una reacció en relació amb la psicologia teòrica de Wundt.

Des del mateix moment del naixement de la psicologia s'observen dues posicions ben diferenciades en funció de l'origen dels autors. Els europeus van tendir a voler ampliar els coneixements de caràcter científic, estaven centrats a descriure i explicar els processos relacionats amb els factors cognitius de l'ésser humà, mentre que els americans tenien una visió més funcional i pràctica de la psicologia, pensaven que havia

de servir per solucionar els problemes en el camp de l'educació, de les malalties mentals o de la indústria.

Per tant, “estructuralistes” i “funcionalistes” paren atenció en dos aspectes diferents. Els estructuralistes s'interessen per l'estructura elemental de la consciència. Els funcionalistes reivindiquen l'estudi de les funcions adaptatives i les característiques pràctiques, més que de les estructures, dels diferents processos mentals.

Altres autors funcionalistes són **W. James**, que va inspirar filosòficament aquest moviment, **J.R Angell**, que va ser qui va liderar-lo quan Dewey va enfocar-se a estudis més filosòfics, i **H.A. Carr**, qui va sistematitzar les seves propostes.

2.1.3. L'Escola alemanya de la Gestalt

Al 1912 es va fundar una nova escola psicològica. La psicologia de la Gestalt, que també és coneguda com a psicologia de la Forma. Aquest corrent, va néixer a Alemanya el 1912 de la mà de **Max Wertheimer** (1880-1943), i va ser desenvolupada per ell mateix i per **Kurt Kofka** (1886-1941) i **Wolfgang Köhler** (1887-1967). Aquesta escola va aparèixer davant la incapacitat de l'associacionisme britànic i l'estructuralisme de Wundt d'explicar, de forma completa i adequada, la complexitat de la percepció i el pensament. Les aportacions més importants d'aquests autors van ser en el camp de la percepció i de l'aprenentatge.

Pel que fa a l'**aprenentatge**, podem destacar els estudis de **Köhler** sobre la resolució de problemes amb ximpanzés. Köhler va descobrir el que va anomenar aprenentatge per *Einsicht* [*insight*, posteriorment, en anglès], és a dir, la resolució de problemes per reestructurament sobtat del camp perceptiu (combinació nova dels elements perceptius fins que troben una altra significació). Posteriorment estudiarem la seva aportació en el camp de l'aprenentatge.



Quant a la **percepció**, els autors de la Gestalt van centrar els seus estudis, en un primer moment, en l'anomenat moviment aparent o fenomen “phi”. El problema del moviment aparent no es podia explicar des de l'estructuralisme, segons el qual la percepció és un fenomen molecular compost d'elements perceptius atòmics (sensacions) agrupats. Els psicòlegs de la Gestalt defensaven que la nostra experiència perceptiva està formada per unes estructures globals (*gestalten*) o dades primàries que no es poden descompondre de forma natural en elements bàsics. Tan sols de forma artificial es pot fer. Dit en altres paraules, la nostra percepció no es fa sobre elements aïllats sinó sobre *gestalts*, formes, o camps perceptius.

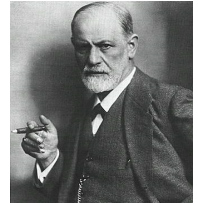
L'escola de la Gestalt va formular també les lleis que regeixen la percepció humana: llei del fons i la figura, de la bona forma, de pregnància, etc. Posteriorment estudiarem la seva aportació en el camp de la percepció.

2.2. Les teories clàssiques de la psicologia

2.2.1. La psicoanàlisi de Sigmund Freud

Sigmund Freud (1856-1939) és el creador de la psicoanàlisi, un dels sistemes psicològics que més ha influenciat la nostra cultura. La gran innovació d'aquest corrent va consistir a afirmar que la consciència per ella mateixa és insuficient per explicar la conducta humana, es necessita l'inconscient per fer-ho.

Fins a Freud la psicologia entenia la consciència com el focus regulador de la conducta humana. Freud va trencar, en aquest sentit, amb la tradició racionalista de Plató i altres filòsofs grecs, imperant fins al moment, segons la qual l'essència de la realitat humana és la racionalitat i el control racional de la conducta. Els primers estudis sobre casos d'histèria li van revelar a Freud, però, l'existència de zones del psiquisme humà que, essent notablement influents en la conducta, no eren accessibles a la consciència. Va ser, precisament, l'estudi del cas d'una noia histèrica de 21 anys, conegut com el cas Anna O, com Freud va descobrir que vivències inconscients, no accessibles sinó fora del camp de la consciència, podien ser la causa de trastorns psíquics.



Segons la concepció freudiana del psiquisme, aquest pot ser estudiat des de tres punts de vista diferents: *tòpic* (que estudia la seva estructuració en elements diferents), *dinàmic* (que estudia la conflictivitat del psiquisme i el seu desenvolupament per etapes) i *econòmic* (que estudia el psiquisme en termes de forces psíquiques en conflicte).

2.2.1.1 Tòpica dels psiquisme humà

En un primer moment (**Primera Tòpica**), Freud va classificar la vida psíquica en *inconscient*, *preconscient* i *conscient*, tres qualitats o sistemes dotats de característiques diferents.

- ***l'inconscient***: és la realitat psíquica fonamental i està constituït per les zones de la ment integrades per les pulsions instintives originàries (reprimides i censurades per les normes culturals i socials) que no són accessibles a la consciència, sinó només a través de determinats mètodes: la hipnosi, l'associació lliure de paraules i idees, la interpretació dels somnis i les fantasies, els actes fallits i els lapsus, l'acudit
- ***el preconscient***: continguts no conscients, però que poden emergir a la consciència. Ve a ser un "magatzem" d'informació en la memòria.
- ***el conscient***: continguts mentals dels quals tenim consciència.

