

Psicologia. Introducció:

Actualment es defineix la psicologia com l'**estudi del comportament humà**, entenent aquest comportament **no només pel que fa a les seves manifestacions externes (corporals) sinó també al sentit, la motivació i la intencionalitat subjectiva que, en major o menor grau, les anima interiorment.**

És a dir, la psicologia es preocupa per la conducta humana, és a dir què fa l'ésser humà, sinó també per què ho fa.

Una altra manera de definir la psicologia és afirmar que es dedica a l'estudi dels **fenòmens psíquics**. Com que aquest és un concepte que farem servir sovint, resulta necessari descriure les seves principals característiques:

a) Són **processos vitals** que pertanyen al dinamisme immanent dels éssers vius, per contraposició a l'activitat mecànica i transitiva dels éssers inerts.

b) Són **processos íntims** que l'ésser viu experimenta al seu interior com a quelcom exclusivament "seu" o "propí", mentre que la resta dels éssers només tenen accés a ells d'una manera indirecta per l'experiència externa.

c) Són **intencionals** en tant que es tracta de vivències internes o experiències subjectives dirigides cap a, o relacionades d'alguna manera, amb el món exterior.

d) En si mateixos són **aliens a l'espai** i a qualsevol determinació espacial. No en el sentit de que no succeeixin en un organisme situat a l'espai, sinó que, en si mateixos, no poden ser localitzats ni determinats espacialment (un fenomen psíquic no està aquí o allà, ni és alt o baix).

e) Són **aliens a la quantitat**. No són en si mateixos quantificables, encara que sí ho siguin les seves manifestacions externes. Així, es pot mesurar la intel·ligència, les aptituds o els interessos, però es tracta de respostes donades pel subjecte a unes determinades preguntes d'acord amb uns models aproximats, però no es pot mesurar la intel·ligència, les aptituds o els interessos en si mateixos.

Aquestes característiques ens permeten distingir els fenòmens psíquics d'altres elements de la realitat, però s'ha de tenir en compte que el món psíquic incorpora els fenòmens no psíquics i assumeix: **els fenòmens psíquics no es donen amb independència dels fenòmens biològics, químics i físics**, al contrari, el món psíquic està condicionat per aquests altres i, sense ells, no es podria donar ni manifestar.

D'aquesta manera, si una persona té una lesió als centres cerebrals de la visió, no pot veure; per una altra banda, les neurones, que són les cèl·lules que formen el teixit cerebral, actuen per mitjà de determinats processos químics; però també al contrari, un fenomen psíquic com l'angoixa afecta al camp biològic (una úlcera pot ser el producte d'uns fets mentals).

Així, podem dir que l'element psíquic es recolza en el biològic, que a la seva vegada té una base física i química. Si considerem l'element psicològic com el superior, tenim que aquest integra els elements inferiors que el condicionen. És a dir, tot i la base física, química i biològica del psiquisme, aquest no es pot reduir a només a aquests elements.

Estudiarem els principals processos, o activitats, psíquics:

A- Activitats cognoscitives:

A.1 L'activitat perceptiva: Es tracta del procés gràcies al qual l'home capta (mitjançant els sentits) la realitat exterior i la dota de significat. És a dir, l'home no només enregistra els estímuls sinó que també els ordena i els interpreta.

Distingim tres moments en aquest procés:

1- **L'atenció** és una focalització perceptiva que incrementa la consciència clara i distinta d'un nucli central d'estímuls, en l'entorn del qual resten d'altres més difusament percebuts. És a dir, seleccionem alguns dels estímuls que ens arriben i deixem en segon pla a la resta. Òbviament, centrem la nostra atenció en aquells estímuls que més contrasten, que es presenten amb més intensitat o que més ens interessin.

