

contenido

Prefacio	xv
----------------	----

PARTE 1 **Antecedentes del estudio de la psicología 1**

CAPÍTULO 1

Fundamentos para el estudio de la psicología .. 1

Tres ideas fundamentales para la psicología: una perspectiva histórica	2
---	---

- La idea de la causa física de la conducta 2
- La idea de que la mente y la conducta se forman por la experiencia 6
- La idea de que la maquinaria de la conducta y la mente evolucionaron mediante la selección natural 8

El alcance de la psicología	9
-----------------------------------	---

- Variaciones de explicaciones en psicología y su aplicación a los celos sexuales 9
- Las conexiones de la psicología con otras áreas académicas 16

Consideraciones sobre el uso de este libro y sus características especiales	19
---	----

Consideraciones finales	22
-------------------------------	----

Lecturas adicionales	23
----------------------------	----

CAPÍTULO 2

Métodos de la psicología	25
---------------------------------------	-----------

Las lecciones del listo Hans	25
------------------------------------	----

Tipos de estrategia de investigación	29
--	----

- Diseños de investigación 29
- Entornos de investigación 32
- Métodos para reunir datos 33

Métodos estadísticos en psicología	35
--	----

- Estadística descriptiva 35
- Estadística inferencial 37

Minimización de sesgos en la investigación psicológica	39
--	----

- Evitar muestras con sesgo 39

- Evitar sesgos en la medición 40
- Cómo evitar sesgos por las expectativas de los observadores y de los sujetos 41

Aspectos éticos en la investigación psicológica	44
---	----

Consideraciones finales	46
-------------------------------	----

Lecturas adicionales	47
----------------------------	----

PARTE 2

La adaptabilidad de la conducta 49

CAPÍTULO 3

Fundamentos genéticos y evolutivos de la conducta	49
--	-----------

Repaso de los mecanismos genéticos básicos	50
--	----

- Cómo los genes afectan la conducta 50
- Cómo se transmiten los genes en la reproducción sexual 52

Herencia de rasgos conductuales	55
---------------------------------------	----

- Ejemplos de rasgos conductuales de un solo gen (mendelianos) 55
- Características poligénicas y reproducción selectiva 58

Evolución por selección natural	61
---------------------------------------	----

La selección natural como fundamento del funcionalismo	64
--	----

- Explicaciones esenciales e inmediatas de la conducta 64
- Limitaciones del pensamiento funcionalista 66

La selección natural como fundamento para comprender las conductas típicas de las especies	68
--	----

- Conductas típicas de la especie en humanos 68
- El valor de las comparaciones entre las conductas típicas de las especies 72