A partir de 1920 Freud formulà la seva **Segona Tòpica**, més ambiciosa en la seva explicació dels psiquisme. Segons aquesta segona tòpica el psiquisme humà està regit per tres instàncies:

- ***l'allò [id]***: és la capa més primitiva i profunda de l'inconscient personal. És la primera instància en la formació i desenvolupament de l'individu. Quan l'ésser humà neix és un feix de forces, d'energia instintiva i de pulsions. L'allò és la seu dels nostres instints primaris inconscients. L'allò es regeix per l'anomenat ***principi del***

plaer, consistent en la recerca del plaer i l'evitació del dolor o desplaer, així com la recerca de la satisfacció dels impulsos instintius de supervivència, reproducció i agressió. En aquest sentit, pot dir-se que l'*allò* no atén als dictats de la lògica ni als requeriments de la moral: és al·lògic i amoral.

- **el jo [ego]**: és la segona instància de la personalitat en el desenvolupament de l'individu. És la part racional de la personalitat. El *jo* neix de la necessitat del subjecte d'adaptar-se al món exterior. El *jo* es relaciona amb el món extern a través de la percepció. A diferència de l'*allò* que es regeix pel principi del plaer, el *jo* es regeix pel **principi de la realitat**, que consisteix en l'adaptació del subjecte al món exterior i l'assumpció de les conseqüències de les nostres accions. Pel principi de la realitat les satisfaccions que demanda l'*allò* s'efectuen mitjançant rodeigs o s'ajornen a causa de les condicions imposades pel món extern. El *jo* està format pels elements conscients (percepció i processos intel·lectuals) i inconscients (mecanismes de defensa). Quan el *jo* no pot compatibilitzar les pulsions de l'*allò* amb les demandes de la realitat externa, fracassa i es pot produir una malaltia mental, com ara la neurosi o la psicosi.

- **el superjò [superego]**: és la capa més recent de la personalitat; es forma en últim lloc, per diferenciació a partir del *jo*, segons un procés d'interiorització de les forces repressives i de les censures sofertes en el curs de l'educació. Així, el *superjò* representa les pautes ideals de conducta i les prohibicions que regulen la realització de les pulsions pròpies de l'*allò*. Aquestes pautes són producte del conjunt de forces familiars i socials. És el dipositari de les normes morals, que, en opinió de Freud, no són sinó la interiorització de les normes imposades per la família i el mitjà social en el qual es viu. El *superjò* actua com a censor del *jo*, "castigant-lo" amb l'angoixa que genera el sentiment de culpa per la desaprovació de les transgressions de les seves normes interioritzades.

2.2.1.2. Les forces que mouen el psiquisme (econòmica del psiquisme humà)

Freud va denominar **pulsions** o impulsos instintius les forces i els motius que mouen el psiquisme humà. Com ja sabem, Freud va mantenir que, en gran mesura, les forces que ens mouen són inconscients. Freud postula dos grans poders pulsionals, la interacció i antagonisme dels quals permeten explicar els fenòmens psíquics en tota la seva varietat:

- a) **Eros o pulsions de vida**: tendeixen a constituir i mantenir unificacions cada vegada més àmplies i riques. Engloben dos tipus de pulsions, les d'autoconservació o de subsistència i les pulsions sexuals.
- b) **Tanatos o pulsions de mort**: oposades a les pulsions de vida, tendeixen a desunir i a conduir un ésser viu fins al seu anterior estat inorgànic, reduint tota tensió a zero. Aquestes pulsions focalitzades primàriament cap al propi subjecte tendeixen a l'autodestrucció, i focalitzades secundàriament cap a l'exterior, es manifesten com a impulsos d'agressió més o menys destructors i mortals. Sota aquestes pulsions es pot explicar el fenomen del sadomasoquisme, estudiat profusament per Freud.

Certes malalties mentals, com les neurosis i les psicosis, serien el resultat de l'excessiva repressió de les pulsions o la seva no adequada canalització cap a activitats socialment acceptades. Les energies pulsionals poden, segons Freud, ser canalitzades, però no poden ser totalment reprimides.

2.2.1.3. Les etapes de la sexualitat segons Freud

Freud afirma que la sexualitat està present, i de forma important, al llarg de tota la vida de l'individu i que és un element vertebrador de l'evolució de la personalitat. De fet, Freud va descriure la gènesi i el desenvolupament de la personalitat de tot individu aprofitant-se d'un altre descobriment fonamental: l'existència de diverses *zones erògenes*. Hi ha, a més de la genital, moltes altres parts del cos susceptibles de provocar sensacions plaents. Abans de centrar-se en la genitalitat, la sexualitat se satisfà en altres zones diferents.

L'exposició del desenvolupament de la sexualitat experimenta les següents fases, segons Freud:

- **Fase pregenital:** Es desenvolupa entre el naixement de l'individu i els cinc o sis anys, aproximadament. En ella les zones erògenes en les quals es dóna la sexualitat encara no estan relacionades amb la genitalitat procreadora. Passa per les següents etapes:
 - **Període de latència:** es desenvolupa entre els sis anys i la pubertat, coincidint amb la maduració de l'organisme. En ell s'observa una disminució de les pulsions sexuals. És un període de socialització i d'interiorització de les normes i prohibicions socials i morals. Les pulsions es descarreguen per altres vies, com ara les motius, intel·lectuals o artístiques.
 - **Fase genital:** aquesta etapa, en la qual la sexualitat se centrarà primordialment en la genitalitat, s'inicia cap als onze-dotze anys. L'adolescent experimenta importants canvis fisiològics i comença el pas de la vida regida pel principi del plaer a la conducta regida pel principi de realitat. Es tracta d'una fase en què es desenvolupa, posteriorment, la sexualitat adulta, en què els genitals passen a ser la principal font de plaer sexual.

D'altres autors importants de l'escola psicoanalista són Karl **Jung**, Alfred **Adler**, Melanie **Klein**, Jacques **Lacan** o Erik **Erikson**.