L'atenció té les següents propietats:

a) **Activitat:** no es tracta d'una forma passiva de recepció d'estímuls, sinó que es tracta d'una acció alertadora que exerceix sobre el sistema nerviós, fent que l'organisme s'obri al coneixement sensible i incrementi els seus nivells de vigilància.

b) **Limitada amplitud:** la capacitat informativa del sistema nerviós humà és força limitada (entre 6 i 11 objectes a l'hora en un adult). Aquest fet queda compensat per altres propietats.

c) **Selectivitat:** la limitada amplitud exigeix una selecció dels estímuls, tant pel que fa al seu nombre com a la seva qualitat, establint rigoroses prioritats en l'entrada d'estímuls, en la seva organització i en el seu grau d'admissió.

d) **Organització:** una manera d'incorporar més informació a un sistema és integrant-la en forma de figures sobre un fons més difús. Així, els estímuls marginals que formen el fons resten "disponibles" en una situació de pre consciència que pot arribar a ser útil.

e) **Direccionalitat:** el fet que, com dèiem abans, la percepció sigui un fet intencional es deu fonamentalment a que l'atenció dirigeix l'activitat sensible cap a un objecte en concret.

Al marge d'aquestes propietats, és comú diferenciar l'atenció **espontània** de la **voluntària**: l'**espontània** s'origina en les tendències de l'individu que el porten a privilegiar uns determinats objectes que estan en relació amb elles i cap als que se sent atret sense esforç; la **voluntària** s'origina en la decisió del subjecte que atén a un objecte qualsevol per que així ho ha decidit.

2- **La sensació** és l'acte per mitjà del qual els sentits capten diferents aspectes puntuals dels objectes externs. És, per tant, la captació individual de cadascun dels estímuls.

D'acord amb la intensitat de les sensacions, és a dir, en funció del grau de força amb què són experimentades pel subjecte, es poden distingir tres **llindars**:

- **Màxim**: és aquella intensitat de l'estímul més enllà de la qual tot increment no és percebut com un augment en la sensació. Per exemple: més enllà de 20.000 vibracions sonores per segon no són percebudes per la oïda.

- **Mínim**: és aquella magnitud que ha d'assolir un estímul per a provocar una sensació conscient. Per exemple: menys de 16 vibracions sonores per segon no són perceptibles.

- **Diferencial**: és aquella quantitat d'estímul necessària per a que l'individu experimenti una variació en la sensació.

És a dir, no tots els estímuls que ens envolten són captats per la nostra sensibilitat, de manera que podem dir que aquests umbracles constitueixen el primer **límit de la nostra sensibilitat**.

3- **La percepció**, finalment, és l'ordenació i interpretació d'aquests estímuls.

La percepció és un procés subjectiu en tant que el subjecte introdueix modificacions que fan que el resultat final no sigui una reproducció exacta de la realitat exterior. Podem parlar de dos tipus diferents de modificacions:

1- Aquelles pròpies de l'espècie, així tots els subjectes humans introdueixen un mateix tipus de modificacions degudes a la conformació del nostre sistema perceptiu i psíquic. Així, l'anomenada **Psicologia de la forma** (*Gestaltpsychologie*) ha definit les **lleis de la percepció**, de les quals destaquem les següents:

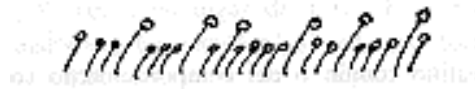
a/ **Llei del fons i la figura**: la percepció s'organitza sempre de manera que la figura sempre té més importància que el fons, encara que analitzant per separat els elements de la percepció no sigui necessàriament així.



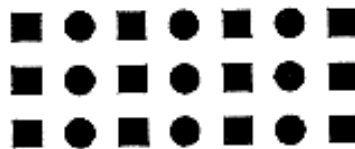
b/ **Llei de tancament:** apareix com a unitat allò que està envoltat per una línia, un límit o un espai intermedi.



c/ **Llei d'analogia:** s'agrupen les parts que es perceben com iguals. Així, per exemple, un massís de flors permetria, d'acord amb la grandària, la distribució següent:



Es veuen dues classes de flors (llargues i curtes); però dins cada grup, les flors no són iguals. El factor de semblança és important per a la formació de sèries en columnes (ordenació vertical) i línies (ordenació horitzontal).



d/ **Llei de proximitat:** es perceben els grups repartits amb una major densitat, però aïllats encara uns d'altres.