Análisis evolutivos de los patrones de apareamiento	76
---	----

Análisis evolutivos de herir y ayudar	82
Diferencias sexuales en la agresión 82	

Patrones de ayuda 84	
Advertencias finales: dos falacias que evitar 87	
Consideraciones finales	88
Lecturas adicionales	89
CAPÍTULO 4	
Procesos básicos del aprendizaje	91
Condicionamiento clásico I: fundamentos	92
Condicionamiento clásico II: más allá de los fundamentos	96
Relevancia de la obra de Pavlov y en el surgimiento del conductismo 97	
¿Qué se aprende en el condicionamiento clásico? 97	
Temor, hambre y excitación sexual condicionados 100	
Reacciones condicionadas a las drogas 102	
Condicionamiento operante I: fundamentos	104
De la Ley del efecto al Condicionamiento operante: de Thorndike a Skinner 105	
Principios de reforzamiento 109	
Condicionamiento operante II: ¿qué se aprende?	112
Aprender cuándo se recompensará una respuesta 112	
Aprender a esperar cierta recompensa 115	
Actividades diseñadas para el aprendizaje: juego, exploración y observación	118
El juego como un vehículo para aprender cómo hacer las cosas 118	
La exploración como un vehículo para aprender sobre el ambiente 120	
Aprender observando a otros 122	
Capacidades especializadas de aprendizaje: completar los espacios en patrones de conducta típicos de las especies	124
Habilidades especiales para aprender qué comer 124	
Otros ejemplos de habilidades especiales de aprendizaje 127	
Consideraciones finales	130
Lecturas adicionales	131
PARTE 3	
Mecanismos fisiológicos de la conducta 133	
CAPÍTULO 5	
El control neural de la conducta	133
Neuronas: células que crean la mente	134
Tres variedades básicas de neuronas, y estructuras comunes a ellas 134	
Cómo envían las neuronas mensajes por sus axones 136	
Cómo las neuronas son influidas por otras neuronas: transmisión sináptica 138	
Métodos para trazar un mapa de las funciones conductuales del cerebro	141
Métodos usados para estudiar el cerebro humano 142	
Métodos usados para estudiar el cerebro de animales no humanos 144	
Organización funcional del sistema nervioso	146
Nervios periféricos: la interfaz del sistema nervioso con el mundo 147	
La médula espinal: un conductor y un organizador de las conductas simples 149	
Estructuras subcorticales del cerebro 150	
La corteza cerebral 153	
Organización jerárquica en el control del movimiento: un resumen 156	
Asimetría de las funciones superiores de la corteza cerebral	159
Efectos de la separación quirúrgica de los hemisferios: dividir el cerebro, dividir la mente 159	
Áreas de lenguaje del hemisferio izquierdo 162	
Efectos de la experiencia en el cerebro	165
Si lo usas, crecerá 165	
Fortalecimiento de las sinapsis como fundamento del aprendizaje 167	
Cómo interactúan las hormonas y las drogas con el sistema nervioso	170
Hormonas 170	
Drogas 173	
Consideraciones finales	176
Lecturas adicionales	177
CAPÍTULO 6	
Mecanismos de la motivación y la emoción . . .	179
Principios generales de la motivación	179
Variedades de impulsos 181	
Mecanismos de recompensa del cerebro 183	
Los impulsos como estados del cerebro 188	
Hambre: un ejemplo de un instinto regulador . . .	189
Control neural y hormonal del apetito 189	
Papeles de los estímulos sensoriales en el control del apetito 192	
Problemas de obesidad 193	
Sexo: un ejemplo de un instinto no regulador . . .	195
Influencias hormonales en el impulso sexual 196	
Desarrollo del cerebro y orientación sexual en los humanos 199	
El impulso del sueño	201
Descripción del sueño como un estado psicológico y conductual 202	

Teorías sobre las funciones del sueño	205
Mecanismos del cerebro que controlan el sueño	210
Fundamentos para comprender las emociones	212
La naturaleza y valor de las emociones	213
Efectos de las respuestas corporales en los sentimientos emocionales	215
Mecanismos cerebrales de la emoción	219
Consideraciones finales	222
Lecturas adicionales	223

PARTE 4

Sensación y percepción 225

CAPÍTULO 7

Olfato, gusto, dolor, audición y psicofísica	225
Perspectiva general de los procesos sensoriales	226
Olfato	230
Anatomía y fisiología del olfato	230
Diferencias por edad y sexo en la sensibilidad olfativa	232
Discriminación entre individuos a través del olfato	233
El olfato como un medio de comunicación:	
¿los seres humanos producen feromonas?	234
Gusto	236
Anatomía y fisiología del gusto	236
Una explicación evolutiva de la cualidad del gusto	237
Dolor	239
Trayectorias nerviosas del dolor	240
La modulación del dolor	241
Audición	245
El sonido y su transducción por el oído	245
Percepción del tono	249
Dar sentido a los sonidos	252
Psicofísica	255
Consideraciones finales	260
Lecturas adicionales	261
CAPÍTULO 8	
La psicología de la visión	263
Cómo funciona el ojo	263
Organización funcional del ojo	264
Diferencias entre la visión de los conos y la visión de los bastones	266
Ver los colores	268
Cómo varía el color según el estímulo físico	268
Dos teorías clásicas de la visión de color	272
Ver formas y patrones	276

Mejoramiento de los contornos	276
La detección e integración de los rasgos del estímulo	277
Principios de la Gestalt del agrupamiento perceptual	280
Evidencia de que los todos pueden afectar la percepción de las partes	283
Reconocimiento de objetos	286
Más allá de la corteza visual primaria: dos corrientes de procesamiento visual	286
Señales para el reconocimiento del objeto	289
Ver en tres dimensiones	292
Señales para la percepción de profundidad	293
El papel de las señales de profundidad en la percepción del tamaño	297
Consideraciones finales	300
Lecturas adicionales	301