2.2.2. El conductisme

Anomenem **conductisme**, en general, a l'enfocament de la psicologia segons el qual la psicologia és una ciència empírica que ha de centrar-se en l'estudi de la *conducta* observable empíricament, és a dir, per l'experiència, més que no pas en l'estudi d'una entitat tan intangible com *la ment*, objecte d'estudi propi de les escoles estructuralistes i psicoanalítiques. Pels conductistes, hauríem de tractar *la ment* com una capsula negra d'un avió, és a dir, no tenir present el que passa dintre sinó només l'entramat d'estímuls ambientals i de les respostes conductuals. El que passi dintre de *la ment* és irrellevant per als conductistes.

El conductisme **en sentit ampli** és un corrent psicològic integrat per diferents escoles:

- la *reflexologia russa* d'Ivan Pavlov (o teoria del condicionament reflex).
- el *connexionisme estímul resposta* de Thorndike i la seva llei de l'efecte.
- el *conductisme clàssic* de J.B. Watson (o teoria del condicionament clàssic).
- el *neoconductisme* de F.B. Skinner (o teoria del condicionament operant).

En **sentit estricte**, però, s'entén que Pavlov i Thorndike són només els seus precursors i que el conductisme estricte està representat només per Watson i Skinner.

Sigui com sigui, el conductisme va néixer gràcies a les troballes de Pavlov i la reflexologia russa a la primera dècada del segle XX. En un primer moment, als anys 30 del segle XX, va sorgir el conductisme, pròpiament dit, de Watson (també anomenat *teoria del condicionament clàssic*), i, més endavant, va sorgir el neoconductisme d'Skinner (també anomenat *teoria del condicionament operant*).

El conductisme és un dels corrents psicològics de més influència en la psicologia moderna. Sorgeix com una reacció a les interpretacions mentalistes i introspeccionistes de la psicologia, pròpies dels corrents psicològics anteriors. **Watson**, el seu màxim representant, pensava que la psicologia havia posat un èmfasi excessiu en les forces internes com el pensament, els sentiments o la voluntat, tots ells elements subjectius i no estrictament observables i mesurables objectivament. En la seva opinió, la psicologia s'havia de limitar a observar empíricament la conducta i a mesurar estadísticament fets o successos objectius, com poden ser els estímuls ambientals i les respostes conductuals. En paraules del propi Watson:

«La psicologia és una branca purament objectiva i experimental de la ciència natural. La seva fita teòrica és la predicció i el control de la conducta [...]. En els seus esforços per obtenir un esquema unitari de la resposta animal, el conductista no reconeix cap línia divisòria entre l'home i la "bèstia" [...]. Sembla haver arribat el moment en què la psicologia descarti tota referència a la consciència, en què no necessiti ja enganyar-se a creure que el seu objecte d'observació són els estats mentals» (*La psicologia tal com la veu un conductista*).

Podem sintetitzar la seva visió de la psicologia en els següents punts:

- El mètode de la psicologia ha de deixar de ser introspectiu subjectiu i passar a ser científic, observacional, objectiu i experimental.
- La psicologia és una part de la ciència natural i el seu objecte d'estudi és la conducta. La consciència o la vida psíquica, encara que admetem la seva existència, no ha de ser mencionada, perquè no és objecte d'estudi observacional empíric.
- La conducta es compon d'elements de resposta (com secrecions glandulars o moviments musculars) reductibles o processos fisicoquímics, per tant, ha de ser analitzada pels mètodes objectius de les ciències naturals.
- En la conducta hi ha un determinisme causa-efecte, estímul-resposta. Tota resposta es deu a un estímul i tot estímul va seguit d'una resposta. D'aquesta forma, es pot dir que la psicologia aspira a poder predir científicament la conducta.
- Els processos de la consciència o mentals, si existeixen, no poden estudiar-se científicament per no ser observable ni mesurables experimentalment.

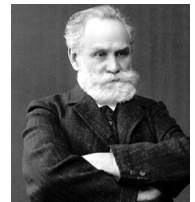
Els primers experiments del conductisme es basaven en la investigació de la

conducta animal, però, en l'ampliació dels seus estudis es van adonar que aquesta conducta era extensible a la conducta humana.

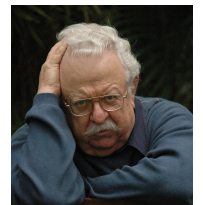
De fet, l'objectiu últim de l'experimentació animal de Skinner va ser la predicció de la conducta humana. Tots els coneixements que havia obtingut, en aquest sentit, els va projectar sobre l'ésser humà. Skinner estava convençut que era possible aplicar les seves teories per a construir una societat millor. Per difondre aquesta idea va escriure la novel·la *Walden 2*, on descrivia una comunitat utòpica que assolía un alt nivell de desenvolupament social i personal gràcies a l'aplicació dels principis del condicionament operant.

Encara que a l'apartat dedicat a l'aprenentatge podreu observar un desenvolupament més extens de les teories de Pavlov, Thorndike, Watson i Skinner, algunes de les seves aportacions principals són les següents:

- **Pavlov:** en els seus experiments amb gossos, Ivan Pavlov va descobrir el que s'anomena condicionament reflex, pel qual es pot aconseguir que un gos segregui saliva quan sona una campaneta si associem amb determinada freqüència aquest fet a un altre de presentació de carn per menjar.



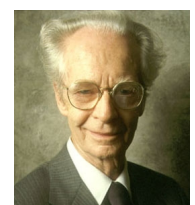
- **Thorndike:** amb la seva experimentació amb gats, va formular la seva famosa "lleï de l'efecte", segons la qual les respostes o conductes que originen resultats satisfactoris tendeixen a reforçar-se i a fer-se més probables (repetir-se), mentre que aquelles que produeixen resultats desagradables tendeixen a debilitar-se o fer-se menys probables (desaparèixer).