2- Aquelles degudes a les experiències, les expectatives i els interessos individuals. Així, la percepció del rostre d'una persona no és igual si es tracta de la primera vegada que la veiem, si és quelcom a qui odiem o estimem o si esperem alguna cosa d'aquella persona ...

A.2 La memòria: és la capacitat de reproduir i portar al present de la consciència els fets o esdeveniments passats en tant que passats, és a dir, tenint plena consciència de que es tracta d'esdeveniments passats. Mitjançant la memòria podem tenir en el present de la nostra consciència com a quelcom que pertany al nostre passat. Aquesta referència temporal al passat és essencial per poder diferenciar la memòria de la imaginació (en el següent apartat veurem que la imaginació pot prescindir del temps o referir-se al futur).

Al marge de l'atenció i la repetició dels actes perceptius, s'han de tenir en compte les següents condicions:

a- Aquells esdeveniments que **formen part d'un conjunt** es recorden més fàcilment que els que es troben aïllats (per exemple, tot el que estigui relacionat amb un fet important de la nostra vida). Tanmateix, són més fàcils de recordar aquells conjunts o totalitats que posseeixen un sentit i unitat clars (es recorda millor un poema sencer que un fragment en prosa).

La **mnemotècnia** és un recurs artificial que consisteix en dotar d'unitat o estructura a una multiplicitat d'elements que són difícils de recordar per separat (hi ha cançons -en vers- per recordar els mesos que tenen 30 o 31 dies). Actualment, en virtut del creixent desenvolupament dels plantejaments psicològics que comparen la ment humana amb els ordinadors, s'estudien mètodes mnemotècnics consistents en la fixació d'elements clau que marquen el camí cap al record complet (si oblidem un element d'una sèrie, tornem a començar) de la mateixa manera que a l'ordinador li hem de recordar el camí (el nom de l'arxiu) per tal que recuperi (recordi) un tot (un document, per exemple).

b- És més fàcil de fixar a la nostra memòria tot allò que **té relació amb les nostres tendències, interessos, etc.** D'aquesta manera, es pot comprendre que recordeu el nom (i l'adreça, el telèfon, les mides corporals ...) d'alguns/es companys/es i no hagi manera que recordeu com es diuen els vostres professors. En general, és més difícil de fixar a la memòria tot allò que no està vinculat amb els nostres objectius personals.

c- Tot allò que posseeix un **ordre lògic** es recorda amb més facilitat que el que no té aquest ordre. Un argument es reté millor que una llista de paraules incoherents (també podem ordenar alfabèticament els insults que volem adreçar a algú per tal de no deixar-nos cap).

d- És més fàcil de recordar allò que **podem relacionar amb quelcom que ja coneixem** que no pas si es tracta d'alguna cosa que no encaixa amb res de conegut (així, recordem on viu algú, per que el seu domicili és prop d'on viu un familiar, però ho tindrem més difícil si no coneixem ningú d'aquell barri). Aquest procés és habitualment anomenat **assimilació**.

A.3 La imaginació: és la capacitat de conservar i reproduir les impressions sensorials i perceptives en absència dels seus objectes. El rastre que deixen en nosaltres aquestes impressions sensorials i perceptives es denomina imatge. Una imatge, per tant, és una representació mental d'objectes absents.

Les imatges no són únicament visuals o auditives, encara que aquestes siguin les que predominin; tenim també imatges de sabors, olors, impressions tàctils, etc.

La imaginació, en tant que ens permet combinar les dades que tenim a la memòria d'una manera diferent, és una activitat de gran importància per al desenvolupament de la intel·ligència, ja que és la imaginació la que aporta les possibles solucions als problemes plantejats a la intel·ligència.