PARTE 5

El intelecto humano 303

CAPÍTULO 9

Memoria y conciencia	303
Perspectiva general: un modelo del procesamiento de la información de la mente	304
Atención: el portal de la conciencia	307
La capacidad para enfocar la atención e ignorar lo irrelevante	308
La capacidad para cambiar la atención a los estímulos importantes	310
Procesamiento inconsciente y automático de la entrada del estímulo	311
Mecanismos cerebrales de la atención y el procesamiento previo a la atención	313
Memoria de trabajo: la mente activa consciente	315
La memoria de trabajo verbal: el bucle fonológico	315
Memoria de trabajo visual: la agenda visoespacial	316
Pruebas de los límites de la memoria de trabajo: desempeño en tareas dobles	316
Áreas cerebrales involucradas en la memoria de trabajo	317
Codificación de la información en la memoria de largo plazo	319
La elaboración fomenta la codificación	319
La organización fomenta la codificación	321
La visualización fomenta la codificación	323
Los mecanismos cerebrales de la codificación en la memoria de largo plazo	324
Recuperación de la información de la memoria de largo plazo	326
Asociaciones mentales y claves de recuperación de la memoria	327
La construcción de memoria como fuente de distorsión	329

Amor 456	
Empleo 458	
Envejecimiento 460	
Consideraciones finales	463
Lecturas adicionales	463
PARTE 7	
La persona en un mundo de gente 465	
CAPÍTULO 13	
Percepción social y actitudes	465
Formación de impresiones de otras personas	465
Hacer atribuciones a partir de la conducta observada	466
Efectos de la información previa y la apariencia física en la percepción de la persona	470
Formación de impresiones en la Internet	473
Percibir y evaluarse a uno mismo	474
Ver nos a nosotros mismos a través de los ojos de los demás	475
Construcción activa de la percepción de uno mismo	477
Diferencias oriente-occidente en la percepción de uno mismo	480
Percibirnos a nosotros mismos y a los demás como miembros de grupos	482
El cambio entre la identidad personal y la identidad social	483
Los estereotipos y sus efectos automáticos en la percepción y el comportamiento	485
Actitudes: sus orígenes y sus efectos sobre la conducta	490
Las actitudes como productos del condicionamiento y del razonamiento	490
Las actitudes como normas sociales	493
Las actitudes como racionalizaciones para obtener consistencia cognoscitiva	493
Las actitudes como guías del comportamiento	496
Consideraciones finales	498
Lecturas adicionales	499
CAPÍTULO 14	
Influencias sociales en la conducta	501
Efectos de ser observados y evaluados	502
Efectos de la audiencia que facilitan e interfieren	502
Bloqueo por la presión: la explicación de la memoria de trabajo	503
Control de las impresiones: la conducta como ejecución	504
Efectos de los ejemplos y opiniones de los demás	506
Los experimentos clásicos de conformidad de Asch	506
Las normas como fuerza para las acciones útiles y las acciones perjudiciales	509
La presión social en las discusiones grupales	510
Los efectos de las demandas de los demás	514
Presión de venta: algunos principios de la condescendencia	514
Condiciones que promueven la obediencia: los experimentos de Milgram	517
Cooperar o no: el dilema de la vida social	522
La tragedia de lo común: una alegoría del dilema social	522
La lógica de los dilemas sociales ejemplificada en los juegos	523
Condiciones que promueven la cooperación	525
Grupo contra grupo: lecciones de una cueva de ladrones	527
Fundamentos emocionales de nuestra naturaleza social	530
Las emociones nos ayudan a mantenernos juntos y coordinan nuestras acciones	530
Nuestras emociones autoconscientes nos hacen socialmente aceptables	531
Consideraciones finales	534
Lecturas adicionales	535
PARTE 8	
Personalidad y trastornos 537	
CAPÍTULO 15	
Personalidad	537
La personalidad como disposiciones conductuales o rasgos	538
Teorías de los rasgos: sistemas eficientes para describir la personalidad	539
Preguntas acerca del valor predictivo de los rasgos de personalidad	543
Bases genéticas de los rasgos de personalidad	546
La personalidad como adaptación a las condiciones de la vida	548
Las ventajas de ser diferentes	548
Adaptación al ambiente familiar	551
Adaptación al género	554
La personalidad como procesos mentales I: perspectivas psicodinámica y humanista	558
Elementos de la perspectiva psicodinámica	558
Investigación contemporánea sobre los mecanismos de defensa	561
La perspectiva humanista: el yo y los significados de la vida	564
La personalidad como procesos mentales II: enfoques cognitivo-sociales	567