- **Watson:** és, sense dubte, el més gran representant del conductisme clàssic. Ell va fer el pas de passar de l'experimentació conductual animal a l'experimentació conductual humana. Va demostrar que si coneixem les lleis del condicionament clàssic i associem determinats estímuls neutres a altres d'instintius, podem aconseguir modelar la conducta de les persones o "ensinistra-les" d'acord als nostres objectius.



- **Skinner:** com a màxim representant del neoconductisme o teoria del condicionament operant, va descobrir en els seus experiments amb rates i coloms, que les accions que obtenien recompensa tendien a reforçar-se, de forma que aplicant correctament els reforços (positius o negatius), podíem modular la conducta dels individus fins al punt de poder elaborar una tecnologia de la conducta.



2.2.3. La psicologia humanista de Rogers i Maslow

La psicologia humanista no es considera estrictament una escola psicològica, sinó més aviat un enfocament; no pretén esdevenir una branca de la psicologia, sinó

simplement complementar-la en temes i mètodes omesos per la psicologia tradicional i d'aspiracions científiques feta fins al moment.

De fet, aquest moviment va sorgir a la dècada dels cinquanta del segle XX com a conseqüència de la insatisfacció que produïa la psicologia científica del moment, especialment el conductisme i la psicoanàlisi, ja que els psicòlegs humanistes consideraven que la psicologia havia creat una imatge parcial i, per tant, incompleta de la persona, amb la qual cosa aquesta disciplina no només no havia contribuït a entendre la persona, sinó que l'havia deshumanitzat, reduint-la a mecanismes d'estímul i resposta o considerant-la un pou de conflictes inconscients. La seva reivindicació, doncs, és una **humanització** de la psicologia.

La ideologia d'aquest moviment té les seves arrels en la filosofia existencialista, d'autors com J. P. Sartre, K. Jaspers o M. Heidegger, que consideren cada persona com un ésser únic al món.

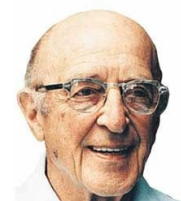
Alguns dels principis fonamentals comuns als psicòlegs humanistes són els següents:

- Cada persona és única; per tant, es rebutja l'intent d'explicar les persones per mitjà de lleis generals, o la reducció del seu estudi a elements químics o neurofisiològics.
- Cada persona és autònoma, responsable de les seves decisions i decideix el seu desenvolupament personal.
- Com que els aspectes cognitius, afectius i conductuals estan interrelacionats, cal que la psicologia estudiï els individus des d'una òptica integral i global.
- Aspectes com el sentit de l'existència o la recerca dels valors, malgrat ser obviats per l'escoles psicològiques tradicionals, són de primera importància en psicologia.
- Els principals temes tractats per la psicologia humanista són les relacions interpersonals, la responsabilitat associada a la llibertat, el desenvolupament autorealitzador de la personalitat, etc.

Els autors més importants de la psicologia humanista són Carl Rogers i Abraham Maslow.

Carl Rogers i la seva teoria del si-mateix [self].

Carl Rogers (1902-1987) va anomenar la seva teoria de la personalitat la *teoria del si mateix*. Segons Rogers, qualsevol persona que se sotmeti a teràpia per tal de canviar o millorar ha de modificar l'estructura del *si-mateix*, és a dir, del factor organitzador del seu psiquisme, perquè el canvi sigui possible.



Rogers entén el *si-mateix* com una estructura formada per totes les experiències que la persona pot atribuir al seu organisme o als resultats de la seva conducta. Així, doncs, el *si-mateix* és una representació d'un mateix. Segons Rogers el *si-mateix* és una estructura que regula la conducta, perquè acaba per no produir les conductes que van en contra d'aquesta autorepresentació, tot i que no nega la possibilitat que la persona pugui

produir conductes incoherents amb el *si-mateix* per la influència de l'inconscient. Per a Rogers, un *si-mateix* fluid i tolerant és signe de salut mental.

En tot cas, per a Rogers, els humans busquem l'autorealització i l'autosuperació, però per a això és important que pugui escollir els camins de la seva trajectòria.

A l'apartat destinat a estudiar la personalitat es desenvoluparà més la seva teoria.

Abraham Maslow i l'ésser humà autorealitzat

Segons Abraham Maslow (1916-1970) l'ésser humà està motivat a la seva conducta per necessitats que es poder ordenar jeràrquicament: primer estan les necessitats fisiològiques (gana i set), una vegada resoltes aquestes, se'ns presenten les necessitats de seguretat, i, posteriorment, les de pertinença i amor, i les d'estima o valoració (pròpia i dels altres). Al cim de la jerarquia es troba la necessitat d'autorealització, que només es fa notar quan les altres estan resoltes.



Maslow presenta les característiques de la persona autorealitzada. Les més importants són: acceptació pròpia i dels altres, espontaneïtat, necessitat d'intimitat, autonomia, interès social, sentit de l'humor, comportaments democràtics. I, per sobre de tot, l'amor autèntic i incondicional.

A l'apartat destinat a estudiar la motivació i la personalitat es desenvoluparan més les seves teories.

2.2.4 Cognitivisme o psicologia cognitiva

El cognitivisme o, amb una expressió més general, la Psicologia cognitiva, és un corrent que va sorgir a la dècada dels anys cinquanta del segle XX com a reacció contra les limitacions del conductisme. Segons els autors cognitivistes, l'enfocament del conductisme, que volia prescindir en sentit absolut dels elements mentals i tenir present exclusivament la conducta observable, resulta inadequat per a comprendre la major part dels processos psíquics, com ara la percepció, l'atenció, la memòria, el pensament, l'aprenentatge o el llenguatge, que requereixen tenir en compte estructures cognoscitives internes de la ment i que no són estrictament observables externament.