A.4 La intel·ligència: és l'activitat mitjançant la qual podem resoldre problemes nous, o expressat de manera més general, és la capacitat que ens permet adaptar-nos al medi quan aquest ha canviat. Per tant, es tracta d'una capacitat molt lligada a l'aprenentatge.

Podem distingir diferents tipus d'intel·ligència o, millor, diferents àmbits d'aplicació de la intel·ligència:

- intel·ligència manipulativa/intel·lectual: ens permet resoldre els problemes que impliquen una determinada habilitat manipulativa o intel·lectual; és el tipus d'intel·ligència que fem servir als estudis.

- intel·ligència emocional: és la capacitat que ens permet gestionar la nostra vida emocional, satisfent les nostres necessitats emotives.

- intel·ligència social: ens permet "sobreviure" al medi social tot identificant el paper que podem desenvolupar a un grup i utilitzant les relacions socials en funció dels nostres interessos.

Aquesta darrera accepció de la intel·ligència és probablement la primordial pel que fa a la conducta humana, en tant que les altres habilitats es basarien en aquesta. L'individu "intel·ligent" seria aquell que desenvolupés un cert equilibri entre les tres activitats.

B- Activitats emotives:

B.1 La motivació: es pot definir com l'arrel dinàmica de la nostra conducta, és a dir, es tracta del motiu intern que ens porta a dur a terme una determinada conducta. És important no confondre, tal i com es fa habitualment, la motivació amb els estímuls o els reforços: aquests últims no depenen de l'organisme, sinó que provenen de l'exterior.

La motivació, per tant, és l'impuls que fa que intentem satisfer una necessitat. Des d'aquest punt de vista, cal diferenciar:

1- **Motivacions primàries:** són aquelles que responen a necessitats vitals de l'organisme: gana, set, respiració, son, sexe, excreció, però també la relació social, curiositat, joc, evitar el dolor, agressivitat, paternitat-maternitat, autoafirmació ...

2- **Motivacions secundàries:** responen a necessitats no tan orgàniques com les primàries, sinó més culturals: necessitat de seguretat, afecte i pertinença a un grup, preservació de la autoestima, informació i saber, comprensió del món. gaudir de la bellesa, realització d'un mateix ...

Tot i que a priori semblaria obvi que, en cas de conflicte, sempre s'hauria de satisfer la motivació primària, en el cas de l'ésser humà no sempre és així; els elements culturals són tan forts que poden determinar conductes que atemptin contra les necessitats primàries: morir per la pàtria, fer una vaga de fam per un ideal polític...

B.2 L'afectivitat: és l'activitat que ens permet tenir afectes, és a dir, tonalitats positives o negatives que defineixen l'experiència com a bona o dolenta i que determina la nostra conducta en funció d'aquestes tonalitats.

Podem dir que els afectes es mesuren en funció de la seva intensitat i la seva estabilitat, i que aquestes es relacionen de manera inversament proporcional: com més intens és un afecte,

menys estable serà i viceversa. Hem de pensar que l'afectivitat, com totes les activitats psíquiques, no pot posar en perill la vida de l'organisme i, per tant, no pot mantenir gaire temps un afecte de molta intensitat ja que podria ser perjudicial.

Des d'aquest punt de vista podem classificar els afectes en sentiments, emocions i passions en funció d'una creixent intensitat i decreixent estabilitat.

C- Herència, medi i desenvolupament.

Quan parlem dels elements que condicionen la nostra conducta, hem de tenir en compte tots aquells elements de caràcter biològic com ara el nostre sistema nerviós, perceptiu, endocrí... Aquests elements són heretats dels nostres progenitors i formen part del conjunt que ens caracteritza, i diferencia, com a espècie. De fet, les peculiaritats individuals són en gran mesura heretades (sembla lògic pensar que som més similars als nostres pares biològics que no als veïns del cinquè pis) i aquestes peculiaritats individuals condicionen la nostra conducta.

Ara bé, les diferències conductuals respecte dels nostres progenitors són també evidents i, sembla evident, que aquestes diferències són fruit d'un medi de desenvolupament diferent.