Formas habituales de pensamiento como rasgos de personalidad	568		
La idea de rasgos de personalidad específicos a la situación	571		
Diferencias transculturales en la personalidad	572		
Consideraciones finales	574		
Lecturas adicionales	575		
CAPÍTULO 16			
Trastornos mentales 577			
El concepto de trastorno mental y su relación con la cultura	577		
Clasificación y diagnóstico de los trastornos mentales	578		
Variaciones culturales en los trastornos y los diagnósticos	581		
Causas de los trastornos mentales	585		
Trastornos de ansiedad	589		
Trastorno de ansiedad generalizada	590		
Fobias	591		
Trastorno obsesivo-compulsivo	592		
Trastorno de pánico	593		
Trastorno de estrés postraumático	594		
Trastornos del estado de ánimo	596		
Depresión	596		
Trastornos bipolares	601		
Influencias psicológicas en los síntomas y enfermedades físicos	603		
Trastornos somatoformes	603		
Factores psicológicos que influyen la condición médica	606		
Esquizofrenia	608		
Características para el diagnóstico de la esquizofrenia	609		
Déficits cognitivos y neurales que subyacen a la esquizofrenia	611		
Causas genéticas y ambientales de la esquizofrenia	613		
Consideraciones finales	618		
Lecturas adicionales	619		
CAPÍTULO 17			
Tratamiento 621			
La atención como cuestión social	621		
¿Qué hacer con quienes están gravemente perturbados?			
Una breve historia	621		
Estructura del sistema de salud mental	623		
Tratamientos biológicos	625		
Medicamentos	625		
Otros tratamientos biológicos	629		
Psicoterapia I:			
terapias psicodinámica y humanista	632		
Principios de las terapias psicodinámicas	633		
Un caso de ejemplo: el análisis de Freud del "hombre de las ratas"	636		
Principios de la terapia humanista	637		
Un caso de ejemplo: las reuniones de Rogers con un hombre joven callado y amargado	639		
Psicoterapia II:			
terapias cognitiva y conductual	641		
Principios de la terapia cognitiva	641		
Un caso de ejemplo: tratamiento cognitivo de Beck de una mujer joven deprimida	644		
Principios de la terapia conductual	645		
Un caso de ejemplo: la señorita Muffet supera su fobia a las arañas	648		
Evaluación de las psicoterapias	649		
¿Es eficaz la psicoterapia? ¿Son algunos tipos de psicoterapia más eficaces que otros?	649		
El papel de los factores comunes en el resultado de la terapia	651		
Consideraciones finales	653		
Lecturas adicionales	654		
Apéndice estadístico A-1			
Organización y resumen de un conjunto de calificaciones	A-1		
Ordenamiento de calificaciones y representación gráfica de una distribución de frecuencias	A-1		
Formas de distribuciones de frecuencia	A-2		
Medidas de tendencia central	A-3		
Medidas de variabilidad	A-4		
Conversión de calificaciones con propósitos de comparación	A-5		
Rango percentil	A-5		
Calificaciones estandarizadas	A-6		
Relación entre las calificaciones estandarizadas y el rango percentil	A-7		
Cálculo del coeficiente de correlación	A-7		
Suplemento del escalamiento psicofísico	A-8		
Derivación de la ley de Fechner a partir de la ley de Weber	A-9		
Ilustración que demuestra que la Ley de la potencia de Stevens conserva las proporciones sensoriales	A-10		
Glosario	G-1		
Referencias	R-1		
Índice de nombres	I-1		
Índice analítico	IA-1		