Per al cognitivisme, a més dels estímuls ambientals i les respostes conductuals dels individus, hem de tenir també en compte unes estructures (**esquemes cognitius**) que transformen complexament la informació que arriba a la ment, obtenint d'aquesta manera una resposta o una resultant interior. És a dir, entre estímul i resposta hi ha, a diferència del que pensaven els conductistes, que només es fixaven en fets observables i obviaven la ment, un entramat mental que processa la informació i la transforma fins a produir una resposta, en la qual hi ha un component creatiu o de construcció mental. Aquest corrent, doncs, centra el seu interès en l'estudi d'aquests processos mentals.

El cognitivisme va aportar una metàfora que va tenir molt èxit en la seva divulgació: la **metàfora de la ment com a ordinador**. Arran de l'aparició dels primers computadors electrònics, els cognitivistes van afirmar que la ment humana funciona amb uns mecanismes similars als d'un ordinador. De la mateixa manera que l'ordinador

disposa d'un *hardware* com a suport físic, la ment humana disposa també un suport físic (el cervell i els circuits neuronals). El *software* o els programes de funcionament d'un ordinador s'assimila en aquesta metàfora a les estructures, esquemes o constructes mentals amb els quals processem i organitzem la informació. Els experts en *hardware* serien els neurofisiòlegs i els psicòlegs cognitius els que estudiarien el funcionament del *software* o l'estructura dels sistema de pensament i les operacions bàsiques de la ment. D'aquesta manera, els estímuls externs o *inputs*, serien processats internament pel *software* abans de produir *outputs* o conductes.

Fins i tot s'arribarà a diferenciar, com en els ordinadors, entre una memòria a curt termini (similar a la memòria RAM d'un ordinador) i una memòria a llarg termini (similar a la memòria del disc dur d'un ordinador).

Encara que es tracta només d'una metàfora il·lustrativa (mai no van afirmar que la ment sigui un ordinador), la psicologia cognitiva es va apropar a la cibernètica o ciència de la intel·ligència artificial en els seus estudis.

Al cognitivisme li interessen especialment els elements mentals i cognitius: l'atenció, la percepció, la memòria, el llenguatge o el pensament. I per a explicar-los acudeix a múltiples enfocaments, un d'ells el de *processament de la informació* i com les representacions mentals guien els actes (interns o externs) del subjecte, però també com es construeixen mentalment (*constructivisme*) en el subjecte. El cognitivisme parteix de la suposició que l'ésser humà és un sistema autoregulat capaç de buscar, organitzar, reorganitzar, transformar i emprar creativament la informació amb diferents fins. Insisteix en el desenvolupament de la potencialitat cognitiva del subjecte perquè aquest es converteixi en un aprenent estratègic que sàpiga aprendre i solucionar problemes; que el que aprèn ho faci significativament (*aprenentatge significatiu*), és a dir, incorporant-lo al seu **esquema mental**.

Aquest enfocament de la psicologia que s'anomena cognitivisme o psicologia cognitiva està integrat per nombrosos autors de tendències diferents. Es podrien assenyalar alguns dels més importants:

- G. Miller, E. Galanter i, especialment, Karl Pribram van ser els primers a plantejar l'enfocament cognitivista en el processament de la informació, amb la seva obra conjunta *Plans i estructura de la conducta* (1960).

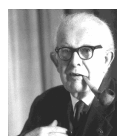
- Ulric Neisser va fer la primera síntesi d'aquesta escola a la seva obra *Psicologia cognitiva* (1967).

- Jerome Bruner va fundar en 1960 el Centre d'Estudis Cognitius a la Universitat de Harvard i va començar a aplicar el cognitivisme a l'aprenentatge.

- Noam Chomsky va tenir una importància decisiva en fer un enfocament cognitivista, molt oposat al conductista, en les seves investigacions sobre el llenguatge. A l'apartat dedicat al llenguatge estudiarem les seves contribucions.



- Jean Piaget: les seves investigacions sobre el desenvolupament de les estructures del pensament i la intel·ligència des del punt de vista cognitiu, són un referent actual en aquesta matèria. Estudiarem les seves aportacions en els apartats dedicats a intel·ligència i personalitat.



En la mesura en que el cognitivisme es va aplicar al camp de l'aprenentatge, la psicologia cognitiva ha vingut a anomenar-se **Constructivisme**. El Constructivisme s'oposa a les explicacions neutralistes i objectivistes del coneixement i l'aprenentatge. Segons el constructivisme, l'aprenentatge, el coneixement i, en general, les respostes humanes, no són, com pensava el conductisme i l'objectivisme, respostes directes, sinó que estan mediatitzades pels "constructes" (càrrega de creences culturals, per exemple) que davant dels mateixos estímuls poden arribar a generar coneixements, aprenentatges o respostes diferents.

Alguns dels autors més representatius del constructivisme són:

- Jerome **Bruner** va fundar en 1960 el Centre d'Estudis Cognitius a la Universitat de Harvard i va començar a aplicar el cognitivisme a l'aprenentatge, iniciant així la psicologia anomenada Constructivisme. Una de les seves principals aportacions és la teoria de ***l'aprenentatge per descobriment***, segons la qual l'alumnat és l'eix fonamental de l'aprenentatge.



- David **Ausubel**: autor constructivista que va contribuir de forma notable en la investigació sobre l'aprenentatge, introduint el renovador concepte ***d'aprenentatge significatiu***, que estudiarem a l'apartat sobre aprenentatge.



- Lev **Vygotski**: autor constructivista que va contribuir de forma important al camp de la psicopedagogia. Vygotski entén l'aprenentatge d'una manera activa, com a un resultat de la interacció social i el medi cultural. D'aquesta manera l'aprenentatge seria una *construcció* sobre el que ja es coneix a partir de les influències socials i culturals amb què s'interacciona. Vygotski va crear la teoria de les ***Zones de Desenvolupament Proper (ZDP)***, segons la qual l'acció educativa ha de donar-se tenint present el nivell de desenvolupament efectiu de l'alumnat (allò que pot fer per si mateix) i el nivell de desenvolupament potencial (allò que pel seu grau de maduració pot arribar a assolir amb l'ajut de la persona educadora). Les teories de Vygotski estan a la base dels actuals sistemes educatius.