Establir en quin grau la nostra conducta depèn de l'element hereditari i en quin del medi en que ens hem educat, és un dels temes més debatuts de la història de la psicologia: **innatistes** (partidaris d'una explicació fonamentalment hereditària) i **ambientalistes** (partidaris del medi com a element condicionant del comportament humà) fa dècades que es barallen per demostrar que un o altre constitueix l'element definitiu en l'explicació de la conducta. Fins i tot fent servir els mateixos exemples: és famós l'argument innatista que pretén demostrar que Johann Sebastian Bach era un geni musical que havia heretat les seves dots basant-se en l'estudi del seu arbre genealògic (on podem trobar fins a 33 familiars especialment ben dotats per a la música) i no és menys famosa la refutació ambientalista d'aquest argument que raona al voltant de l'ambient especialment carregat d'estímul musicals (amb 33 parents dedicats a la música!) que explicaria que Bach no es dedicqués precisament a la fontaneria.

Aquesta polèmica té fins i tot una lectura política: no és difícil veure que, des del punt de vista innatista, es pot pensar que no és rendible dedicar gaire pressupost a l'educació de les classes baixes (o als negres, segons estudis efectuats als EU) ja que estadísticament està demostrat que el percentatge de fills de casa bona que superen satisfactòriament els estudis és sensiblement superior al dels fills dels obrers. Una postura més democràtica sostenen els ambientalistes que contra argumenten afirmant que si les fills dels obrers s'eduquessin en el mateix ambient que els fills de les classes altes, aquest percentatge d'èxit escolar es modificaria sensiblement.

Actualment es tendeix a una explicació sintètica, tot tenint en compte tant les capacitats heretades genèticament com els elements ambientals. Estudiarem aquesta postura intermèdia:

Actualment **es descriu l'herència com el codi genètic que passa de pares a fills**. Aquest codi genètic conté dos tipus d'informació diferent: una que ha de ser executada al "peu de la lletra", sense que els canvis siguin possibles si no és per circumstàncies molt especials (radiació, mutacions ...) i una altra que implica fonamentalment unes potencialitats, unes possibilitats de ser que s'hauran d'actualitzar pel contacte de l'individu amb el medi ambient en que es desenvolupa.

El primer tipus d'informació imposa una sèrie de determinacions que són definitòries de l'espècie animal de què es tracti (tots caminen a quatre potes ...), mentre que el segon tipus de missatges permet una sèrie de possibilitats, obre la porta a la realització concreta de l'individu (per exemple, aprendre un o altre idioma). Com més desenvolupat és el sistema nerviós i com més gran sigui el paper de l'aprenentatge (aquest és el cas de l'ésser humà) més s'atenua el paper de l'herència en els seu aspecte inflexible i més creix el camp de les possibilitats obertes.

La primera de les informacions transmesa pel codi genètic és la que podríem anomenar "*la part tancada*" del programa genètic: en ella trobem incloses totes les operacions que comporta el cicle vital des del naixement fins a la mort així com una sèrie de mecanismes de resposta innats, és a dir, els **reflexos**. Les claus del programa genètic que transmeten possibilitats, la "*part oberta*" del programa, són de gran importància en el cas de l'espècie humana: **les possibilitats del llenguatge, de la simbolització i la intel·ligència, de la socialització, del desenvolupament dels vincles emocionals ... són permeses pel codi genètic, però s'han de fer reals pel medi en que el nen es desenvolupa**.

Aquesta flexibilitat té els seus límits: fins i tot quan el programa proporciona a l'organisme unes possibilitats (per exemple, l'aprenentatge) l'imposa restriccions sobre el que pot aprendre i sobre el moment i les condicions en que ho podrà aprendre; el programa genètic proporciona a l'ésser humà la capacitat del llenguatge, li dóna el poder d'aprendre, de comprendre, de parlar qualsevol llengua; però **l'home necessita, en una determinada etapa del seu creixement, trobar-se en un medi favorable per a que aquesta potencialitat es pugui desenvolupar**; a partir d'una certa edat, privat d'estímuls lingüístics, el nen no parlarà o ho farà amb grans dificultats (aquest és el cas dels anomenats "nens salvatges").