Taula resum de les diferents escoles psicològiques

ESCOLES	REPRESENTANTS	TEMES	APORTACIONS
Estructuralisme	Wundt Titchener	Sensació i percepció	- Introspecció experimental - Anàlisi de la percepció
Funcionalisme	Dewey James Angell Carr	- Emocions - Tots els processos mentals en general	Funció adaptativa al medi dels diferents processos mentals
Escola de la Gestalt	Wertheimer Koffka Köhler	- Sensació i percepció - Aprenentatge - Pensament	- Lleis de la percepció - Aprenentatge per insight
Psicoanàlisi	Freud Jung Adler Klein Lacan Erikson	- Personalitat - Motivació - Afectivitat	- Inconscient - Neurosi - Sexualitat infantil
Conductisme	Pavlov Thorndike Watson Skinner Bandura	- Conducta observable - Aprenentatge - Llenguatge	- Condicionament clàssic - Condicionament operant
Psicologia humanista	Rogers Maslow	- Ésser humà - Personalitat - Motivació	- Teoria del <i>si-mateix</i> - Piràmide de necessitats - Autorealització
Cognitivisme i Constructivisme	Pribram Neisser Miller Chomsky Piaget Bruner Ausubel Vigotsky	- Estructures mentals - Processos cognitius - Personalitat - Aprenentatge - Intel·ligència	- Metàfora de l'ordinador - Etapes de l'evolució - Aprenentatge significatiu - Zones de desenvolupament proper

3. CAMPS D'APLICACIÓ DE LA PSICOLOGIA

Quan es parla dels camps o els àmbits de la psicologia, s'ha de fer una primera distinció entre psicologia bàsica i psicologia aplicada:

- la **psicologia bàsica** s'ocupa del descobriment de les lleis que regulen les propietats psicològiques dels organismes (la percepció, la memòria, el pensament, el llenguatge, l'aprenentatge, la motivació, les emocions, etc.).
- la **psicologia aplicada** s'encarrega de desenvolupar les tècniques que permeten utilitzar aquests principis amb finalitats pràctiques, ja sigui per millorar trastorns mentals, el rendiment acadèmic, el funcionament d'una organització o qualsevol altra situació en la qual intervinguin aquelles propietats psicològiques.

3.1. Branques de la psicologia bàsica

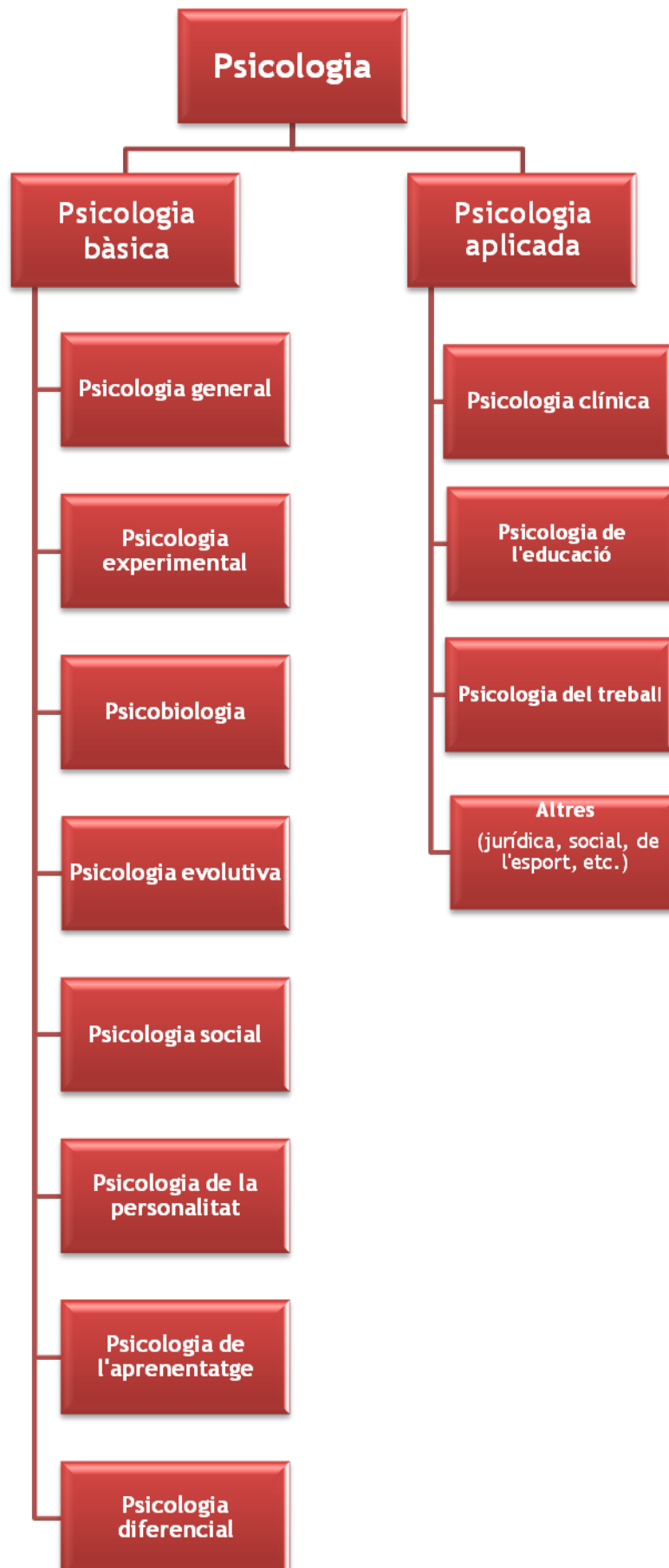
- **Psicologia general:** investiga la naturalesa i els fonaments dels processos psicològics bàsics (la percepció, la memòria, el pensament, el llenguatge, l'aprenentatge, la motivació, les emocions, etc.).
- **Psicologia experimental:** estudia els processos psicològics per mitjà de dissenys experimentals de laboratori.
- **Psicobiologia:** estudia les bases biològiques del comportament.
- **Psicologia evolutiva:** s'ocupa dels canvis que es produeixen durant el desenvolupament psíquic i vital dels humans des del període prenatal fins a la vellesa.
- **Psicologia social:** estudia la influència d'un grup sobre l'individu.
- **Psicologia de la personalitat:** investiga quines són les característiques que defineixen una persona.
- **Psicologia de l'aprenentatge:** estudia els processos que influeixen en l'aprenentatge.
- **Psicologia diferencial:** investiga les diferències individuals que presenten els individus.

3.2. Branques de la psicologia aplicada

- **Psicologia clínica i de la salut:** la pràctica clínica de la psicologia consisteix a aplicar els principis psicològics al diagnòstic, el tractament i la prevenció dels trastorns mentals.
- **Psicologia de l'educació:** en l'aprenentatge escolar i en l'acció educativa en general intervenen diversos factors psicològics, l'estudi dels quals es beneficia de la intervenció de la psicologia. L'objectiu del psicòleg educatiu és, per tant, l'optimització dels processos d'ensenyament/aprenentatge mitjançant l'aplicació dels principis psicològics a les mateixes institucions educatives.
- **Psicologia del treball i les organitzacions:** la psicologia del treball és una

branca psicològica d'investigació i intervenció, que té per objecte l'aplicació de les lleis que regulen els processos psicològics a les indústries i als entorns i organitzacions laborals. Els psicòlegs del treball estudien el conjunt de factors individuals, socials i estructurals que influeixen en les conductes laborals.

- D'altres àmbits d'actuació de la psicologia aplicada són:
 - Psicologia Jurídica
 - Psicologia Social i Comunitària
 - Psicologia de l'Esport
 - Psicologia i Seguretat Viària
 - Psicologia i Drogues

Branques de la psicologia

4. MÈTODES DE TREBALL DE LA PSICOLOGIA

D'ençà que es va independitzar de les especulacions filosòfiques, la psicologia vol entendre's a si mateixa com una ciència i, com a tal, utilitza certs mètodes en les seves investigacions (l'observació, la correlació i l'experimentació), per poder obtenir dades que permetin elaborar teories sobre els processos mentals i la conducta que puguin garantir la seva científicitat.

Abans de tot, però, cal ressenyar bàsicament quin són els elements metodològics que fan que una disciplina pugui considerar-se científica.

4.1. L'actitud científica i el mètode científic

A llarg de l'evolució del coneixement en la nostra cultura certes disciplines han arribat a un grau de desenvolupament metodològic que les diferencia de les afirmacions pròpies del sentit comú i l'experiència vulgar o de les meres especulacions, que sovint ens porten a conclusions enganyoses (com ara que el Sol gira al voltant de la Terra).

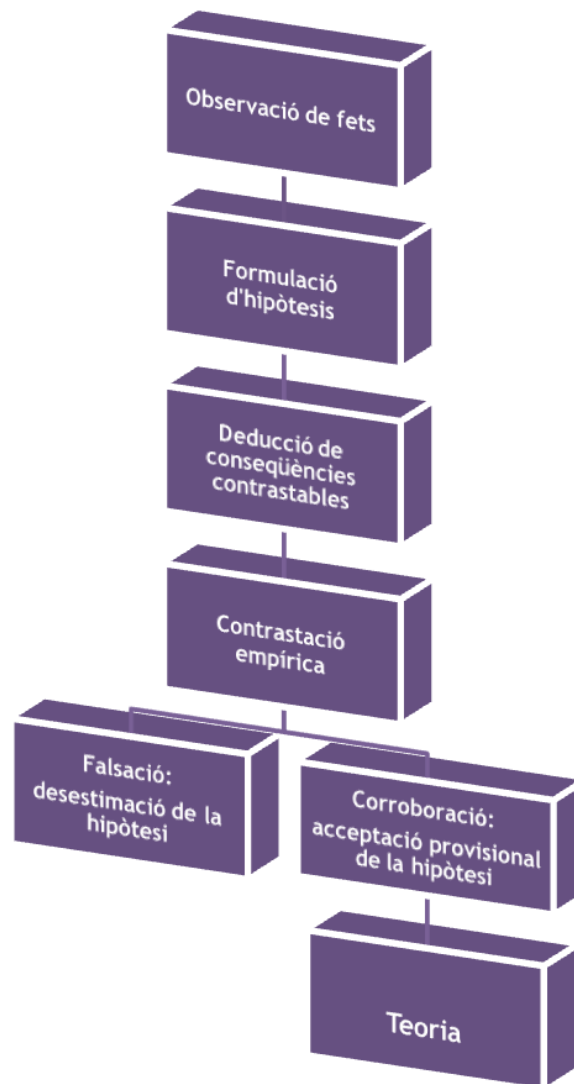
Va ser Karl Popper, l'epistemòleg (estudiós de la validesa i el procés de formació del coneixement científic) potser més emblemàtic del segle XX, qui va deixar clar que el coneixement científic no funciona d'una manera estrictament acumulativa per mera observació ingènua dels fets, sinó que el seu funcionament és una mica més complex i que passa per certes fases.