El medi intervé de manera decisiva en tres aspectes fonamentals per a la conducta: **el desenvolupament orgànic, la complexitat del cervell i el desenvolupament de la socialització**.

- **El desenvolupament orgànic:** des de fa molt de temps s'ha constatat que els nens creixen menys i són molt més primers si les seves mares els hi són hostils o simplement indiferents. Això significa que la qualitat del medi afectiu en què el nen creix no és totalment aliè a la forma en que el seu cos es desenvolupa.

Diverses comprovacions avalen aquesta afirmació. Per exemple, en una investigació sobre cent nens anormalment baixos per a la seva edat es va constatar que, en menys del 50% dels casos es podia trobar una causa fisiològica del retard en el creixement; en la resta dels casos no van ser trobades deficiències orgàniques però presentaven un historial de trastorns

emocionals provocats, en la majoria dels casos, pel rebuig d'un o dels dos pares. Per tant, els investigadors van concloure que en aquest segon grup es trobaven davant d'una deficiència orgànica induïda emocionalment.

- **La complexitat del cervell:** el nen, en el moment del naixement, ja té un sistema nerviós, cervell inclòs, prou desenvolupat. Una de les característiques principals d'aquest cervell que tot just comença a posar-se en contacte amb el medi, és la seva **plasticitat**, gràcies a la qual el nen pot aprendre un idioma o altre, pot aprendre a ser sociable o insociable, a estimar o odiar, a acceptar o rebutjar. Les neurones que formen aquest cervell ja estan donades, si moren no es reproduïxen, per tant, la quantitat de neurones no augmenta; però **la seva qualitat depèn d'agents externs al cervell.**

Aquesta afirmació està prou fonamentada en el camp animal tant per les experiències d'estimulació de rates (agafant-les amb les mans i acaronyant-les una estona cada dia ...) com per les diferències observades en el cervell de les rates en funció de si el seu creixement s'ha produït en un medi experimental pobre o enriquit d'estímuls.

La conclusió més important a la que porten aquestes experiències és que **l'estimulació accelera la maduració del sistema nerviós central** (els cervells dels animals sotmesos a una major estimulació mostren un contingut més alt en colesterol, substància essencial per al desenvolupament i maduració del cervell).

- **El desenvolupament de la socialització:** per comprendre la importància del medi pel que fa a aquest aspecte, podem citar com a exemple els estudis del matrimoni **Harlow** amb els simis "Rhesus": van separar les cries dels simis de les seves mares a les poques hores del naixement i els van criar amb un règim d'alimentació i cures rigorosament controlats. Van assolir una major taxa de supervivència en els seus subjectes, que, d'altra banda, creixien forts i sans. Però també van observar que les seves cries presentaven trastorns emocionals: conductes repetitives, balancejos constants, hàbits compulsius (pessigar-se o mossegar-se fins a fer-se sang) autoagressió quan un ésser humà se'ls apropava ... Una de les diferències que més s'assenyalava respecte dels seus "germans" criats per la mare biològica, és que, mentre aquests desenvolupaven una conducta sexual normal, els criats aïllats eren incapaços a l'hora del coit: no sabien orientar-se correctament, agredien a la parella que se'ls proporcionava. Fins i tot, quan alguns d'aquests subjectes van aconseguir tenir descendència es va comprovar que es des preocupaven dels seus fills, quan no els rebutjaven obertament. En conclusió, no havien après a estimar tot i tenir una bona salut. Això ens fa veure la importància d'un medi ric en estímuls socials per a un normal desenvolupament emocional.

Es pot dir, per tant, que **el desenvolupament de l'ésser humà és el producte d'una interacció entre una dotació hereditària, que el defineixen com a ésser humà en tant que espècie animal, i unes aportacions del medi ambient que determinen la forma concreta en que es realitzaran les possibilitats contingudes per la dotació genètica.**