Els principals passos de la investigació científica acostuma a ser els següents:

- **observació** de certs fenòmens que no acaben d'encaixar amb les creences o coneixement previs que es tenen.
- **formulació d'hipòtesis** explicatives (explicacions teòriques provisionals) que ens permetin explicar aquests fenòmens i encaixar-los en el nostre corpus de coneixements previs. Aquestes hipòtesis o formulacions teòriques, si volen adquirir l'estatus de teories, han de poder ser contrastades per l'experiència. Per a contrastar-les cal, primer, fer una:
 - **deducció de conseqüències empíricament corroborables** (prediccions que s'haurien de complir si la hipòtesi és vàlida) que ens permetin sotmetre aquesta hipòtesi a un:
 - **procés de contrastació empírica** (comparació amb l'experiència del que prediu la hipòtesi). Una vegada feta la contrastació empírica, el resultat pot ser negatiu (els fets neguen les prediccions) i llavors la hipòtesi queda refutada o **falsada**, o bé pot ser positiu, és a dir, l'experiència confirma la predicció que es derivava de la hipòtesi. En aquest cas la hipòtesi es considera provisionalment **corroborada** i passa a ser tractada com a una:
 - **teoria** acceptada. Popper va insistir en el fet que una teoria que hagi passat tot aquest procés no pot ser entesa com a definitivament vàlida, doncs noves observacions i experimentacions poden obligar-nos a modificar-la.

L'actitud científica, doncs, està més en la disposició a sotmetre a proves constants les nostres teories i a estar disposats a modificar les nostres afirmacions amb els progressius avenços, que no pas a conformar-nos amb certes afirmacions que en els seu

dia van ser exitoses.



Esquematització de les fases del mètode científic segons Popper

4.2. Els mètodes de la psicologia

Com que la psicologia es focalitza sobre diferents àmbits, utilitza també, depenent de l'objecte a conèixer, mètodes diferents. De vegades, es tracta d'observacions descriptives rigoroses; d'altres, d'estudis sobre correlacions entre fets i, d'altres, quan és possible, d'experiments controlats que puguin aportar llum sobre determinats problemes.

4.2.1. El mètode descriptiu

En molts aspectes, la descripció objectiva i sistemàtica de fets i fenòmens és el mètode emprat pels psicòlegs per descriure les conductes. En aquest sentit, l'observació ha de tenir en compte certes mesures:

- **latència**: temps transcorregut entre un estímul i l'aparició de la resposta o conducta.
- **frequència**: nombre de vegades que apareix una conducta.
- **durada**: temps de manifestació d'una conducta.
- **intensitat**: força amb què ocorre la conducta.

4.2.2. El mètode correlacional

De vegades, però, l'observació natural, que és vàlida per l'estudi de conductes aïllades, pot no ser el mètode adequat per estudiar fets lligats entre si. Quan les observacions revelen que dos trets o dues conductes s'acompanyen l'una a l'altra diem que ambdues es *correlacionen*.

Una correlació pot ser positiva, si descriu una relació directa (si dos fets augmenten o disminueixen directament, per exemple, la temperatura i el consum de gelats), o negativa, si descriu una relació inversa (si l'augment d'un fet va lligat a la disminució d'un altre; per exemple, l'autoestima i la depressió).

Tot i que és un mètode d'investigació molt fructífer, cal ser molt cautelosos amb l'apreciació de certes correlacions que poden ser il·lusòries (fruit dels nostres prejudicis o de la pura casualitat dels fets escollits) i amb la deducció d'inferències incorrectes de causa i efecte.

Al segle XIX es va produir un cas paradigmàtic d'atribució correlacional inadequada, en aquest cas entre la intel·ligència i la capacitat cranial. Samuel Morton va mesurar amb "rigor" la capacitat cranial de molts individus i va "trobar" una correlació entre la seva capacitat cranial i la seva intel·ligència: a més gran capacitat cranial (pròpia dels barons i de certes "races" com la blanca), més alt grau de desenvolupament intel·lectual. Posteriorment, aquesta suposada teoria va quedar absolutament falsada, quan es va descobrir que aquesta correlació no es dona, ni de lluny, en la realitat. Stephen Jay-Gold va demostrar que Morton va arribar fins i tot a modificar dades per a que aquesta "correlació" justificu els seus prejudicis (menor intel·ligència de les dones i de certes "races", com la negra).

4.2.3. El mètode experimental

Quan es vol determinar si hi ha relació de causa i efecte, els psicòlegs realitzen un experiment. Un **experiment** és una observació controlada que serveix per a comprovar la veritat de les prediccions derivades d'una hipòtesi. Així, el mètode experimental respon a la formulació d'una hipòtesi amb la corroboració o verificació per observació dels fenòmens provocats.

En l'experiment típic, els psicòlegs assignen de manera aleatòria algunes persones per a que experimentin un tractament d'interès, mentre que els altres no passen per aquesta experiència. Tenint present que l'assignació aleatòria iguala els grups al principi, és probable que totes les diferències posteriors hagin estat causades per la variable experimental que s'està contrastant. S'anomena **mostra** el conjunt d'individus subjectes a una situació experimental.

En un experiment diferenciem entre dos tipus de variables:

- **variable independent:** factor o condició investigada en un experiment com a causa d'un possible canvi de comportament. La variable independent es pot variar amb independència d'altres factors i els seus valors poden ser triats per l'experimentador.
- **variable dependent:** factor que pot ser modificat per la variable independent i que reflecteix els seus efectes.

Un exemple d'experiment

Un dels experiments recents més coneguts és el que va dirigir l'investigador britànic Alan Lucas al 1998 en un hospital de Londres estudiant la relació entre nutrició infantil i la intel·ligència ulterior. Lucas va realitzar un experiment amb 424 nadons prematurs de l'hospital. Amb l'autorització dels seus pares, els investigadors van seleccionar a l'atzar alguns lactants als quals van alimentar amb llet artificial estàndard i uns altres als quals se'ls va donar llet materna donada. Quan als 8 anys es van realitzar els test d'intel·ligència, els nens i les nenes alimentats amb llet materna tenien un nivell significativament més alt d'intel·ligència que els que van ser alimentats amb fórmules artificials. En aquest cas, la *mostra* eren els 424 nadons seleccionats a l'atzar d'entre tots els que hi havia; la *variable independent* era la nutrició infantil i la *variable dependent* el quocient intel·lectual.